



Népal & Bhutan



27 Oct. au 13 Nov. 2024

18 jours

Jr 01: MONTREAL – KATMANDU via DOHA

27 Oct. 24 18h30 Rendez-vous à l'aéroport Trudeau, comptoir Qatar Airways
Dim. 21h50 Envol sur Doha
QR764 27OCT 21h50 YUL (Montréal) 17h00 DOH (Doha) +1 28 Oct (12h10 Vol)

Jr 02: DOHA - Escale 1 h à Doha (Qatar)

28 Oct. QR644 28 OCT 18:00 DOH (Doha) 01:00 KTM (Katmandu) 29 Oct (4:15 Vol)
Lundi 01:00 Arrivée a Katmandu
Accueil par notre guide Franco Népalais
Transfert a l'Hotel a 30 min et repos bien mérité
Nuit a Hotel Tibet, 4.5 **** (2 nuits)
<https://hoteltibetintl.com>



Stupa de Swayambhunath

Tours Québec Plus
145, boul. Jutras E.
Tel: 1 819 357 0961

Brigitte Comtois
Victoriaville, QC G6P 4L8

tourqc@toursquebecplus.com
TPS : 128288362R
TVQ : 1010484924

Jr 03: KATMANDU

29 Oct. Déjeuner tardif et on commencera nos visites vers 10h le matin

Mardi **Visite de la ville de Katmandou;** Explorez les sites inscrits au patrimoine mondial de l'UNESCO

Admirez les vues panoramiques de la vallée de Katmandou depuis le *Stupa de Swayambhunath*.

Perché sur une colline au sud-ouest de Katmandou, Swayambhunath est l'un des sites religieux et culturels les plus importants du Népal et est associé à la naissance de la civilisation de la vallée de Katmandou. Environ 2000 ans, Swayambhunath stupa, est un dôme de 20 mètres de diamètre et 32 mètres de haut. Il est entouré de nombreux autres temples plus petits et des lieux d'importance religieuse pour les hindous et les bouddhistes, un exemple parfait de la symbiotico-existence de différentes croyances religieuses que l'on trouve seulement au Népal.

Lunch en cours de visite

L'histoire royale sur les places Durbar : Situé au cœur de la ville, le Patan Durbar Square, l'une des plus belles places royales de la vallée. Cette place, fort animée, rassemble autour de l'ancien palais royal et de ses cours intérieures (Sundari Chowk, Mul Chowk et Keshab Narayan Chowk), quantité de statues et de nombreux sanctuaires et temples à toits multiples superposés représentatifs de l'architecture newar. La ville est connue comme le paradis des beaux-arts.



Nous aurons l'occasion d'avoir une présentation de Healing Bowls (bols chantants) thérapie très pratiquée au Népal et Tibet

Rafraîchissez-vous avec la thérapie de guérison sonore, une pratique ancienne au Népal

Découvrez le traitement trouvé dans les écritures védiques de l'Inde, que les chamans dans les tribus indigènes utilisent encore aujourd'hui

Profitez des avantages possibles de ce processus non invasif qui peut mettre l'esprit, le corps et l'esprit en harmonie et en équilibre

Écoutez-le en tonifiant, en chantant, en chantant ou en utilisant différents instruments sonores

Découvrez le meilleur service des masseuses professionnelles pour améliorer votre thérapie



Souper à Katmandu

Nuit à Katmandou- Hotel Tibet, 4.5****

<https://hoteltibetintl.com/>

Tours Québec Plus
145, boul. Jutras E.
Tel: 1 819 357 0961

Brigitte Comtois
Victoriaville, QC G6P 4L8

tourqc@toursquebecplus.com

TPS : 128288362R
TVQ : 1010484924

Jr 04 : KATMANDU – KALIMATI – AKTAPUR - NAGARKOT (2300m.) (32 km à l'est)

30 Oct. A 7 hres du matin, nous nous dirigerons vers Kalimati, le plus grand marché de fruits et légumes frais de Katmandou; pour Mercredi ceux et celles qui le désirent et retour à l'hôtel pour le déjeuner.

Suivi de la visite de la place **Bhaktapur Durbar**. Cette place est un musée ouvert abritant un palais passionnant, des cours, des bains royaux, des sculptures, des pagodes, des temples de style Shikhara et un monastère bouddhiste ainsi qu'une architecture exclusive. Outre le complexe du palais,



le temple de cinq étages à l'architecture la plus appréciée, la place de la poterie, la place Dattatraya et la fenêtre du paon sont d'autres choses à voir à Bhaktapur.

A mon avis, c'est le plus beau Durbar du Népal; mais se sera à vous de juger.

Vous aurez l'opportunité d'apprécier les **magnifiques peintures de Thanka**. Vous pouvez également rencontrer des maîtres et profiter de l'expérience artistique



Direction Nagarkot (32 km à l'est de Katmandou, 2 300 m. Ce lieu pittoresque offrant une vue spectaculaire sur le coucher de soleil et le mont Everest, visible par temps clair.

En Route on verra des cultures; si on peut s'y arrêter on le fera. Culture en terrasses et dans les champs. Il est possible de voir et de rencontrer les gens du pays et de pouvoir discuter avec eux.

En route vers Nagarkot, selon les saisons, nous nous arrêterons dans les champs où diverses cultures et légumes seraient plantés. [La saison des cultures d'été (juin-septembre) concerne le riz, le maïs et le mil, tandis que la saison des cultures d'hiver (octobre-mai) concerne le blé, l'orge et les pommes de terre.]



Tours Québec Plus
145, boul. Jutras E.
Tel: 1 819 357 0961

Brigitte Comtois
Victoriaville, QC G6P 4L8

tourqc@toursquebecplus.com
TPS : 128288362R
TVQ : 1010484924



Le soir, profitez du coucher de soleil sur l'Himalaya à Nagarkot tout simplement magnifique
Nuit à hôtel CLUB HIMALAYA, 5***** à Nagarkot. (2 nuits)
www.clubhimalaya.com

Jr 05 : NAGARKOT – YOGA/MEDITATION, CHANGU NARAYAN ET RANDONNÉE à pied

31 Oct Tôt le matin, vous pourrez profiter d'un magnifique lever de soleil sur l'Himalaya
Jeudi Séance de méditation dans le jardin de l'hôtel avec un
Instructeur professionnel de yoga.

Petit déj et **visite du temple Changu Narayan** et randonnée le reste de la journée à Nagarkot



Temple Changu Narayan, le plus ancien sanctuaire Vishnu de la vallée de Katmandou. Fondée dès 325 après JC, c'est l'une des structures les plus belles et les plus importantes historiquement du Népal. Reconstitué en 1702 après sa destruction par un incendie, le temple à deux étages présente de nombreuses sculptures complexes représentant les dix incarnations de Vishnu et différentes déesses tantriques à plusieurs bras.

Lunch au Tayo Eco Resort.

Tours Québec Plus
145, boul. Jutras E.
Tel: 1 819 357 0961

Brigitte Comtois
Victoriaville, QC G6P 4L8

tourqc@toursquebecplus.com
TPS : 128288362R
TVQ : 1010484924

Pour celles et ceux qui le désirent (sinon on vous reconduit à l'hôtel en voiture et votre après midi libre temps repos) : On fera **une marche (45 min) jusqu'au Club Himalaya à Nagarkot (notre hôtel) et pour celles et ceux qui le désirent pourront continuer sur la Nagarkot Panoramique trail (1h45 a/r) (total de 2h15 de marche)** qui offre l'une des vues les plus larges sur l'Himalaya dans la vallée de Katmandou (**8 chaînes himalayennes du Népal sur 13 à partir d'ici**). Les chaînes comprennent la chaîne Annapurna, la chaîne Manaslu, la chaîne Ganesh Himal, la chaîne Langtang, la chaîne Jugal, la chaîne Rolwaling, la chaîne Mahalangur (chaîne Everest) et la chaîne Numbur avec vue sur la vallée de Katmandou et le parc national de Shivapuri. C'est une marche facile sans trop de montée.

Souper et Nuit à l'hôtel

Nuit à hôtel CLUB HIMALAYA, 5*** à Nagarkot.**

www.clubhimalaya.com



Jr 6 : BANDIPUR

01 Nov Départ très tôt le matin pour profiter de notre journée et voir Bandipur.

Vendredi Après le p. déj. en route pour Bandipur (170 km/6-7h environ) beau paysage en cours de route.
Lunch en cours de route

Bandipur est un musée vivant de la culture Newari, un village magnifiquement préservé couronnant une haute crête au-dessus de l'arrêt d'autoroute de Dumre. Ses ruelles sinueuses sont bordées de maisons traditionnelles Newari. Ici, le temps semble s'être arrêté, même s'il a fallu beaucoup d'efforts pour préserver la magie tout en développant la ville. Il présente un mélange enivrant d'histoire, d'architecture, de vues incroyables et de paysages préservés. Située à 1030 m d'altitude, elle a été décrite comme une tour d'observation naturelle, offrant un panorama spectaculaire sur toute la chaîne de l'Annapurna ainsi que sur les sommets du Dhaulagiri, du Manaslu (au-dessus de 8 000 m) et du Langtang jusqu'à la Vallée de Marsyangdi qui se trouve en dessous de 500m.



Souper à l'hôtel

Nuit en Hôtel The Old Inn, 4****

www.rural-heritage.com/the-old-in



Tours Québec Plus
145, boul. Jutras E.
Tel: 1 819 357 0961

Brigitte Comtois
Victoriaville, QC G6P 4L8

tourqc@toursquebecplus.com

TPS : 128288362R
TVQ : 1010484924

Jr 07 : POKHARA

02 Nov. 24 Samedi Transfert à Pokhara. (76 km/3-4 heures environ)
Après le petit-déjeuner, vous quitterez Bandipur et vous dirigerez vers Pokhara,
En route on verra des champs plus plat avec des cultures de blés et riz; on s'y arrêtera pour interagir avec les gens qui sont a travailler dans les champs. Bien sûr si c'est possible.



À votre arrivée à Pokhara, une belle ville située au pied du massif de l'Annapurna, Visite de la ville avec notre guide et temps libre où vous pourrez explorer la zone riveraine du lac, qui offre une vue imprenable sur la chaîne de montagnes de l'Annapurna ou vous balader dans la ville.

On fera un tour en bateau sur le lac FEWA en soirée.



Souper a l'hôtel

Nuit a l'Hôtel Atihi Resort & Spa, 4**** (2 nuits)

<https://www.atihiresort.com/>

Jr 8 SARANGKOT - POKHARA

03 Nov. Dimanche Tôt le matin, nous nous dirigerons vers Sarangkot pour un magnifique lever de soleil sur l'Himalaya et retournerons à notre hôtel pour le petit-déjeuner.



Tours Québec Plus
145, boul. Jutras E.
Tel: 1 819 357 0961

Brigitte Comtois
Victoriaville, QC G6P 4L8

tourqc@toursquebecplus.com
TPS : 128288362R
TVQ : 1010484924



Après le petit-déjeuner, nous commencerons votre visite touristique de Pokhara en visitant le temple Bindabasini, un célèbre temple hindou dédié à la déesse Bhagwati. Nous visiterons ensuite Devi's Fall, une superbe cascade qui prend sa source dans le lac Phewa et disparaît dans le tunnel souterrain. Ensuite, nous visiterons Gupteshwor Mahadev, une grotte sacrée située près de la chute de Devi. La grotte est dédiée au Seigneur Shiva et possède une formation rocheuse naturelle qui ressemble au Shiva Lingam.

Dans la soirée, nous nous



dirigerons vers la Pagode de la Paix Mondiale, un magnifique monument bouddhiste offrant une vue imprenable sur la chaîne de l'Annapurna et la ville de Pokhara. Nous ferons une courte randonnée jusqu'à la pagode et profiterons de la vue panoramique sur les environs. Nous pouvons également assister au magnifique coucher de soleil depuis la pagode.

Souper LIBRE

Nuit à l'Hôtel Atihi Resort & Spa, Pokhara, 4****

<https://www.atihiresort.com/>

Jour 9 POKHARA - GORKHA

04 Nov Transfert à Gorkha. (110 Km/ 3 heures environ)

Lundi Après le petit-déjeuner et en route pour Gorkha. À votre arrivée visite de la ville et lunch

En après-midi; une randonnée dans le village pour découvrir la vie villageoise et on continuera notre marche de villages

en villages pour connaître la vie rurale, les champs, les différentes cultures ainsi qu'en visitant le majestueux palais perché de Gorkha Bazar.

Il s'agit avant tout d'une place de marché pavée où viennent les habitants des collines voisines. Ca vaut le détour car il offre une très bonne vue sur le charme tranquille qui imprègne un village typique des collines du Népal.



Tours Québec Plus
145, boul. Jutras E.
Tel: 1 819 357 0961

Brigitte Comtois
Victoriaville, QC G6P 4L8

tourqc@toursquebecplus.com

TPS : 128288362R

TVQ : 1010484924

Monastère GORKHA DURBAR :

On espère avoir la possibilité d'entrer dans le monastère et de profiter de la méditation des moines pour nous imprégner de la vie monastique. Une journée riche en scènes de vie et en belles rencontres vous attend alors.

Gorkha Durbar est un palais historique situé au sommet de la colline fortifiée au-dessus de la commune. On pense que le nom de Gorkha dérive du nom de ce sage, dont les bénédictions ont inspiré le roi Prithvi Narayan Shah pour l'unification du Népal. Du haut de la colline au-dessus du palais Gorkha et à l'est du bazar, la vue sur le Manaslu et l'Himalchuli est spectaculaire.



Super inclus

Nuit à l'Hôtel de Gorkha, GORKHA GARDEN HOTEL, 4**** (1 nuit)

<https://gorkhagardenhotel.com/>

Jr 10 GORKHA - KATMANDU

05 Nov. Transfert retour à Katmandou (143 km/2.5h hrs environ)

Mardi Petit-déjeuner à l'hôtel et départ vers 09h. On quitte Gorkha et on retourne à Katmandou

Nous serons au même hôtel qu'à l'arrivée; donc on connaît les aires. Libre d'explorer par vous-même Katmandou ou de faire les derniers achats ou massage ou spa...

<https://trekroute.com/things-to-buy-in-nepal-for-souvenirs/>

Super à Katmandou

Nuit à Katmandou- Hotel Tibet, 4.5**** (2nuits)

<https://hoteltibetintl.com/>



Tours Québec Plus
145, boul. Jutras E.
Tel: 1 819 357 0961

Brigitte Comtois
Victoriaville, QC G6P 4L8

tourqc@toursquebecplus.com

TPS : 128288362R

TVQ : 1010484924

Jr 11 : KATMANDU - PASHUPATINATH

6 Nov. 24 P. déj a l'hôtel

Mercredi Nous visiterons le temple Pashupatinath, l'un des temples hindous les plus importants au monde, situé sur les rives de la rivière Bagmati. Ici, nous assisterons à des rituels hindous et à des cérémonies de crémation qui se déroulent sur les rives du fleuve.

Immersion spirituelle à Pashupatinath : crémation et rituels au bord de la rivière Bagmati



Après nous allons monter dans **un pousse-pousse et explorer Thamel, Ason Market, IndraChowk & Bengal** marché avec un environnement animé de scooters, les klaxons, les poussettes et les kiosques où sont vendus fruits ou légumes frais, les épices et aussi pour apprécier la scène de la rue.

Lunch en cours de route

Le trajet en pousse-pousse se terminera sur la place Durbar de Katmandou où vous visiterez Hanuman Dhoka, l'ancien palais historique de Katmandou nommé d'après le dieu singe Hanuman. C'est le siège historique de la royauté. Dans la distance de marche, vous trouverez le grand temple de Taleju de 1549 AD, la grande statue de pierre de KalBhairav, le Dieu de la destruction. Visitez le temple de Kumari, la résidence de la déesse vivante dans les environs. Kumari signifie la fille vierge. La fille est sélectionnée dans la famille bouddhiste. Le bâtiment a des balcons en bois abondamment sculptés et un écran de fenêtre. Ensuite, un temple très intéressant est Kasthamandap qui est censé être construit à partir d'un tronc d'arbre unique et le nom Katmandu est dérivé de ce temple.



Souper à Katmandu

Nuit à Katmandou- Hotel Tibet, 4.5****

<https://hoteltibetintl.com/>

Tours Québec Plus
145, boul. Jutras E.
Tel: 1 819 357 0961

Brigitte Comtois
Victoriaville, QC G6P 4L8

tourqc@toursquebecplus.com
TPS : 128288362R
TVQ : 1010484924

Jr 12 : KATMANDU - BHUTAN

07 Nov. 24 5 :30 Levée très tôt; 6 :00 P. déj. rapide Et 6 :30 Départ de l'hôtel
Jeudi Accompagné de notre guide francophone; Trf à l'aéroport (30 min) pour embarquer sur notre vol KB -
09 :10 Envol sur Paro (Bhoutan)
10 :30 Arrivé a Paro (15 min de décalage)
Arrivée à Paro (Bhoutan) et transfert à Thimphu (55 km, environ 1h30 de route)

Le vol vers Paro est l'un des plus spectaculaires de tout l'Himalaya. En survolant la chaîne himalayenne depuis Katmandou, le voyage offre des vues fascinantes et une descente passionnante dans le Royaume. Le premier cadeau que le Bhoutan vous fera lorsque vous débarquerez de l'avion sera l'air frais et pur des montagnes. Accueil par notre représentant, continuation vers Thimphu, la capitale du Bhoutan avec un arrêt en route à Chuzom, au confluent des rivières Thimphu et Paro. Trois styles différents de **stupas** ; Tibétains, Népalais et Bhoutanais ornent ce confluent.



À votre arrivée à Thimphu, enregistrement et lunch à l'hôtel.

Capitale du Bhoutan et centre du gouvernement, de la religion et du commerce, Thimphu est une ville unique avec un mélange inhabituel de développement moderne et de traditions anciennes. Thimphu reste un endroit approprié et animé. Abritant des fonctionnaires, des expatriés et des moines, Thimphu conserve un fort caractère national dans son style architectural.



traditionnels et de la ville principale de Thimphu.

Souper à l'hôtel

Nuit à l'Hôtel Tashi Yoedling de Thimphu, 4** ou Similaire (Altitude 2400m). (2 nuits)**

<https://tashiyoedling.com/>

Tours Québec Plus
145, boul. Jutras E.
Tel: 1 819 357 0961

Brigitte Comtois
Victoriaville, QC G6P 4L8

tourqc@toursquebecplus.com
TPS : 128288362R
TVQ : 1010484924

Jour 13

THIMPHU – BUDDA – CHANGANGKHA LHAKHANG -

08 Nov. Le matin, après le petit-déjeuner; visite du **Buddha Point** (Kuensel Phodrang).

Vendredi Visite de **Changangkha Lhakhang**, une forteresse perchée sur une crête au-dessus de Thimphu. Le temple a été construit au XIII^e siècle sur un site choisi par Lama Phajo Drugom Shigpo, originaire du Tibet.

Continuez jusqu'à Sangaygang (tour BBS) et pour voir les champs de drapeaux de prière et on y descendra pour y prendre de magnifiques photos. J'y étais en 2014 Vous verrez également la belle vue sur la vallée de Thimphu.



Retour à votre hôtel pour le déjeuner.

Après le déjeuner, visitez le marché du week-end

Ensuite, arrêt à Dechen Phodrang, un palais de grand bonheur au-dessus de TashiChhoDzong. Vous verrez des moines dans le temple faire leurs rituels et prières quotidiens. Vous pouvez vous asseoir avec le moine à l'intérieur du temple et pratiquer la méditation avec lui.



Si le temps le permet : on fera une dernière visite avant de retourner à votre hôtel est la visite de **Trashichhoe Dzong**, une impressionnante forteresse/monastère qui abrite le bâtiment du Secrétariat, la salle du trône de Sa Majesté le Roi et divers bureaux gouvernementaux. C'est également la résidence d'été de l'abbé en chef et du corps central des moines.

Souper à l'hôtel

Nuit à l'Hôtel Tashi Yoedling de Thimphu, 4** ou Similaire (Altitude 2400m). (2 nuits)**

<https://tashiyoedling.com/>

Tours Québec Plus
145, boul. Jutras E.
Tel: 1 819 357 0961

Brigitte Comtois
Victoriaville, QC G6P 4L8

tourqc@toursquebecplus.com
TPS : 128288362R
TVQ : 1010484924

Trashichhoe Dzong



Jr 14 **Thimphu – Punakha (75 km, 3 heures environ)**

09 Nov Après le petit-déjeuner, dirigez-vous vers le col Dochu-la (3 088 m/ 10 130 pieds) en vous arrêtant
Samedi brièvement ici pour admirer la vue et admirer le chorten, le mur de mani et les drapeaux de prière qui
 décorent le point culminant de la route. Si le ciel est dégagé, les sommets suivants sont visibles depuis ce
col (de gauche à droite) : Masagang (7 158 m), Tsendagang (6 960 m), Terigang (7 060 m), Jejegangphugang (7 158 m),
Kangphugang (7 170 m), Zongphugang (7 060 m), une montagne de table qui domine la région isolée de Lunana – enfin
Gangkarpuensum, le plus haut sommet du Bhoutan à 7 497 m.



Tours Québec Plus
145, boul. Jutras E.
Tel: 1 819 357 0961

Brigitte Comtois
Victoriaville, QC G6P 4L8

tourqc@toursquebecplus.com
TPS : 128288362R
TVQ : 1010484924

Continuez vers Punakha, qui a servi de capitale du Bhoutan jusqu'en 1955. Bénéficiant d'un climat tempéré et alimentée par les rivières Pho Chhu (mâle) et Mo Chhu (femelle), Punakha est la vallée la plus fertile du pays.

En route, faites une courte randonnée jusqu'au temple de la fertilité ou ChimmiLhakhang, « Chimmi » ne signifie littéralement « Pas de chien ». Le sentier menant à ChemiLhakhang dure environ 30 minutes et traverse les terres agricoles du village de Lobesa.



En vous promenant, vous aurez l'occasion de voir des agriculteurs au travail. Vous pouvez communiquer avec les agriculteurs.

Déjeuner dans une ferme avec un plat traditionnel bhoutanais. Ils vous feront visiter leur ferme et vous expliqueront comment ils vivent au quotidien. Vous pouvez également voir les activités de traite des vaches et comment elles fabriquent du fromage et du beurre.

Continuation sur Punakha jusqu'à la forteresse du XVIIe siècle, **Punakha Dzong**. La forteresse est située à la jonction des deux rivières et est le deuxième plus ancien des Dzongs du Bhoutan. Au cours de sa vie, il a survécu à six incendies, deux inondations, deux tremblements de terre et aux sièges interminables des armées tibétaines.

Tout l'intérieur est fait de bois sculpté; c'est un monument magnifique

Dîner à l'hôtel

Nuit à l'Hôtel Khuru Resort, 4****
Punakha (Altitude 1300m)



Tours Québec Plus
145, boul. Jutras E.
Tel: 1 819 357 0961

Brigitte Comtois
Victoriaville, QC G6P 4L8

tourqc@toursquebecplus.com

TPS : 128288362R

TVQ : 1010484924

Day 15 **PUNAKHA – PARO** (125km, 4.5 hrs drive)

10 Nov Petit déjeuner, transfert à Paro

Dimanche Paro est également l'une des vallées les plus fertiles du Royaume, produisant une grande partie du célèbre riz rouge de ses champs en terrasses. On s'arrêtera s'il y en a en culture.



Arrêtez-vous à Dochu la Pass pour une pause et continuation sur Paro. L'arrêt à notre arrivée à Paro à notre hôtel

Après le déjeuner; **Visite de Paro sera à Ta Dzong**. Une fois une tour de guet, construit pour défendre Rinpung Dzong pendant les guerres inter-vallée du 17ème siècle, Ta Dzong a été inauguré comme Musée National du Bhoutan en 1968. Aujourd'hui, il abrite une collection fascinante d'art, de reliques, de peintures religieuses Thangka et de timbres-poste exquis du Bhoutan. La forme circulaire des musées met en valeur ses collections variées réparties sur plusieurs étages.



Retour à votre hôtel en fin de la journée à Paro

Dîner à l'hôtel

Nuit à l'hôtel Tashi Namgay Resort & Spa à Paro, 5*** (2 nuits)**

<https://www.tashinamgayresort.com/>

Tours Québec Plus
145, boul. Jutras E.
Tel: 1 819 357 0961

Brigitte Comtois
Victoriaville, QC G6P 4L8

tourqc@toursquebecplus.com
TPS : 128288362R
TVQ : 1010484924

Jr 16 TIGER NEST – NID DU TIGRE MONASTERE ou Taltsjang

11 Nov P. déj a l'hôtel et départ pour notre excursion au monastère le plus connue du Bhutan. Pour y avoir
Lundi monter c'est vraiment une expérience unique et un ressourcement. (marche de 2 – 3 hres)

Excursion à pied au monastère de Taktshang : perché sur le flanc d'une falaise à 900 m au-dessus du fond de la vallée de Paro. On dit que Guru Rinpoché est arrivé ici sur le dos d'une tigresse et a médité dans ce monastère, d'où son nom de « Nid du Tigre ». Ce site a été reconnu comme un lieu très sacré et visité par Shabdrung Ngawang Namgyal en 1646 et maintenant visité par tous les Bhoutanais au moins une fois dans leur vie. Le 19 avril 1998, un incendie a gravement endommagé la structure principale du bâtiment, mais ce joyau bhoutanais a retrouvé sa splendeur d'origine.

Le déjeuner sera en route à la cafétéria Taktshang.



Après-midi libre à Paro pour des activités personnelles / découverte de la charmante ville à l'architecture traditionnelle de Paro, ainsi que quelques possibilités de shopping, massage, spa, etc..

Dîner a l'hôtel

Nuit a l'hôtel Tashi Namgay Resort & Spa à Paro, 5***** (2 nuits)

<https://www.tashinamgayresort.com/>

Tours Québec Plus
145, boul. Jutras E.
Tel: 1 819 357 0961

Brigitte Comtois
Victoriaville, QC G6P 4L8

tourqc@toursquebecplus.com
TPS : 128288362R
TVQ : 1010484924

Jr 17 **PARO - KATMANDU**

12 Nov. **4 :00 Trf a l'aéroport - On aura une boite a lunch pour p. déj.**

Mardi **7 :10 Envol Paro Katmandu sur KB** **8 :10 Arrivée à Katmandou.**

En route vers l'aéroport pour prendre le vol vers Katmandu (1h de vol). Les formalités de sortie
Arrivée a Katmandu : Visite du Bouddhanath Stupa qui est situé à 6 km à l'est du centre-ville de Katmandou, c'est le plus grand stupa de la vallée et l'un des plus grands au monde. S'élevant à une hauteur de 36 mètres, il présente un stupa captivant orné de centaines de moulins à prières et de 108 petites images de Bouddha. Les quatre côtés du stupa présentent les yeux vigilants du Seigneur Bouddha, attirant les bouddhistes qui se rassemblent ici pour des rituels sacrés lors des fêtes bouddhistes.

Nous aurons la possibilité d'entrer et d'interagir avec les moines. Méditation, discussion, chants
Le guide francophone nous guidera pour participer a une des séances de méditation.



Après cette visite on rentre à notre hôtel et vous aurez du temps libre pour explorer par vous-même

Lunch LIBRE

Reste de la journée libre; nous gardons nos chambres jusqu'à notre départ (Il faudra se reposer car on se lève très tôt ce matin en partance de Paro et on prend notre vol pour Montréal en soirée pour plusieurs heures de vol)

19 :30 Dîner spectacle d'adieu dans un restaurant népalais traditionnel, boisson incluses alcoolisées ou non.

22 :30 Trf a l'aéroport de Tribhuvan, KTM

23 :00 Enregistrement au comptoir QATAR AIRWAYS

Tours Québec Plus
145, boul. Jutras E.
Tel: 1 819 357 0961

Brigitte Comtois
Victoriaville, QC G6P 4L8

tourqc@toursquebecplus.com
TPS : 128288362R
TVQ : 1010484924

Jr 18 : KATMANDU – DOHA – MONTRÉAL

13 Nov. Envol sur Doha, Qatar
Mercredi 02 :15 Envol sur Doha

QR645 13 NOV. KTM 02h15 DOH 05h05 (5h35 vol)
QR763 13 NOV. DOH 08h25 YUL 14h00 (13h35 vol)

PRIX PAR PERS. OCC DOUBLE	\$ 10 350.
RABAIS 400\$ si payé chèque ou virement	\$ 9 950.
Supp. Occupation simple	\$ 950.

Ce forfait comprend:

- ✚ Vol Int'l sur les ailes de QATAR AIRWAYS via Doha
- ✚ Vol Int'l Népal vers Buthan allé/retour
- ✚ Accompagné par Brigitte Comtois de Tours Quebec Plus
- ✚ Autocar ou mini bus grand confort pour tout le circuit
- ✚ Guide Francophone pour tout le circuit accompagné de guide anglophone
- ✚ Hôtel 4**** et 5***** en chambres DBL/TWIN en pension complète. [Sauf les jours 08 et 17]
- ✚ Visites touristiques et activités nécessaires selon l'itinéraire.
- ✚ Frais d'entrée aux monuments
- ✚ Promenade en pousse-pousse à Thamel.
- ✚ Peinture Thangka à Bhaktapur.
- ✚ Yoga à Nagarkot.
- ✚ Interagissez avec les moines et séance de méditation à Boudhanath
- ✚ 01 Dîner spectacle d'adieu au restaurant népalais authentique boissons incluses (alcool ou non)
- ✚ Visa Buthan inclus
- ✚ Assistance et transferts aéroport – hôtel & vice versa,
- ✚ Taxes

Ce forfait ne comprend pas :

- ✚ Assurance voyage
- ✚ Visa au Népal
- ✚ Articles de nature personnelle tels que boissons, alcool, blanchisserie et frais d'appareil photo, etc.
- ✚ 2 Repas, boissons et boissons supplémentaires autres que ceux mentionnés dans les programmes,
- ✚ Pourboires de 200\$ US pour chambres, guides, chauffeurs, bagages, etc. que vous mettez dans une enveloppe a votre nom et que je ramasserai au début du voyage rendu au Népal.

Tours Québec Plus
145, boul. Jutras E.
Tel: 1 819 357 0961

Brigitte Comtois
Victoriaville, QC G6P 4L8

tourqc@toursquebecplus.com
TPS : 128288362R
TVQ : 1010484924



Brève introduction : Terre de l'Himalaya

Le Népal en bref

Le Népal, le pays de l'Himalaya, est un incontournable pour tout voyageur : l'Himalaya d'une beauté époustouflante, le mélange de cultures, les habitants sympathiques et les activités d'aventure. Il propose la visite et l'exploration des sites du patrimoine mondial de l'UNESCO de la vallée de Katmandou, " Le Népal est un pays de l'Himalaya, enclavé, bordé au nord par la République populaire de Chine, région autonome du Tibet, au sud, à l'ouest et à l'est par l'Inde (...)

L'**Himalaya**, littéralement « demeure des neiges », ou chaîne de l'Himalaya, est un ensemble de chaînes de montagnes s'étirant sur plus de 2 400 km de long et large de 250 à 400 km, qui sépare le sous-continent indien du plateau tibétain dans le sud de l'Asie. Il débute à l'ouest au Nanga Parbat au Pakistan et se termine à l'est au Namche Barwa au Tibet. Cet ensemble montagneux, délimité à l'ouest par la vallée du fleuve Indus et à l'est par la vallée du fleuve Brahmapoutre, couvre une aire d'environ 600 000 km².

L'Himalaya abrite les plus hautes montagnes du monde, soit les 14 sommets qui culminent à plus de 8 000 mètres d'altitude, dont le mont Everest (8 848 mètres), le plus haut de tous. Ces hauts sommets ont donné lieu à de nombreuses expéditions d'alpinistes renommés et ont tous été conquis.

La limite supérieure des forêts se situe à 3 900 m et la limite inférieure des neiges éternelles vers 5 000 m²."

Wikipedia

Tours Québec Plus
145, boul. Jutras E.
Tel: 1 819 357 0961

Brigitte Comtois
Victoriaville, QC G6P 4L8

tourqc@toursquebecplus.com
TPS : 128288362R
TVQ : 1010484924



Faits et chiffres

Localisation : Entre l'Inde et la région autonome tibétaine de la République de Chine

Superficie : 147 181 kilomètres carrés

Capitale : Katmandou

Localisation : Situé entre la Chine au nord et l'Inde au sud, à l'est et à l'ouest

Population : 25,8 millions

Personnes : Le Népal compte plus de 106 groupes ethniques/castes et 100 langues parlées.

Langue : Le népalais est la langue nationale ; les personnes impliquées dans les voyages et le commerce comprennent et parlent également l'anglais.

Religion : Le Népal est un État laïc avec une prédominance de population hindoue et bouddhiste.

Système politique : République fédérale démocratique

Climat : Le Népal a quatre grandes saisons (1) hiver : décembre-février, (2) printemps : mars-mai, (3) été : juin-août, (4) automne : septembre-novembre. Le Népal peut être visité toute l'année.

Tours Québec Plus
145, boul. Jutras E.
Tel: 1 819 357 0961

Brigitte Comtois
Victoriaville, QC G6P 4L8

tourqc@toursquebecplus.com
TPS : 128288362R
TVQ : 1010484924