Tibet, sur le Toit du Monde



Jours:	13
Prix:	1680 EUR Vol international non inclus
Confort:	★★★★☆
Difficulté:	★★★☆☆

Paysages Spiritualité
Les incontournables

Terre spirituelle, le Tibet nous conduit non seulement à la découverte de sa culture bouddhiste et de son peuple enraciné dans la tradition mais nous dévoile aussi l'incroyable beauté de ses hauts plateaux, de ses imposantes montagnes aux sommets enneigés et de ses lacs sacrés.

Ce circuit de 13 jours au Tibet vous conduit au pied du toit du monde, le mont Everest. Mais avant ça, nous nous immergerons dans la culture bouddhiste tibétaine avec la visite de ses plus beaux temples, palais et monastères. Nous emprunterons les plus belles routes à travers les montagnes pour atteindre ses petits villages reculés et le monastère le plus haut du monde, le monastère de Rongphu. Notre périple tibétain prendra fin à Lhassa où nous découvrirons le célèbre palais du Potala.

Jour 1. (Lundi, Jeudi, Samedi) : Départ de Paris



Chengdu

- Réservation du vol Air China (vol direct) au départ de Paris CDG à 13h00, direction la Chine et Chengdu.

Jour 2. Bienvenue au Tibet



Chengdu
- 1h
Lhassa
Tsedang

- Arrivée à Chengdu, nous faisons une petite escale rapide avant de nous envoler pour pour Lhassa, capitale du royaume tibétain.
- Arrivée à Lhassa, nous sommes accueillis par notre guide francophone qui nous accompagnera tout au long de notre séjour au Tibet. Nous prenons ensuite la route pour Tsétang, une petite ville d'altitude située à environ 160 km de Lhassa. Nous déposons nos affaires à l'hôtel.
- Notre première journée se poursuit avec la visite du fort Yongbulakhang. Premier palais construit au Tibet, le monastère est perché sur les hauteurs offrant un superbe panorama sur les environs. Pas très grand, cet ancien palais est recouvert de splendides fresques murales aux couleurs vives.

Hébergement	Hôtel 4 étoiles

Jour 3. Visite de Tsetang



Tsedang
50km - 1h 30m
Monastère de Samye
55km - 1h 30m
Changzhuzhen
5km - 15m
Tsedang

- Ce matin, nous prenons la route pour le monastère de Samyé, tout premier temple bouddhiste fondé au Tibet. Dans une atmosphère unique et sereine, le monastère surprend par sa forme particulière de mandala. Au sein du monastère, nous découvrons plusieurs édifices aux styles chinois, tibétains et indiens.
- L'après midi, nous partons au monastère de Traduk situé dans le village de Changzhu près de Tsetang. Ce petit monastère a été reconstruit en 1982 mais a conservé tout son charme de l'ancien. Sur place, nous pourrons admirer le tangkha indien orné de milliers de perles.

Petit déjeuner	Hôtel 4 étoiles
Hébergement	Hôtel 4 étoiles

Jour 4. La vieille cité de Gyantsé



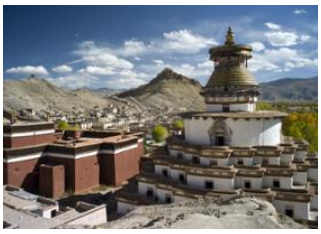
Tsedang
- 5h
Gyantse

- Après le petit déjeuner, nous partons pour Gyantsé. Sur la route nous passons par le magnifique lac Yamdrok, l'un des trois plus grands lacs sacrés du Tibet. Entouré de montagnes enneigées qui se reflètent dans ses eaux bleues turquoise, le lac d'altitude s'étend sur 638 km².
- Nous nous arrêtons ensuite au grand monastère de Mindroling, l'un des six grands monastères de l'école Nyingmapa du bouddhisme tibétain. La visite nous fera découvrir ses différentes salles dans lesquelles sont exposées des statues, des reliques et textes sacrés.

  Nous reprenons la route à travers un paysage fabuleux. Nous pouvons observer un magnifique glacier.
- Nous arrivons à Gyantsé en fin d'après midi. Nous profitons des dernières lumières du jour pour monter au **fort de Gyantsé** et apprécier la superbe vue sur la vallée et la ville. Le Dzong de Gyantsé renferme de nombreux secrets d'histoire concernant le conflit tibétain – britannique et l'invasion britannique en 1904.

Petit déjeuner	Hôtel 4 étoiles
Hébergement	Hôtel 3 étoiles

Jour 5. Le Monastère de Pelkor



Gyantse
95km - 2h
Shigatse

- Ce matin, nous partons visiter le monastère de Pelkor, et la vieille ville de Gyantsé. Le Monastère de Pelkor est connu à travers le pays pour son implication dans l'histoire du bouddhisme tibétain mais aussi pour son imposant **Kumbum**.
- Nous reprenons la route pour Shigatsé. Sur le chemin nous faisons un stop pour découvrir une **fabrique de Tsampa**. Nous nous arrêtons également pour une petite visite du joli **village de Shalu** et de son monastère, datant du XIe siècle. Ce temple bénéficia d'œuvres de restauration au XVe siècle avec l'appui de l'empire mongol. Il se différencie des sanctuaires tibétains de son toit d'influence chinoise aux tuiles jaunes et vertes.

Petit déjeuner	Hôtel 3 étoiles
Hébergement	Hôtel 3 étoiles

Jour 6. A la découverte de Shigatse



Shigatse

- Aujourd'hui nous partons découvrir le marché de Shigatsé où les étales de fruits et légumes côtoient les petits stands de souvenirs. Nous poursuivons au monastère de Tashilunpo, résidence traditionnelle du deuxième chef spirituel tibétain, le Panchen Lama. Nous y découvrons la plus grande statue de bronze du monde, construite en 1904 pour le Bouddha du futur Maitreya.

  Après le déjeuner, nous partons pour un petit pèlerinage d'une heure autour du monastère avant de nous arrêter au marché local
- En fin de journée, nous visitons le Palais d'été des panchen lamas, ancienne résidence du deuxième chef spirituel du Tibet, le Panchen Lama. Récemment rénové, le palais offre un mélange de tradition et de modernité le tout dans une ambiance de relaxante bienvenue.
- Puis, en soirée, nous poursuivons avec la visite du musée de Wordo qui abrite une collection privée d'un ancien moine de Tashilumpo.

Petit déjeuner	Hôtel 3 étoiles
Hébergement	Hôtel 3 étoiles

Jour 7. Rongphu, le plus haut monastère du monde



Shigatse
335km - 6h
Rongbuk

- Aujourd'hui nous prenons la route pour le monastère Rongbuk. La route emprunté est considérée comme l'une des hautes du monde (avec une moyenne de 5000 mètres d'altitude et des passages à plus de 5200 mètres).
- A notre arrivée à Rongbuk, nous nous installons dans notre guesthouse (confort très simple, pas de sanitaires) avant de visiter le monastère de Rongphu, le plus haut monastère du monde situé au pied de l'Everest. Sa construction modeste se fond à la perfection avec les montagnes en toile de fond. Les moines sur place s'efforcent de conserver toute l'authenticité des lieux et seront ravis de nous faire découvrir la grotte du Guru Rimpoche si leur disponibilité leur permet.

Petit déjeuner	Hôtel 3 étoiles
Hébergement	Guest house

Jour 8. L'école bouddhique de Sakya



Shigatse
235km - 4h 40m
Sakya (3800m)
150km - 2h 50m
Shigatse

- Ce matin, nous nous réveillons tôt pour admirer le levé de soleil sur l'Everest.
- Puis, direction Sakya pour son école et son monastère. Fondée en 1073, le monastère abrite l'une des quatre principales grandes écoles vivantes du bouddhisme tibétain. L'architecture médiévale mongole du monastère diffère de celle des temples de Lhassa.
- Nous rentrons ensuite à Shigatse.

Petit déjeuner	Guest house
Hébergement	Hôtel 3 étoiles

Jour 9. En route pour la capitale du Tibet



Shigatse
270km - 4h
Lhassa

- Aujourd'hui, nous regagnons Lhassa. Nous longeons l'immense fleuve Brahmapoutre long de 2900 km qui traverse le Tibet, l'Inde et le Bangladesh. En chemin, nous nous arrêtons dans une fabrique d'encens artisanal.
- L'après-midi, nous visitons l'Université monastique de Sera, toujours en activité. Nous y rencontrons moines et pélerins.

Petit déjeuner	Hôtel 3 étoiles
Hébergement	Hôtel 3 étoiles

Jour 10. Le Monastère de Potala



Lhassa

- Cette journée nous conduit à la découverte de Lhassa. Ce matin nous visitons le célèbre palais du Potala et entamons une marche (kora) autour du palais en compagnie des pèlerins tibétains. Le Potala trône au centre de Lhassa sur la colline de Marpori. Véritable joyaux du bouddhisme tibétain, c'est à la fois la forteresse religieuse et administrative du Tibet.
- Nous continuons nos visites par le Norbulingka, autrement dit le palais d'été des Dalaï-Lama. Inscrit sur la liste du Patrimoine mondiale de l'Unesco, ce palais renferme une grande richesse culturelle et de magnifiques jardins.
- Après le déjeuner, nous partons pour le monastère de Jokhang, considéré comme l'un des temples les plus sacré des tibétains. Lieu important de pèlerinage, nous entamons une marche autour du monastère sur le chemin du Barkhor.

Petit déjeuner	Hôtel 3 étoiles
Hébergement	Hôtel 3 étoiles

Jour 11. Excursion autour de Lhassa



Lhassa
55km - 1h 30m
Monastère de Ganden
55km - 1h 30m
Lhassa

- Nous partons Ganden découvrir son monastère situé dans les vallées verdoyantes de la région de Lhassa. Le monastère de Ganden est l'un des trois plus importants monastères de Lhassa et beaucoup le considère comme le plus beau.
- L'après-midi, nous visitons l'ensemble des **grottes Drak Yerpa**, creusée à même la montagne et aménagées en petite loges. Le monastère de Drak Yerpa est situé à une altitude de 4885 mètres, il est devenu l'un des quatre principaux domaines de méditation au Tibet.

Petit déjeuner	Hôtel 3 étoiles
Hébergement	Hôtel 3 étoiles

Jour 12. Vol retour sur Chengdu



Lhassa
- 1h
Chengdu

- Nous disposons de la matinée, avant d'être transférés à l'aéroport de Lhassa pour notre vol en direction de Chengdu (16h30).

Petit déjeuner	Hôtel 3 étoiles

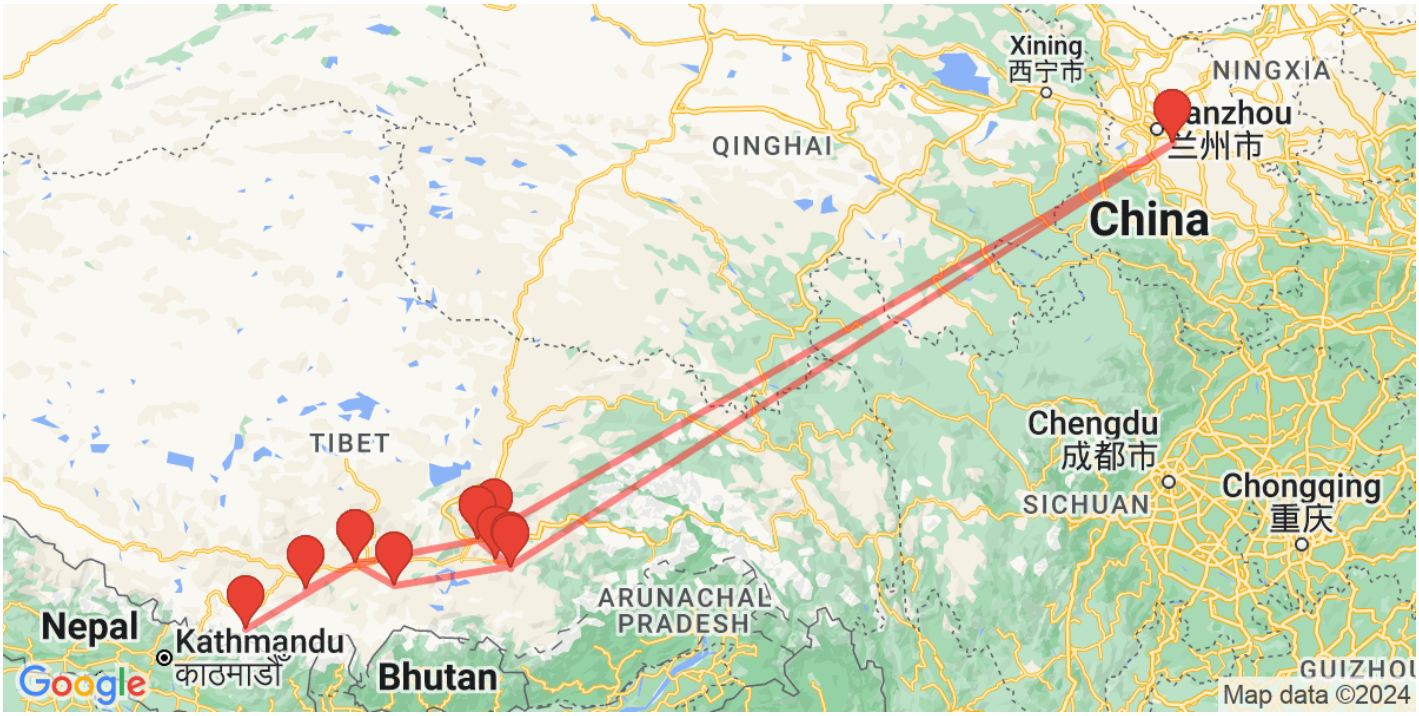
Jour 13. Arrivée à Paris

Chengdu

- Escale à Chengdu puis vol retour à 1h40.

  Le matin, nous arrivons à 07h20, à Paris.

Carte itinéraire



Tarif par personne pour un circuit privatisé

2-2	4-4	6-6
2390 EUR	1690 EUR	1680 EUR

- vol direct pour Chengdu sur Air China, plus l'aller-retour pour Lhassa : 900€ par personne*
- Prix à partir de, sous réserve de disponibilité

Inclus

- Ce tarif "Circuit Tibet" comprend :
- Les hôtels de charme et standard mentionnés avec petit-déjeuner tous les jours
- Petit-déjeuner seulement si 1 à 5 personnes, et pension complete si plus de 6 personnes
- Guide francophone tibétain de qualité pendant tout le voyage
- Tous les transports en minibus privatif
- Le permit d'entrée pour le Tibet
- Les tickets d'entrées pour toutes les visites, activités
- Les repas selon la base ci-dessus
- Paiement par carte bancaire en France, pour profiter de vos assurances de voyages offertes

Non inclus

- Ce tarif "Circuit Tibet" ne comprend pas :
- Vols Paris-Lhassa A/R avec Air China (900€ par personne)
- Les frais de visa chinois (160€ par personne)
- Les pourboires aux guides et chauffeurs (40€ par personne pour l'ensemble du séjour)
- Les assurances de voyage, activités complémentaires, dépenses personnelles
- Supplément chambre individuelle de 330€

- Garanties de notre agence de voyage française (assurance pro, garantie des fonds déposés)