CIRCUIT / TREKKING

TRESORS CACHES DU NEPAL

(19 JOURS)

REF CN 11

C'est un magnifique voyage d'une extra- ordinaire richesse que nous vous proposons dans cet itinéraire. Le Népal regorge de richesses insoupçonnées et de trésors restés secrets, c'est ce Népal là que nous voulons vous faire découvrir via un itinéraire intimiste dont la moitié n'a quasiment jamais été parcouru par des occidentaux. Extrêmement varié, ce programme de 19 jours consiste en 3 petits treks tous plus différents les uns que les autres.

Le séjour débutera avec la vallée de Kathmandu et ses joyaux architecturaux, pour rapidement embarquer vers le centre du pays, au cours du trek des Chepang Hills dont la région abrite une ethnie qui jusqu'à récemment vivait de façon nomade (chasseurs de miel et chercheurs d'or). Ce trek vous conduira doucement vers le Chitwan où vous continuerez votre trek au cœur de la jungle en logeant chez l'habitant dans des villages resté traditionnels.

Puis vous remonterez en direction de Tansen pour réaliser un trek court à la découverte du Rani Mahal (Traduction : Le Palais des Reines) et des villages typiques des campagnes Népalaises n'ayant jamais connu les touristes occidentaux. Enfin, vous remonterez encore, direction les Annapurnas et leur capitale Pokhara, une magnifique ville lacustre où il fait bon se promener paisiblement.

C'est un Népal nouveau que nous vous proposons ainsi de découvrir, un Népal authentique, loin du tourisme de masse, un Népal des campagnes et des traditions restées préservées.

CIRCUIT / TREKKING
TRESORS CACHES DU NEPAL
(19 JOURS)
REF CN 11

Niveau : 7/10 – Soutenu (nombreuses visites)
Encadrement : Guide népalais anglophone de trek + guide naturaliste anglophone dans la jungle + accompagnateur Français
Taille du groupe : 2 à 8 participants
Hébergement : Hôtels / Lodges et chez l'habitant
Période concernée : De septembre à mai

TARIFS :

Base 4 personnes : 1 590 € par personne

Base 5 personnes : 1 490 € par personne

Base 6 personnes : 1 390 € par personne

Notre prix comprend :

- Vos transferts aller/retour aéroport-hôtel en taxi, vos transports d'acheminement vers les treks en Jeep privée
- Vos nuitées conformément au programme - petit déjeuner inclus
- Vos repas (base plat de résistance) conformément au programme
- Le repas de fin de séjour avec l'équipe de l'agence
- 3 Thés ou cafés par jour
- Les visites payantes et permis de trek dans le cadre du programme
- Votre encadrement (guide anglophone de trek + guide naturaliste anglophone + 1 porteur pour 2 clients)
- Accompagnateur Français connaissant parfaitement le Népal
- Votre pochette d'accueil remise à votre arrivée au Népal

Notre prix ne comprend pas :

- Vos frais administratifs et personnels (assurance personnelle, frais de visa…)
- Votre billet d'avion international
- Vos repas à Katmandou les soirs et lors des journées libres
- Vos éventuels transports, visites payantes et repas lors des journées libres
- Les pourboires de votre équipe d'encadrement
- Toutes les boissons
- Tout surcoût engendré par une modification de votre part

L'originalité du circuit : encadrement par un accompagnateur en montagne Français.

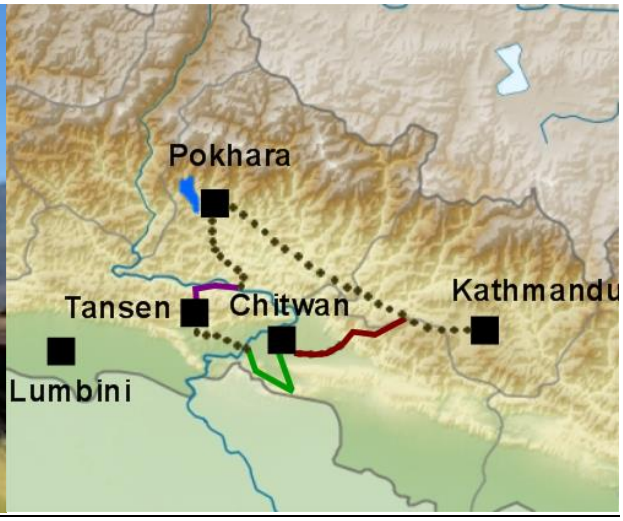
Ce circuit est né d'un projet commun avec notre ami Philippe Guyot, accompagnateur en moyenne montagne dans le Vercors, grand amoureux du Népal depuis des décennies et grand défricheur de nouveaux itinéraires. Notre amour commun du Népal a fait naître une volonté de proposer autre chose que des circuits préfabriqués, standardisés et dont toujours les mêmes personnes tirent des bénéfices. C'est ainsi qu'est né le Panauti Mandala et aujourd'hui le circuit des Trésors Cachés du Népal. Philippe, en grand connaisseur du Népal qu'il est, sera donc accompagnateur durant tout le séjour. Sa longue expérience d'encadrement associée à celle d'un de nos guides Népalais apporteront à ce groupe une véritable qualité de prise en charge.

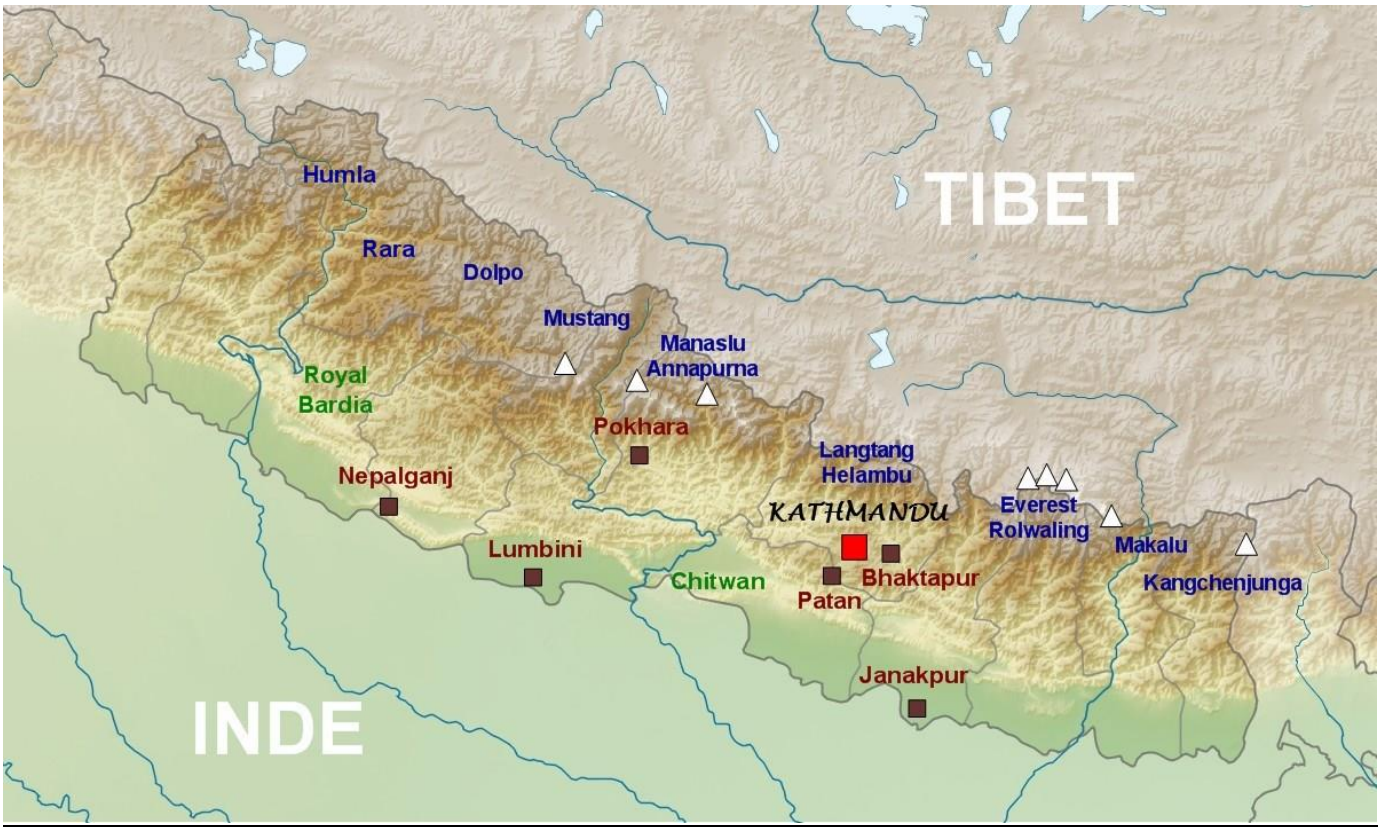
Repas de fin de séjour :

Notre équipe met un point d'honneur sur la proximité, l'échange et le partage d'expérience entre le client et l'organisateur de son voyage. C'est pourquoi nous avons l'honneur de vous convier à un repas de fin de séjour organisé par Nepatrek dans un restaurant de confort, durant lequel nous pourrons discuter ensemble de votre ressenti à chaud sur ce voyage et passer un bon moment ensemble avant votre retour en France.
Vous pourrez ainsi nous décrire vos émotions et nous donner des suggestions pour toujours améliorer notre qualité d'accueil et de service.

NEPATREK
bien plus qu'un voyage...

PROGRAMME





Jour 1 : Arrivée à Katmandou (1350m) – accueil à l'aéroport. Transfert vers votre guest-house à Buddhanilkanta, haut lieu du Bouddhisme méconnu des touristes, au pied des montagnes dominant Kathmandu. Reste de la journée libre. Vous pourrez par exemple vous promener dans ce quartier qui est un des plus hauts lieux spirituels de la ville, à la découverte du petit temple Hindouiste en forme de pagode et aussi du grand Bouddha couché. (la légende dit qu'à chaque fois que le roi du Népal venait visiter le lieu, la statue de Bouddha se levait pour le saluer). Le choix de ce quartier n'est pas par hasard, mais tout simplement pour rester dans notre démarche de vous présenter un Népal différent, loin des flux de touristes. Nuit en guest house simple mais confortable.

PROGRAMME

Jour 2 : Katmandou ; le matin, transfert en taxi pour une visite du quartier historique de de Kathmandu. Un taxi vous y déposera en quelques minutes, puis vous déambulerez dans les magnifiques ruelles de Tahiti et Asan Tole (les quartiers populaires et marchands), Kathmandu Durbar Square (le quartier de temples de Kathmandu) et Swayambunath (stupa niché au sommet d'une colline dominant toute l'agglomération de Kathmandu). Une belle journée de visite pédestre. En fin d'après-midi, transfert retour à votre guest-house en taxi. Nuit à votre guest house à Buddhanilkanta. Petit-déjeuner et déjeuner inclus.

Jour 3 : Départ tôt le matin en véhicule privé pour Hugdi Bazar (300m – 4h de route), puis marche jusqu'à Hattibang (1410m), village traditionnel de la culture Chepang composé de maisons de pure architecture rurale Népalaise (briques en terre séchée). Dès le premier jour, vous aurez déjà l'occasion de découvrir de magnifiques paysages de moyenne montagne et même une vue splendide sur l'Himalaya. 5h de marche. Nuit en lodge communautaire ou chez l'habitant (selon disponibilités et taille du groupe). Petit-déjeuner, déjeuner et dîner inclus.

Jour 4 : Marche jusqu'à Jyandala (1670m), un village traditionnel Chepang (l'ethnie locale majoritaire – les Chepang étaient avant un peuple nomade ne vivant que de la nature et ses richesses, aujourd'hui la majorité des Chepang se sont sédentarisés dans les montagnes dominant le Chitwan). 4h de marche. Reste de la journée libre pour découvrir ce beau village authentique et les alentours qui offrent de belles vues sur la campagne et ses vallons. Nuit en lodge communautaire ou chez l'habitant (selon disponibilités et taille du groupe). Petit-déjeuner, déjeuner et dîner inclus.

Jour 5 : Marche jusqu'à Upardanggadhi (1275m), via le Siraichuli (1945m – le sommet du trek depuis lequel vous pourrez admirer au nord les massifs du Dhaulagiri, des Annapurnas, du Manaslu, du Langtang, et du Gauri Shankar et au sud la plaine du Chitwan). Environ 7h de marche. L'endroit est particulièrement intéressant car il s'agît d'un site exceptionnel pour voir de nombreuses espèces d'oiseaux (rappelons que le Chitwan en abrite plus de 600 espèces !), mais aussi au niveau culturel et historique. Cette journée de trek est orientée face à la plaine du Chitwan et constituait dans le passé un lieu stratégique pour la défense de la vallée. Un fort y a été installé dans le passé, il en reste quelques traces. Nuit en lodge communautaire ou chez l'habitant (selon disponibilités et taille du groupe). Petit-déjeuner, déjeuner et dîner inclus.

PROGRAMME

Jour 6 : Marche jusqu'à Shaktikor (350m) en environ 4h. Vous pénétrez maintenant aux portes du Chitwan. Ce village est le village à l'initiative du projet communautaire des Chepang. Après-midi libre pour vous permettre soit de visiter le village et aller à la rencontre de ses habitants, ou réaliser une petite excursion aux alentours du village, dans une nature de toute beauté. Nuit en lodge communautaire ou chez l'habitant (selon disponibilités et taille du groupe). Petit-déjeuner, déjeuner et dîner inclus.

Jour 7 : Marche jusqu'à Rasauli (300m) via les collines de Kankali Danda (environ 500m). Le chemin suivra quelques instants la piste longeant la Kayar Khola jusqu'au Kalika Temple et bifurquera rapidement sud-est en direction de Rasauli par un sentier d'agriculteurs traversant une forêt et les cultures agricoles. Estimation du temps de marche : 5h. Une fois arrivés à ce hameau, courte visite, puis transfert rapide jusqu'à Sauraha (185m), le camp de base de votre trek dans la jungle. 30 minutes de route en véhicule privé. Installation dans un lodge de pur style tropical, doté d'un magnifique jardin où vous apprécierez de vous reposer. Après vous être rafraichis, petite marche le long de la rivière Rapti pour admirer le coucher du soleil et observer paisiblement la nature. Nuit en lodge. Petit-déjeuner, déjeuner et dîner inclus.

Jour 8 : Tôt le matin, début du trek dans la jungle. Vous embarquerez dans une pirogue pour 2h de descente de la rivière Rapti jusqu'à Jarneli Post, puis vous passerez sur la rive opposée (côté parc national) pour pénétrer la jungle et la traverser de part en part jusqu'à un petit village de la Madi Valley (200m) à la frontière Indienne. Compter 6h de marche. Cette localité est une des zones du Népal les plus enclavées, nichée entre le Chitwan National Park et la Valmiki Tiger Reserve indienne. La région a conservé son caractère et surtout il s'agît d'un des meilleurs endroits d'Asie pour avoir une chance d'observer un tigre du Bengale. Nuit chez l'habitant dans une habitation traditionnelle de culture Tharu faite en briques de terre séchée. Petit-déjeuner, déjeuner et dîner inclus.

Jour 9 : Promenade dans la jungle du sud de la Madi Valley, dans le corridor de Valmiki Tiger Reserve, puis marche jusqu'à Baruwa (200m) où vous logerez dans une autre maison de tradition populaire Tharu. Environ 4 à 5h de marche. Nuit chez l'habitant. Petit-déjeuner, déjeuner et dîner inclus.

PROGRAMME

Jour 10 : Marche jusqu'à Meghauli (170m) par les collines de Chandi Danda (en moyenne 500m) et leurs points de vue magnifiques sur la jungle dense. Environ 6h de marche. Pendant ces 3 jours d'immersion dans la jungle, vous aurez peut-être la chance d'observer singes, oiseaux (toucans, pic verts, perroquets, rapaces, martin pêcheurs, …), crocodiles, gavials, sangliers, daims, reptiles divers, rhinocéros unicorne et éventuellement le tigre du Bengale ! Reste de la journée libre pour un repos bien mérité ! Nuit chez l'habitant. Petit-déjeuner, déjeuner et dîner inclus.

Jour 11 : Tôt le matin, courte marche jusqu'à la confluence entre la Rapti River et la Narayani River, puis descente de cette dernière en pirogue (ou barque) jusqu'à Amaltari Ghat. Environ 3h de descente dans une des zones les plus sauvages du parc, puis transfert jusqu'à Tansen (1090m) en véhicule privé. Environ 3h de route. Arrivée en milieu d'après-midi et reste de la journée dédié à une petite visite pédestre de la ville (Gol Gar, Shree Rana Ujjeshwori Mandir, Palpa Durbar, Amar Narayan Temple et les rues typiques de la ville). Tansen est en effet une cité historique dotée de magnifiques temples anciens. La ville est classée UNESCO depuis 2008. Nuit en guest house. Petit-déjeuner, déjeuner et dîner inclus.

Jour 12 : Tôt le matin, marche jusqu'au Rani Mahal (450m - traduction : Palais des reines) également appelé le Taj Mahal du Népal, un ancien palais royal laissé à l'abandon, niché au bord de la belle rivière Kali Gandaki descendant du Mustang. Une balade fantastique totalement méconnue dont l'accès se fait par un chemin agréable à travers la forêt et les champs. Vous prendrez votre déjeuner (pique-nique) à proximité du palais, puis continuerez votre marche jusqu'au village de Ranighat niché sur les hauteurs du palais. Environ 5h de marche. Nuit chez l'habitant. Petit-déjeuner, déjeuner et dîner inclus.

Jour 13 : Marche jusqu'à Darpuk (540m) en environ 5h sur un sentier alternant forêts, points avec vue sur la rivière et hameaux traditionnels. Le village de Darpuk se trouve dans le méandre de la rivière et offre une vue ouverte sur les alentours. Nuit chez l'habitant. Petit-déjeuner, déjeuner et dîner inclus.

Jour 14 : Tôt le matin, traversée de la rivière Kali Gandaki, puis marche jusqu'à Malunga (590m) à travers la montagne et sur un chemin de crête (à +/- 650m). Nous supposons que la vue sur les alentours (voire l'Himalaya !) doit être très belle, à travers une campagne ayant préservé ses traditions. Compter environ 3h de marche. Puis route (4h) et très courte marche jusqu'au hameau de Bhumdi (1530m).

PROGRAMME

Bhumdi est un magnifique hameau traditionnel de culture Gurung aux maisons faites en terre rouge. Il s'agît en plus d'un point haut avec vue sur la vallée. Nuit en guest house ou chez l'habitant (selon disponibilités et taille du groupe). Petit-déjeuner, déjeuner et dîner inclus.

Jour 15 : Courte journée de marche jusqu'à Mulabari (850m) via le sentier de crête qui descend jusqu'au World Peace Stupa (1100m), un stupa trônant au sommet d'une colline dominant toute l'agglomération et le lac et faisant face au Macchapuchare et au massif des Annapurnas. Puis vous continuerez votre descente jusqu'à Mulabiri à travers la forêt, jusqu'au bord du lac. Vu imprenable sur Pokhara et ses environs. Reste de la journée libre dans ce petit coin de paradis. 4h de marche environ. Nuit en lodge simple. Petit-déjeuner, déjeuner et dîner inclus.

Jour 16 : Tôt le matin, transfert jusqu'à Pokhara (850m) en barque (et oui !) en environ 1h, puis reste de la matinée consacrée à la rencontre avec Vishnu, créateur d'un lieu, bibliothèque et soutien au devoir, tout particulièrement ouvert pour les intouchables. En début d'après-midi, transfert retour jusqu'à Kathmandu en véhicule privé. Environ 7h de route, arrivée pour le dîner. Pour varier vos découvertes, nous vous proposons un hébergement simple dans le paisible quartier de Bodnath (quartier Tibétain de Kathmandu où trône un magnifique stupa dans une zone piétonne au calme). Nuit en guest house. Petit-déjeuner et déjeuner inclus.

Jour 17 : Kathmandu ; journée libre pour un repos bien mérité. Nuit à votre guest house. Petit-déjeuner inclus.

Jour 18 : Kathmandu ; matinée de visite de Pashupatinath (lieu des crémations de Kathmandu, haut lieu spirituel du Népal et sanctuaire de Shiva). Retour à Bodnath pour le déjeuner et reste de la journée libre. Le soir, repas de fin de séjour avec l'équipe de l'agence dans un bon restaurant de Thamel. Nuit à votre guest house. Petit-déjeuner, déjeuner et dîner inclus.

Jour 19 : Transfert vers l'aéroport et envol retour vers la France. Petit-déjeuner inclus.

Note : Les temps de marche et de transports ne sont qu'à titre indicatif. Ils sont sujets à modification selon votre condition physique et les conditions climatiques et géologiques des lieux lors de votre passage.
Une grande partie de cet itinéraire est encore méconnue de nos guides, s'ils sauront bien sûr trouver le chemin, il nous est toutefois difficile de dire avec précision quelle sera la durée des journées de marche pendant les treks, notamment pour la partie jungle ET aux alentours de Tansen. Nous vous demandons donc de faire preuve d'indulgence si parfois votre guide est un peu perdu ou si le déroulement du séjour ne se passe pas précisément dans les conditions indiquées dans cette fiche technique. Le circuit nécessite un rodage, vous qui serez les premiers à le parcourir avec Nepatrek, ferez également partie des premiers occidentaux à réaliser ce circuit.

VOTRE VOYAGE EN DETAILS

HEBERGEMENTS

A Katmandou, vous serez hébergés en guest houses simples mais confortable, dans des quartiers populaires, loin des foules de touristes.

En trekking, votre hébergement sera assuré à la fois en lodges (guest-houses) et chez l'habitant, en chambres doubles. Electricité (pour charger vos téléphones ou appareils photos), téléphone et eau chaude sont parfois disponibles sur demande (en moyenne 200 Roupies).

Au Chitwan et à Pokhara, vous logerez dans des établissements plus confortables pour un bon repos.

Durant les treks et excursions, tous les repas (base plat de résistance) sont inclus, sauf quand ils ne sont pas mentionnés dans le programme (les soirs à Pokhara notamment).

Seules les boissons et l'eau minérale durant la journée sont à votre charge.

TRANSPORTS

Pour faciliter vos transferts qui sont relativement nombreux, tous se feront en véhicule privé.

A Kathmandu et Pokhara, de nombreux taxis et autres rickshaws pourront vous conduire où vous le souhaitez pour une poignée de Roupies durant les journées libres.

(Des pannes, retards ou changements dans le programme peuvent intervenir en raison des conditions de circulation, des routes et des aléas de la météo. Les temps donnés dans nos fiches techniques ne sont qu'à titre indicatif).

ENCADREMENT

A votre arrivée à Katmandou, vous serez pris en charge par un de nos agents jusqu'à votre hôtel.

Un de nos guides francophones vous accompagnera durant tout le séjour pour veiller à la bonne organisation de vos transferts et aussi découvrir en même temps que vous l'itinéraire.

Sur les passages plus délicats, un guide local interviendra pour nous apporter son savoir. Ainsi, vous bénéficierez d'un guide naturaliste anglophone dans la jungle du Chitwan et peut-être d'un habitant de Tansen pour nous accompagner lors du trek du Rani Mahal.

Pendant les treks, une équipe de porteurs (1 porteur pour 2 clients) sera là pour porter vos sacs.

Ces treks se déroulent en régions chaudes (maximum 2000m d'altitude), nous vous demandons donc de bien vouloir respecter une charge maximale de 8 Kg par personne, ce qui est largement suffisant.

Par respect pour notre équipe locale, merci de bien veiller à respecter la charge de votre porteur. Nepatrek est particulièrement exigeante sur la formation de ses guides, notamment au français et aux gestes de premiers secours ; tous sont bien sûr licenciés, conformément aux normes locales.

VIE SUR PLACE

DECALAGE HORAIRE :

En été : + 3h45 par rapport à la France

En hiver : + 4h45 par rapport à la France

VOTRE VOYAGE EN DETAILS

LANGUE :

Parmi les 60 langues des différentes ethnies et cultures du Népal, le Nepali est parlé de tous ; l'anglais est également très répandu.
A titre indicatif, durant votre séjour, vous aurez notamment l'occasion de côtoyer plus de 6 ethnies dont les cultures sont totalement différentes.

ELECTRICITE – EAU :

De nombreux problèmes sont à déplorer au Népal. En hiver, les coupures de courant peuvent durer 12 heures par jours et l'eau ne doit être bue que si elle est en bouteille ou si elle a été purifiée.

ARGENT :

1 € = 110 Roupies

A Katmandou, prévoir environ 4 à 5 € par repas durant les journées libres.

Pour vos achats de souvenirs, le Népal est un pays très bon marché ; n'hésitez pas tout de même à négocier (respectueusement) les tarifs que l'on vous donne, c'est un des sports nationaux du pays !

N'oubliez pas de prévoir un budget pourboire à donner le dernier jour de votre trek à votre équipe locale. Nous pourrons voir son montant sur place au Népal.

FORMALITES

POUR RESERVER VOTRE VOYAGE NEPATREK :

1 - Remplissez votre demande de réservation sur le site Nepatrek.com

➔ Nepatrek vous confirme réception et vous communique votre contrat de réservation (que vous devez imprimer, remplir manuellement et renvoyer par email), les conditions générales de vente, votre programme détaillé, votre facture et les modalités de paiement

2 – Versez votre acompte (par virement inter- bancaire) pour confirmer votre réservation

➔ Votre réservation est confirmée par Nepatrek

3 - Après obtention, envoyez par email 1 copie de votre visa et de votre passeport, votre fiche de participant remplie et 1 photo d'identité de bonne résolution.

4 – Au plus tard 1 mois avant votre date de départ, versez votre solde et envoyez-nous par email votre souscription à une assurance multirisques avec prise en charge en altitude (pour les treks et expéditions).

➔ Votre inscription est terminée – Nepatrek vous confirme réception et vous communique une facture.

POUR VOTRE VISA :

Passeport valide plus de 6 mois après la date de votre retour

Visa obligatoire – entrées multiples

Il est possible d'obtenir le visa directement à l'aéroport (compter environ 25 $ pour 2 semaines / 40 $ pour 30 jours). Vous pouvez également le demander à l'Ambassade du Népal en France.

AMBASSADE DU NEPAL
45 bis, Rue des Acacias
75 017 PARIS
☎ 01.46.22.48.67 (service consulaire)
Ouvert du lundi au vendredi de 10h00 à 13h00

VOTRE VOYAGE EN DETAILS

Tarif : 90 € (paiement au dépôt en espèces uniquement – susceptible d'être modifié, se renseigner auprès de l'ambassade).

Pièce à fournir : 1 formulaire de demande de visa, 1 photo, copie de la facture délivrée par NEPATREK.

Délai d'obtention : 4 à 5 jours.

SANTE :

Le Népal est une destination où vous pouvez vous retrouver isolé pendant des jours. Un trekking dans ces contrées nécessite une bonne forme physique et un état de santé suffisant. Il est donc recommandé de consulter votre médecin qui vous conseillera.

Aucun vaccin obligatoire ; la rage en préventif serait un plus.

Vaccins habituellement conseillés : Hépatite A et B, typhoïde

PHARMACIE :

- Médicaments contre les troubles intestinaux
- Médicaments contre les rhumes et angines
- Antibiotique à spectre large (sur conseils de votre médecin)
- Désinfectant, compresses stériles
- Seringue
- Produits anti-moustiques
- Stick à lèvres
- Crème solaire
- Pastilles purifiantes pour l'eau

(Prévoir également votre carnet de vaccinations et votre carte de groupe sanguin)

EQUIPEMENT :

A Katmandou :

- Habillement léger, de préférence en coton
- 1 pull pour le soir

En petit trek ou excursion :

- 1 sac avec votre équipement (10 Kg max) que vous donnerez à votre porteur (trek)

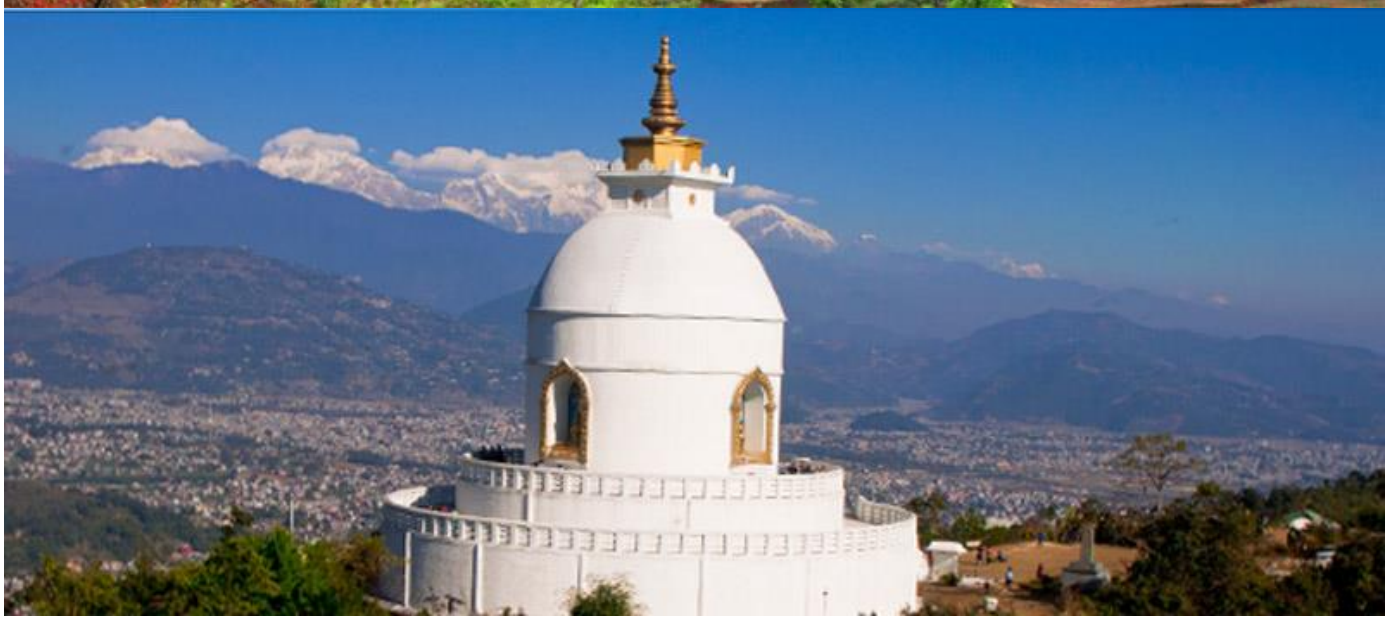
VALISE A PROSCRIRE !

- 1 petit sac (environ 20 L) pour votre équipement de la journée.
- 1 Gros pull et 1 sous-pull pour les étapes en altitude
- 1 bon imperméable type Gore Tex
- 1 coupe-vent
- 1 chapeau ou casquette
- Chaussures de marche, 1 paire de tongs
- Lunettes de soleil
- Serviette et affaires de toilette (si possible bio)
- Lampe de poche type frontale
- 2 T-shirt respirant
- 1 pantalon Gore-Tex
- 1 pantalon pour les soirs en lodge
- 1 T-shirt pour les soirs en lodge
- Des gants légers
- 2 bonnes paires de chaussettes de marche
- 1 sac de couchage moyenne montagne

VOTRE VOYAGE EN DETAILS

INFOS DIVERSES

Si vous souhaitez aider la population locale (affaires scolaires, médicaments, habits…), vous pouvez déposer vos dons à notre agence qui se fera un plaisir d'en faire profiter notre équipe locale et les villages où nous développons un projet d'aide équitablement. Notre agence a une vocation solidaire ; chaque voyage que nous organisons permet l'avancée de notre engagement local. Notre projet en cours est d'apporter l'eau à des villages isolés et de permettre le développement d'une agriculture salariée.

Si vous souhaitez plus d'informations sur le Népal, nous vous recommandons l'achat d'un guide. Lonely Planet (à vocation aventurière) ou le Routard (à vocation culturelle) seront de bons partenaires de voyage !

Les programmes que nous proposons ne sont donnés qu'à titre indicatif. Il est bien sûr possible de modifier tout programme selon vos envies, d'allonger, ou de raccourcir des étapes selon votre niveau. Pour les longs séjours, possibilité de combiner deux voyages ou de réaliser un circuit Inde / Népal pour une aventure exceptionnelle.