



Votre contact : Marion  
Votre référence : 27848

marion@zen-fr.com  
02.53.35.70.28



## REVE DE NÉPAL

12 JOURS / 10 NUITS

Terre de naissance de Bouddha, paradis des trekkers, domicile heureux des hippies dans les années 60, le Népal rime avec aventure, spiritualité et hospitalité. Arpenter les sentiers les plus beaux du monde, contempler les panoramas vertigineux depuis le « toit du monde », autrement dit le sommet de l'Himalaya, flâner sur les places médiévales de la vallée de Katmandou, tomber de stupeur devant les resplendissants stupas, partager des instants de vie avec les ethnies montagnardes... le pays ne propose pas moins. Entre ferveur hindoue et sagesse bouddhiste, il est également un joyau de tolérance où les communautés s'expriment en harmonie. On commence à comprendre pourquoi le Népal exerce un attrait quasi magnétique sur tout voyageur en quête d'air pur et de quiétude...

25 Boulevard des Martyrs Nantais de la Résistance – 44200 Nantes

ZEN ASIE SAS TOTRAVEL au capital de 185 000€ - SIRET 499 132 728 - IM 044120008 – GARANTIE APST

# LES ETAPES

**JOUR 01 : PARIS CDG ✈️ KATMANDOU**  
Mercredi 01 avril 2027

**JOUR 02 : KATMANDOU**  
Jeudi 02 avril 2027

**JOUR 03 : KATMANDOU**  
Vendredi 03 avril 2027

**JOUR 04 : KATMANDOU / PATAN / BHAKTAPUR / KATMANDOU**  
Samedi 04 avril 2027

**JOUR 05 : KATMANDOU / POKHARA / ASTAM**  
Dimanche 05 avril 2027

**JOUR 06 : ASTAM / POKHARA**  
Lundi 06 avril 2027

**JOUR 07 : POKHARA**  
Mardi 07 avril 2027

**JOUR 08 : POKHARA / TANSEN / LUMBINI**  
Mercredi 08 avril 2027

**JOUR 09 : LUMBINI / CHITWAN**  
Jeudi 09 avril 2027

**JOUR 10 : CHITWAN / KATMANDOU**  
Vendredi 10 avril 2027

**JOUR 11 : KATMANDOU**  
Samedi 11 avril 2027

**JOUR 12 : KATMANDOU ✈️ PARIS CDG**  
Dimanche 12 avril 2027

# LE PROGRAMME

## JOUR 01 : PARIS CDG ✈️ KATMANDOU

*Mercredi 01 avril 2027*

Rendez-vous des participants à l'aéroport de Paris CDG.

Formalités d'enregistrement et d'embarquement.

Envol à destination de Katmandou.

Toutes prestations et nuit à bord.

## JOUR 02 : KATMANDOU

*Jeudi 02 avril 2027*

Arrivée, accueil et transfert à l'hôtel.

Vous aurez un peu de temps libre pour vous rafraîchir.

Puis vous commencerez votre visite par le magnifique stupa bouddhiste de **Bodnath**, situé à environ 5 minutes à pied de l'hôtel.

Vous déjeunerez dans un restaurant panoramique sur le toit de Bodnath.

Le stupa de Bodnath se trouve à environ 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. Il présente un exemple fascinant d'architecture de stupa, avec des centaines de moulins à prières et 108 petites images de Bouddha tout autour. Tout comme Swayambhunath, ce stupa possède quatre côtés, chacun sous le regard bienveillant du Bouddha. De nombreux bouddhistes s'y rendent en grand nombre pour participer aux rituels sacrés lors des fêtes bouddhistes.

Dîner de bienvenue dans un restaurant népalais traditionnel de Katmandou, avec musique et danses folkloriques.

Nuit à l'hôtel.



## JOUR 03 : KATMANDOU

vendredi 03 avril 2027

Petit déjeuner à l'hôtel.

Votre journée débutera par la visite du magnifique stupa bouddhiste de **Swayambunath**. Swayambunath est l'un des plus anciens stupas de la vallée de Katmandou. Perché sur l'une des plus hautes collines de la vallée, il la domine du haut d'un promontoire à l'ouest, à seulement trois kilomètres du centre-ville. Ce stupa est l'un des sites bouddhistes les plus sacrés du Népal et sa construction est liée à la création de la vallée de Katmandou à partir d'un lac primordial. Swayambhu, également connu sous le nom de Samhengu, est inscrit au patrimoine mondial de l'UNESCO. C'est aussi l'un des sanctuaires bouddhistes les plus anciens et les plus prestigieux au monde, dont l'histoire remonterait à deux mille ans. Les quatre faces du stupa sont ornées de peintures représentant les yeux du Bouddha.

Déjeuner dans un restaurant local.

Puis, visite du temple hindou de **Pashupatinath**, situé sur les rives de la rivière Bagmati.

Le temple de Pashupatinath est l'un des lieux de pèlerinage les plus sacrés pour les hindous du monde entier. Dédié à Shiva, l'une des divinités de la Trimurti et dieu protecteur du Népal, ce temple, l'un des plus anciens, se dresse sur les rives du fleuve sacré Bagmati. C'est un temple doré à double toit, doté de quatre portes triples en argent. Pashupatinath s'étend sur 281 hectares et constitue l'un des plus grands complexes de temples du Népal.

En soirée, vous assisterez à une puja bouddhiste et recevrez la **bénédictio**n d'un moine au monastère de Sheichan Bairoling, à Tinchuli.

Une séance de **méditation** sera ensuite organisée au monastère.

Diner dans un restaurant local.

Nuit à l'hôtel.



## JOUR 04 : KATMANDOU / PATAN / BHAKTAPUR / KATMANDOU

samedi 04 avril 2027

Petit déjeuner à l'hôtel.

Votre journée commence par un trajet en voiture jusqu'à **Patan** pour admirer son architecture médiévale remarquable.

25 Boulevard des Martyrs Nantais de la Résistance – 44200 Nantes

ZEN ASIE SAS TOTRAVEL au capital de 185 000€ - SIRET 499 132 728 - IM 044120008 – GARANTIE APST

Patan, la deuxième plus grande ville de la vallée, se situe au sud de Katmandou. Son essor architectural s'est déroulé sous la dynastie Malla aux XVI<sup>e</sup>, XVII<sup>e</sup> et XVIII<sup>e</sup> siècles. De nombreux temples aux styles très variés, ainsi que de nombreux monastères bouddhistes, parsèment cette ville fascinante. Patan est réputée pour son artisanat et ses objets en métal, parfaits comme souvenirs. Vous visiterez également le musée de Patan.

Déjeuner dans un restaurant local.

Vous poursuivrez ensuite par un court trajet jusqu'à la partie la plus ancienne de la vallée de Katmandou pour visiter la cité antique de **Bhaktapur**. Cette ville fascinante témoigne de la culture et du mode de vie authentiques du Moyen Âge.

Bhaktapur, située à environ 13 km à l'est de Katmandou, dans la vallée de Katmandou, est surnommée la « Cité des Dévots », la « Cité de la Culture », le « Patrimoine Vivant » et le « Joyau Culturel du Népal ». C'est l'une des trois villes royales de la vallée de Katmandou. Vous visiterez quatre places principales : la place Durbar (place du palais), la place Tamaudi (place publique), la place des Potiers et la place Dattatrey.

Diner au restaurant local.

Nuit à l'hôtel.



## JOUR 05 : KATMANDOU / POKHARA / ASTAM

*Dimanche 05 avril 2027*

Petit déjeuner à l'hôtel.

Départ pour un trajet pittoresque d'environ 6 heures jusqu'à **Pokhara**.

Déjeuner au restaurant local en cours de route.

Puis continuation sur une route de montagne récemment construite jusqu'à Astam. Comptez environ une heure de route de Pokhara à Astam.

Installation.

L'Annapurna Eco Village est une ferme familiale proposant un hébergement traditionnel chez l'habitant ainsi que des activités agricoles et de jardinage. Vous pourrez participer aux travaux agricoles et au jardinage avec la famille ou explorer le village d'Astam, notamment une école publique locale où vous pourrez rencontrer les élèves.

Astam offre également une vue imprenable sur la chaîne de l'Annapurna.

Diner et nuit.

25 Boulevard des Martyrs Nantais de la Résistance – 44200 Nantes

ZEN ASIE SAS TOTRAVEL au capital de 185 000€ - SIRET 499 132 728 - IM 044120008 – GARANTIE APST



## JOUR 06 : ASTAM / POKHARA

*Lundi 06 avril 2027*

Débutez votre journée par une heure de **yoga ou de méditation** le matin, en profitant de la vue sur la chaîne de l'Annapurna.

Petit déjeuner.

Puis vous explorerez le jardin biologique de la ferme ou partirez en randonnée dans les environs du village.

Retour à Pokhara et installation à l'hôtel.

Balade en **bateau sur le lac Fewa**.

Déjeuner dans un restaurant local.

Après-midi libre.

Diner dans un restaurant local.

Nuit à l'hôtel.



25 Boulevard des Martyrs Nantais de la Résistance – 44200 Nantes

ZEN ASIE SAS TOTRAVEL au capital de 185 000€ - SIRET 499 132 728 - IM 044120008 – GARANTIE APST

## JOUR 07 : POKHARA

Mardi 07 avril 2027

Tôt le matin, vous prendrez la route pendant environ une heure pour **Sarangkot**, l'un des plus beaux points de vue de la vallée de Pokhara. La vue y est majestueuse, offrant un panorama exceptionnel sur la ville de Pokhara, le lac Fewa et l'Himalaya, notamment les sommets des chaînes de l'Annapurna et du Dhaulagiri.

Retour à l'hôtel pour le petit déjeuner.

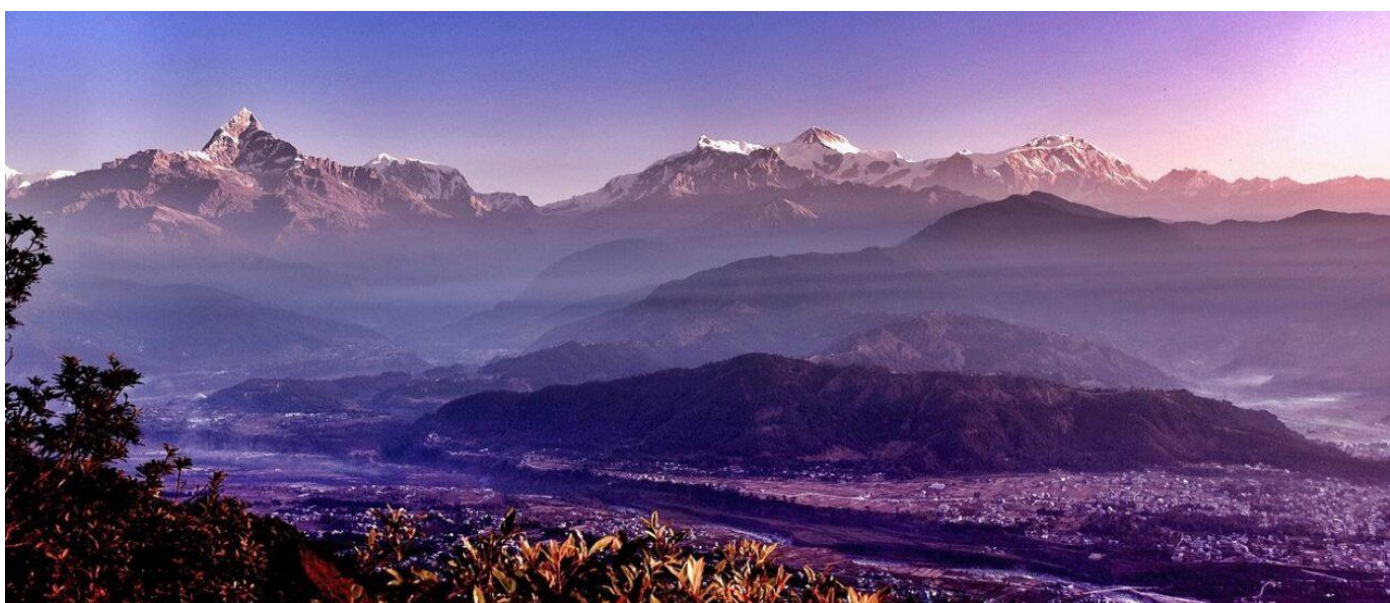
Vous poursuivrez votre excursion par la visite de la **cascade de Devi**, qui se jette dans un étroit canal, puis de la grotte de Gupteswori, une grotte naturelle.

Vous rejoindrez ensuite, après une vingtaine de minutes de route, le **Stupa de la Paix Mondiale**, qui offre une vue imprenable sur la ville de Pokhara.

Un court trajet en voiture vous conduira ensuite à **Pumdikot** pour visiter le temple de Mahadev (Shivalaya), récemment construit et situé sur une colline offrant une vue magnifique sur les environs et la chaîne de l'Annapurna.

Déjeuner et dîner au restaurant local.

Nuit à l'hôtel.



## JOUR 08 : POKHARA / TANSEN / LUMBINI

Mercredi 08 avril 2027

Petit déjeuner à l'hôtel.

Vous ferez un trajet pittoresque d'environ 7 heures jusqu'à Lumbini en passant par Tansen.

Vous ferez une courte pause à **Tansen** pour explorer une partie de la ville, notamment un musée et quelques temples.

Puis, vous rejoindrez Lumbini par la route de Siddhartha.

Début des visites avec **les jardins de Lumbini**, notamment le **temple de Maya Devi**, lieu de naissance exact de Gautama Bouddha. Le temple de Maya Devi est construit précisément à l'endroit de sa naissance. Bien que de style moderne, l'intérieur du temple a été conçu avec soin afin de préserver la structure exacte de la pierre où il est né.

Selon la légende, sa mère, la reine de Kapilbastu, se rendait chez ses parents lorsqu'elle fut soudainement prise de fortes douleurs d'accouchement. Elle demanda à ses serviteurs de la ramener au palais, mais la douleur était insupportable. Elle décida alors de se reposer à l'ombre d'un banyan voisin, où elle donna naissance à Gautama Bouddha.

25 Boulevard des Martyrs Nantais de la Résistance – 44200 Nantes

ZEN ASIE SAS TOTRAVEL au capital de 185 000€ - SIRET 499 132 728 - IM 044120008 – GARANTIE APST

Vous visiterez également certains temples et stupas construits par différentes nations et dédiés au Bouddha, à bord d'un **E-Rikshaw**.

Déjeuner et diner dans un restaurant local.

Nuit à l'hôtel.



## JOUR 09 : LUMBINI / CHITWAN

*Jeudi 09 avril 2027*

Vous commencerez votre journée tôt le matin par une promenade jusqu'au jardin de Lumbini pour une **méditation matinale** dans l'enceinte du temple de Maya Devi.

Ensuite, vous retournerez à pied à votre hôtel pour le petit-déjeuner.

Vous profiterez d'une route panoramique jusqu'à Chitwan.

14h00 : Déjeuner à l'hôtel, puis deux heures de temps libre.

16h00 : Visite d'un village Tharu et de son musée.

19h00 : Spectacle culturel Tharu.

20h00 : Dîner à l'hôtel.

Nuit à l'hôtel.

## JOUR 10 : CHITWAN / KATMANDOU

*Vendredi 10 avril 2027*

6h00 : Petit-déjeuner

6h30 : Safari en jeep d'environ 3 heures : observation de quatre espèces de cerfs, de rhinocéros, de sangliers, de singes, d'ours lippus, etc. Vous pourrez également apercevoir de nombreux autres petits mammifères ayant élu domicile à Chitwan.

10h00 : Retour à Katmandou : trajet panoramique d'environ 6 heures.

Déjeuner au restaurant local en cours de route.

Arrivée et installation.

Diner au restaurant local.

25 Boulevard des Martyrs Nantais de la Résistance – 44200 Nantes

ZEN ASIE SAS TOTRAVEL au capital de 185 000€ - SIRET 499 132 728 - IM 044120008 – GARANTIE APST

Nuit à l'hôtel.



## JOUR 11 : KATMANDOU

*Samedi 11 avril 2027*

Petit déjeuner à l'hôtel.

Vous commencerez votre journée par la visite de l'ancienne place du palais royal de Katmandou : **la place Durbar**.

La place Durbar de Katmandou abrite les palais des rois Malla et Shah qui régnèrent sur la ville. Outre ces palais, la place est entourée de cours intérieures révélant des jardins et des temples. Elle est aujourd'hui connue sous le nom d'Hanuman Dhoka, un nom qui provient de la statue d'Hanuman, le singe dévot du dieu Rama, située près de l'entrée du palais. La construction de palais royaux à cet emplacement remonte à la période Licchavi, au III<sup>e</sup> siècle. Lorsque Katmandou devint indépendante sous le règne du roi Ratna Malla (1484-1520), les palais de la place devinrent les résidences royales des rois Malla. Lorsque Prithvi Narayan Shah envahit la vallée de Katmandou en 1769, il choisit également la place Durbar pour y établir son palais. Les rois Shah qui lui succédèrent continuèrent de régner depuis cette place jusqu'en 1896, date à laquelle ils s'installèrent au palais Narayan Hiti.

Sur le chemin du retour, vous emprunterez un rikshaw pour une quinzaine de minutes à travers le marché népalais jusqu'à votre hôtel.

Déjeuner dans un restaurant local.

Vous aurez ensuite l'après-midi libre pour explorer cette ville touristique, faire quelques achats de dernière minute ou simplement vous détendre à l'hôtel.

Diner dans un restaurant local.

Nuit à l'hôtel.



## JOUR 12 : KATMANDOU ✈️ PARIS CDG

*Dimanche 12 avril 2027*

Tôt le matin, transfert à l'aéroport de Katmandou.

Formalités d'enregistrement et d'embarquement.

Envol à destination de Paris CDG.

Toutes prestations à bord.

Arrivée à Paris CDG en soirée.

## HOTELS NORMES LOCALES (OU SIMILAIRES)

VILLE	HOTEL	TYPE DE CHAMBRE
KATMANDOU	Hôtel Anuttara 3*	Deluxe
ASTHAM	Annapurna Eco Village (charme)	Standard
POKHARA	Crown Himalaya 3*	Standard
LUMBINI	Ananda Inn 3*	Deluxe
CHITWAN	Wildlife Camp 3*	Deluxe
KATMANDOU	Hotel Marshyangdi 3*	Deluxe

# DEVIS N°27848

A l'attention de GIR ZEN

Devis réalisé le : 28/04/2026

Date d'option aérienne : Pas d'option posée. Afin de poser une option sur les vols, gratuite et sans engagement, nous avons besoin des noms et prénoms de chaque participant, tels qu'ils apparaissent sur les passeports.

## DEVIS « NEPAL »

10 participants minimum / 16 participants maximum	Période : Du 01 au 12 Avril 2027
Base double / twin	2 510€ / personne

**Tarifs commissionnés à 15% sur le HT et sous réserve de disponibilités au moment de la réservation.**

- **NOS PRIX COMPRENNENT :**

- Les vols internationaux réguliers Paris CDG / Katmandou / Paris CDG sur la compagnie Turkish Airlines, via Istanbul (en classe économique) ou autre compagnie selon disponibilités
- Les taxes aériennes à 675€ / personne à ce jour
- 1 TK1824 01APR CDGIST 1420 1855
- 2 TK0726 01APR ISTKTM 2025 0615+1
- 3 TK0727 12APR KTMIST 0740 1305
- 4 TK1833 12APR ISTCDG 1410 1700
- Tous les transferts et le transport en véhicule privé climatisé avec chauffeur
- Les services de guides locaux francophones, lors des visites prévues
- L'hébergement en chambre double / twin, comme mentionné ci-dessus ou similaire, avec les petits déjeuners
- Les repas comme mentionnés au programme
- Toutes les visites, entrées et excursions mentionnées dans le programme
- Les taxes locales et frais de services dans les hôtels et restaurants
- L'assistance de nos correspondants locaux sur place

- **NOS PRIX NE COMPRENNENT PAS :**

- Le supplément chambre individuelle à 360€
- Les frais de visa
- Les repas mentionnés "libres" dans le programme
- Les boissons lors des déjeuners et dîners

25 Boulevard des Martyrs Nantais de la Résistance – 44200 Nantes

ZEN ASIE SAS TOTRAVEL au capital de 185 000€ - SIRET 499 132 728 - IM 044120008 – GARANTIE APST

- L’attribution des sièges sur les vols internationaux et domestiques (en fonction des compagnies aériennes)
- Les pourboires (guides, chauffeurs, porteurs...)
- Les dépenses à caractère personnel
- Les assurances : nous consulter
- Tout ce qui n’est pas mentionné dans “nos prix comprennent”

#### EN OPTION :

**Pochette de voyage standard** (1 pochette avec logo ZEN ASIE, 2 étiquettes bagages, 1 guide de voyage de la destination) : 30 € par pochette

**Pochette de voyage premium** (1 pochette avec logo ZEN ASIE, 2 étiquettes bagages, 1 guide de voyage de la destination, 1 fiche pratique, billets d’avion électroniques, carnet de voyage) : 35 € par pochette

#### FORMALITES :

NÉPAL – (OK CHA le 03/09/24) - Pour les ressortissants français :  
Passeport valable au moins 6 mois après la date de retour (3 pages vierges, dont 2 face à face).  
Visa obligatoire à l’arrivée (30 USD pour 15 jours et 50 USD pour 30 jours).