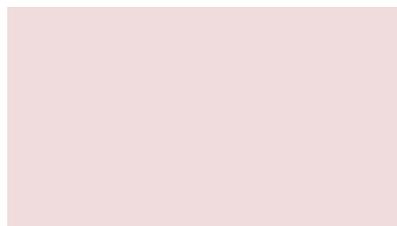
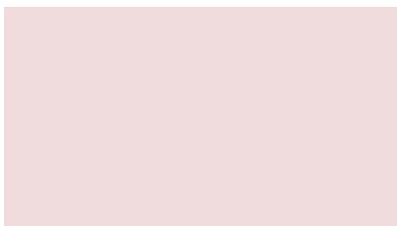
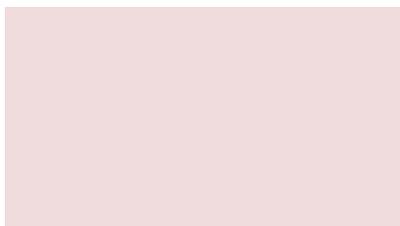




Chine - Tibet

Voyage au Tibet-Pillon - Reference : TIBET-PILLON



Descriptif jour par jour

Jour 1 : Départ de France - Vol

Départ de Paris CDG, dîner et nuit dans l'avion

Jour 2 : Xinning

Arrivée dans la journée à Xining après une escale à Pékin. Transfert à l'hôtel et en fonction de l'arrivée du vol, première visite tranquille de la ville.

Nuit à l'hôtel à Xinning.

Jour 3 : Xining - Train de nuit pour Lhasa

Transfert à la gare ferroviaire de Xining. Embarquement à bord du train à destination de Lhasa, au Tibet central. La ligne ferroviaire empruntée par ce train est la plus haute du monde (passage du col Tanggu-la à 5072 mètres d'altitude ; la majeure partie de la ligne est à une altitude supérieure à 4000 mètres). Elle a été mise en service en 2006. Un peu plus de 21 heures seront nécessaires pour parcourir les 1956 kilomètres qui séparent Xining de Lhasa. Les équipements de ce train (alimentation continue en oxygène) nous permettront de profiter des paysages grandioses du haut plateau tibétain dans de bonnes conditions.

Dîner et nuit dans le train (train couchettes 1ère classe).

Jour 4 : Lhasa (altitude : 3650 mètres)

Arrivée à Lhasa en fin de matinée, ou en début d'après-midi

« Lha » signifie « dieu », « déité » en tibétain ; « sa » signifie « terre ». La « Terre des Dieux » était déjà la capitale du Tibet au moment de la formation de l'empire tibétain au VIIème siècle. La ville a par la suite dû céder cette fonction à d'autres localités du Tibet Central. Elle est redevenue le siège du pouvoir politique à partir de 1642, suite à l'intervention militaire du khan mongol Gushri Khan au Tibet Central et à la décision de celui-ci de remettre le pouvoir temporel au Vème Dalaï Lama, Lobsang Gyatso (1617-1682). Lhasa est restée la capitale du pays jusqu'à la prise de contrôle du Tibet par la Chine au milieu du XXème siècle.

Après-midi consacré à un premier tour d'orientation dans la vieille ville tibétaine.

Nuit à l'hôtel à Lhasa.

Jour 5 : Lhasa

Journée de visites à Lhasa : le Potala, palais aussi grandiose que majestueux qui fut la résidence des Dalaï Lamas du milieu du XVIIème siècle jusqu'au milieu du XXème siècle ; le temple du Jokhang, haut-lieu spirituel du Tibet ; le Barkhor, promenade circulaire arpentée sans relâche par des milliers de pèlerins venus de toutes les provinces du pays ; la vieille ville tibétaine.

Nuit à l'hôtel à Lhasa.

Attention : Le temps de visite dans le Potala est limité (A l'intérieur du bâtiment) à 1 heure ce qui suffit compte-tenu qu'il est interdit de faire des photos et ce qui assure la fluidité des visiteurs.

Jour 6 : Lhasa – Ganden – Lhasa (120 km)

Excursion au monastère de Ganden, le monastère siège de l'ordre Gelug, fondé en 1409 par Tsongkhapa, religieux dont les travaux et les réflexions conduisirent à l'établissement de ce nouvel ordre. Petite randonnée (une heure environ) sur les hauteurs de Ganden (vue panoramique sur la vallée).

Retour à Lhasa en début d'après-midi pour aller rendre visite aux moines « débatteurs » de Sera, autre grand monastère de l'ordre Gelug, fondé en 1419.

Temps libre à Lhasa.

Nuit à l'hôtel à Lhasa.

Jour 7 : Lhasa – Samye – Tsetang (190 km - altitude : 3450 mètres)

Départ pour Tsetang, dans la vallée du Yarlung Tsangpo (nom tibétain du Brahmapoutre). En chemin, visite de Samye, le tout premier monastère bouddhique à voir le jour au Tibet, édifié en 774 sous le règne de l'empereur Trisong Détsen.

Dans l'après-midi, excursion au palais de Yumbulakhang. Il s'agirait du premier palais royal tibétain. Il a été transformé en petit monastère appartenant à l'ordre Gelug.

Nuit à l'hôtel à Tsetang.

Jour 8 : Tsetang – Gyantse (310 km - altitude : 3980 mètres - 5h00 de

route)

Départ en début de matinée pour une journée qui ravira les amateurs de paysages grandioses. Passage par le col Kamba-la (4990 mètres) avec une vue exceptionnelle sur le lac Yamdrok-tso et le massif du mont Noijin Kangsang (7191 mètres) en toile de fond. Après être redescendus au niveau du lac (4488 mètres d'altitude) et avoir longé ses rives pendant un bon bout de temps, nous remonterons vers les cimes pour passer le col Karo-la (5045 mètres) (vue spectaculaire sur le glacier). Descente vers Gyantse avec le passage d'un dernier col : le Semi-la.

Arrivée à Gyantse en fin d'après-midi.

Nuit à l'hôtel à Gyantse.

Jour 9 Gyantsé - Shigatse (3h00 de route)

Découverte de Gyantse, une ville qui a su garder son caractère tibétain traditionnel. Visite du monastère Pelkhor Chöde, édifié au XV^{ème} siècle, et de son superbe stupa Kumbum (le stupa aux cent mille images). Promenade dans la vieille ville tibétaine, particulièrement bien préservée.

Déjeuner et route pour Shigatse, ancienne capitale et aujourd'hui deuxième ville du Tibet. Arrivée à Shigatse dans l'après-midi.

Installation à l'hôtel et temps libre.

Nuit à l'hôtel à Shigatse.

Jour 10 Shigatse - Sakya (3h30 de route)

Matinée consacré à la visite du monastère Tashilhunpo, l'un des six grands monastères de l'ordre Gelug, fondé en 1447 par Gedun Grup, celui qui, plus d'un siècle plus tard, se verra attribuer le titre de Dalaï Lama à titre posthume et deviendra ainsi le 1^{er} Dalaï Lama de la lignée. Par ailleurs, ce monastère deviendra plus tard le siège des Panchen Lamas, suite à la création de cette institution.

Déjeuner puis route pour Sakya (environ trois heures et demi de route).

D'imposantes murailles grises se dressent dans cette bourgade, à près de 4300 mètres d'altitude, laissant penser que nous sommes là en présence d'une forteresse. En fait, c'est un monastère, construit sous cette forme en 1268, siège de l'ordre Sakya, l'une des principales écoles du bouddhisme tibétain (fondée en 1073). Les Sakya Trizin (c'est ainsi que l'on nomme les patriarches de l'ordre des Sakya-pa) ont détenu le pouvoir politique au Tibet, sous l'égide des empereurs mongols, de la seconde moitié du XIII^{ème} siècle jusqu'au milieu du XIV^{ème} siècle.

Nuit à l'hôtel à Sakya.

Jour 11 Sakya - Shegar (3h30 de route)

Visite du monastère dans la matinée. Bibliothèque exceptionnelle. Temps libre pour une promenade dans le village tibétain. Poursuite de notre route vers l'ouest.

Départ après le déjeuner pour Shegar. Passage du col Gyatso-la à 5200 mètres d'altitude.

Nuit à l'hôtel à Shegar.

Jour 12 Shegar - Rongbuk - EBC - Shegar (4h00 de route)

Une journée consacrée aux paysages de l'immense barrière himalayenne puisque nous monterons vers Rongbuk, que l'on appelle aussi le camp de base de l'Everest (Même si le vrai camp de base est un peu plus loin). Vue saisissante sur la face Nord de l'Everest (On pourrait dire au sens propre comme au figuré, « à couper le souffle ») mais en route nous verrons aussi le Cho Oyu. Courte promenade à Rongbuk (Attention on est à 5200m) avant de redescendre Vers Shegar.

Nuit à l'hôtel à Shegar.

Jour 13 : Shegar – Kyirong (250 km - 4h00 de route)

Nous traversons la fin du plateau tibétain et nous nous dirigerons vers l'ouest. Notre route nous fera passer par des points de vue spectaculaires sur le Shishapangma (8027 mètres) et le lac Pelkhu-tso. Après le passage du col Kongthang-la (5236 mètres), nous commencerons une longue descente vers Kyirong. Arrivée à Kyirong en fin d'après-midi.

Nuit à l'hôtel à Kyirong.

Jour 14 : Kyirong – Kathmandu (150 km - 4/5h00 de route)

Passage de la frontière à Kyirong en début de matinée. Nous gagnerons 2h15 en passant au Népal : quand il est 10h15 en Chine, il est 8h au Népal. Les formalités peuvent prendre plus ou moins de temps, il faut être un peu patient

Route pour Kathmandu. Arrivée dans la capitale népalaise en fin d'après-midi. Nuit à l'hôtel dans le centre-ville de Kathmandu.

Jour 15 : Kathmandu



Journée libre, excursions possibles en option.

Jour 16 Katmandou

Derniers achats le matin et transfert à l'aéroport.

Jour 17

Arrivée en France.

Les prestations

Le prix comprend

- Les vols internationaux Paris-Xinning et Katmandou - Paris.
- Les taxes d'aéroport et surcharges carburant [1]
- Tous les transports et les transferts, sauf pendant les temps libres.
- Les hébergements en hôtels** à ***.
- Tous les repas sauf à Katmandou seulement les petits déjeuners
- Les entrées des sites et musées prévus au programme.
- Le permis d'accès au Tibet.
- Le guide accompagnateur François Pillon sur tout le circuit et un guide local tibétain au Tibet.

Le prix ne comprend pas

- Les boissons.
- Les achats personnels.
- Le visa népalais (25\$)
- Le visa Chinois 126€ (Nous pouvons nous en occuper pour 25€ supplémentaire - prix 2020)
- Les pourboires aux équipes locales (Chauffeurs, guides)

En option

- L'assurance voyage, consultez nos offres pour une assurance multirisque.
- Le supplément chambre individuelle (260 €).



Fiche technique du circuit

Formalités / Santé

[Formalités/santé sous ce lien](#)

Préparer son voyage

[Préparer son voyage sous ce lien](#)

Informations pratiques

[Informations pratiques sous ce lien](#)

Données culturelles

[Données culturelles sous ce lien](#)