



Sentiers secrets du Nord Vietnam ^(AT79J)

Vietnam - Asie du Sud Est

15 jours (dont 12 jours : Trekking)

Prix à partir de 2895.00 EUR p.p.

Niveau	
Type	Accompagné
Age minimum	18 ans
Portage	Affaires pour la journée
Hébergement	Bateau Chez l'habitant Hôtel
Groupe	de 3 à 15 personnes
Repas	Selon programme
Encadrement	Guide local francophone
Vol	Bruxelles, Paris, Province ou autres



Les points forts de ce voyage

- Un trek exclusif de cinq jours, dans une région méconnue.
- L'hébergement chez l'habitant pendant le trekking.
- La baie d'Along sur une jonque privée.



TREK AVENTURE

Agence trekking (Licence 191913)
 25, Bohey - L-9647 DONCOLS
 Tél.: (BE) +32 61 24 04 10 (FR) +33 1 81 22 12 40 (LU) + 352 20 33 12 25

Votre voyage

Le Viêt Nam, mosaïque de peuples, de cultures, de paysages, compte une soixantaine d'ethnies différentes, dont les Lolos noirs. Il faut se rendre dans ces montagnes qui bordent la Chine, pénétrer dans les villages pour découvrir ces populations.

Nous vous proposons six jours de marche dans un univers à part. Ces montagnes étranges, au relief tourmenté, forment les paysages caractéristiques du Nord-Viêt Nam. Nous partons à la rencontre de ces ethnies montagnardes minoritaires, vivant de façon traditionnelle (habitat, costumes, agriculture, rites...). Une piste, parfois dans l'eau, empruntée par les pèlerins nous entraîne vers des sanctuaires où nous sommes censés purifier nos âmes et guérir de nos peines... Pour approcher ces villages oubliés ou inaccessibles pour le plus grand nombre de voyageurs, il vous faudra être prêts à sacrifier un peu de votre confort quotidien. Enfin, pourquoi ne pas se laisser séduire par la baie d'Along (Vinh Ha Long), endroit magique, où l'eau couleur émeraude (la "mer bleue") est piquetée de 1 969 îles percées de tunnels et de grottes.

J 1/ France...

Vol pour Hanoi. Nuit à bord.

J 2/ ... Hanoi

Arrivée à Hanoi. Accueil par notre guide francophone et transfert au centre-ville, où nous nous installons à l'hôtel. Après un premier briefing sur le déroulement du voyage, repos ou première découverte du vieux Hanoi aux rues très commerçantes et animées. Repas de bienvenue et nuit à l'hôtel. (Dîner.)

J 3/ Hanoi - Viet Quang - Yen Binh

Départ matinal pour un transfert vers Yen Binh *via* une jolie route de montagne. Déjeuner au restaurant à Doan Hung (140 km d'Hanoi). Arrivée à Yen Binh dans l'après-midi ; il nous reste suffisamment de temps pour préparer les affaires de trek. Nuit chez l'habitant à Yen Binh dont l'accueil chaleureux donne le ton du voyage. (Petit déjeuner, déjeuner, dîner.)
280 km au total. 7 h de route.

J 4/ Yen Binh - Tan Nam - début du trekking

Ce matin, nous faisons la connaissance des porteurs et cuisiniers qui nous accompagneront durant notre trek. Il est temps de se mettre en chemin, une belle montée nous permet de prendre de l'altitude, nous atteignons les 700 mètres d'altitude au village de Pa Then. Notre passage éveille la curiosité. Après une courte descente, pique-nique sur une belle pelouse ou chez l'habitant. Possibilité de baignade dans la rivière au milieu des plantations de thé. Le chemin descend doucement au milieu des collines couvertes de thé, puis nous conduit à Tan Nam, village tay où nous passerons la nuit. Hébergement chez l'habitant dans une maison sur pilotis. (Petit déjeuner, déjeuner, dîner.)
6 h de marche. M : 700 m. D : 500 m. 18 km.

J 5/ Tan Nam - Phieng Lang

Après la traversée d'un large pont suspendu, nous pénétrons dans une région de plus en plus sauvage. Montées et descentes s'alternent sur un chemin agréable qui traverse de nombreux petits hameaux d'abord par l'ethnie Tay puis l'ethnie Dzao. Les femmes dzaos se laquent les dents et portent de longues vestes même lorsqu'elles travaillent dans les champs. Possibilité de vous baigner dans une belle rivière le long du chemin. Déjeuner pique-nique dans la nature, puis nous nous engageons dans une forêt tropicale avant de monter sur une colline ombragée, sous de gros palmiers. Le paysage est fantastique : un petit hameau perché au milieu des rizières en terrasses sculptées est notre havre du soir. Nuit chez l'habitant (confort sommaire), sous le toit d'une famille de l'ethnie Man Ao Dai. (Petit-déjeuner, déjeuner, dîner)
6 h de marche. 15 km. M : 900 m. D : 600 m.

J 6/ Phieng Lan - Quang Nguyen

Départ matinal pour gagner de l'altitude. Les petites maisons des Dao Ta Pan sont éparpillées sur les pentes. L'étonnement est grand de voir des Occidentaux ici ! Nous franchissons un grand col pour arriver à Quang

TREK AVENTURE



Agence trekking (Licence 191913)
25, Bohey - L-9647 DONCOLS
Tél.: (BE) +32 61 24 04 10 (FR) +33 1 81 22 12 40 (LU) + 352 20 33 12 25

Nguyen, petit village reculé au bord d'une rivière. Les enfants se précipitent à notre rencontre avec de grands sourires. Repos bien mérité avant la longue étape de demain. Une magnifique rivière formant d'agréables vasques coule derrière notre hébergement et vous invite à la baignade. Nuit chez l'habitant. (Petit déjeuner, déjeuner, dîner.)

4-5 h de marche, dont 1 h 30 de montée. 10 km. M : 500. D : 600 m.

J 7/ Quang Uyen - col de Nam Li (1520 m) - Coc Dong

Nouveau départ matinal pour gravir le col de Nam Li, à environ 1520 mètres d'altitude, l'un des points les plus hauts du trekking. C'est l'une des plus extraordinaires parcelles de forêt tropicale qu'il nous sera donné de parcourir. Ambiance à la Indiana Jones garantie ! Le sentier s'insinue dans un inextricable dédale forestier, pour gravir la pente qui conduit au col. Là-haut, un vague replat perdu au milieu des lianes se dessine... Il nous faut encore descendre pendant une heure sur le versant opposé pour profiter d'une vue dégagée sur une vallée magnifique. Les H'Mongs qui habitent la vallée arborent des vêtements richement brodés. Nuit à Coc Dong chez l'habitant. La maison est rustique (type refuge), mais l'accueil exceptionnel. (Petit déjeuner, déjeuner, dîner.)

7-8 h de marche. 18 km. M : 1200 m. D : 400 m.

J 8/ Coc Dong - Coc Re - Ta Nhiu - Xin Man

Nous suivons un chemin qui descend doucement au milieu des champs de riz en terrasses. Vue panoramique sur des villages peuplés de différentes ethnies. Les jeunes filles h'mongs bariolées, vêtues de longues robes rouges, sont ravissantes. Le chemin en balcon continue jusqu'à la rivière Claire où nous passons sur un pont suspendu en bois. Une montée raide mais courte nous emmène à la ville de Xin Man pour passer la nuit dans une auberge. Après la remise traditionnelle des pourboires aux porteurs et cuisiniers qui nous quittent ici, nous pouvons prendre un repos bien mérité. (Petit déjeuner, déjeuner, dîner.)

6 h de marche. 15 km. M : 300 m. D : 900 m.

J 9/ Xin Man - Bac Ha - train pour Hanoi

Aujourd'hui, transfert en véhicule à Bac Ha (1000 m), l'un des principaux villages de l'ethnie des H'Mongs bariolés. Le climat et le sol sont très favorables à la culture de pruniers : au printemps, tout le plateau se pare d'arbres fleuris. Après le déjeuner, nous nous rendons en bus à Lao Cai. En route, petite balade à pied au village de Trung Do, puis promenade en petit *sampan* sur la rivière de Chay (20 min). Train de nuit confortable de Lao Cai à Hanoi (290 km - 9h à bord). (Petit déjeuner, déjeuner.)

NB : en fonction des conditions atmosphériques et du peu de moyens de transport disponibles, nous pouvons utiliser plusieurs véhicules entre Xin Man et Bac Ha : Jeep, bus, voire petite motocyclette. Parfois en mixant au moins deux de ces différents modes de locomotion.

Aussi, la construction récente d'un barrage a modifié le débit de la rivière. En période de basses eaux (printemps), il n'est pas possible de naviguer tous les jours.

J 10/ Hanoi - delta du fleuve rouge et capitale du bonsaï

Ce matin, court transfert dans un centre thérapeutique créé par Nguyen Tai Thu, un professeur acupuncteur particulièrement connu au Vietnam, où vous aurez une heure de massage traditionnel. Puis, départ pour la région de Thai Binh. Visite de la pagode de Keo et balade à vélo dans la province de Nam Dinh. Un petit chemin dallé nous mène au c¹/₂ur du delta du fleuve Rouge, le berceau culturel du Vietnam. Possibilité de voir la culture des muriers pour les vers à soie, la pêche traditionnelle dans des rivières, le travail des paysans dans les rizières, surtout la plantation des bonsaïs. Rencontre avec des villageois très accueillants et souriants. Arrêt à la petite ville de Co Le pour découvrir sa jolie pagode. Déjeuner dans un restaurant local. En fin d'après midi, arrêt au village de Hai Phong, capitale des bonsaïs. Avant la tombée de la nuit, arrivée chez Phi, notre hôte pour la nuit, et participation à la préparation du dîner avec la grand-mère de la famille. Nuit chez l'habitant.

(Petit-déjeuner, déjeuner, dîner)

4 h de vélo (40 km).

J 11/ Delta du fleuve rouge - baie de Lan Ha

Après le petit déjeuner, départ pour la baie de Lan Ha, petite s¹/₂ur de la baie d'Along. A l'arrivée sur l'île de Cat Ba, embarquement sur une jonque traditionnelle. Début de notre navigation au milieu d'innombrables pitons karstiques. Le bateau rejoint bientôt un village flottant où la principale activité est l'élevage de fruits de mer. Nous reprenons ensuite notre navigation au milieu des pitons karstiques jusqu'à la petite plage de Van Boi. Déjeuner à bord, puis temps libre pour se baigner. L'eau est chaude et d'une belle couleur émeraude ; il est possible de rejoindre la plage et de s'y installer pour bronzer. Le *sundeck* est également à disposition pour flâner ou faire la sieste. Dans l'après-midi, la jonque nous emmène plus loin dans la baie, vers la grotte de Hang Ca ou Dau Be, pour une excursion en kayak de mer, une autre façon de découvrir les lieux. Vers 17 h 30, la jonque

TREK AVENTURE



Agence trekking (Licence 191913)
25, Bohey - L-9647 DONCOLS
Tél.: (BE) +32 61 24 04 10 (FR) +33 1 81 22 12 40 (LU) + 352 20 33 12 25

revient au milieu de la baie pour admirer le coucher du soleil. Nous jetons l'ancre pour la nuit. Apéritif, dîner et nuit à bord.

NB : Depuis plusieurs années, la baie d'Along, victime de son succès, est devenue quasiment un parc d'attractions. Des centaines de bateaux se suivent les uns derrière les autres, du fait d'une réglementation stricte imposée par l'Unesco afin de protéger le site. Suite aux nombreux témoignages de nos voyageurs, nous avons décidé avec notre partenaire local de modifier notre itinéraire pour une croisière plus authentique, correspondant davantage à ce que nous souhaitons vous faire découvrir dans cette région unique au monde.

J 12/ Baie de Lan Ha - Hanoi

Possibilité d'admirer le lever du soleil si le temps le permet. Nous profitons de cette dernière matinée à bord de notre jonque privée pour se détendre sur le pont et admirer les paysages somptueux de cet endroit unique au monde. Vers 11 h 30, nous prenons le chemin du débarcadère puis route pour Hanoi. Halte dans le village de Yen Duc pour un agréable déjeuner chez l'habitant. Arrivée à Hanoi en fin d'après-midi, temps libre pour faire quelques emplettes ou un massage traditionnel, puis dîner libre. Nuit à l'hôtel. (Petit déjeuner, déjeuner.) 3 h 30 de navigation. 4 h de route. 165 km.

J 13/ Navigation sur la baie de Lan Ha et retour à Hanoi

Réveil matinal pour profiter du lever de soleil sur la baie. Durant le petit-déjeuner, la jonque reprend sa navigation dans la baie de Lan Ha, en s'approchant au plus près des plus beaux pics et rochers. Nous accostons à Viet Hai, petit village de pêcheurs isolé dans la baie. Visite à vélo de l'île où il n'y a presque aucune route. De retour sur notre jonque, nous apprécions la petite douche rafraîchissante avant l'heure du brunch. Au retour, la jonque navigue paisiblement jusqu'au port de Ben Beo où nous attend notre véhicule pour Hanoi. Temps libre en fin de journée pour finir vos achats et profiter d'un dernier restaurant hanoïen.

J 14/ Hanoi...

Dernier jour au Vietnam. En fonction des horaires de vol, transfert le matin ou l'après-midi à l'aéroport et vol de retour. (Petit déjeuner.)

J 15/... France

Dans le cas d'horaires matinaux, arrivée le soir du J 14 à Paris.

NB : les temps de marche et de transfert sont donnés à titre indicatif. M : dénivelée ascendante. D : dénivelée descendante.

L'ethnie des Lolos noirs

Originaire du Yunnan en Chine, les premiers Lolos migrèrent au nord du Tonkin il y a 400 ans. Aujourd'hui, les 5 000 Lolos du Vietnam se divisent en deux groupes : Lolos bariolés et Lolos noirs (les plus riches). Dans le district de Bao Lac, province de Cao Bang, 1 000 d'entre eux vivent ensemble dans les vallées verdoyantes. Plusieurs générations d'une même famille vivent dans la maison traditionnelle, bâtie sur pilotis en bois de fer (le bois d'Iroko). Sous la maison, les animaux domestiques circulent librement : buffles d'eau, vaches, cochons, canards, poules chiens et chats...La spécialité des Lolos noirs : la confection de tambours en bronze exclusivement utilisés pour leur cérémonie funéraire (la fête des ancêtres), afin de faciliter la communication entre les vivants et les morts. Ces instruments religieux sont enterrés et gardés par le chef de la lignée familiale. Chaque lignée de Lolos noirs comprend plusieurs clans dont les familles membres, très liées entre elles, habitent le même hameau. La fonction de chef de clan, toujours assumée par un homme, est fondamentale. Garant de la solidarité, il a la charge d'assurer le culte des ancêtres et a la garde des tambours sacrés.

Sur les petits chemins en balcon, chaque dimanche, des groupes de femmes lolos se rendent au marché en costume traditionnel. Les tissus aux couleurs vives évoquent les fleurs multicolores du printemps. Parées de remarquables bijoux en argent et aluminium, les femmes sont alors magnifiques.

L'équipe

- Un guide-accompagnateur vietnamien francophone.
- Chauffeurs pour les minibus, équipage sur les jonques et sampans traditionnels.

L'équipe au Vietnam

De nombreux guides francophones sont issus de l'université française d'Hanoi. Ils ont un remarquable niveau



TREK AVENTURE

Agence trekking (Licence 191913)
25, Bohey - L-9647 DONCOLS
Tél.: (BE) +32 61 24 04 10 (FR) +33 1 81 22 12 40 (LU) + 352 20 33 12 25

culturel et savent vous faire découvrir leur pays et ses coutumes.

Ils vous guideront sur les chemins du Viêt Nam :

Hong Hai NGUYEN, Minh Thang NGUYEN, Hai Ngoc LE, Nguyen Binh NGUYEN, Van Quy NGUYEN, Manh Hieu LE, Dang Phi NGUYEN, Duc Thuan VU, Van Liem VU, Van Do HOANG.

Les déplacements

- Transferts terrestres par minibus privés.
- Sampan privé dans la baie d'Along.

NB : pendant les fêtes du Têt (l'équivalent de Noël au Viêt Nam) qui se déroulent fin janvier et début février selon le calendrier lunaire, les Vietnamiens se déplacent en grand nombre. Les transports domestiques (aériens comme terrestres) s'avèrent particulièrement surchargés, et les familles vietnamiennes sont prioritaires pour obtenir les titres de transport. Le programme est alors aménagé au mieux, en fonction des places disponibles. Vous serez averti, début janvier, des modifications éventuelles.

L'hébergement

- A Hanoi : hôtel de catégorie trois étoiles, très confortable et bien situé dans le centre-ville, base chambre double.

- Dans les petites villes : en auberges, base chambre double avec douche.

- Pendant le trekking, vous découvrirez des circuits uniques mis en place au fil des ans avec notre équipe locale. Trekking dans le Nord-Viêt Nam :

Aucune infrastructure touristique : l'hébergement se fait donc chez l'habitant. Pendant le trekking, vous serez logé dans les mêmes conditions que les populations locales. Ce voyage s'adresse aux voyageurs pour lesquels découvrir le Viêt Nam hors des sentiers battus passe avant le confort sanitaire.

* Le plus souvent, vastes maisons construites sur pilotis. A l'étage, une grande pièce à vivre où nous prenons le repas avant d'étendre des matelas sur les nattes de bambou. Couvertures fournies. Entre novembre et mars, duvet vivement conseillé. Cuisine au feu de bois dans une pièce attenante. Repas préparés par les porteurs, le guide et le cuisinier.

* Au rez-de-chaussée, les animaux domestiques (poules, cochons, chiens...) circulent librement entre les pilotis : les nuits sont donc parfois bruyantes (prévoir des bouchons d'oreilles). Se coucher avec le soleil et se lever à l'aube : tel demeure le rythme de vie dans les campagnes. Profitez-en pour aller découvrir le village qui s'éveille.

* Hygiène : douches et toilettes sommaires à l'extérieur. Eau froide la plupart du temps. Utilisées au quotidien par la famille, elles sont mises à disposition des groupes (le plus souvent une seule douche/WC). Nous négocions avec chaque famille pour convaincre les propriétaires de construire des sanitaires mieux conçus. Mais notre participation financière se heurte au poids des habitudes, et le résultat final n'est pas toujours à la hauteur de nos espérances.

- En baie d'Along, nous utilisons une jonque privée de grand confort : chambres de bon standing avec toilettes privées, douches et eau chaude. Les repas de midi et du soir, constitués d'excellents poissons et fruits de mer, sont servis à bord.

NB : En baie d'Along ou sur le Delta du Mékong, pour des raisons de sécurité, la navigation se fait au moteur et non à la voile.

Les repas

- Pendant le trek : cuisine locale pendant toute la durée du séjour. L'alimentation vietnamienne est riche et variée. Pour le repas du matin, nous apportons : céréales, fromage et confiture depuis Hanoi. Si vous êtes friand de barres de céréales, vous pouvez en apporter quelques-unes avec vous.

- Dans les villes : repas au restaurant. Votre guide doit jongler entre les participants désireux de manger local et ceux davantage portés sur le cadre, le calme et la propreté. Tout est affaire de compromis !

- Sur la route entre la baie d'Along et Hanoi, nous faisons halte pour le repas au village de Yen Duc. Mui, notre hôtesse, prépare un succulent repas à base des produits naturels de son jardin. Sa maison est un véritable havre de paix, et le repas, sous les longaniers, coupe agréablement la route de retour sur Hanoi.

- Boissons : pendant les transports routiers, nous vous fournissons de l'eau minérale en bouteille. Pendant les trekkings, on trouve de l'eau partout, mais il faut la traiter avec des comprimés de chlore. Le thé est fourni en abondance.

NB : vous pouvez demander à votre guide de goûter aux spécialités locales : serpent, chien et boissons médicinales.

Le transport des bagages

Chaque participant se déplace avec un petit sac à dos, contenant seulement les affaires personnelles nécessaires pour la journée (vêtement de protection, gourde, éventuellement pique-nique, appareil photo...).



TREK AVENTURE

Agence trekking (Licence 191913)

25, Bohey - L-9647 DONCOLS

Tél.: (BE) +32 61 24 04 10 (FR) +33 1 81 22 12 40 (LU) + 352 20 33 12 25

Nous demandons à chacun de n'avoir qu'un sac, type sac de voyage ou sac marin, pour ranger son équipement ; ce sac sera transporté par les véhicules, les bateaux, les porteurs pendant les trekkings. Il vous sera possible de laisser à l'hôtel d'Hanoi en début de circuit, un sac regroupant les vêtements de la semaine hors trek que vous pourrez récupérer lors de votre retour dans la capitale.

Visites d'échoppes et de magasins artisanaux

Dans la presque totalité des pays d'Asie se pratique, sur les lieux touristiques, le shopping organisé à l'initiative du guide. Vous devez avoir à l'esprit que le tourisme de masse induit un complexe système d'où chacun tire son profit. Nombre de guides préfèrent ainsi travailler pour ce type de tourisme moins exigeant et plus rémunérateur. Nos guides vous proposeront une ou deux visite(s) de ce type au cours d'un voyage. Vous n'êtes nullement contraint d'acheter bien entendu.

Les devises

La devise est le dong vietnamien (VND).

Taux de change (cours indicatif) : 1 € = 24 000 VND - 10 000 VND = 0,40 €.

Emporter des euros ou des dollars américains, ils se changent aisément. Prévoyez des petites coupures (plus faciles à changer) et en bon état. Dans les grandes villes, vous trouvez des distributeurs automatiques de billets (DAB).

Dates et prix

■ Promotion
 ■ Départs complet
 ■ Départ assuré

Destination	Thème	Départ	Retour	Durée	Tarif
Vietnam	Sentiers secrets du Nord Vietnam	09/05/2026	23/05/2026	15 jours	2755.00 EUR
Vietnam	Sentiers secrets du Nord Vietnam	11/07/2026	25/07/2026	15 jours	3095.00 EUR
Vietnam	Sentiers secrets du Nord Vietnam	25/07/2026	08/08/2026	15 jours	3195.00 EUR
Vietnam	Sentiers secrets du Nord Vietnam	08/08/2026	22/08/2026	15 jours	3155.00 EUR
Vietnam	Sentiers secrets du Nord Vietnam	10/10/2026	24/10/2026	15 jours	2795.00 EUR
Vietnam	Sentiers secrets du Nord Vietnam	17/10/2026	31/10/2026	15 jours	3095.00 EUR

Info pays



Vietnam

Le Vietnam... parfum d'Indochine ! Ce pays légendaire berce notre imaginaire. Ici, peut être plus qu'ailleurs, le trekking est un excellent moyen de favoriser les contacts, au cœur des rizières en terrasses et des collines couvertes de végétation tropicale. Hautes en couleurs, les ethnies des montagnes du Nord et des hauts plateaux du centre vous promettent des rencontres authentiques, qui vous transportent vers l'essence même du voyage. Cette immersion dans le Vietnam traditionnel est complétée par des escales culturelles et des découvertes au fil du Mékong... Et partout, ce même accueil remarquable... Le Vietnam est réellement un régal pour le voyageur épris d'authenticité !

Formalités administratives

Viêt-nam

Formalités pour tous les ressortissants (toutes nationalités confondues) :

- passeport valide au moins 6 mois après la date de retour présumée de votre voyage ;
- visa de tourisme nécessaire.

Vous devez demander un visa simple ou double entrée (si par exemple vous allez au Laos et/ou au Cambodge puis revenez au Viêt-nam)

1) Directement à votre arrivée au Viêt-nam aux aéroports de Hanoi, Danang et Saïgon.

Pièces à fournir pour obtenir votre visa :

- le visa temporaire, que vous devrez demander dès votre inscription et par courriel à notre bureau d'Hanoi ;
- Une photo d'identité.

Pour recevoir ce visa temporaire, envoyez par e-mail à l'adresse "sales@asia-aventure.com" les informations suivantes :

- référence et dates du voyage choisi (indiquées sur votre facture : T7...) ;
- vos nom et prénom, sexe, date de naissance, nationalité, numéro de passeport, date d'émission, date d'expiration, date(s) d'entrée(s) et date(s) de sortie(s).

Vous recevrez par retour (sous un délai de 8 jours maximum) votre visa temporaire au format PDF, qu'il vous faudra montrer pour pouvoir embarquer sur le vol international. Sans ce document, vous ne pourrez pas partir : la responsabilité de Trek Aventure ou de ses représentants ne saurait être engagée.

Notre conseil :

Pour toute arrivée par voie aérienne, prenez votre visa à l'aéroport à votre arrivée ; c'est plus simple.

Pour une arrivée par voie terrestre ou fluviale (par exemple en provenance du Cambodge), vous devez effectuer votre demande de visa auprès de l'ambassade du Vietnam à Paris avant votre départ.

2) Si vous n'avez pas accès à Internet, vous devez demander votre visa auprès de l'ambassade du Vietnam en vous rendant sur place.

Pièces à fournir pour obtenir votre visa :

- votre passeport ;
- 2 formulaires de demande de visa par personne et une attestation de voyage ; ces documents vous seront envoyés à la suite de votre inscription.
- 2 photos d'identité récentes.

A la rubrique n° 10 ?Nom et adresse de l'organisme vietnamien? : indiquez Asiatica Travel, A12/03 Building M3 Hanoi.

Frais consulaires : 60 €, à payer en espèces ou par chèque.

3) Cas particuliers :

* Circuit Viêtnam - Laos - Cambodge - Viêtnam (AT7AM)

- Viêtnam : visa double entrée obtenu à votre arrivée à l'aéroport d'Hanoi (attention cependant, pour embarquer dans l'avion au départ de France il vous faut le visa temporaire, voir ci-dessus).

- Laos : visa simple entrée à obtenir sur place à la frontière Vietnam-Laos.

- Cambodge : visa à obtenir à votre arrivée sur place à Siem Reap.

Vous voyagez avec des enfants :

Pour entrer au Vietnam, les enfants sont soumis aux mêmes obligations de passeport et de visa que les adultes, décrites ci-dessus.

A noter : les inscriptions de mineurs sur les passeports des parents sont désormais impossibles, les mineurs doivent être titulaires d'un passeport individuel. La possession de ce document, en cours de validité, est suffisante pour permettre au mineur de sortir du territoire.

Conseil(s) santé

Viêt-nam

Vaccins

Aucun vaccin n'est obligatoire. Nous vous conseillons cependant d'être à jour de vos vaccinations classiques (diphtérie, tétanos, typhoïde, poliomyélite, fièvre typhoïde, hépatites).

Paludisme et dengue

Il est aussi prudent de se protéger contre le paludisme. Demandez conseil à votre médecin traitant.

Nous vous conseillons vivement d'emporter également des répulsifs anti-moustiques. Nous préconisons les produits de la gamme Insect Ecran (au DEET 50%) qui sont parmi les plus efficaces.

La grippe aviaire

Elle sévit à l'état endémique dans les élevages intensifs de volailles à la frontière avec le Cambodge.

Le risque de contamination est très faible. Votre guide, bien informé, prendra les dispositions nécessaires pour vous éviter tout contact avec des animaux susceptibles d'être porteurs de la maladie.

Dentiste et médecin

Nous vous recommandons d'effectuer une visite de contrôle avant votre départ.

Pour plus d'informations sur les précautions à prendre au niveau santé, vous pouvez consulter le site Internet de SMI (Service Médical International) : www.smi-voyage-sante.com

Infos pratiques

Votre budget

NOTE IMPORTANTE : Dans la rubrique 'Le Prix Comprend', le prix du vol (si applicable) est en général basé sur un départ de Paris. Un départ d'un autre aéroport (Bruxelles, Luxembourg, Genève, ...) peut être demandé mais est susceptible d'un éventuel supplément de prix. Lors de la réservation, ce supplément vous est communiqué.

Par ailleurs, les prix indiqués sur cette fiche technique sont donnés à titre indicatif. Des modifications peuvent intervenir (les augmentations des taxes aériennes, les surcharges carburant, l'évolution du coût des prestations terrestres, etc. peuvent être répercutées sur le prix du forfait).

De même, des suppléments liés aux variations des prix des billets d'avion et aux disponibilités dans la classe tarifaire prévue pour le voyage peuvent s'appliquer en fonction de la date d'inscription.

Dans tous les cas, vous en serez informé au plus tard lors de votre inscription. Après votre inscription, seules les modifications prévues par l'article R211-8 du code du tourisme peuvent s'appliquer.

Le prix comprend

- Le vol international Paris-Hanoi aller et retour sur ligne régulière, en classe économique.
- Les taxes d'aéroport au départ d'Europe.
- Les transferts terrestres tels que décrits au programme.
- Les excursions et croisières telles que décrites.
- L'excursion en canoë-kayak dans la baie d'Along.
- Les repas indiqués dans le programme 'Au jour le jour'.
- L'hébergement tel que décrit.
- Les entrées dans les musées, monuments... prévues au programme.
- L'encadrement par un guide-accompagnateur vietnamien francophone.
- L'assistance d'une équipe locale (chauffeurs, équipages des bateaux, porteurs, cuisinier).

Le prix ne comprend pas

- L'assurance annulation/interruption de séjour/perte de bagages, l'assistance.
- Tout ce qui n'est pas indiqué sous la rubrique 'Le prix comprend'.

Autres dépenses sur place

- Les frais de visa si vous prenez votre visa à l'aéroport de Hanoi.
- Les repas, midi et soir, à Hanoi : 3 à 5 eur par repas.
- Les boissons.
- Les pourboires.

Vous préparer à partir

Préparation physique

Pour profiter pleinement de votre voyage, n'oubliez pas d'entretenir votre forme une fois par semaine en marchant (15 km environ) si possible sur un parcours avec dénivellée (250 m/h) ou en pratiquant une activité sportive (1 h à 1h30).

Votre pharmacie individuelle

Celle-ci sera validée avec un médecin en tenant compte du terrain d'aventure et de l'éloignement propres à ce voyage. Elle contiendra en principal :

- Un antalgique.
- Un anti-inflammatoire (comprimés et gel).



TREK AVENTURE

Agence trekking (Licence 191913)
25, Bohey - L-9647 DONCOLS
Tél.: (BE) +32 61 24 04 10 (FR) +33 1 81 22 12 40 (LU) + 352 20 33 12 25

- Un antibiotique à large spectre.
 - Un antispasmodique, un antidiarrhéique, un antiseptique intestinal, un antiémétique.
 - Des pansements et double peau, des compresses, de la bande adhésive, du Steristrip, du tulle gras.
 - Un antiseptique.
 - De la crème solaire et de la Biafine.
 - Vos médicaments personnels.
- En complément : collyre, répulsif contre les moustiques, pince à épiler, somnifère léger et/ou boules Quies, vos médicaments personnels.
 - Un stick pour les lèvres haute protection

Equipement de base

L'ensemble de vos affaires est réparti entre deux sacs :

* un sac à dos porté pendant la marche d'environ 30-40 litres pour vos affaires de la journée (pull, t-shirt de rechange, gourde, lunettes, crème solaire, petit matériel, appareil photo...), qui sera aussi le sac que vous garderez avec vous dans l'avion

* un sac de voyage avec cadenas, souple et solide de 15 kg maximum, avec de préférence une fermeture éclair latérale (accès plus facile qu'un sac marin). Pendant le voyage, il contiendra les affaires que vous n'utilisez pas dans la journée. Transporté à dos de mule ou de chameau ou sur le toit d'un 4x4, votre sac sera dans tous les cas sanglé, callé, soulevé et baché un grand nombre de fois : évitez par conséquent les sacs rigides et les valises et préférez la solidité à l'esthétique.

> Vêtements de la tête aux pieds

- Une casquette, un chapeau, un bonnet ou un cheich (désert)
- Des lunettes de soleil (indice 3 minimum, 4 pour la haute montagne)
- Une cape de pluie (suivant la saison)
- Des sous-vêtements respirants (séchage rapide)
- Une veste imperméable et respirante type Goretex
- Des T-shirts
- Une paire de gants
- Des pantalons de trek détachables à mi-jambe
- Un collant thermique (suivant la saison)
- Un maillot de bain.
- Des vêtements de rechange.
- Des chaussettes de marche.
- Une paire de sandales.
- Une paire de chaussure (voir rubrique ci dessous)
- Une paire de lacets de rechange.

Nous vous recommandons la boutique Trek Aventure pour trouver le matériel idéal grâce à la marque MILO www.trekaventure.com/trekking/page/le_catalogue_milo

> Matériel indispensable

- Une trousse de toilette et une serviette de bain.
- Une gourde (ou gourde poche à eau, pipette)
- Des serviettes humidifiées type lingettes.
- Du papier toilette.
- Un couteau de poche (en soute !).
- Quelques sachets plastiques pour protéger vos affaires.
- Une aiguille et du fil.
- des bâtons de marche.
- Couverture de survie (modèle renforcé).
- Briquet.
- Appareil photo.
- Livres de voyage.
- Lentilles jetables ou lunettes correctrices de secours.
- Une lampe frontale et ses piles.



TREK AVENTURE

Agence trekking (Licence 191913)
25, Bohey - L-9647 DONCOLS
Tél.: (BE) +32 61 24 04 10 (FR) +33 1 81 22 12 40 (LU) + 352 20 33 12 25

- Un sac de linge sale pour séparer avec le linge propre.

> Pochette antivols et documents

- Passeport (ou carte d'identité).
- Visa selon le pays.
- Carnet de vaccinations et indications médicales.
- Devises, carte de crédit.
- Contrat d'assistance et d'assurance
- Papiers personnels.

A ne pas oublier dans vos valises

- En complément : collyre, répulsif contre les moustiques, pince à épiler, somnifère léger et/ou boules Quies, vos médicaments personnels.
- Un stick pour les lèvres haute protection

A ne pas oublier dans vos valises

- Des sandalettes légères (type tongs à scratch avec un bon maintien du pied).
- Des chaussures de randonnée imperméables à tige montante et semelle offrant une bonne adhérence, type Contagrip ou Vibram
- Un sac de couchage avec température de confort comprises de + 5 ° à + 15° suivant la saison

Nos astuces

1. En raison des retards de certains bagages, nous vous conseillons fortement d'emporter votre sac de couchage avec vous et le nécessaire pour pouvoir voyager les premiers jours, en bagage accompagné dans l'avion.
2. Laissez tout objet coupant (couteau, ciseaux, coupe-ongles, etc..) et briquet dans votre bagage destiné à la soute de l'avion car les contrôles de sécurité les interdisent à bord de l'avion.
3. La réussite de tout voyage est un délicat mélange de bonne humeur, de sentiments d'entraide, de convivialité, d'esprit de découverte, de bonne volonté, d'une participation aux tâches communes ainsi que le respect des traditions locales. Et n'oubliez pas des imprévus sont toujours possibles, dans ces moments adoptez la zen attitude : patience et tolérance.
4. Prenez une photocopie de votre passeport, de votre contrat d'assurance assistance et de votre billet d'avion en cas de perte des originaux.