Les plus beaux volcans du Guatemala (AT7G5)

Guatemala - Amérique Centrale

15 jours (dont 13 jours : Randonnée)

Prix à partir de 3995.00 EUR *p.p.*

Niveau	
Type	Accompagné
Age minimum	18 ans
Portage	Affaires pour la journée
Hébergement	Hôtel
Groupe	de 3 à 14 personnes
Repas	Selon programme
Encadrement	Guide local francophone
Vol	Bruxelles, Paris, Province ou autres

Les points forts de ce voyage

- Les immanquables du Guatemala : Tikal, Antigua, le lac Atitlán et le marché de Chichicastenango.
- L'assistance d'un chauffeur francophone pour une découverte du pays en douceur.
- Les ascensions guidées de deux volcans parmi les plus beaux d'Amérique centrale.
- La nuit au coeur de la jungle, au plus près de Tikal.
- Tous les transferts et les vols locaux inclus dans le prix du voyage.

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

Un condensé complet et intense du Guatemala en formule avec chauffeur, alternant découverte d'Antigua, Tikal et l'ascension des volcans Pacaya et Santa Maria.

Une découverte intimiste des immanquables du pays, véritable kaléidoscope de couleurs et de cultures. A Antigua la baroque, ses palais coloniaux défendus par des volcans de feu. A Atitlán, lagune bleu azur, ses ethnies et villages préservés. Sur l'Altiplano, ses marchés colorés et ses églises, éloge d'un syncrétisme triomphant, mêlant la persistance de croyances ancestrales avec un catholicisme débordant. Enfin, envol pour Tikal, vertigineuses pyramides de calcaire et vestiges d'une civilisation rayonnante désormais enfouie dans une jungle épaisse. Un aperçu intense et complet, ponctué par de belles randonnées à la rencontre de ses habitants, ou pour gravir les flancs de quelques un des plus beaux volcans d'Amérique centrale.

Jour 1 FRANCE - GUATEMALA CITY - ANTIGUA
Hébergement : hôtel. Transfert : 45 min de route.
Vol pour Ciudad de Guatemala. A l'arrivée, transfert à Antigua et installation à l'hôtel pour deux nuits.

Note : *selon le plan de vol, il est possible de devoir partir la veille depuis la France avec une arrivée sur place le lendemain (Jour 1 du programme) afin de se calquer sur le déroulement du voyage. Avec cette nuit dans l'avion, le programme sera de 15 jours au total. Sur ces programmes en 15 jours, si toutefois vous arriviez le jour même, la nuit supplémentaire ainsi que le transfert à Antigua seront à votre charge.*

Jour 2 ANTIGUA
3 h de balade.
Hébergement : hôtel. Repas inclus : matin. Repas libres : midi, soir.

Visite guidée de la ville d'Antigua, véritable joyau colonial blotti au pied de trois imposants volcans. Fondée au XVIe siècle, Antigua était l'une des plus belle villes des Indes espagnoles et est aujourd'hui inscrite au patrimoine de l'UNESCO.
Le long de ses ruelles perpendiculaires et pavées, vous admirerez ses maisons colorées et ses édifices aux façades chamarrées : son ancienne cathédrale, ses palais, l'église de la Merced, ou encore l'arche de Santa Catalina. Un premier coup de c½ur au Guatemala.
En option : *Il est possible de visiter une* finca *de café proche de la ville (prix à régler sur place : prévoir environ 10 USD/personne pour l'entrée et environ 20 USD/personne pour les transferts aller et retour). Votre guide pourra vous accompagner lors de cette visite. Attention ! la visite n'est pas possible les samedis et dimanches.*

Jour 3 LAC ATITLÁN: PANAJACHEL ET NUIT CHEZ LES COMMUNAUTÉS MAYAS
Dénivelée positive : 150 m. Dénivelée négative : 150 m. 3 à 4 h de marche.
Hébergement : chez l'habitant. Repas inclus : matin, midi, soir. Transfert : 2 h 30 de route.

Promenade sur le marché typique de Sololá. De par la position géographique de ce village, entre l'*altiplano* et la plaine côtière pacifique, on découvre, les jours de marché, un brassage de populations étonnant, avec des vêtements traditionnels d'autant plus variés. Bateau pour Santa Cruz La Laguna et marche sur la rive ouest du lac Atitlán jusqu'à San Marcos La Laguna. Cet itinéraire, hors des sentiers battus, traverse plusieurs hameaux et villages, permettant ainsi d'apprécier la vie quotidienne des Mayas. Court transfert jusqu'au village de San Juan La Laguna.

Jour 4 LAC ATITLÁN: ASCENSION DU PIC CRISTALINAS (2300 M)
Dénivelée positive : 650 m. Dénivelée négative : 650 m. 5 h de marche.
Hébergement : hôtel. Transfert : 1 h 45 de route.

Ascension du pic Cristalinas, un volcan dominant le lac Atitlán. La montée est relativement courte, mais intense. Le panorama que le sommet dévoile est selon nous l'un des plus beaux de la région. Il offre en effet de magnifiques vues à la fois sur le lac et sur la cordillère volcanique. Déjeuner à Santa Clara. Descente vers les rives du lac et bateau pour Panajachel. Nuit à Panajachel. On ne manquera certainement pas d'admirer le

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

coucher de soleil sur le lac.

Note : *compter 2 h 30 à 3 h de marche jusqu'au sommet du pic Cristalinas, 5 h de marche pour la boucle complète.*

Jour 5 MARCHÉ DE CHICHICASTENANGO
Dénivelée positive : 50 m. Dénivelée négative : 50 m. 1 h de balade.
Hébergement : hôtel. Repas inclus : matin, midi, soir. Transfert : 2 h 15 de route.

A quelques kilomètres du lac Atitlán, Chichicastenango déploie chaque jeudi et dimanche un imposant marché autour de sa place centrale. La ville devient alors un carrefour où s'entremêlent les ethnies. Parmi la foule animée, vous déambulerez au c½ur des ruelles parsemées d'étals, de vendeurs d'artisanat, de poisson séché, de bougies et de fruits et légumes jusqu'à la place principale, surmontée par l'église de Santo Tomas. L'église offre un excellent aperçu du syncrétisme religieux. Sur ses marches, des femmes en robes aux motifs bigarrés patientent et côtoient des prêtres mayas qui officient sous les offrandes que font parfois les familles indiennes pour rendre hommage à leurs ancêtres.
Balade vers le site religieux de Pascual Abaj, sur une colline dominant le village. Dans l'après-midi, transfert à Quetzaltenango.

Jour 6 ASCENSION DU VOLCAN SANTA MARÍA (3770 M)
Dénivelée positive : 1300 m. Dénivelée négative : 1300 m. 6 à 7 h de marche.
Hébergement : auberge. Repas inclus : matin, midi, soir. Transfert : 3 h de route.

A l'aube, court transfert et ascension du volcan Santa Maria. L'ascension est particulièrement intense. Et les passages peu techniques, s'avèrent surtout très raides. Le sommet offre une vue d'ensemble sur l'enfilade de volcans qui s'étirent le long de la côte pacifique. Le Santa Maria est surtout un belvédère unique sur le cratère du Santiaguito. En contre-bas, la vue est aérienne sur le cône actif de cendre grise projette parfois d'impressionnantes éruptions. Transfert l'après-midi à San Marcos.

Jour 7 ASCENSION DU VOLCAN TAJUMULCO (4220 M)
Dénivelée positive : 600 m. Dénivelée négative : 600 m. 4 h de marche.
Hébergement : hôtel. Repas inclus : matin, midi, soir. Transfert : 5 h de route.

Départ à l'aube depuis San Marcos, transfert au village de San Sebastian et piste en 4X4 jusqu'à l'altitude de 3600 mètres, sous le sommet du volcan Tajumulco. Ascension du volcan, point culminant de l'Amérique centrale. Perspective impressionnante sur le relief bouleversé des hautes terres du Guatemala. Si l'air est suffisamment transparent, on voit l'océan Pacifique. Transfert l'après-midi jusqu'à Huehuetenango, au pied de la chaîne de montagnes des Cuchumatanes.

Jour 8 TREK MAYA DE TODOS SANTOS: SAN NICOLAS - TODOS SANTOS
Dénivelée positive : 300 m. Dénivelée négative : 700 m. 4 à 5 h de marche.
Hébergement : auberge. Repas inclus : matin, midi, soir. Transfert : 1 h de route.

Traversée de la partie sud-est du plateau (3000 m d'altitude), puis descente à travers la vallée de Todos Santos. Paysage grandiose, festival de couleurs. En effet, les Mayas Mams qui habitent cette région ont conservé leurs superbes habits traditionnels : pour les hommes, chemise richement brodée et pantalons rayés de rouge et de blanc ; pour les femmes, blouse aux tonalités mauve et rouge et jupe bleu foncé. Nuit à Todos Santos.

Jour 9 TREK MAYA DE TODOS SANTOS: TODOS SANTOS - SAN JUAN ATITÁN
Dénivelée positive : 900 m. Dénivelée négative : 600 m. 4 h de marche.
Hébergement : hôtel. Repas inclus : matin, midi, soir. Transfert : 2 h 15 de route.

Randonnée à travers la *sierra* de San Juan, au relief accidenté, jusqu'à San Juan Atitán pour découvrir nouvelle communauté maya. Transfert à Quetzaltenango. Nuit dans la "capitale de l'*altiplano*".

Jour 10 VOLCANS ACATENANGO (3976 M) ET FUEGO (3763 M)
Dénivelée positive : 1200 m. 3 à 4 h de marche.
Hébergement : tente. Repas inclus : matin, midi, soir. Transfert : 4 h de route.

Départ depuis Quetzaltenango pour le hameau de La Soledad, au pied du colossal volcan Acatenango (3976

m). Randonnée pour rejoindre le camp de base du volcan Acatenango, situé sur le flanc de ce dernier, à 3600 mètres. Traversée de nombreux champs sur un sentier recouvert de sable volcanique noir qui serpente régulièrement, avec un passage dans une superbe forêt de chênes et de conifères. Les volcans Acatenango (3976 m) et Fuego (3763 m), collés l'un à l'autre, font partie du même complexe volcanique ; tous deux sont des stratovolcans. Le volcan Fuego est probablement le volcan guatémaltèque ayant maintenu l'activité éruptive la plus continue, avec des éruptions qui projettent régulièrement des matériaux incandescents sur ses flancs. Le volcan Fuego ne possède ainsi pratiquement pas de végétation au dessus de 3300 mètres, altitude du col unissant les deux volcans.
Depuis le camp de base, point de vue exceptionnel sur le volcan Fuego et son activité éruptive, notamment la nuit. Un immanquable et l'un des plus beaux spectacle que le pays offre à ses visiteurs.

En option : *Sans supplément, pour celles et ceux qui ne souhaitent pas passer une nuit sous tente, il est possible d'effectuer le programme suivant : après avoir laissé les autres participants du groupe au village de La Soledad, transfert (environ 1 h) avec chauffeur hispanophone à Antigua, reste de la journée libre, déjeuner et dîner à votre charge, nuit à l'hôtel.*
Temps de transfert sur toute la journée : 4 h 30 environ.

Merci de nous indiquer ce choix au moment de la réservation de votre séjour.

Jour 11 ASCENSION DU VOLCAN ACATENANGO (3976 M)
Dénivelée positive : 450 m. Dénivelée négative : 1550 m. 5 h de marche.
Hébergement : hôtel. Repas inclus : matin, midi. Repas libre : soir. Transfert : 1 h de route.

Tôt le matin, ascension du sommet de l'Acatenango (3976 m), qui domine de quelque 200 mètres le volcan Fuego, pour profiter d'une vue panoramique sur les éruptions du volcan Fuego, sur les Hautes Terres du Guatemala et sur les volcans de la cordillère (volcan Agua, volcan actif Pacaya, les trois volcans du lac Atitlán) jusqu'à la frontière mexicaine ! Avec un peu de chance, le lever de soleil vous permettra littéralement de marcher au dessus d'une mer de nuages qui entoure les cônes volcaniques et vient lécher les vallées alentours. Là encore, un moment magique. Puis redescente au hameau de La Soledad par le sentier emprunté la veille et nuit à Antigua.

En option : *Sans supplément, pour celles et ceux qui ne souhaitent pas passer une nuit sous tente, il est possible d'effectuer le programme suivant : en début de matinée, transfert (15 à 20 mn) avec chauffeur hispanophone au village de El Hato, qui domine l'immense vallée d'Antigua. Ce village offre une vue magnifique sur la ville d'Antigua, les volcans Agua (3766 m), Acatenango (3976 m) et Fuego (3763 m). Par temps clair, vous pourrez ainsi observer les éruptions du volcan Fuego. Retour à Antigua. Temps libre pour visiter plus encore cette magnifique ville, ou départ avec le chauffeur pour aller chercher les marcheurs qui arriveront en fin de matinée. Déjeuner et dîner à votre charge, nuit à l'hôtel.*
Temps de transfert : 30 à 40 mn ou 2 h 30 à 2 h 40 si vous allez chercher les marcheurs avec le chauffeur.
Merci de nous indiquer ce choix au moment de la réservation de votre séjour.

Jour 12 VOLCAN ACTIF PACAYA - CIUDAD DE GUATEMALA
Dénivelée positive : 350 m. Dénivelée négative : 350 m. 3 à 4 h de marche.
Hébergement : hôtel. Repas inclus : matin, midi. Repas libre : soir. Transfert : 2 h 30 de route.

Transfert jusqu'au parc national du volcan Pacaya. Observation du volcan depuis sa base ; en fonction de l'activité éruptive, nous pouvons envisager d'en atteindre le sommet, mais cette option est soumise à de très bonnes conditions, qui sont, il faut l'avouer, de plus en plus rares. Le chemin serpente à flanc de montagne entre forêts et coulées de lave avec, pour toile de fond, le cône parfait du volcan Agua. Transfert en début d'après-midi à Ciudad de Guatemala et fin de journée libre.

Jour 13 SITE ARCHEOLOGIQUE DE TIKAL
Dénivelée positive : 50 m. Dénivelée négative : 50 m. 4 à 5 h de visite.
Hébergement : hôtel. Repas inclus : matin, midi. Repas libre : soir. Transfert : 1 h 30 de route et 1 h de de vol.

Visite du site archéologique de Tikal, ancien centre cérémoniel situé au c½ur de la forêt tropicale. Avec ses pyramides majestueuses, Tikal est certainement le site maya le plus impressionnant du pays. Découverte de la faune et de la flore de la forêt tropicale. Retour à Flores et balade avant le vol (en fin d'après-midi) pour Ciudad de Guatemala.

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

Jour 14 GUATEMALA CITY...
Repas inclus : matin. Repas libres : midi, soir.

Selon votre horaire de vol, temps libre avant votre transfert à l'aéroport. Vol retour.

Jour 15 ...FRANCE

Les temps de marche (ou autre activité) sont donnés à titre indicatif et peuvent varier en fonction de plusieurs éléments (ex : conditions météorologiques, état du terrain...). Les temps de transferts peuvent également varier suivant la condition des routes et de la circulation. Si nécessaire (ex : conditions climatiques, aléas aériens, décision des autorités locales), nous pouvons aussi être amenés à adapter le programme pour le bon déroulement de votre voyage et dans l'intérêt des participants.

L'ÉQUIPE

— Un guide-accompagnateur français vivant au Guatemala ou guatémaltèque francophone, assisté d'un chauffeur sur tout le parcours.
NB : votre accompagnateur n'étant pas qualifié pour encadrer les baignades, celles-ci sont effectuées sous votre propre responsabilité.
— Nos équipes locales : bateliers sur le lac Atitlán et sur le site de Aguateca, guides culturels et assistants pour certaines étapes.

DOCUMENTS DE VOYAGE

Avant votre départ, nous vous enverrons un livret de voyage avec un descriptif détaillé au jour le jour.

LES DÉPLACEMENTS

- Transferts en véhicules privatifs (type Hyundai H1 5 places ou similaire).
Dès votre arrivée, notre chauffeur (francophone dans la limite des disponibilités) vous conduira à Antigua, puis vous retrouvera à partir du J 3 pour vous accompagner sur l'ensemble des transferts jusqu'à votre retour sur Guatemala City (J 7). Chauffeurs hispanophones du J 8 au J 10.
- Visite libre à pied de Antigua. La ville n'est pas très grande et il est aisé de la visiter à pied.
- Transferts en bateaux privés sur le lac Atitlán: de Panajachel à Santa Cruz et de Tzunupa à San Juan le J 4, et de San Juan à Panajachel le J 6.
- Vols intérieurs Ciudad de Guatemala - Flores - Ciudad de Guatemala en classe économique (compagnie TAG ou similaire). Notez que le poids de votre bagage sera limité (10 kilos). Laissez les affaires dont vous n'aurez pas besoin à votre chauffeur, ou à votre hôtel dans la capitale.

L'HÉBERGEMENT

Base chambre double (chambre triple pour trois personnes).
En hébergement *Standard*
- A Antigua : Posada del Hermano : www.hotelposadahermanopedro.com
- A Panajachel : Dos Mundos : www.hoteldosmundos.com
- San Juan la Laguna : logement chez l'habitant à la rencontre d'une communauté villageoise maya.
- A Quetzaltenango : Hôtel Modelo : hotel-modelo.com
- A Guatemala City : Hôtel Stofella : www.stofella.com
- A Tikal : Jaguar Inn : www.jaguartikal.com (hébergement simple, mais situé au c½ur du parc national, à deux pas du site).

En hébergement *Confort (moyennant un supplément)*
- A Antigua : Quinta de las Flores: www.quintadelasflores.com
- A Panajachel : Posada don Rodrigo: www.posadadedonrodrigo.com

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

- A San Juan la Laguna : logement chez l'habitant à la rencontre d'une communauté villageoise maya
- A Quetzaltenango : Hôtel Bonifaz : www.pensionbonifaz.com.gt
- A Guatemala City : Hôtel Stofella : www.stofella.com
- A Tikal : Tikal Inn : www.tikalinn.com (peu de choix dans la région, mais le meilleur hébergement situé dans le parc national.

NB : les hébergements sont donnés à titre indicatif, sous réserve de disponibilité. S'ils sont complets au moment de la réservation, des hébergements similaires seront réservés.

Quelque soit leur catégorie, les hôtels sont choisis, avant tout, en fonction de leur charme, de leur confort, et de leur situation (bien placé, au c½ur des villes). A noter qu'il n'existe pas de normes officielles au Guatemala pour la classification des hôtels. Nous vous proposons donc deux catégories d'hébergements qui recoupent entre nos choix personnels, les avis de nos clients et les appréciations communément admises par les autres professionnels locaux.

LES REPAS

- Les repas du matin sont pris dans les hébergements.
- Les repas du midi et du soir sont libres : comptez 5 à 10 euros par repas et par personne environ.
- Le repas du soir lors de la nuit chez l'habitant (San Juan la Laguna) est inclus, de même que le dîner (forfaitaire) au *lodge* Tikal Inn (en optant pour la catégorie Confort).

LE TRANSPORT DES BAGAGES

Vous randonnez avec un petit sac à dos contenant les affaires nécessaires pour la balade et pourrez laisser l'essentiel de vos bagages dans le véhicule.
Lors des vols Guatemala City - Flores - Guatemala City, le poids de votre bagage sera limité à 10 kilos. Nous vous conseillons donc de laisser les affaires dont vous n'aurez pas besoin à votre chauffeur, ou à votre hôtel dans la capitale.

BALISAGE ET SENTIERS

Les randonnées sont accompagnées par des guides locaux hispanophones.
- Parc national Pacaya: Randonnée en aller/retour. Ascension courte (on ne peut aller jusqu'au sommet du volcan), avec essentiellement des passages en forêt, une courte descente sur une pente en cendres, et une dernière montée dans des blocs de lave durcie mais non stabilisé.
- Lac Atitlan: Randonnée sur un sentier au profil très vallonné jusqu'à Tzunupa.
- Ascension du Santa Maria: Chemin généralement très bien tracé dans la forêt. Le final est plus pentu.
- Visite de Tikal: Les itinéraires sur le site sont bien balisés. Possibilité d'effectuer la visite accompagné par un guide local francophone (en supplément).

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

Dates et prix

Promotion Départs complet Départ assuré

Destination	Thème	Départ	Retour	Durée	Tarif
Guatemala	Les plus beaux volcans du Guatemala	16/11/2025	30/11/2025	15 jours	3995.00 EUR
Guatemala	Les plus beaux volcans du Guatemala	16/11/2025	30/11/2025	15 jours	4440.00 EUR
Guatemala	Les plus beaux volcans du Guatemala	30/11/2025	14/12/2025	15 jours	4240.00 EUR

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

Info pays

Guatemala

Certainement le pays le plus fascinant d'Amérique centrale, le Guatemala présente un grand nombre de richesses naturelles et culturelles : montagnes et volcans, forêt tropicale, mosaïque ethnique, marchés multicolores, architecture coloniale, vestiges archéologiques mayas, paysages et ambiance des Caraïbes… Cette terre aux multiples facettes où l'âme indienne apparaît avec éclat vous plongera dans un univers de couleurs et de sensations et saura vous émerveiller !

Formalités administratives

Guatemala
Un passeport valable pour la durée du séjour
Pas de visa requis pour les touristes Belges.

Pour les autres nationalités, merci de vous renseigner auprès de l'ambassade du Guatemala de votre pays.

Conseil(s) santé

Guatemala
Nous vous conseillons d'être à jour des vaccinations classiques : diphtérie, tétanos, RRO, hépatite B, poliomyélite, fièvre typhoïde.

Vaccins spécifiques : Hépatite A obligatoire, fièvre jaune et malaria recommandés.

Paludisme
Un traitement antipaludéen est également fortement recommandé dans les régions que vous visitez (souche résistante). Veuillez consulter votre médecin traitant qui vous prescrira le traitement le plus efficace.

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

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 Paris-Ciudad de Guatemala aller et retour en classe économique.
- Les taxes d?aéroport au départ d?Europe.
- Le vol intérieur Flores-Ciudad de Guatemala et ses taxes d?aéroport.
- L?hébergement tel que décrit dans le programme.
- La pension complète pendant le séjour, sauf les repas du soir et de midi à Antigua et Ciudad de Guatemala.
- Les entrées des sites archéologiques et musées prévus au programme.
- Les transferts au sol et maritimes nécessaires au déroulement normal du voyage.
- L?encadrement par un guide-accompagnateur Allibert français résidant au Guatemala ou guatémaltèque francophone.

Le prix ne comprend pas

- L'assurance annulation/interruption de séjour/perte de bagages et l'assistance.
- Les entrée des sites (hors Tikal)
- Tout ce qui n'est pas indiqué dans la rubrique 'Le prix comprend'

Autres dépenses sur place

- Les repas du midi et du soir (sauf nuitée chez l'habitant).
- Les taxes d'aéroport sur les vols Ciudad de Guatemala - Flores - Ciudad de Guatemala (3 USD par trajet).
- Les boissons.
- Les pourboires. Montant recommandé : 15 à 20 eur par participant et par semaine.

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 dénivelée (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.

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 anti-inflammatoire (comprimés et gel).
- Un antibiotique à large spectre.
- Un antispasmodique, un antidiarrhéique, un antiseptique intestinal, un antivomitif.
- 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.

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 éclaire 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 antivol 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.

A ne pas oublier dans vos valises

- Des chaussures légères, aérées, avec une bonne adhérence sur les différents terrains.
- Des chaussures de randonnée imperméables à tige montante et semelle offrant une bonne adhérence, type Contagrip ou Vibram
- Le couchage est fournit par l'hébergeur

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.

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