



Les essentiels de la Namibie ^(AT7TN)

Namibie - Afrique

13 jours (dont 10 jours : Marche et découverte)

Prix à partir de 4170.00 EUR p.p.

Niveau	
Type	Accompagné
Age minimum	18 ans
Portage	Affaires pour la journée
Hébergement	Guest House Hôtel Lodge
Groupe	de 4 à 12 personnes
Repas	Selon programme
Encadrement	Guide local francophone
Vol	Bruxelles, Paris, Province ou autres



Les points forts de ce voyage

- Un tour condensé de Namibie, du parc d'Etosha au désert du Namib, en passant par le massif du Brandberg, le Spitzkoppe et Sossusvlei.
- La découverte des gravures rupestres de Twyfelfontein, site africain majeur, inscrit au Patrimoine mondial.
- Tous les déplacements en véhicules 4X4 confortables, avec toit ouvrant.
- Deux journées et demie de safari dans le vaste parc d'Etosha.
- Une excursion en bateau sur la lagune de Walvis Bay, avec dégustation de produits locaux.
- Taxes de parc incluses



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 tour de Namibie par les plus beaux sites : les plus hautes dunes du monde, les versants du point culminant, le Brandberg, les colonies d'otaries à fourrure de Cape Cross,...

Au-delà de l'Equateur, sous le tropique du Capricorne, s'étend un désert extraordinaire, bordé par les courants de l'océan Atlantique. Un tour condensé de la Namibie, à la découverte de l'essentiel de ce que le pays peut offrir avec une approche par ses plus beaux sites : le parc national d'Etosha, riche d'une faune abondante, les dunes rouges du Namib, la ville atypique de Swakopmund et la gigantesque colonie d'otaries à fourrure de la côte Atlantique, puis le Spitzkoppe et le Brandberg, massifs émergés de la plaine. Vous découvrirez aussi les Himbas, ce peuple fier et proche de la nature, vivant isolé du monde en communauté fermée et dont les traditions perdurent depuis des générations.

Jours 1 - 2 FRANCE - WINDHOEK

Hébergement : hôtel.
Repas libres.

Vol pour Windhoek et nuit à bord (arrivée le J 2). Accueil à l'aéroport de Windhoek et transfert à l'hôtel afin de se reposer du vol de nuit. Selon vos horaires d'arrivée, vous rencontrez votre guide en fin de journée (18h) ou le lendemain matin (8 h) pour le briefing.

Jour 3 WINDHOEK - MARCHÉ D'OKAHANDJA - PARC D'ETOSHA : SAFARI

2 h de safari.
Hébergement : tente.
Repas inclus : matin, midi, soir.
Transfert : 6 h.

Départ en véhicule en direction du nord du pays, à travers de vastes paysages de savane. Rencontre avec les premiers animaux (antilopes, zèbres), souvent présents en bord de piste. Nous faisons un arrêt à Okahandja, située sur les berges de la rivière Swakop, réputée pour son marché artisanal d'objets en bois que l'on marchandise avec bonne humeur ! Arrivée en milieu d'après-midi dans le parc d'Etosha et installation en camp. Etosha est une vaste dépression terrestre avec un pan, lac salé asséché, qui reprend vie à la saison des pluies. S'y côtoient une centaine d'espèces de mammifères - éléphants, léopards, lions, rhinocéros, zèbres, girafes, gnous, antilopes, oryx, chacals, etc. - et plus de 340 espèces d'oiseaux. Départ pour un premier safari en fin d'après-midi, quand les animaux, écrasés par la chaleur de la journée, recommencent à s'animer, notamment pour rejoindre les points d'eau.

Jour 4 PARC D'ETOSHA : SAFARI

5 à 6 h de safari.
Hébergement : tente.
Repas inclus : matin, midi, soir.

Départ pour une journée complète de safari dans la réserve, qui offre sans conteste l'un des plus beaux tableaux de la vie sauvage. Lever matinal pour le premier safari de la journée, puis retour au camp pour le déjeuner. Moment de repos aux heures les plus chaudes, puis nous repartons en safari en fin d'après-midi et jusqu'au coucher du soleil, pour admirer la procession d'animaux venus s'abreuver et se baigner aux points d'eau. Nous aurons peut-être la chance d'observer d'un peu plus près le fameux rhinocéros noir. De retour au camp, l'ambiance magique du safari reste dans tous les esprits !

Jour 5 PARC D'ETOSHA - BRANDBERG : WHITE LADY

2 h de marche.
Hébergement : lodge.
Repas inclus : matin, midi, soir.
Transfert : 4 h 30.

Derniers moments de safari en quittant le parc, puis traversée des plaines du Damaraland vers le massif du



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

Brandberg, point culminant de la Namibie (2573 m). Nous quittons en cours de route le réseau goudronné et poursuivons par les pistes jusqu'au massif de granit rougeoyant, impressionnant au pied duquel nous faisons étape. Il abrite une importante collection de peintures rupestres, réalisées il y a plus de deux mille ans par les Bushmen, dont la fameuse Dame Blanche. Nous partons à pied, accompagnés d'un guide local spécialiste du site, explorer et admirer les peintures qui ornent de nombreux rochers.

Jour 6 BRANDBERG - SPITZKOPPE : BALADE

2 à 3 h de marche.

Hébergement : tente.

Repas inclus : matin, midi, soir.

Transfert : 2 h 30.

Court transfert sur piste en direction d'un autre massif granitique, le Spitzkoppe (1784 m). En arrivant, nous partons explorer ses flancs. Nous grimpons vers une arche naturelle gigantesque et gravissons les roches rondes, presque douces, qui composent le paysage. En prenant de la hauteur, l'effet est saisissant : le terrain autour est parfaitement plat ! Des damans, peu farouches, se joignent parfois à la randonnée. Rouge, orange, violet, bleu, les lueurs du couchant révèlent une autre facette du site, très colorée. Le campement, sous la seule lueur des étoiles, est exceptionnel de beauté et de tranquillité.

Jour 7 SPITZKOPPE - CÔTE ATLANTIQUE : SWAKOPMUND

Hébergement : guest-house.

Repas inclus : matin.

Repas libres : midi, soir.

Transfert : 2 h.

Nous prenons la direction de Swakopmund, petite ville balnéaire située au nord du désert. Imaginez une sorte de Deauville germanique à l'étrange parfum d'époque, posée sur le sable brûlant du désert, bordée de 4 palmiers et enveloppée dans un brouillard romantique au bord de l'océan Atlantique houleux... La Bavière au milieu du désert ! Installation et après-midi libre pour profiter de la ville ou des activités optionnelles, telles que la visite du township de Mondesa, une excursion dans les dunes ou un survol du désert.

Jour 8 CÔTE ATLANTIQUE - DÉSERT DU NAMIB : ELIM DUNE

1 h de marche.

Hébergement : tente.

Repas inclus : matin, midi, soir.

Transfert : 5 h.

Départ vers les dunes du parc national du désert du Namib. Traversée du massif du Khomas et arrivée en début d'après-midi au campement. Les dunes ne sont pas loin, notamment la dune Elim : en fin d'après-midi nous partons pour une randonnée d'exploration du site dans la lumière de fin de journée, admirer l'étonnant contraste entre la plaine de sable, au premier plan, et les reflets bleutés des montagnes du Naukluft, en toile de fond.

Jour 9 DÉSERT DU NAMIB : DUNE 45, SOSSUVLEI ET DEADVLEI, CANYON DE SESRIEM

4 à 5 h de marche.

Hébergement : tente.

Repas inclus : matin, midi, soir.

Transfert : 2 h.

Tôt le matin, nous nous rendons au cœur du désert du Namib pour gravir la dune 45. Les variations de lumière font vibrer les paysages... Puis nous poursuivons vers Sossuvlei et Deadvlei. L'oasis de Sossuvlei est un lieu de rencontre de la faune lorsque les rares pluies viennent remplir les pans au pied des dunes. Le site de Deadvlei, peuplé d'arbres fossiles fantomatiques âgés de plusieurs centaines d'années, est extrêmement photogénique. Les couleurs sont exceptionnelles. Retour au camp pour le déjeuner. Une fois la température plus clémente, nous partons à la découverte du canyon de Sesriem. Vieux de plus de 15 millions d'années et profond de 50 mètres, il a été sculpté par le cours de la rivière Tsauchab. Enjeu vital pour les peuples nama, herero et damara, sa source d'eau permanente a toujours suscité la convoitise des hommes. Aujourd'hui exceptionnellement en eau, le canyon se visite à pied.

Jour 10 DÉSERT DU NAMIB - WINDHOEK

Hébergement : hôtel.

Repas inclus : matin.

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

Repas libres : midi, soir.
Transfert : 4 h 30.

Petit déjeuner au camp, puis dernier transfert afin de rejoindre la capitale, que nous atteignons en fin de matinée. Installation en hôtel avec piscine, puis après-midi libre à Windhoek.

Jour 11 DESERT DU KALAHARI : RENCONTRE AVEC LE PEUPLE SAN - WINDHOEK

Distance : 250 km. 2 à 3 h de balade.

Hébergement : lodge. Repas inclus : matin, soir. Repas libre : midi. Transfert : 3 h à 3 h 30.

Réveil matinal pour partir à la rencontre de Bushmen, aussi appelés Sans, habitants ancestraux d'Afrique australe. Ensemble, nous réalisons une petite marche dans les dunes environnantes où nos hôtes du jour nous présenteront la vie quotidienne, les croyances et traditions de leurs ancêtres. Une expérience pleine d'enseignement sur la survie en milieu aride.

Après cette balade, dernier transfert afin de rejoindre la capitale, que nous atteignons en fin de matinée. Nous faisons une dernière halte dans le centre-ville pour un déjeuner libre avant de nous installer en lodge 3 étoiles tout confort. Situé à la périphérie de la ville, l'hébergement dispose de 6500 hectares qui permettent de profiter d'un très beau cadre naturel. De quoi nous maintenir jusqu'au vol dans l'ambiance du voyage. Fin de journée libre pour faire un plongeon dans la piscine ou se reposer sur la terrasse avec vue sur la nature environnante. Possibilité également d'organiser une marche ou un safari 4x4 avec un guide anglophone pour tenter d'aller à la rencontre des girafes, oryx et kudus qui peuplent les 6500 hectares du lodge (activités à réserver avant votre départ, 2 participants minimum).

NB : Selon les disponibilités au moment de la confirmation de votre voyage, les hébergements du J2 et du J11 peuvent être inversés, ainsi que les repas du soir inclus au programme.

Jours 12 - 13 WINDHOEK - FRANCE

Repas inclus : matin.

Repas libres : midi, soir.

Transfert : 45 mn.

Selon les horaires de vol, temps libre, puis transfert à l'aéroport de Windhoek. Vol retour pour la France et nuit à bord (arrivée le J 12).

NB : les heures de marche et temps de transferts sont donnés à titre indicatif, sans tenir compte des pauses et des impondérables. En fonction des conditions et à l'appréciation du guide, certaines activités peuvent être effectuées dans un ordre différent.

L'équipe

- Un guide-chauffeur francophone. Il réside sur place et peut être français ou d'origine africaine. Exceptionnellement, il peut arriver de France. Il conduit le véhicule et vous guide lors des randonnées.
- Un guide-chauffeur anglophone supplémentaire à partir de dix personnes.
- Un chauffeur anglophone local pour l'accueil aéroport et le transfert à l'hôtel à votre arrivée à Windhoek.

Les déplacements

- En 4X4 de type Toyota Land Cruiser avec toit ouvrant, équipé d'une glacière, d'une petite trousse de secours, d'une trousse à outil complète et de deux roues de secours.

NB : les transferts s'effectuent à vitesse modérée (maximum 100 km/h). Les temps de route indiqués sur la fiche descriptive correspondent à des temps effectifs, n'incluent pas les pauses et sont donnés à titre indicatif.

L'hébergement

- Dans les villes : *guest-houses* (pensions) simples et confortables, base double la plupart du temps, sanitaires privés.

- Nuits en camp : tentes trois places base deux personnes par tente, couchage sur matelas mousse épais. Sac de couchage personnel indispensable (température de confort 0 °C). Nuits en campements aménagés la plupart du temps. Les campements dits aménagés sont des sites équipés de douches et de toilettes entretenus localement, généralement propres. Exceptionnellement, toilettes sèches, pas d'eau.

NB : les tentes individuelles sont adaptées pour accueillir une personne (tentes deux places), et donc plus

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

petites que les tentes doubles.

Les repas

- Repas du matin : thé, café, chocolat chaud, pain, confiture, jus de fruit, céréales,...
 - Repas du midi : pique-nique (sandwich ou salade composée, petit dessert).
 - Repas du soir : repas chaud préparé au camp ou repas dans les restaurants locaux (uniquement en ville).
- L'eau courante est potable dans la quasi-totalité des sites traversés. Il est cependant indispensable de prévoir une gourde personnelle et quelques pastilles de purifiant. Vous pourrez, si vous le souhaitez, vous procurer de l'eau minérale régulièrement pendant le circuit.

NB :

- *La Namibie ne disposant pas de ressources importantes, la plupart des produits de consommation quotidiens sont importés. La nourriture est très proche de la nourriture européenne. Votre guide essaiera le plus possible de vous faire goûter à quelques produits locaux (notamment les viandes, très bonnes).*
- *Les horaires des repas (surtout le repas du midi) sont relativement fluctuants. Soyez prêt à vous adapter. Prévoyez d'emporter des encas à votre goût.*

Le transport des bagages

Chaque participant se déplace à pied avec un sac à dos léger contenant uniquement ses affaires personnelles nécessaires à la journée (gourde, appareil photo, vêtement de protection...). Le reste de l'équipement (maximum 15 kilos) est transporté par véhicule ou par bateau.

L'esprit du voyage

Ce voyage en Namibie nécessite de couvrir de grandes distances, afin de découvrir les régions reculées. Pour permettre le bon déroulement des journées, votre participation sera requise pour charger/décharger le matériel individuel et collectif, monter/démonter votre tente et aider à la préparation des repas.

Les devises

La devise est le dollar namibien (NAD).

Taux de change (cours indicatif) : 1 € = 15,50 NAD - 10 NAD = 0,64 €.

Vous pouvez emporter des euros et/ou des dollars US. Le change est possible dans les banques des grandes villes (Windhoek, Swakopmund, Rundu), mais il est préférable de changer à l'aéroport à votre arrivée.

Les cartes de crédit (surtout la carte Visa) sont acceptées presque partout, à condition que la connexion s'établisse avec votre banque...

NB : *si vous transitez par l'aéroport de Johannesburg, vous pouvez échanger vos euros contre des dollars sud-africains (ZAR). Le ZAR est en effet utilisable en Namibie au même titre que le NAD (dont le cours est indexé sur celui du ZAR). Notez que, au retour à Johannesburg, les NAD non utilisés ne sont pas repris, le change inverse devra donc se faire avant de quitter la Namibie.*

Dates et prix

■ Promotion ■ Départs complet ■ Départ assuré					
Destination	Thème	Départ	Retour	Durée	Tarif
Namibie	Les essentiels de la Namibie	20/04/2026	02/05/2026	13 jours	4595.00 EUR
Namibie	Les essentiels de la Namibie	11/05/2026	23/05/2026	13 jours	4355.00 EUR
Namibie	Les essentiels de la Namibie	01/06/2026	13/06/2026	13 jours	4355.00 EUR
Namibie	Les essentiels de la Namibie	22/06/2026	04/07/2026	13 jours	4355.00 EUR
Namibie	Les essentiels de la Namibie	16/07/2026	28/07/2026	13 jours	5185.00 EUR
Namibie	Les essentiels de la Namibie	17/08/2026	29/08/2026	13 jours	5195.00 EUR
Namibie	Les essentiels de la Namibie	14/09/2026	26/09/2026	13 jours	4820.00 EUR
Namibie	Les essentiels de la Namibie	05/10/2026	17/10/2026	13 jours	4625.00 EUR
Namibie	Les essentiels de la Namibie	19/10/2026	31/10/2026	13 jours	4925.00 EUR
Namibie	Les essentiels de la Namibie	02/11/2026	14/11/2026	13 jours	4625.00 EUR
Namibie	Les essentiels de la Namibie	16/11/2026	28/11/2026	13 jours	4365.00 EUR

Info pays



Namibie

Immisciez-vous dans le monde sauvage de l'Afrique australe, où la présence de l'homme reste humble et discrète ! Blottie le long de la côte atlantique, la Namibie est une sorte de noman's land aux paysages superbes : dunes les plus hautes du monde, côtes tourmentées, canyons profonds, gigantesques monolithes... un pays désertique, mais peuplé d'une faune abondante.

Formalités administratives

Namibie

Formalités consulaires pour les ressortissants belges et français :

- passeport obligatoire valide au moins six mois après la date de retour présumée de votre voyage, pour la Namibie.
- pas de visa à ce jour (01/2017)

Conseil(s) santé

Namibie

Vaccins

Fièvre jaune : non demandé à obligatoire *

Hépatites A et B fortement recommandé

Autres (diphtérie, tétanos, poliomyélite, fièvre typhoïde) :recommandé

Paludisme : Traitement antipaludéen (adapté à chaque personne) fortement recommandé

Visites médicale et dentaire : contrôle avant votre départ recommandé

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-Windhoek aller et retour, en classe économique.
- Les taxes d'aéroport au départ d'Europe.
- L'encadrement par un guide-accompagnateur local
- Les transferts terrestres nécessaires au déroulement du voyage tel que décrit.
- L'hébergement base double, tel que décrit.
- Le matériel de camping et de cuisine collectif et individuel.
- La pension complète, sauf les repas de midi et du soir à Windhoek et Swakopmund (ou Walvis Bay).
- L'assistance de l'équipe locale.
- Les taxes de parcs et droits d'entrée dans les réserves.

Le prix ne comprend pas

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

Autres dépenses sur place

- Les repas à Windhoek et Swakopmund : prévoir 10 à 15 eur par repas.
- Les boissons.
- Les pourboires. Ils font partie de la culture du pays. Il est de tradition de constituer une cagnotte remise à la fin du voyage aux membres de l'équipe. Ce geste de remerciement, variable selon l'itinéraire et la durée, et auquel chacun participe selon sa satisfaction, est toujours apprécié.

Montant recommandé : 15 à 20 eur (22 à 30 CAD) par participant et par semaine. Cette somme prenant en compte le niveau de vie afin de ne pas déstabiliser les équilibres économiques.

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



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

voyage. Elle contiendra en principal :

- Un antalgique.
- 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 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 banché 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.



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

- Lentilles jetables ou lunettes correctrices de secours.
- Une lampe frontale et ses piles.
- 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 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 duvet type sarcophage avec température de confort comprises de - 5° à + 5 ° 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.