

**1/ VOL POUR CHENGDU (horaire sous réserve)**  
KL1726 BRUAMS 1505 1555  
KL 891 AMSTU 1710 0900+1

## 2/ ARRIVEE CHENGDU (L,D)

Arrivée à Chengdu, capitale de la riche province du Sichuan, ville du Lotus mêlant la vie moderne trépidante au charme de ses vieux quartiers où s'activent artisans et vendeurs ambulants dans une atmosphère évoquant la Chine ancienne. Accueil et installation à votre hôtel. Départ pour le centre de recherche et d'élevage des pandas géants. Vous assisterez au repas d'une douzaine de pandas, animal emblématique de la Chine. Un petit musée explique le défi que représente le sauvetage de cette espèce gravement menacée, devenue le symbole du WWF. Promenade dans la vieille ville de Chengdu à Jinli. Dîner et nuit à l'hôtel **Yinhe Dynasty 4\***

## 3/ CHENGDU - LHASSA (Jokhang) (B,L,D)

Petit déjeuner puis transfert à l'aéroport de Chengdu, envol pour Lhassa. Arrivée à l'aéroport de Lhassa : lieu sacré dans la langue tibétaine. A 3'700 m d'altitude, cette ville culturelle est un lieu de civilisation de plus de 300 ans. Accueil et transfert à l'hôtel **Tanghka 4\***. Déjeuner chez Namaseto Découverte du Monastère Jokhang, fondé en VIIIème siècle, le plus vénéré des temples tibétains. Promenade à la rencontre des habitants tibétains rue de Bharkor, rue commerçante et chemin de pèlerinage au cœur de la vieille ville. Repos à l'hôtel pour s'habituer à l'altitude. Dîner au Lhassa Kitchen et nuit à l'hôtel.

## 4/ LHASSA (Drepung, Potala, Sera) B,L,D

Petit déjeuner. Visite du Palais Potala, la résidence des dalai-lamas de différentes générations s'étendant sur une superficie de 41 hectares. Déjeuner chez « Lhassa Steak » Excursion au Monastère de Drepung. Entouré de montagne sur trois cotés, il constitue une véritable cité de montagne avec un réseau étroit de ruelles. Visite du Monastère Sera ou du Jardin d'églantiers. Dîner au « Crazy Yak ». Nuit à l'hôtel.

## 5/ LHASSA - (Samye) - TSETANG (B,L,D)

Petit déjeuner à l'hôtel puis route pour Tsetang Remontée par bateau de la rivière Bramapoutre et direction du Monastère de Samye, le premier temple du Tibet à réunir le Bouddha, le Dharma et les moines sous un même toit. Retour par la piste vers la route principale. Déjeuner en cours de route et dîner dans un restaurant local. Nuit au **Tsetang hôtel 3\***

## 6/ TSETANG - LAC YAMDROK - GYANTSE (B,L,D)

Petit déjeuner à l'hôtel. Route pour Gyantse. Arrêt au lac de Yamdrok, l'un des trois lacs sacrés du Tibet, qui offre un plan d'eau limpide et calme à 4441 m d'altitude. Arrivée à Gyantse et découverte du Monastère de Palkhor. Dîner et nuit au **Gyantse Hotel 3\***.

## 7/ GYANTSE - SHIGATSE (B,L,D)

Petit déjeuner à l'hôtel. Visite d'un moulin traditionnel chez un habitant tibétain en cours de route. Visite du manoir de Phala, belle demeure de la noblesse tibétaine. Continuation pour Shigatse, le lieu résidentiel du panchen-lama depuis plusieurs générations. Déjeuner dans un restaurant local. Découverte du Monastère de Tashilhunpo situé dans la proche banlieue de Shigatse.



Celui-ci est non seulement l'un des quatre plus importants sanctuaires de la secte des Gelukpa, mais aussi le centre des activités religieuses et politiques du quatrième panchen-lama et de ses successeurs. Dîner et nuit à l'hôtel.

## 8/ SHIGATSE - LAC NAMTSO (B,L,D)

Petit déjeuner de départ pour le lac Namtso à travers de sublimes paysages. Situé à une altitude proche des 5.000m, ce lac est l'un des plus célèbres et des plus sacrés du Tibet. Lieu saint du bouddhisme tibétain, on peut y apercevoir quelques pèlerins et nomades. Il abrite également le monastère de Tashi Dor en son extrémité sud-est. Déjeuner et dîner en cours de route. **Logement sous tente (ou en guesthouse au choix)**

## 9/ LAC NAMTSO - GANDEN - LHASSA (B,L,D)

Petit déjeuner, découverte de la région et rencontre avec les familles de nomades tibétain. Retour à Lhassa et visite du monastère de Ganden. Temps libre en fin de journée et dîner au « Snow God Palace ». Nuit à l'hôtel **Tangkha 4\***

## 10/ LHASSA - « Train du Ciel » - XINING (B)

Transfert à la gare et embarquement à bord du « Train du Ciel » en direction de Xining (durée +/- 24 heures). La ligne traverse les steppes des hauts plateaux tibétains dont la plupart à plus de 4 000 m d'altitude. Certains passages culminent à 5072 m, ce qui en fait la voie ferrée la plus haute au Monde. Au-dessus de 3 000 mètres, de l'oxygène est insufflé à travers le circuit de climatisation. Journée et nuit à bord (repas payables à bord obligatoirement)

## 11/ XINING (Taer) - CHENGDU (L,D)

Accueil et transfert en ville pour le déjeuner. Visite ensuite du monastère Taer. Transfert à l'aéroport envol pour Chengdu. Transfert et installation à l'hôtel **Yinhe Dynasty 4\***

## 12/ CHENGDU / AMSTERDAM / BRUXELLES (B)

Transfert à l'aéroport et vols du retour (horaires sous réserve)

KL 892 CTUAMS 1030 1530

KL1731 AMSBRU 1655 1745

## Départs 2010

Du 04 au 15 avril 2010 = 3.190 € / pers  
Du 16 au 27 mai 2010 = 2.990 € / pers  
Du 11 au 22 juillet 2010 = 3.290 € / pers  
Du 8 au 19 août 2010 = 3.390 € / pers  
Du 12 au 23 sep 2010 = 3.190 € / pers  
Du 31 oct au 11 nov 2010 = 3.190 € / pers

Supplément Single + 390 € / pers

Supplément occupation d'un cabine à 2 pers à bord du train + 180 € / pers

Non inclus :

- Extras, minibar dans les hôtels et autres dépenses personnelles
- Les pourboires pour les guides, chauffeurs et bagagistes.
- Les repas à bord du train
- Tous services non mentionnés dans l'itinéraire ou dans les « inclus »
- Les assurances complémentaires de voyages
- Les frais de visa Chinois (85 € / pers si effectué par Sensations)