Cheval d'Aventure
VOYAGES À CHEVAL & TRADITIONS ÉQUESTRES DEPUIS 1972

2 rue Vaubecour - 69002 Lyon (France) +33 (0)4 82 53 99 89 infos@cheval-daventure.com

Informations au 03/05/2024

Désert du Thar - Foire de Nagaur

INDE RAJASTHAN

Une **randonnée sportive à cheval en Inde** dans le désert du Thar, à l'Ouest du Rajasthan. Votre guide équestre, issu d'une grande famille rajput, vous entraîne jusqu'à Jaisalmer, où flottent encore les parfums des Routes de la Soie. Vous parcourez **à cheval en Inde** la foire de Nagaur, l'une des plus grandes foires de chevaux et chameaux du Rajasthan. La Version longue de cette chevauchée vous permet d'aller découvrir Jaisalmer.

Randonnée Équestre	**16 ou 13 jours (7 à cheval) -**	**À partir de 0 €**		Ouvert aux non cavaliers

Chevaux marwari

Pause déjeuner pour les cavaliers au Rajasthan

Jailsamer, Rajasthan

ITINÉRAIRE

Les points forts

• Un itinéraire très cavalier aux allures vives, avec l'une des meilleures cavaleries du Rajasthan.
• La foire de Nagaur que vous parcourez à cheval.
• L'ambiance des campements grand confort pendant la randonnée.
• Plusieurs hébergements (palais et forteresses) dignes des mille et une nuits.
• La visite de Jodhpur et la somptueuse forteresse de Merhangarh.
• La citée de Jaisalmer, cité millénaire émergeant du désert du Thar, si vous choisissez la version longue de ce voyage.

Jour 1 — EUROPE - DELHI

Jaypee Vasant Continental

Vol Europe - Delhi (décalage horaire + 4 h 30). Sur simple demande nous pouvons rechercher pour vous des vols. L'idéal est d'arriver avant minuit. Vous serez attendu à votre arrivée et transférez à l'hôtel Vasant Continental ou similaire pour une nuit en chambre double et petit déjeuner (dîner à votre charge).

Jour 2 — DELHI

Jaypee Vasant Continental

Journée à la découverte de la ville. Ce City tour permet de récupérer du décalage horaire et de la fatigue du vol de nuit mais aussi de profiter du contraste entre la vieille ville et New Delhi et de prendre contact avec l'Inde avant de plonger dans les traditions du Rajasthan. A la découverte du Old Delhi, vous visitez la Jama mosquée et du Raj Ghat où le Mahatma Gandhi a été incinéré.
Découverte de New-Delhi : les tombeaux mogholes de Humayun et de Safdarjang, le minaret de Qutab, héritage du monde persan, Jantar Mantar, le plus ancien des cinq observatoires astronomiques du Maharaja Jai Singh II, et Connaught Place, quartier commerçant central de New-Delhi...
Déjeuner à votre charge, nuit en demi pension à Jaypee Vasant Continental ou similaire.

Jour 3 — DELHI - BIKANER

Laxmi Niwas Palace

Après le petit déjeuner, départ pour l'aéroport. Envol pour Bikaner à 9h45 pour une arrivée à 11h15.
Installation au somptueux Laxmi Niwas Palace, un imposant palais rajput construit par le Maharaja Ganga Singh en mémoire de son père, c'est le plus bel établissement de la ville. Bikaner fut bâtie en 1486 par un prince Rathore (Rao Bika), fils aîné de Rao Jodha, le fondateur de Jodhpur. Etape importante sur la Route de la Soie, elle accueillait les caravanes qui ralliaient l'Asie Centrale avec le port commercial de Gujarat. Isolée au cœur du désert du Thar, la vieille ville aux ruelles étroites semble tout droit sortie du Moyen Âge.
Après le déjeuner, visite de la ville. On admire le fort de Junagarh, construit sous l'empereur moghol Akbar, les palais, les temples jaïns, mais aussi les bazars où les chalands arborent des habits traditionnels aux couleurs chatoyantes. Dîner dans l'un des trois restaurants du Laxmi Niwas Palace.
Nuit en chambre twin et demi pension à l'hôtel Laxmi Niwas Palace ou similaire.

Jour 4 — BIKANER - GAJNER - 15km à cheval

Gajner Palace

Après le petit-déjeuner, route pour Gajner (40 min). Installation au Gajner Palace, construit par le Maharaja Ganga Dinghj de Bikaner sur les berges d'un lac, l'un des bijoux du désert du Thar, récemment reconverti en hôtel. Rencontre avec vos guides équestres et votre cavalerie de chevaux marwaris. Première mise en selle après le déjeuner, l'occasion de faire connaissance avec votre monture. Les environs du palais sont un sanctuaire pour les petites gazelles Chinkaras, les ravissantes antilopes noires (black buck), et les nilgauts, grandes antilopes au pelage gris bleu. Dîner et nuit au palais.

Jour 5 — GAJNER - JAI SINGH - 35km à cheval

Campement

Première étape à cheval au cœur du désert du Thar, jusqu'aux confins de la frontière pakistanaise. Le vent a sculpté les plaines arides pour former par endroit de véritables dunes de sables. Vous traversez à cheval plusieurs villages jusqu'à celui de Jai Singh, où la vie continue de s'épanouir dans cet environnement pourtant hostile. Première nuit dans votre campement, agréablement aménagé, et qui n'est pas sans rappeler l'atmosphère qui régnait du temps des guerriers rajput.

Jour 6 — JAI SINGH - DOHRA - 35km à cheval

Campement

Votre parcours se poursuit à travers les parcelles cultivées que les villageois tentent de reconquérir sur les dunes de sable. Les silhouettes des femmes aux saris chatoyant s'activent aux champs, tandis que les hommes enrubannés guident leurs chameaux attelés sur les pistes sablonneuses. Vous rejoignez votre campement installé à côté d'une large dune de sable près de la ferme de Dohra.

Jour 7 — DOHRA - TANTWAS - 30km à cheval

Campement

Départ à cheval pour le village de Tantwas. Le terrain ouvert et souple est idéal pour de nombreux galops. Vous êtes en territoire bishnoï, les protecteurs du Thar. Bergers ou forgerons, respectueux de la nature qui les accueille, ils ont institué des lois strictes qui interdisent entre autre à tout visiteur de prélever quoi que ce soit dans la faune et la flore locale. Leurs maisons, les « dhanis », sont en pisé et repeintes chaque semaine d'un décor symbolique de chaux blanche. La région est devenue un sanctuaire pour les gazelles Chinkara que l'on peut observer facilement. Nouveau campement au cœur du désert du Thar, toujours richement décoré.

Jour 8 — TANTWAS - KHARI - 35km à cheval

Campement

Vos chevaux sillonnent entre les petits villages bordés de terres cultivées et d'importantes dunes de sable. Vous observez peut-être le rare renard du désert. Vous rejoignez votre campement près du village de Khari.

Jour 9 — KHARI - NAGAUR - 30km à cheval

Campement

Randonnée à travers plusieurs fermes et villages, et ascension à cheval de la plus haute dune des alentours, surplombée d'un petit temple hindou d'où vous jouissez d'une superbe vue. Arrivée à proximité du village Nagaur. L'une des plus grandes foires annuelles de chameaux et chevaux du Rajasthan bât son plein. Installation dans votre campement à proximité de la foire.

Jour 10 — FOIRE DE NAGAUR

Campement

La journée est consacrée à la foire de Nagaur. Immense privilège, vous circulez, à cheval, au milieu des éleveurs et des forains. Ici, plus de 25000 chameaux ainsi que d'innombrables chevaux et bovins cherchent acquéreurs chaque année. Peu connue des voyageurs étrangers, l'ambiance de la foire de Nagaur est restée intacte et les éleveurs parcourent parfois plusieurs centaines de kilomètres pour vendre ou acquérir la plus belle bête. Comme rechapées de l'histoire des citées commerçantes de la Route de la Soie, les échoppes de bijoux, artisanats et étoffes attirent les femmes aux saris éclatants et aux parures traditionnelles raffinées.

Jour 11 — NAGAUR - KHIMSAR

Fort de Khimsar

Adieu à l'équipe et aux chevaux, et route pour Khimsar (1H de route), une ville oasis sortie du désert du Thar. Installation au fort de Khimsar, reconverti en l'un des plus prestigieux Heritage Hotel du Rajasthan, pour une nuit digne des milles et une nuit. Les enceintes du fort gardent les stries des batailles passées et la gloire de la dynastie royale des Khimsar (XVIème siècle). Détente au bord de la piscine ou au jacuzzi, et selon vos envies, vous testerez peut-être le sauna et les massages ayurvedic proposés par l'hôtel.

Pour le séjour court: Après le petit-déjeuner, à 9:00 du matin, vous partirez en véhicule pour Jodhpur. Déjeuner à Jodhpur , puis visite dans l'après-midi du fort de Meharangarh Fort et la vieille ville.
Nuit à Bal Samand Palace ou similaire.

Jour 12 — KIMSAR - JAISALMER

Fort Rajwada

Après le petit-déjeuner, route pour Jaisalmer (4 à 5H de route) et installation à l'hôtel Fort Rajwada, un établissement moderne bâti selon les principes anciens du vaastu (similaire au feng shui). Gigantesque château doré émergeant du désert du Thar, tel un mirage des temps passés, la forteresse de Jaisalmer était une étape incontournable pour les caravanes de chameaux chargés de soie et d'épices. La citée connue ses heures de gloires et de nombreux princes et marchands jains laissèrent en héritage de fabuleux havelis, maisons bourgeoises somptueusement ornementées. Les teintes de la ville et ses remparts s'embrasent littéralement au coucher du soleil.

Pour le séjour court : envol de Jodhpur à 14:55 pour une arrivée à Delhi à16:20. Transfert dans un hôtel où vous pourrez vous rafraîchir, dans lequel vous dînerez avant de rejoindre l'aéroport international de Delhi 2:30 avant le départ de votre avion pour l'Europe . Envol dans la nuit avant ou après minuit suivant la compagnie choisie.

Jour 13 — JAISALMER

Fort Rajwada

Visite de la forteresse et du palais du Maharaja le matin. Déjeuner et après-midi libres pour flâner dans les ruelles sinueuses de la citée.

Rawal Jaisal a fondé Jaisalmer en 1156, créant une cité dans laquelle se sont croisées des caravanes chargées d'épices et de soie.Les princes et les marchands prospérèrent exposant leurs richesses dans des "Havelis" (maisons) magnifiquement ornementés. Nous vous recommandons particulièrement la visite de ces "Havelis", appartenant jadis à de riches marchands Jaïns, qui furent déportés par le pouvoir britannique. Ces maisons, maintenant sous la protection du gouvernement indien, sont remarquables pour le travail des artisans et les sculptures.

Pour le séjour court : arrivée en Europe.

Jour 14 — JAISALMER - JODHPUR

Jodhpur Ranbanka Palace

Après le petit-déjeuner, route pour Jodhpur (5H de route) et installation au Balsamand Palace, un somptueux palais d'architecture rajput construit sur les rives d'un lac artificiel au Nord de la ville, propriété de la famille du Maharaja de Jodhpur. Après le déjeuner, visite de l'imposante citadelle de Mehrangarh, un chef-d'œuvre architectural, merveilleux complexe de cours, palais et forteresses qui domine la citée bleue de Jodhpur. Fondée en 1459 par Rao Jodha Singh, chef du clan rajput des Rathor, aujourd'hui 2ème ville du Rajasthan, l'ancienne capitale du Marwar tira sa prospérité du commerce de l'opium, du bois de santal, des dattes et du cuivre.
Dîner et nuit en chambre double au Ranbanka Palace ou similaire.

Jour 15 — JODHPUR - DELHI - EUROPE

Après le petit-déjeuner poursuite de la visite de Jodhpur. En fonction du temps disponible, visite petit palais de marbre blanc de "Jaswant Thada" qui

est un cénotaphe dédié au Maharaja Jaswant Singh II, tout proche de la gigantesque statue du Maharajah de Jodhpur à cheval qui pointe du doigt la forteresse.
Vol dans la journée pour Delhi. Dîner et transfert pour l'aéroport en fonction de vos horaires de vol (la nuit).

Jour 16 — DELHI - EUROPE

Vol international, le plus souvent dans la nuit. Arrivée en Europe en fin de matinée.

DATES & PRIX

Nos dates et prix seront à jour prochainement. Si vous avez envie de partir sur ce voyage, n'hésitez pas à nous contacter.

Remarques sur nos prix

Aucun départ prévu sur cette destination. Pour plus d'information contacter un de nos conseillers.
• Les tarifs ci-dessus correspondent au TARIF HORS AÉRIEN par adulte en chambre double standard transferts aéroports inclus à partir de Delhi. Nous pouvons réserver vos vols internationaux jusqu'à Delhi. Si vous réservez vos vols par vous-même, sachez que les chambres du premier jour à Delhi sont disponibles à compter de midi, que pour le départ prévoyez un vol tard dans la nuit ou tôt le matin.

• Les différents vols intérieurs nécessaires à cette chevauchée ne sont pas inclus dans le prix. Ils sont variables en fonction de la période de votre inscription. Soit à titre d'information les prix entre Delhi - Bikaner et Jodhpur - Delhi, coûtent environ 190 et 240 € / personne et si vous choisissez la prolongation à Jaisalmer,ceux entre Delhi - Bikaner et Jodhpur - Delhi environ 180 et 210 € / personne,

• Les groupes sont composés de 8 à 14 personnes maximum.

• Le poids maximum des cavaliers est de 90 kg, au dessus, merci de nous consulter de manière à vérifier votre niveau équestre et si nous avons un cheval disponible pour vous.

• Cette randonnée est ouverte aux non-cavaliers auxquels un véhicule avec chauffeur indépendant sera mis à leur disposition, permettant de retrouver régulièrement les cavaliers, et/ou de se balader, visiter les sites alentours, regagner le prochain hébergement quand ils le souhaitent. Le prix reste identique.

• IMPORTANT : Si vous vous inscrivez seul(e) et que nous n'avons pas d'autres cavaliers susceptibles de partager la chambre avec vous, le supplément chambre individuelle est OBLIGATOIRE. Il est de 860 € pour le circuit long et 590 € pour le court et vous sera facturé à l'inscription. Il est remboursé dès que nous avons une autre personne susceptible de partager votre chambre.

AVERTISSEMENT
Le parcours peut être modifié pour des raisons de sécurité, de météorologie ou d'imprévus. Des événements indépendants de notre volonté peuvent modifier les parcours : routes coupées, fleuves en crue, sécheresse, grèves, fêtes locales... Cheval d'Aventure, ses partenaires, ses accompagnateurs, ainsi que ses guides locaux mettront toujours tout en œuvre pour apporter la meilleure solution, même en modifiant le parcours.
Les noms des hébergements sont donnés à titre d'information. En fonction des disponibilités, ils pourront être modifiés et remplacés sans préavis par un autre hébergement de même catégorie.

Notre prix comprend

ACCOMPAGNATEURS

Hors randonnée : L'encadrement par un guide-interprète local anglophone.
En randonnée : un guide rajpoute anglophone

EQUIPE LOGISTIQUE

1 cheval par cavalier
Une équipe de palefreniers en charge des chevaux
Une équipe d'intendance
Véhicules d'intendance

TRANSPORTS INTÉRIEURS

Transferts aéroport aller et retour à Delhi (sauf dates de voyages différentes)
L'ensemble des transferts mentionnés en véhicule avec air conditionné

MODE D'HÉBERGEMENT

Au campement, une tente pour 2 personnes avec lit, matelas confortable et literie fournie.
Dans les hôtels et les palais de campagne en chambre double avec salle de bain privative

REPAS

Pension complète du petit-déjeuner du J2 au diner du J12 ou J16, hors déjeuner à Delhi, Jodhpur, Bikaner et Jaisalmer.
Une bouteille d'eau minérale par personne et par jour pendant la randonnée

DIVERS

Les entrées sur les sites à Jaisalmer, Jodhpur.

Notre prix ne comprend pas

Assurance rapatriement et annulation "multirisques" sans risques épidémies : 3,8% du prix de votre voyage.
Assurance Annulation et interruption de séjour : 2,8% du prix de votre voyage.
Assurance complémentaire carte bancaire (gold, visa premier...) : 2,1% du prix de votre voyage.
Frais d'inscription obligatoires : 15 euros par personne

DIVERS

Pourboires équipes locales (à votre discrétion)
Visa pour l'Inde
Les entrées sur les sites à New-Delhi

REPAS

Les déjeuners à Delhi, Jodhpur, Bikaner, Jaisalmer et Jaipur.
Boissons et extras personnels

TRANSPORTS

Les vols internationaux pour Delhi
Les vols intérieurs Delhi - Bikaner et Jodhpur - Delhi : environ 190 à 240 Euros / personne

DIVERS

Les droits pour caméra et appareil photo.

En option

HÉBERGEMENT

Supplément chambre individuelle : 590€ pour 13 jours

INFOS ÉQUESTRES

Cavalerie

Toutes nos randonnées à cheval au Rajasthan sont réalisées avec des chevaux Marwaris, dont les qualités sont exceptionnelles.
Le Marwari d'aujourd'hui descend des fabuleux chevaux de guerre élevés par les Maharajas et les guerriers Rajputes. Il se reconnaît à son port de tête altier et ses oreilles en croissant de lune.
Ses origines, comme celle de son ancêtre le Kathiawari, sont à la fois romanesques et controversées. Pour certains, ces fiers chevaux indiens du Rajasthan, descendent de pur-sang arabes rescapés d'un naufrage sur les côtes indiennes. Pour d'autres, ces pur-sang indiens sont le fruit des amours, sous un croissant de lune, d'un étalon noir du désert et d'une jument blonde venue d'ailleurs… Peut être avec des caravaniers.
Indubitablement on retrouve dans le mental de ce cheval agile, intelligent, puissant et vif celui des chevaux arabes ou barbes. On évoque aussi un cousinage possible avec l'Akal-teke avec un corps longiligne, une peau fine et un port de tête altier.
Ils sont également beaux, courageux au combat, et seuls les princes (rajah) et les guerriers appartenant aux castes les plus élevées (les Marwari qui leur ont donné leur nom) étaient autorisés à les monter.
Le Marwari n'est pas seulement un cheval. C'est d'abord une caste et une langue, variante du hindi, parlée dans le Rajasthan (nom qui signifie le pays des rois).

Cet État récent (créé officiellement en 1949) s'étale au nord-ouest de l'Inde, vers le Pakistan. Il présente la particularité d'être divisé en deux régions, dont l'une, le désert de Thar, est particulièrement inhospitalière. Il s'agit de l'un des 7 plus grands déserts au Monde ; sa surface totale Pakistan inclus, avoisine les 200 000 km2 .

Guide & équipe locale

Les randonnées sont encadrées par un guide équestre rajput, descendant des familles nobles takur qui travaillaient avec leur cavalerie au service des Maharajas.
Bonnie qui accompagne les randonnées de la foire de pushkar, les palais oubliés de Shekhawati et du désert du Thar a gardé le grade de colonel. Son équipe randonne avec les armoiries de la famille. Il a l'un des plus beaux élevages de chevaux marwari du Rajasthan. Il accueille chaque année nos cavaliers depuis 1995.

Niveau équestre & forme physique

MINIMUM TECHNIQUE REQUIS

Ce voyage s'adresse uniquement aux cavaliers confirmés. Être à l'aise aux trois allures (trot enlevé, galop en équilibre). Savoir agir sur son cheval aux allures vives (frein, direction) en terrain ouvert.

ALLURES

L'allure de base en randonnée est le pas. De bons trots réguliers et de nombreux galops dès que le terrain le permet.

AUTONOMIE ET PARTICIPATION

Une équipe de palefrenier s'occupe de panser, seller et desseller les chevaux ainsi que de la distribution d'eau et de nourriture. Vous pouvez demander à y participer.

NIVEAU ET EXPÉRIENCE REQUISE

Très bonne endurance et condition physique car la randonnée comporte beaucoup d'allures vives.
Une expérience de randonnée sur plusieurs jours est un plus, mais n'est pas obligatoire. Les cavaliers qui ne montent pas régulièrement doivent absolument se remettre en selle avant la randonnée.
Partir à la rencontre de cultures et de mentalités différentes impliquent une acceptation de ces différences et leur respect.

EQUIPEMENT EQUESTRE

• Sacoches doubles à cheval
• Peau de mouton pour la selle peut être utile

INFOS PRATIQUES

CONFORT

Pendant la randonnée, les nuitées se font en campement richement décoré. Vous disposez d'une tente pour 2 personnes avec lits, matelas confortables et literie fournie. Des toilettes et douches mobiles sont également installées. Dans les hôtels et les palais de campagne, vous logez en chambre double avec salle de bain privative, parfois modeste, souvent luxueuse. La nourriture est soignée et très parfumée.

REPAS

Petit déjeuner occidentale complet : Céréales, œufs, toasts, jus de fruits.
déjeuner et dîners alternant toutes les saveurs du Rajasthan. La nourriture locale est savoureuse à base de curry parfumés, de riz, accompagnés de nans ou de chapatis, les pains indiens, de poulet, d'agneau, de légumes variés et de fruits frais.
Prenez garde à ne pas boire l'eau provenant d'une sources dont vous n'êtes pas sûrs.

CLIMAT

L'hiver, d'octobre à février, est une saison idéale au Rajasthan, le ciel clair, le temps sec ; les températures varient de 25 à 35° la journée pour descendre parfois à 8 ou 12° la nuit. Il fait très chaud à partir de mars.
La saison des moussons se situe entre juillet et septembre.

TIPS

Le pourboire est une institution en Inde. Il est d'usage de donner un pourboire aux membres de votre équipe (guides, chauffeurs, cuisiniers ...) mais aussi aux personnels des hôtels et restaurants. C'est pourquoi, certains de nos guides vous proposeront de faire une caisse commune en début de

voyage afin qu'ils puissent gérer eux mêmes la distribution.
Prévoir un budget d'environ 40-50 euros par participant. ceci n'est en rien une obligation et est laissé à l'appréciation de chacun.

LISTE EQUIPEMENT

Vos journées se partageant entre des heures à cheval et des heures de visites culturelles, vos hébergements étant pour la plupart des lieux élégants prévoyez des vêtements adaptés à chaque situation.
Vous pouvez aussi toujours faire laver votre linge dans les différents hébergements où vous séjournez.
Le choix de votre tenue vestimentaire doit s'adapter aux contextes culturels, religieux et traditionnels (il est impératif de rester épaules et genoux couverts pour respecter la population locale, particulièrement dans les temples).

Tête
• Un casque d'équitation : il est sérieusement recommandé et souvent obligatoire. Les fabricants (GPA, HKM, LAS Helmets, Lamicell, Troxel, Equithème…) proposent aujourd'hui des casques d'équitation ventilés, solides et légers, agréables sous toutes les latitudes. Il existe également des coques de protection à mettre sous votre chapeau (Ranch & Rider, Lexington Safety Products) ou des chapeaux casques western (Troxel).
• Casquette ou chapeau pour le soleil (indispensable)
• Un bandana, une écharpe ou foulard ou chèche pour protéger le cou ou le visage de la poussière et du soleil
• Une paire de lunettes de soleil haute protection

Buste
• Tee shirts en coton ou chemises à manches longues (utiles pour la protection contre le soleil)
• 2 pulls légers ou équivalent.
• Une veste légère.
• Un sari ou châle léger pour couvrir les épaules des femmes dans les temples.

Jambes
• 1 ou 2 culottes d'équitation selon votre convenance personnelle.
• 1 ou 2 pantalons de rechange.
• 1 bermuda éventuel.
• Un maillot de bain pour profiter des piscines de plusieurs hôtels.
• Sous-vêtements en coton ou en synthétique non irritant.

Pieds et Mains
• Une paire de chaussures de randonnée légères ou de boots d'équitation.
• Une paires de chaps
• 1 paire de baskets ou chaussures légères équivalentes pour le soir. Ces chaussures doivent être confortables pour les visites des forts, musées et temples.
• Plusieurs paires de chaussettes
• Une paire de gants fins pour se protéger aussi les mains du soleil

Petits trucs à cheval
• Crème apaisante bien utile aux recoins de votre intimité irrités par de longues heures à cheval.
• Rien sur le dos, tout dans votre veste ou une banane ventrale: stick à lèvres, crème solaire, passeport, petit appareil photo ou mini caméra (étanche), cordelettes, lunettes… plus accessible que les fontes.
• Le sac à dos à cheval n'est pas autorisé

Divers
• Sac de voyage 80 - 100 litres, de préférence un sac souple (ouverture frontale ou sac à dos)
• Nécessaire de toilette
• Des boules 'quies' peuvent être utiles
• Sac à dos de 25-30 litres.
• Appareil photo (avec une batterie de rechange)
• Une paire de jumelles éventuellement
• Peau de mouton pour la selle peut être utile.

Pharmacie
• Une crème et un spray anti moustique
Par précaution, indiquez vos allergies aux médicaments dans votre pharmacie.
• Médicaments personnels
• 1 Antibiotique à large spectre
• Aspirine ou doliprane
• Anti diarrhéiques

• Vitamine C
• Crème solaire à forte protection pour les lèvres et la peau
• Collyre
• Crème hydratante
• Un rouleau de sparadrap
• Une bande élastique adhésive de 10 cm de large
• Une boîte de pansements adhésifs
• Pochettes de désinfectants prêtes à l'emploi
• Pastilles de Micropur ou Hydroclonazone pour désindecter l'eau
• Des Compeed pour les ampoules.

Informations générales
• Pour les vols intérieurs, la compagnie aérienne autorise un seul sac en soute par passager.
• Les bagages cabines sont limités à 7 kg (dimensions maximales de 56 cm x 45 cm x 25 cm), ils ne doivent contenir aucun objet coupant (couteau, ciseaux, lime, coupe-ongles, etc.) et la quantité de liquide autorisée par passager est limitée à 100 ml par contenant. Il est recommandé en revanche d'y mettre appareil de photos, lunettes, médicaments et autres objets dont on ne pourrait se passer en cas de perte (momentanée) du bagage.

• Pendant la randonnée, nous vous demandons cependant d'essayer de ne pas excéder 15 Kg de bagage par personne de manière à ne pas trop encombrer la logistique.

• En cas de perte de vos papiers, nous vous conseillons de ranger une copie de votre passeport dans un endroit différent des originaux.

• Si, afin de partir " léger ", vous lavez vos vêtements en cours de voyage, privilégiez les lessives biodégradables.

• Prenez de quoi rassembler vos déchets toxiques (piles, aérosols, batteries, tubes de pommade, ...) afin de les ramener en France où le tri est bien fait et efficace. Un conseil : évitez au maximum d'emmener les emballages du matériel ou équipement que vous auriez acheté avant de partir... Toujours cela en moins à ramener en France.

TOURISME RESPONSABLE

Voici nos 6 conseils pour un voyage responsable :

1. **Voyagez léger** : Le poids des valises impacte négativement les émissions de CO_2 du kérosène et de l'essence.
2. **Supprimez le plastique** : Emmenez votre gourde réutilisable préférée. Un mug et des couverts durables pour les nuits en tente ou pendant votre vol.
3. **Préservez la nature** : Prévoyez une "poubelle de voyage" pour vos déchets pendant la randonnée. Laissez les plantes à leur place, elles sont plus belles ainsi, observez la faune à distance pour ne pas les déranger. Utilisez des produits cosmétiques biodégradables, afin de protéger votre peau et l'environnement.
4. **Faites du tourisme éthique** : refusez de prendre part à toute activité offrant un exploitant les animaux sauvages (spectacles, caresses avec touristes, etc.) .
5. **Soutenez les populations locales** : découvrez leur culture, respectez leurs coutumes, achetez des souvenirs locaux.
6. **Partagez !** sensibilisez votre entourage au tourisme responsable

Pour plus d'informations, retrouvez notre article détaillé sur le Mag .