

Du 13 au 28 octobre 2018

Une randonnée dans les contreforts himalayens constitue une escapade revigorante. L'air pur, les paysages montagneux, les modes de vie qui y règnent, offrent une véritable détente et un dépaysement garanti...



## LA SOURCE DU GANGE

Delhi, Kankhal, Haridwar, Mussoorie, Uttarkashi, Gangotri, Bojwasa, Gaumukh, Rishikesh, Delhi

Par Terre du Yoga et Teerth Travel

### Samedi 13.10.18 Genève/Delhi

Départ de Genève. arrivée à Delhi. Transfert et installation à l'hôtel Jivitesh tôt le lendemain.

### Dimanche 14.10.18 Delhi/

#### Kankhal (200 km soit 6h de route)

Visite matinale de Delhi et départ pour Kankhal. Dîner et nuit au Shiv Bhakti Peeth Guest House

### Lundi 15.10.18 Kankhal/Haridwar/

**Kankhal (8 km)** Après le petit-déjeuner, matinée libre et découverte d'Haridwar. Dîner et nuit au Shiv Bhakti Peeth Guest House

### Mardi 16.10.18 Haridwar/ Dehradun/ Mussoorie (90 km soit 3h de route)

Après le petit-déjeuner, départ pour la reine des stations climatiques, sur le chemin visite de Dehradun. Dîner et nuit à l'hôtel Tullahamore ou similaire.

### Mercredi 17.10.18 Mussoorie

Après le petit-déjeuner, marche consciente vers le sommet de George Everest. Temps libre en fin de journée. Dîner et nuit à l'hôtel Tullahamore ou similaire.

### Jeudi 18.10.18 Mussoorie/Uttarkashi

(170 km soit 7h de route) Après le petit-déjeuner, départ pour Uttarkashi, célèbre pour son ancien temple shivaïte, visite de l'Ashram de Shivananda. Dîner et nuit à l'hôtel Geetanjali Resort ou similaire.

### Vendredi 19.10.18 Uttarkashi/Gangotri

(100 km soit 7h de route) Après le déjeuner, départ pour Gangotri, visite de Gangnani et sa source thermale. Dîner et nuit à l'hôtel GMVN ou similaire.

### Samedi 20.10.18 Gangotri/Bojwasa

(14 km soit 7h de marche consciente) Journée de marche sur un majestueux chemin qui monte par paliers réguliers. Dîner et nuit en camp à Bhowasa.

### Dimanche 21.10.18 Bhowasa/

**Gaumukh (4 km soit 2h de marche consciente)** Découverte de la source du Gange. Dîner et nuit en camp à Bhowasa.

### Lundi 22.10.18 Bhowasa/

**Gangotri (14 km soit 7h de marche consciente)** Journée de marche pour s'imprégner du prana de cette somptueuse région. Dîner et nuit à l'hôtel GMVN ou similaire.

### Mardi 23.10.18 Gangotri/Uttarakashi

(150 km soit 6h de route) Pratique matinale et départ pour Uttarakashi. Fin de journée libre. Dîner et nuit à l'hôtel Geetanjali Resort ou similaire.

### Mercredi 24.10.18 Uttarakashi/

**Rishikesh (180 km soit 6h de route)** Pratique matinale et départ pour Rishikesh. Dîner et nuit à l'Ashram Sadhana Grama.

### Du mercredi 24.10 au samedi 27.10.18 Rishikesh

Séjour et pratique de yoga et méditation à l'Ashram Sadhana Grama.

### Samedi 27.10.18 Rishikesh /Delhi

(200 km soit 6h de route) Transfert en taxi à l'aéroport et départ pour l'Europe.

### Dimanche 28.10.18 Delhi/Genève

Arrivée en Europe dans la matinée.

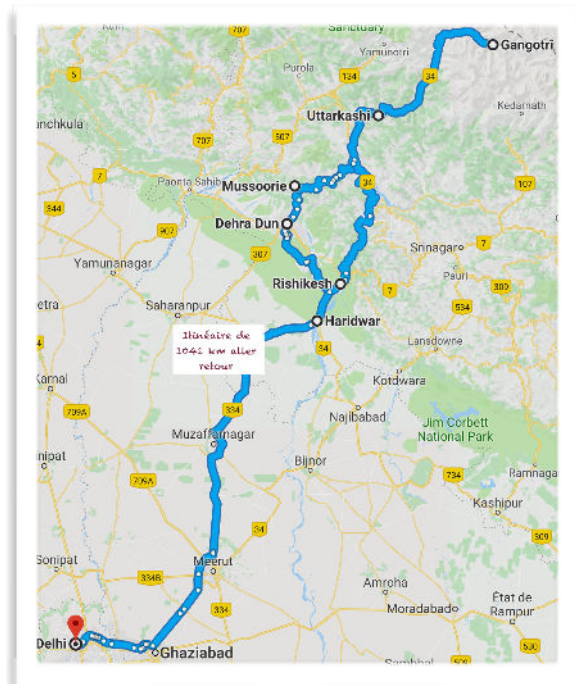
*Possibilité de partir le 12.10 et d'avoir un retour différé. Renseignez-vous.*



# INDE DU NORD

Du 13 au 28 octobre 2018

L'esprit du voyage: Cette immersion dans l'Inde «mystique», sera aussi une immersion vers nos profondeurs, notre propre source et nous invitera à élever notre Esprit jusqu'à l'état de clarté et de joie! Laisser notre Esprit s'épanouir dans la paix et la lumière ressenties devant certains aspects grandioses de la Nature pour découvrir notre véritable nature. Nous goûterons au silence dans les marches conscientes et pratiquerons le yoga à chaque instant, dans une attitude de bienveillance de l'extérieur vers l'intérieur et de l'intérieur vers l'extérieur. Chaque jour, une pratique de yoga ou de méditation sera proposée dans une intention d'installer une pratique quotidienne...



## LA SOURCE DU GANGE

Delhi, Kankhal, Haridwar, Mussoorie, Uttarkashi, Gangotri, Bojwasa, Gaumukh, Rishikesh, Delhi

Par Terre du Yoga et Teerth Travel

### Voyage à partir de :

**3950.- Chf** par personne en chambre double (ou à partager) en pension complète

**4325.- Chf** par personne en chambre individuelle (excepté à l'ashram et pendant le camping) en pensions complète

### Prestations incluses

- Les vols internationaux sur compagnies régulières en classe économique **Tarif au 18.03.18 non garanti en fonction de la disponibilité.**
- Les transferts aéroport-hôtel à Delhi
- Le transfert en bus de catégorie supérieur
- 10 nuitées en hôtels de catégorie supérieure
- 2 nuitées en camping en tente à partager dans le parc national
- 3 nuitées en Ashram
- Les porteurs pour le Trek à Gomuck
- Les repas en pension complète
- Les entrées dans les sites mentionnés au programme
- Les services de guides locaux, en anglais ou en français, selon les découvertes mentionnées au programme

- 2 bouteilles d'eau minérale par personne et par jour, en dehors des repas
- L'accompagnement de Carole et toutes les pratiques

### Prestations non incluses

- Les frais de visa
- Le dernier souper
- Les dépenses personnelles
- Les frais d'appareils photo
- Les pourboires (environ 5 chf/jour)
- Les assurances assistance, annulation, rapatriement (fortement recommandées)

**Ce programme peut être encore modifié en fonction des disponibilités hôtelières.**

### Les conditions d'annulation sont les suivantes concernant les prestations terrestres :

90 jours avant le départ, les frais s'élèvent à 150 euros par personne.  
45 jours avant le départ, les frais s'élèvent à 20 % du total par personne.  
30 jours avant le départ, les frais s'élèvent à 30 % du total par personne.  
15 jours avant le départ, 50 % du total par personne.

Moins de 7 jours avant le départ 100 % du prix du forfait par personne.

**Les conditions d'annulation sont les suivantes concernant l'aérien :** 100 % du billet après émission.

**Le passeport** doit être valable 6 mois après la date de retour et le voyageur doit être en possession d'un visa. La durée maximale de séjour en Inde est de 3 mois pour les ressortissants français et suisses.

### Versement

Le versement d'un acompte de 50% de la totalité des prestations doit s'effectuer lors de la réservation. **Le solde sera à régler la 2ème semaine de septembre 2018.**

### Réservation

#### Terre du yoga

Carole Dalmas

0041 76 25 23 480 ou

[terreduyoga@gmail.com](mailto:terreduyoga@gmail.com)

[www.terreduyoga.com](http://www.terreduyoga.com)

**Demandez le programme détaillé!**