



# Evasion Trekking Pvt. Ltd.

Saraswotinar-06, P.O. Box- 5394 Kathmandu,  
Népal Licence de l'agence: 851/064 Phone: + 977 01 4822416  
chandra@evasiontrekking.com / www.evasiontrekking.com  
bhim@sagarmathatrek.com / www.sagarmathatrek.com

*Agence locale francophone au Népal,  
Voyage sur mesure, randonnée et trek d'aventure*

## *Trek d'aventure et Ascension du Yala Peak 19 jours / 18 nuits*

Yala Peak (5637m) est le plus facile et non technique qui est situé dans la région centrale du Népal au langtang. Il offre une vue spectaculaire du Lantang Lirung (7246m), Lenpo Gang (7083m), Dorje Lakpa (6990m) et Shishapangma (8027m) du côté tibétain. Marche dans des forêts denses et villages traditionnels, population Tamang. Idéale pour les débutants d'alpinisme niveau moyen et forme physique recommandé.

19 jours dont 16 jours de trek  
Altitude maximum 5637m  
Difficulté : Bons marcheurs difficulté moyenne  
De préférence : mars à mai /Septembre /novembre  
Portage : porteurs (vous ne portez que vos affaires de la journée)  
Hôtel à Kathmandu : 3 nuits

- Jour 01 Arrivée / kathmandu
- Jour 02 Visite Swayambunath/Patan
- Jour 03 Départ Kathmandu / Syabru Besi
- Jour 04 Shabru / Lama hôtel
- Jour 05 Lama hotel / Langtang
- Jour 06 Langtang/ Kyangjin Gompa
- Jour 07 journée d'acclimatation à Kyangjin Gompa
- Jour 08 Kyangjin Gompa / camp de base de Yala Peak
- Jour 09 Camp de base / sommet de Yala Peak / Kyangjin Gompa
- Jour 10 Kyangjin Gompa / Ghora Tabela
- Jour 11 Ghora Tabela /Syabru
- Jour 12 Shabru /Shin Gompa
- Jour 13 Shin Gompa /Gosaikunda
- Jour 14 Gosaikunda/Ghopte
- Jour 15 Ghopte/ Melamchigaon
- Jour 16 Melamchigaon/Tarkegayang
- Jour 17 Tarkegayang/ Sarmathang
- Jour 18 Sarmathang / Melamchi Pool / Kathmandu
- Jour 19 Transfert à l'aéroport et départ

### Programme jour par jour

Jour 01 Arrivée / Kathmandu (1334m)  
Transfert à l'hôtel avec l'un de nos Dîner de bienvenu dans un restaurant typique Népalais.  
Dans ce dîner de premier jour il vous sera servi le « Dal Bhat » et d'autres spécialités dans

des plats traditionnels du pays. Vous serez charmé par le cadre de ce restaurant qui est un ancien palais royal. Chants, musiques folkloriques et danses avec des tenues d'ethnies différentes.

Hébergement : Hôtel Marshyangdi [www.hotelmarsyangdi.com](http://www.hotelmarsyangdi.com) ou similaire

Dîner de bienvenue

Jour 02 Visite de Patan/Swayambunath

**Patan** la deuxième plus grande ville dans la vallée est située à 6 km au sud de Katmandou. La grande construction de Patan en plein essor eu lieu sous le règne des Mallas au 16ème, 17ème et 18ème siècle. De nombreux temples de modèles largement divers, aussi bien que beaucoup de monastères bouddhistes, sont dispersés autour de cette fascinante ville. Patan est célèbre pour son artisanat qui est considérable.

**Swayambhunath**: l'un des stupas les plus anciens de la vallée à l'ouest de Kathmandu implanté sur le haut d'une colline à 4 km à l'ouest. Le stupa est l'un des sanctuaires bouddhistes les plus saints au Népal, l'un des plus anciens et des plus glorieux dans le monde qui remonterait à 2500 ans. Les quatre côtés du stupa sont peints avec les yeux de seigneur Bouddha qui représente la sagesse et la compassion.

Hébergement : Hôtel Marshyangdi [www.hotelmarsyangdi.com](http://www.hotelmarsyangdi.com) ou similaire

Petit-déjeuner

Jour 03 kathmandu /Dhunche/Syabru (2150m)

Petit-déjeuner à l'hôtel puis départ pour Dhunche puis direction Syabru.

Dhunche Village Tamang ancien point de départ du trek nous commençons à descendre le long de la rivière Trisuli jusqu'à Thulo Bharku ensuite montée d'une arête à travers une forêt de pins vue magnifique sur le Ganesh Himal entrée de la vallée du Langtang environ 7h de route.

Hébergement : Lodge

Petit-déjeuner, déjeuner et dîner

Jour 04 Shabru / Lama hôtel (2400m)

Après petit-déjeuner descente raide vers la rivière Langtang, traversé une forêt de chênes et de pins marche à travers une impressionnante gorge puis nous continuons dans la forêt jusqu'à Lama Hôtel environ 6h de marche pour arriver à votre Lodge.

Hébergement : Lodge

Dénivelé : +250m

Petit-déjeuner, déjeuner et dîner

Jour 05 Lama hotel / Langtang (3300m)

Montée progressive au dessus de Khola à travers une forêt de rhododendrons pour finalement parvenir au village de Langtang. De nombreux sommets enneigés offrent une vue spectaculaire alors que vous traverserez de grandes plaines et pâturages 5/6h de marche

Hébergement : Lodge

Dénivelé : +900m

Petit-déjeuner, déjeuner et dîner

Jour 06 Langtang/ Kyangjin Gompa (3800m)

Le sentier passe à travers de larges champs, des pâturages de yaks traversé de Laja Khola et montée d'une moraine après descentes et montées nous arrivons Kyangjing célèbre pour sa production de fromage 3/4h de marche

Hébergement : Lodge

Dénivelé : +500m

Petit-déjeuner, déjeuner et dîner

Jour 07 Excursion autour de Kyangjin Gompa

Après petit-déjeuner journée d'exploration tôt le matin montée vers le Kyangjin Ri (4773m) ou Tsergo Ri (4984m) ou aller plus loin jusqu'à Langshisa Kharka 4285m.

Hébergement : Lodge

Petit-déjeuner, déjeuner et dîner

Jour 08 Kyangjin Gompa / camp de base de Yala Peak (4800m)

La première partie du trek en montée jusqu'à Marku, Langtang Khola, toujours en montée jusqu'à yaks Kharka. Nous continuons le long du glacier rocheux au camp de base de Yala. Les vues de Ganchenpo, de Naya Kang, de Tserko Ri, de Yala Peak sont superbes de cet endroit. 6 /7h de marche

Hébergement : sous tente

Dénivelé : +1000m

Petit-déjeuner, déjeuner et dîner

Jour 09 Camp de base / sommet de Yala Peak (5637m)/ Kyangjin Gompa (3800m)

Tôt le matin départ pour l'ascension de Yala (5637m) prendre spectaculaire photos puis retour à Kyangjin Gompa environ 7h de marche pour la journée.

Hébergement : Lodge

Dénivelé : - 1837m

Petit-déjeuner, déjeuner et dîner

Jour 10 Kyangjin Gompa / Ghora Tabela (3000m)

En début de matinée pour profiter des vues magnifiques de Kyangjin (4773m). Nous retraçons nos pas jusqu' à Ghoda Tabela. Nous suivons la Langtang Khola au village de Langtang et continuons à Ghoda Tabela. 5/6 h de marche

Hébergement : Lodge

Dénivelé : -800m

Petit-déjeuner, déjeuner et dîner

Jour 11 Ghora Tabela /Syabru (2260m)

Nous empruntons la même route qu'à l'aller L'endroit est très attrayant avec de vieilles maisons disposées le long d'une haute arête donnant sur la vallée. Sur le chemin vous aurez plaisir à voir les pandas rouges, les singes et les diverses espèces d'oiseaux.5/6h de marche

Hébergement : Lodge

Dénivelé : - 740m

Jour 12 Shabru /Shin Gompa (3250m)

Montée par une très belle forêt via Dursagang (2660m) vue sur le Ganesh Himal, Langtang Himal. A Gompa un monastère Tibétain et production de fromage. Très beau panorama. 5h de marche

Hébergement : Lodge

Dénivelé : +990m  
Petit-déjeuner, déjeuner et dîner

Jour 13 Shin Gompa /Gosaikunda (4335m)  
Montée jusqu'aux lacs sacrés de Gosaikunda lieu de pèlerinage très populaire pour les hindous et bouddhistes, paysages grandioses. Il y a une douzaine de lac . 5h de marche.  
Hébergement : Lodge  
Dénivelé : +1085m  
Petit-déjeuner, déjeuner et dîner

Jour 14 Gosaikunda/Ghopte (3430m)  
Petit-déjeuner puis trek pour le village de Ghopte en passant le col de laure bin (4610m) qui donne accès au pays de l'Helambu Panorama sur le Surya peak (5145), Langtang 2 (6561m), Langtang Lirung (7225m) Ganesh Himal (7406m) environ 6h de marche pour toute la journée. Arrivé installation puis temps libre.  
Hébergement : Lodge  
Dénivelé : +275m  
Dénivelé : -1180m  
Petit-déjeuner, déjeuner et dîner

Jour 15 Ghopte/ Melamchigaon (2600m)  
Petite montée jusqu'à Tharapati (3500m) puis descente raide par une forêt de rhododendrons pour arriver au village Sherpas de Melamchigaon une belle petite gomba entourée de maisons de pierre où flottent les drapeaux à prières 5h de marche  
Hébergement : Lodge  
Dénivelé : - 830m  
Petit-déjeuner, déjeuner et dîner

Jour 16 Melamchigaon/Tarkegayang (2160m)  
La piste descend pour traverser le pont de la rivière Melamchi puis longue montée à Tarkhegayang le plus grand village d'Helambu . Énorme moulin à prières environ 5/6 de marche pour la journée.  
Hébergement : Lodge  
Dénivelé : +90m  
Petit-déjeuner, déjeuner et dîner

Jour 17 Tarkegayang/ Sarmathang (2590m)  
Nous descendons à travers de belles forêts jusqu'à Sarmathang importante région de culture de pommes. Vue fantastique sur l'Himalaya environ 5h de marche pour la journée.  
Hébergement : Lodge  
Dénivelé : +30m  
Petit-déjeuner, déjeuner et dîner

Jour 18 Sarmathang / Kathmandu  
Petit-déjeuner puis transfert à Kathmandu en véhicule privé. Tout au long du trajet vous aurez un très beau paysage, les maisons traditionnelles les rizières environ 5h de route.  
Arrivé à votre hôtel installation puis temps libre au coeur de centre touristique à Thamel.  
Hébergement : Hôtel Marshyangdi [www.hotelmarsyangdi.com](http://www.hotelmarsyangdi.com) ou similaire  
Petit-déjeuner et déjeuner

Jour 19 Transfert à l'aéroport et départ  
Petit-déjeuner

Devis sur demande par rapport à votre budget, la gamme d'hôtel et le nombre de participant. C'est vous qui choisissez la date qui vous convient. Pour plus d'infos contactez nous [bhim@sagarmathatrek.com](mailto:bhim@sagarmathatrek.com) ou au 0629250167

#### Le séjour comprend:

- Transferts aéroport /hôtel /aéroport
- Hôtel à Kathmandu, petits- déjeuners,
- Visites guidées et entrées des monuments à kathmandu
- Transport Kathmandu/Syabrubesi/Melamchi Pool Bazar/Kathmandu
- Permis de trekking et TIMS card
- Permis sommet de trek
- Guide, cuisinier, porteurs et assistant guide
- Pension complète durant le trek
- Boisson thé, café pendant le trek
- Logement en Lodge/ sous tente durant l'ascension
- Assurance pour les équipes
- Tous les transports durant votre séjour au Népal
- Un dîner de bienvenu dans un restaurant typique Népalais

#### Le séjour ne comprend pas:

- Vol international, prévoir 1 photo d'identité pour le visa
- Visa 40\$ si vous le faites à l'aéroport de Katmandu
- **L'assurance accident / rapatriement hélicoptère / soins médicaux**
- Les repas non mentionnée dans le programme
- Dépenses personnelles, les boissons alcoolisés, sodas
- Pourboires, l'équipement d'escalade etc..

Les pourboires : ils font partie de la culture du pays, Il est de tradition de constituer une cagnotte (60€ par personne) remise à la fin du trek aux membres de l'équipe toutefois chacun est libre de donner selon sa satisfaction.

**Note:** Si vous avez des demandes spéciales prix et Programme / itinéraire, selon votre choix logement en l'hôtel n'hésitez pas à nous contacter. Le départ peut être changé en raison des conditions météorologiques, glissements de terrain ou avalanches. Minimum de 2 personnes dans un groupe si seulement 1 personne le prix sera révisée.

#### Liste d'équipement pour le trekking :

- 1 petit sac à dos pour le nécessaire de la journée que vous porterez.
- 1 grand sac à dos de randonnée 60 litres pour vos effets personnels qui seront acheminés par les porteurs (12 kg) **Note : si vous voyagez avec un sac à roulette, pour le trek nous avons des sacs à vous prêter. Donc vous pouvez garder votre sac à roulette plus tout ce que vous n'avez pas besoins pour le trek à notre bureau ou à**

### **votre hôtel à kathmandu.**

- Un bon sac de couchage (-5c°, -10c°)
- Bâtons de marche télescopique (conseillé)
- Une lampe frontale et piles de rechange
- Des chaussures de randonnée légère avec une bonne adhérence (déjà faite à vos pieds)
- Une paire de Tongue
- Une paire de sandale ou de basket pour soulager les pieds le soir
- Une veste polaire chaude, des micros polaires
- Une veste imperméable coupe vent
- Cape de pluie, tee-shirt respirant, short, pantalons légers
- Un collant thermique, chaussettes à excellente thermicité
- Guêtres imperméables (facultatif), gants chauds, bonnet, foulard
- Une bonne paire de lunettes de soleil à fort indice de protection, chapeau ou casquette
- Écran total, stick à lèvres, un maillot de bain (facultatif)

### Trousse à pharmacie :

- Un antalgique, un antibiotique à large spectre
- Un anti diarrhéique, antiseptique intestinal
- Pansement pour des ampoules, un antiseptique, de la Biafine
- Vos médicaments personnels, collyre, répulsif pour les moustiques
- Pastilles pour purifier l'eau
- Trousse de toilette, lingettes, papier de toilette
- Fruits séchés, barre de céréales

Pour les treks au-delà de 3000m prenez des vêtements chauds. Les médicaments doivent être bien protégés et facilement accessibles. Prévoyez des sacs plastiques. Vous pourrez laisser des affaires à votre hôtel à Kathmandu et ne prendre que ce dont vous aurez besoin pour le trek.

**Le Népal:** Sous la forme d'un rectangle de 800 km de long sur 160 km de large à pour frontière dans le nord, le Tibet avec la chaîne de l'Himalaya dont les sommets constituent la toile de fond des paysages népalais, dans le sud, la région du Téraï, refuge des tigres royaux, rhinocéros unicorns, gazelles, paons sauvages et une multitude d'espèces animales et florales dans le parc de Chitwan, rejoint les plaines du nord de l'Inde.

**La population:** La beauté du Népal n'émane pas seulement des montagnes elles-mêmes mais aussi de la découverte et de la rencontre d'une population généreuse, accueillante composée d'ethnies multiples tels que les Newars, Magars, Tamangs, Sherpas, Gurungs, Tharus, dont le style de vie n'a guère changé depuis des générations. Les groupes ethniques sont dispersés dans le pays et parfois mélangés entre eux. La population du Népal se divise en deux grands groupes: le groupe « tibéto-népalais » qui se situe dans les montagnes et le « groupe indo-népalais » qui occupent surtout les plaines et la vallée du Téraï. La langue officielle est le népalais mais il existe plus de 36 dialectes différents.

**Religion:** L'hindouisme est la religion officielle. Le bonheur est dans l'identification du brahman (l'âme universelle) à l'atman (l'âme individuelle). L'âme est immortelle et

réincarnée selon les mérites des vies antérieures. L'être humain peut renaître dans une caste supérieure ou inférieure selon sa conduite les trois dieux principaux:

Vishnou: symbolise le savoir, la force conservatrice et protectrice de la vie. Shiva: appelé aussi Pashupati à la fois régénérateur et destructeur. Brahman: vénéré comme le créateur de toutes choses. Le bouddhisme, recherche de la sagesse par la méditation et le refus de la souffrance. Le fondateur du bouddhisme est Siddharta Gautama né au Népal à Lumbini vers 550 av. j-c. Il prit la résolution d'aider ses semblables pour vaincre la souffrance et après diverses méthodes il parvint à l'illumination et fut appelé bouddha ou l'éveillé

**Vêtements traditionnels népalais:** Daura-Suruwal, généralement appelé «Labeda-Suruwal 'est le costume traditionnel népalais. Le costume change de modèle par rapport aux croyances religieuses, il est donc resté le même depuis des années. Le Daura a huit attaches qui servent à fermer la chemise. Huit est le chiffre porte-bonheur dans la mythologie népalaise. En outre, le Daura rencontre Cinq plis ou Kallis, signifiant Pancha Bouddha ou Pancha Ratna. Et le cou fermé du Daura signifie le serpent autour du cou de Shiva Seigneur. La robe de la femme népalaise est un coton (Guniu) sari qui gagne une grande popularité dans le monde de la mode.

**Rituels:** Les principaux rituels suivis au Népal sont la cérémonie du baptême, cérémonie du riz, cérémonie de la tonsure, la cérémonie du DONNANT Sari népalais (Guniu), et la cérémonie du mariage et des rites funéraires. Les rituels sont encore dominants dans la société.

**Sites culturels:** Assez étonnant, sept des dix sites du patrimoine mondial au Népal sont classés par l'UNESCO. Ainsi, les stupas, monastères, temples et l'architecture sont tous des représentants du riche patrimoine culturel du Népal. Voici les sites culturels du patrimoine mondial du Népal.

- Katmandou Durbar Square
- Patan Durbar Square
- Bhaktapur Durbar Square
- temple Changuarayan
- Swayambhunath Stupa
- Pashupatinath Temple
- Lumbini
- Stupa Bouddhanath

Il ya d'autres lieux de pèlerinage au Népal qui tiennent une grande importance culturelle. Une visite à ces lieux vous familiarisera avec la riche culture népalaise. Barah Chhetra, Halesi Mahadev, Janakpur, Pathibhara, Tengboche dans l'Est du Népal, Manakaman, Gorkha, Lumbini, Muktinath, Gosainkunda, Tansen, la vallée de Katmandou au centre du Népal, Swargadwari, Khaptad Ashram à l'ouest du Népal sont des lieux de pèlerinage célèbre au Népal.

**Information sur les visas:** Un visa est nécessaire pour entrer au Népal (sauf pour les Indiens) et peut être obtenue de toute ambassade ou consulat royal népalais ou aux points d'entrée au Népal. (Vous pourrez facilement obtenir le visa Népalais à votre arrivée à l'aéroport international de Tribhuwan-Aéroport).

## Types de visas touristiques peuvent être obtenus

| Type de Visa     | Validité | prix       |
|------------------|----------|------------|
| Multiple Entrées | 15 jours | US\$ 25/-  |
| Multiple Entrées | 30 jours | US\$ 40 /- |
| Multiple Entrées | 90 jours | US\$ 100/- |

### Renseignements importants

- Une fois le visa délivré, il ne peut être modifié ou remboursé.
- Les chèques personnels et les cartes de crédit ne sont pas acceptés pour les frais de visa.
- Les visiteurs peuvent également obtenir le visa touristique aux points majeurs d'arrivée au Népal, y compris à l'aéroport international de Tribhuvan (TIA), Katmandou. Exigences à l'arrivée: 1 photos d'identité, remplir un formulaire disponible au point d'entrée.
- Les enfants de moins de 10 ans ne paient pas les frais du visa.
- Un visa d'un an couvre une période allant du 1er Janvier to 31 Décembre de chaque année.

**Validité d'entrée:** Six mois après la date d'émission. La validité de la date du visa est comptée à partir de la date d'arrivée au Népal.

**Prolongation du visa:** Un visa touristique peut être étendu par le ministère de l'Immigration de Katmandou et Pokhara Bureau d'immigration pour un total de 120 jours. Un visa de 30 jours supplémentaires peut être raisonnable sur les subventions Motifs de l'appartement. Au cours d'un visa dans l'année, un touriste ne peut pas rester au Népal plus de 150 jours cumulés. Vous devez payer 2 \$ par jour pour la prolongation du visa.

**Passeport:** Un passeport valide encore au moins 6 mois est indispensable. La taxe d'aéroport à Kathmandu pour le retour est de 1695 roupies. Faites une photocopie de votre passeport et conservez la sur vous, vous pourrez ainsi laisser votre passeport en lieu sûr à Kathmandu.

**Accueil à l'aéroport:** A la sortie de l'aéroport vous serez accueillis par une personne avec une pancarte de notre agence qui vous conduira à votre hôtel. Nous ne pouvons pénétrer à l'intérieur de l'aéroport car les personnes qui ne possèdent pas de billet d'avion ne sont pas autorisées à entrer.

**Argent:** La monnaie du Népal est la roupie Népalaise 110 à 115Rs. pour 1€ environ. A votre arrivée vous pourrez échanger vos devises à l'aéroport près du comptoir des visas. A Kathmandou il y a de nombreux bureaux de change le taux y est plus intéressant. Prévoyez des devises nécessaire en petites coupures avant de partir en trekking il sera plus facile de vous rendre la monnaie.

**Climat:** Depuis les neiges éternelles des hauts sommets jusqu'aux étendues tropicales des basses terres, le Népal présente une grande diversité de climats.

**Au printemps:** mars à fin mai : A cette saison, Kathmandou est en pleine floraison, magnifiques rhododendrons ; il fait beau et il commence à faire chaud avec quelques orages nocturnes. Les températures varient entre 10°C et 28°C, mais peuvent s'élever jusqu'à plus de 30°C. Entre 2000 et 3000m, les températures descendent rarement en dessous de 0°C. En revanche, quelques rares gelées ou chutes de neige sont possibles au mois de mars à partir de 4000m.

**L'été:** période de la mousson elle interrompt la majorité des trekkings de juin à fin septembre. Certaines régions de la zone "transhimalayenne", Mustang et Dolpo, restent cependant à l'abri du régime de mousson qui prévaut dans le reste du pays. Ils sont les seuls circuits accessibles au Népal en été.

**L'automne:** mi-octobre, mi-décembre. Très beau, apporte des journées plus fraîches, mais un ciel clair. A 3000m d'altitude, les températures peuvent descendre jusqu'à -10°C la nuit.

**En hiver:** mi-décembre, mi-février. Les nuits sont généralement froides, climat sec. Si les températures nocturnes descendent jusqu'à 0°C ou -5°C à 3000m, les journées sont souvent ensoleillées. Les treks au dessous de 3500m sont très agréables. Peu de touristes à cette période.

**Vaccins:** Aucune vaccination n'est obligatoire pour entrer au Népal. Cependant vous devez être à jour dans vos vaccins contre:

- La poliomyélite, la diphtérie et le tétanos
- L'hépatite A
- Typhoïde
- On peut également se faire vacciner contre la rage.

**Santé:** Il est conseillé de rendre visite à son médecin pour un examen médicale et d'aller chez son dentiste. Il est recommandé de s'entraîner afin d'améliorer sa condition physique et son niveau d'endurance. Pratiquez un peu de footing, natation, vélo régulièrement deux mois avant votre départ A Kathmandou ne buvez jamais l'eau du robinet à moins qu'elle ne soit été bouillie. Évitez les glaçons car les amibes résistent au froid. Durant le trekking vous pourrez désinfecter l'eau de source avec des pastilles de micropur ne mangez pas de légumes ou de fruits crus non pelés.

La prévention primaire (prophylaxie) par moustiquaires, insecticides d'utilisation domestique et répulsifs, en lotion, aérosols ou crème, associés au port du pantalon et des manches longues, à la tombée de la nuit, reste de mise pour les touristes se rendant dans le Téraï en dehors des mois de mousson.

**Mal d'altitude:** Le mal d'altitude peut toucher n'importe quel personne quel que soit son âge et quel que soit sa condition physique. Elle survient au-delà de 3000m. Les premiers symptômes peuvent être des maux de tête, une fatigue inhabituelle par rapport à l'effort, une toux sèche, une perte d'appétit ou des insomnies. A un stade plus avancé, certaines personnes présentent une rétention urinaire, un essoufflement au moindre effort, voire même au repos. En cas d'apparition des symptômes, arrêtez aussitôt la montée si les symptômes persistent ou empirent, redescendez, même de nuit hydratez vous suffisamment 2 à 3 litres par jour de boissons non alcoolisées.

Décalage horaire: La différence avec la France est de 4h45mn en avance l'hiver, et de 3h45mn l'été. Au Népal on se lève très tôt à 6h et l'on cesse toute activité au coucher du soleil.

*Bon voyage !*



---

Evasion Trekking Pvt. Ltd.  
Saraswotnagar-06, P.O. Box- 5394 Kathmandu, Népal. Licence de l'agence: 2452/071  
Phone: + 977 01 4822416  
[bhim@evasiontrekking.com](mailto:bhim@evasiontrekking.com) / [chandra@evasiontrekking.com](mailto:chandra@evasiontrekking.com) / [www.evasiontrekking.com](http://www.evasiontrekking.com)  
[bhim@sagarmathatrek.com](mailto:bhim@sagarmathatrek.com) / [www.sagarmathatrek.com](http://www.sagarmathatrek.com)

*Votre voyage organisé par l'agence Evasion Trekking Pvt. Ltd. Népal*