Pérou

LE TOUR DE L'AUSANGATE

Code voyage : **UPIV**

TREK

Prochain départ confirmé le **29/06/2024**

A partir de **4 195 €**

Voyage en petit groupe | Niveau : **3/5** | **15 jours** | **Vol inclus**

L'Ausangate, une des plus imposantes montagnes du sud du Pérou, offre un terrain de jeux extraordinaire pour le trekking. Un voyage pour les amoureux de la belle randonnée sauvage qui offre en plus la possibilité de découvrir la vallée Sacrée et le lac Titicaca.

Ce superbe trek nous fait traverser par les sentiers incas la cordillère de Vilcanota où vivent les Q'eros, derniers gardiens de la tradition Inca et éleveurs d'alpagas. Nous franchissons des cols au pied de géants de glaces. Les paysages s'enchaînent et ne se ressemblent pas : les vertes vallées laissent place aux lacs et pics enneigés. La visite des sites de la Vallée Sacrée dont le fameux Machu Picchu et la découverte du lac Titicaca viennent compléter ce panorama andin.

POINTS FORTS

- Le tour complet de l'Ausangate, préservé et authentique
- La découverte de la vallée Sacrée et du Machu Picchu
- Les paysages sauvages du lac Titicaca

Jour par jour

JOUR 1

VOL PARIS - LIMA

Vol de Paris à destination de Lima.

Suivant les horaires de vols, arrivée le soir: transfert a´hôtel ou arrivée le lendemain matin (jour 02).

Repas libres.

DÉTAIL

Transport : Avion
Hébergement : Avion ou hôtel
Déjeuner : libre
Dîner : libre

JOUR 2

LIMA - CUSCO

Nous partons pour l'aéroport pour prendre un vol à destination de Cusco. Le nom de cette capitale de l'empire inca signifie « Nombril du monde » en Quechua, selon la vision cosmique des incas.

En début d'après-midi, nous visitons Cusco à pied et découvrons son riche patrimoine culturel. Avec notre guide, nous parcourons la place d'Armes, sa cathédrale construite par les conquistadors, mais aussi les ruines incas de Sacsayhuaman; une immense forteresse située sur les hauteurs de la cité. En fin d'après-midi, retour à l'hôtel pour se reposer et faciliter l'acclimatation.

Dîner libre.

DÉTAIL

Marche : 1h-2h
Altitude max : 3550 m
Hébergement : Hôtel
Dîner : libre

JOUR 3

VALLÉE SACRÉE : CUSCO - PISAC - OLLANTAYTAMBO - AGUAS CALIENTES (2040M)

Nous partons à la découverte de la Vallée Sacrée. Première étape, le site de Pisac, véritable grenier de l'empire inca. Nous parcourons son célèbre marché animé tout au long de la journée et regorgeant de produits artisanaux tels que la céramique, la poterie, bijoux, tissus mais aussi d'aliments comme des légumes jusqu'alors inconnus. Vous visitez ensuite la forteresse inca, ses canalisations et ses terrasses agricoles.

Nous continuons vers le village inca d'Ollantaytambo pour visiter sa forteresse destinée à contrôler le passage et protéger la Vallée Sacrée. C'est de là que nous prenons le train pour rejoindre Aguas Calientes.

Note : la compagnie des trains limite à 5 kg le poids des bagages lors des trajets aller/retour à Aguas Calientes. Nous avons la possibilité de laisser certaines de nos affaires à Ollantaytambo avant de partir.

DÉTAIL

Transport : Bus privatisé (2h, 120 km)
Marche : 1h
Hébergement : Hôtel

JOUR 4

AGUAS CALIENTES - MACHU PICCHU - CUSCO (3400M)

Après un petit-déjeuner matinal, nous prenons la navette pour rejoindre la citadelle du Machu Picchu. Cette journée est consacrée à la visite de la plus célèbre cité inca du continent. Cette merveille du monde a été révélée en 1911 par l'anthropologue américain Hiram Bingham.

Si nous montons au sommet du Huayna Picchu, la "jeune montagne", un panorama éblouissant du site nous y attend pour nous récompenser de nos efforts.

Dans l'après-midi, nous rentrons en train jusqu'à Cusco et nous nous installons à l'hôtel.

Note: l'accès au Huayna Picchu est inclus dans votre entrée au Machu Picchu (1 heure de monté et 45 minutes de descente environ, +250m - 250m). Néanmoins, les places sont limitées à 400 par jour, il est donc possible que malgré l'anticipation nous ne puissions pas avoir les places pour tous les voyageurs du groupe. Dans ce cas, vous pourrez vous rendre à la porte du Soleil ou à la montagne Machu Picchu.

DÉTAIL

Marche : 3h-4h
Hébergement : Hôtel

JOUR 5

CUSCO - OCONGATE - TIPON - TINQUI (3800M)

Au petit matin, nous partons à destination de Tinqui, point de départ du trek situé face à l'Ausangate.

Nous prenons ainsi la route transocéanique en direction de Puerto Maldonado et passons par le village de Tipon. Nous nous arrêtons visiter le site archéologique connu pour ses terrasses et fontaines avant de passer par Oropesa la capitale du pain. La découverte se continue avec le site de Pikillaqta ancien village Wari et la chapelle d'Andahuaylillas avec ses peintures pittoresques considérée comme la chapelle Sixtine d'Amérique du Sud.

Nous arrivons à Tinqui et nous installons chez nos hôtes pour passer la nuit.

DÉTAIL

Transport : Minibus (6h)
Hébergement : Auberge

JOUR 6

TREKKING VILCANOTA : TINQUI - UPIS (4400 M)

Nous partons pour la première étape de notre trekking qui nous mène au pied du majestueux Apu Ausangate qui culmine à 6372 m.

Le sentier passe par des cultures andines l'occasion pour nous permettre de découvrir certaines variétés de tubercules. Les lamas et alpagas nous accompagnent également avant d'arriver au village d'Upis. Nous déjeunons à notre campement avant de randonner aux alentours des lagunes.

En fin de journée, un bain dans les sources d'eau chaude nous attend pour clôturer cette première étape.

DÉTAIL

Marche : 7h
Dénivelé positif : 600 m
Dénivelé négatif : 100 m
Hébergement : Bivouac

JOUR 7

TREKKING VILCANOTA : UPIS (4400M) - COL ARAPA (4877M) - ANATAPATA (4600M)

La première étape du jour n'est autre que le col d'Arapa qui culmine à 4877m.

Le sentier monte progressivement sur le flanc droit de l'Ausangate. Nous quittons ainsi les plaines verdoyantes pour des paysages plus arides aux formes arrondies. Du col nous gagnons la lagune Pucacocha (4600m) avant de continuer vers la montagne Alccatari (5050m).

Nous descendons enfin vers Anantapata où nous campons entourés de montagnes.

DÉTAIL

Marche : 7h-8h
Dénivelé positif : 900 m
Dénivelé négatif : 600 m
Altitude max : 4877 m
Hébergement : Bivouac

JOUR 8

TREKKING VILCANOTA: ANANTAPATA - CHILCA (4350M)

Nous partons ce matin en direction de la montagne aux sept couleurs nous sommes ainsi à plus de 5000 mètres d'altitude dans une ambiance particulière où se succèdent les couleurs tel un véritable arc en ciel.

Nous descendons ensuite dans la vallée au village de Chilca où nous passons la nuit.

DÉTAIL

Marche : 8h
Dénivelé positif : 600 m
Dénivelé négatif : 800 m
Hébergement : Bivouac

JOUR 9

TREKKING VILCANOTA : CHILCA - SORAYPAMPA (4650M)

Nous partons pour la vallée de Jampa, quittant ainsi l'Ausangate des yeux avant de nous diriger vers les glaciers suspendus de Jatun Pampa.

Le sentier grimpe quelque peu pour atteindre le fond de vallée et croise ainsi des élevages de camélidés tels que les alpagas ou encore lamas. Si vous êtes chanceux vous pourrez peut être même voir des vigognes.

DÉTAIL

Marche : 6h
Dénivelé positif : 300 m
Hébergement : Bivouac

JOUR 10

TREKKING VILCANOTA: SORAYPAMPA - PASO JAMPA - PACCHANTA (4250M)

Dernière étape de notre trek qui nous mène à Pacchanta. Nous montons graduellement jusqu'au col Jampa qui culmine à 5050 mètres. Malgré cela il reste encaissé entre l'Ausangate d'un côté et le nevado Puca Punta de l'autre. Les glaciers nous surplombent et offrent un spectacle unique.

Nous redescendons passant proche des lagunes Caycocha et Comercocha avant d'arriver au village de Pacchanta faisant face au massif enneigé de l'Ausangate. C'est l'occasion de goûter aux bienfaits des sources d'eau chaude comme récompense de ces cinq jours de trekking.

DÉTAIL

Marche : 8h
Dénivelé positif : 400 m
Dénivelé négatif : 800 m
Hébergement : Bivouac

JOUR 11

LAC TITICACA (3820M) : PACCHANTA - RAQCHI - LLACHÓN

Le matin, nous retrouvons notre véhicule pour partir en direction du lac et de la communauté de Llachon.

En route, nous découvrons l'ancien temple inca de Raqchi, site inca à l'architecture unique. Ce complexe religieux et administratif comporte principalement le temple du dieu fondateur Wircacocha, des habitations destinées aux prêtres, des entrepôts alimentaires "qolqas" et un ensemble de fontaines surnommé "le bain de l'inca". Nous visitons ensuite le musée de Pukara, un musée lithique retraçant les prémices de la culture inca.

Puis nous arrivons à la péninsule de Capachica, région reculée et paisible, qui a su préserver ses traditions ancestrales. Installation dans la maison de vos hôtes pour les deux prochaines nuits.

DÉTAIL

Transport : 6h-7h
Marche : 1h
Hébergement : Chez l'habitant

JOUR 12

LAC TITICACA : LLACHON - CCOTOS - LLACHON

Nous prenons le bateau pour nous rendre au Nord sur la péninsule de Ccotos. De là nous partons pour rejoindre à pied le village de Llachon.

Nous randonnons ainsi à travers les cultures et grimpons sur la crête de la presqu'île. Une fois en haut nous avons une vue sur tout le lac avec en fond la Cordillère Royale. Les iles d'Amantani et Taquile se dressent devant nous, nous sommes au bord du plus haut lac navigable au monde.

Nous redescendons chez nos hôtes pour votre dernière soirée avec eux.

DÉTAIL

Marche : 3h
Dénivelé positif : 300 m
Dénivelé négatif : 300 m
Altitude max : 4200 m
Hébergement : Chez l'habitant

JOUR 13

LAC TITICACA : LLACHON -UROS - TAQUILE - PUNO

Après le petit déjeuner, nous partons en bateau pour les îles des Uros Titino. Celles-ci regroupent une quarantaine d'îles flottantes et tout comme leurs habitations, sont essentiellement constituées de roseaux du lac et de totora. La communauté locale y vit en autarcie, principalement de la pêche.
Nous continuons vers la communauté d'Huayllano située sur l'île de Taquile. Nous y découvrons les activités locales comme le tissage. Après le déjeuner, direction la place du village et visite du centre communautaire artisanal où chacun expose son artisanat principalement vestimentaire.

Nous rejoignons Puno en fin de journée.

DÉTAIL

Transport : Bateau (3h30)
Marche : 1h
Hébergement : Hôtel

JOUR 14

PUNO - JULIACA -LIMA

Transfert à l'aéroport de Juliaca et embarquement vers Lima puis en connexion avec le vol international.

Repas libres ou en vol.

Note : en cas de vol retour (Lima-France) le matin du jour 14 (comme par exemple avec Air Europa ou certains vols via les USA, le vol Juliaca-Lima se fera en fin de journée le jour 13 et donc la dernière nuit sera à Lima. Nous organisons dans ce cas tous les transferts hôtel/aéroport et inversement.

DÉTAIL

Transport : Avion
Hébergement : Avion
Déjeuner : libre
Dîner : libre

JOUR 15

ARRIVÉE EN FRANCE.

Fin du voyage.

DÉTAIL

Déjeuner : libre
Dîner : libre

À NOTER

Huwans est membre du groupe Altaï, réseau d'agences locales nature et aventure implanté dans 30 pays. Afin de vous offrir un plus grand nombre de départs garantis, ce voyage est proposé par une autre entreprise du groupe Altaï : Atalante le spécialiste du voyage du trek.

Dates & prix

LES PROCHAINS DÉPARTS

(informations au 30/04/2024)

Nombre de participants : de 4 à 15

DU	AU	PRIX TTC / PERS.	DÉPART CONFIRMÉ ?
SAM. 29/06/24	SAM. 13/07/24	**4 350 €**	DÉPART CONFIRMÉ
SAM. 24/08/24	SAM. 07/09/24	**4 350 €**	DÈS 4 INSCRITS
SAM. 07/09/24	SAM. 21/09/24	**4 195 €**	DÈS 4 INSCRITS

Le nombre de participants peut être inférieur au nombre minimum indiqué ci-dessus.

Le prix comprend

- Les vol internationaux au départ de Paris (Départ de province sur demande et en fonction des disponibilités).
- Les vols intérieurs
- Les taxes aériennes
- Les entrées dans les sites, parcs et musées prévus au programme
- Les transports
- L'hébergement tel que décrit
- Tous les repas sauf ceux indiqués comme libres
- L'encadrement par un accompagnateur péruvien francophone de Cusco à Juliaca (pas de changement de guide par région) et une équipe locale.

Le prix ne comprend pas

- Les frais d'inscription (à partir de 12 ans) : 18 € par personne
- Les frais de transferts aéroport en cas de vol différent de celui du groupe pour votre convenance
- Les repas indiqués comme libres
- La contribution à la neutralité carbone : 10 € par personne.

À payer sur place

- Les dépenses personnelles, les boissons et les pourboires
- Les repas libres (environ 6 à 15€/repas)
- Les entrées pour les différents bains thermaux (compter 10 à 15 soles / moins de 5 € à chaque fois).

Assurances au choix

- **Assurance multirisque :** 4,1 % du voyage par personne
- **Assurance multirisque avec extension épidémie :**5,1 % du voyage par personne
- **Assurance premium (valable pour tout voyage dont le montant dépasse 8000€/pers.)** 5 % du voyage par personne
- **Assurance multirisque premium avec extension épidémie (valable pour tout voyage dont le montant dépasse 8000€/pers.) :** 6,1 % du voyage par personne

Pour ce voyage, nous vous recommandons notre assurance multirisque, spécialement étudiée pour le voyage d'aventure.

Départs de province

Les prix ci-dessus sont calculés au départ de Paris (si le vol est inclus), sont soumis à disponibilité au moment de votre réservation, et sont susceptibles d'augmenter au fur et à mesure que le départ se rapproche.

Des départs d'autres villes sont possibles. Pour plus d'informations, nous consulter.

Options

- Le supplément chambre individuelle dans les hôtels et campements (ne s'applique pas pour les nuits chez l'habitant, en refuges et bivouacs) : 195€
- La nuit supplémentaire à Lima et Cusco : nous consulter.

Détail du voyage

NIVEAU

La principale difficulté de ce voyage réside dans la haute altitude. En effet les dénivelés sont peu significatifs.

ENCADREMENT

Nous avons fait le choix de maintenir le même guide tout au long du séjour.
C´est un avantage certain car cela garantit l´homogénéité de votre voyage, permet une meilleure cohésion et ambiance dans le groupe avec l´équipe locale. De plus, votre guide principal sera secondé dans certaines régions par des guides locaux qui apporteront leurs connaissances en tant que spécialistes de la région.

- Guide-accompagnateur local francophone de Cusco à Puno
- Guides locaux hispanophones
- Equipe logistique pendant le trek : 1 cuisinier et 1 assistant cuisinier (à partir de 8 personnes)
- Mules et muletiers pour le portage de l'équipement
- Chauffeurs hispanophones

ALIMENTATION

La découverte d'un pays se fait également par la découverte de la cuisine. Les repas sont préparés par un cuisinier local ou par l'équipe locale, à base de produits locaux ou pris dans des auberges et restaurants. Pique nique le midi lors des randonnées.

Lors des repas libres, vous pouvez déjeuner ou dîner là où vous le souhaitez. Votre guide pourra vous conseiller selon votre envie du moment.

Pensez éventuellement à ramener des produits de votre région que vous pourrez partager le soir au bivouac.

Les boissons y compris l'eau minérale ne sont pas incluses dans le tarif du voyage et sont à votre charge.

HÉBERGEMENT

- Hôtels de standard 3 étoiles locales, confortables, en chambre double avec sanitaires privés.
  Nous veillons à ce que les hôtels dans les villes soient bien situés pour vous permettre de vous promener facilement pendant vos temps libres.
- Chez l'habitant, vous partagez avec eux certaines coutumes et apprenez à mieux les connaître. Vous êtes à plusieurs personnes par maison pour préserver l'esprit de partage, de découverte et faciliter l'intégration. Les sanitaires sont à partager, et la toilette peut se limiter à une simple bassine d'eau tempérée. Le confort y est souvent sommaire mais l'accueil chaleureux.
- Bivouac sous tente pendant le trek : vous dormez en tentes igloo 3 places pour 2 personnes. Il y a une tente sanitaires et une tente mess pour prendre les repas. Les cuisiniers préparent les repas dans la tente cuisine prévue à cet effet. Vous disposez d'une bassine d'eau chaude pour faire votre toilette.

*Notez que certains hébergements ne sont pas toujours chauffés, dans certains des chauffages peuvent être mis à votre disposition sur demande.

Voici, à titre indicatif, la liste des hébergements que nous réservons le plus souvent. Si l'un d'entre eux n'est pas disponible, nous réservons un établissement similaire offrant les mêmes services et confort.

LIMA
Hôtel El Tambo II : cet hôtel vous offre un bon compromis entre sa situation et le confort de ses chambres. Vous y trouverez toutes les commodités nécessaires ainsi qu'un bon petit déjeuner buffet. Il se trouve dans le quartier touristique de Miraflores.

CUSCO
Hôtel Ruinas : Au cœur de Cusco, proche de la place d'Armes cette ancienne demeure coloniale vous accueille dans une ambiance d'époque. Bois vernis sculpté et tableaux témoignent de ce riche passé le tout au calme mais proche de tous les attraits de cette magnifique ville.

AGUAS CALIENTES

Hôtel Inti Punku Mapi : Aguas Calientes est un petit village traversé par la rivière Urubamba et la voie ferrée reliant Ollantaytambo. Difficile donc de trouver un véritable havre de paix. Cet hôtel situé en plein centre propose tous les services utiles et se trouve à deux pas de la gare, des sources d'eau chaude ou encore du terminal de bus pour monter au Machu Picchu.

LLACHON (LAC TITICACA)
Chez l'habitant, simple et accueillant, sur la paisible péninsule de Llachon, au bord du lac Titicaca.

PUNO
Hôtel Intiqa : en plein centre ville de Puno, cet établissement moderne de charme vous offre tout le confort nécessaire.

DÉPLACEMENT

TRANSPORT INTERNATIONAL
Au Pérou nous utilisons des vols réguliers au départ de Paris. Vous volerez principalement avec les compagnies Iberia, Air France/KLM. A l'aller ce sont, pour la plupart, des vols de jour arrivant en fin de journée avec une escale. Au retour, les vols sont de nuit avec une arrivée le lendemain en France. Seul Iberia et LAN peuvent nous proposer des vols de nuit à l'aller, avec une arrivée le jour 2 au matin. Quant à Air France, leurs vols sont directs de Paris à Lima, sans escale.
IMPORTANT : ces informations sont données à titre indicatif. En fonction des disponibilités au moment de votre inscription, les compagnies aériennes et horaires de vol peuvent être différents des informations mentionnées ci-dessus.

DÉPLACEMENTS DANS LE PAYS

- Vols intérieurs Lima-Cusco et Juliaca-Lima avec les compagnies LATAM, TACA ou Star Peru.
- Minibus privé équipé d'une bouteille d'oxygène
- Train aller/retour pour Aguas Calientes en 2e classe.
- Navette aller/retour pour se rendre au site du Machu Picchu.
- Bateau sur le lac Titicaca.

PORTAGE
Lors du trek, vous ne portez que vos affaires à la journée. Le reste de vos affaires sont portées par des mules et vous les retrouvez le soir à votre campement. Vous pouvez également laisser des affaires à l'hôtel et les récupérer à la fin de votre trek.
Lors des trajets pour se rendre à Aguas Calientes, vous devrez condenser vos affaires.
Se référer à la rubrique bagages.

BUDGET & CHANGE

Au Pérou, la monnaie nationale est le Sol. 1 € = env. 4.15 soles (pour connaitre le taux du moment : https://www.xe.com/fr/currencyconverter/).

Pour vos achats courants (ex : boissons, souvenirs, ...), nous vous recommandons de payer en sol. Vous pourrez vous procurer des sol sur place à votre arrivée à l'aéroport, auprès des bureau de changes ou dans des distributeurs automatiques (Visa/MasterCard) que vous trouverez dans les principales villes du Pays : Lima, Arequipa, Cusco, Nasca, Puno, Juliaca ... Si le dollar américain reste une monnaie de référence, les euros sont aujourd'hui de plus en plus faciles à changer (à condition de ne pas avoir de petites déchirures sur les billets) et il n'est donc plus indispensable de se munir de dollar avant de partir.

ENTREES SUR LES SITES INCLUSES SUR TOUS NOS VOYAGES PÉROU
Pour les entrées dans les sites et musées prévus au programme, on s´occupe de tout! Vous n'aurez donc pas à vous soucier du règlement des entrées sur place (d'autant plus que certains sites nécessitent une réservation parfois plusieurs mois à l'avance). Ces entrées sont donc incluses dans le prix de votre voyage et le montant indicatif figure dans "le prix comprend". Vous vous assurerez ainsi un voyage en toute tranquillité.
Les montants des entrées des voyages au Pérou avoisine parfois les 200€.

POURBOIRES

Il s'agit d'une pratique usuelle et non obligatoire. Selon votre satisfaction à la fin de votre voyage, il est d'usage de donner un pourboire à votre guide et à l'équipe locale. Il doit être adapté en fonction du niveau de vie du pays et de la durée de votre voyage. C'est votre geste d'appréciation par rapport à la prestation reçue.

En règle générale pour un service correct, comptez 2 € par jour par participant et par intervenant, soit un total d'environ 20 à 35 € par participant pour un voyage de 15 jours, et d'environ 35 à 60 € pour un voyage de 22 jours.

Vous pouvez aussi offrir un petit cadeau à l'équipe locale en fin de séjour.

Vous pouvez participer aux actions locales en apportant des livres en espagnol, des jeux, des cahiers ou des crayons de couleurs que nos équipes remettront dans les écoles et bibliothèques des villages que nous traversons.

Nous ne vous conseillons pas de distribuer directement stylos, argents, cahier ou autres aux populations.

Equipement

MATÉRIEL FOURNI SUR PLACE

Tout le matériel collectif vous sera fourni pour vos couchages (tente, matelas, etc...), pour les repas (couverts, assiettes, etc...), et pour votre sécurité (pharmacie, oxygène et caisson hyperbare si nécessaire).

VÊTEMENTS À PRÉVOIR

Les vêtements, des pieds à la tête :

- Chaussures de randonnée : légères et avec une semelle antidérapante. (Rodez les avant le départ si elles sont neuves, ça pourra vous éviter les ampoules des premiers jours...).
  Emportez aussi des chaussures classiques à enfiler lors des étapes dans des villes, villages ou le soir au campement.
- Chaussettes de laine et chaussettes classiques pour la ville.
- Pantalon en toile résistante type Jeans ou pantalon de randonnée.
- Maillot de bain.
- Sous-vêtements chauds.
- Chemise chaude.
- Pull-over ou fourrure polaire.
- Anorak ou bon coupe-vent.
- Gants et bonnet de laine (peut être acheté sur place).
- Chapeau, casquette ou foulard : important car avec l'altitude le soleil est parfois brûlant, risque d'insolation.

EQUIPEMENT À PRÉVOIR

- Gourde isotherme (depuis février 2009, les bouteilles en plastique jetable ne sont plus autorisées au Machu Picchu)
- Sandales
- Short ou bermuda
- Cape de pluie ou poncho
- Sacs plastiques pour l'étanchéité de vos affaires
- Papier Hygiénique
- Des battons de marche. Notez toutefois que les embouts en métal ne sont pas acceptés sur le chemin inca
- Pour plus de confort lors de vos nuits en bivouac, vous pouvez apporter un drap de sac en toile, ou en polaire
- Nous vous fournissons des matelas mousse. Pour plus de confort vous pouvez apporter votre matelas auto gonflable type " Karimat "
- Lunettes de soleil, car avec l'altitude la luminosité est très forte
- Gourde
- Trousse de toilette et serviette de bain
- Crème de protection solaire (visage et lèvres)
- Lampe frontale
- Crème anti-moustiques (essentiellement pour ceux qui feront le chemin de l'inca)
- Sac de couchage : chaud, confortable, adapté à votre taille, de forme sarcophage, avec fermeture latérale à glissière pour une ouverture à votre convenance. L'idéal est un sac performant jusqu'à -5°C. (les nuits peuvent être très froides de juin à août). "Qui peut le plus, peut le moins !"
  Vous pouvez aussi gagner une demi-douzaine de degré en rajoutant un sac à viande en soie ou en laine polaire. Sachez toutefois qu'un bon sac de couchage en plume est un investissement car il durera facilement plusieurs dizaines d'années sans perdre son efficacité.

BAGAGES

Prévoir un sac de voyage souple avec fermeture éclair latérale donnant plus facilement accès à son contenu type sac marin 80L environ et 18 kg maximum.

N'oubliez pas un petit sac à dos (~ 30 litres) où vous pourrez ranger les affaires dont vous aurez besoin pendant la journée.

Attention : pour la visite du Machu Picchu, seul un sac de maximum 30 litre est autorisé.

Au cas où : Veillez à prévoir en cabine de quoi "survivre" les premiers jours en cas de retard de votre bagage en soute. (Ex : brosse à dent, 1 t-shirt, chaussures de marche aux pied...)

Attention, certains pays interdisent l'importation et l'utilisation des cigarettes électroniques, nous vous recommandons donc vivement de vous renseigner auprès des autorités compétentes (MAE, ambassade, consulat) avant votre départ.

PHARMACIE

Votre accompagnateur dispose d'une pharmacie de première urgence.
Toutefois, il est demandé aux participants d'apporter leurs médicaments personnels : Elastoplast, aspirine, désinfectant, antiseptique intestinal... En cas de traitement médical, prévoir suffisamment de réserve pour toute la durée du séjour.

- ALTITUDE :

Le problème de l'altitude est dû au manque d'oxygène qui diminue au fur et à mesure que l'on s'élève en altitude. Pour pallier ce manque, le corps va créer plus de globules rouges (qui fixent l'oxygène). Cette adaptation demande un certain temps. Il faut donc éviter de monter trop vite...
Sachez aussi que pour une même altitude, les effets du manque d'oxygène seront moins marqués dans les Andes centrales qu'en Himalaya ou à plus fortes raison que dans les Alpes. En effet, sous les tropiques la couche atmosphérique est plus épaisse.
Pour limiter ces effets, outre une condition physique correcte, il faut limiter les efforts les premiers jours. Surtout ne pas forcer, ralentir le pas et éviter l'essoufflement. Buvez beaucoup : eau, thé, mate de coca. Evitez l'alcool, le café et les excitants durant les premiers jours.

Tous nos itinéraires respectent au mieux les paliers d'acclimatation. Toutefois il est difficile de prévoir un éventuel mal d'altitude. Pour cela nous formons régulièrement notre équipe locale à la sécurité en montagne.

Avant le voyage, pour ceux qui le souhaitent, il est également possible d'effectuer une téléconsultation par un des médecins spécialistes d'Ifremmont. Ce service est optionnel et les frais de consultations sont à votre charge (50€). Pour plus d'informations consulter : http://www.ifremmont.com/consultation.php
*A noter que l'Ifremmont est un service de teleconsultation médicale qui permet de poser un premier diagnostic. Cette assistance médicale ne remplace donc en aucun cas une assurance rapatriement que nous recommandons vivement pour tous nos voyages.

Pas de vaccin obligatoire, cependant, assurez-vous que vous êtes à jours des vaccinations "classiques" : tétanos, diphtérie, poliomyélite et typhoïde. Les vaccins contre les hépatites A et B sont également recommandés.

- PALUDISME (ou malaria)

Dès lors que vous ne vous rendez pas dans la région Amazonienne, vous n'êtes pas concernés.
Nous n'encourageons pas l'usage de traitements préventif alors qu'ils ne sont pas nécessaires. En effet, outre les effets indésirables qu'ils affligent à notre organisme, ceux-ci peuvent provoquer une résistance des parasites et les populations locales sont alors démunies face à la maladie.

- FIEVRE JAUNE

Le Vaccin contre la fièvre jaune n'est pas obligatoire pour un voyage au Pérou, toutefois, si vous comptez vous rendre au Brésil depuis le Pérou, le carnet de vaccination attestant une vaccination de moins de dix ans peut vous être demandée.

Nous vous recommandons toutefois de suivre l'avis de votre médecin.

Avant le voyage, nous vous conseillons d'effectuer une téléconsultation par un des médecins spécialistes d'Ifremmont, l'institut de formation et de recherche en médecine de montagne basé à Chamonix, surtout si vous n'avez pas d'expérience de la haute altitude. Ce service est optionnel et les frais de consultations sont à votre charge (50€). Pour plus d'informations consulter : http://www.ifremmont.com/consultation.php

Nous vous recommandons vivement une assurance rapatriement ou multirisques Huwans pour tous nos voyages en altitude ou en milieu isolé. Cette assurance prend notamment en charge financièrement les frais de recherche et de secours en milieu isolé (et garantie le recours possible à un hélicoptère en cas d'accident grave). Les assurances liées à l'usage des cartes bancaires offrent des plafonds et des couvertures moindres que nos assurances qui sont elles spécialement étudiées pour nos voyages et les activités qui y sont pratiquées.

Formalités & santé

PASSEPORT

Valable 6 mois après la date de retour. Dès votre inscription, merci de nous transmettre votre scan de passeport soit par courrier, soit via votre espace voyages. Nous en avons besoin pour réserver vos vols intérieurs ou faire les demandes pour les entrées dans certains sites.
Pour les Dames, le nom de jeune fille l'emporte sur le nom marital ou le nom d'usage.

A partir du 15 janvier 2017, un enfant qui voyage à l'étranger sans être accompagné de l'un de ses parents doit présenter les 3 documents suivants :

- Pièce d'identité valide du mineur : carte d'identité ou passeport + visa éventuel en fonction des exigences du pays de destination (à vérifier en consultant les fiches pays du site diplomatie.gouv.fr)
- Photocopie du titre d'identité valide du parent signataire : carte d'identité ou passeport
- Formulaire d'autorisation de sortie du territoire signé par l'un des parents titulaire de l'autorité parentale.

NB : cette autorisation peut être requise par certains pays lorsque l'enfant mineur voyage avec un seul de ses parents (par exemple : Algérie, Maroc, Suisse : à vérifier en consultant les fiches pays du site diplomatie.gouv.fr

VISA

Non

CARTE D'IDENTITÉ

Non

VACCINS

Depuis la pandémie, la plupart des pays n'accueillent que des personnes vaccinées contre la COVID, pensez à vous informer régulièrement sur les conditions sanitaires, et gardez en tête qu'elles sont évolutives.

RECOMMANDATIONS SANITAIRES

Les obligations sanitaires de chaque pays face à la pandémie évoluent fréquemment, il est important et de votre responsabilité de les consulter jusqu'au jour de votre départ sur le site du ministère des affaires étrangères, rubrique "Conseil aux voyageurs