



030 Fansipan Street - Sapa - Vietnam

Tél.: +84 (0)20 387 21 92 - Fax: +84(0)20 387 38 98

E-mail: nomadtrails@gmail.com - www.vietnamnomadtrails.com

Programme R8 - 4 jours / 3 nuits au village – Niveau Sportif

Nom: Julie Astier	E-mail: julie.astier@gmail.com
Date arrivée: 17 mai 2011	Date départ: 20 mai 2011

Jour 1: Ma Tra, Lu Khau & Ta Phin <i>(Distance: ~ 10 km / Durée: 3-4 h.)</i>	Inclus
Notre chauffeur viendra vous chercher à la gare de Lao Cai afin de vous emmener à Sapa. La randonnée commence aux alentours de 9h. Ce premier jour est relativement facile car la vallée de Ma Tra est relativement plate, ce qui est idéal pour admirer les magnifiques paysages. Nous arriverons au gîte à l'heure du déjeuner et vous aurez tout le loisir d'aller vous promener dans les alentours l'après-midi. Diner et nuit dans un gîte tenu par une famille Dao. Possibilité de prendre un bain aux herbes apaisantes Dao après le diner.	Transport Lao Cai – Sapa Tickets villages Petit-déjeuner Déjeuner Diner Hébergement village Guide 1 bouteille d'eau / pers.
Jour 2: Ta Phin, Hang Da, Hau Thao & Giang Ta Chai <i>(Distance: ~ 17 km / Durée: 5-6 h.)</i>	Inclus
Après le petit-déjeuner, départ pour l'ascension du plateau de Hang Da avant de passer un col qui nous emmènera dans la vallée de Muong Hoa. Arrivée au village de Hau Thao où vous aurez de très belles vues panoramiques sur toute la vallée. Déjeuner pic-nic puis suite de la marche au milieu des rizières. Diner et nuit dans un gîte tenu par une famille Dzai.	Tickets villages Petit-déjeuner Déjeuner Diner Hébergement village Guide 1 bouteille d'eau / pers.
Jour 3: Giang Ta Chai, Su Pan & Ban Den <i>(Distance: ~ 14 km / Durée: 4-5 h.)</i>	Inclus
Petit-déjeuner puis randonnée au travers de rizières luxuriantes. Visite d'une cascade avec, si le climat le permet, la possibilité de s'y baigner. Découverte du village de Giang Ta Chai où cohabitent trois ethnies différentes, les Dzai, les Hmong et les Dao. Déjeuner pic-nic à Su Pan puis ballade vers le village de Ban Den. Diner et nuit dans un gîte tenu par une famille Tay.	Tickets villages Petit-déjeuner Déjeuner Diner Hébergement village Guide 1 bouteille d'eau / pers.
Jour 4: Ban Den & Nam Sai <i>(Distance: ~ 12 km / Durée: 4 h.)</i>	Inclus
Dernier jour en direction du village de Nam Sai, tout en bas de la vallée. Découverte de l'ethnie Xa Pho, qui ne sont représentés que par 1000 individus au Vietnam. Des montées, des descentes, puis c'est l'heure du déjeuner. Une voiture vous attendra à Nam Sai afin de vous ramener à Sapa. Possibilité de prendre une douche avant de descendre sur Lao Cai afin d'y prendre le train de nuit pour Hanoi.	Tickets villages Petit-déjeuner Déjeuner Guide 1 bouteille d'eau / pers. Transport Village – Sapa Transport Sapa – Lao Cai

Ce programme peut être soumis à modifications en cas de conditions météorologiques défavorables.

Nous déclinons toute responsabilité en cas d'accident, aussi veuillez à souscrire une assurance accident avant votre venue au Vietnam.

Prix par personne:	1 pers.	2 pers.	3 pers.	4 pers.	5 pers. et +
Guide anglophone	159\$	129\$	124\$	119\$	114\$
Guide francophone	169\$	134\$	129\$	124\$	119\$

Réduction de 15% pour les enfants de moins de 10 ans

Le tarif ne comprends pas:

- Dépenses personnelles
- Bain au herbes dans le gîte Dao
- Pourboires
- Tout ce qui n'est pas clairement mentionné dans la rubrique «Inclus»