

**Chez Mappytour**, nos conseillers vivent et respirent cette Asie du Sud-Est. Ils en suivent l'évolution toujours avec la même passion, traquent les nouveaux hôtels, sélectionnent les meilleurs restaurants, renforcent toujours plus les contacts avec les prestataires locaux.

Culture et aventure, Nature et farniente.

Ce sont des voyages préparés et soignés que nous vous proposons mais également des voyages sur-mesure que nous construisons pour vous sur demande, vous assurant une prise en charge totale, du début à la fin de votre séjour.

## **Circuit de trekking 10 jours au Nord du Vietnam avec la réserve naturelle de Pu Luong**

### **Points forts :**

Au cours de ce voyage, vous aurez l'occasion d'explorer la beauté des plus charmantes régions au Nord du Vietnam au printemps, quand tout se pare d'arbres fleuris :

- Randonnée, balade en vélo à travers des magnifiques rizières en terrasse, des belles vallées, des montagnes.
- Rencontre différentes minorités que l'on ne retrouve pas dans d'autres régions du Vietnam, tel que Hmong, Thai, Muong, Dzao, Dzay, ... qui habitent dans les petits villages cachés, où enfants se précipitent à votre rencontre avec de grands sourires.
- Parler avec eux pour comprendre un peu plus sur leur mode de vie, leurs coutumes et traditions.
- Rejoindre Tam Coc – nommée baie d'Halong terrestre.
- Monter le col d'O Quy Ho, le plus haut du Vietnam (2047 m).

# ITINERAIRE

JOUR / DATE	ITINERAIRE	DUREE DE TRANSPORT	REPAS INCLUS
Jour 1 :	HANOI – MUONG LO	5h30 de route + 1h30 de marche	Petit déjeuner – Déjeuner – Dîner
Jour 2 :	MUONG LO – MU CANG CHAI	2h30 de route + 3h30 de marche	Petit déjeuner – Déjeuner – Dîner
Jour 3 :	MU CANG CHAI – SAPA	4h00 de route + 2h00 de marche	Petit déjeuner – Déjeuner
Jour 4 :	SAPA – BAN KHOANG – GIANG TA PHINH – SAPA – HANOI	1h00 de route + 3h00 de marche	Petit déjeuner – Déjeuner
Jour 5 :	HANOI – MAI CHAU	3h30 de route + 2h00 de vélo	Petit déjeuner – Déjeuner – Dîner
Jour 6 :	MAI CHAU – MAI HA – NA MEO – BAN TE – MAI CHAU	0h30 de route + 4h30 de marche	Petit déjeuner – Déjeuner – Dîner
Jour 7 :	MAI CHAU – PU LUONG	1h00 de route + 3h00 de marche	Petit déjeuner
Jour 8 :	PU LUONG	5h00 de marche	Petit déjeuner – Déjeuner – Dîner
Jour 9 :	PU LUONG – NINH BINH	3h30 de route + 1h00 de vélo + 2h00 de bateau	Petit déjeuner – Déjeuner
Jour 10 :	NINH BINH – HANOI – HO CHI MINH VILLE	3h30 de route	Petit déjeuner

# PROGRAMME DETAILLE

## Jour 1 : ARRIVÉE À HANOI – MUONG LO

Arrivée à **Hanoi** à ... sur le vol ...

Formalités de douane et récupération des bagages (Durée estimée à environ 45 minutes).

Accueil par votre guide et chauffeur à l'aéroport.

Un court transfert en voiture vous mènera jusqu'au **plateau de Moc Chau**, une région très connue pour ses plantations de thé, son climat tempéré et ses élevages de vaches laitières. Vous rencontrerez en cours de route départementale quelques **villages des Hmongs, Thais et Muongs**.

**Petit-déjeuner au restaurant en route.**



Traversée d'un des plus grands réservoirs du pays en bac local. Paysages pittoresques avec la culture du riz en terrasse, l'élevage des produits aquatiques dans des radeaux en bambou, les maisons traditionnelles en bois...

**Déjeuner au restaurant local en route.**

L'après-midi vous vous engagerez dans la **capitale des Thais**. Des rizières inondées, des jardins potagers, des villages paisibles au pied des montagnes vous permettront de faire de belles photos.

Arrivée à **Muong Lo** en fin de journée.

Si le temps le permet, promenade dans les **villages des Thais** ou participation à la **préparation du dîner**.

**Dîner et nuit chez l'habitant.**

- *Temps et distance de transfert en voiture : 5h30/210km*
- *Etat de route : moyen*
- *Temps et distance de marche : 1h30/6km sur piste et chemin*
- *Niveau de difficulté : facile*
- **Rencontre avec des ethnies : Hmong, Thai, Muong**

**Note** : En cas de faute d'eau dans le réservoir (entre le Mai et le Juillet), nous sommes obligés de changer de programme.



**Nuit chez l'habitant**



**Petit-déjeuner, déjeuner, dîner inclus**



**Guide francophone pour le transfert de l'aéroport Hanoi – Muong Lo et pour le trek**

**Véhicule avec chauffeur pour le transfert de l'aéroport Hanoi – Muong Lo**

## Jour 2 : MUONG LO – MU CANG CHAI

### Petit-déjeuner chez l'habitant.

Départ en voiture, la route serpente dans la **chaîne de Hoang Lien Son** où se trouvent les montagnes les plus hautes de l'Indochine.

Arrêt à l'entrée du **village de Lim Thai** pour une belle balade à travers des rizières en terrasse. Les **Hmongs noirs** et les **Thais** en habits traditionnels vous accueilleront à bras ouverts.

En route via le **col de Khau Pha** (cornes célestes) 1580m.

Rencontre avec **Mr Mua La Chua** pour une découverte approfondie de la culture Mong. Chua aura le plaisir de vous parler de sa famille, de l'histoire de son ethnie et aussi de la vie quotidienne des **Hmongs**.

### Déjeuner arrangé par le guide chez l'habitant ou dans un restaurant local.

Puis, 2<sup>ème</sup> promenade sur un chemin en balcon afin de rejoindre le **village de La Pan Tan** – capitale des rizières en terrasse du Vietnam.

La voiture vous attendra à **Nga Ba Kim** pour vous conduire à **Mu Cang Chai**.



### Dîner et nuit chez l'habitant.

- *Temps et distance de transfert en voiture : 2h30/100km.*
- *Etat de route : bon.*
- *Temps et distance de marche : 3h30/12km sur chemin.*
- *Niveau de difficulté : moyen.*
- *Dénivelée totale : 300m.*
- **Rencontre avec les ethnies : Hmong, Thai**



**Nuit chez l'habitant**



**Petit-déjeuner, déjeuner, dîner inclus**



**Guide francophone pour le transfert de Muong Lo – Mu Cang Chai et pour le trek**

**Véhicule avec chauffeur pour le transfert de Muong Lo – Mu Cang Chai**

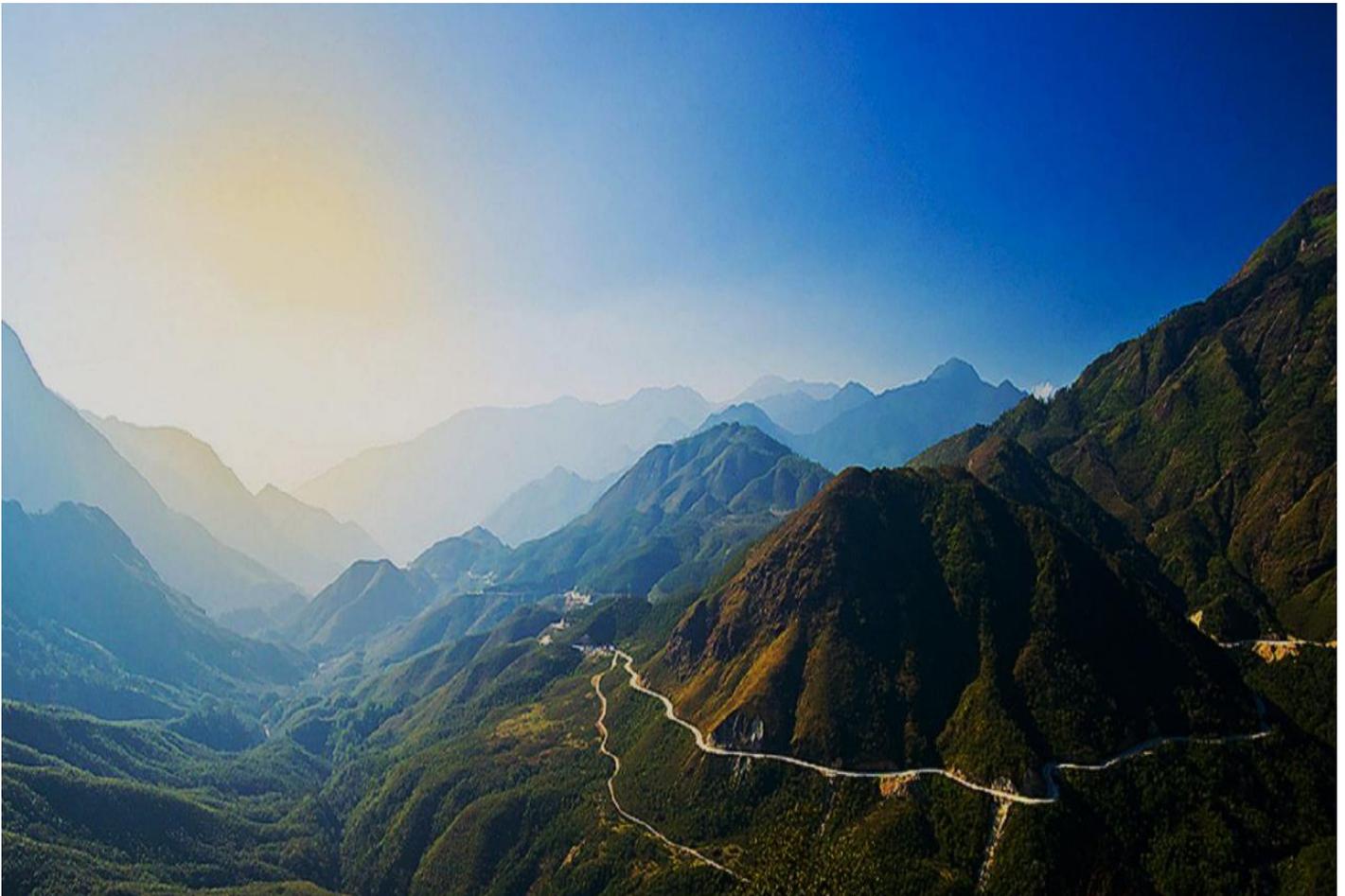
### Jour 3 : MU CANG CHAI – SAPA

#### **Petit-déjeuner chez l'habitant.**

Après le petit-déjeuner, départ pour **Sapa**.

Vous continuerez à longer la **chaîne de Hoang Lien** avec ses montagnes les plus hautes, ses villages perdus dans la nature et ses ethnies minoritaires. La route traversera de petites villes : **Than Uyen, Tan Uyen** où la culture de thé est très importante.

Après deux heures de transfert, la route montera jusqu'au **col de O Quy Ho**, le plus haut du Vietnam (2047m).



Arrêt au niveau de ce col pour profiter de la fraîcheur et admirer le **Mont Fanxipan** (3143m), aussi appelé le «Toit de l'Indochine».

Arrivée à **Sapa** vers midi.

**Déjeuner** puis vous ferez une superbe balade dans les **villages Y Linh Ho, Lao Chai, Ta Van** pour découvrir le quotidien des **Hmongs**, des **Dzaos** et des **Dzays**.

Nuit à l'hôtel à Sapa.

- *Temps et distance de transfert en voiture : 4h/150km*
- *Temps et distance de marche : 2h/8km sur chemin*
- *Niveau de difficulté : facile*
- **Rencontre avec des ethnies : Hmong, Dzao, Dzay**



**Nuit à l'hôtel à Sapa**



**Petit-déjeuner, déjeuner inclus**



**Guide francophone pour le transfert de Mu Cang Chai – Sapa et pour le trek**

**Véhicule avec chauffeur pour le transfert de Mu Cang Chai – Sapa**

#### Jour 4 : SAPA – BAN KHOANG – TA GIANG PHINH – SAPA – HANOI

##### **Petit-déjeuner à l'hôtel.**

En route vers **Ban Khoang**, région authentique et isolée, encore méconnue des voyageurs.

Ce village est habité par les **Hmongs noirs** et les **Dzaos rouges**. Vous traverserez plusieurs hameaux nichés sous la verdure des forêts tropicales. Les rencontres avec des villageois vous permettront de découvrir parfaitement leur vie quotidienne ainsi que leur culture.



Votre promenade se terminera au **village de Ta Giang Phinh**.

##### **Déjeuner en route.**

Retour à **Sapa** en voiture puis continue à **Hanoi**.

Arrivée à **Hanoi** en après-midi.

Nuit à l'hôtel à Hanoi.

- Temps et distance de transfert en voiture : 1h/30km
- Temps de marche : 3h/10km



**Nuit à l'hôtel**



**Petit-déjeuner, déjeuner inclus**



**Guide francophone pour les transferts de Sapa – Ban Khoang, Sapa – Hanoi et pour le trek**

**Véhicule avec chauffeur pour les transferts de Sapa – Ban Khoang, Sapa – Hanoi**

### Petit-déjeuner à l'hôtel.

Une route montagneuse vous conduira à la **cuvette de Mai Chau** où dominent depuis longtemps les **Thais blancs**.



**Hoa Binh** marque l'entrée de la région du Nord-Ouest. Au bord de la route, vous rencontrerez les ethnies : Thai, Muong, Dzao, Hmong...

Les femmes conservent leurs seyants atours. Rizières en terrasses et habitations traditionnelles sur pilotis : scènes typiques du Vietnam.

**Déjeuner** chez **Mr Cuong**, puis vous partirez en bicyclette pour découvrir la jolie **cuvette de Mai Chau**.

Des bicyclettes vous permettront de pénétrer à l'intérieur des terres, à la découverte d'une campagne authentique vraiment méconnue par le tourisme de masse. Vous serez charmés par les maisons traditionnelles sur pilotis, les sourires des **Thais**, les accueils chaleureux et la verdure du riz, des potagers et des forêts de bambou à proximité de votre chemin.

Traversée des villages : **Chieng Sai, Cha, Cha Long, Na Tang, Tong Dau**... où les gens vivent encore comme leurs ancêtres il y a 100 ans.

### Dîner et nuit chez l'habitant.

- Temps de transfert en voiture : 3h30/150km
- Temps de vélo : 2h/15km sur une piste facile



**Nuit chez l'habitant**



**Petit-déjeuner, déjeuner, dîner inclus**



**Guide francophone pour le transfert de Hanoi – Mai Chau et pour les visites**

**Véhicule avec chauffeur pour le transfert de Hanoi – Mai Chau**

### Petit-déjeuner chez l'habitant.

Après le petit-déjeuner, transfert à **Mai Ha**, connu pour sa production d'alcool de riz et de maïs, pour commencer votre agréable randonnée.

Vous traverserez des **villages Thais** au pied de la **chaîne de Pu Poc** puis une grande forêt de bambous. Paysages luxuriants.

La balade vous emmènera à **Ban Te**, un village des Thais encore méconnu des voyageurs.



### Arrêt chez une famille Thai pour déjeuner.

L'après-midi, vous traverserez encore des forêts tropicales avant de rejoindre le **village de Na Meo**, habités par les Hmongs et les Thais où votre chauffeur vous attendra.

Retour à **Mai Chau**.

### Dîner et nuit chez l'habitant.

- Temps et distance de transfert en voiture : 30 mins/20km.
- Temps de trek : 4h30/14km.
- Niveau de difficulté : moyen.
- Dénivelée totale : 600m



**Nuit chez l'habitant**



**Petit-déjeuner, déjeuner, dîner inclus**



**Guide francophone pour le transfert de Mai Chau – Mai Ha et pour le trek**

**Véhicule avec chauffeur pour le transfert de Mai Chau – Mai Ha, Na Meo – Mai Chau**

**Petit-déjeuner chez l'habitant.**

Après le petit-déjeuner, direction la **réserve naturelle de Pu Luong**.

Arrêt à **Co Luong** pour la visite d'une fabrique de baguettes en bambou.

Arrêt au **village de Ban Hang** pour débiter une randonnée afin de découvrir la nature et la vie locale des ethnies minoritaires dans le Cœur de la **réserve naturelle de Pu Luong**.

Vous traverserez des villages authentiques, des rizières en terrasse et des jardins potagers. Votre voiture vous attend au **village de Eo Ken** pour vous emmener au **village de Pu Luong**.



Nuit chez l'habitant.

- Temps et distance de transfert en voiture : 1h/40km.
- Etat de la route : moyen
- Temps et distance de randonnée : 3h/8km



**Nuit chez l'habitant**



**Petit-déjeuner inclus**



**Guide francophone pour les visites et pour le trek**



**Véhicule avec chauffeur pour le transfert de Mai Chau – Pu Luong**

### Petit-déjeuner chez l'habitant.

Belle journée de marche qui offre de belles vues sur les vallées verdoyantes, les forêts tropicales et les cours d'eau sinueux.

Vous traverserez des villages authentiques et des rizières pendant plusieurs heures. Rencontre avec les habitants locaux qui vous salueront chaleureusement sur votre chemin.

Après 5h de marche dans la nature, vous arriverez enfin au **village de Ban Hieu**.

### Déjeuner au village.



Dominé par les **Thais**, Ban Hieu est encore très authentique avec ses maisons sur pilotis, ses habitants hospitaliers. Possibilité de vous baigner dans une eau très claire de la **cascade de Hieu**.

Retour à **village de Pu Luong** pour passer la deuxième nuit.

### Dîner et nuit chez l'habitant.

- Temps et distance de marche : 5h/17km
- Niveau de difficulté : moyen
- Dénivelé total : 800m



**Nuit chez l'habitant**



**Petit-déjeuner, déjeuner, dîner inclus**



**Guide francophone pour le trek**

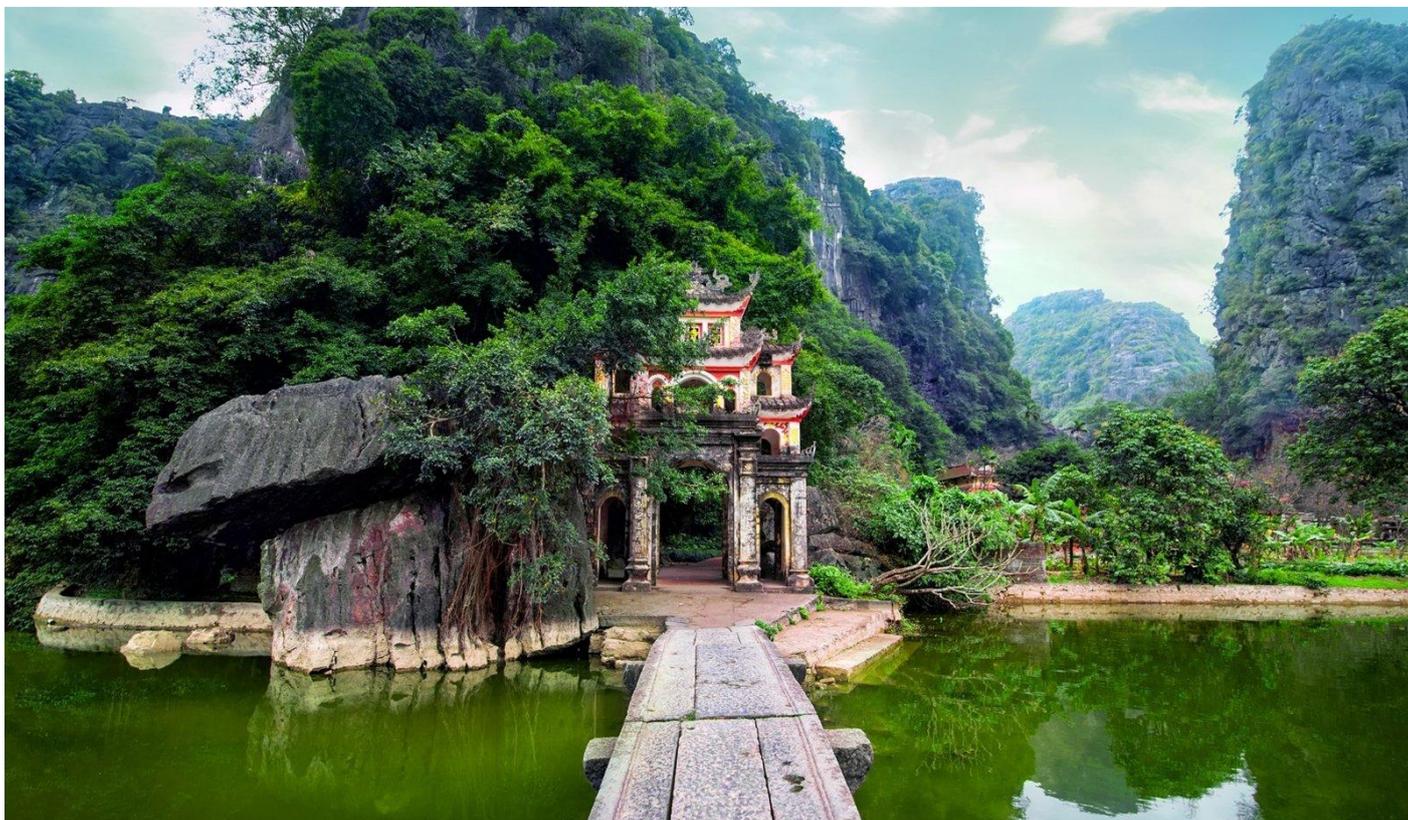
## Jour 9 : PU LUONG – NINH BINH

### Petit-déjeuner chez l'habitant.

Après le petit déjeuner, vous quitterez la jolie **réserve naturelle de Pu Luong** pour rejoindre **Tam Coc** – nommée baie d'Halong terrestre.

La **piste de Ho Chi Minh** traversera une immense région où dominent **les Muongs**. Pains de sucre en cours de route.

À l'arrivée, vous ferez une balade à vélo jusqu'à la **pagode de Bich Dong** située à flanc d'une montagne karstique.



L'après-midi est consacré à la découverte en sampan local d'une région magnifique ornée de pitons calcaires ainsi que de rizières. Vous passerez à travers les **3 grottes de Tam Coc** qui percent les montagnes... un spectacle à la fois sublime et reposant.

Nuit à l'hôtel à Ninh Binh.

- Temps et distance de voiture : 3h30/140km
- Temps de vélo : 1h
- Temps de bateau : 2h



**Nuit à l'hôtel à Ninh Binh**



**Petit-déjeuner inclus**



**Guide francophone pour le transfert de Pu Luong – Ninh Binh et pour les visites**

**Véhicule avec chauffeur pour le transfert de Pu Luong – Ninh Binh**

## Jour 10 : NINH BINH – HANOI – HO CHI MINH VILLE

### Petit-déjeuner à l'hôtel.

Après le petit déjeuner, vous faites une petite montée à la **grotte de Hang Mua** pour avoir une vue panoramique.

Puis retour en route à **Hanoi**.

Arrivée à **Hanoi**.

Ensuite, transfert à l'aéroport de **Hanoi** pour le vol à destination d'**Ho Chi Minh ville**.

Décollage sur le vol ... à ...

Arrivée à **Ho Chi Minh ville** à ...

- *Temps et distance de voiture : 3h30/140km*



**Petit-déjeuner inclus**



**Guide francophone pour les visites et pour le transfert de Ninh Binh – l'aéroport Hanoi**



**Véhicule avec chauffeur pour le transfert de Ninh Binh – l'aéroport Hanoi**

## **Fin de nos services**