

**Votre occasion de découvrir le Vietnam  
Circuit privé 18 jours**

## **YOGA ET SPIRITUALISME VIETNAMIEN**

Hanoi, Sa Pa, Tam Coc, Baie de Halong, Hue, Hoi Han,  
Ho-Chi-Minh-Ville, Ben Tre & Dong Nai

**BON VOYAGE !**

## Description

Lors de ce circuit exclusif, vous aurez l'occasion de vous ressourcer tout en visitant le Vietnam. Le circuit est conçu pour vous présenter un Vietnam spirituel et authentique, dans lequel les traditions prônent la paix, le respect des ancêtres et la proximité avec la nature. De Sapa au nord jusqu'au Delta du Mékong, les traditions vietnamiennes ancestrales vous enchanteront et les lieux sacrés visités ne vous laisseront pas indifférents. Les prêtresses et moines des pagode Thuong Chieu (pour les hommes) et Linh Chieu (pour les femmes) vous accueilleront pour deux nuits à Dong Nai. Pour augmenter votre niveau de bien-être, vous participerez à des séances de yoga, de Tai Chi ainsi qu'à différentes cérémonies sacrées dans des lieux de culte et de paix.

## Détails du tarif

18 jours, 37 repas à partir de 4998 \$

Si vous êtes deux voyageurs : 4998 \$ par personne, en occupation double.

Si vous êtes quatre voyageurs : 4458 \$ par personne, en occupation double.

Si vous êtes six voyageurs : 4244 \$ par personne, en occupation double.

Supplément simple : 830 \$

### Ce tarif comprend

- Vols internationaux avec Qatar Airways en classe économique
- Toutes taxes et frais de services
- 02 vols intérieurs Hanoi / Hué ; Da Nang / Ho-Chi-Minh-Ville en classe économique.
- 02 nuits en train couchette partagée (04 pers) climatisée A/R entre Ha Noi et Sa Pa
- 09 nuits d'hébergement catégorie 3\*/4\* en occupation double dans des établissements typiques.
- 01 nuit sur la jonque dans la baie d'Ha Long
- 02 nuits dans une pagode bouddhique
- 37 repas: 14 déjeuners, 11 dîners et 12 soupers
- Tous les transferts et guides locaux francophones
- Toutes les visites et les entrées aux monuments mentionnées au programme
- Bateau pour la croisière et visite sur la rivière des parfums à Hue.
- Bateau pour la croisière dans le delta du Mékong.
- 02 bouteilles d'eau (500ml) par jour par personne sauf les journées libres.
- Séance de Yoga au centre Om Ha Noi
- Séance de Tai Chi au lac Hoan Kiem
- Massage des pieds, et bain aux herbes médicinales à Sa Pa
- Massage traditionnel à Ho Chi Minh Ville
- Séance de yoga à Hue et à Hoi An
- Séances de yoga aux pagodes Thuong Chieu et Linh Chieu
- La protection du Fonds d'indemnisation des clients des agents de voyages, administré par l'OPC

### Ce tarif ne comprend pas

- Frais de visa Vietnam
- Assurances et excursions facultatives
- Boissons, repas non-mentionnés, pourboires et dépenses personnelles

## Hébergement

| <i><b>Ville</b></i> | <i><b>Nombre de nuits</b></i> | <i><b>Hôtel ou similaire</b></i>  |
|---------------------|-------------------------------|-----------------------------------|
| Hanoi               | 02                            | Mon Regency hotel                 |
| Train               | 02                            | Couquette partagée                |
| Sa Pa               | 01                            | Topas Ecolodge                    |
| Tam Coc             | 01                            | Hidden Charm resort               |
| Baie de Halong      | 01                            | Jonque- Bhaya Classic             |
| Hué                 | 02                            | Pilgrimage Village                |
| Hoi An              | 01                            | Ancient House village             |
| Ho-Chi-Minh-Ville   | 01                            | Asian Ruby Select hotel           |
| Ben Tre             | 01                            | Jardin de Nam Hien                |
| Dong Nai            | 02                            | Pagode Thuong Chieu et Linh Chieu |

## Itinéraire

### **Jour 01 : Montréal / Doha**

En soirée, vol aller Montréal-Hanoï via Doha sur les ailes de Qatar Airways

### **Jour 02 : Doha / Hanoi**

Escale à l'aéroport international Hamad de Doha puis second vol à destination de Hanoi

### **Jour 03 : Hanoi / Arrivée**

Arrivée à l'aéroport de Hanoi par notre représentant puis transfert à l'hôtel.

Départ pour la promenade en cyclo- pousse (pendant une heure) dans la vieille ville avec la visite du Temple Ngoc Son sur le lac de l'Epée Restituée puis temps libre pour la découverte personnelle de la vieille ville.

Souper et nuit à l'hôtel.

*Repas : souper.*

### **Jour 04 : Hanoi**

Après le déjeuner, avant-midi libre.

Vers midi, transfert au centre « Om Ha Noi » pour suivre un cours de yoga sur place avec un professeur de Yoga Vietnamien.

Dîner végétarien au centre.

En après-midi, balade d'une heure en cyclo- pousse pour visiter la vieille ville, le marché de Dong Xuan (marché colonial) et le temple de Jade au bord du lac Hoan Kiem.

Soirée libre dans la vieille ville

Nuit à l'hôtel.

*Repas : Déjeuner, dîner.*

### **Jour 05 : Hanoi / Sa Pa (train)**

Réveil matinal pour aller au lac Hoan Kiem. Promenade autour du lac pour profiter de l'air frais du matin et observer la belle activité des locaux qui s'adonnent à différents exercices de gymnastique pour s'assouplir et bien commencer la journée. Cours de Tai Chi sur place. Retour à l'hôtel pour le déjeuner. Départ pour la visite de la ville: arrêt devant le Mausolée de Ho Chi Minh, visite de sa maison sur pilotis, de la Pagode au Pilier unique et du Temple de la Littérature.

Dîner en cours de visite.

En après- midi, visite du musée d'ethnographie (sauf lundi) et de la pagode de Tran Quoc.

Souper en ville.

À 20h45, transfert à la gare de Ha Noi pour prendre le train de nuit Ha Noi/ Lao Cai (SP1, départ à 21h30, compartiment partagé et climatisé, de 04 lits/couchettes).

Nuit à bord du train.

*Repas : Déjeuner, dîner, souper.*

#### **Jour 06 : Sa Pa**

Arrivée à la gare Lao Cai vers 05h30, accueil par notre guide et notre chauffeur à la gare, puis route pour Sa Pa.

Déjeuner à Sa Pa.

Vers 09h30, transfert jusqu'au village d'Y Linh Ho à travers des beaux paysages de rizières en terrasse. Y Linh Ho est l'habitat des ethnies Hmong, qui étaient anciennement chasseurs et qui ont établi des rizières il y a environ 100 ans. Il s'agit d'une occasion idéale pour comprendre davantage la vraie culture des Hmong.

Diner chez les minorités.

En après-midi, départ vers le village de Lao Chai, un autre village de la minorité Hmong. Séance de massage des pieds. Retour à Sa Pa.

Souper et nuit à l'ecolodge.

*Repas : Déjeuner, dîner, souper.*

#### **Jour 07 : Sa Pa – Hanoi (Train)**

Après le déjeuner, accueil par notre chauffeur puis transfert du au village Ma Tra- Ta Phin pour une randonnée de 02 heures dans le village. Cette randonnée vous permettra de découvrir les deux ethnies majoritaires de la région de Sapa, les Hmong noirs et les Dao rouges. La balade se passe sur un chemin de terre battue au milieu des rizières en terrasse.

Diner pique-nique chez une famille Dao.

En après-midi, bain traditionnel aux herbes médicinales. Retour à Sa Pa pour la visite de l'Église et du marché local de Sa Pa. Transfert à la gare Lao Cai.

Souper dans un restaurant près de la gare.

En soirée, transfert vers la gare pour prendre le train de nuit Lao Cai/ Ha Noi (SP2, départ à 20h35, compartiment partagé et climatisé, de 04 lits/couchettes).

Nuit à bord du train.

*Repas : Déjeuner, dîner, souper.*

**Jour 08 : Hanoi – Tam Coc (103 Km)**

Arrivée à la gare Ha Noi vers 04h30, transfert à l'hôtel pour prendre le déjeuner et vous reposer.

À 09h00, départ pour Ninh Binh, nommé la baie d'Ha Long terrestre. À l'arrivée à Hoa Lu, visite des temples des rois Dinh et Le, et immersion dans l'ambiance calme de la campagne.

Dîner sur place.

En après-midi, transfert à l'embarcadère de Tam Coc pour une promenade en barque à rames sur la rivière Ngo Dong. La croisière durera environ 2 heures et vous visiterez 3 fabuleuses grottes. Vous naviguerez dans un paysage aquatique rythmé par d'immenses pains de sucre. Promenade en vélo (ou en voiture) depuis l'embarcadère de Tam Coc jusqu'aux pagodes de Bich Dong (+/-2km). La promenade vous emmène à travers la campagne de Ninh Binh, dans un cadre calme et magnifique avec les arbres aux bords de route, des canards nageant sur les rivières, des buffles dans les champs de riz etc. Continuation de la visite par les pagodes de Jade (Bich Dong) situées au flanc d'une montagne pour avoir une vue panoramique de la région.

Souper et nuit à l'hôtel.

*Repas : Déjeuner, dîner, souper.*

**Jour 09 : Tam Coc – Baie de Halong (199 Km)**

Après le déjeuner, départ à 08h00 vers la baie d'Ha Long « baie où se posa le Dragon », nommée patrimoine culturel mondial par l'Unesco, en passant par le delta du fleuve Rouge.

Voici le déroulement :

- 12h00 Arrivée à l'embarcadère Tuan Chau.
- 12:45 Boissons de bienvenue et explication de l'itinéraire et des informations de sécurité par notre gestionnaire de croisière.
- 13:00 Embarquement et dîner à bord pendant que le bateau se dirige vers le sud-est de la baie d'Halong, en passant par l'île de Coq, l'île de Doigt, etc.
- 14:45 Arrivée au lagon « Sombre et lumineux ». Visite de la région en chaloupe ou en kayak. Il y a deux grottes ici : la grotte Sombre et la grotte Lumineuse.
- 16:30 Activités possibles : Massage traditionnel (payant), bain de soleil à bord ou baignade autour du bateau dans la lagune sombre et lumineuse.
- 17:00 Bar ouvert pour l'Happy Hour "Achetez un, on vous offre un".
- 17:30 Cours de cuisine vietnamienne.
- 18:00 Navigation vers l'ancrage de nuit dans la région de Ho Dong Tien.

- 19:30 Souper au restaurant de la jonque.

Nuit sur la jonque.

*Repas : Déjeuner, dîner, souper.*

#### **Jour 10 : Baie de Halong – Hanoi (156 Km) / Hue**

- 06:15 Démonstration de Tai Chi sur la terrasse; Thé et café disponibles.
- 07:00 Un déjeuner léger est servi au restaurant jusqu'à 9 heures.
- 07:45 Visite de la Grotte Surprise, l'une des plus grandes grottes de la baie d'Halong avec de belles stalactites et stalagmites.
- 09:00 Retour au bateau principal pour le départ: les bagages devront être placés au couloir et les factures réglées à la réception.
- 09:30 un brunch sera servi dans le restaurant tandis que le bateau se dirige vers le port.
- 10h 30 Débarquement au port
- 11h00 Accueil et route du retour pour Ha Noi en traversant des rizières du delta du Fleuve Rouge.

Possibilité de s'arrêter en cours de route pour la visite de la pagode de Con Son- Kiep Bac ou de la pagode de But Thap. Transfert à l'aéroport de Ha Noi pour le vol Ha Noi/ Hue au soir.

Arrivée à Hue, accueil par notre chauffeur et transfert à l'hôtel.

Souper et nuit à l'hôtel.

*Repas : Déjeuner, dîner, souper.*

#### **Jour 11 : Hue**

Séance matinale de Yoga à l'hôtel.

Après le déjeuner, accueil et départ pour la visite de La Cité Impériale qui est construite sur le modèle de la Cité Interdite de Pékin: la Porte du Midi, le Palais de l'Harmonie Suprême, l'Esplanade des Grandes Salutations, le Temple des Rois Nguyen, les Urnes Dynastiques, le Théâtre et le Pavillon de Lecture etc. Continuation de la route pour la visite de la pagode de DongThuyen, une ancienne pagode de 18<sup>e</sup> siècle.

Diner végétarien sur place avec les plats préparés par les nonnes bouddhistes.

En après- midi, transfert à l'embarcadère pour la promenade en bateau traditionnel sur la Rivière des Parfums. Visite de la Pagode Thien Mu "La Dame Céleste", célèbre pagode bouddhique et havre de paix. Route pour la visite de la pagode de Tu Hieu pour participer à la cérémonie de la pagode à 16h00. Après, vous arriverez à une petite maison pour écouter l'histoire de Bouddha.

Souper Imperial dans un restaurant local

Nuit à l'hôtel

*Repas : Déjeuner, dîner, souper.*

**Jour 12 : Hue – Hoi An (130 Km)**

Après le déjeuner, départ pour Hoi An en traversant le Col des Nuages (si le temps le permet). Arrêt à Dan Ang pour visiter Les Montagnes de Marbre, qui sont constituées de 5 collines de Marbre et de calcaire qui représentant 5 éléments: L'eau, le bois, le feu, le métal et la terre. Visite et immersion dans l'ambiance spirituelle légendaire de l'endroit à travers les grottes et les pagodes.

Dîner en cours de route.

En après-midi, visite de l'ancienne ville de Hoi An: Le sanctuaire Fujian consacré à la déesse Thien Hau, le Temple de Quan Công, le musée des antiquités, le pont japonais, la maison Phung Hung. Cours de Yoga sur la plage à Hoi An (s'il fait beau).

Souper et nuit à l'hôtel

*Repas : Déjeuner, dîner, souper.*

**Jour 13 : Hoi An – Da Nang (40 Km) / Ho-Chi-Minh-Ville – Ben Tre (89 Km)**

Après le déjeuner, transfert à l'aéroport de Da Nang pour votre vol Da Nang/ Ho-Chi-Minh-Ville. Arrivée à l'aéroport de Ho-Chi-Minh-Ville, accueil et route pour Ben Tre.

Souper et nuit à l'hôtel.

*Repas : Déjeuner, souper.*

**Jour 14 : Ben Tre – Ho-Chi-Minh-Ville – Dong Nai (201 Km)**

Après le déjeuner, départ pour une croisière de découverte des activités quotidiennes fluviales sur la rivière Ben Tre. Visite d'une briqueterie artisanale, d'une fabrique de transformation artisanale de noix de coco. Débarquement et balade à pied dans le village Nhon Thanh, découverte de la fabrication des nattes artisanales, dégustation de thé et de fruits locaux, découverte de la musique traditionnelle du delta du Mékong.

Dîner dans un verger de cocotiers.

Continuation de la visite en vélo (ou en moto-charrette, 6 passagers) pour visiter la collection d'antiquités de Mr Sau Khanh. Embarquement dans les sampans (barques) à rames dans l'arroyo couvert de palmiers d'eau. Reprise du bateau à l'embarcadère.

Accueil et route du retour à Ho Chi Minh ville. Arrivée à la pagode Thuong Chieu (pour les hommes) et Linh Chieu (pour les femmes) à Dong Nai (80km du Nord de la ville Ho Chi Minh).

Souper et nuit à la pagode.

*Repas : Déjeuner, dîner, souper.*

**Jour 15 : La vie dans les pagodes Thuong Chieu et Linh Chieu**

Après le déjeuner, vous aurez occasion de visiter la pagode, de participer aux activités quotidiennes des Moines et Nonnes bouddhistes. Vous serez imprégnés par la paix de l'endroit, et vous laisserez sans peine guider par les différentes activités intemporelles des pagodes.

Dîner.

Séances de Yoga selon les horaires de la pagode.

Souper et nuit à la pagode.

*Repas : Déjeuner, dîner, souper.*

**Jour 16 : Dong Nai – Ho-Chi-Minh-Ville (93 Km)**

Après le déjeuner, accueil et retour à Ho Chi Minh ville, visite du musée de la médecine traditionnelle Fito, il est le premier musée privé du Vietnam qui conserve un trésor de documents et documentaires relatifs à la médecine traditionnelle. Rencontre avec un médecin traditionnel pour parler de la médecine Vietnamienne.

Retour à l'hôtel et après-midi libre. Séance de massage traditionnel en ville.

Souper et nuit à l'hôtel

*Repas : Déjeuner, souper.*

**Jour 17 : Ho-Chi-Minh-Ville / Doha**

Déjeuner. Transfert pour l'aéroport pour prendre votre vol de retour

*Repas : Déjeuner.*

**Jour 18 : Doha / Montréal**

Escale à l'aéroport international Hamad de Doha puis second vol à destination de Montréal

**Fin de nos prestations**