



CAMBODGE

Voyage solidaire au Cambodge

À partir de
1890 €

EN RÉSUMÉ

 **DURÉE** 14 jours

Niveau
2/5 **NIVEAU** Intermédiaire

 **PÉRIODE
IDÉALE** Juillet, novembre à mai

LES SPORTS



Randonnée

EN QUELQUES MOTS

Au Cambodge, partez pour une aventure pédestre inoubliable à la découverte des secrets les mieux cachés du pays des khmers. Pour les amoureux de la nature et les randonneurs intrépides, les surprises et l'émerveillement seront au rendez-vous à chaque étape !

En immersion, vous êtes invités à découvrir la généreuse hospitalité des Cambodgiens tout au long de votre séjour. Vous êtes accueillis au sein de trois familles différentes, prêtes à marquer votre voyage de façon unique. Que ce soit à Phnom Kulen, dans le village flottant de Kompong Khleang ou dans la communauté de Chi Phat, vous soutenez les initiatives locales et vivez la culture khmère de l'intérieur.

En excursion, de randonnée en randonnée, vous commencez par la découverte des merveilles du parc archéologique d'Angkor et des trésors cachés de l'ancien roi Jayavarman VII. Puis, vous traversez à pied le plateau de Phnom Kulen, vous vous imprégnez de la vie locale au bord du lac Tonlé Sap et vous explorez une nature préservée au sud de la chaîne des Cardamomes. Un voyage riche et complet, entre nature et culture !

LES POINTS FORTS

- ✓ Les nombreuses randonnées dans les jungles luxuriantes et les forêts tropicales du pays.
- ✓ Les rencontres avec les familles cambodgiennes en toute simplicité.
- ✓ La découverte des vestiges grandioses de la culture khmère à pied.
- ✓ Une nuit en hamac au milieu de la nature préservée des Cardamomes.

BUDGET

Période idéale : **juillet** **novembre à mai**

Prix par personne hors aérien*, sur la base 3 participants

* Possibilité d'inclure l'aérien

Réduction famille : -100€ pour les mineurs

LE PRIX COMPREND

- ☑ L'encadrement par un guide francophone, un chauffeur et des guides locaux selon les spots
- ☑ Les transports prévus pendant toute la durée du voyage
- ☑ L'hébergement et la restauration (eau potable incluse pendant les repas)
- ☑ Les excursions, visites et activités mentionnées dans le programme
- ☑ L'engagement bas carbone

LE PRIX NE COMPREND PAS

- ⊖ Les vols internationaux et les taxes aériennes
- ⊖ Les assurances "Assistance" et "Annulation"
- ⊖ Les frais de visa
- ⊖ Les boissons, extras et dépenses personnelles

OPTIONS

- ⊖ Chambre individuelle : vous pourrez sélectionner cette option lors de la réservation

JOUR PAR JOUR

JOUR 1 Vol vers Siem Reap

Vous embarquez pour Siem Reap ! Repas et nuit à bord.

JOUR 2 Siem Reap

TRANSPORT	Minibus (00h20, 15 km)
DÎNER	libre

Une fois arrivés, vous êtes accueillis à l'aéroport par votre guide et acheminés vers votre hôtel. Le premier déjeuner est à votre charge, en raison des différents plans de vols de chacun. Profitez-en pour déambuler à travers les rues de la vibrante ville de Siem Reap ! Dîner au restaurant et nuit en guesthouse.

JOUR 3 Siem Reap

TRANSPORT	Minibus (00h20, 10 km)
PETIT-DÉJEUNER	libre
DÉJEUNER	libre
DÎNER	libre

Après un bon petit-déjeuner, direction le site monumental d'Angkor (10 km, 20 min de trajet) ! Vous commencez la journée par la visite du célèbre temple d'Angkor Wat. Puis, vous vous engagez sur un sentier jusqu'à la Porte Sud d'Angkor Thom, que vous traversez. Vous escaladez son ancien mur et marchez le long d'un chemin ombragé par des arbres centenaires, et ce jusqu'à un petit temple. En poursuivant votre marche, vous atteignez le centre de la capitale khmère, d'où s'élève le majestueux temple Bayon. Après avoir déjeuné dans un restaurant, vous continuez votre visite d'Angkor Thom en explorant le Palais Royal, la terrasse des éléphants et les autres temples situés autour. Vous retournez finalement en ville pour le dîner. Nuit en guesthouse.

JOUR 4 Siem Reap

TRANSPORT	Minibus (00h40, 20 km)
PETIT-DÉJEUNER	libre
DÉJEUNER	libre
DÎNER	libre

Ce matin, vous partez de bonne heure et entamez une journée à la découverte d'une partie des trésors cachés de Jayavarman VII, l'un des rois les plus importants de l'Empire khmer. Un véhicule vous conduit au point de départ de votre randonnée (10 km, 20 min de trajet). Vous commencez la marche en empruntant un minuscule sentier, enfoui dans la jungle, pour atteindre le premier temple : Phreah Khan. Ce temple, dont le nom signifie "Épée Sacrée", est un monastère imposant que le roi fit construire en l'honneur de son père. Après la visite, vous appréciez le panorama sur le baray de Jayatataka et poursuivez votre excursion à travers la forêt d'Angkor. Vous faites un arrêt à la pépinière pour en apprendre plus sur la faune et la flore du pays, avant de reprendre le chemin vers d'autres temples magiques. Au programme : Ta Nie, Takeo et Ta Prohm. Rendu célèbre par des films tels que "Tomb Raider", ce dernier fut dédié à la mère du roi. Vous finissez la visite par Banteay Kdei, puis sortez par la Porte Est pour rejoindre le lac de Srah Srang. Vous regagnez la ville en voiture, après avoir savouré une boisson rafraîchissante grandement méritée (10 km, 20 minutes de trajet). Nuit en guesthouse.

JOUR 5
Siem Reap - Phnom
Kulen



TRANSPORT	Minibus (01h20, 50 km)
PETIT-DÉJEUNER	libre
DÉJEUNER	libre
DÎNER	libre

Aux alentours de sept heures du matin, vous quittez Siem Reap pour le parc national de Phnom Kulen (50 km, 1h20 de trajet). Après seulement 5 km de route, vous vous retrouvez en plein milieu de la campagne cambodgienne, entourés de rizières à perte de vue. Bienvenue dans le Cambodge sauvage ! À l'arrivée au poste de contrôle du parc, vous faites un arrêt pour montrer vos tickets et poursuivez la route jusqu'au point de départ de la randonnée. Vous y retrouvez le guide professionnel et le ranger local qui vous accompagneront pendant les deux prochains jours de marche. Après une courte présentation, vous partez dans la jungle pour rejoindre la rivière des 1 000 Lingas. En la longeant, vous admirez toutes les sculptures dédiées au dieu hindou Shiva ainsi que le Bouddha doré couché situé à Preah Ang Thom. Après avoir découvert ces sites principaux, vous vous arrêtez à la cascade de Phnom Kulen. L'occasion de piquer une tête, si le coeur vous en dit ! Prenez le temps de vous reposer, avant de poursuivre votre marche sur un chemin étroit au coeur de la forêt. Soyez attentifs... Avec un peu de chances, vous apercevrez des animaux sauvages dans leur habitat naturel ! En cours de route, vous faites une halte au bord d'une petite rivière pour déguster un délicieux pique-nique bien mérité. Après le déjeuner, vous continuez la randonnée jusqu'au village où vous passez la nuit. Dîner et nuit chez l'habitant.

JOUR 6
Phnom Kulen



PETIT-DÉJEUNER	libre
DÉJEUNER	libre
DÎNER	libre

En vous réveillant de bonne heure, vous profitez de la fraîcheur et de l'atmosphère paisible qui règne dans le village. Après un bon petit-déjeuner préparé par vos hôtes, vous entamez une nouvelle journée de randonnée vers le plateau de Phnom Kulen. Dans la jungle, le premier sentier vous conduit vers des temples cachés datant du Xème siècle. Aux alentours, vous voyez des villageois cultiver leurs plantations de noix de cajou. Le moment fort de la journée est certainement la visite du site de Sra Damrei. Celui-ci abrite un sanctuaire sculpté dans le gré, ainsi qu'une statue sacrée d'un éléphant représentant le gardien de la montagne. Ce site est très important pour les Cambodgiens, venant de tout le pays pour le voir et pour y prier. Vous poursuivez votre marche dans la forêt jusqu'à atteindre une pagode, lieu du déjeuner. Reposez-vous avant de reprendre la randonnée, au cours de laquelle vous visitez encore plusieurs sites archéologiques. Vous marchez jusqu'à Phnom Tbal, un lieu impressionnant gardé par des sculptures en pierre représentant Shiva, Vishnu et d'autres dieux hindous. Vous découvrez aussi Prasat Rong Chen, un petit temple pyramidal mais non moins important : c'est l'endroit où Jayavarman II a annoncé son indépendance de Java et s'est déclaré Roi de tout l'Empire khmer. La journée se termine au village, où votre famille d'accueil vous cuisine un succulent repas. N'hésitez pas à lui donner un coup de main ! Nuit chez l'habitant.

JOUR 7
**Phnom Kulen - Beng
Mealea - Lac Tonlé
Sap**



TRANSPORT	Minibus (03h00, 100 km)
PETIT-DÉJEUNER	libre
DÉJEUNER	libre
DÎNER	libre

Profitez d'une matinée libre pour vous détendre et déambuler à souhait dans le village. Après avoir fait vos adieux à vos hôtes, vous roulez jusqu'à Beng Mealea, où vous déjeunez chez l'habitant. Vous entamez ensuite une courte balade. Vous visitez d'abord d'anciens temples satellites, puis le temple de Beng Mealea, abandonné depuis le XI^{ème} siècle au milieu d'un paysage bucolique. Construit sur le modèle d'Angkor Wat au coeur de la jungle, vous retrouvez ici l'émotion des premiers explorateurs ! Après ces découvertes, vous partez pour le village flottant de Kompong Khleang (100 km, 3h de trajet sur la journée). Arrivés sur place, une promenade à pied vous entraîne à la rencontre des habitants, qui vous accueillent avec sourire et bienveillance. Vous partez ensuite pour une balade sur le lac Tonlé Sap, à travers les canaux, les maisons flottantes et la foisonnante vie locale. Diner et nuit chez l'habitant.

JOUR 8
**Lac Tonlé Sap -
Phnom Penh**



TRANSPORT	Minibus (03h20, 320 km)
PETIT-DÉJEUNER	libre
DÉJEUNER	libre
DÎNER	libre

Après le petit-déjeuner, vous prenez la route vers Phnom Penh et passez par le site grandiose de Sambor Prei Kuk, ancienne capitale pré-angkorienne où un ensemble de temples du VII^{ème} siècle parsème la forêt. Vous arrivez en fin de journée (320 km, 5h30 de trajet). Dîner et nuit à l'hôtel.

JOUR 9
**Phnom Penh - Chi
Phat**



TRANSPORT	Minibus (05h00, 200 km)
PETIT-DÉJEUNER	libre
DÉJEUNER	libre
DÎNER	libre

Ce matin, vous quittez Phnom Penh par le sud pour rejoindre le village d'Andoung Tuek (200 km, 5h de trajet). Là-bas, un bateau typique à longue queue vous attend pour entamer une balade de 30 minutes vers la communauté d'écotourisme de Chi Phat, située au sud de la chaîne des Cardamomes. Une fois sur place, vous visitez le centre de la communauté, accueillis par le responsable qui vous présente le projet. Vous y déjeunez, avant de rencontrer la famille qui vous accueille pour la nuit. Pendant l'après-midi, dégourdissez-vous les jambes en vous promenant dans le village pour une découverte plus personnelle de la communauté, ou en vous rendant aux rapides de Chhay Chrei situées à proximité. Dîner et nuit chez l'habitant.

JOUR 10
Chi Phat



PETIT-DÉJEUNER	libre
DÉJEUNER	libre
DÎNER	libre

C'est parti pour une aventure de deux jours à travers la jungle ! Vous vous réveillez avant le lever du soleil pour prendre un bateau à longue queue motorisé, sur lequel vous attend un petit-déjeuner local. Profitez du lever du soleil à bord, tout en observant la jungle se réveiller doucement. Pour la dernière portion de la balade, vous embarquez sur un petit bateau à rames pour profiter silencieusement du décor et observer avec attention les oiseaux et autres animaux sauvages sur les rives (1h30 de navigation sur la matinée). Une fois arrivés au point de départ de la randonnée, vous débutez votre marche dans la jungle sauvage. Trois heures plus tard, vous atteignez un cours d'eau tranquille au milieu de la forêt. C'est l'heure de la pause déjeuner, soigneusement préparé par votre guide local et votre cuisinier. L'occasion de se reposer et de se rafraichir au bord de la rivière. Vous reprenez ensuite votre randonnée en direction du camp, où vous installez votre hamac sous une hutte couverte. Le soir, donnez un coup de main pour préparer le dîner avant de vous laisser bercer par les doux bruits de la nature alentour ! Nuit au camp dans un hamac.

JOUR 11
Chi Phat



PETIT-DÉJEUNER	libre
DÉJEUNER	libre
DÎNER	libre

Vous vous réveillez aux bruits de la forêt et savourez un bon petit-déjeuner local pour prendre des forces. La journée qui vous attend s'avère un peu plus compliquée que la veille, avec un circuit de 17 kilomètres. Vous commencez par un sentier dans la jungle qui vous entraîne progressivement sur un plateau ouvert. Profitez de la vue dégagée en poursuivant vers la cascade de Chhay Khpuos, près de laquelle vous déjeunez à l'ombre des arbres. Vous reprenez ensuite la marche jusqu'au village, lieu qui marque aussi la fin de votre aventure pédestre... Délectez-vous d'une délicieuse boisson fraîche au centre communautaire. Vous vous installez enfin chez votre famille d'accueil pour la nuit. Dîner et nuit chez l'habitant.

JOUR 12
Chi Phat - Phnom
Penh



TRANSPORT	Minibus (05h00, 200 km)
PETIT-DÉJEUNER	libre
DÉJEUNER	libre
DÎNER	libre

Vous vous réveillez pour la dernière fois dans le charmant village de Chi Phat. Prenez le temps de vous balader, de partir à la rencontre des habitants et d'en apprendre plus sur leur mode de vie avant de quitter le village en bateau (1h30 de navigation). Vous poursuivez ensuite directement jusqu'à Phnom Penh, la fameuse capitale cambodgienne (200 km, 5h de trajet). Dîner et nuit à l'hôtel.

JOUR 13
**Phnom Penh - Vol
retour**



TRANSPORT
PETIT-DÉJEUNER

Minibus (03h00, 20 km)
libre

Après un le petit-déjeuner à l'hôtel, vous partez explorer cette capitale animée. Vous démarrez avec la visite du Musée National, rassemblant les plus grandes collections de sculptures, de céramiques et d'objets ethnographiques khmers au monde. Vous vous rendez ensuite au Palais Royal, qui domine remarquablement les autres immeubles de la ville. Vous terminez la visite par le marché central de Phnom Penh. L'occasion de faire un peu de shopping avant de rentrer ! Finalement, vous êtes transférés à l'aéroport pour votre vol retour vers la France.

JOUR 14
Arrivée chez vous !



Retour chez vous après un voyage remarquable au Cambodge.

À NOTER

Ce programme peut être modifié sur décision du guide si les conditions en montagne, la météo ou la condition physique des participants le nécessitent.

DÉTAIL DU VOYAGE

NIVEAU

De 3 à 7h de marche selon les jours, peu de dénivelé. Circuit accessible à tous les participants ayant une bonne condition physique. Vos enfants peuvent participer à partir de 12 ans. Les randonnées se font principalement sur des sentiers dans la jungle ou à travers la forêt.

ENCADREMENT

- Guide accompagnateur francophone
- Guides locaux selon les spots
- Chauffeur

ALIMENTATION

Pension complète du dîner J2 au déjeuner J13.

Eau potable et gourde fournies, boissons en extra à votre charge.

HÉBERGEMENT

- 3 nuits en guesthouse
- 5 nuits chez l'habitant
- 2 nuits à l'hôtel
- 1 nuit en camp en hamac
- 1 nuit en vol

HEURE ET LIEU DE RENDEZ-VOUS

Votre guide vous accueille à votre arrivée à l'aéroport de Siem Reap.

FIN DU SÉJOUR

- A pied
- En véhiculte privatisé
- En bateau

BUDGET & CHANGE

Selon les extras et dépenses personnels de chacun, pensez à prévoir un budget approprié pour votre voyage. Prenez avec vous dans l'idéal du cash en grosses coupures car le taux de change sera plus intéressant. Les cartes Visa et Mastercard vous seront utiles pour retirer des dollars. Les dépenses incontournables seront les boissons en dehors des repas ! Au-delà de ça, il y a les sorties et visites hors programme, les cartes postales et timbres, les petits achats chez les artisans, les pourboires éventuels, etc.

EQUIPEMENT

EQUIPEMENT À PRÉVOIR

- Chaussures de marche adaptées, et des chaussettes anti-sangsues.
- Serviettes de bain.
- Drap type sac à viande.
- Petit sac à dos.
- Baskets confortables.
- Tongs.
- Produits de douche.
- éco-responsables.
- Vêtements longs et chauds.
- pour les nuits fraîches.
- Vêtements longs et légers pour la journée, utiles pour respecter la pudeur en région rurale et se protéger des moustiques lors des randos.
- Lampe frontale.
- Boules Quiès.
- Crème solaire.
- Cape de pluie.
- imperméables type bottes en caoutchouc (en saison des pluies).
- Spray anti-moustiques.
- Petit lexique franco-khmer.

FORMALITÉS & SANTÉ

SPÉCIFICITÉS

FORMALITÉS ADMINISTRATIVES

PASSEPORT : Passeport en cours de validité, valable 6 mois après la date de votre retour. Le passeport devra comporter au moins une page vierge. Les mineurs doivent avoir un passeport individuel et une autorisation de sortie du territoire lorsqu'ils ne voyagent pas accompagnés de leurs parents.

VISA TOURISME : Il est obligatoire. Pour un séjour de 30 jours, comptez 30 \$ USD (+ 5 \$ USD par correspondance). Il est valide 3 mois à partir de la date d'émission et renouvelable une fois. Par correspondance, le délai d'obtention est de 48h à une semaine. Il est possible de faire la demande directement à l'arrivée, muni de 30 \$ USD et d'une photo d'identité, ou bien directement en ligne : <https://www.evisa.gov.kh/>

PIÈCES À FOURNIR : Formulaire complété avec une photo d'identité, passeport (original et photocopie), espèces pour le règlement.

ATTENTION : les informations ci-dessus ne sont valables que pour les ressortissants français. Pour toutes autres nationalités, merci de vous renseigner auprès de l'ambassade ou du consulat correspondants.

FORMALITÉS SANITAIRES

AUCUN VACCIN OBLIGATOIRE

VACCINS RECOMMANDÉS : DT Polio, Coqueluche, Hépatites A & B, Typhoïde. En période de circulation du virus, l'encéphalite japonaise. En période de mousson, la prise d'un traitement anti-paludéen est fortement recommandée. Les mesures de protection contre les piqûres de moustiques doivent être rigoureusement observées tout au long de l'année.