



J'EXPLORE LE MONDE.COM

# ROAD BOOK

## TAICHI TOUR 27/07 to 17/08 2008

		ETAPES	MATIN	APRES-MIDI	ACCOMODATIONS
27/07/08	1	PARIS/DELHI	Vol direct depuis l'Europe Transfert à l'hôtel dans la soirée		Nuit + breakfast LUTYEN'S Guest house
28/07/08	2	DELHI	Petit déjeuner et repos. Relaxation et piscine	Visite ;India Gate & President Palace, Jama Masjid, Old Delhi	Nuit + breakfast LUTYEN'S Guest house. Déjeuné et dîner libre
29/07/08	3	VOL DELHI/LEH	Vol matinal à 05h40 arrivée à Leh à 06h55. Petit déjeuner et repos		Pension complète Hotel Ribab
30/07/08	4	LEH	Tai-Chi relax & repos	Visite Leh & palais royal	Pension complète Hotel Ribab
31/07/08	5	LEH	Tai-Chi « levé du soleil » et matinée libre	Visite des monastères de Phyang et Spituk. Séance Tai-Chi en route.	Pension complète Hotel Ribab
01/08/08	6	LEH	Tai-Chi, puis journée visite, Shey Palace, monastères de Stakna et de Tiksey. Pique-Nique et séance de Tai-Chi en route		Pension complète Hotel Ribab
02/08/08	7	LEH	Tai-Chi, puis journée visite des monastères d'Alchi et Lamayuru. Pique-Nique et séance de Tai-Chi en route		Pension complète Hotel Ribab
03/08/08	8	CHUMATANG gorges de l'Indus	Journée de route et visite du monastère de Hémis. Camp dans la haute vallée de l'Indus. Tai-Chi au camp		Camping. Pack lunch en route & diner sous la tente mess.
04/08/08	9	TSOMORIRI	Continuation sur Korzoc et le lac Tsomoriri 4500 m.	Visite du village et Tai-chi relax.	Camping. Pack lunch en route & diner sous la tente mess.
05/08/08	10	TSOMORIRI	Tai-Chi & découverte des alentours.	Balade au bord du lac et Séance Tai-Chi « grand air »	Camping, déjeuner et diner sous la tente mess
06/08/08	11	PULGA	Continuation vers les prairies de Pulga et ses sources d'eau chaude naturelles. Visite de l'école Tibétaine de Sumdo. Tai-chi au camp.		Camping, déjeuner et diner sous la tente mess
07/08/08	12	POLO KONGKA	Tai-Chi matinal & départ en rando pour le campement nomade de Polo Kongka (4h de marche). Séance de Taichi au camp.		Camping, déjeuner et diner sous la tente mess
08/08/08	13	TSOKAR	Tai-Chi matinal & départ en rando pour le lac salé Tsokar. (4-5h de marche). Séance de Taichi au camp.		Camping. Pack lunch en route & diner sous la tente mess.
09/08/08	14	ZARA	Tai-Chi matinal et petite journée de rando pour rejoindre le campement. (4h de marche). Séance de Taichi au camp. Visite chez les bergers nomades.		Camping. Pack lunch en route & diner sous la tente mess.
10/08/08	15	KARNAK	Tai-Chi matinal et continuation à pied. Visite du village berger de Yakang.		Camping. Pack lunch en route & diner sous la tente mess.
11/08/08	16	KARNAK	Journée repos et relaxation. Balade et Tai-chi »grand air « autour du camp.		Camping. Pack lunch en route & diner sous la tente mess.
12/08/08	17	LEH	Tai-Chi matinal & Journée de route pour rentrer sur Leh par le Taglang La, col routier à 5400m.		Déjeuné en route et nuit + diner à l'hôtel <b>Rirab</b>
13/08/08	18	LEH	Matinée libre.	Séance de Tai-chi, balade, shopping.	Déjeuné, nuit + diner à l'hôtel <b>Rirab</b>
14/08/08	19	LEH	Journée libre ; Balade, shopping, Tai-chi. Soirée au restaurant avec l'équipe.		Déjeuné, nuit + diner à l'hôtel <b>Rirab</b>
15/08/08	20	LEH/DELHI	Vol matinal à 07h35 arrivée à Delhi à 08h50. Journée libre		Nuit + breakfast LUTYEN'S Guest house, repas libre en ville.
16/08/08	21	DELHI	Matinée shopping	Visite Old Delhi & Paharganj	Chambre au LUTYEN'S Guest house et départ aéroport dans la soirée.
17/08/08	22	PARIS	Vol DELHI/PARIS.		