



Monasterio Santa Catalina, Arequipa



## Circuit Racines Incas Express 11J/9N

### Pérou

Départ: Paris

dès **3643€**

**11 jours / 9 nuits**

**Départ Paris**

**Le 30/08/2025**

## Descriptif :

Circuit 11 jours / 9 nuits au sud du Pérou à la découverte de l'essentiel des traditions péruviennes et de la culture inca.

## Les points forts :

### Point fort

Pour des visites à votre rythme tous nos groupes ne comprendront que 10 participants au maximum pendant les visites

Visites effectuées avec nos guides locaux francophones.

Découvrez des incontournables du Pérou tels que la fabuleuse cité inca du Machu Picchu, la vallée sacrée, le Lac Titicaca et Arequipa avec son monastère coloré de Santa Catalina.

Profitez d'un dîner spectacle le sixième jour à Cuzco.

## La description du voyage, le programme :

### Programme

Jour 1 : PARIS / LIMA

Départ pour Lima avec votre vol Air France. A l'arrivée, accueil par nos représentant à l'aéroport et transfert à l'hôtel. Un verre de bienvenue vous sera offert.

Dîner et nuit à l'hôtel

Jour 2 : LIMA - AREQUIPA

Petit déjeuner matinal à l'hôtel.

Transfert vers l'aéroport pour prendre un vol en direction d'Arequipa.

Arequipa, surnommée la « ville blanche » du fait de son centre colonial construit en sillar, une pierre volcanique claire a été élue comme étant l'une des plus belles villes du Pérou. Le volcan Misti, considéré comme une montagne sacrée à l'époque Inca, surplombe la ville ce qui offre un cadre exceptionnel rempli de trésors culturels. A l'arrivée à Arequipa, transfert à l'hôtel pour y déposer vos affaires, vous pourrez y déguster un maté de coca de bienvenue.

Déjeuner dans un restaurant local.

Découverte du centre colonial avec l'Eglise de la Compania et ses cloîtres ainsi que le monastère de Santa Catalina. Ce complexe religieux fondé en 1579 et construit entièrement en roches volcaniques colorées est un lieu charmant, rempli d'histoires et de légendes. Puis, passage dans un lieu unique où vous aurez l'occasion de voir des alpagas et lamas tout en découvrant l'histoire et le processus de fabrication de tissus à partir de leur laine.

Dîner dans un restaurant local et nuit à l'hôtel.

Jour 3 : AREQUIPA - PUNO (294km - env 5h30 de route)

Petit déjeuner à l'hôtel.

Transfert vers la ville de Puno. Sur la route visite de Sillustani, un site funéraire pré incas sur lequel se trouvent des « Chullpas », des tours de pierres pouvant atteindre jusqu'à 12 mètres de haut et dont le style architectural unique présente de nombreux motifs intéressants. Le site offre également une vue imprenable sur le lac Umayo et les environs.

Déjeuner en cours de route sous forme de lunch box.

A l'arrivée à l'hôtel, maté de coca de bienvenue.

Diner et nuit à l'hôtel.

Jour 4 : PUNO : EXCURSION AU LAC TITICACA

Petit déjeuner à l'hôtel.

Transfert de l'hôtel au port puis départ en bateau sur le lac Titicaca, le lac navigable le plus haut du monde. Premier arrêt sur les îles Uros, les îles flottantes faites en « Totorá », un roseau qui pousse sur le bord du lac Titicaca. Ces îles ont été batties au XIII<sup>e</sup> siècle par les Uros qui cherchaient à fuir les incas. Visite de ce lieu hors du commun et rencontre avec une famille qui expliquera ces étonnantes constructions ainsi que le mode de vie du peuple Uros. Poursuite du voyage vers l'île de Taquile et découverte de la population locale et de leurs coutumes. Entre artisanat local et danse traditionnelle, les habitants vous offriront un accueil chaleureux. Vous profiterez également d'un panorama incroyable sur le lac Titicaca et sur la Cordillère Royale en Bolivie.

Déjeuner dans un restaurant local puis dernière traversé du lac jusqu'à Puno.

Transfert à l'hôtel en fin d'après midi. Si le temps le permet, observation des étoiles et petite introduction à l'astrologie inca.

Diner et nuit à l'hôtel

Jour 5 : PUNO - CUZCO (387km - env 7h de route)

Petit déjeuner à l'hôtel.

Direction l'ancienne capitale de l'empire Inca, Cuzco. Anciennement surnommée le « nombril du monde » par les incas du fait de sa situation géographique au milieu de la vallée sacrée, la ville de Cuzco est un témoignage unique de cette ancienne civilisation. Sur la route, passage par l'altiplano et ses paysages ainsi que par le col de La Raya qui marque la naissance de la vallée andine dans laquelle se développa la civilisation inca. Arrêt et visite du petit musée archéologique de Pukara.

Déjeuner sous forme de buffet au restaurant.

L'après-midi, visite du temple de Viracocha, le dieu suprême des Incas, dans le village de Raqchi considéré comme un site sacré et divin. Continuation dans le village colonial d'Andahuaylillas où vous y trouverez un petit marché artisanal puis visite de son Eglise San Pedro surnommée « la chapelle Sixtine » d'Amérique. Arrivée à Cusco en fin d'après-midi et installation à l'hôtel où un maté de coca vous sera offert.

Diner et nuit à l'hôtel.

Jour 6 : CUZCO

Petit déjeuner à l'hôtel.

Visite de la forteresse inca de Sacsayhuaman, une structure en pierres de tailles et dimensions impressionnantes qui aurait pu servir à la protection de Cuzco. Ce géant en pierre nous offre également une

vue imprenable sur la ville. Puis, visite de la Cathédrale de Cuzco et du Koricancha ou temple du soleil, centre politique et religieux qui garde à l'intérieur de son établissement les secrets les plus impressionnants de la culture Inca, et sur lequel fut construit plus tard l'Eglise de Santo Domingo.

Déjeuner dans un restaurant local.

Puis, découverte du marché de San Pedro, un marché typique et traditionnel où couleurs locales, traditions ancestrales et animations sont au rendez-vous. Au Pérou, il y a de nombreuses traditions, notamment le Tanta Wawa, un pain brioché sucré avec des épices qui est à l'honneur lors de la fête des morts. Vous aurez l'occasion d'en déguster lors de cette découverte du marché.

Dîner spectacle dans un restaurant local et nuit à l'hôtel.

Jour 7 : CUZCO - PISAC - MARAS - OLLANTAYTAMBO - AGUAS CALIENTES (118km - env 3h de route)

Petit déjeuner à l'hôtel.

Départ vers la vallée sacrée des incas et visite de la cité inca de Pisac. La construction de la citadelle respectant et épousant la montagne ainsi que les terrasses en forme d'escalier géant descendant vers la vallée, donnent un effet spectaculaire. Puis, descente vers le village de Pisac et découverte de son marché artisanale

Déjeuner dans un restaurant local.

Continuation vers les salines de Maras, un site spectaculaire de puits salants servant à l'extraction du sel. Puis, découverte du village d'Ollantaytambo et visite de sa forteresse, un centre militaire, religieux et agricole ! Départ en train avec la compagnie Perurail pour rejoindre Aguas Calientes (ou le village de Machu Picchu) où vous pourrez profiter d'un magnifique paysage longeant l'étroite gorge de la rivière Urubamba.

Dîner et nuit à l'hôtel.

Jour 8 : AGUAS CALIENTES - MACHU PICCHU - AGUAS CALIENTES - OLLANTAYTAMBO - CUZCO (62km - env 2h de route)

Petit déjeuner matinal à l'hôtel.

Départ pour la citadelle de Machu Picchu via une navette. Durant la visite guidée de deux heures de l'une des 7 merveilles du monde vous découvrirez tous les recoins de ce site sacré rempli d'histoire avec une architecture stupéfiante.

Déjeuner dans un restaurant local.

Retour à Ollantaytambo en train puis transfert à votre hôtel à Cuzco.

Dîner et nuit à l'hôtel.

Jour 9 : CUZCO - LIMA

Petit déjeuner à l'hôtel.

Matinée libre à Cuzco.

Déjeuner dans un restaurant local.

Transfert vers l'aéroport pour prendre votre vol en direction de Lima.

Dîner et nuit à l'hôtel.

Jour 10 : LIMA - PARIS

Petit déjeuner à l'hôtel.

Visite du centre historique avec la découverte de la cathédrale et de l'Eglise San Francisco, une des plus ancienne de la ville, ainsi que ses mystérieuses catacombes.

Déjeuner dans un restaurant local.

Transfert vers l'aéroport pour prendre votre vol retour Lima / Paris avec la compagnie Air France.

Dîner et nuit à bord.

Jour 11 : PARIS

Arrivée à Paris

Veuillez noter que selon les horaires des vols et impératifs locaux il est possible que l'ordre des visites soit modifié

## **Le logement :**

### **Hébergement**

LIMA : Casa Andina Standard Benavides 3\* (ou similaire)

AREQUIPA : San Agustin Posada del Monasterio 4\* (ou similaire)

PUNO : Casa Andina Standard Puno 3\* (ou similaire)

CUZCO : San Agustin Internacional Cuzco 3\* (ou similaire)

MACHU PICCHU : Casa Andina Standard Mapi 3\* (ou similaire)

Toutes les chambres sont équipées de :

Salle de bain privative, serviettes, articles de toilettes, sèche-cheveux, TV, connexion Wi-Fi gratuite, services de laverie/blanchisserie (en supplément) ...

Electricité

Le courant électrique régulier est de 220 Volt, 60 Hz, fiche plate (type US A et B). La plupart du temps, les appareils français peuvent se brancher sur les prises électriques locales, mais nous vous recommandons de prévoir un adaptateur électrique.

## **Le transport, les acheminements :**

### **Transport**

Vols internationaux avec Air France :

Aller :

PARIS (CDG) : 13h20

LIMA : 20h00

Durée : 12h40

Retour :

LIMA : 22h05

PARIS : 16h30 (+1)

Durée : 12h35

Vols intérieurs avec LATAM :

Jour 2 :

LIMA : 09h05 - AREQUIPA : 10h35

Durée : 1h30

Jour 9 :

CUZCO : 19h10 - LIMA : 20h40

Durée : 1h30

Bagage en soute : 1 bagage autorisé en soute de 23kg + 1 bagage cabine de 10kg

Veuillez noter que les horaires sont données à titre indicatif

### Options

Contribution carbone : (calculé selon un montant forfaitaire établi en fonction de la destination) pour financer un projet environnemental certifié = +25EUR

### Bon à savoir :

Formalités d'entrée : Pas de visa nécessaire pour les séjours de moins de 90 jours / être en possession d'un passeport ayant une validité d'au moins 6 mois à compter de l'arrivée sur le territoire péruvien

A prévoir dans la valise : Le Pérou étant un pays au climat très diversifié, il vous faudra prévoir des tenues pour toutes les saisons, quel que soit votre parcours, car les nuits sont fraîches en altitude, parfois même carrément froides.

A prévoir pour les excursions : Chaussures de marche montantes, pansements anti-ampoules (type Compeed), chaussettes épaisses, coupe-vent. Pensez enfin aux protections solaires, essentielles en altitude : crème avec indice de protection élevé (minimum 40), stick à lèvres et lunettes solaires d'indice 3 minimum.

NB : Pensez à prévoir un sac à dos ou un bagage de type valise cabine lors de l'excursion au Machu Picchu.

Mal d'altitude : Vous serez certainement amené à séjourner à plus de 2 500 m durant votre séjour au Pérou. Nous faisons attention à vous permettre une acclimatation progressive à l'altitude, afin de limiter les effets de celle-ci (maux de tête, fatigue, troubles du sommeil, essoufflements, troubles digestifs, troubles de l'équilibre, perte d'appétit, nausées, irritabilité...). Ces symptômes, fréquents et normaux, disparaissent généralement d'eux-mêmes (ou du moins s'atténuent grandement) après plusieurs heures en altitude et en ayant recours à des antalgiques (aspirine ou paracétamol).

S'entraîner physiquement avant un séjour en altitude n'élimine pas les effets du mal de l'altitude mais est

évidemment recommandé : la pratique du vélo, de la natation ou de la randonnée (si possible en altitude) constitueront une bonne préparation. Il est important de consulter votre médecin traitant pour qu'il détecte d'éventuelles carences ou affections avant votre départ (problème respiratoire, cardiaque, etc). Pour atténuer les effets et limiter les risques d'aggravation, deux règles d'or sont à respecter : commencer doucement et monter progressivement.

Voici quelques conseils pour votre séjour : dans les premières 24h : économiser ses forces, marcher lentement et avoir une bonne ventilation ensuite toujours bien s'hydrater en évitant l'alcool et bien s'alimenter.

Votre sécurité étant notre priorité, tous nos guides et accompagnateurs sont formés à diagnostiquer les oedèmes (et autres formes graves) quand ils surviennent et à réagir de la façon la plus appropriée. Nous menons des formations de secours et premiers soins à tous nos guides.

Niveaux d'altitude :

Arequipa : 2 335 m

Puno / Lac Titicaca : 3 827 m

Cuzco : 3 399 m

Vallée Sacrée : 2 800 m

Machu Picchu : 2 430 m

Dengue : La transmission de la dengue s'effectue par l'intermédiaire de moustiques infectés. Les pluies et les chaleurs de l'été austral (décembre à avril) favorisent la multiplication des moustiques transmetteurs de ce virus. De ce fait, une épidémie de dengue se déclare chaque année à cette période, notamment dans le nord et l'ouest du pays. Il convient de se protéger en cas de déplacement dans les régions du nord et de l'ouest du pays, de ne pas rester près de points d'eau stagnante et d'utiliser des moustiquaires et des produits anti-moustiques. Il existe également un vaccin contre la dengue.

Vaccins : Aucun vaccin n'est obligatoire pour voyager au Pérou. Nous vous conseillons d'être à jour dans les vaccins « types » du voyageur comme la DT Polio ou l'Hépatite A. Pour un séjour long en Amazonie, il est conseillé d'être vacciné contre la fièvre jaune.

## Ce prix comprend :

- o Les vols internationaux Paris/Lima aller-retour avec Air France
- o Le vol intérieur Lima / Arequipa le jour 2 avec la compagnie LATAM.
- o Le vol intérieur Cusco / Lima le jour 9 avec la compagnie LATAM.
- o Tous les transferts vers et depuis les aéroports.
- o Les transports en autocar privé lors des visites à Arequipa, Cuzco (vallée sacrée incluse) et Lima.
- o Les transports en autocar partagés pour les transferts de Arequipa a Puno et de Puno à Cuzco.
- o Le train de Ollantaytambo à Aguas calientes A/R avec la compagnie Perurail les jour 7(aller) et 8(retour).
- o Navigation sur le lac Titicaca en bateau partagé avec d'autres passagers.
- o L'hébergement en hôtels 3\* et 4\* en chambre double
- o La pension complète du diner du jour 1 jusqu'au déjeuner de l'avant dernier jour dont un diner spectacle à Cuzco le jour 6
- o Les taxes de séjours.
- o Les visites, entrées et excursions mentionnées dans le programme.

- o Les visites guidées en français.
- o Un guide local francophone dans chaque région.

### **Ce prix ne comprend pas :**

- o Une assurance individuelle de voyage
- o Les boissons lors des repas compris
- o Les pourboires (sur une base de 5EUR/jour/pers pour les services d'un guide et 2EUR pour le chauffeur)
- o Les dépenses personnelles
- o Les repas non mentionnés dans le programme
- o La contribution carbone (calculé selon un montant forfaitaire établi en fonction de la destination) pour financer un projet environnemental certifié - En option