

## PROGRAMME

### **Jour 1 : Arrivée à Luang Prabang (LPQ)**

Accueil et transfert à l'hôtel.

Si le temps le permet, visite d'un temple et observation des moines jouant du tambour à 16h (activité quotidienne).

Ensuite, profitez du coucher du soleil surplombant le Mékong dans un café local (canapés et boissons inclus).

À 17h45, rencontre avec le moine principal au Wat Choumkhong pour une introduction au bouddhisme et à la vie monastique. Participation aux chants suivis d'une méditation avec les moines.

Hébergement : My Dream (Classique)

### **Jour 2 : Croisière sur le Mékong et Méditation**

Transfert au quai pour une croisière de deux heures sur le Mékong vers les mystérieuses grottes de Pak Ou. ( les grottes des 1000 bouddhas).

Sur le retour à Luang Prabang séance de méditation avec vue sur les paysages spectaculaire du Mékong. Déjeuner servi à bord du bateau.

Visite d'un village riverain avec dégustation de vin de riz local (lao-lao)

Après-midi libre.

Hébergement : My Dream (Classique)

### **Jour 3 : Takbat, Marché et Cérémonie Baci**

Réveil matinal pour le Takbat (offrande aux moines).

Montée au mont Phou Si pour admirer le lever du soleil et la vue panoramique sur Luang Prabang. Visite d'un marché matinal à pied, suivi du petit-déjeuner à l'hôtel.

Traversée du Mékong pour visiter le village et une école primaire de Ban Xiengmaen et interaction avec les habitants. Méditation avec les moines dans un temple local.

En soirée, transfert dans une famille pour participer à une cérémonie traditionnelle Baci avec dîner concocté par vos soins et les locaux chez eux.

Hébergement : My Dream (Classique)

### **Jour 4 : Cascades de Kuang Si**

Excursion matinale aux cascades de Kuang Si.

Possibilité de baignade et visite d'un sanctuaire pour ours sauvés.

Après-midi libre.

Hébergement : My Dream (Classique)

### **Jour 5 : Train vers Oudomxai (ODX) et Villages Tribaux**

Trajet en train jusqu'à Oudomxai, transfert au village de Pak Nam Noy.

Randonnées adaptées pour explorer les villages environnants Khmu, Hmong et Akha, avec des vues spectaculaires sur la vallée. Déjeuner pique-nique en chemin.

En après-midi, transfert au Nam Kat Yorla Pa Resort. Temps libre pour se détendre et profiter de la nature.

Hébergement : Nam Kat Yorla Pa (Supérieur)

### **Jour 6 : Méditation et Cascade Nam Kat**

Pratique de méditation le matin et temps libre. L'après-midi, excursion à la cascade Nam Kat. Trekking et traversée de ponts suspendus menant à la cascade.

Hébergement : Nam Kat Yorla Pa (Supérieur)

### **Jour 7 : Retour à Luang Prabang**

Transfert en train pour Luang Prabang. Après midi, temps libre pour shopping, massage ou détente au bord du mékong

En soirée, dîner d'au revoir de style lao (Hotpot) au restaurant Dyen Sa Bai.

Hébergement : My Dream (Classique)

### **Jour 8 : Journée libre à Luang Prabang**

Temps libre jusqu'au transfert à l'aéroport pour votre vol.

### **Inclus :**

- Transport en véhicule climatisé moderne
- Activités et frais d'entrée mentionnés
- Hébergements et repas indiqués
- Méditation avec les moines
- Croisière lente sur le Mékong
- Billets de train
- Guide francophone
- Dîner Baci traditionnel

### **Exclusions :**

- Vols internationaux
- Assurance voyage/santé
- Dépenses personnelles et pourboires