



NAMASTE

BY PARFUMS DU MONDE



PEROU

Spiritualité andine
CIRCUIT 12 JOURS / 10 NUITS
Du 2 au 13 mai 2025



Le concept



NAMASTE

VOYAGER POUR SE RECONNECTER

L'intervenante



NAMASTE

Daphnée Ollivaud

La poésie du yoga, la profondeur des émotions.

Daphnée est une véritable **artiste du bien-être**, cheffe d'orchestre de votre **énergie vitale** et catalyseur de **joie de vivre**.

Pour elle, le yoga est une aventure richissime au cours de laquelle **vous explorez votre sensibilité intérieure**. Grâce à ses récits captivants, elle **délie vos muscles** et **assouplit vos croyances limitantes**.

Elle mêle la recherche de la **précision** et la **liberté d'expression** lors de moments en groupe décomplexés où chacun progresse et se découvre **à son rythme**.

Enseignante certifiée de Vinyasa, Prana Flow, Yin Méditatif et de Yoga Restauratif, elle **unifie les sensations du voyage à la puissance des émotions**.

Vous n'auriez pas pu rêver meilleure guide pour profiter de **sessions de yoga quotidiennes** au sein des hôtels de votre séjour.



Le voyage



Les pépites Namaste

□ Découvertes □

Cuzco et la Vallée Sacrée, Machu Pichu, lac Titicaca avec les îles Uros, Taquilé et Amantani

□ Ateliers et activités bien être □

Temps de méditation au glamping et à Cuzco, atelier sur les plantes médicinales à Willoc Alto, cercle de dialogue à Aguas Calientes

□ Immersions dans la vie locale □

Cérémonie andine de "Pago a la tierra", immersion dans la communauté de Willoc Alto et déjeuner pachamanca, déjeuner et nuit chez l'habitant sur l'île Amantani

□ Moments de détente □

Balade dans les rues de Cuzco et sur le marché de Pisac et temps libre

□ Prestations □

Des hébergements de qualité entre charme et authenticité, la pension complète, l'assistance de notre correspondant francophone sur place, un groupe limité à 16 participants



Etapes



- Jour 1 BRUXELLES / LIMA
- Jour 2 LIMA / CUZCO / VALLÉE SACRÉE
- Jour 3 VALLÉE SACRÉE / PISAC / URCOS / VALLÉE SACRÉE
- Jour 4 VALLÉE SACRÉE / WILLOC ALTO / AGUAS CALIENTES
- Jour 5 AGUAS CALIENTES / MACHU PICCHU / VALLÉE SACRÉE
- Jour 6 MARAS / MORAY / CUZCO
- Jour 7 CUZCO / SACSAYWAMAN / ZONE X / CUZCO
- Jour 8 CUZCO / PUNO
- Jour 9 PUNO / LAC TITICACA / TAQUILE / AMANTANI
- Jour 10 AMANTANI / JULIACA / LIMA
- Jour 11 LIMA / BRUXELLES
- Jour 12 BRUXELLES



Jour 1

BRUXELLES / LIMA

Rendez-vous à l'aéroport de Bruxelles et embarquement.

Décollage à destination de **Lima** sur vols réguliers via.

Services à bord de l'avion.

Accueil à l'aéroport de Lima par votre guide local francophone et transfert à l'hôtel.

Dîner et nuit à l'hôtel.



Jour 2

LIMA / CUZCO / VALLÉE SACRÉE



Petit-déjeuner à l'hôtel.

Transfert à l'aéroport d'Arequipa et **envol pour Cuzco.**

Accueil par notre guide local francophone puis départ vers la Vallée Sacrée (35 km / 1h30). Elle s'étend tout au long du tracé de la rivière Urubamba et abrite plusieurs villages qui conservent encore les traces des Incas.

Halte au site archéologique de **Qenqo**, lieu sacré dédié aux offrandes et aux "dialogues cosmiques" pour honorer les ancêtres les plus importants.

Déjeuner dans un restaurant local.

Arrivée dans l'après-midi au campement "glamping" de luxe situé à **Urubamba au cœur de la Vallée Sacrée en pleine nature.**

Installation et temps libre pour se détendre dans les jardins.

Dîner au campement.

Cérémonie andine de remerciement et de bienvenue avec un "Pago a la tierra"

Nuit au campement sous tente de luxe.



Jour 3

VALLEE SACREE / PISAC - 2 900 m

Petit-déjeuner à l'hôtel.

Temps de méditation au campement.

Départ vers le site de Pisac (45 km, 1h30).

Visite du site archéologique.

Perché à 3 250 m d'altitude, sur un versant de colline, il est constitué de terrasses agricoles très développées, judicieusement façonnées par l'homme et toujours cultivées.

Continuation jusqu'au village et visite du **marché artisanal de Pisac.**

Les textiles tissés à la main sont une tradition inca fièrement préservée. Vous trouverez également des bijoux, des poteries, des jouets, des tapis et des flûtes.

Déjeuner buffet andin dans un restaurant local.

Continuation vers **Urumbamba**. En cours de route, **halte au site d'Urco**, où l'impressionnante pyramide témoigne de l'ingéniosité architecturale de l'époque inca et reste un lieu sacré pour les rites agricoles actuels.

Retour au campement et après-midi libre pour se détendre ou participer à un cercle de dialogue dans la nature.

Dîner au campement.

Nuit au campement sous tente de luxe.



Jour 4

VALLÉE SACRÉE / WILLOC ALTO / AGUAS CALIENTES

Petit-déjeuner à l'hôtel.

Temps de méditation au campement.

Départ vers la communauté de **Willoc Alto**, village et communauté ancestrale des "sherpas" andins. Ils partageront leur savoir et leurs secrets **des plantes médicinales traditionnelles** locales.

La connexion avec la nature sera au cœur de cette exploration, afin de comprendre comment les énergies des plantes interagissent avec notre propre énergie vitale.

Préparation d'une **pachamanca**, un repas ancestral paysan cuit sous la terre. La **pachamanca** va au-delà d'un simple repas, il s'agit d'un rituel honorant la Terre Mère et la sagesse transmise de génération en génération.

Déjeuner pachamanca dans la communauté.



Jour 4 (suite)

VALLÉE SACRÉE / WILLOC ALTO / AGUAS CALIENTES

Départ pour **Ollantaytambo**, l'une des plus impressionnantes forteresses de l'empire inca.

Culminant à 2 800 m d'altitude, le site d'**Ollantaytambo** était à la fois un point militaire stratégique, mais aussi un important centre religieux et agricole.

Dans le village, les sentiers et les habitations perchées racontent l'histoire d'une population qui a su s'adapter harmonieusement à un environnement exigeant.

Dans l'après-midi, départ en train vers le village d'Aguas Calientes (1h30). Transfert et installation à l'hôtel.

Dîner au restaurant de l'hôtel.

Possibilité de participer à un cercle de dialogue avec un thème proposé par le groupe (détails sur l'histoire, la culture andine, etc.).

Nuit à l'hôtel.



Jour 5



AGUAS CALIENTES / MACHU PICCHU / VALLÉE SACRÉE

Petit déjeuner à l'hôtel.

Transfert matinal à la gare routière pour emprunter une navette qui vous conduira à l'entrée du site (environ 20 min).

Visite du sanctuaire du Machu Picchu, parmi la famille des grandes cités perdues, sans doute le site archéologique le plus spectaculaire d'Amérique du Sud. Établi de manière très harmonieuse dans un cadre naturel exceptionnel et montagneux à 2 430 m d'altitude, il attise la curiosité des voyageurs venus du monde entier.

Les différents temples du site sont liés à une divinité particulière : Temple du soleil, Temple de la Lune, Temple des trois fenêtres, Temple du condor et Intihuana.

Retour en navette vers **Aguas Calientes** pour déjeuner (35 min).

Déjeuner dans un restaurant du village.

Balade dans le village et visite du marché avant le retour en train vers la Vallée Sacrée.

Dîner barbecue et temp libre autour du feu et sous les étoiles.

Nuit au campement sous tente de luxe.



Jour 6

MARAS / MORAY / CUZCO - 3 750 m

Petit déjeuner à l'hôtel.

Temps de méditation au campement.

Départ pour le village de **Maras** et **découverte des salines de Maras**.
Accrochées à flanc de montagne et divisées en de nombreux bassins de sel cristallisé, les salines offrent un superbe spectacle.

Continuation jusqu'au site de Moray, situé dans le village du même nom.
Ce complexe archéologique est composé de terrasses circulaires en gradins utilisées pour expérimenter les différentes adaptations de semences.

Transfert jusqu'au **lac de Piuray** pour notre déjeuner (35 km, 45 min).

Déjeuner typique "buffet en famille" chez l'habitant avec vue sur le lac.

Dans l'après-midi, départ pour **Cuzco**.
Véritable témoignage de l'ancienne civilisation inca, puisqu'elle représente 3 000 ans de développement culturel autochtone. Les vestiges incas se fondent harmonieusement avec l'architecture coloniale espagnole.

Installation à l'hôtel.

Possibilité d'un temps de méditation (en fonction des disponibilités de l'hôtel).

Balade dans les ruelles de Cuzco en compagnie de votre guide.

Dîner et nuit à l'hôtel.



Jour 7

CUZCO - 3 400 m

Petit déjeuner à l'hôtel.

Départ pour **Sacsayhuaman** et visite de cet imposant site constitué de 3 murailles de 600 m de long, disposées en zigzag, et constituées d'énormes blocs de pierre de plusieurs tonnes.

Continuation vers la Zone X de Cuzco : cette exploration, incluant le **Temple de la Lune**, vous plongera dans un périple mystique au cœur de la spiritualité des anciennes civilisations précolombiennes. Cette zone renferme une multitude de sites sacrés, de lieux spirituels et de centres cérémoniels où les Incas rendaient hommage à la lune.

Retour à Cuzco et déjeuner dans le centre historique de la ville.

Visite pédestre de la **cité coloniale de Cuzco** : la cathédrale (visite extérieure), la Plaza de Armas, le Coricancha ou Temple du Soleil.

Retour à l'hôtel et temps libre.

Dîner au restaurant dans le centre-ville.

Nuit à l'hôtel.



Jour 8

CUZCO / PUNO - 3 820 m

Petit déjeuner à l'hôtel.

Départ pour la région **Puno**, au cœur de l'Altiplano, sur les bords du lac Titicaca, le plus haut perché du monde.

Halte à **Andahuaylillas** et visite de l'**église de San Pedro Apóstol** surnommée "la Chapelle Sixtine des Amériques" en raison de la profusion de ses ornements.

Visite du site archéologique de Raqchi.

Le toit du temple était maintenu par 22 colonnes, faites de pierres parfaitement ajustées dans la partie basse et de torchis au-dessus. C'est le seul site inca à posséder des colonnes.

Déjeuner chez l'habitant dans la communauté de Raqchi.

Arrêt à **La Raya**, qui marque la délimitation entre l'Altiplano et la région andine, à 4 300 m d'altitude. D'ici on peut apprécier le glacier Chimboya, où le fleuve sacré des incas « Vilcanota » prend sa source et suit son cours jusqu'au Machu Picchu.

Continuation vers **Puno**, ville portuaire et point de départ des excursions vers les **îles Uros, Taquile et Amantani**. Puno est reconnu dans le pays comme la « Capitale du folklore péruvien ».

Arrivée à l'hôtel en fin d'après-midi. Installation et temps libre.

Dîner et nuit à l'hôtel.



Jour 9

PUNO / LAC TITICACA - 3 950 m



Petit déjeuner à l'hôtel.

Départ pour le port de Puno et embarquement à bord du bateau qui vous mènera à la découverte des îles du Lac Titicaca. C'est dans ses eaux froides d'un bleu profond que serait née la civilisation inca, d'après la mythologie.

Navigation vers les îles Uros, construites avec des roseaux. L'origine du peuple Uros demeure toujours un mystère.

Continuation vers **l'île de Taquilé** (1h30 de navigation). Montée à pied par les chemins de l'île (2 sentiers selon le niveau physique des participants, entre 45 min et 1h30).

L'histoire de ces îles est gravée dans la mémoire de ses habitants et s'exprime à travers de sublimes tissus. Avec leurs textiles, les habitants représentent leur vision du monde et leur culture par des motifs de tissage complexes.

Déjeuner typique dans une petite auberge familiale avec vue sur le lac. Visite du village et temps libre pour se promener jusqu'à d'anciennes terrasses de culture et des centres cérémoniels incas.

Retour à l'embarcadère et départ vers **l'île d'Amantani**, où près de 4 000 personnes vivent de l'agriculture, de la pêche et de la vente de paniers.

Installation chez les habitants de la communauté.

Dîner et nuit chez l'habitant.



Jour 10

LAC TITICACA / PUNO / JULIACA / LIMA - 3 950 m > 154 m

Petit déjeuner chez l'habitant.

L'île d'Amantani abrite deux sommets tutélaires qui, très souvent dans les Andes, représentent un couple fondateur et protecteur.

Après le petit déjeuner, **randonnée avec les habitants de l'île jusqu'à l'un des sommets.** Le temple de la Pachamama à Amantani nous recevra pour nous offrir une des plus belles contemplations du voyage : une vue panoramique sur le lac Titicaca.

Déjeuner chez l'habitant.

Continuation en bateau vers Puno et transfert pour l'aéroport de **Juliaca** (38 km, environ 1h).

Assistance pour l'embarquement et vol vers Lima (environ 1h30 de vol).
Accueil par notre guide francophone et transfert à l'hôtel.

Dîner et nuit à l'hôtel.



Jour 11

LIMA / BRUXELLES



Petit déjeuner à l'hôtel.

Départ pour la visite du centre colonial de Lima : la Plaza San Martin, la Plaza Mayor et ses bâtiments emblématiques (le Palais du Gouvernement, le Palais présidentiel, la Cathédrale de Lima, etc.)

Déjeuner au restaurant du musée Larco.

Visite du Musée Larco Herrera, fondé par l'archéologue Rafael Larco Hoyle, il présente de nombreuses pièces d'art précolombien. *Principalement connu pour sa collection mochica, sa collection de plus de 45 000 œuvres de nature variée (sculptures, textiles, céramiques, bijoux et métaux) couvre près de 4 000 ans d'histoire et de nombreuses cultures.*

Dans l'après-midi, transfert vers l'aéroport, assistance pour l'embarquement et vol international vers la Belgique.



Jour 12

BRUXELLES

Arrivée à Bruxelles.

Namaste s'engage pour un tourisme responsable en privilégiant le respect des populations locales et de l'environnement, en faisant preuve de solidarité envers ses partenaires, sans jamais déroger à la qualité de ses produits.



Les hôtels du voyage



BRITANIA MIRAFLORES - LIMA - 2 nuits (J1 & J11)

Bienvenue à l'hôtel Britania Miraflores, un charmant hôtel 3 étoiles situé au cœur du quartier vibrant de Miraflores. A proximité de la zone historique Huaca Pucllana qui compte de nombreux bars, boutiques et restaurants.



<https://www.hbritania.com/es/miraflores>



GLAMPING CHASKA OCUPI - VALLÉE SACRÉE - 3 nuits

Situé à 1h de la ville impériale de Cusco, au cœur de la Vallée Sacrée des Incas, découvrez Chaska Ocupi Forest Glamping, un lieu enchanteur qui vous transportera à l'époque ancienne des Andes. Entouré par la nature, parmi des montagnes imposantes semblant sculptées à la main, sous des cieux bleus et des brises glaciales rafraîchissantes, ce campement unique est une véritable évasion vers la tranquillité et la beauté naturelle.

Notre camp est niché dans la charmante ville d'Urubamba, à 2 870 m d'altitude.

Venez vivre une expérience inoubliable où l'histoire, la culture et la nature s'entrelacent harmonieusement, vous offrant un séjour des plus mémorables dans cette région mythique du Pérou.



<https://chaskaocupi.com/en/>



TERRAZA DE LUNA - AGUAS CALIENTES - 1 nuit

Situé au pied du Machu Picchu, le Terraza de Luna propose un salon commun, une terrasse, un restaurant et un bar.

Toutes les chambres sont fonctionnelles et une salle de bains privative avec douche.



<https://hotelterrazadeluna.wixsite.com/machupicchu>



SAN AGUSTIN INTERNACIONAL - CUZCO - 2 nuits

L'Hôtel San Agustín Internacional, avec son style gaudien unique en ville, a été construit le siècle dernier sur l'ancien séminaire de Cusco. Cet établissement invite à explorer l'aura et l'essence de la ville, offrant une expérience authentique et inoubliable.

Le restaurant "El Arcángel" propose un menu varié de plats traditionnels de la région préparés avec des ingrédients locaux, ainsi que des plats internationaux pour satisfaire tous les goûts.

Le bar, portant le même nom, offre une variété de cocktails élaborés à base de pisco, la boisson nationale, ainsi que d'autres ingrédients internationaux.



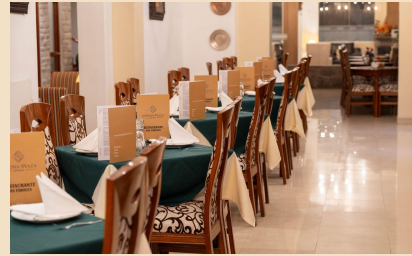
<https://www.hotelessanagustin.com.pe/es/hoteles/internacional-cusco/>



CASONA PLAZA - PUNO - 1 nuit

Le Casona Plaza Hotel Puno est un hôtel de 5 étages situé au centre, conçu pour le voyageur d'aujourd'hui, qui valorise la rapidité, la fonctionnalité et confort.

Il est situé à quelques pas de la Plaza de Armas de la ville de Puno, à un pâté de maisons de la rue piétonne Lima où se trouvent des magasins, des banques et des restaurants. Vous trouverez l'emplacement idéal pour votre séjour.



<https://www.casonaplazahoteles.com/casona-plaza-hotel-puno/>



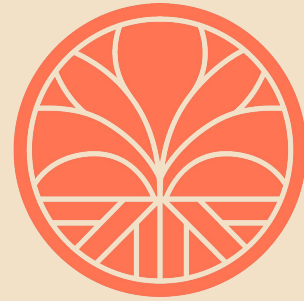
LE PRIX COMPREND

- Le transport aérien Paris / Lima / Paris, vols réguliers sur Air France ou Iberia
- Les vols Lima/Cuzco et Juliaca/Lima sous réserve de disponibilité au moment de la réservation
- Les taxes aéroport (à ce jour – à réactualiser selon la compagnie) : 320 €
- L'accueil à l'arrivée dans les aéroports et l'assistance tout au long du circuit
- L'hébergement en chambres doubles standards en hôtels de catégorie standard
- La pension complète (du dîner du jour 1 au déjeuner du jour 11)
- Les visites et excursions mentionnées dans le programme, en bus climatisé et en bateau rapide sur le Lac Titicaca
- Les trajets en train entre Ollantaytambo et Aguas Calientes (aller/retour)
- Un guide/accompagnateur francophone pendant tout le circuit
- Assistance de guides locaux francophones différents à chaque étape
- Les droits d'entrées dans les parcs, les sites et monuments mentionnés dans le programme
- Taxes et services hôteliers
- Les espaces de méditation au campement Chaska Ocupi et à l'hôtel à Cuzco
- La cérémonie andine de Pago au campement Chaska Ocupi
- Le e-carnet de voyage

LE PRIX NE COMPREND PAS

- Les dépenses de nature personnelle
- Le forfait boissons :
1 bière locale ou 1 soda au restaurant : + 5€/pers./repas
1 petite bouteille d'eau minérale au restaurant : +3 €/pers./repas
- Les pourboires aux guides et aux chauffeurs
- Les assurances





NAMASTE

VOYAGER POUR SE RECONNECTER