

# HIMALAYA - PARADIS POUR Les randonneurs ET AMOUREUX DE LA NATURE



En avril 2015, Népal a été touché par un tremblement de terre. Cette catastrophe naturelle a tué près de 9 000 personnes et en a blessé 22 000. Depuis, le pays a connu un revirement spectaculaire. En 2016, l'afflux de touristes étrangers a augmenté de 39,71% à 753.002.

Selon le ministère de l'immigration, le saut rapide est principalement le résultat d'un nombre accru de visiteurs provenant des pays voisins, l'Inde et la Chine, mais aussi des États-Unis, du Royaume-Uni et du Sri Lanka. Le boom du tourisme devrait se poursuivre en 2017 et demeurera un important fournisseur de croissance pour le Népal. Le pays est un paradis pour les randonneurs, et est incroyablement riche en matière de beauté naturelle. Cependant, le Népal n'est pas la seule destination de trekking haut dans la région.

## Meilleures destinations de Trekking

Népal; Un pays plein de mythes et de légendes. Accueil de huit des plus hautes montagnes du monde, et un paradis pour les randonneurs. Randonnée et trekking au Népal est une fois dans une expérience de vie. Vous pouvez sentir la gentillesse des Népalais, assister à la vue imprenable sur l'Himalaya, et d'observer les styles de vie traditionnels de chaque groupe ethnique. Trekking au Népal est probablement la meilleure façon d'explorer le pays. Ce magnifique pays a trois principales destinations de trekking: Everest, Annapurna et Langtang. Sans aucun doute, le Népal est une destination de trekking haut, et un lieu incontournable pour tout amateur de trekking.

Bhoutan. Trekking au Bhoutan est différent partout ailleurs dans [l'Himalaya](#). Les promenades sont longues et stimulantes, mais sont complétées par de l'air cristallin, des sentiers solitaires et des vues pittoresques. Les sentiers traversent les prairies alpines, les forêts de rhododendrons, les contreforts des Himalaya enneigés et les lacs et les vallées vertes émeraude.. Le Bhoutan abrite également une incroyable variété de faune et de flore, comme c'est le cas au Népal. La plupart des treks désignés vous emmèneront à des altitudes de entre 9 000 pieds (3 000 mètres) et 18 000 pieds (6 000 mètres), et sont parmi les meilleurs que vous trouverez dans le monde. Les randonnées les plus populaires sont le trek de Bumthang, le trek de Chomolhari, et le trek de Soi Yaksa

Tibet. Les randonneurs et les aventuriers du monde entier considèrent le Tibet comme l'une des meilleures destinations de trekking. Cette destination offre une expérience perspicace et fascinante. En montant dans une large vallée, vous apercevez de riches prairies de yak, des vallées tapissées de fleurs pittoresques, des gorges profondes, des montagnes recouvertes de glaciers et bien plus encore. En plus d'être une excellente introduction aux sommets de l'Himalaya, aux monastères et à la culture, vous découvrirez une flore et une faune distinctive, parfois spectaculaire, qui comprend l'ours noir de l'Himalaya et le léopard de neige insaisissable, presque mystique.

## Quand y aller?

Nous avons identifié les principales destinations de la région, mais quels sont exactement les meilleurs moments de l'année pour visiter ces destinations de trekking?

En général, le meilleur moment de l'année pour aller trekking au Népal est en automne. Pendant cette saison, le temps est excellent, et la vue sur la montagne idéale, comme le ciel est généralement très claire. Les températures sont modérées, rendant Septembre, Octobre et Novembre, un bon moment pour le trekking.

Les jours d'hiver sont également considérés comme un bon moment pour le trekking, même s'il y aura des chutes de neige dans les montagnes et les températures seront faibles. Par conséquent, l'hiver est idéal pour le trekking dans les contreforts et à des altitudes plus basses.

Le printemps, d'autre part, fournit les meilleures conditions de températures pour le trekking, et est un grand temps pour les fans de la floraison de la flore. L'été n'est pas recommandé pour le trekking en raison des températures extrêmement élevées et des moussons.

Au Bhoutan, les conditions de trekking sont généralement les mêmes, ainsi les informations ci-dessus s'appliquent à ce pays aussi. Cependant, au Tibet, les meilleurs moments pour faire du trekking sont d'avril à mai et d'août à octobre. Pendant ces périodes il n'y a pas de pluie et les températures sont modérées. En hiver, il fait extrêmement froid, et il est toujours possible que les visiteurs ne puissent pas franchir tous les cols, ni le long des sentiers de trekking.

## **L'importance du fournisseur**

Un autre facteur essentiel à prendre en considération, lors de la préparation pour le trekking dans la région, est le fournisseur du voyage. Il est une question de sécurité, la qualité et la satisfaction globale.

Parmi de nombreuses entreprises fournissant des services Trekking, **Aventure Mission Népal Trekking et Expédition** se distingue comme une entreprise très professionnelle qui providence les meilleurs services à diverses destinations dans la région.

La société offre des expériences de trekking au camp de base de l'Everest ou à l'Annapurna Base Camp. En plus de la visite de base, la compagnie fournit également des guides, qui racontent aux visiteurs l'histoire des sommets enneigés.

Aventure Mission Népal Trekking et Expédition a sa base au Népal mais Fonctionne également à travers l'Himalaya du Tibet au Bhoutan, et sur les plaines de l'Inde. Les tarifs société coop avec les meilleures sociétés de voyage dans la région afin de garantir la meilleure expérience pour les amateurs de trekking.

## **Préparation de Trekking**

Bonne, approfondie, la préparation doit être faite pour chaque voyage trekking. Ce principe s'applique au Népal, ainsi qu'à toutes les autres destinations d'Asie du Sud.

Trekking, dans l'ensemble, n'est pas difficile. Il n'est pas nécessaire d'être un athlète extrême pour gérer le trekking au Népal. Parfois, il peut être une expérience difficile, mais surtout le rythme est assez calme pour quiconque, même le plus jeune débutant, à gérer.

Malgré cela, il est fortement recommandé de prendre un guide. Ils sont des professionnels et ont une meilleure compréhension et l'expérience de la région et les montagnes. Pratiquement chaque randonneur voyage avec un guide, et le trouve mieux, et plus confortable, de le faire.

Pas beaucoup d'équipement est nécessaire pour les trekkings - seulement occasionnels accessoires de voyage et des nécessités telles que des tentes, sacs à dos, et ainsi de suite. Il n'est pas non plus déraisonnable d'obtenir une formation avant de partir pour un voyage de trekking. Running,

squatting et exercices de force sont les plus efficaces pour améliorer la force globale du corps et l'endurance cardiovasculaire.

Dans l'ensemble, on peut dire que le Népal, en particulier, n'est pas une destination de trekking difficile - même pour les débutants, qui est aussi pourquoi sa popularité est si élevée. Chaque individu trouvera des treks et des sentiers à son goût, basés sur ses compétences, dans ce petit pays asiatique avec d'énormes montagnes.

Date: 2017-01-16

Article link:

<https://www.tourism-review.fr/principales-destinations-pour-les-randonneurs-himalaya-news5254>