

# INDE DU SUD et Ayurveda

14 JOURS / 12 NUITS 18 novembre 1<sup>er</sup> décembre 2019



---

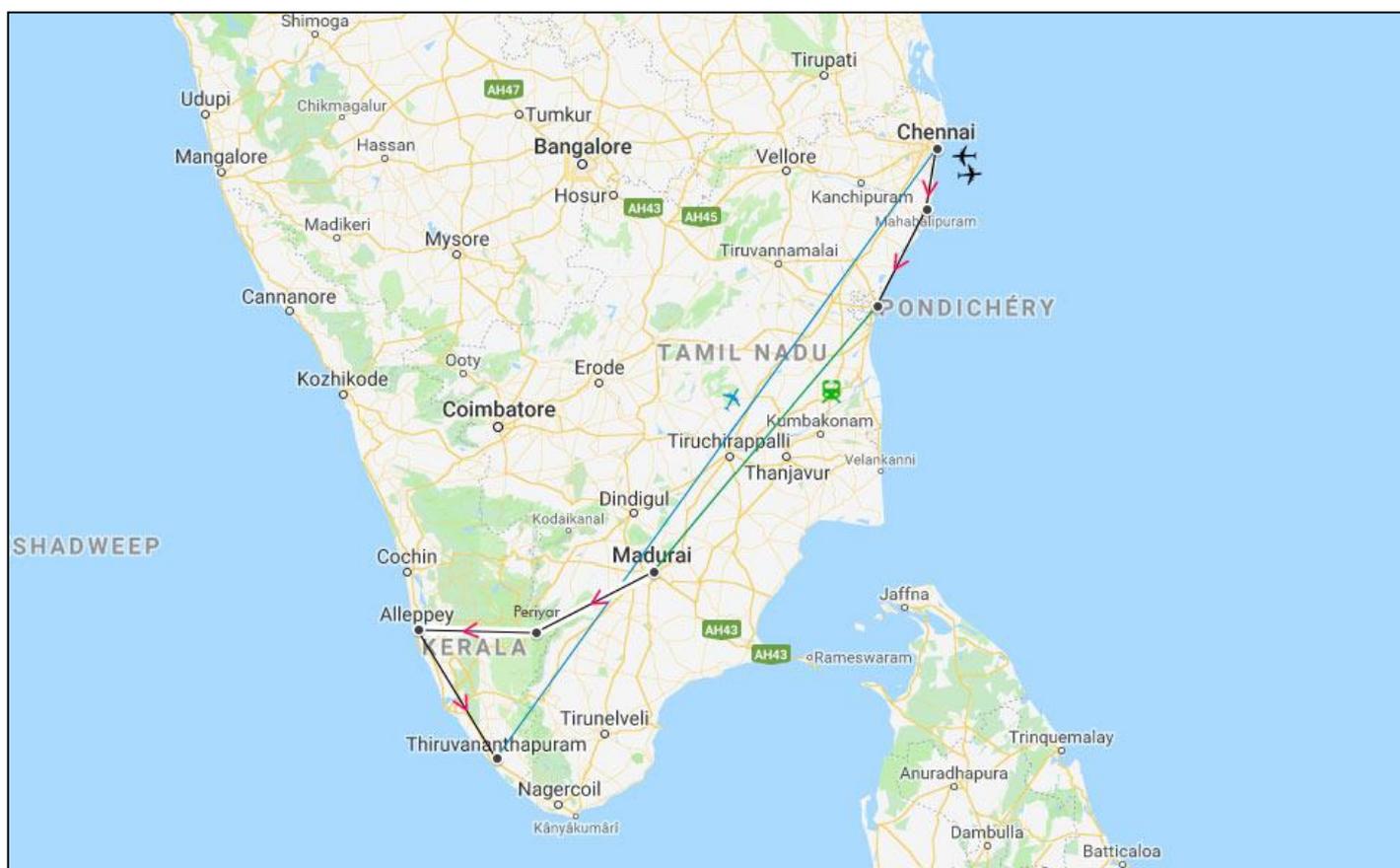
CHENNAI - MAHABABALIPURAM - PONDICHERY  
VILLUPURAM – PERIYAR - ALLEPEY - TRIVANDRUM

---

➤ LES ETAPES DU VOYAGE

Jour 1	TOULOUSE → CHENNAI
Jour 2	CHENNAI / MAHABALIPURAM / PONDICHERY - (200 km / 4h30)
Jour 3	PONDICHERY / MADURAI (340 km / 6h30)
Jour 4	MADURAI / PERIYAR (136 km / 3h30)
Jour 5	PERIYAR / ALLEPEY / COCHIN (195 km / 6h00)
Jour 6	COCHIN / TRIVANDRUM (200 km / 5h30)
Jour 7	TRIVANDRUM
Jour 8	TRIVANDRUM
Jour 9	TRIVANDRUM
Jour 10	TRIVANDRUM
Jour 11	TRIVANDRUM
Jour 12	TRIVANDRUM
Jour 13	TRIVANDRUM → CHENNAI (vol 6e 606 17.00 / 18.20)
Jour 14	CHENNAI → TOULOUSE

## ➤ L'ITINERAIRE DU VOYAGE



## JOUR 1 : TOULOUSE → CHENNAI

---

Convocation des participants à l'aéroport.  
Décollage à destination de **Chennai, via Londres**.  
Nuit à bord.

## JOUR 2 : CHENNAI / MAHABALIPURAM / PONDICHERY (200 km / 4h30)

---

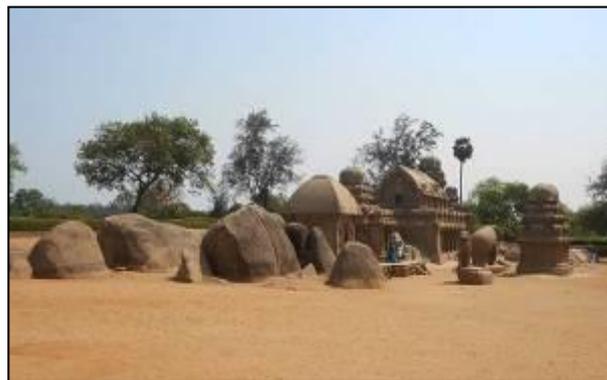
Bienvenue en Inde !  
Accueil par votre guide francophone et remise d'un collier de fleurs.  
Transfert dans un hôtel pour un petit-déjeuner et mise à disposition de quelques chambres pour vous rafraîchir.  
Départ pour **Mahabalipuram**.

### ✓ Focus sur Mahabalipuram :

sur la côte tamoule, la dynastie des Pallava créa à Mahabalipuram, un port de commerce, d'où elle exporta du VI<sup>e</sup> au VIII<sup>e</sup> siècles sa culture et sa civilisation vers l'Indonésie, la Malaisie, le Cambodge et le Vietnam. La ville est charmante avec ses tailleurs de pierre, sa tranquillité et la convivialité de ses habitants.

**Matinée consacrée à la visite du site** constitué de temples, d'une immense fresque en bas-relief et de grottes sculptées aux hauts reliefs traitant des mythes de l'hindouisme. Tous sont des chefs-d'œuvre de l'art Pallava.

Découverte de la **Descente du Gange** aussi nommée "**la pénitence d'Arjuna**", fresque grandiose taillée en bas-relief dans une paroi rocheuse, de l'ensemble des **cinq Rathas**, temples monolithiques creusés à même le rocher, du **Temple du Rivage** – **image emblématique de Mahabalipuram** - édifié à l'extrémité d'une immense plage de sable fin, face à l'océan. Il fut construit en granit par Pallava, édifié en bord de mer dont il n'est séparé que de quelques dizaines de mètres, planté d'arbres de protection contre les embruns corrosifs du large. Une digue de rochers a été aussi aménagée pour protéger le temple des fortes marées et de l'érosion.



Départ pour **Pondichéry**, ancien comptoir français.

### ✓ Focus sur Pondichéry :

le nostalgique comptoir endormi au bord de l'Océan Indien, semble ne pas avoir oublié les trois siècles de présence française. C'est en 1673 que François Martin, un marchand épris d'aventure, fonde un comptoir auquel il donne le nom de Poudouchery (le nouveau village), nom, qui, mal orthographié par les scribes de Colbert, devait devenir Pondichéry. Dès sa fondation, Pondichéry fut divisé en ville blanche et en ville noire, séparées par un canal.

Installation à l'hôtel.

**Déjeuner.**

**Découverte de l'ancienne ville française** : vous verrez de nombreux édifices rappelant la belle époque : le **Musée** où sont conservés quelques meubles et objets de l'époque coloniale, le **Lycée Français**, l'**Ecole française d'Extrême Orient**, l'**Eglise Notre Dame des Anges, Cluny**, le **monument aux morts**, le **monument dédié à Gandhi sur le front de mer** et la **statue de Duplex**.

Vous aurez peut-être l'occasion d'assister à une partie de pétanque !

**Balade en cyclo-pousse dans le quartier colonial de Pondicherry.**

**Dîner dans un restaurant local.** Nuit à l'hôtel.

### JOUR 3 : PONDICHERY/ MADURAI - (340 km / 6 h 30)

Petit déjeuner à l'hôtel. Départ de très bonne heure pour l'**Ashram de SRI AUROBINDO**. Arrêt à **AUROVILLE** puis départ pour **Madurai**.

**Déjeuner** en cours de route.

#### ✓ Focus sur Madurai :

la ville est célèbre pour sa production de quantités significatives de fleurs de Malligi (Jasmin) qui sont cueillies dans un rayon de 25 Km autour de la ville. Le jasmin est l'une des plus importantes matières premières de l'industrie des parfums et son extrait est le produit de base pour une majorité de parfums dans le monde. On estime une production annuelle de 15 tonnes d'extrait de jasmin dans le monde. L'Inde produit près de la moitié de la production mondiale. La France est un des principaux importateurs.

En arrivant, transfert en "tuk tuk" vers le temple **Meenakshi** pour assister à la **Cérémonie du Coucher de Shiva**, qui, avant de rejoindre le "Saint des Saints", souhaite, porté par les Brahmanes, le bonsoir à ses deux fils dont Ganesh le dieu éléphant ; grand moment ! La cérémonie commence à 20h45 ! – sous réserve que le train n'ait pas de retard.

Transfert à l'hôtel. **Dîner**. **Nuit à l'hôtel**.



### JOUR 4 : MADURAI / PERIYAR (136 km / 3h30)



Petit déjeuner à l'hôtel.

Visite de **Madurai**, qui alterne exubérance tropicale, sanctuaires sacrés, marchés aux fleurs, rizières et prairies buttant sur la savane !

**Découverte du fascinant Temple de Minakshi-Sundareshvara** de style Vijayanagar. C'est un véritable chef d'œuvre, où l'on peut admirer un étonnant foisonnement de colonnes, couloirs embellis d'innombrables statues, dans une ambiance chargée de vie et de foi des fidèles hindous.

Puis, le **Palais Tirumalai Nayak** qui date du XVIIème siècle, construit dans le style de l'art indo-musulman à influence italienne.

**Déjeuner**.

Route pour **Periyar**.

En cours de trajet, arrêt dans une **fabrique de briques** et possibilité de visiter une école (hors période de vacances scolaires indiennes).

Continuation vers le Parc National de Periyar, situé au cœur des montagnes. C'est la réserve naturelle la plus célèbre du sud de l'Inde.

Installation à l'hôtel.

**Déjeuner**.

#### ✓ Focus sur Periyar :

au cœur des montagnes, c'est une des plus belles réserves de l'Inde. Ce parc s'étend sur une superficie de 777 km<sup>2</sup> dans une partie des Ghâts occidentaux (haute chaîne de montagnes). Periyar possède un splendide lac artificiel avec des forêts peuplées d'oiseaux aquatiques comme le darter,

le héron, l'aigrette et le martin-pêcheur. L'habitat ici est l'un des meilleurs pour les éléphants d'Asie.

Promenade sur le marché aux épices.

Balade d'une demi-heure à dos d'éléphant.

Dîner. Nuit à l'hôtel.

#### JOUR 5 : PERIYAR / CROISIERE SUR LES "BACKWATERS" (195 km / 6 h)

---

Petit déjeuner à l'hôtel.

Puis, **route à travers les Monts Cardamom** et les plantations de thé, d'hévéas et d'épices (poivre, muscade, cardamome...) pour rejoindre Kottayam.

**Arrêt dans une plantation de thé** ainsi que dans une fabrique de torréfaction du thé (fermée le dimanche et ouverte de 9h00 à 17h00)



**Embarquement à bord des "Houseboats"** appelés "Kettuvallam" pour une navigation paisible sur les "backwaters" à travers la campagne tropicale, à l'intérieur des terres, le long des rives ombragées de cocotiers et de rizières émeraude irriguées d'un labyrinthe de canaux et de lagunes, où glissent les embarcations traditionnelles.

Déjeuner à bord.

Équipements des "houseboats" : chambres (climatisées) avec salle de bain. Une cuisine avec

un cuisinier traditionnel de Puthenangadi, un navigateur/ guide et une plate-forme pour la vue.

Dîner et nuit à bord.

#### JOUR 6 : « BACKWATERS » / ALLEYPEY / TRIVANDRUM (150 km / 4h)

---

Petit déjeuner à l'hôtel.

Débarquement à Alleppey.

Départ pour **Thiruvananthapuram (Trivandrum)**, la capitale du Kerala, possédant un passé qui fait rêver...

**Déjeuner.**

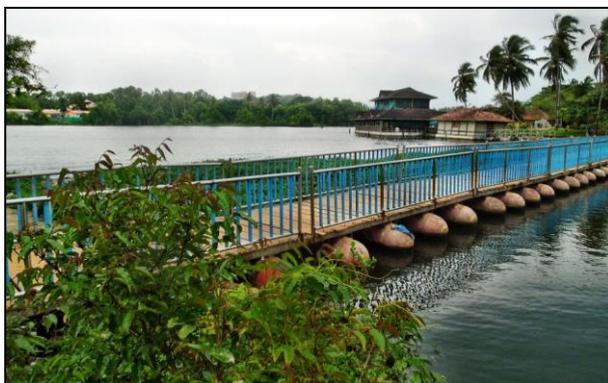
Tour d'orientation de la ville. Aujourd'hui, il lui reste le charme discret des villes administratives, avec ses grandes avenues animées et ses nombreux bâtiments victoriens, dont le « Secrétariat », construit dans un style néoroman, ou encore le vaste Kerala State Parliament House.

Installation au Centre.

Détente.

**En soirée, massage de rajeunissement et Kizhi.**

Dîner. Nuit à l'hôtel.



#### JOURS 7 - 8 - 9 - 10 - 11 - 12 : TRIVANDRUM

---

Petit déjeuner à l'hôtel.

Massage de rajeunissement, Sirodhara.

Journée libre pour activités au centre .

## JOUR 13 : TRIVANDRUM → CHENNAI

---

Petit déjeuner à l'hôtel.

Matinée libre.

### Déjeuner.

Transfert à l'aéroport. Envol pour Chennai

Accueil et transfert dans un hôtel proche de l'aéroport.

Installation. **Dîner d'adieu avec dégustation de Rhum indien.**

## JOUR 14 : CHENNAI → TOULOUSE

---

Transfert matinal à l'aéroport.

Assistance aux formalités d'enregistrement.

Envol pour Toulouse, via Londres.

Arrivée en France.

**TARIF PAR PERSONNE LOGEMENT EN CHAMBRE DOUBLE = 2790 €**

Supplément chambre individuelle = 430 €

### NOTRE PRIX COMPREND :

---

- **L'assistance de Laurence REY durant tout le séjour. Initiation et cours des principes de l'Ayurveda.**

- Les vols Toulouse / Chennai / Toulouse sur vols réguliers British Airways, via Londres.
- La surcharge transporteur et les taxes aériennes, révisables en cas d'augmentation : 284 €
- Le vol intérieur Trivandrum / Chennai (20 kg de bagage en soute inclus par participant)
- La balade en "tuk tuk" à Madurai
- La croisière en "house-boat" sur les backwaters
- L'hébergement dans les hôtels mentionnés ou similaires en 1<sup>ère</sup> catégorie pendant le circuit.
- 7 nuits en centre Ayurvedique Sélection de Laurence REY près de Trivandrum
- La pension complète du petit déjeuner du jour 2 au dîner du jour 13
- Thé ou café lors des repas pendant le circuit
- Les visites et droits d'entrées dans les sites mentionnés au programme
- Une balade en rickshaw à Madurai
- Une balade à dos d'éléphant à Periyar
- Une balade en tuk-tuk à Pondicherry
- Accueil traditionnel à l'arrivée avec guirlande de fleurs
- Une bouteille d'eau par personne et par jour pendant les visites
- Les taxes gouvernementales et taxes routières
- L'assistance de notre correspondant francophone sur place

### Prestations incluses à l'hôtel sur Trivandrum :

- 7 jours Ayurveda Rajeunissement Thérapie
- 14 repas végétariens Ayurveda
- Quotidien : une session Yoga et Méditation
- Consultation initiale, quotidienne et finale par le médecin
- Médicaments gratuits pendant la période de traitement
- Menu diététique ayurvédique personnalisé
- Traducteur : interprète allemand / italien / français / russe disponible pour la première et dernière consultation ayurvédique sur demande préalable

### NOTRE PRIX NE COMPREND PAS :

---

- Les dépenses personnelles - Les pourboires usuels
- L'assurance multirisque 70 € - Les frais de Visas électronique