Cheval d'Aventure
VOYAGES À CHEVAL & TRADITIONS ÉQUESTRES DEPUIS 1972

2 rue Vaubecour - 69002 Lyon (France) +33 (0)4 82 53 99 89 infos@cheval-daventure.com

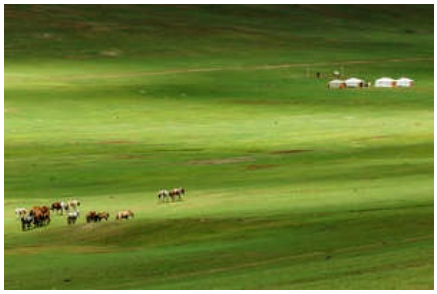
Informations au 10/05/2024

La légende des cavaliers mongols

MONGOLIE

Une aventure équestre immersive dans la vallée de l'Orkhon pour plonger au coeur du quotidien des familles d'éleveurs nomades, tout en foulant les interminables plaines steppiques portant la mémoire et les traces culturelles de l'édification de l'ancien Empire mongol. Visites de sites historiques légendaires et parcours riche de ses paysages époustouflant, venez vibrez au rythme du plus grand peuple cavalier du monde.

Chevauchée Francophone	**15 jours (8 jours à cheval)**	**À partir de 1 500 €**	



ITINÉRAIRE

Les points forts

- Randonnée équestre pendant 8 jours au cœur de la nature sauvage
- Visites culturelles incluses retraçant l'Histoire de l'Empire Mongol
- Variété des paysages : lacs, cascades, source d'eau chaudes...
- Initiation à la cuisine locale
- Immersion au cœur des familles d'éleveurs nomades
- Festivités du Nadam dans les steppes (départ du 28/06)

Jour 1 — EUROPE - OULAN BATOR

Vols depuis une ville d'Europe vers Oulan Bator

Nous pouvons nous occuper de réserver vos vols sur simple demande.

Jour 2 — OULAN - BATOR

Accueil à l'aéroport par notre équipe. Transfert à l'Hôtel.
Après le déjeuner vous partez à la découverte d'Oulan-Bator, ville étonnante aux contrastes exacerbés. Cette capitale aux allures soviétiques, encore marquée par son histoire, est aujourd'hui bien vivante. Au carrefour des influences orientales et occidentales, elle semble en pleine transition, tiraillée entre économie communiste et capitaliste, mode de vie nomade et sédentaire. Les visites du Musée National d'Histoire puis du Monastère de Gandan, le plus grand centre religieux de Mongolie, vous permettent de vous familiariser avec les bases historiques et culturelles de la Mongolie pour partir à la découverte du pays.
Soirée de chants et danses traditionnels par l'ensemble national académique de Mongolie, un spectacle inoubliable!

Jour 3 — OULAN BATOR - KHUSTAIN NURUU - KHUNGNU KHAN - Trajet 4 à 6h -

Marche 1 à 2h

Tôt le matin, vous quittez l'animation de la capitale pour débuter votre aventure à travers la vaste steppe centrale de la Mongolie. En suivant une route asphaltée vous filez vers l'ouest et découvrez les premières images de votre immersion en terres nomades : troupeaux de chevaux sauvages galopant au bord de la piste, yourte fumante isolée au fond d'une vallée irriguée... Dans la réserve naturelle de Khustain Nuruu, réputée pour la réintroduction réussie des mythiques chevaux de Prjevalski, peut-être aurez-vous l'occasion de croiser quelques individus. Dans l'après-midi vous prenez la route vers la réserve naturelle de Khugnu Khan, où vous accueille votre première famille nomade. Dans la convivialité de la yourte, vous dégustez les premiers mets typiques : le « Suutei Tsai », thé au lait salé et l' « Aaruul », fromage sec mongol.
En fin de journée, nous participez à la préparation de votre dîner : des raviolis mongols ou buuz.
Tout le monde peut mettre la main à la pâte, un vrai moment de partage culturel !

Jour 4 — KHUGNU KHAN - KHARKHORIN - GYATRUUN - Trajet 4 à 6h - Marche 1 à2h

La matinée est consacrée à la découverte de la réserve naturelle de Khugnu Khan protégeant un écosystème de rencontres entre la steppe et les forêts de la taïga. C'est ici que la magie de la nature mongole prend tout son sens, lorsqu' apparaît une grande dune de sable, comme déposée au milieu de la steppe verdoyante. Une belle balade parmi les étranges formes rocheuses du mont Khugnu Khan, vous fait découvrir les ruines du monastère Uvgun. Vous partez ensuite vers l'ouest afin de gagner Kharkhorin (Karakorum), ancienne capitale de l'empire mongole. La poursuite du périple vous mène au cœur de la célèbre Vallée d'Orkhon, véritable berceau du peuple mongol, classée patrimoine mondial de l'UNESCO, elle compte de nombreux vestiges archéologiques. La diversité des paysages fait de cette région un somptueux tableau aux mille et une couleurs. Ses conditions climatiques favorables ont attiré de nombreuses familles nomades vivant de l'élevage.

Jour 5 — SOURCE CHAUDE DE GYATRUUN - 4 à 6h à cheval

Aujourd'hui, votre aventure équestre débute. Vous rencontrez le troupeau, faites connaissance avec le cheval qui sera votre monture pour parcourir les immensités et la diversité des paysages mongols.
Vous plongez au cœur du massif forestier qui domine la partie méridionale de la vallée. Suivant une étroite piste qui serpente parmi les forêts de mélèzes, votre ascension vous mène aux sources chaudes de Gyatruun. On y trouve deux sources côte à côte, l'une chaude et l'autre froide, réputées pour leurs nombreuses vertus curatives. Vous profitez des différents bassins pour vous baigner et vous relaxer dans un cadre splendide avant de rejoindre votre yourte pour la nuit.

Jour 6 — KHUISIIN NAIMAN NUUR - PARC DES HUIT LACS DU NOMBRIL - 4 à 6h à cheval

Le moment est venu pour une escapade de quatre jours dans le Parc des huit lacs du nombril - Khuisiin Naiman Nuur. Coeur de votre itinéraire, ce joyau de la Mongolie centrale est le fruit d'éruptions volcaniques datant de plusieurs siècles. Ce vieux cratère renferme non pas huit mais neuf lacs alpins à l'eau bleue limpide où se reflète l'image des hautes montagnes boisées qui les encerclent.

Jour 7 — KHUISIIN NAIMAN NUUR - PARC DES HUIT LACS DU NOMBRIL - 4 à 6h à cheval

Vous êtes à plus de 2000m d'altitude, entre prairies alpines et steppes boisées, vous chevauchez de lacs en lacs dans ce cadre idyllique. A l'occasion d'une pause bien méritée, les plus téméraires d'entre vous peuvent se baigner ou peut-être s'essayer à la pêche. Comme chaque soir, vos montures vous font rejoindre le campement de yourtes d'une nouvelle famille nomade qui vous ouvre ses portes pour une authentique soirée mongole.

Jour 8 — KHUISIIN NAIMAN NUUR - PARC DES HUIT LACS DU NOMBRIL - 4 à 6h à cheval

Votre chevauchée dans le Parc des huit lacs du nombril continue. La région compte quelques milliers d'espèces de plantes et fleurs, parmi lesquelles 20% sont utilisées pour leurs vertus médicinales. Si la chance vous sourit, vous pouvez peut-être apercevoir des cerfs, des chevrotains, des sangliers ou des loups qui peuplent ces terres sauvages et protégées.

Jour 9 — KHUISIIN NAIMAN NUUR - PARC DES HUIT LACS DU NOMBRIL - 4 à 6h à cheval

C'est votre dernier jour de randonnée dans cet écrin de nature volcanique, habitat privilégié de nombreuses espèces d'oiseaux dont le plongeon arctique, le grand cormoran, l'oie à tête barrée ou le cygne chanteur. Vous redescendez en douceur, traversant forêts de conifères et cols montagneux pour rejoindre les grandes étendues de la vallée. Une nuit confortable vous attend dans un camp de yourtes touristique.

Jour 10 — GYATRUUN - ULAAN TSUTGALAN - TUVKHEN - 4 à 6h à cheval

Vous chevauchez parmi les vastes plaines herbeuses, parsemées de roches basaltiques et cernées par d'anciens volcans endormis. Soudain, la steppe semble se fracturer pour laisser place à une vision vertigineuse : la chute d'eau Ulaantsutgalan. Cette cascade d'environ 20 m de hauteur, est apparue il y a environ 20000 ans des conséquences de séismes et d'éruptions volcaniques répétés.

Jour 11 — GYATRUUN - ULAAN TSUTGALAN - TUVKHEN - 4 à 6h à cheval

Vous continuez votre chevauchée, traversant la vallée d'Ouest en Est afin de gagner le monastère Tuvkhun. A vos côtés, l'Orkhon suit son cours, sillonnant entre les parterres d'Edelweiss et les gorges escarpées. La beauté des lieux n'en finit plus de vous surprendre. Encore de belles occasions de galoper dans la steppe et de s'émerveiller des paysages ondulant qui vous entourent.

Jour 12 — DECOUVERTE DU MONASTERE DE TUVKHUN - 3 à 4h à cheval

Aujourd'hui, une petite chevauchée dans les monts forestiers de la chaîne de Khangai vous mène au monastère Tuvkhun. C'est seulement une fois arrivés au pied du monument que vous le découvrez, parfaitement intégré dans son environnement naturel. Immédiatement, se fait ressentir le calme, la sérénité et le recueillement se dégageant de ce lieu sacré, voué au culte de Zanabazar, premier chef spirituel bouddhiste des Mongols. Après la visite, vous rejoignez vos chevaux qui vous emmènent une dernière fois vers votre hébergement en famille, dans la convivialité de la yourte.

Jour 13 — GYATRUUN - BAT ULZII - OULAN BATOR - Trajet en bus 8 à 10h

Il est temps de lever le camp, vous dites au revoir à vos hôtes et compagnons de route pour partir vers Bat-Ulzii, le centre cantonal, où vous vous prenez un bus local en direction de la capitale mongole.
Une ultime étape au cœur des steppes mongoles pour contempler une dernière fois cette immensité paisible avant de retrouver l'effervescence d'Oulan-Bator où vous arrivez dans la soirée.

Jour 14 — OULAN BATOR - EUROPE

Après le petit déjeuner à l'hôtel, un chauffeur vous attend pour le transfert à l'aéroport d'Oulan-Bator.

DATES & PRIX

DÉPART	RETOUR	PRIX HORS VOL	STATUT
17/05/2024	31/05/2024	1 530 €	Ouvert
09/06/2024	23/06/2024	1 530 €	Ouvert
28/06/2024	12/07/2024	1 530 €	Départ garanti
14/07/2024	28/07/2024	1 530 €	Ouvert
06/08/2024	20/08/2024	1 500 €	Dernières places
20/08/2024	03/09/2024	1 530 €	Ouvert
03/09/2024	17/09/2024	1 530 €	Ouvert
13/09/2024	27/09/2024	1 530 €	Ouvert

Remarques sur nos prix

• Spécial Nadaam du 28/06 au 12/07 : départ accompagné par Louise ! Participation aux festivités et jeux du Nadaam dans les régions rurales avec les cavaliers locaux des familles d'éleveurs nomades.

• Tarif HORS AÉRIEN. Nous pouvons réserver vos vols internationaux sur simple demande.

• Conçu en étroite collaboration avec les familles nomades, les recettes générées par votre voyage sont reversées équitablement aux familles, qui bénéficient grâce à vous d'un revenu supplémentaire.

• Les tarifs indiqués correspondent au tarif adulte en chambre double standard et en yourte collectives chez l'habitant jusqu'à 5 couchages.

• Le groupe est composé de 4 à 10 cavaliers internationaux. L'accompagnement est francophone.

• IMPORTANT : En fonction du nombre d'inscrits sur votre date de voyage, un supplément petit groupe peut-être facturé avant votre départ. Il est de 110€ par personne pour un groupe de 3 cavaliers, et de 400€ pour un groupe de 2 cavaliers.

• En cas d'arrivée ou départ en dehors des jours mentionnés, un transfert privatif est à régler sur place. Prévoir 50€ par trajet et par personne.

• Possibilité de vous réserver une nuit à Oulan Bator en hôtel*** central avec petit déjeuner pour 60€/personne en chambre double ou twin ou 80€ en chambre individuelle.

• Possibilité d'hébergement en single à l'hôtel, moyennant un supplément de 50€ par personne

• Cette randonnée est accessible aux cavaliers jusqu'à 85 kg . Au delà de 85 kg, nous consulter.

AVERTISSEMENT
Le parcours peut être modifié pour des raisons de sécurité, de météorologie ou d'imprévus. Des événements indépendants de notre volonté peuvent modifier les parcours : routes coupées, fleuves en crue, sécheresse, grèves, fêtes locales... Cheval d'Aventure, ses partenaires, ses accompagnateurs, ainsi que ses guides locaux mettront toujours tout en œuvre pour apporter la meilleure solution, même en modifiant le parcours. Les noms des hébergements sont donnés à titre d'information. En fonction des disponibilités, ils pourront être modifiés et remplacés sans préavis par un autre hébergement de même catégorie.

AVERTISSEMENT
Le parcours peut être modifié pour des raisons de sécurité, de météorologie ou d'imprévus. Des événements indépendants de notre volonté peuvent modifier les parcours : routes coupées, fleuves en crue, sécheresse, grèves, fêtes locales... Cheval d'Aventure, ses partenaires, ses accompagnateurs, ainsi que ses guides locaux mettront toujours tout en œuvre pour apporter la meilleure solution, même en modifiant le parcours. Les noms des hébergements sont donnés à titre d'information. En fonction des disponibilités, ils pourront être modifiés et remplacés sans préavis par un autre hébergement de même catégorie.

Notre prix comprend

ACCOMPAGNEMENT

Guide interprète francophone
Guides équestres locaux

EQUIPE LOGISTIQUE

1 cheval équipé par cavalier

TRANSPORTS INTÉRIEURS

Transferts aéroport aller et retour
Transport Oulan-Bator - Gyatruun en véhicule privé
Transport Bat-Ulzii - Oulan-Bator en bus local

MODE D'HÉBERGEMENT

Hébergement en yourte chez l'habitant
Hôtel local en chambre double à Oulan-Bator, J1 et J13
Nuit en camp de yourtes touristiques : J9

REPAS

Pension complète du déjeuner du J2 au petit-déjeuner du J14

DIVERS

Droits d'entrée aux parcs et aux musées mentionnés

Notre prix ne comprend pas

Assurance rapatriement et annulation "multirisques" sans risques épidémies : 3,8% du prix de votre voyage.
Assurance Annulation et interruption de séjour : 2,8% du prix de votre voyage.
Assurance complémentaire carte bancaire (gold, visa premier...) : 2,1% du prix de votre voyage.
Frais d'inscription obligatoires : 15 euros par personne

REPAS

Boissons et extras personnels (incluant l'eau potable)

TRANSPORTS

Vols internationaux

DIVERS

Pourboires aux équipes locales (à votre discrétion)
Supplément de 400€ pour les groupes de 2 cavaliers
Supplément de 110€ pour les groupes de 3 cavaliers
Frais de visas

ASSURANCE

Les assurances annulation et recherche- assistance et rapatriement (obligatoire). Consultez nos conditions d'assurance

En option

TRANSPORT

Transfert aéroport en dehors des horaires indiqués au programme

INFOS ÉQUESTRES

Cavalerie

Monture de légende et de conquête, le cheval mongol est petit, énergique et endurant, docile et sociable, parfaitement adapté à la randonnée équestre sur tous les types de terrains. Ce cheval est d'une gentillesse et d'une sociabilité rares. Il ne représente pas de difficulté technique particulière. Certains sont plus vifs que d'autres, mais tous sont sélectionnés avec attention par notre équipe pour leur comportement.
Selle en cuir, adaptée et confortable pour la randonnée et étriers ronds mongols.

Guide & équipe locale

Votre guide sera un interprète local francophone, ce qui vous permettra d'échanger avec vos diverses rencontres nomades.
L'équipe est généralement composée de :
• minimum 2 horsemen nomades qui vous accompagnent tout au long de votre randonnée.
• Les repas sont préparés par les familles nomades pendant la randonnée.
• Un chauffeur.

Niveau équestre & forme physique

MINIMUM TECHNIQUE REQUIS

Cette randonnée s'adresse à des cavaliers de niveau confirmé pouvant monter en terrain varié plusieurs heures durant.
Cette randonnée n'est pas accessible aux cavaliers de plus de 85 kg. Au delà, nous consulter.

ALLURES

Les allures sont le pas et le trot alternant avec d'inoubliables galops dans les immensités de la steppe mongole.

AUTONOMIE ET PARTICIPATION

Chaque cheval est sellé et dessellé par les éleveurs mongols qui vous accompagnent, mais toute participation est bienvenue.

NIVEAU ET EXPÉRIENCE REQUISE

Il est préférable d'avoir une bonne condition physique pour cette randonnée en terrain varié.
Une expérience de randonnée équestre sur plusieurs jours est un plus.
Il faut être prêt à s'adapter à une autre équitation et comprendre que les mongols ont un rapport aux chevaux différent du nôtre. Partir à la rencontre de cultures et de mentalités différentes implique une acceptation de ces différences et leur respect.

Les chevaux ne présentent pas de difficulté particulière, certains sont plus vifs que d'autres. Il faut être vigilant aux sacoches et vêtements de pluie (ne

jamais s'habiller à cheval), car les chevaux n'y sont pas habitués et peuvent être effrayés.

Partir en forme est un préalable à la construction d'un véritable échange avec les populations locales: le bien-être est communicatif, tout comme le sourire rompt les barrières dès le premier contact !

EQUIPEMENT EQUESTRE

Sellerie kazakh et sellerie de type russe équipées de sacoches.

Matériel à prévoir :
Pour les cavaliers mesurant 1m90 et plus, une paire d'étrivière réglable est à prévoir car les étrivières des selles locales sont réglables mais parfois limitées en longueur.
Vous pouvez également prévoir une peau de mouton.

Casque ou bombe fortement conseillé. Pour des raisons de sécurité et d'hygiène, munissez vous de votre matériel.

INFOS PRATIQUES

CONFORT

Deux nuits à l'hôtel à Oulan-Bator
Neuf nuits en yourte chez l'habitant, 5 couchages, lits simples
Une nuit en campement de yourtes touristique

REPAS

Dans cette randonnée en immersion, place à la découverte de la cuisine mongole au sein des familles nomades. Quelques spécialités fromagères et des repas simples : féculents accompagnés des quelques légumes qui poussent en Mongolie et beaucoup de viande.

L'eau :
Prenez garde à ne pas boire d'eau provenant d'une source dont vous n'êtes pas sûrs. L'eau minérale est encore le seul moyen d'éviter les risques de turista et d'autres infections.
Le cuisinier fait bouillir de l'eau tous les jours. Une fois bouillie, vous pouvez remplir vos gourdes et la boire sereinement. Vous pouvez sinon traiter l'eau avec des pastilles de type « micropur » ou « aquatab ».
Vous pourrez (uniquement pour les randonnées avec une véhicule d'assistance) prévoir d'acheter des bouteilles d'eau que vous laisserez dans le véhicule que vous retrouverez chaque soir.

CLIMAT

La Mongolie compte plus de 260 jours d'ensoleillement par an !! L'ensemble du pays reçoit très peu de précipitations : une moyenne annuelle de 200 à 350 mm dans le nord, qui décroît en allant vers le sud. Le pays se trouve généralement au cœur d'un système de hautes pressions (anticyclone) qui font que le ciel est très souvent dégagé, les nuages ne couvrent le ciel pratiquement qu'en été. La Mongolie est d'ailleurs parfois surnommée le « pays au ciel bleu ».

Ce pays connaît par contre un climat continental extrême qui s'explique par la configuration géographique du pays, vaste plateau semi-désertique à plus de 1500 mètres d'altitude moyenne.

La Mongolie en été peut vous réserver des surprises, les températures peuvent aller de +3° à +35°C dans la journée et de -3° à +6°C la nuit. Il vous faut prévoir des vêtements dans lesquels vous êtes à l'aise, amples et chauds (genre polaires) et des teeshirts. L'idéal étant de cumuler les épaisseurs afin de gérer au mieux la température.

TIPS

Il est toujours bien perçu de donner des pourboires quand vous êtes satisfaits du service auprès des guides locaux et du chauffeur du circuit. Que ceux-ci restent tout de même en cohérence avec le niveau de vie du pays, prévoir en moyenne 40 à 50€, à votre discrétion.

LISTE EQUIPEMENT

La logistique est assurée en véhicule sur ce voyage.

Vous partez en Mongolie, l'amplitude thermique peut être grande et les températures peuvent être froides, notamment la nuit. Envisagez un équipement en couches superposées qui vous permet de vous adapter à chaque température de la journée. Il faut garder en tête que vous pourrez rencontrer les 4 saisons lors de votre voyage même en plein cœur de l'été.

Tête
• Un casque d'équitation : il est fortement recommandé. Les fabricants (GPA, HKM, LAS Helmets, Lamicell, Troxel, Equithème…) proposent aujourd'hui des casques d'équitation ventilés, solides et légers, agréables sous toutes les latitudes. Il existe également des coques de protection à mettre sous votre chapeau (Ranch & Rider, Lexington SafetyProducts) ou des chapeaux casques western (Troxel).
• Casquette ou chapeau pour le soleil (indispensable).
• Un bandana ou foulard ou chèche pour protéger le cou ou le visage de la poussière et du soleil.
• Une paire de lunettes de soleil haute protection.

Buste
• Tee-shirts en coton + chemises à manche longue (pour protection contre le soleil) ou T-shirt en matière technique à séchage rapide.
• Polaire légère ou équivalent.
• Polaire chaude ou équivalent.
• Veste de type Goretex (imperméable et respirant).

Jambes
• 1 à 2 culottes d'équitation, ou jeans ou longues chaps en cuir, c'est vraiment selon vos habitudes.
• 1 pantalon de rechange (randonnée ou jean ou équivalent).
• Éventuellement un sur-pantalon de type Goretex (imperméable et respirant).
• 1 collant ou équivalent pour les nuits.
• 1 maillot de bain peut-être utile (baignade dans les lacs, toilette en bord de rivière).
• Sous-vêtements en coton ou en synthétique non irritant.

Pieds et Mains
• 1 paire de chaussures de marche légères avec chaps ou boots avec des mini-chaps spécifique pour l'équitation.
• 1 paire de chaussures imperméables ou bottes (très appréciées en cas de pluie et aussi le matin au camp, rosée souvent abondante).
• 1 paire de baskets ou chaussures légères équivalentes pour le soir.
• Plusieurs paires de chaussettes.
• 1 paire de gants pour se protéger du soleil, du froid et des frottements.
• 1 paire de gants de soie.

Dormir
• Vous pouvez prendre votre propre sac de couchage ou en emprunter un. Merci de ramener un sac drap en soie ("sac à viande") pour mettre à l'intérieur du sac.
Pour plus de confort, vous pouvez prendre un matelas auto-gonflant, les lits sont fermes.

Divers
• Sac de voyage 60 - 80 litres, de préférence un sac souple (ouverture frontale ou sac à dos).
• 1 gourde de 1,5 litres ou 2 équivalentes avec des pastilles pour le traitement de l'eau. (impératif)
• Lampe frontale, piles et ampoules de rechange.
• Nécessaire de toilette (lingettes biodégradables pour remplacer l'eau, micropur...).
• Un couteau suisse ou équivalent (en soute!!).
• Un cordon pour tenir vos lunettes.
• Des boules 'quies' peuvent être utiles pour ceux qui auraient le sommeil léger en colocation sous tente.
• Appareil photo (vous devez être autonome en batterie et carte mémoire).
• Une paire de jumelles .

Pharmacie
Par précaution, indiquez vos allergies aux médicaments dans votre pharmacie.
• Médicaments personnels.
• 1 Antibiotique à large spectre.
• Aspirine ou doliprane.
• Anti diarrhéiques.
• Crème solaire à forte protection pour les lèvres et la peau.
• Collyre.
• Crème hydratante + stick à lèvres.
• Un rouleau de sparadrap.
• Une bande élastique adhésive de 10 cm de large.
• Une boîte de pansements adhésifs.
• Pochettes de désinfectants prêtes à l'emploi.
• Pastilles de Micropur ou Hydroclonazone pour désinfecter l'eau.
• Une crème et un spray anti moustique

• 1 tire-tique

Informations générales

• Pendant la randonnée, nous vous demandons cependant de ne pas excéder 15 Kg de bagage par personne de manière à ne pas trop encombrer la logistique.

• En cas de perte de vos papiers, nous vous conseillons de ranger une copie de votre passeport dans un endroit différent des originaux.

• Si, afin de partir " léger ", vous lavez vos vêtements en cours de voyage, privilégiez les lessives biodégradables.

• Prenez de quoi rassembler vos déchets toxiques (piles, aérosols, batteries, tubes de pommade, emballage de pellicules photo...) afin de les ramener en France où le tri est bien fait et efficace. Un conseil : évitez au maximum d'emmener les emballages du matériel ou équipement que vous auriez acheté avant de partir... Toujours cela en moins à ramener en France.

TOURISME RESPONSABLE

Voici nos 6 conseils pour un voyage responsable :

1. **Voyagez léger** : Le poids des valises impacte négativement les émissions de CO2 du kérosène et de l'essence.
2. **Supprimez le plastique** : Emmenez votre gourde réutilisable préférée. Un mug et des couverts durables pour les nuits en tente ou pendant votre vol.
3. **Préservez la nature** : Prévoyez une "poubelle de voyage" pour vos déchets pendant la randonnée. Laissez les plantes à leur place, elles sont plus belles ainsi, observez la faune à distance pour ne pas les déranger. Utilisez des produits cosmétiques biodégradables, afin de protéger votre peau et l'environnement.
4. **Faites du tourisme éthique** : refusez de prendre part à toute activité offrant un exploitant les animaux sauvages (spectacles, caresses avec touristes, etc.) .
5. **Soutenez les populations locales** : découvrez leur culture, respectez leurs coutumes, achetez des souvenirs locaux.
6. **Partagez !** sensibilisez votre entourage au tourisme responsable

Pour plus d'informations, retrouvez notre article détaillé sur le Mag .