



INEL
Voyage en Mongolie

Voyage Chamanique

Voyage découverte, 14 jours

www.inel-voyage-mongolie.com

Présentation du voyage

Ce voyage chamanique a été créé en partenariat avec Christine DAUX (cf son site), chamane française et Boloro, véritable chamane traditionnelle mongole.

D'une durée de 14 jours, il combine une visite touristique de la Mongolie centrale avec des enseignements sur le chamanisme traditionnel mongol donnés par Boloro.

Elle nous accompagnera tout au long du voyage et nous fera découvrir sa pratique du chamanisme mongol à travers plusieurs cérémonies chamaniques.

Nous allons pouvoir également profiter pleinement des magnifiques paysages variés de la Mongolie (montagnes, steppes, désert) et rentrer en contact avec différents nomades de plusieurs régions, qui appartiennent à d'autant d'ethnies de la Mongolie.

Informations sur le voyage

- 🕒 14 Jours en Mongolie 🏔️ ●●○○○○
- 👥 5 à 6 personnes 🏠 ●●●○○○
- ✈️ Vol international non compris. Prévoyez assez de jours pour votre vol depuis votre pays d'origine pour arriver le 1er jour du voyage
- 🏠 Hôtel, Yourte démontable, Chez les nomades
- 🚗 Minivan 4x4
- 📍 UB, Töv Aimag, Ovorkhangai

Localisation



Boloro demande à tous les participants de faire d'abord les stages Modules 1 et 2 avec Christine (<https://www.chamanisme-stage.com>) en France afin que tous aient une base de connaissance commune. Nous n'accepterons donc pour ce voyage que les personnes validées par Christine.



❖ ***Nous attirons votre attention sur les faits suivants***

- Ce voyage a pour objectif de vous faire découvrir le chamanisme mongol. Il ne fera pas de vous un chamane. En Mongolie, on ne devient pas chamane on «naît» chamane. Ce sont les esprits qui décident, pas nous.
- Nous pensons que pour bien comprendre le chamanisme mongol, il faut aussi connaître la Mongolie et la culture mongole dont il fait parti intégralement. Sinon, vous risquez de passer à côté de pleins de subtilités, voire même ne pas comprendre certaines choses. C'est pourquoi, notre programme inclus aussi la découverte de la Mongolie et de sa culture. Avec notre programme, vous allez faire 2 voyages en 1.
- N'oubliez pas, devant les esprits, il est très important de montrer des signes de respects, de faire des offrandes et de rester humble. Le respect des consignes est primordial.

❖ ***Point fort:***

- Voyage avec Boloro, véritable chamane traditionnelle mongole
- 3 cérémonies chamaniques + cérémonie de fin de voyage
- Découverte culturelle et humaine de la Mongolie.
- Découverte du chamanisme traditionnel mongol et de sa pratique.
- Paysages variés (steppes, montagne, lac et désert)
- Petit groupe de 5 à 6 personnes au maximum permettant de créer une véritable intimité propice au travail chamanique avec Boloro.
- Visite d'une yourte de chamane authentique.
- Découverte de sites religieux et sacrés.

Si vous avez un tambour, vous pouvez l'emporter avec vous, mais ce n'est pas une obligation. Boloro, si vous le désirez pourra donner «une âme» à votre tambour. C'est-à-dire l'associer à un esprit. Par contre, vous ne devez pas en jouer en Mongolie sans l'accord de Boloro et en dehors du cercle de protection qui sera mis en place par ses soins. En effet, en Mongolie, la puissance du monde des esprits est décuplée par rapport à l'occident. En jouant du tambour là bas, sans les précautions d'usage de protection, vous risquez d'attirer à vous des mauvais esprits et/ou entités qui seront difficile à enlever. Il n'est vraiment pas prudent d'ouvrir des portes dont on ne maîtrise pas les codes !!!



❖ *Notre véritable chamane traditionnel Mongol: Boloro*



Boloro est née en Mongolie en 1981 à Hovsgol au nord de la Mongolie. Elle est de l'éthnie Darkhad qui pratique beaucoup le chamanisme.

Depuis l'âge de 12 ans, Boloro ressent et voit des «choses» que les autres personnes ne perçoivent pas.

Sa vie a été très compliquée jusqu'à ce qu'elle accepte à 19ans de devenir chamane. En Mongolie, on ne devient pas chamane on naît chamane. C'est un «don» que les mongoles ont à la naissance.

De plus, les chamanes mongols sont «reliés» à un ou plusieurs esprits de leurs ancêtres auxquels ils se «connectent» lors des transes chamaniques. Pendant la transe, l'esprit de l'ancêtre vient dans le corps du chamane et parle alors avec la langue de son époque, c'est-à-dire en vieux mongol. C'est pourquoi, tous les chamanes mongols sont toujours accompagnés de leur traducteur qui leur sert aussi d'assistant pendant les transes.

Boloro a 3 esprits qui l'accompagnent.

Dans la tradition chamanique mongole, les offrandes et rituels aux esprits sont très importants.

❖ *Votre guide francophone: Bulga*



Bulgaa est né à OulanBator. Il a fait des études de français à l'Université des Sciences Humaine dans le secteur du tourisme à LYON (Mention Assez Bien).

Auparavant, en plus de ses cours de français à l'université, il a fréquenté l'alliance française pour commencer à s'imprégner de la culture française. Depuis 2009, il a travaillé dans le tourisme pour des agences de voyages francophone en Mongolie, d'abord comme cuisinier, puis petit à petit, comme aide guide et ensuite guide-interprète.

Après ses études il a décidé de prendre la direction d'une agence de voyage pour développer son métier.

Avec tout ce qu'il a appris en France grâce à ses études, son but est maintenant de participer au développement de son pays pour un tourisme équitable, respectueux de la nature, de la culture mongole, de ses collaborateurs et bien sur et surtout de VOUS.

Informations Complémentaires

❖ Hébergement:

Nuit à l'hôtel*** à UB:	2
Nuit en camp de yourte touristique (confort correct):	3
Nuit chez une famille nomade (confort moyen):	3
Nuit en yourte démontable (matelas épais fourni):	5

❖ Confort:

- Nous camperons toujours près de rivières pour avoir accès à l'eau. Vous pourrez ainsi faire un brin de toilette et vos lessives si besoin. Merci d'utiliser des produits biodégradables. N'hésitez pas à demander nos bassines pour laver loin de la rivière.
- Les douches chaudes ne seront possibles que dans les camps de yourtes touristiques, à la source d'eau chaude ainsi qu'en journée dans certains villages dans les douches publiques.

❖ Repas:

- En ville: dans les restaurants locaux.
- Au camp de yourte: dans le restaurant du camp (sous une yourte).
- A la campagne: dans les restaurants locaux ou pique-nique à midi et repas chaud le soir.

Inclus dans le voyage

- Transferts à l'aéroport
- Guide interprète francophone
- 4x4 (chauffeur+essence)
- Cuisinier pour groupe supérieur à 3 personnes
- Eau minérale à la campagne
- Hébergement tout au long du voyage
- Tous les repas à la campagne pendant le voyage
- Repas à Oulanbator sauf dîner libre
- Matériel de bivouac: yourte démontable, tentes 3 places, matelas épais, couverture
- Frais d'entrée des parcs:
 - Parc vallée de l'Orkhon
 - Parc Terkhiin Tsagaan nuur
 - Parc Khugnukhan, Bayangobi
- Frais d'entrée des visites culturelles:
 - Monastère Gandan
 - Monastère Erdene Zuu
 - Centres des grands Khan à Kharakhorum



- Chute de l'Orkhon
- Monastère Erdene Khamba
- Source d'eau chaude Tsenkher
- Musée de Zaya Gegeen à Tsetserleg
- Volcan Khorgo et le lac Tsagaan nuur
- Site sacré Eson Erdene
- Monastère Amarbayasgalan

Non inclus dans le voyage

- Billet d'avion + Taxes d'aéroport
- Visa + frais de passeport
- Assurance voyage personnelle obligatoire pour le visa
- Dépenses personnelles
- Activité en plus
- Pourboires
- Boisson autre que l'eau et thé

Informations générales

❖ *Niveau Physique:*

- Il s'agit d'un voyage «découverte», qui demande peu de capacités physiques pour marcher, faire du cheval et dormir sous la yourte pendant plusieurs jours.

❖ *Alimentation:*

- La nourriture en Mongolie est très simple et peu variée. Elle est basée sur les pâtes, riz et pommes de terre. Il y a très peu de légumes (carottes, oignon, choux blanc, betteraves, poivron) et pas de bon fruits (les fruits viennent de Chine, ils sont beaux d'aspect mais ils n'ont aucun goût), et on les trouve principalement à Oulanbator et pas encore dans le reste du pays.

❖ *Gestion des déchets:*

- En Mongolie, comme la plupart des pays asiatiques, il n'y a pas véritablement de gestion des déchets et l'éducation de la population à ce sujet est totalement absente malheureusement. Ils n'ont pas encore compris que les déchets mettent des dizaines d'années voire plus avant de se dégrader.
- Aussi, pour limiter notre impact lors du voyage, nous utiliserons de l'eau minérale conditionnée dans de grand contenant plastique et nous vous demandons donc d'amener une gourde personnelle que nous remplirons, plutôt que d'utiliser des bouteilles plastiques individuelles.
- Pour les autres déchets, tout ce qui est biodégradable sera laissé sur place et le reste (plastique d'emballage et boîte conserve, ...etc) sera compacté pour être ramené à Oulanbator.

❖ *Liste du matériel:*

La difficulté de choix du matériel en Mongolie c'est que nous pouvons avoir à faire à tout type de temps (très beau à la tempête de neige) ! et de T° (+35°C à 0°C). Il faut donc une large gamme de matériel.

- Gourde
- Parka ou Goretex (contre la pluie, neige, vent)
- Doudoune et/ou polaire (contre le froid)
- Sur pantalon goretex (pluie, neige)
- Sous-pull polaire (le soir et/ou en altitude)
- Tee shirt léger et chaud
- Chemise, pull ou autre
- Pantalon léger (<3500m d'altitude pour pas avoir trop chaud)
- Pantalon épais (>3500m d'altitude pour avoir plus chaud). Peut être remplacé par un collant sous le pantalon léger ou un sur pantalon sur le pantalon léger.
- Cuissard long (contre le froid à mettre sous le pantalon)
- Chapeau soleil
- Bonnet
- Echarpe
- Chaussettes légères (<3500m d'altitude pour pas avoir trop chaud)
- Chaussettes chaude (>3500m d'altitude pour avoir plus chaud)
- Sous vêtements
- Paire de chaussure de Trek + lacets de rechange (Si randonnées)
- Paire de basket et/ou nus pieds
- Trousse de toilette :
- Lingettes pour les soirs sans possibilité d'eau
- Sac à dos 20L (pour la journée)
- Lampe frontale + Pile
- Pharmacie
- Papier toilette
- Sac de couchage (0°C confort). Il y a des couvertures fournies pendant le voyage
- Matelas mousse ou gonflable pour plus de confort (Il y en a déjà un de fourni lors du voyage).
- Appareil photo numérique: il sera possible de charger quelques soirs. Pensez à prendre des batteries supplémentaires. Il sera possible de les charger dans la voiture si vous avez un chargeur pour batterie 12Vdc avec prise «allume cigare».
- Et surtout n'oubliez pas: Votre bonne humeur

❖ *Liste pour la pharmacie:*

- Nous avons une pharmacie de groupe contenant le matériel et produits de premiers soins (compresses, désinfectant).
- Cependant, nous vous encourageons aussi à amener votre pharmacie personnelle avec la liste de médicaments non exhaustive ci-dessous. Pensez aussi à vos traitements si vous en avez et dans tous les cas demander conseil à votre médecin.
- Maux de tête et douleurs ; Doliprane (Paracétamol),
- Antibiotique à large spectre: clamoxyl 500 ou Amoxicilline 500, Bactrim forte(cotrimoxazole)
- Diarrhée: Flagyl, immodium (lopéramide) ou arestal, smecta ou bedelix, Ercefuryl ou Panfurex (Nifuroxazide), primpéran ou motilium(Domperidone)
- Soleil, brûlures : Crème solaire, Tube lèvres, chapeau, crème anti dessèchement (froid altitude)
- Coupures, blessures superficielles : Bandes, Sparadra, pansements, Eosine, Bétadine
- Tendinites, Inflammation: Elastoplast, pommades Ketum ou Xénid ou Voltarène, cachet antiinflammatoire : Mobic ou Voltarène
- Grippe/Mal de gorges: Humex fourmier, Néocodion, Sinuspax, L52, Oscillococinum, Pastilles Propolis, Homéogène 9
- Ciseaux + coupe ongles, pinces à épiler, épingles à nourrice
- Yeux: Antalyre (monodose) ou Sophtal
- Insectes: Anti moustiques, Ledum palustre / urticagel, Apis mellifica

Pour les gens fragiles des lombaires nous vous conseillons de prendre une ceinture lombaire pour la route et éventuellement une minerve pour ceux qui sont vraiment très sensible des cervicales (pour la piste)

❖ *Us et coutumes:*

- Il est de tradition, quand on se trouve dans la campagne, de s'arrêter quand on passe près d'une yourte de nomades. Dans ce cas, les visiteurs sont accueillis et se voient offrir boissons locales (thé au lait, alcool) et/ou quelques nourritures (biscuits, fromages, bonbons) en fonction de l'aisance des hôtes. En guise de remerciements, les invités font alors de petits cadeaux.

Dans le cadre de notre voyage, nous offrirons des sacs contenant farine, riz, dentifrice, brosses à dents, ...etc. Toutes les choses qui font défaut aux familles nomades.

- En Mongolie, le pourboire est considéré comme une marque de votre satisfaction et encourage nos partenaires à faire de leur mieux. Il ne s'agit pas d'un second salaire car nous sommes respectueux de leur travail et les rémunérons dans la marge haute de leur salaire respectif. Prévoir entre 0€ et 60€ par personne selon votre satisfaction. La somme récoltée sera alors répartie entre chaque membre du staff.

❖ *Bagages:*

- Afin d'optimiser la place dans les voitures et pour plus de confort pour les animaux (en fonction du voyage) qui vont porter les bagages, nous vous demandons de ne pas venir avec des valises mais plutôt avec des sacs de voyages souples ou des sacs à dos. Nous vous remercions pour votre

compréhension. Si vous voulez, vous pouvez prévoir un sac en toile ou poubelle pour laisser des habits propres pour le retour. Ils seront stockés à l'agence et vous seront restitués à votre retour.

❖ *Billet d'avion:*

- Le billet d'avion n'est pas compris dans le prix du voyage. C'est à vous de le prendre directement. Aussi pour vous aider voici quelques conseils :
- Il y a 4 compagnies aériennes qui desservent la Mongolie depuis la France :
 - Aéroflot (compagnie russe avec escale à Moscou)
 - Air China (compagnie chinoise avec escale à Pékin)
 - Turkish Airline (compagnie turque avec escale à Istanbul)
 - Korean AirLine (compagnie Koréenne avec escale à Séoul)
- En général, celle qui offre le temps d'escale le plus petit est Aéroflot. C'est elle aussi qui a la durée de voyage la plus courte.
- Pour acheter le billet d'avion, d'après notre expérience, la meilleure période est entre février et avril. Il faut regarder les sites régulièrement pour tomber sur la bonne période.
- Si vous prenez votre billet d'avion sur internet, nous vous conseillons de prendre le billet d'avion directement sur le site de la compagnie. C'est souvent un peu plus cher que sur les agences de billets en ligne, mais sachez qu'en cas de problème avec votre vol (retard ou autre), vous serez prioritaire vis-à-vis de ceux qui l'ont acheté auprès des agences de billets en ligne.
- Air China et Turkish Air lines ont des temps d'escale souvent long, mais il est possible d'obtenir un visa gratuit directement à l'aéroport pour visiter la ville. Il peut donc être intéressant au retour, de faire un stop-over d'1 ou 2 nuits dans une de ces capitales pour visiter, si le cœur vous en dit. A voir directement avec les compagnies aériennes concernées.
- Il y a plein de moteurs de recherche qui vous permettent d'avoir en un seul coup d'œil, une idée des prix disponibles. <http://www.partirou.com>, <https://www.kayak.fr/flights>

❖ *Visa:*

- Pour aller en Mongolie, un visa est obligatoire. Il vous faut prendre le visa court séjour de 30 jours qui est valable désormais 150 jours. C'est-à-dire que vous avez 150 jours pour rentrer sur le territoire mongol. Ce délai initialement de 90 jours a été rallongé suite au Coronavirus.
- Il peut se prendre soit:
 - Directement par correspondance à l'ambassade de Mongolie en France.
 - Directement par e-visa en passant par le site internet de l'ambassade: www.evisa.mn
 - Par le biais d'une agence de visa de votre choix
- Pour en savoir plus et avoir les dernières informations, nous vous conseillons d'aller sur le site de l'ambassade de Mongolie en France: <http://paris.embassy.mn/frn/index1.php?moduls=41>
- Le prix des visas est revu à chaque début de mois en fonction du cours du Dollar: <http://paris.embassy.mn/frn/index1.php?moduls=79>
- Demande du e-Visa



- Mis en place depuis peu, il est désormais possible d'obtenir le visa mongol directement sur Internet en passant par le site: **www.evisa.mn**
- C'est le plus simple et le plus rapide. Pas besoin d'envoi du passeport. Votre visa vous sera envoyé par courriel sous 72h et il vous permettra d'entrer en Mongolie.
- Il vous faudra valider votre adresse mail, puis saisir les informations demandées, transférer les scans des documents demandés (photo d'identité, passeport, etc...) et vous payez le visa par CB.
- Demande du Visa à l'ambassade
 - Si vous faites la demande à l'ambassade de Mongolie en France il vous faudra faire un dossier de demande de visa comportant les pièces suivantes:

Visa touristique (J) de 30 jours /entrée unique/:

1. Passeport original valable six mois après la date de retour et comprenant 2 pages vierges
 2. Formulaire de demande de visa, (à télécharger sur le site de l'ambassade de Mongolie en France) toutes les rubriques doivent être dûment remplies par le demandeur de visa directement sur le formulaire.
 3. Une récente photo d'identité de 3.5×4.5 /pas de copie/ collée sur le formulaire
 4. Confirmation de réservation d'hôtel ou attestation d'agences de voyage **confirmant l'hébergement**
 5. Réservation des billets (entrée et sortie du territoire mongol). Les voyageurs se rendant avec un véhicule doivent présenter la copie de la carte grise, l'itinéraire détaillé avec les dates et les postes-frontières.
 6. Attestation d'assurance de rapatriement mondial délivrée par votre compagnie d'assurance précisant votre nom, les dates exactes de votre séjour en Mongolie et le numéro de police
 7. Le paiement du visa doit se faire par virement à l'Ambassade de Mongolie.
 8. Une enveloppe affranchie à vos noms prenom et adresse pour le retour du passeport.
- Demande du Visa par une agence de visa
 - Vous pouvez faire appel à des agences spécialisées dans la délivrance des visas, si vous ne voulez pas le faire directement auprès de l'Ambassade. Sachez cependant qu'il vous faudra quand même remplir les mêmes formulaires et donner les mêmes justificatifs. En voici quelques unes (liste non exhaustive donnée à titre indicatif sans aucune préférence les unes par rapport aux autres. A vous de comparer)
 - Action Visas: <http://www.action-visas.com>
 - Home Visas: <http://www.homevisas.com>
 - 123 visas: <http://www.123visas.com>
 - Planète visas: <http://www.planete-visas.fr>
 - ...etc.
 - Avant de prendre vos visas, nous vous conseillons de visiter les sites suivants:
 - L'ambassade de Mongolie en France
 - L'ambassade de France en Mongolie

Itinéraire

Jour 1: Arrivée à Oulanbator

Accueil à l'aéroport ou à la gare d'Oulanbator par votre guide et chauffeurs. Transfert et installation à votre hôtel. Ensuite, Nous allons visiter la place centrale d'Oulanbator: la place Sukhbaatar, du nom du libérateur de la Mongolie contre l'envahisseur chinois en 1917, et nous ferons un crochet par la poste pour ceux qui veulent prendre les cartes postales pendant le voyage et avoir le temps de les écrire.

Ensuite, nous irons au marché noir si certains d'entre vous veulent acheter un deel, habit traditionnel mongol, bien pratique le soir pour les cérémonies.

Dans la soirée, nous assisterons à un spectacle d'une heure et demi environ, qui regroupe un échantillon de la culture mongole (les chants notamment le khumi qui est un chant de gorges incroyable, les danses traditionnelles, religieuses et populaires, les habits et musiques traditionnelles). Ensuite dîner et retour à l'hôtel.

Déjeuner: restaurant local

Dîner: restaurant local

Durée de voiture: 2h

Nuit: à l'hôtel



Jour 2:
Oulanbator - Monastère Amarbayasgalant


Vers 7h30 après votre petit déjeuner à l'hôtel, nous irons chercher Boloro, notre chamane traditionnelle qui habite dans une yourte très particulière à l'écart de la ville. Elle vous expliquera les différents objets de sa yourte et leur utilité dans le chamanisme mongol.

Chez elle, vous devrez laisser votre tambour si vous l'avez emmené avec vous pendant toute la durée du voyage. Il sera en sécurité et il se chargera en énergie. Au retour, elle donnera vie à votre tambour si vous le voulez.

Ensuite nous partirons tous ensemble en direction du magnifique monastère Amarbaysaglant perdu dans la campagne au milieu de petites collines. Boloro nous accompagnera tout au long du voyage avec sa traductrice. Tous les jours, elle donnera des enseignements sur le chamanisme mongol, sa pratique et elle sera disponible pour vos questions.

Quand vous arrivez, vous allez monter votre propre yourte pour dormir, comme des mongoles nomades que vous allez être pendant ce voyage. C'est le début de votre immersion dans la culture mongole.

<i>Petit déjeuner:</i>	à l'hôtel
<i>Déjeuner:</i>	restaurant local
<i>Dîner:</i>	yourte mess démontable
<i>Durée voiture:</i>	7h
<i>Nuit:</i>	yourte démontable

Jour 3: Visite de Monastère - Village de Bulgan

Réveil au lever du soleil pour une méditation chamanique énergétique guidée par Boloro.

Ensuite, nous visitons le monastère d'Amarbayasgalant et nous assisterons à une puja, cérémonie bouddhiste. Le monastère d'Amarbayasgalant est l'un des rares survivants du «génocide culturel» de 1937. L'endroit a fait l'objet, avec l'aide de l'UNESCO, d'une grande campagne de restauration qui a eu lieu entre 1975 et 1990. La construction du monastère a demandé 300 ans et a fait preuve de nombreuses prouesses architecturales. Le style est chinois avec l'influence tibétaine. Il y a 28 temples. Le grand temple principal est à deux étages d'une superficie de 32m².

Récemment construits, il y a une immense statue de Tsonkhapa (le fondateur de la lignée des Guélugpas - bonnets jaunes) et un immense stupa au nord du monastère que nous irons visiter.

Nous partons ensuite pour la 3^{ème} grande ville de la Mongolie Erdenet. C'est une ville coquette et agréable (80000 habitants). Elle est récente puisqu'elle a été construite en 1974. Elle est célèbre pour sa fabrication de tapis en laine. Il y a aussi une des plus grande mine de cuivre à ciel ouvert. Elle représente 70% des revenus du pays. Nous irons sur un site sacré Eson Erdene d'où nous pourrons voir la mine de loin.

Après le repas de midi, nous partirons pour le camp du soir.

Boloro, nous expliquera comment fonctionnent les rituels chamanique mongols. Le soir, elle nous fera le 1^{er} rituel chamanique. Vous allez assister à une véritable cérémonie chamanique mongole durant laquelle, Boloro équipée de son habit traditionnel rentrera en transe pour contacter son esprit et faire connaissance avec lui. Vous pourrez aussi lui poser des questions.

La cérémonie chamanique durera tard dans la nuit.

Petit déjeuner:	yourte mess démontable
Déjeuner:	restaurant local
Dîner:	yourte mess démontable
Durée voiture:	4h
Nuit:	yourtes démontables



Jour 4: Parc Khognokhan, Bayangobi


Départ dans la matinée, après un repos bien mérité, pour le Bayan Gobi (désert riche). Il y a 70kms de piste suivi de 150kms de route. Nous partons en direction de la région Bayangobi, à l'ouest, où se trouve le parc Khognokhan à 250kms d'ici et dont le nom provient de la montagne sacrée qu'il abrite. Petit à petit, nous changeons complètement de paysage. Nous passons d'une nature très verte au désert rocailleux et de sable. Le Bayan Gobi est une remontée de sable du désert de Gobi qui se trouve au sud de la Mongolie.

Le paysage est superbe entre la steppe et les dunes de sable. Nous pourrions y voir des chameaux et même en fin d'après midi, nous y ferons une balade sur leur dos. On se retrouve alors en plein désert alors que la steppe n'est pas loin.

Nous dormirons ici pour profiter pleinement de ces magnifiques paysages.

Boloro vous enseignera comment jouer de la guimbarde que nous vous offrirons pour l'occasion et elle restera disponible pour répondre à vos questions.

Vous pourrez prendre une bonne douche chaude au camp de yourte du soir.

Petit déjeuner:	yourte mess démontable
Déjeuner:	restaurant local
Dîner:	camp de yourte touristique
Durée voiture:	7h
Nuit:	camp de yourte touristique

Jour 5: *Tsetserleg-Arkhangai-Tsagaan nuur-Volcan khorgo*

Dans la matinée, nous visiterons le monastère bouddhiste de Erdene Khamba, daté du XVIIème siècle, qui se trouve au pied de la montagne sacrée. Ce monastère a été construit par le grand moine Zanabazar.

Ensuite, nous partons pour le magnifique lac Tsagaan Nuur qui se trouve dans le parc national Terkhi près duquel nous dormirons ce soir. En route, nous visiterons capitale de l'Arkhangai: Tsetseleg.

Nous passerons ensuite voir le canyon de Chullut, le plus profond de la Mongolie où l'on peut voir les coulées de laves basaltiques que la rivière a creusé pour faire son lit. Non loin de là nous rendrons visite à l'arbre Mère, un arbre sacré auprès duquel se font des rituels chamaniques.

Boloro nous expliquera sa méthode de divination avec les pierres en fin d'après midi ou en soirée.

Nuit, au parc près du lac Tsagaan nuur.

Petit déjeuner:	camp de yourte touristique
Déjeuner:	restaurant local
Dîner:	yourte mess démontable
Durée voiture:	7h
Nuit:	yourtes démontables



Jour 6: Terkhiin Tsagaan nuur - Volcan Khorgo


Après le petit déjeuner, nous partirons pour visiter le volcan Khorgo qui culmine à 2240m. Au sommet du volcan Khorgo, qui témoigne de l'ancienne activité volcanique de la région, nous pouvons voir le magnifique lac Terkhi Tsagaan Nuur en entier. D'ailleurs, pour la petite histoire, c'est grâce aux coulées de lave des volcans de la région qui ont bloqué le passage de la rivière Chuluut qu'est né ce grand lac.

Nous irons voir également les petites grottes qui se sont formées dans la lave de volcans et nous ferons ensuite une petite balade au bord du lac et nous visiterons le petit village Tariat.

En revenant au camp, nous irons visiter d'abord le village de Tariat puis les familles nomades voisines.

Pendant ce temps, Boloro préparera la 2ème cérémonie chamanique qui durera également tard dans la nuit.

Petit déjeuner: yourte mess démontable

Déjeuner: pique-nique

Dîner: yourte mess démontable

Durée voiture: 1h

Nuit: yourtes démontables



Jour 7: *Source Chaudes de Tsenkher*

Départ en direction de la source d'eau chaude de Tsenkher que nous atteindrons en fin d'après midi et qui est une des sources les plus connues de la Mongolie. L'eau chaude est naturellement à 70°C, et est également sulfurée et sodique. Elle est préconisée pour les traitements externes des rhumatismes et pour les affections des voies respiratoires. Nous dormirons dans un camp de yourtes touristique et il sera possible de prendre un bain dans les thermes.

Boloro répondra à vos questions sur la cérémonie de la veille.

Pratique de la guimbarde.

Petit déjeuner:	yourte mess démontable
Déjeuner:	restaurant local
Dîner:	au camp de yourte touristique
Durée voiture:	4h
Nuit:	au camp de yourte touristique

Jour 8: *Vallée de l'Orkhon*

Nous partons pour rejoindre la célèbre vallée de l'Orkhon. On arrive dans l'après midi à la vallée de l'Orkhon où nous allons rester 3 nuits.

La Vallée de l'Orkhon est un des plus beaux endroits de la Mongolie. Au niveau de la végétation, c'est très riche, il y a beaucoup d'herbes, grâce à la terre volcanique. C'est pourquoi il y a beaucoup de familles nomades qui passent l'été dans cette vallée et où l'on retrouve de très nombreux troupeaux (moutons, chèvres, yacks, chevaux).

Dans la journée, Boloro mettra en place un cercle de protection pour pouvoir jouer du tambour en toute sécurité. Vous pourrez jouer, un par un, dans le cercle de protection avec le tambour que vous prêtera Boloro. Ce tambour a été fabriqué spécialement par Boloro pour l'occasion.

Le soir nous mangerons le repas traditionnel mongol : Khorkhog, préparé par la famille où l'on loge.

Petit déjeuner:	camp de yourte touristique
Déjeuner:	pique-nique
Dîner:	chez famille nomade
Durée voiture:	5h
Nuit:	chez famille nomade

Jour 9: Vallée de l'Orkhon

Réveil au lever du soleil pour une méditation chamanique énergétique guidée par Boloro. Pratique de la guimbarde selon les enseignements donnés précédemment.

Dans la matinée nous visiterons la chute de l'Orkhon à pied dans la vallée. Il y a 2 chutes. Nous verrons la plus grande et la plus importante. Les chutes de l'Orkhon se sont formées il y a 20 000 ans dans cette région volcanique. Sa chute est de 16 mètres de haut et de 5 mètres de large.

Pendant ce temps, Boloro préparera la 3ème cérémonie chamanique qui aura lieu en fin d'après midi et où l'on pourra poser aussi des questions.

Petit déjeuner:	yourte mess démontable
Déjeuner:	pique-nique
Dîner:	chez famille nomade
Durée voiture:	3h
Nuit:	chez famille nomade



Jour 10: Vallée de l'Orkhon fin

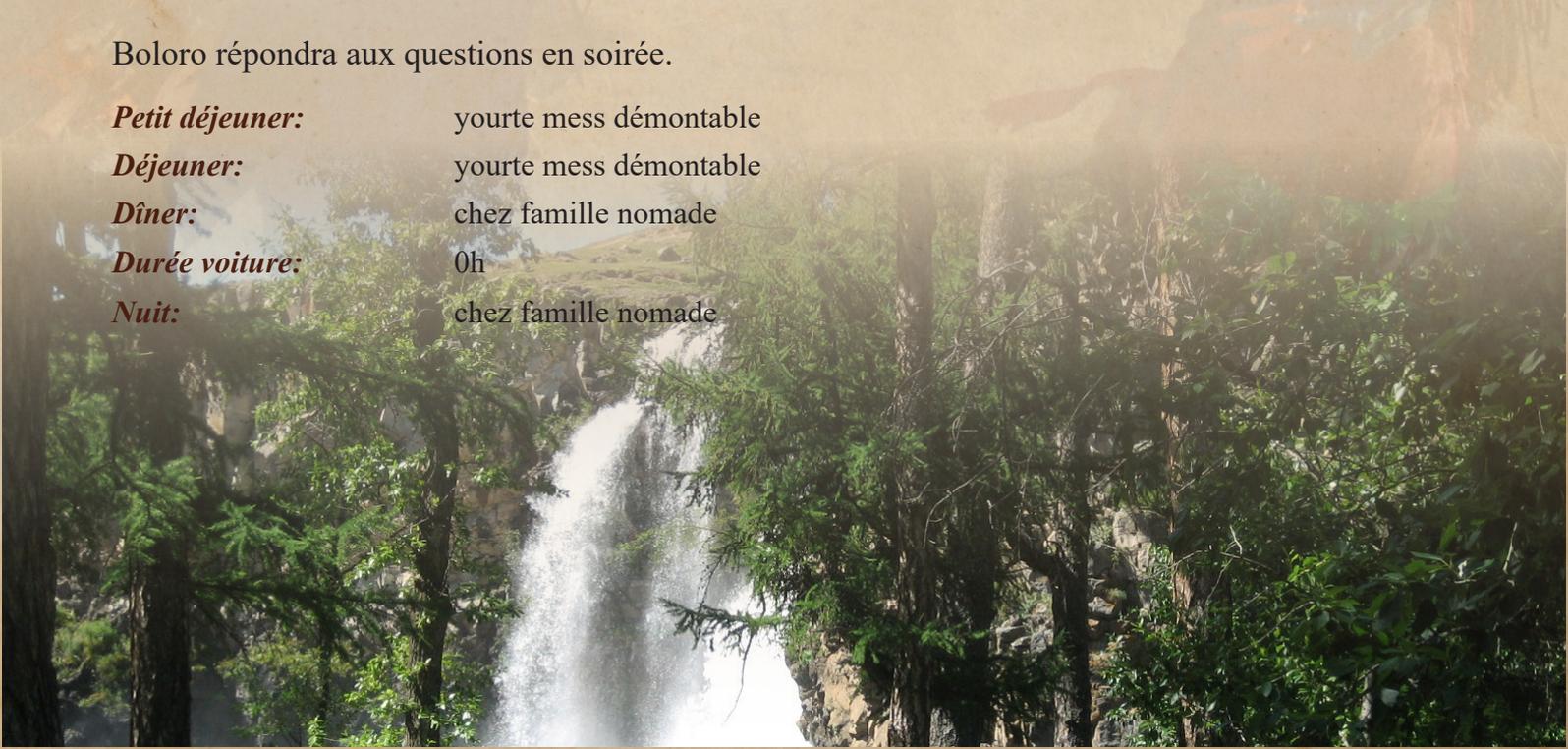
Comme la cérémonie de la veille a fini tard, aujourd'hui, nous restons tranquilles au camp pour se reposer.

Pour ceux qui veulent, vous pourrez continuer à partager la vie de nos hôtes et les suivre dans leurs travaux quotidiens d'éleveurs: Traite, Fabrication du fromage, gardiennage des animaux ...etc ou pratiquer la guimbarde.

Pour ceux qui préfèrent, possibilité d'aller visiter les familles nomades. Ce sera alors, l'occasion pour eux de découvrir vraiment la vie et les occupations des nomades auxquelles ils pourront participer s'ils le souhaitent.

Boloro répondra aux questions en soirée.

Petit déjeuner:	yourte mess démontable
Déjeuner:	yourte mess démontable
Dîner:	chez famille nomade
Durée voiture:	0h
Nuit:	chez famille nomade



Jour 11:
Kharakhorum-Monastère Erdene Zuu


Réveil au lever du soleil pour une méditation chamanique énergétique guidée par Boloro.

Pendant le trajet, vous aurez l'occasion de vous entraîner à la guimbarde.

En fin de matinée nous allons arriver au village de Kharakhorum où l'ancienne capitale Karakorum de la Mongolie était bâtie. On y trouve également le plus important et le plus ancien monastère Gélugpas (bonnets jaunes) : Erdenezuu construit en 1585 que nous visiterons. Le monastère est entouré d'un mur d'enceinte comprenant 108 Stupas. C'est le premier monastère bouddhiste érigé en Mongolie. Il est composé de plusieurs temples à l'architecture chinoise devenus des musées et au fond, il y en a un, à l'architecture tibétaine, qui lui, est bien vivant et dans lequel nous assisterons peut être à une cérémonie bouddhiste.

Nous irons ensuite voir les tortues du XIIème et XIXème siècle. Nous nous rendrons également au centre des grands Khans (Empereur) de la Mongolie, situé en surplomb du village.

Nous camperons dans un beau camp de yourte touristique juste à côté du monastère Erdene Zuu.

<i>Petit déjeuner:</i>	yourte mess démontable
<i>Déjeuner:</i>	pique-nique
<i>Dîner:</i>	camp de yourte touristique
<i>Durée voiture:</i>	4h
<i>Nuit:</i>	camp de yourte touristique

Jour 12: *Retour chez Boloroo*

Réveil au lever du soleil pour une méditation chamanique énergétique guidée par Boloro. Pratique de la guimbarde.

Le matin, nous prenons la direction de la yourte de Boloro afin de faire une dernière cérémonie d'adieu à l'esprit qui nous a accompagnés pendant le voyage.

Mais auparavant, Boloro «donnera la vie» à votre tambour si vous le souhaitez en l'associant à un esprit.

La cérémonie va durer tard dans la nuit. Pour l'occasion, Boloro sera assisté par un second chamane du nom de Hosoo (son cousin).

Si besoin, pendant la cérémonie, Boloro fera un nettoyage énergétique de façon à ce que vous ne reveniez pas en France avec des entités négatives que vous auriez pu «attraper» en Mongolie.

Si vous le souhaitez vous pourrez dormir dans la tente de chamanisme de Boloro afin d'augmenter votre énergie ou bien monter votre yourte.

<i>Petit déjeuner:</i>	camp de yourte touristique
<i>Déjeuner:</i>	restaurant local
<i>Dîner:</i>	chez Boloro
<i>Durée voiture:</i>	5h
<i>Nuit:</i>	yourtes démontables

Jour 13: *Oulanbator*

Retour à Oulanbator dans la journée pour les visites et les achats souvenirs pour ceux qui veulent.

Dîner Libre avec toute l'équipe.

<i>Petit déjeuner:</i>	yourtes démontables
<i>Déjeuner:</i>	libre à Oulanbator
<i>Dîner:</i>	libre à Oulanbator
<i>Durée voiture:</i>	2-3h
<i>Nuit:</i>	à l'hôtel

Jour 14: *Retour en France*

Transfert à l'aéroport pour votre retour en France.

<i>Petit déjeuner:</i>	à l'hôtel
------------------------	-----------



INEL
Voyage en Mongolie



www.inel-voyage-mongolie.com