



# Jordanie

## Bien-être en Jordanie

Désert et sources chaudes : détente du corps et de l'esprit

Un circuit, deux merveilles : Pétra, Nouvelle Merveille du Monde, et la Mer Morte, bientôt peut-être Merveille de la Nature. Avant la détente sous les sources chaudes de Ma'In, et le bain dans la Mer Morte, vous découvrirez en petite randonnée les monuments de grès de Pétra, et les vallées colorées du Wadi Rum. Un itinéraire pour profiter de la beauté des paysages et des bienfaits de la nature. Tout au naturel !

8 jours / 7 nuits

Thèmes : bien-être, nature, petite randonnée

- Vous apprécierez
- Découverte de la merveille du monde : Pétra
  - Escapade dans le Wadi Rum
  - Détente à la Mer Morte
  - Un moment pour soi aux sources chaudes de Ma'In

# Je pars, tu pars, nous partons...

## ITINERAIRE

### Jour 1 – Arrivée à Amman

📍 Transfert Aéroport-Pétra : 3h

Accueillis à l'aéroport d'Amman ou d'Aqaba par notre équipe locale, vous partirez directement pour Pétra.

Nuit en camp bédouin ou en campement accueillis par une famille bédouine sur le site de Pétra (en fonction de la saison).

### Jours 2 à 3 – Pétra

📍 Temps de marche par jour : 6h - Dénivelé : +/- 200m

Commence alors la découverte de celle que l'on appelle encore la cité perdue « Pétra », site grandiose : le Siq qui vous emmènera jusqu'au Khazneh dit le Trésor, le Monastère ou le Haut Lieu de sacrifice de la Madbah... D'une civilisation peu connue qui a sculptée son histoire dans la roche de Pétra. Un programme à 360 degrés aux mille et une couleurs, et émotions...

Nuit (jour 2) en camp bédouin ou en campement accueillis par une famille bédouine sur le site de Pétra (en fonction de la saison).

Nuit (jour 3) à l'hôtel.

\* Bain turc + gommage

*« Profitez des vapeurs du bain turc, pour délasser vos muscles, et d'un gommage au gant spécial, pour libérer les impuretés de la peau. »*

### Jour 4 – Wadi Rum

📍 Transfert : 2h - Temps de marche : 5h -

Pas ou peu de dénivelé

De bon matin, vous partirez pour de nouvelles aventures : le Wadi Rum. Là, vous retrouverez l'équipe de bédouins qui vous accompagnera. Réserve naturelle, ce petit désert vous offrira une diversité de paysages et de couleurs que vous n'auriez imaginé. Passant du sable rouge au sable blanc, de reliefs de grès à des cônes de basalte, vous marcherez au gré de vos pensées, de vos rires et de votre émerveillement.

Nuit sous les étoiles.

### Jour 5 – Route des Rois

📍 Transfert : 5 h - Temps de visite : 3 h

Après vos derniers instants de désert, vous prendrez la Route des Rois, vers le nord, route historique : biblique, nabatéenne, romaine, croisée ou ottomane... Citadelle de Shawbak, ou de Kerak, mosaïques d'Um Rassas et de Madaba, vues vertigineuses sur le Wadi Dana, le Wadi al-Hasa ou le Wadi Mujib. Richesses culturelles et naturelles pour cette journée.

Nuit à l'hôtel.

### Jours 6 à 7 – Ma'in : sources chaudes et Mer Morte

📍 Journées libres

Et maintenant place à la détente... Entre sources chaudes de Ma'in, spa, et Mer Morte vous ne pourrez que savourer des moments de relaxation et de bien-être. A vous de choisir la formule. La nature vous offre ses bienfaits le temps d'une pause pour prendre soin de soi, de son esprit et de son corps.

Nuits à l'hôtel.

\* Soins et détente  
(prestation en option\*)

### Jour 8 – Ma'in - Retour

📍 Transfert Ma'in-Aéroport : 1h20

En fonction de votre vol retour, vous rejoindrez l'aéroport d'Amman.

## Niveau

### 🔪 FACILE

L'itinéraire que vous allez suivre ne présente pas de difficultés particulières. Néanmoins, une habitude de la marche vous aidera à profiter pleinement du circuit notamment du site de Pétra. En outre, sur les mois de mai à août, la chaleur est un élément à ne pas négliger.

Temps de marche : 5 h sur 3 jours (Les temps de marche par jour apparaissent sur votre itinéraire)  
Dénivelé : +/- 200m

## Quand partir ?

Ce circuit peut être effectué tout au long de l'année.

## PRESTATIONS

### Transport

Durant votre circuit, les transferts s'effectueront en bus, mini-bus ou voiture (suivant le nombre de personnes dans le groupe) avec chauffeur.

Dans le désert, vos bagages seront transportés en 4x4.

### Les randonnées

#### 🔪 Niveau : FACILE

Des randonnées pour s'aérer le corps et l'esprit, sur des sites grandioses qui feront place à l'émotion, la quiétude, l'harmonie avant de terminer cette détente aux sources chaudes de Ma'in.

### Hébergement

Afin d'être plus proche de la vie locale, nous privilégions les hébergements locaux à caractère familial ou éco-responsables quand ceci est possible. Néanmoins, nous ne délaissions ni le confort ni la propreté des lieux. Votre itinéraire prévoit :

- 1 nuit en hôtel 3\* (Pétra)
- 2 nuits en camp bédouin ou en bivouac (Pétra - selon la saison)
- 1 nuit en bivouac (tentes type igloo pour 2 personnes et matelas fournis)
- 3 nuits en hôtel 5\*

🔪 L'hôtel des sources chaudes de Ma'in - Evason Six Sences Spa - est un hôtel éco-responsable situé dans la vallée de Ma'in, vallée qui se jettent quelques centaines de mètre plus bas dans la Mer Morte. Intégré à cet environnement naturel exceptionnel, il s'engage égelement dans cette démarche par l'application de la taxe carbone. Fait avec les matériaux de la vallée, il vous ouvre les portes des sources chaudes et de leur bienfaits ainsi que celles d'un spa et de ses soins naturels.

### Restauration

Vous découvrirez ainsi les plats typiquement jordaniens et moyen-orientaux ainsi que les habitudes alimentaires des jordaniens.

Une belle journée débute avec un copieux petit-déjeuner.

En Jordanie, le déjeuner est souvent composé de mezzes (petites entrées), de salades diverses... le repas principal étant celui du soir, lorsque la température décline. C'est l'occasion de passer un bon moment autour d'un repas chaud et typique.

Les repas que nous vous proposons sont autant que possible variés et équilibrés. Pendant les randonnées, les déjeuners seront sous forme de piques-niques.

Nous vous conseillons de boire de l'eau minérale lors de votre circuit.

# VOTRE FORMULE

## Formule « Libre comme... »



A partir de cette idée de circuit, La formule « Libre comme... » vous laisse le choix de personnaliser l'itinéraire et ses prestations (hébergement, extensions, activités...). Pour cela, il vous suffit de nous contacter.

### Encadrement

Dans les réserves naturelles, un guide local spécialisé vous encadrera sur les itinéraires prévus afin d'assurer votre sécurité.

A Pétra, certains itinéraires pourront être assurés par un guide local.

Dans le désert du Wadi Rum, une équipe locale vous initiera aux secrets de la vie bédouine.

Outre, vous offrir rencontres et moments inoubliables, ils sont sensibilisés à notre esprit de voyages et s'engagent dans une démarche plus responsable du voyage.

### Tarif

Une idée de tarif vous est donné sur la fiche tarifaire du circuit pour la formule Libre comme... Sur la base de l'itinéraire présenté ci-dessus. Ils sont donnés à titre indicatifs et peuvent évoluer en fonction de la saison, de l'inflation, du cours de la monnaie... N'hésitez pas à nous demander votre devis !

## Mention spéciale « Bien-être »



Parce que prendre soin de soi est aussi important que de découvrir de nouveaux horizons, nous avons créé les « Voyages pour Soi » regroupés sous la mention « Bien-être », en vous proposant des séjours dédiés à détente du corps et de l'esprit.

Ces circuits s'adressent à tous ceux qui veulent profiter d'un voyage pour découvrir, randonner et se relaxer : découvertes culturelles, marches qui vous aèrent l'esprit, et soins traditionnels ou naturels.

Pour en savoir plus, n'hésitez pas à nous contacter.

### *A noter :*

#### Le bain turc

En Jordanie, la tradition du hammam n'existe pas. Ici, c'est l'idée du bain turc qui s'est installée lors de la présence des Ottomans dans le pays. Il fonctionne néanmoins sur le même principe : les vapeurs d'eau chaude, à chaque pièce sa température. Après en avoir profiter, gant de crin éliminera les impuretés, et un massage vous délassera.

#### Les soins naturels

Nous avons choisi de vous laissez libre de préférer vos soins naturels, selon vos envies, vos besoins et aussi votre budget.

### Tarif

\* Les soins naturels au Evason Six Senses Spa sont en sus (à voir directement sur place avec l'hôtel, ou demandez-nous la liste des soins).

## INFORMATIONS VOLS INTERNATIONAUX

### Pour les circuits accompagnés, ou dans le cas où vous nous avez confié la réservation de vos billets d'avion !

Les vols aller et retour sont effectués au départ de Paris, par la compagnie Middle Eas Airlines / Royal Jordanian / Air France ou équivalent.

Vos billets vous seront envoyés par mail, par la Poste ou remis en mains propres avant votre départ.

### Au départ de Paris :

Les informations concernant l'heure de présentation à l'enregistrement, les heures de départ et d'arrivée du vol, les numéros de vols, et le terminal de départ vous seront communiquées avec les billets d'avion.

A noter : Dans certains cas, nous pouvons vous proposer des départs de provinces : demandez-nous.

### A l'arrivée à Amman :

Notre correspondant local, dont vous aurez le nom et coordonnées, vous attendra à l'arrivée de votre vol. Nous serons représentés par une pancarte notifiant le nom complet de l'agence «Un p'tit voyage - Caravanserais».

Notre correspondant vous indiquera la marche à suivre pour l'obtention de votre visa.

### Au départ d'Amman :

Vous serez accompagnés jusqu'au terminal de départ de votre vol.

Une fois à l'aéroport, il vous suffira de vous présenter au comptoir d'enregistrement munis de vos billets et passeport.

Attention : En cas d'escale, assurez-vous d'être enregistrés jusqu'à votre destination finale !

La confirmation de vos billets sera assurée par notre agence locale.

# LES PETITS SACS DANS LE GRAND !

## BAGAGES

- ✓ 1 sac à dos d'environ 30L pour les visites et randonnées
- ✓ 1 sac (en toile de préférence pour faciliter le portage lors des bivouacs)

Attention : le poids est limité à 15 kg ou 20 kg fonction des compagnies aériennes empruntées. N'oubliez pas de vous renseigner en cas de doute.

## VETEMENTS

### En toute saison

- Pantalons légers
- Pantacourts - Shorts
- T-shirts en coton ou matière respirante
- Chemises à manche longue coton léger
- Polaire
- Coupe vent imperméable
- Chapeau, casquette, foulard
- Maillot de bain
- Chaussures de marche confortables

### Pour l'hiver

- Chaussettes chaudes
- Pantalon type K-way
- Anorak
- Polaire
- Bonnet
- Gants
- Echarpe

## SANTE

### Pharmacie

- Aspirine ou paracétamol
- Anti-diarrhéique
- Anti-vomitif
- Laxatif
- Pastilles contre les maux de gorges
- Crème antiseptique
- Anti-moustiques
- Crème pour piqûre d'insectes

- Crème solaire +30-50
- Ordonnances et traitement médicamenteux si vous y êtes soumis

### Articles de toilette

- Savon
- Savon sans eau
- Shampoing (préférez les biodégradables)

Dans un souci de préservation de l'environnement, limitez l'utilisation des lingettes au strict minimum. N'oublions pas que tous les pays n'ont pas la même avancée en matière de traitement des déchets, et que cette invention certes bien utile ne brûle pas et ne se recycle pas.

## MATERIEL

- Lampe frontale
- Couteau de poche (à mettre en soute)
- Gourde de 1 litre minimum
- Serviette de toilette micro-fibres (gain de place)
- Papier toilette
- Briquet ou allumettes
- Nécessaire de couture
- Poches plastique type congélation (protection du sable, déchets)

- Sac à viande
- Sac de couchage (confort autour de -5-0° en hiver et autour de 5-10° en été). Lors des nuits à la belle étoile mieux vaut avoir chaud que froid.

### Soleil

- Lunettes de soleil couvrante et de bonne protection contre les UV. La réverbération peut être très forte.

*Bon voyage !*