

# LE PANAMA



## **Circuit « Cocktail Panaméen »** 9 jours / 7 nuits

### UN CIRCUIT COMPLET POUR DECOUVRIR TOUTES LES RICHESSES DU PANAMA

- Les territoires indiens, Ethnies et communautés.
  - Le Canal du Panama
- L'histoire coloniale, la piraterie et les conquêtes.
  - La nature tropicale – faune et flore
  - La ville de Panamá, Capitale contrastée
  - L'artisanat et le Folklore traditionnel
- Fin de séjour balnéaire en formule « tout inclus » pour finir par un moment de détente.

## TARIFS ET CONDITIONS

DESTINATION	LE PANAMA
TYPE DE VOYAGE	9 jours - 7 nuits - <u>Départ de PARIS ou PROVINCE sur demande</u>
PERIODE	Décembre à Mai
PRIX FORFAITAIRE par personne	A partir de ..... <b>1.830 €* (*Base 40 participants)</b>

### CE PRIX COMPREND :

- Les vols Paris / Panama / Paris avec Air France
- Les 7 nuits d'hôtel selon programme dans les hôtels mentionnés ou similaires (base chambre double) :
- Panama City 5 nuits Country Dorado \*\*\* ou Country Amador \*\*\* Sup.
- Playa Blanca 2 nuits Playa Blanca Resort\*\*\* ou Sheraton Bijao \*\*\*\*
- L'accueil francophone le jour d'arrivée.
- L'accompagnement d'un guide parlant français du jour 2 au jour 6 inclus.
- La pension complète du diner du jour 1 au déjeuner du jour 8 inclus.
- Formule balnéaire « tout inclus » à Playa Blanca.
- Les excursions, visites et entrées aux parcs nationaux figurant dans le programme.
- Les transferts en véhicule privé (frais de chauffeur inclus) et bateau.
- Les taxes d'aéroport, à ce jour 398 €
- Un carnet de voyage complet avec guide et étiquettes
- L'assistance de notre représentant local

### CE PRIX NE COMPREND PAS :

- Les boissons
- La taxe d'aéroport au départ du Panamá (US\$40, à régler sur place).
- Les assurances Multirisques Confort : assistance, rapatriement, bagages et annulation

Nos prix ont été calculés suivant les dates et les conditions économiques connues au 27/11/2013. Ils sont susceptibles de varier en fonction des fluctuations monétaires internationales, des hausses du coût du baril de pétrole et des changements dans la tarification aérienne. **1\$ = 0.76€**

	<b>VOLS AIR FRANCE</b> AF 474 – CDG PTY – 13h30 18h30 AF 475 – PTY CDG – 22h00 14h20 +1 <i>Horaires communiqués à titre indicatif</i>	
---	--	---

**FORMALITÉS pour les ressortissants français :**  
**Passport doit être encore valide 6 mois après la date de retour**

## LE PANAMA

9 J / 7 N



Des forêts brumeuses aux plages des Caraïbes, le Panama regorge de merveilles naturelles.

En l'espace de quelques heures, vous pourrez explorer des jungles denses et vous reposer sur les plages ensoleillées. Cependant, la plus grande merveille de la nature du Panama est l'incroyable richesse et la variété de la faune. Avec la gamme complète de la faune néotropicale, y compris 900 espèces d'oiseaux, le Panama est un rêve de naturaliste. Il n'est pas difficile d'expliquer pourquoi le Panama est considéré comme l'un des meilleurs pays d'Amérique centrale pour les destinations de plein air.

Sur la terre ferme vous pouvez explorer les forêts tropicales, monter au sommet des volcans éteints ou faire une randonnée dans la jungle. Dans l'eau, vous pouvez nager dans les vagues et plonger entre les requins marteau.



## 1<sup>er</sup> jour : PARIS / PANAMA CITY

Formalités d'embarquement



*Envol pour PANAMA CITY sur vol régulier AIR FRANCE  
(Toutes prestations à bord)*

Accueil personnalisé par votre guide accompagnateur à l'aéroport international Tocumen à Panama City

Transfert et installation à l'hôtel.

DINER BOX remis dans la chambre et nuit à l'hôtel.

## 2<sup>ème</sup> jour : PANAMA CITY

**Petit déjeuner.**

La **DECOUVERTE DE CETTE CAPITALE** commence par **PANAMA LA VIEJA**, les ruines du premier emplacement de la ville. *L'occasion de se plonger dans l'histoire de la Conquista espagnole et de ses conflits avec les pirates.*



**TRAVERSEE DE LA VILLE MODERNE**, découverte du marché des fruits de mer.

La visite se poursuit dans la **PARTIE COLONIALE DE LA CAPITALE : Le Casco Viejo**, déclaré patrimoine de l'humanité.

*Balade au long des ruelles jusqu'à la place de France, hommage rendu aux français qui lancèrent la construction du canal.*

**DEJEUNER.**

Dans l'après-midi, **DECOUVERTE DES ECLUSES DE MIRAFLORES** et de son musée interactif.

Superbe **vue panoramique** des Panamax qui franchissent les portes des écluses.

Retour à l'hôtel en fin d'après-midi.

**DINER** et nuit à l'hôtel.

## 3<sup>ème</sup> jour : COMMUNAUTE INDIENNE EMBERA (environ 3h de route – 01h30 de pirogue)

**Petit déjeuner.**

Départ pour une étonnante **JOURNEE CULTURELLE SUR LES TRACES DES INDIENS EMBERAS** qui vivent au bord de la rivière Chagres.



Transfert jusqu'au bord du lac Alajuela et **REMONTÉE DE LA RIVIERE CHAGRES** jusqu'à leur village du « bout du monde » sur pilotis.

**UNE JOURNÉE POUR PARTAGER AVEC LES EMBERAS** leur connaissance de la jungle et des plantes médicinales, leur art du tatouage, leurs musiques et danses sans oublier leur très riche artisanat et leur **REPAS SIMPLE MAIS EXCELLENT** de poissons grillés et bananes plantains.

Retour à l'hôtel en fin d'après-midi.

**DINER AUX ECLUSES DE MIRAFLORES** et nuit à l'hôtel.



#### 4<sup>ème</sup> jour : **PARC DE SOBERANIA & LAC GATÚN** (Environ 02h00 de route)

**Petit déjeuner.**



Une **JOURNÉE DEDIEE A LA RENCONTRE AVEC LA FAUNE DU PANAMA**, le **PARC NATIONAL DE SOBERANIA** et la **RESERVE DE GAMBOA**.

*Une forêt tropicale luxuriante qui entoure le canal du Panamá, la rivière Chagres, et le lac Gatún.*

*Découverte du « camino del Oleoducto », projet de conservation naturel, fondation avifaune « Eisenman ».*

*Beaux sentiers au cœur d'une forêt tropicale abondante, ce site est considéré comme l'un des meilleurs pour l'observation d'oiseaux.*

**DEPUIS UNE TOUR DOMINANT LA CANOPEE, VOUS AUREZ UNE VUE PANORAMIQUE** du parc national Soberania.

**DEJEUNER PIQUE-NIQUE (box lunch) dans le parc animalier de Summit.**

Dans l'après-midi, **TOUR EN BATEAU SUR LE CANAL ET SUR LE LAC GATUN** vers les îles Mono (singe).



Une balade contrastée entre l'univers sauvage du lac avec les **SINGES** qui viennent dans les mangroves pour observer les visiteurs, les paresseux, les nombreux oiseaux et les immenses bateaux Tanker qui croisent sur le canal.

Retour à l'hôtel en fin d'après-midi.

**DINER** et nuit à l'hôtel

#### 5<sup>ème</sup> jour : **LES CARAIBES** (Environ 03h30 de route)

**Petit déjeuner.**

Départ pour **UNE JOURNÉE A LA DECOUVERTE DE LA COTE CARAÏBE**, de la culture afro-caribéenne et des repaires de pirates.

Direction **COLON** et le **PARC NATIONAL DE SAN LORENZO**, patrimoine mondial.



Pour y accéder vous devrez tout d'abord passer au travers des **ECLUSES DE GATUN**, puis du Fort Sherman, ancienne base militaire Américaine.

*Très belle forêt tropicale dense en faune et flore. La piste vous mènera aux ruines de la forteresse de San Lorenzo, site dominant l'embouchure de la rivière Chagres avec la mer Caraïbe.*

**TOUR PANORAMIQUE DE LA VILLE DE COLON**, continuation pour Portobelo.

**DEJEUNER DE SPECIALITES AFRO-CARIBEENNES.**

**DECOUVERTE DE PORTOBELO**, petit port du 17<sup>ème</sup> siècle découvert par Christophe Colomb puis protégé par 5 forts des attaques des pirates.

Route retour pour la ville de Panama en fin d'après-midi.

**DINER DE SPECIALITES** et nuit à l'hôtel.



**6<sup>ème</sup> jour : PANAMA – EL VALLE – PLAYA BLANCA** (Environ 02h30 de route)

**Petit déjeuner.**

Départ par le pont des Amériques, route vers des terres plus humides, plus luxuriantes, la **VALLEE DE ANTON**, nichée dans un cratère depuis longtemps éteint.

**DEJEUNER TRADITIONNEL.**

Découverte des beautés naturelles de ce site, **VISITE AU CENTRE ANIMALIER DEL NISPERO.**

Dans l'après-midi, installation à votre hôtel Playa Blanca Resort « **TOUT INCLUS** ».

**DINER** et nuit à l'hôtel.

**7<sup>ème</sup> jour : PLAYA BLANCA**



Journée libre pour profiter librement de ce cadre balnéaire, des infrastructures de l'hôtel et de sa formule « **TOUT INCLUS** ».

**8<sup>ème</sup> jour : PLAYA BLANCA / PANAMA CITY / PARIS** (Environ 02h00 de route)

Selon votre horaire de vol, **DEJEUNER A L'HOTEL** puis **TRANSFERT** en direction de l'aéroport de Panama City.



Assistance aux formalités et enregistrement pour le vol transatlantique.

### Dîner et nuit à bord

### 9<sup>ème</sup> jour : PARIS

Petit déjeuner à bord

Arrivée à PARIS CDG dans la matinée.



**2014 - le canal de Panama à 100 ans**

## **Pourquoi le Panama? 9 raisons de visiter le Panama**

Un compte à rebours des 9 raisons pour venir au Panama.

### **9. Le Panama est bon marché: Faites plus avec moins**

Parce que le tourisme ne fait que commencer, les prix sont encore modestes et votre argent ira un long chemin. Le Panama a été le premier pays dollarisé d'Amérique latine, ce qui permet de facilement manipuler la monnaie. Vous obtiendrez un service supérieur et personnalisé à un coût moindre. Au Panama, l'inflation a toujours été très faible et le coût de la vie est nettement inférieur aux États-Unis, au Canada et tous les pays d'Europe de l'Ouest, mais la qualité de vie y est supérieure. Après la visite du Panama, vous pourriez même vouloir rester vivre ici!



### **8. Le Panama est un pays accueillant: BIENVENUE!**

Depuis la préhistoire, le Panama a été un pays de transit. Les Panaméens ont travaillé avec des étrangers pendant des siècles. Il existe une longue tradition de services aux étrangers grâce à son carrefour international, et beaucoup de gens y parlent l'anglais comme deuxième langue. Les Panaméennes sont parmi les gens les plus sympathiques dans le monde. Ils sont connus pour leur nature calme, amusante et facile à vivre.



### **7. Le Panama possède la meilleure infrastructure: comme à la maison**

Son économie est basée sur les services, et c'est la deuxième plus grande zone de libre-échange dans le monde, avec un secteur bancaire de plus de 100 banques et de nombreuses sociétés internationales ayant leur siège en Amérique latine, au Panama. L'expansion du canal du Panama est l'un des projets les plus ambitieux, et le secteur immobilier et de l'industrie du tourisme sont en plein essor. La route et l'infrastructure routière, les hôpitaux et les soins médicaux, les télécommunications et les services aux entreprises sont excellents et comparables à ceux des États-Unis, comme indiqué dans le ARRPP du magazine Modern Maturity.



Au Panama, on peut boire l'eau du robinet et avoir internet à haut débit presque partout dans le pays. Panama est l'un des pays d'Amérique latine ayant la plus exemplaire des démocraties en terme de stabilité. Les hôtels, les restaurants et le shopping sont sur un pied d'égalité avec les États-Unis, mais les prix panaméens sont plus avantageux.

## **6. Le Panama est sûr:** oubliez la criminalité et les catastrophes naturelles

Le Panama est l'un des pays les plus sûrs en Amérique latine pour les touristes et pour les résidents. En fait, c'est l'une des destinations touristiques les plus sûres dans le monde. Pour cette raison, des dizaines de sociétés multinationales sont en train de déménager leur siège au Panama. Plus de 100 entreprises multinationales ont des bureaux au Panama, y compris: Dell, Hewlett Packard, Procter & Gamble, Coca Cola, FedEx, Continental Airlines, PriceSmart, Citibank, Exxon Mobil, Chevron Texaco, Radisson, 3M, AES, Avaya, Caterpillar, Homewatch de soins, Johns Hopkins Medicine International, Telefonica, Sumitomo, Itochu, Mitsui, Sony, Matsushita, HSBC, Cable & Wireless, Harcrow, Samsung, LG, Hyundai, Nestle, Roche, Peugeot, Western Union et Thunderbird. Demandez à tout résident étranger, et ils vous diront qu'il se sent en sécurité en vivant au Panama par rapport à d'autres pays d'Amérique centrale.



Contrairement à d'autres pays, les chauffeurs de taxi sont honnêtes et les vols de sacs à main à l'arrachée sont rares. Pas de mafia ou d'enlèvements, ni de crimes liés à la drogue. Mais cela ne signifie pas que vous devez être inconscient: prenez soin de vos effets personnels et ne soyez pas négligent avec votre sécurité. Au Panama, nous disons, "la ocasión hace el ladrón" ce qui signifie que la tentation fait le voleur.

Au Panama, vous êtes à l'abri des catastrophes naturelles. Le Panama est la seule zone où il n'y a jamais d'ouragan, et le seul pays avec aucun tremblement de terre destructeur qui, malheureusement, ont frappé nos voisins.

## **5. L'histoire du Panama est vivante:** l'histoire du pays est tout autour de VOUS

Au Panama, l'histoire ne se limite pas aux musées. Elle est tout autour de vous. Lors d'une promenade dans les rues pavées de Casco Antiguo, ou en passant à côté des cathédrales du dix-septième siècle. Dans les majestueuses ruines des vieux forts espagnols assiégés par des pirates anglais. Dans la culture fière, dynamique de nos sept tribus amérindiennes autochtones indépendantes. Dans les forêts tropicales luxuriantes, pratiquement inchangées depuis la nuit des temps. Dans la merveille de l'ingénierie qui est le canal du Panama. Et sur le plan culturel et culinaire, l'héritage laissé par ceux qui sont venus pour le construire.



## 4. Découvrez la faune de près: l'observation de la nature

Venez nez à nez avec un singe tamarin à nuque rouge ou un toucan. Au Panama, vous ferez l'expérience de la nature de près. Au Panama, les forêts tropicales humides sont parmi les plus riches, et c'est l'un des plus complexes écosystème de la planète. Sans surprise, le Panama abrite le plus grand nombre d'espèces animales dans le monde. Il comprend 954 espèces d'oiseaux et plus de 1500 sortes de papillons. Un nombre étonnant de mammifères et de reptiles. Tout ce qui fait du Panama un éco-paradis pour vous. Passez la nuit dans un chalet dans les arbres au coeur de la forêt tropicale. Découvrez un **Quetzal resplendissant** dans les hautes plaines de Chiriqui. Découvrez la nature du Parque Nacional Darién avec un guide, et peut-être vous apercevrez un jaguar. Ou cherchez des trésors le long du littoral préservé.



## 3. Un paradis entre deux océans: une large sélection d'îles et de plages

Le Panama offre un choix alléchant: explorez deux beaux océans. Irez-vous nager dans les eaux bleues du Pacifique? Ou, dans l'eau turquoise des Caraïbes? Où que vous alliez au Panama, vous n'êtes jamais loin de l'eau. Ou d'une nouvelle aventure. Découvrez nos côtes tropicales, avec leurs douces brises et interminables étendues de sable blanc ou de sable volcanique, parfaites pour les bains de soleil. Isolez-vous dans un banc de corail. Ou découvrez le monde de nos trois archipels: Las Perlas, Bocas del Toro et Kuna Yala. Allez faire de la plongée sous-marine, tuba, surf, pêche en haute mer, **rafting**, kayak et bien plus encore. Et quand le soleil se couche, détendez-vous autour d'un délicieux dîner panaméen. Ou testez notre gamme impressionnante de cuisine internationale.



## 2. Ecotourisme & Aventure: la quête des activités passionnantes et uniques

Le Panama est le lien naturel qui unit les Amériques, et en raison de sa position géographique exceptionnelle, il possède la faune la plus diversifiée en Amérique centrale. La flore et la faune d'Amérique du Nord et du Sud ont évolué au fil du temps et ont migré jusqu'au Panama (en abondance), entraînant une énorme bio-diversité.

Près de 1/3 est couvert par les parcs nationaux. Il y a dit-on, plus de 10000 variétés de plantes et 1500 espèces d'arbres, et plus de 1.000 espèces d'oiseaux. C'est plus que ce qui peut être trouvé en Amérique du Nord et en Europe réunis, et cela comprend certaines espèces les plus rares sur terre. Il existe également 220 mammifères et 354 sortes de reptiles et d'amphibiens.



Il y a un dicton qui dit qu'au Costa Rica, il y a près de 20 touristes qui se penchent sur un oiseau, alors qu'au Panama il y a 20 oiseaux pour un touriste. Il y a beaucoup de vérité à cela.

Au Panama, vous pouvez faire des randonnées, de la tyrolienne dans la forêt des nuages, vous détendre dans des sources thermales chaudes, du rafting dans les rivières de classe IV-V, de l'escalade sur les parois naturelles, des tours de café, visiter les communautés autochtones, et faire du canyoning et du rappel, de la plongée sous-marine ou du surf et beaucoup plus.



Le Panama n'a pas un, mais 7 groupes autochtones différents. Chacun d'eux a conservé son propre mode de vie. Beaucoup vivent dans des endroits accessibles et sont heureux de partager leur vie et leur culture avec les visiteurs.

## 1. Le Panama est un pays joyeux: venez et soyez heureux!

Le Panama est parmi les 5 pays les plus heureux, selon une étude publiée pour mesurer le bonheur du peuple et leur impact sur l'environnement. Le Vanuatu, la Colombie, le Costa Rica, la République Dominicaine et le Panama, complètent le top cinq dans le [Happy Planet Index](#), compilé par le groupe d'étude britannique New Economics Foundation (NEF). Pour comparer, les États-Unis se trouvent au 150ème rang, et le Royaume-Uni au 108ème!



The Happy Planet Index combine la satisfaction de la vie, l'espérance de vie et l'environnement. Il mesure la quantité de terres nécessaires au maintien de la population et pour absorber sa consommation d'énergie, ou en d'autres termes, il représente l'efficacité avec laquelle les pays convertissent les ressources limitées de la terre en bien-être pour ses citoyens.

## QUELLE EST LA MEILLEURE SAISON POUR VISITER LE PANAMA ?

Au Panama, on distingue deux saisons : la saison sèche s'étend de janvier à avril et la saison des pluies, dite « saison verte », de mai à décembre (avec une diminution des précipitations de juillet à septembre).

**Saison sèche** : La période sèche est synonyme de soleil et de plage, certes, mais aussi de haute fréquentation touristique : les Panaméens, ainsi que les Nord-Américains sont les premiers voyageurs dans ce tout petit pays. Il est donc parfois préférable d'éviter ces pics d'affluence, à savoir décembre-janvier et en avril, la Semaine Sainte. A ces périodes, les destinations touristiques -et principalement la cote pacifique- sont prises d'assaut. Les hôtels et restaurants affichent complet, les plages et réserves naturelles sont bondées ... Par ailleurs les prix connaissent une forte augmentation, et les hôtels fonctionnent sur le système du "paquet touristique", un forfait d'un nombre minimum (et incompressible) de nuits, le tarif de chaque nuit est supérieur au tarif moyen le reste de l'année.

**Saison des pluies** : en revanche, pendant les pluies, vous serez moins nombreux à parcourir les sentiers des nombreux parcs naturels, et c'est également à cette période de l'année que vous pourrez assister à la ponte des tortues luth dans les Caraïbes,

observer le Quetzal dans les forêts nuageuses ou encore apercevoir les baleines à bosse en migration dans l'océan Pacifique... A noter que les pluies durent rarement toute la journée : les matinées sont généralement ensoleillées et de grosses averses (2 à 3 heures) se produisent en milieu d'après-midi, avant le retour du soleil. Il pleut souvent, c'est indéniable, c'est ce qui fait la biodiversité et la richesse de cette partie du monde et la plupart des voyageurs viennent découvrir au Panama une faune et une flore exubérante.

