

intermèdes
LE VOYAGE CULTUREL



Randonnée culturelle au Japon et ses sentiers légendaires

Découverte des sentiers séculaires du Japon

Du 12 octobre au 27 octobre 2026

Votre voyage en quelques mots

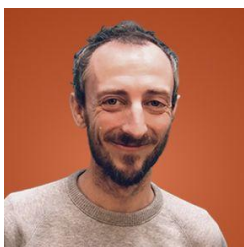
« Mieux vaut voyager plein d'espoir que d'arriver au but ». Ce proverbe japonais résume ce que nous allons partager. Découvrir un Japon mystérieux, au gré de pérégrinations, vous menant à Nara, Kyoto et Tokyo, constituera en soi une expérience, sans jamais croire qu'on connaît intimement le Japon ; car seul le chemin parcouru compte et le but n'est qu'illusion. Vous emprunterez la route historique de Nakasendo, reliant les villages préservés de Magome et Tsumago, véritable plongeon dans l'époque d'Edo. Vous découvrirez le grand sanctuaire shintoïste d'Ise-jingû, cœur spirituel du Japon. Puis, sur le chemin de pèlerinage du Kumano Kodo, inscrit au patrimoine mondial de l'UNESCO, vous suivrez des sentiers séculaires où nature et spiritualité s'entrelacent. Randonner au Japon, c'est vivre une expérience tant physique que spirituelle.

Niveau de randonnée soutenu : les randonnées sur chemin, piste ou sentier n'excèdent généralement pas 4 heures de marche et 350 mètres de dénivelé positif environ. Certaines journées peuvent s'effectuer sous forme de promenade urbaine. La fréquence des marches et la nature du terrain exigent une pratique assidue de la randonnée et une condition physique appropriée.

Les points forts

- un petit groupe de 8 à 18 participants
- une randonnée sur la route historique de Nakasendo de Magome à Tsumago
- le grand sanctuaire shintoïste d'Ise-jingû
- le chemin de pèlerinage du Kumano Kodo inscrit au patrimoine mondial de l'UNESCO
- le site sacré du mont Koya et nuitée dans un monastère
- une promenade dans les champs de thé d'Uji
- l'accompagnement par un conférencier-randonneur spécialiste de la région.

Votre guide culturel Sentiers des Arts



Guillaume Loiret

Son premier voyage au Japon remonte à l'an 2000... et depuis, Guillaume s'y est rendu une cinquantaine de fois. Tokyo, avant tout, en tant que reporter pour la presse sur des sujets gastronomiques. La rédaction d'un grand guide touristique l'a ensuite amené à visiter les extrêmes de l'Archipel, du volcan Sakurajima sur l'île de Kyushu, au parc naturel de Shiretoko, voisin des côtes russes, tout en regardant de près l'évolution sociale de l'archipel. Ainsi, le Japon de Guillaume, c'est un pays d'hier et d'aujourd'hui, qu'il raconte en détails et anecdotes.

C'est depuis le Japon qu'il est parti découvrir l'Asie du Sud-Est. Le Vietnam pour commencer, arpentant ses grandes villes (l'ancienne capitale Hué, Saigon la coloniale, et l'immense capitale Hanoï) et remontant le Mékong jusqu'à Phnom Penh, pour collaborer avec le journal Cambodge Soir. Dans la région, il saura vous faire partager sa passion pour les influences indiennes et chinoises, la période coloniale, et les incroyables vestiges de l'empire Khmer à Angkor. De Sihanoukville à Vientiane, Guillaume vous racontera aussi les subtiles nuances du bouddhisme régional, et la richesse des gastronomies.

L'identité et la qualité du conférencier ne sont pas éléments essentiels de nos contrats. En cas d'empêchement de dernière minute, d'impossibilité de calendrier ou de toute autre cas de force majeure, INTERMEDES se réserve le droit de modifier le nom des conférenciers. Ces changements ne font l'objet d'aucune condition particulière d'annulation.



Votre itinéraire

Journée 1

Paris / Tokyo

Envol pour **Tokyo** sur compagnie régulière.

Nuit en vol.

Journée 2

Arrivée à Tokyo, le parc Kôkyo Higashi Gyoen et le quartier d'Asakusa

Arrivée à Tokyo et transfert au centre-ville.

Ce matin, une promenade dans le **parc Kôkyo Higashi Gyoen** ou "jardin de l'est" nous permettra de découvrir l'un des plus riches jardins botaniques du Japon grâce aux milliers d'espèces d'arbres venues de toutes les régions du pays. Au milieu du parc se trouvent un ravissant **jardin japonais** du XVII^e siècle ainsi qu'une maison de thé.

Notre découverte se poursuivra par le **quartier d'Asakusa** où nous goûterons l'atmosphère de l'ancienne Edo et du Tokyo populaire. Théâtres, petits bars, maisons basses en bois... nous déambulerons à travers Nakamise et les rues adjacentes, jusqu'au **temple Sensô-ji** qui abrite la statue d'Asakusa Kannon, dédiée à la déesse Kannon, en passant par des portes et des échoppes. Le contraste, lorsque nous apercevrons l'**immeuble Asahi**, dont Philippe Starck a assuré le design, est fulgurant : la tradition rattrapée par la modernité.

Déjeuner au restaurant.

Installation à l'hôtel.

Nous profiterons d'un **temps libre** l'après-midi pour le repos.

Dîner libre. Nuit à Tokyo.

Temps de marche de la journée : 1 heure environ dans le parc Kôkyo Higashi Gyoen.

Journée 3

Tokyo : Ueno et le musée national, le sanctuaire Meiji Jingu et le quartier de Shibuya

La journée sera consacrée à la découverte de **Tokyo** avec en arrière-plan le cône parfait du mont Fuji. Notre découverte débutera par une promenade dans le **parc public d'Ueno**, aux allées bordées de cerisiers et qui abrite de nombreux musées et temples. Situé au cœur du parc, le **musée national de Tokyo** présente la plus grande collection d'art japonais du monde.

Déjeuner.

Nous rejoindrons ensuite le **quartier de Shinjuku** et la **mairie de Tokyo**, œuvre de l'architecte Tange Kenzo et inaugurée en 1991. Ce bâtiment de 243 mètres de hauteur avec ses deux plateformes d'observation situées au 45ème étage, nous offrira une vue imprenable, à 360°, sur la ville.

Nous découvrirons ensuite le **jardin** et le **sanctuaire Meiji Jingu**, havre de paix dans le tumulte de la ville. Le sanctuaire fut achevé huit ans après la mort de l'empereur Meiji, en 1920, pour faire entrer le monarque au panthéon des divinités shintoïstes. En fin de journée, nous nous promènerons dans le **quartier de Shibuya** qui, à la tombée de la nuit, scintille de ses mille néons. Shibuya est la "sakariba" (*ville où l'on sort*) de la jeunesse tokyoïte depuis 1930, période à laquelle les buildings commencèrent à sortir de terre. Ce quartier est également connu pour son célèbre carrefour qui vit au rythme de hordes de piétons se croisant sans se heurter.

Dîner libre. Nuit à Tokyo.

Temps de marche de la journée : 3 heures environ dans les parcs et le quartier de Shibuya.

Journée 4

Mont Takao, la montagne sacrée et le temple Yakuoin

(Environ 150 km)

*Ce matin, nous partons vers le fameux **Mont Takao**.*

Considérée comme une montagne sacrée, **Takaosan** fait l'objet de culte depuis plus de 1000 ans. **Yakuoin**, un temple attrayant, se dresse le long du sentier, près du sommet de la montagne, et de nombreux visiteurs s'y arrêtent pour prier les tengu, sorte d'homme-oiseau, pour leur demander bonne fortune. Chemin faisant, les statues de ces tengu nous accompagneront lors de notre marche.

Dès notre arrivée, nous prendrons le **funiculaire** (*Takaotozan Railway*) qui relie la gare de Kiyotaki à celle de Takaosan près du sommet du Mont Takao.

Près de la station supérieure du téléphérique se trouve une plate-forme d'observation d'où nous pourrions admirer Tokyo, tandis que le sommet offre une vue sur le mont Fuji par temps clair.

Un petit chemin nous conduira au **temple Yakuoin** (*20 minutes à pied depuis le sommet du funiculaire*).

Déjeuner vegan au temple (sous réserve de disponibilité à cause d'une forte demande). En cas d'indisponibilité, nous visiterons uniquement le temple et nous dégusterons un "bento" acheté préalablement avant le départ.

Cet après-midi, nous poursuivrons notre marche jusqu'au sommet du **mont Takao** via le sentier numéro 1 (*Omotesando Trail*). Le sentier traverse une forêt luxuriante peuplée de nombreuses espèces végétales et animales. Nous passerons devant le parc aux singes et nous pourrions les regarder jouer et monter dans les arbres. Puis, nous verrons le jardin des plantes sauvages qui abrite des plantes et des fleurs qui poussent dans la région du mont Takao.

Puis, descente à pied et retour à Tokyo.

Dîner libre. Nuit à Tokyo.

Temps de marche de la journée : 3 heures avec un dénivelé positif d'environ 300m (doux, bien aménagé). Principalement pavé, avec des escaliers à certains endroits.

Journée 5

Tokyo, Kamakura, Hakone

(Environ 115 km)

Nous nous rendrons ce matin à Kamakura. Capitale autoproclamée du premier gouvernement militaire nippon, **Kamakura** est blottie au sein d'un amphithéâtre naturel de collines. Durant plus de cent cinquante ans, le bouddhisme zen rayonnera sur le Japon, transformant en profondeur le paysage religieux nippon. Elle est souvent surnommée "petite Kyoto" en raison de sa richesse patrimoniale et de la formidable continuité stylistique du site. Nous visiterons le **Grand Bouddha ou Daibutsu**, chef-d'œuvre de la statuaire monumentale japonaise, en bronze, fondu vers 1252. Il atteint une hauteur de douze mètres environ et pèse près de cent vingt-quatre tonnes. C'est la représentation d'Amida le Miséricordieux. Le bâtiment qui abritait la statue aurait été détruit par un tsunami, à la fin du XVI^e siècle.

Déjeuner libre.

Nous poursuivrons cet après-midi notre route vers **Hakone**. La région d'Hakone est cernée de montagnes, de gorges et de ravins, et possède également de nombreuses sources de cratères, les onsen. Célèbre entre toutes pour ses stations thermales, la région a développé cette tradition depuis le XVI^e siècle. Une croisière sur le **lac d'Ashi** au cœur d'un cratère de volcan sera l'occasion d'admirer, si le temps est clair, le mythique mont Fuji, "le début du Ciel et de la Terre, pilier de la nation" qui se reflète dans l'eau.

Le **sanctuaire d'Hakone**, fondé au VIII^e siècle mais reconstruit au milieu du XVII^e siècle, est un superbe exemple de Torii, portique rouge érigé dans les eaux lacustres.

L'**allée aux cèdres** est un reste de l'ancienne route du Tokaido, qui reliait Kyoto à la capitale shogunale Edo. Restée intacte, elle invite à la promenade sur près de deux kilomètres, au milieu de cèdres géants.

En fin d'après-midi, arrivée à l'hôtel.

*Pour ceux qui le souhaitent, **possibilité d'expérimenter les bains japonais de sources chaudes dans l'hôtel, en fin de journée.***

Dîner. Nuit à Hakone.

Temps de marche de la journée : 1 heure environ sur l'allée aux cèdres.

Journée 6

Hakone, lac Kawaguchiko et Matsumoto, au cœur des Alpes japonaises

(Environ 240 km)

Le matin, en route vers **Matsumoto**, située au cœur des Alpes japonaises, depuis les sommets environnants nous y admirerons des paysages figurant parmi les plus beaux du Japon.

Nous ferons un arrêt au **lac Kawaguchiko**, l'un des cinq lacs qui entourent le mont Fuji. Il est particulièrement prisé des visiteurs pour ses vues spectaculaires sur le mont Fuji, en particulier lorsque son reflet apparaît à la surface du lac par temps clair. Nous ferons une promenade au bord du lac.

Déjeuner dans un restaurant.

Cet après-midi, nous découvrirons le **château de Matsumoto**. Datant du XVI^e siècle, il comporte un donjon à cinq niveaux très bien conservé et classé monument historique au patrimoine culturel national.

Dîner et nuit dans un ryokan à Matsumoto.

Temps de marche de la journée : 1 heure environ autour du lac Kawaguchiko.

Journée 7

La route historique de Nakasendo, Nagoya

(Environ 220 km)

La route historique de **Nakasendo** ou « route de la montagne centrale » est une ancienne route de l'époque Edo reliant Kyoto à Edo (Tokyo). Elle était l'une des cinq grandes routes développées sous le shogunat Tokugawa pour faciliter le transport des hommes et des marchandises.

Le **Nakasendo est bien plus qu'un chemin de randonnée** : c'est un voyage dans le passé. Les villages postaux offrent un aperçu de la vie japonaise d'autrefois, tandis que la beauté naturelle de la vallée de Kiso invite à la méditation et à la sérénité. Nous marcherons sur les pas des samouraïs, des marchands et des pèlerins qui ont emprunté ce chemin il y a des siècles.

Tout d'abord, nous ferons un arrêt à la **cascade de Nezame no Toko**. Le contraste du granite blanc et de la couleur émeraude de la rivière rend ce paysage d'une exquise beauté.

Déjeuner dans un restaurant local.

Nous ferons une **randonnée de Magome à Tsumago** (environ 8 km), la section la plus célèbre et accessible, traversant des paysages pittoresques, des forêts de cèdres, et des villages bien préservés.

Continuation vers Nagoya et installation à l'hôtel.

Dîner libre et nuit à Nagoya.

Temps de marche de la journée : environ 8km, de 2 à 3 heures de marche avec des pauses sur des sentiers bien balisés.

Journée 8

Nagoya, le grand sanctuaire shintoïste d'Ise-jingû

(Environ 150 km)

Nous prendrons la route pour **Meoto Iwa**, dont le nom désigne deux rochers situés en bord de mer et reliés par une corde tressée de paille de riz, la shimenawa. Ils représentent respectivement Izanagi et Izanami, les dieux créateurs du Japon, unis pour l'éternité.

Puis nous découvrirons **Ise-jingû**, le sanctuaire shintoïste le plus sacré du Japon, qui attire chaque année des millions de pèlerins. Il est composé de deux parties : le **Naiku**, dédié à la déesse du soleil, et le **Geku**, dédié à la déesse de l'agriculture. Situés au cœur d'une vaste forêt, ces deux sanctuaires vivent au rythme de multiples cérémonies quotidiennes très codifiées. Tous les vingt ans, les deux édifices principaux sont détruits et intégralement reconstruits à l'identique, respectant ainsi la tradition shintoïste.

Déjeuner en cours de visites.

Installation à l'hôtel.

Dîner et nuit dans la région de Mie.

Temps de marche de la journée : environ 3 heures.

Journée 9

Le chemin de pèlerinage du Kumano Kodo

(Environ 210 km)

Ce matin, nous partirons pour la région sud de la péninsule de Kii, sur le **chemin de pèlerinage du Kumano Kodo**, considéré comme le « *sol sacré où demeurent les dieux* ». C'est dans cette région humide et montagneuse que la nature et l'éveil spirituel interagissent. Kumano Kodo est sillonnée par plusieurs sentiers de pèlerinage menant au **complexe de sanctuaires de Kumano Sanzan**. La route du Kumano Kodo était autrefois empruntée par les empereurs qui effectuaient leur pèlerinage depuis Kyoto, afin de se purifier avant leur mort. *Le Kumano Kodo est jumelé avec le chemin de Saint-Jacques-de-Compostelle en Espagne, et ensemble, ils sont les seuls pèlerinages au monde reconnus comme patrimoine mondial de l'UNESCO*. Ce sera pour nous l'occasion de comprendre la cohabitation entre shintoïsme et bouddhisme, bien que la séparation de ces deux religions durant l'ère Meiji au XIXe siècle, provoqua la destruction de nombreux bâtiments de l'une des deux religions. Néanmoins, le complexe de sanctuaires Kumano Sanzan a su préserver une cohabitation paisible entre les deux courants spirituels.

Tout d'abord, nous marcherons sur le chemin du **Daimon-zaka** qui signifie "la pente de la grande porte". Il mène au sanctuaire sacré **Kumano Nachi Taisha** et à la **cascade Nachi**. Cette section du pèlerinage est particulièrement célèbre pour sa beauté naturelle et son atmosphère mystique. Le sentier pavé de pierres est bordé de cèdres centenaires, certains âgés de plus de 800 ans.

Déjeuner dans un restaurant local.

Cet après-midi, nous ferons une randonnée sur une portion de deux kilomètres du Kumano Kodo. Nous en profiterons pour admirer les champs de riz en terrasse de la région. Nos pas nous mèneront jusqu'à l'enceinte sacrée de **Kumano Hongu Taisha**, le plus important sanctuaire du Kumano Sanzan (*le sanctuaire en lui-même est accessible par un long escalier de pierres, divisé en quatre parties de vingt marches chacune*). Contrairement aux pavillons vermillon de la pagode de Nachi, le Kumano Hongu Taisha est un bâtiment austère, au bois brut et au toit de chaume, à l'image de l'architecture shintoïste. Les matériaux utilisés donnent l'impression que le bâtiment se fond dans son environnement naturel, comme s'il s'était érigé de lui-même du sol fertile de Kumano. Il est dit que les dieux vivent là. Son emblème est le corbeau à trois pattes qui symbolise le ciel, la terre et le genre humain.

Dîner et nuit à Kawayu Onsen dans un ryokan.

N.B : le couchage se fera sur tatami donc vraiment à la japonaise. Il est à noter que les toilettes et les salles de bain sont communes.

Temps de marche de la journée : environ 3 heures sur les chemins du Kumano Kodo.

Journée 10

Le site sacré du mont Koya

Ce matin, nous rejoindrons le **mont Koya**, ou *Koya-San*, haut lieu du bouddhisme japonais. Ce gigantesque ensemble de temples fut fondé à partir de 816 par le moine Kūkai, fondateur de la secte bouddhique Shingon. Le site est inscrit au patrimoine mondial de l'UNESCO et constitue notamment le point de départ du pèlerinage des quatre-vingt-huit temples de Shikoku.

Nous gagnerons le **Kongobu-ji**. Le temple principal fut construit en 1592 et possède des portes impériales peintes par des artistes de l'école de Kano. Cette école d'artistes professionnels et laïcs créée au XVe siècle a œuvré sur tous supports avec une prédilection pour les paysages monochromes à l'encre de Chine. Nous passerons dans le **jardin du temple**, le **Banryu-tei**, où nous verrons une composition de cent quarante blocs de granit représentant deux dragons émergeant de la mer de nuage pour protéger le sanctuaire.

Déjeuner.

A proximité, l'ensemble magnifique du **Danjogaran** comporte l'édifice le plus ancien du site. Puis nous découvrirons dans la partie est du mont Koya, entouré d'une forêt monumentale aux cyprès centenaires qui se dessine à perte de vue, le cimetière **Okuno-in** qui compte près de deux cent mille tombes et offre une atmosphère d'une grande solennité.

Nous goûterons un **dîner végétalien** dans un monastère du mont Koya. Introduite au Japon au XIIe siècle, la cuisine végétalienne s'est imposée au mont Koya pour permettre aux moines de se conformer au précepte du respect de la vie animale. Ce qui n'était au début que l'humble ration monastique a fait naître un art culinaire original et aboutir une cuisine des plus sophistiquées : le shôjin ryôri.

Nuit dans un monastère afin de s'imprégner de l'atmosphère unique de ce lieu.

N.B : le couchage, comme la nuit précédente au ryokan, se fera sur tatami. Les toilettes et les salles de bain sont également communes et il n'y a pas de possibilité de chambre individuelle.

Temps de marche de la journée : environ 2 heures dans les temples et le cimetière Okuno-in.

Journée 11

Mont Koya, le temple Horyu-ji, Nara

(Environ 110 km)

A l'aube, nous aurons la possibilité d'assister à la cérémonie bouddhiste du matin, puis nous participerons au petit déjeuner traditionnel végétalien au monastère.

Notre première visite ce matin, sera pour l'**Hôryû-ji**, situé un peu au-delà de la ville de Nara. Le Hôryû-ji est le plus ancien temple conservé au Japon. Sa fondation remonte au VIIe siècle de notre ère. Deux des édifices du monastère, la pagode et le Kondô, seraient les plus anciens édifices en bois existants dans le monde. Ils auraient été construits vers 620. Dans la pénombre du Kondô, nous pourrions également admirer les plus anciens exemples de la statuaire japonaise, en bronze, qui remontent à la même époque, objets de dévotion placés dans cette salle de prières depuis près de mille quatre cents ans. D'autres objets d'art précieux, datant des VIIe et VIIIe siècles, sont également conservés dans le musée du monastère. L'Hôryû-ji est attaché à la mémoire de l'un des plus célèbres personnages historiques, devenu semi-légendaire, connu sous son nom posthume de Shôtoku-taishi. Régent du Japon à l'aube de son histoire, il protégea le bouddhisme, entama les premières liaisons directes avec la Chine, et s'efforça par ses édits de moraliser, d'organiser et de centraliser l'Etat. Il fut le fondateur de ce monastère. La partie orientale du Hôryû-ji fut édifée au début du VIIIe siècle sur l'emplacement même du palais du prince Shôtoku.

Route vers Nara.

Déjeuner au restaurant.

Nous découvrirons le vaste **temple Todai-ji**. Cet ensemble est constitué du grand **temple Daibutsu-den** dédié à Bouddha, de temples secondaires, de salles, de pagodes et de portes d'un intérêt architectural et historique exceptionnel. Sa construction, achevée en 752, fut ordonnée par l'empereur Shomyo, officiellement pour abriter l'effigie du grand bouddha de Nara haut de dix-huit mètres et pesant deux cent cinquante tonnes, et également pour consolider la position de capitale et de puissant centre bouddhiste de la ville.

Au milieu des daims, animal sacré dans la religion shintoïste, nous longerons les allées du parc pour rejoindre le **temple bouddhiste Kofuku-ji** du clan familial Fujiwara. Le complexe dénombrait jusqu'à cent cinquante bâtiments avant de connaître les guerres et les incendies qui en ont beaucoup détruits. Quelques pavillons sont classés trésor national du Japon à l'image de la pagode à cinq étages, la seconde plus grande pagode du pays. Nous admirerons les trésors de l'art bouddhique dans ce lieu considéré comme l'un des plus beaux musées de la sculpture sacrée japonaise du VIIe au XIIIe siècles.

Installation à l'hôtel.

Dîner et nuit à Nara.

Temps de marche de la journée : environ 2 heures au cœur des temples de Nara.

Journée 12

Nara, Uji, Kyoto

(Environ 60 km)

La première étape de ce jour sera **Uji**, une ville située à mi-chemin entre Kyoto et Nara. C'est à Uji que furent créées, aux VIIe et VIIIe siècles, les premières plantations de théiers du Japon. Encore aujourd'hui, le thé d'Uji est considéré comme le meilleur du pays. En arrivant, nous découvrirons le **temple Byodo In**, architecture Heian, dont la pièce la plus intéressante, le pavillon du Hoodo, reproduit l'image d'un phénix sur le point de se poser. Il y a toujours dans l'art japonais cette notion d'instantanéité, de moment éphémère, qui leur est si chère. Cela va de pair avec la contemplation des fleurs de cerisiers dont la floraison dure si peu de temps... Au milieu d'une végétation magnifique, ce lieu est d'une sophistication esthétique rare.

Nous nous promènerons ensuite dans les **champs de thé**, avant de cueillir des feuilles de thé qui seront utilisées dans la préparation de tempura pour *notre déjeuner*. Après un passage par l'usine de production, une dégustation de thé sera organisée afin de comparer les différentes variétés.

Déjeuner en cours de visite.

Route vers Kyoto.

Arrivée et installation à l'hôtel.

Enfin, nous découvrirons le **quartier de Gion**, l'un des plus anciens de Kyoto avec ses vieilles maisons en bois, ses maisons de thé et ses rues animées.

Dîner libre. Nuit à Kyoto.

Temps de marche de la journée : environ 2 heures dans les plantations de thé et dans le quartier de Gion.

Journée 13

Première journée à Kyoto

Kyoto, jumelée avec Paris, est également ce que l'on pourrait appeler une "ville-musée". Sauvée des bombardements intensifs américains par Langdon Warner et Asakawa Kanichi, professeurs à Harvard et à Yale, Kyoto abrite les plus anciens monuments du Japon. Capitale impériale du VIIIe au XIXe siècle, l'ancienne Heian-kyô, capitale de la paix, donne son nom à la florissante période artistique Heian. L'empereur de Nara transporte son siège à Kyoto en 794. Cette période est marquée par l'ascension fulgurante de la famille des Fujiwara qui manipula le pouvoir en mariant ses filles aux jeunes empereurs (entre autres stratagèmes) afin de conserver la tutelle impériale, cela dura un millénaire. Les XIVe et XVe siècles voient se développer, jusqu'à leur apogée, les arts liés au bouddhisme zen : l'art des jardins et le splendide pavillon d'or en sont les témoins les plus marquants.

Le **Ryôan-ji** est un temple appartenant à la secte bouddhique zen. Il est situé dans les faubourgs nord-ouest de la ville de Kyoto, encadré par des montagnes boisées. Le temple fut fondé au XVe siècle. Il est surtout connu pour son **jardin "sec"**, considéré comme le plus caractéristique et le plus équilibré du genre, qui a laissé et laisse encore des générations de visiteurs recueillis dans une contemplation silencieuse, à la recherche d'un message abstrait que dissimulerait l'agencement des graviers et des roches immuables du jardin.

Déjeuner en cours de visite.

Le **Kinkaku-ji** ou "**Pavillon d'or**" est situé non loin du Ryôan-ji. Ce fut, à la fin du XIVe siècle, la résidence du troisième shogun de la famille Ashikaga, laquelle gouverna le Japon du XIVe au XVIe siècle. Esthète raffiné, le shogun Ashikaga Yoshimitsu fit construire au bord d'un étang un somptueux pavillon de réception. Il est édifié sur trois étages, chacun d'un style différent et les deux étages supérieurs sont couverts de feuilles d'or. Le pavillon doré se mirait ainsi dans les eaux de l'étang parsemé de roches et d'îlots boisés de pins. A sa mort, en 1408, le shogun Yoshimitsu légua sa résidence à la secte zen Rinzaï. Le merveilleux Pavillon d'or, unique vestige intact au XXe siècle de la résidence, donna au temple son surnom familial. L'écrivain japonais contemporain Mishima Yukio, le rendit célèbre dans son roman homonyme.

Enfin, nous visiterons le **temple Daitoku-ji** regroupant plus d'une vingtaine de temples qui ne sont pas tous ouverts à la visite. L'incontournable **Daisen In** nous surprendra par son jardin abstrait et ses salles de prières décorées de peintures du XVIe siècle.

Dîner libre. Nuit à Kyoto.

Temps de marche de la journée : environ 3 heures au cœur des temples et jardins.

Journée 14

Deuxième journée à Kyoto

Ce matin, nous visiterons le **Kiyomizu-dera**, ou "**temple de l'eau pure**", situé aux limites sud-est de Kyoto, au pied des montagnes qui entourent presque complètement l'ancienne capitale japonaise. A l'extrémité d'une longue allée très commerçante, bordée de boutiques d'artisans et surtout de céramistes, se dressent les nombreux pavillons du temple, dont le bâtiment principal, adossé à la colline, est soutenu par un ensemble impressionnant de pilotis. C'est peut-être, d'après la tradition, le plus ancien temple de Kyoto. Si le bâtiment le plus ancien ne remonte pas au-delà du XIIe siècle, les plus récents furent édifiés au XVIIe siècle.

Nous profiterons d'un **temps libre** dans les ruelles traditionnelles de Ninenzaka et Sannenzaka.

Déjeuner dans un restaurant local.

Le **Ginkaku-ji** ou "temple du Pavillon d'argent", que nous visiterons cet après-midi, fut construit par le huitième shogun Ashikaga Yoshimasa, à la fin du XVe siècle. Esthète, à l'instar de son grand-père Yoshimisu patron des arts, il voulut, lui aussi, édifier un pavillon aussi resplendissant que celui de son aïeul. Quant au pavillon, il souhaitait qu'il soit couvert de feuilles d'argent. Hélas, Yoshimasa mourut avant que les feuilles d'argent ne soient posées, et si le pavillon ne fut jamais argenté il en conserva néanmoins le nom. Cet esthète averti avait peu de goût pour la politique et laissa son pays sombrer dans la plus sanglante anarchie.

A proximité du temple, nous suivrons un chemin de randonnée à travers une forêt de bambous et d'érables qui nous mènera au **mont Daimonji-yama** situé à 465 mètres d'altitude. Notre arrivée au sommet nous récompensera avec une vue splendide de la ville où il nous sera possible de distinguer les différents quartiers de Kyoto et ses temples.

Retour à l'hôtel.

Dîner libre et nuit à Kyoto.

Temps de marche de la journée : environ 3 heures au cœur des temples et pour l'ascension du mont Daimonji-yama avec un dénivelé positif de 350m (il y a une centaine d'escaliers à gravir).

Journée 15

Kyoto, Fushimi Inari Taisha, Osaka

(Environ 60 km)

Tout d'abord, nous nous arrêterons dans les faubourgs méridionaux de l'ancienne capitale impériale pour découvrir le **Fushimi Inari Taisha** ou "**le grand sanctuaire d'Inari du Fushimi**". Il s'agit d'un très ancien sanctuaire shintô dédié à Inari, le dieu du riz, des "cinq céréales", du saké et, enfin, de la prospérité. Son messager est le renard, Kitsune. La couleur des sanctuaires d'Inari, très populaire au Japon, dont celui de Fushimi est le principal, est le vermillon, couleur de bon augure et vivifiante. Au cours des âges, les fidèles prirent l'habitude d'offrir au sanctuaire en ex-voto, des torii miniatures, ces portiques traditionnels qui précèdent les sanctuaires shintô. Ainsi, à Fushimi, il nous faudra, pour arriver jusqu'au sanctuaire, passer sous la voûte de milliers de ces torii d'un vermillon éclatant, du plus bel effet photogénique.

Continuation vers Osaka.

Déjeuner dans un restaurant local.

Cet après-midi, nous visiterons le **château d'Osaka**, l'un des plus célèbres du pays. Construit à la fin du XVIe siècle par Toyotomi Hideyoshi, l'un des trois grands unificateurs du Japon, il devint le symbole de la ville et de sa prospérité. Le château fut malheureusement détruit durant les guerres qui suivirent, mais ses ruines continuèrent à être utilisées, notamment comme cache d'armes. Rebâti puis à nouveau détruit durant la Seconde Guerre mondiale, le château fut rénové en 1995 et transformé en un musée qui retrace son histoire, ainsi que celle de la région.

Transfert à l'hôtel et installation.

En fin de journée, nous nous promènerons dans la trépidante rue de **Dotombori** le long du canal éponyme, symbole de la réputation de la ville en matière culinaire et festive, avec ses nombreux restaurants et bars dans une ambiance haute en couleurs. Les lumières des néons des différentes enseignes sont telles, que même le soir nous avons l'impression d'être en pleine journée !

Dîner dans un restaurant local.

Nuit à Osaka.

Temps de marche de la journée : environ 3 heures à Fushimi Inari Taisha avec ses torii rouges à perte de vue et dans la rue Dotombori à Osaka.

Journée 16

Vol de retour vers Paris

Transfert à l'aéroport et envol vers Paris.

Départ du 12 octobre au 27 octobre 2026 (16 jours / 13 nuits)

Petit groupe de 8 à 18 participants.

TARIFS

Les informations du programme détaillé sont valides à la date mentionnée sur le document. Des modifications peuvent être apportées entre le moment de votre inscription et le jour du départ, notamment les horaires des compagnies aériennes. Le cas échéant les premiers et/ou derniers jours pourront être adaptés en fonction des nouveaux horaires. Les informations mises à jour vous seront communiquées dans le carnet de voyage envoyé environ 10 jours avant le départ. Le programme reste évolutif même durant le voyage en raison d'éléments imprévisibles et indépendants de notre volonté. Nous vous remercions pour votre compréhension.

✓ Ces prix comprennent :

- les vols réguliers Paris / Tokyo et Osaka / Paris
- les taxes d'aéroport
- l'hébergement en chambre double ou à deux lits avec les petits déjeuners dans des hôtels 3* ou 4* N.L (normes locales)
- l'hébergement pour une nuit dans un ryokan (logement typiquement japonais)
- l'hébergement pour une nuit dans un monastère du mont Koya (logement typiquement japonais)
- la pension selon le programme, hors boissons
- les trajets en autocar privé
- les trajets en transports en commun pour certains transferts et dîners
- l'accompagnement par un conférencier-randonneur spécialiste de la région et de guides locaux régionaux anglophones
- les entrées dans les sites mentionnés dans le programme
- l'assistance rapatriement

✗ Ces prix ne comprennent pas :

- les repas mentionnés "libres"
- les boissons
- le port des bagages
- les dépenses personnelles
- les pourboires usuels au guide national et aux chauffeurs
- l'assurance optionnelle annulation, bagages et interruption de séjour

Autres départs

DATE	DURÉE	PRIX	CONFÉRENCIER
Vente bientôt ouverte			
22/05/2026 - 06/06/2026	16j / 14n	Prix à venir	 Myriam Pastor

Informations pratiques - Japon

Formalités pour les ressortissants français :

- un passeport en cours de validité est nécessaire (et valide jusqu'à la date du retour) pour entrer au Japon.

Les non-ressortissants français ou bi-nationaux sont invités à consulter les autorités consulaires afin de vérifier les formalités exigées : ambassade du Japon - 7, avenue Hoche 75008 Paris - Tel : 01.48.88.62.00 - Site web : <http://www.emb-japan.go.jp>

Pour les mineurs, merci de consulter le site du service public : <https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F1922>.

Décalage horaire : en hiver, 8 heures en plus par rapport à la France. Quand il est midi à Paris, il est 20 h à Tokyo. En été, 7 heures en plus.

Climat : en hiver, le temps est sec et ensoleillé, et la température descend rarement en-dessous de zéro. En été, c'est le début de la saison des pluies, qui dure environ trois semaines, suivie d'une période très chaude et humide. La température varie entre 20°C (Sapporo) et 30°C (Nara), selon la ville en été, et de 3 à 18°C en hiver. Les saisons idéales sont le printemps et l'automne.

Change : la monnaie est le Yen japonais. Vous pourrez changer vos euros sur place après la douane à l'aéroport, ou au départ de France. Les retraits avec les cartes de crédit ne sont possibles que dans les bureaux de poste (ouverts du lundi au vendredi). A titre indicatif : 1€ = 156 YEN (février 2025).

Bon à savoir : un voyage au Japon nécessite une bonne condition physique car certains sites comportent beaucoup de marches.

Train Shinkansen : les espaces de rangement disponibles dans les trains Shinkansen sont insuffisants. Pour cette raison, vos bagages seront pris en charge par une société de transport et livrés le lendemain à votre hôtel (prise en charge d'un grand bagage par personne). Il faut prévoir un petit sac avec le nécessaire pour la nuit.

Hôtels : dans certains établissements les chambres doubles peuvent être petites (entre 17 et 25 mètres carrés). Les chambres individuelles possèdent souvent un lit pour une personne et peuvent être encore plus petites (entre 13 et 19 mètres carrés).

Us et coutumes : les Japonais sont extrêmement courtois, très ancrés dans leurs traditions. A table, évitez de planter vos baguettes dans le bol de riz à la fin d'un repas, c'est signe de mort. De même qu'il est préférable de sortir de table pour se moucher.

En outre, sachez que les Japonais sont sensibles aux gestes amicaux. On se salue en permanence, pour cela, on s'incline, les mains contre les cuisses, et souvent plusieurs fois. **Veillez noter qu'il est obligatoire de se déchausser sur certains sites.**

Pourboires : le pourboire ne faisait pas partie des usages, mais depuis peu les guides et chauffeurs apprécient cette forme de remerciement. Lorsque vous êtes satisfait, prévoyez un budget d'au moins 5 euros pour les guides et 3 euros pour les chauffeurs par jour et par personne.

Photographie : il est interdit de photographier certaines œuvres, notamment les sculptures bouddhiques, du fait de leur caractère religieux.

Electricité : le courant électrique a une tension de 100 volts au Japon. Munissez-vous d'un adaptateur universel pour brancher vos petits appareils.

Téléphone : pour appeler depuis la France vers le Japon, composez le 00 81 puis le n° d'appel. Pour appeler la France depuis le Japon, composer 00 33 puis les 9 chiffres du numéro de votre correspondant (sans le zéro initial). Il est possible de téléphoner directement à partir des téléphones publics sur lesquels est inscrit "International and Domestic Telephone " avec des pièces de 100 yens et des télécartes, mais peu de téléphones publics acceptent la télécarte prépayée pour des communications

internationales. On peut téléphoner à l'étranger en utilisant une compagnie téléphonique. Nous vous conseillons de confirmer les tarifs et les systèmes qui sont différents et qui varient auprès de chaque compagnie de téléphone.

Assurances

Pour votre confort et votre sécurité, l'assurance assistance/rapatriement est incluse dans le prix de voyage si vous résidez en Europe. Pour plus de garanties, nous vous recommandons de souscrire le jour de votre inscription une des assurances complémentaires annulation/interruption de voyage/bagage suivantes : Garantie multirisque pour les voyages supérieurs à 10 000 euros par personne * : 5,95 % du prix du voyage Annulation Lorsque vous devez annuler votre voyage, Assurinco vous rembourse les frais prévus dans nos conditions de vente pour tout motif listé dans les conditions générales de l'assurance (sans franchise en cas de maladie, accident, décès, et avec une franchise pour tous les autres motifs garantis). Bagages - En cas de perte, vol ou détérioration de vos bagages, Assurinco vous rembourse à concurrence de 2 000 € par personne. - En cas de retard d'acheminement, Assurinco vous rembourse les effets de première nécessité à hauteur de 300 € par personne (sur présentation des justificatifs à votre retour de voyage). Interruption de voyage Si vous êtes rapatrié, ou devez interrompre votre voyage en cas de : - maladie grave, hospitalisation ou décès d'un proche; - inondation, incendie ou cambriolage de votre domicile, résidence secondaire, locaux professionnels; - une convocation à caractère impératif. Assurinco vous rembourse la partie de votre voyage non effectuée (avec une franchise d'une nuit). Cette garantie ne peut intervenir qu'après intervention de Mutuaide au titre des garanties d'assistance. Garantie multirisque * : 4,95 % du prix du voyage Annulation Lorsque vous devez annuler votre voyage, Assurinco vous rembourse les frais prévus dans nos conditions de vente pour tout motif listé dans les conditions générales de l'assurance (sans franchise en cas de maladie, accident, décès, et avec une franchise pour tous les autres motifs garantis). Remboursement maximum : 10 000 € par personne et 40 000 € par événement. Bagages - En cas de perte, vol ou détérioration de vos bagages, Assurinco vous rembourse à concurrence de 2 000 € par personne. - En cas de retard d'acheminement, Assurinco vous rembourse les effets de première nécessité à hauteur de 300 € par personne (sur présentation des justificatifs à votre retour de voyage). Interruption de voyage Si vous êtes rapatrié, ou devez interrompre votre voyage en cas de : - maladie grave, hospitalisation ou décès d'un proche; 11/14 Intermèdes - Agence commerciale : 10, rue de Mézières 75006 Paris - Tél. : 01 45 61 90 90 Intermedes.com - contact : info@intermedes.com - Siège social : 20/22 Rue des Petits Hôtels 75010 Paris RCS Paris B390 976 249 - N° de TVA intracommunautaire : FR 06 39 09 76 249 - SAS au capital de 285 651 € - IM 075100239 - Garantie Groupama - inondation, incendie ou cambriolage de votre domicile, résidence secondaire, locaux professionnels; - une convocation à caractère impératif. Assurinco vous rembourse la partie de votre voyage non effectuée (avec une franchise d'une nuit) à concurrence de 10 000 € par personne et 40 000 € par événement. Cette garantie ne peut intervenir qu'après intervention de Mutuaide au titre des garanties d'assistance. Garantie Multirisque complémentaire carte bancaire * : 2,95 % du prix du voyage. Garanties identiques à l'assurance Multirisque, à condition que vous ayez réglé votre voyage au moyen d'une carte bancaire haut de gamme, comportant une garantie annulation. * Les garanties d'assurance sont soumises aux conditions générales de vente décrites dans les notices d'assurance. Le détail des garanties est disponible sur notre site internet Intermedes.com, ou peut vous être envoyé sur simple demande. Vous disposez d'une faculté de renonciation définie par les articles L112-2-1 et L112-10 du Code des assurances à la suite de la souscription d'un contrat d'assurance.

Conformément aux dispositions de l'article L112-10 du Code des assurances, l'Assuré qui souscrit à des fins non professionnelles un contrat d'assurance constituant un complément d'un bien ou d'un service vendu par un intermédiaire, s'il justifie d'une garantie antérieure pour l'un des risques couverts par le présent contrat, peut renoncer à ce dernier, sans frais ni pénalités tant qu'il n'a pas été intégralement exécuté ou que l'Assuré n'a fait intervenir aucune garantie. Cette renonciation doit intervenir dans un délai de 30 jours calendaires à compter de la conclusion du contrat et si la date du départ est supérieure à 30 jours.

La demande écrite doit être envoyée par mail à documents@intermedes.com ou par courrier à Intermèdes 10 rue de Mézières 75006 Paris.