

PANAMA

Canal & charme tropical

9 jours

Les **C**ovoyageurs.com

Des voyages à partager entre solos

PANAMA

Itinéraire de 9 jours



Circuit découverte (niveau facile)



Un seul pays, mille ambiances : bienvenue au Panama !

Vous débutez dans l'effervescente Panama City, entre ruelles colorées du quartier colonial et cargos géants franchissant les célèbres écluses du canal.

Puis vous partirez au cœur de la jungle tropicale à la rencontre de la communauté Emberá. Vous découvrirez leur culture et partagerez un moment de leur quotidien : une expérience immersive inoubliable !

Et parce qu'un voyage, c'est aussi savoir ralentir... vous terminerez les pieds dans l'eau, entre baignades, sable blanc et douceur de vivre sur les îles San Blas, un petit paradis tropical où vivent les Kuna, loin de l'agitation moderne.

Un voyage entre nature, culture et rencontres. Oubliez les clichés : le Panama, c'est bien plus qu'un canal !

Les points forts

- ✓ La découverte du canal du Panama
- ✓ Une immersion auprès des communautés Emberá et Kuna
- ✓ Les balades entre jungles luxuriantes et grands espaces préservés
- ✓ Le farniente sur les îles paradisiaques de San Blas et des Perlas

CANAL & CHARME TROPICAL

✈ Jour 1 : Vol pour Panama city

A votre arrivée à l'aéroport de Panama city, vous serez accueillis par votre guide. Transfert et installation à votre hôtel. Selon votre heure d'arrivée, vous aurez un peu de temps libre pour un premier aperçu de la ville.

🏠 Hôtel

🍴 Repas libres

🚗 30 min

📍 Jour 2 : Panama City - Le canal de Panama et ses écluses

Ce matin, vous débuterez par un tour panoramique de la ville, l'occasion parfaite de ressentir l'énergie de la capitale. Puis, vous rejoindrez le marché aux fruits de mer pour une dégustation de ceviche, aussi frais qu'incontournable. Vous partirez ensuite explorer les ruelles colorées du Casco Viejo, quartier colonial classé au patrimoine mondial. Vous terminerez à la place de France, dédiée aux premiers bâtisseurs français du canal. Après un déjeuner dans le quartier colonial, vous découvrirez les écluses de Miraflores, observerez le passage des navires et parcourrez le musée interactif pour comprendre la construction du canal, son fonctionnement et son rôle majeur. Retour à votre hôtel en fin de journée et dîner libre.

🏠 Hôtel

🍴 Petit-déjeuner - Déjeuner

🚗 2h



📍 Jour 3 : Le Parc National San Lorenzo & les nouvelles écluses de Santa Clara

Aujourd'hui, vous partirez explorer la côte caraïbe, entre culture afro-caribéenne, histoires de pirates et paysages tropicaux. Vous traverserez une jungle tropicale dense en faune et en flore : singes curieux, oiseaux éclatants, végétation luxuriante... Au bout du sentier, vous découvrirez les ruines de la forteresse de San Lorenzo, perchée au-dessus de l'embouchure de la rivière Chagres, face à la mer des Caraïbes.

Vous déjeunerez ensuite à la marina de Shelter Bay, dans une ambiance paisible au bord de l'eau, avant de rejoindre les nouvelles écluses de Gatún, Agua Clara, inaugurées en 2016. Vous assisterez au passage des immenses navires Post-Panamax, ces impressionnants géants des mers qui franchiront le Canal sous vos yeux.

🏠 Hôtel 🍴 Petit-déjeuner - Déjeuner 🚗 3h30



📍 Jour 4 : La communauté indienne Emberá

Après un transfert jusqu'au lac Alajuela, vous remonterez la rivière Chagres en pirogue jusqu'à un village sur pilotis, niché au cœur de la jungle. Le temps d'une journée, vous partagerez le quotidien de ses habitants, les Emberá : découverte des plantes médicinales, tatouages traditionnels, artisanat coloré, musiques et danses... un vrai moment d'échange, simple et fort à la fois. Le déjeuner, préparé sur place, sera à l'image de l'accueil : savoureux et généreux, à base de poisson grillé et de bananes plantains. En fin d'après-midi, vous reprendrez la route vers Panama City, des images plein la tête.

🏠 Hôtel 🍴 Petit-déjeuner - Déjeuner 🚗 3h ⛵ 1h30

📍 Jour 5 : Le lac Bayano

Ce matin, vous prendrez la route en direction du lac Bayano pour une journée placée sous le signe de la nature et du partage. Un agriculteur local vous fera découvrir les fruits et légumes typiques de la région, en vous transmettant son savoir-faire. Vous partirez ensuite en bateau avec un pêcheur du lac pour une session de pêche traditionnelle. Pour clore la matinée en beauté, vous dégusterez un rhum panaméen artisanal, avant de savourer un pique-nique au bord de l'eau, préparé avec les produits découverts plus tôt.

L'après-midi, place à la détente : baignade, kayak ou pédalo, c'est à vous de choisir! Puis laissez-vous simplement porter par la tranquillité du Bayano, entre nature et douceur de vivre!

🏠 Hôtel 🍴 Petit-déjeuner - Déjeuner 🚗 4h

📍 Jour 6 : L'Archipel des San Blas

Départ matinal en 4x4 vers un lieu hors du temps : l'archipel des San Blas, au cœur de la mer des Caraïbes. Ce territoire unique est le seul du pays entièrement habité et géré par les Amérindiens Kuna. Sur plus de 350 îles et îlots, seule une soixantaine sont occupés, dans un équilibre fragile entre tradition et ouverture au monde.

Un bateau vous mènera jusqu'à votre île pour une première baignade dans les eaux turquoise de ce décor paradisiaque. Le déjeuner, préparé par les habitants, sera typique et savoureux : poisson ou fruits de mer selon la pêche du jour.

L'après-midi, vous partirez en lancha traditionnelle explorer d'autres îlots de sable fin bordés de palmiers, avant de plonger dans une « piscine naturelle » en pleine mer!

Dîner et nuit sur place (confort sommaire, mais vue imprenable).

🏠 Cabane 🍴 Petit-déjeuner - Déjeuner - Dîner 🚗 2h30 ⚓ 30min + 3h (activité)



📍 Jour 7 : L'Archipel des San Blas - Panama city

Vous profiterez d'une matinée libre pour savourer encore un peu ce cadre idyllique et la tranquillité des lieux. Après le déjeuner, vous rejoindrez le port de Cartí en bateau, puis reprendrez la route à travers les montagnes de la région Guna Yala pour revenir sur Panama City.

🏠 Hôtel 🍴 Petit-déjeuner - Déjeuner 🚗 2h30 ⚓ 30 min



✈ Jour 8 : Vol retour pour la France

Après le petit déjeuner et selon vos horaires de vols, vous partirez pour une dernière balade dans le parc Métropolitain, l'occasion d'observer la faune et la flore locale.

Puis, route pour l'aéroport et vol retour pour la France.

🍴 Petit Déjeuner 🚗 30 min



✈ Jour 9 : Arrivée en France



Cet itinéraire peut être modifié en fonction des conditions climatiques, des capacités des participants et de la disponibilité des hébergements. En cas d'imprévu, le guide reste seul juge du programme. Les aléas font partie intégrante de tout voyage; une attitude ouverte et positive contribuera à la réussite de votre expérience.

Possibilité d'extension "La perle du Panama"

📍 Jour 8 : L'Archipel de Las Perlas

Après le petit déjeuner, vous partirez en ferry rejoindre l'archipel des Perlas, et plus précisément l'île Bolaños, un petit paradis encore préservé.

À l'arrivée, le décor parle de lui-même : sable blanc, mer turquoise et silence insulaire. A vous de choisir comment profiter du lieu : baignade, farniente sur le sable ou simple sieste à l'ombre des palmiers. Ici, pas besoin d'en faire trop... il suffit de se laisser porter par le rythme tranquille de l'île.

🏠 Cabane

🍴 Petit-déjeuner

⏰ 2h

📍 Jour 9 : L' Archipel de Las Perlas

Vous pourrez profiter pleinement de cette journée pour explorer à votre rythme les trésors de l'archipel des Perlas. Depuis l'île Bolanos, plusieurs activités et excursions sont possibles, renseignez-vous auprès de l'hôtel.

🏠 Cabane

🍴 Petit-déjeuner

📍 Jour 10 : L' Archipel de Las Perlas - Panama City

Dernière matinée libre sur cette île paradisiaque avant de rejoindre Panama city où vous passerez la nuit.

Si vous souhaitez prolonger votre séjour balnéaire de quelques jours à Isla Bolanos, n'hésitez pas à nous consulter.

🏠 Hôtel

🍴 Petit-déjeuner

⏰ 2h

✈ Jour 11 : Vol retour pour la France

Après cette douce parenthèse, il est finalement temps de rentrer. En fonction de vos horaires de vol, vous aurez un peu de temps libre avant votre transfert à l'aéroport.

🍴 Petit Déjeuner

🚗 30 min

✈ Jour 12 : Arrivée en France

TARIF

→ TARIF DE L'EXTENSION :  600 € / personne en chambre twin partagée
 1050 € / personne en chambre single

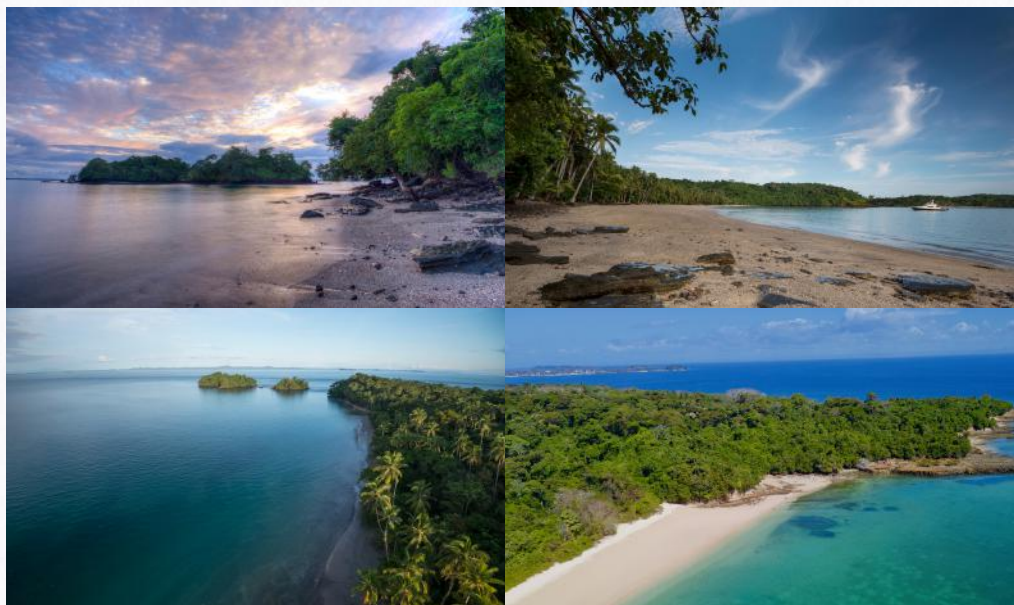
Possibilité d'extension "La Perle du Panama"

LE PRIX COMPREND

- ✓ Les nuits en cabane avec sanitaire privatif
- ✓ Les repas indiqués comme "compris" dans l'itinéraire
- ✓ Les transferts comme indiqués dans l'itinéraire

LE PRIX NE COMPREND PAS

- ✗ La chambre individuelle
- ✗ Les boissons et les pourboires



INFOS

L'EXTENSION EST **À DEMANDER AU MOMENT DE VOTRE RÉSERVATION**. LE PRIX DE L'EXTENSION SERA ALORS AJOUTÉ AU PRIX DU VOYAGE.

LE PRIX

LE PRIX COMPREND

- ✓ Les vols internationaux
- ✓ Les taxes aériennes et la surcharge carburant
- ✓ Les hôtels comme indiqué itinéraire
- ✓ Les repas indiqués comme "compris" dans l'itinéraire
- ✓ Toutes les visites et excursions mentionnées au programme
- ✓ L'accompagnement par un accompagnateur local francophone
- ✓ L'assistance d'un chauffeur expérimenté
- ✓ Les transferts comme indiqués dans l'itinéraire

LE PRIX NE COMPREND PAS

- ✗ Toutes prestations non mentionnées au programme
- ✗ Les repas non indiqués comme "compris" dans l'itinéraire
- ✗ Le supplément chambre single
- ✗ Les boissons
- ✗ Les pourboires
- ✗ Les dépenses personnelles
- ✗ Les assurances rapatriement, annulation et multirisques
- ✗ Les frais de dossier
- ✗ La taxe locale San Blas

LE COCO CONSEIL !

Nous vous conseillons de prévoir un budget d'environ 300/350€ afin de couvrir toutes les dépenses sur place (repas, pourboires, souvenirs, boissons, petits extras et activités supplémentaires....)

**Nos prix sont soumis à modifications en fonction des variations de taux de change, du montant des taxes aéroport et de la surcharge carburant, de la disponibilité et tarifs des sites visités, ainsi que des disponibilités et tarifs aériens et hôteliers au moment de votre réservation.*

VOTRE VOYAGE

LE GROUPE

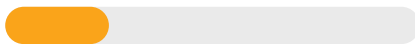
De **4 à 15** participants



**Sur certaines dates, il sera possible de confirmer le départ dès 3 participants*

NIVEAU

Circuit découverte de niveau **facile**.



Les balades ne comportent **aucune difficulté technique et sont accessibles à tous**.

TRANSPORT

Minibus, 4x4 et bateau



ENCADREMENT

L'encadrement est assuré par un **accompagnateur local francophone** pendant la totalité du séjour.

HÉBERGEMENT

A **Panama**, vous serez logés en **chambre double partagée** avec 2 lits séparés* (ou en **single**, avec supplément), dans un seul hébergement (sauf Jour 6). A titre indicatif, nous proposons l'hôtel Best Western Plus (ou similaire).

Lors de votre séjour sur l'**Archipel des San Blas** vous serez logés dans des **cabanes** au confort simple avec chambre à partager ainsi que les sanitaires. Il n'y a ni climatisation, ni eau potable, ni eau chaude.

Si vous choisissez, l'**extension sur l'Archipel des Perlas** vous serez logés dans des cabanes vue mer avec sanitaire privatif. A titre indicatif, nous proposons le Sonny Island Resorts (ou similaire).

REPAS/BOISSONS



Les petits déjeuners seront pris à l'hébergement.



Les déjeuners seront pris sous forme de **pique-nique sur le terrain** ou dans des **petits restaurants locaux**



Excepté le jour 6, tous les dîners seront libres.

**Veuillez noter que la classification hôtelière est différente de celle en vigueur en France*

INFOS UTILES

FORMALITÉS

Pour les formalités d'entrée, veuillez-vous référer au document "Topo pays" ou au site du Ministère des Affaires Étrangères.

Veuillez noter que lors de votre inscription, vous devez décliner votre identité exacte, à savoir les noms et prénoms figurant sur votre passeport. A défaut, la compagnie aérienne se verra dans l'obligation de refuser votre embarquement.

VOS BAGAGES

Un bagage en soute et un petit bagage à main sont inclus. Les dimensions et le poids varient selon la compagnie aérienne et vous seront précisés lors de la réservation de vos billets. Pensez à prendre un petit sac à dos pour vos affaires de la journée.



Env. 30L



15kg recommandés

Durant les balades, vous ne porterez que vos affaires personnelles pour la journée (eau, pique-nique, appareil photo...). Vos autres bagages seront transférés d'un hébergement à l'autre.

AÉRIEN



Les vols internationaux entre Paris et l'aéroport de Panama city s'effectuent sur des compagnies régulières ou sur des vols charters. Votre convocation aéroport avec les horaires définitifs de vol vous sera envoyée quelques jours avant le départ.



Pour vos pré et post acheminements, nous vous recommandons d'attendre la confirmation du départ et de privilégier des prestations modifiables ou remboursables (avion, train, hôtels) en cas de changement ou annulation de voyage.



Attention, pour les contrôles de sûreté à l'aéroport, vous ne devez pas avoir dans votre bagage à main les objets suivants :



Si vous suivez un traitement ou prenez des médicaments, munissez-vous d'une ordonnance de votre médecin. Il est vivement conseillé de les transporter dans votre bagage cabine.



Pour plus de précision, consultez : <http://www.aeroportsdeparis.fr/ADP/fr-FR/Passagers/Formalites-Infos-Pratiques/Bagage/bagagede-cabine/>

LISTE ÉQUIPEMENTS

La liste des vêtements doit être adaptée en fonction de la saison choisie.

VÊTEMENTS



Coupe vent

☐

Bermuda

☐

Polaire

☐

Pantalon de trekking

☐

Tee shirt respirant

☐

Maillot de bain

☐

ACCESSOIRES



Casquette

☐

Sandales

☐

Chapeau

☐

Tennis

☐

Chaussures de randonnée

☐

ÉQUIPEMENTS



2 gourdes
1L minimum
(isotherme)

☐

Protection
solaire

☐

Lampe
frontale

☐

Appareil
photo

☐

Boules
Quies

☐

Lunettes
de soleil

☐

EN +

- ☐ Sac à dos (30L)
- ☐ Linge personnel et pyjama
- ☐ Vêtements de rechange
- ☐ Serviette de bain
- ☐ Trousse de toilette
- ☐ Recharge ou piles pour appareil
- ☐ Drap de sac (facultatif)
- ☐ Lingettes biodégradables
- ☐ Savon et shampooing sec
- ☐ Stick à lèvres et protection solaire
- ☐ 1 briquet
- ☐ Un couteau (opinel)
- ☐ Papier hygiénique

PHARMACIE +

Votre accompagnateur disposera d'une pharmacie de premiers secours, mais nous vous conseillons toutefois d'emporter vos médicaments et traitements personnels : Aspirine, pansements et compresses, désinfectant, bande elastoplast, double peau pour les potentielles ampoules, anti diarrhéique, collyre, pastilles pour la gorge, antibiotique à spectre large, anti-inflammatoire, pastilles d'hydroclonazone pour purifier l'eau et répulsifs anti moustiques.

Les p'tits + des Covoyageurs



La garantie de
partir avec d'autres
voyageurs solos.



Des chambres à
partager pour éviter
le supplément
single.



Des voyages
authentiques avec
des guides locaux
francophones.



Les profils des
covoyageurs
inscrits visibles sur
chaque voyage.



Des conseils
d'experts et une
assistance 24/24.

TOURISME RESPONSABLE



SCANNEZ - MOI

Depuis leur création, Les Covoyageurs soutiennent un tourisme responsable basé sur des valeurs de respect, de solidarité et de qualité sur un plan humain, environnemental et économique.

Pour connaître l'ensemble de nos valeurs cliquez [juste ici](#) ou flashez ce QR CODE



CONTACT



+33 (0)4 30 96 53 90
www.les-covoyageurs.com

Actualisé en novembre 2025

