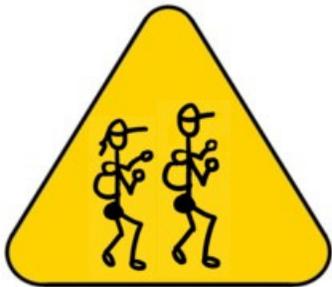


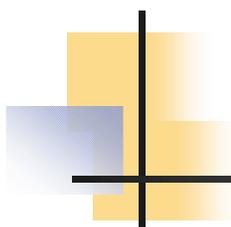
Une année sympathique

13 mois, 13 pays, à pied et à vélo



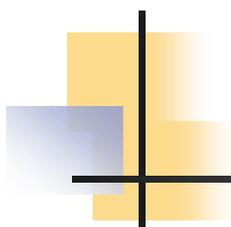
Lucille et Benoit Verbaere





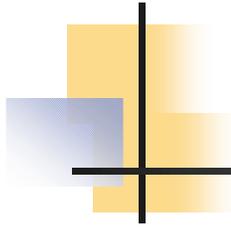
En bref...

- Quand ?
 - Du 1er Septembre 2004 au 1er Octobre 2005
- Comment ?
 - Une année autour du monde...
 - A pied (1,500 km) et à vélo (10,000 km)
- Où ?
 - 13 mois, 13 pays.
- Pourquoi ?
 - Découvrir les richesses de la terre, la beauté de ses paysages.
 - Rencontrer les peuples de la Terre, partager leurs modes de vie.
 - Communiquer avec vous tout au long du voyage, via internet.
 - Trouver nos limites, physiques et morales pour mieux nous connaître ... et revenir plus forts.



Benelu

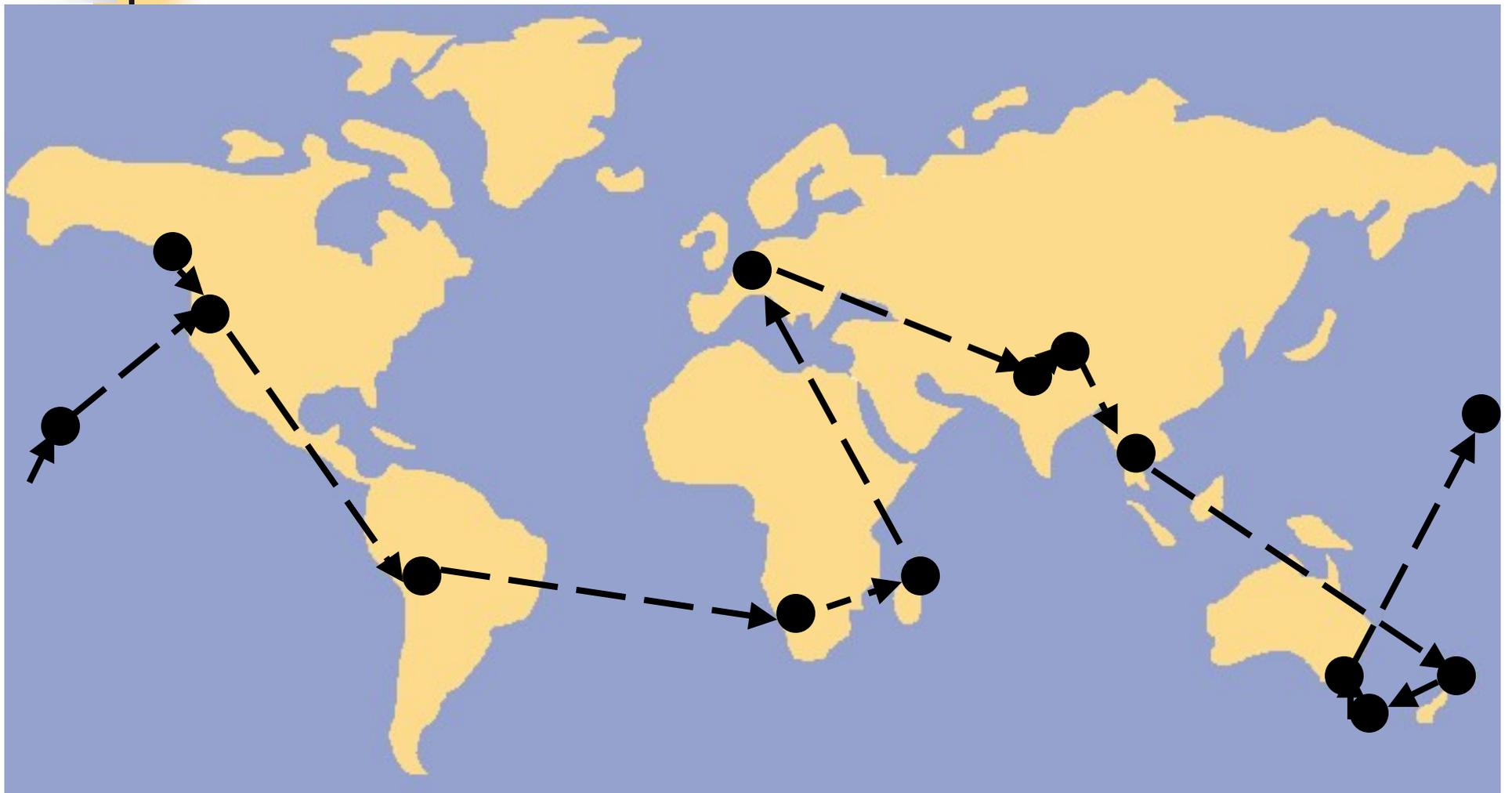
	Lucille, 28 ans (LU)	Benoit, 27 ans (BEN)
Formation	Ingénieur télécoms	Ingénieur télécoms
Poste actuel	Ingénieur R&D (ST Microelectronics)	Responsable projets (Equant)
langues	Anglais, français	Anglais, français
Activités, sports	Photos, lecture Randonnées, VTT, escalade, alpinisme, ski...	Rêves, Vélo, randonnées, alpinisme, ski...
Rôle pendant le voyage	Finances, Santé, Photos, Carnets de voyage	Matériels, logistique, sons, site internet

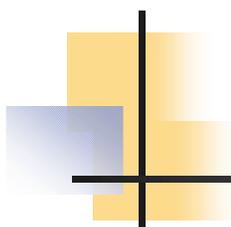


Benelu

- Mariés le 17 Avril 2004 aux Contamines (Haute Savoie)
- Déjà fait:
 - 6 mois à Boulder (Colorado, USA)
 - Plusieurs randonnées cyclo de 2 à 3 semaines (France, Irlande, Norvège)
 - Kayak de mer en autonomie en Méditerranée (Formentera)
 - Plus de 500km de dénivelé positif ensemble:
 - USA, Népal (6000m)
 - Suisse, France (Alpes, Corse, Réunion)

Autour du monde...





13 mois, 13 pays

■ Asie

- Ladakh, Inde
- Tibet, Chine
- Birmanie

■ Pacifique

- Nouvelle Zélande
- Australie
- Tasmanie

■ Amérique du nord

- Hawaii
- Alaska
- Canada

■ Amérique du Sud

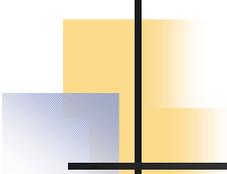
- Bolivie

■ Afrique

- Namibie
- Madagascar

D'Ouest en Est, selon les saisons.

		Ladakh	Tibet	Birmanie	Nouvelle Zelande	Tasmanie	Australie	Hawaii	Canada	Alaska	Bolivie	Namibie	Madagascar	
2004	Juillet	+						+		++	++			Juillet
	Aout	++						+		+	+			Aout
	Septembre	+					++	+			+			Septembre
	Octobre	+	++	+			+				+			Octobre
	Novembre		+	++										Novembre
	Decembre		+	++			+	+						Decembre
2005	Janvier		+	++	+	+	+							Janvier
	Fevrier		+	++	+	+	+							Fevrier
	Mars		++				+							Mars
	Avril		++				++	+			+			Avril
	Mai	+					+	+	+		+	++		Mai
	Juin	+						+		++	++	+		Juin
	Juillet	+						+		++	++	+	+	Juillet
	Aout	++						+		+	+	+	+	Aout
	Septembre	+									+	+	++	Septembre
	Octobre	+	++	+							+		++	Octobre



Humanitaire: mieux voir!

Shield Your Eyes While on the Slopes

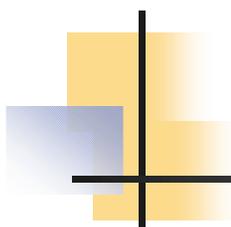
Experts say good ski goggles are a must

SUNDAY, Dec. 28 (HealthDayNews) -- When you're ready to hit those ski slopes this winter, be sure to keep your eyes from going downhill.

Intense sunlight and highly reflective snow can combine to cause temporary snow blindness or increase your risk of such eye problems as cataracts or macular degeneration, according to the British Columbia Association of Optometrists.

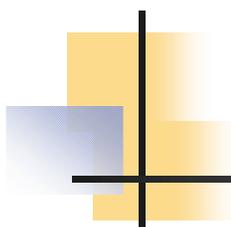
Snow blindness, or sunburn on the eye, is a painful condition that's caused by ultraviolet (UV) exposure, wind and dry winter air. Most of the eye damage caused by UV radiation happens over time, and can't be reversed.

- Afrique et Bolivie: Une personne âgée équipée, un enfant de plus à l'école!
- Ladakh et Tibet: Lunettes de soleil pour lutter contre la dégénérescence maculaire et l'ophtalmie des neiges.



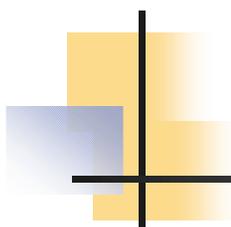
Reportages

- Photos:
 - Élaboration d'un calendrier: 1 mois,1 pays.
- Sons
 - Enregistrement de chansons d'enfants (5-10 ans)
- Récits de voyage
 - Articles dans les magazines de voyages.
(« Carnet d'expé », <http://www.expemag.com>)



Activités (Asie)

- Inde (Ladakh)
 - Leh-Padum à vélo
 - Traversée du Zaskar
 - Manali – New Dehli à vélo
- Chine (Tibet):
 - De Chengdu à la frontière du Tibet interdit: un mois à vélo
- Birmanie:
 - Découverte à vélo et à pied!

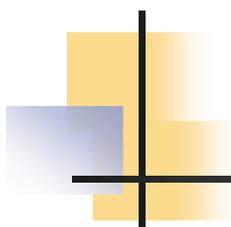


Activités (Pacifique)

- **Nouvelle Zélande:**
 - Trek dans le Tongariro National Park
 - Ascension du Mount Cook
 - Traversée de l'Île Nord à vélo

- **Tasmanie, Australie:**
 - Overland Trek: traversée de la Tasmanie
 - Descente de la Franklin River en raft
 - Sydney-Melbourne à vélo

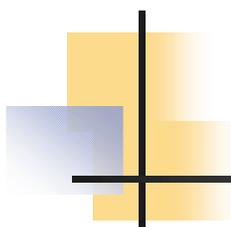
- **Hawaii:**
 - Trek dans le « Volcanoes National Park »
 - Kayak de mer: « Na Pali Coast »



Activités (Amériques)

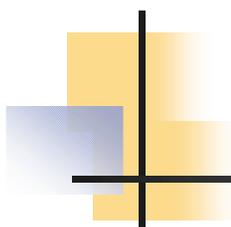
- **Alaska-Canada:**
 - De Vancouver à Prince Rupert via Jasper (+ 3000 km à vélo)
 - Ferry de Prince Rupert à Juneau.
 - Découverte de l'Alaska.

- **Bolivie:**
 - Le Salar de Uyuni à vélo.
 - Trek dans la Cordillère Royale, sommet à + de 6000m (Huayna Potosi)



Activités (Afrique)

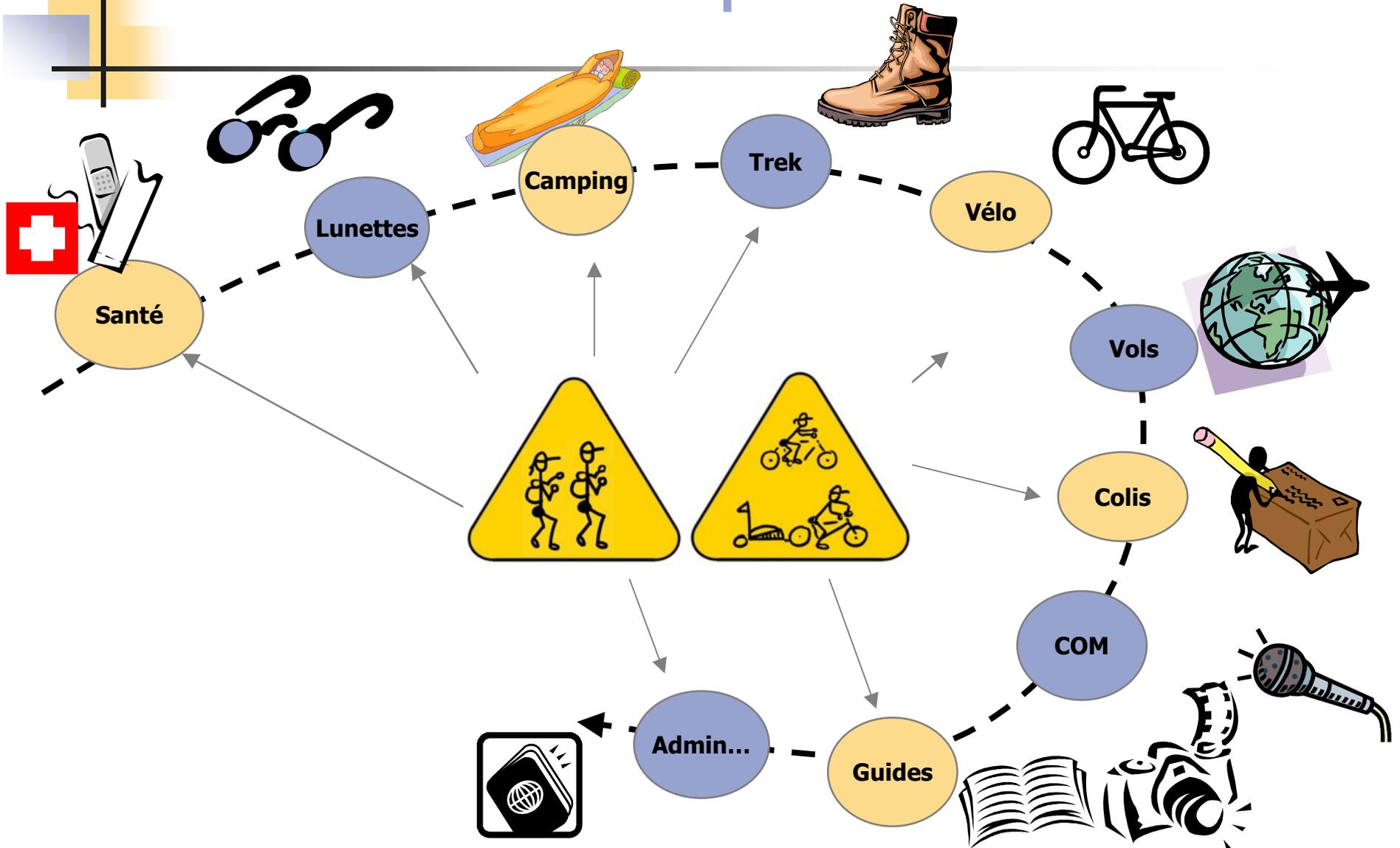
- **Namibie:**
 - Etosha National Park
 - Trek dans le Brandberg, ascension du Spitzkoppe
- **Madagascar:**
 - Trek dans le «Tsingy de Bemaraha »
 - Trek dans l'Isalo
 - Plongée dan la baie d'Ifati

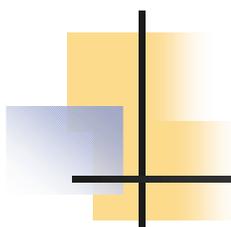


Budget

- Dépenses :
 - Déménagement, garde meuble.
 - Billet tour du monde « One World »
 - Guide de voyage, cartes
 - Santé
 - Pharmacie
 - Vaccins
 - Matériel
 - vélos, pièces de rechange
 - Sacoques, remorque
 - Sacs a dos, chaussures de marche
 - Tente, réchaud, duvet, tapis de sol
 - Communication
 - Appareils photo, micro,
 - lecteur/enregistreur minidisque, graveur portatif de CD.
 - Nourriture, liaisons en bus/train, hôtels, guides...
- Financées par:
 - Liste de mariage
 - Économies personnelles
 - **Partenariats**

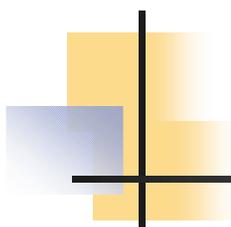
Recherche de partenaires





Benelu: Contacts

- Lucille et Benoit Verbaere
 - 220 Rte du Coin
 - 74160 Collonges sous Salève – FRANCE
 - Tel: +33 4 50 95 32 18 / +33 6 03 48 10 54
 - benelu@hotmail.com



Plus d'infos sur...

- <http://uneanneesympathique.free.fr/>





आइस मिनोरम डेवेलि
...
आइस मिनोरम डेवेलि
...
आइस मिनोरम डेवेलि
...

