

TABLE DES MATIÈRES

COMMENT Y ALLER ?

- LES LIGNES RÉGULIÈRES 10
- LES ORGANISMES DE VOYAGES 10
- UNITAID 24

GÉNÉRALITÉS COMMUNES AU GUATEMALA, AU YUCATÁN ET AU CHIAPAS

- AVANT LE DÉPART 25
- ARCHITECTURE PRÉCOLOMBIENNE 29
- CUISINE 30
- HISTOIRE 31
- ITINÉRAIRES SUGGÉRÉS 33
- LANGUE 33
- MARCHANDAGE 35
- PLONGÉE 35
- ZAPATISTES 36

LES QUESTIONS QU'ON SE POSE LE PLUS SOUVENT SUR LE GUATEMALA 38

LES COUPS DE CŒUR DU ROUTARD AU GUATEMALA 39

GUATEMALA UTILE

- ABC DU GUATEMALA 40
- AVANT LE DÉPART 40
- ARGENT, BANQUES, CHANGE 42
- ARTISANAT, ACHATS 43
- BUDGET 43
- CLIMAT 44
- COURANT ÉLECTRIQUE 44
- DANGERS ET ENQUINEMENTS 44
- DÉCALAGE HORAIRE 46
- DROGUE 46
- FÊTES ET JOURS FÉRIÉS 46
- HÉBERGEMENT 47
- LANGUE 47
- LIVRES DE ROUTE 48
- PHOTOS 48
- POSTE 48
- SANTÉ 49
- SITES ARCHÉOLOGIQUES ET MUSÉES 49
- SITES INTERNET 50
- TÉLÉPHONE, TÉLÉCOMMUNICATIONS 50
- TRANSPORTS 51

GUATEMALA : HOMMES, CULTURE ET ENVIRONNEMENT

- BOISSONS 53
- CUISINE 53
- DROITS DE L'HOMME 54
- ÉCONOMIE 55
- ENVIRONNEMENT 56
- GÉOGRAPHIE 56

4 TABLE DES MATIÈRES

• HISTOIRE	57	• POPULATION	64
• LES MAYAS AUJOURD'HUI	60	• RELIGIONS ET CROYANCES	64
• MÉDIAS	61	• SAVOIR-VIVRE ET COUTUMES ...	65
• Votre TV en français : TV5MONDE		• SITES INSCRITS AU	
• Journaux • Télévision • Liberté		PATRIMOINE MONDIAL	
de la presse		DE L'UNESCO	65
• PERSONNAGES	62		

LE GUATEMALA (AVEC EXTENSION AU HONDURAS : COPÁN)

• ARRIVER AU GUATEMALA	67
------------------------------	----

LE PETÉN

• FLORES	68	• UAXACTÚN	92
• Sur la route de Flores à El Remate		• EL MIRADOR	94
• EL REMATE	79	• YAXHÁ, NAKUM	94
• TIKAL	83	• SAYAXCHÉ	96
		• Aguatemala • El Ceibal • Dos Pilas	

L'EST

• RÍO DULCE	98	• PUERTO BARRIOS	112
• LIVINGSTON	104	• QUIRIGUA	117
• Les cascades de Los Siete Altarés • Playas de Cocoli • Playa Blanca • Balade sur le Río Dulce		• CHIQUIMULA	118
• Visite à Ak' Tenamit • Les cayos du Belize		• Estanzuela • Esquipulas	

Extension au Honduras : Copán

• COPÁN (LA VILLE)	122
• COPÁN (LE SITE)	128

LE CENTRE

• COBÁN	133	• ANTIGUA	157
• Ecocentro Jun Nal Ye • Laguna Lachua • El biotope del Quetzal (réserve naturelle Mario Dary Rivera) • Semuc Champey (cascades) et Lanquín (grottes) • Candelaria (grottes)		• Centro cultural La Azotea • Finca Filadelfia • Santiago de Sacatepéquez et Sumpango • El Cerro de la Cruz • L'ascension du volcan Pacaya	
• CIUDAD GUATEMALA	142		
• Mixco Viejo			

Au sud : la côte Pacifique

• MONTEERRICO	176
---------------------	-----

LE LAC ATITLÁN

• SOLOLÁ	180	• SANTIAGO ATITLÁN	192
• PANAJACHEL	181	• Le volcan Tolimán et le Cerro de Oro	
• Cerro de Oro • Volcán San Pedro • Volcán Atitlán		• SAN PEDRO	195
Les villages autour du lac		• SANTA CRUZ LA LAGUNA	198
• SANTA CATARINA PALOPÓ	191	• SAN MARCOS	199
• SAN ANTONIO PALOPÓ	192	• SAN JUAN	201

L'ALTIPLANO

- **CHICHICASTENANGO** 202
 - Au nord de Chichicastenango, Nebaj et le triangle Ixil : Santa Cruz del Quiché, Sacapulas et Nebaj
 - Chajul
- **QUETZALTENANGO (XELA)** 211
 - Volcán Santa María • San Andrés Xecul • San Cristóbal Totonicapán
 - Totonicapán • Iglesia San Jacinto à Salcaja • Le marché de San Francisco El Alto • Momostenango
 - Le marché d'Almolonga • Zunil
 - Fuentes Georginas (sources thermales) • Plus au sud : la côte Pacifique, les plages de Tilapa et Tulate
- **HUEHUETENANGO** 221
 - Sierra de los Cuchumatanes
 - Zaculeu (ruines)
- **TODOS SANTOS** 226

LES QUESTIONS QU'ON SE POSE LE PLUS SOUVENT SUR LE BELIZE 228

BELIZE UTILE

- **ABC DU BELIZE** 229
- **AVANT LE DÉPART** 229
- **ARGENT, BANQUES, CHANGE** 230
- **BUDGET** 231
- **CLIMAT** 231
- **COURANT ÉLECTRIQUE** 232
- **DÉCALAGE HORAIRE** 232
- **DROGUE** 233
- **FÊTES ET JOURS FÉRIÉS** 233
- **HÉBERGEMENT** 233
- **LANGUE** 233
- **LIVRE DE ROUTE** 234
- **SITES INTERNET** 234
- **TÉLÉPHONE, TÉLÉCOMMUNICATIONS** 234
- **TRANSPORTS** 235

BELIZE : HOMMES, CULTURE ET ENVIRONNEMENT

- **CAYES ET PLONGÉE** 236
- **CUISINE** 236
- **ÉCONOMIE** 237
- **ENVIRONNEMENT** 237
- **HISTOIRE** 238
- **MÉDIAS** 239
- Votre TV en français : TV5MONDE
- Presse
- **POPULATION** 240
- **RELIGION** 240
- **SITE INSCRIT AU PATRIMOINE MONDIAL DE L'UNESCO** 241

LE BELIZE (EX-HONDURAS BRITANNIQUE)

- **COMMENT Y ALLER** 242
- **BELIZE CITY** 243
 - Community Baboon Sanctuary : le sanctuaire des singes hurleurs et le musée d'Histoire naturelle
 - Altún Ha • The Belize Zoo • Turneffe Atoll
- **ORANGE WALK** 256
 - Lamanai • D'Orange Walk à Sarteneja
- **SARTENEJA** 258
 - Shipstern Nature Reserve
- **SAN PEDRO (AMBERGRIS CAYE)** 259
- **CAYE CAULKER** 265
- **SAN IGNACIO** 272
 - Xunantunich • Mountain Pine Ridge Reserve • Caracol • Actun Tunichil Muknal • Barton Creek Cave

6 TABLE DES MATIÈRES

• DANGRIGA	276	Reef, Cockscomb Basin Sanctuary	
• Gales Point			
• TOBACCO CAYE	279	• PLACENCIA	281
• La route du sud, vers Placencia : Hopkins, Sittee River, Glover's		• PUNTA GORDA	286
		• Nim Li Punit • Lubaantún • Blue Creek Cave • Sapodilla Cayes	

LES QUESTIONS QU'ON SE POSE LE PLUS SOUVENT SUR LE YUCATÁN ET LE CHIAPAS	290
---	-----

LES COUPS DE CŒUR DU ROUTARD AU YUCATÁN ET AU CHIAPAS	291
--	-----

YUCATÁN ET CHIAPAS (MEXIQUE) UTILES

• ABC DU MEXIQUE	292	• LANGUE	302
• AVANT LE DÉPART	292	• POSTE	303
• ARGENT, BANQUES, CHANGE	294	• POURBOIRE (PROPINA)	303
• ACHATS, ARTISANAT	296	• SANTÉ	303
• BUDGET	296	• SITES ARCHÉOLOGIQUES ET MUSÉES	305
• CLIMAT	297	• SITES INTERNET	305
• COURANT ÉLECTRIQUE	298	• TÉLÉPHONE, TÉLÉCOMS	306
• DÉCALAGE HORAIRE	298	• TRANSPORTS	307
• DROGUE	298	• TRAVAIL BÉNÉVOLE	312
• FÊTES ET JOURS FÉRIÉS	299		
• HÉBERGEMENT	301		

YUCATÁN ET CHIAPAS (MEXIQUE) : HOMMES, CULTURE ET ENVIRONNEMENT

• HISTOIRE	313	MOINE MONDIAL DE L'UNESCO	315
• SITES INSCRITS AU PATRI-			

LA PÉNINSULE DU YUCATÁN

• DISTANCES DANS LA PÉNINSULE	317	• IZAMAL	340
• MÉRIDA	317	• CAMPECHE	343
• Tixkokob • Sitio arqueológico de Dzibilchaltún • Mayapán • Quelques haciendas : Yaxcopoil et Ochil		• Edzná	
• CELESTÚN	336	• ESCÁRCEGA	351
		• LES SITES MAYAS DU RÍO BEC	352
		• Reserva natural y sitio de Calakmul • Chicanná • Becán	

LA RUTA PUUC	354
---------------------------	-----

• COMMENT Y ALLER ?	355	• SAYIL	361
• UXMAL	355	• LABNÁ	362
• KABÁH	361		

DE LABNÁ À CHICHÉN ITZÁ	363
--------------------------------------	-----

• ITINÉRAIRE	363	• CHICHÉN ITZÁ	364
• GRUTAS DE LOLTÚN	363	• Cenote Ik-Kil • Grutas de Balan-	

canche		• RÍO LAGARTOS	378
• VALLADOLID	373	• ISLA HOLBOX	380
• Cenote X-Kekén (Dzitnup) • Ruinas de Ek'Balam • Cenote X'Canché		• CANCÚN	386
		• ISLA MUJERES	393

LA CÔTE, DE CANCÚN À TULUM

• VOUS AVEZ DIT		• PAAMUL	426
« CORRUPTION » ?	403	• PUERTO AVENTURAS	427
• ET LA POPULATION LOCALE		• AKUMAL ET CALETA YAL-KÚ ...	428
DANS TOUT ÇA ?	404	• XEL-HÁ	429
• PUERTO MORELOS	404	• HIDDEN WORLDS CENOTES	
• PLAYA DEL CARMEN	406	PARK	430
• ISLA COZUMEL	416	• TULUM	431
• Ruinas de San Gervasio • Playa Azul • Parque Nacional Chankanaab • Playas San Francisco, Nanchicom et Palancar • Reserva ecológica Faro Celarain • Côte est		• Gran Cenote • Reserva natural Sian Ka'an • Ruinas de Muyil	
• PARQUE XCARET	425	• COBÁ	444
		• LAGUNA DE BACALAR	446
		• CHETUMAL	447
		• Laguna Guerrero • Kohunlich	

LE CHIAPAS

• LES DISTANCES DANS		• OCOSINGO	474
LE CHIAPAS	452	• Ruinas de Toniná	
• UN ÉTAT INDIEN	452	• SAN CRISTÓBAL	
• LES INDIENS AUJOURD'HUI	452	DE LAS CASAS	478
• LES ENJEUX ÉCONOMIQUES ...	452	• Las grutas • Los pueblos tzotziles : San Juan Chamula, Zinacantán	
• ORGANISATION SOCIALE	453	• COMITÁN	492
• VOYAGER DANS		• Tenam Puente	
LE CHIAPAS	454	• LAGUNAS DE MONTEBELLO ...	497
• PALENQUE	454	• TUXTLA GUTIÉRREZ	499
• Cascada de Misol-Ha • Agua Clara • Agua Azul		• Cañon del Sumidero	
• BONAMPAK ET YAXCHILÁN	469		
• INDEX GÉNÉRAL	515		
• OÙ TROUVER LES CARTES ET LES PLANS ?	519		

Nous avons divisé ce pays en plusieurs titres. En effet, la très grande majorité d'entre vous ne parcourent pas tout le pays. Et ces contrées sont tellement riches culturellement qu'elles nécessitent deux guides à elles seules. Rassemblés en un seul volume, nos ouvrages atteindraient 1 500 pages. Ils seraient alors intransportables et coûteraient... 3 fois plus cher ! Nous souhaitons conserver un format pratique à un prix économique, tout en vous fournissant le maximum d'informations sur des régions qui méritent d'être développées. Voilà !

La rédaction