

# TABLE DES MATIÈRES

## COMMENT Y ALLER ?

- LES LIGNES RÉGULIÈRES ..... 12
- LES ORGANISMES DE VOYAGES .... 12

## GÉNÉRALITÉS COMMUNES AU GUATEMALA, AU YUCATÁN ET AU CHIAPAS

- AVANT LE DÉPART ..... 28
- ARCHITECTURE  
PRÉCOLOMBIENNE ..... 32
- CUISINE ..... 32
- HISTOIRE ..... 34
- ITINÉRAIRES SUGGÉRÉS ..... 35
- LANGUE ..... 36
- MARCHANDAGE ..... 37
- PLONGÉE ..... 37
- UNITAID ..... 38
- ZAPATISTES ..... 38

LES QUESTIONS QU'ON SE POSE LE PLUS SOUVENT  
SUR LE GUATEMALA ..... 40

LES COUPS DE CŒUR DU ROUTARD AU GUATEMALA ... 41

## GUATEMALA UTILE

- ABC DU GUATEMALA ..... 42
- AVANT LE DÉPART ..... 42
- ARGENT, BANQUES, CHANGE ... 44
- ARTISANAT, ACHATS ..... 45
- BUDGET ..... 45
- CLIMAT ..... 45
- COURANT ÉLECTRIQUE ..... 47
- DANGERS ET  
ENQUIQUINEMENTS ..... 47
- DÉCALAGE HORAIRE ..... 47
- DROGUE ..... 48
- FÊTES ET JOURS FÉRIÉS ..... 48
- HÉBERGEMENT ..... 48
- LANGUE ..... 48
- LIVRES DE ROUTE ..... 49
- PHOTOS ..... 49
- POSTE ..... 50
- SANTÉ ..... 50
- SITES ARCHÉOLOGIQUES  
ET MUSÉES ..... 50
- SITES INTERNET ..... 51
- TÉLÉPHONE,  
TÉLÉCOMMUNICATIONS ..... 51
- TRANSPORTS ..... 51

## GUATEMALA : HOMMES, CULTURE ET ENVIRONNEMENT

- BOISSONS ..... 54
- CUISINE ..... 54
- DROITS DE L'HOMME ..... 55
- ÉCONOMIE ..... 56

## 4 TABLE DES MATIÈRES

• ENVIRONNEMENT .....	56	• PERSONNAGES .....	62
• GÉOGRAPHIE .....	57	• POPULATION .....	64
• HISTOIRE .....	57	• RELIGIONS ET CROYANCES .....	64
• LES MAYAS AUJOURD'HUI .....	60	• SAVOIR-VIVRE ET COUTUMES ...	65
• MÉDIAS .....	61	• SITES INSCRITS AU PATRIMOINE MONDIAL DE L'UNESCO .....	65
• Programmes en français sur TV5MONDE • Journaux • Télévi- sion • Liberté de la presse			

## LE GUATEMALA (AVEC EXTENSION AU HONDURAS : COPÁN)

### LE PETÉN

• FLORES .....	68	• EL MIRADOR .....	92
• Sur la route de Flores à El Remate		• YAXHÁ, NAKUM ET EL NARANJO .....	93
• EL REMATE .....	79	• SAYAXCHÉ .....	94
• TIKAL .....	82	• El Ceibal • Aguateca • Dos Pilas	
• UAXACTÚN .....	91		

### L'EST

• RÍO DULCE .....	96	• QUIRIGUA .....	114
• LIVINGSTON .....	102	• CHIQUIMULA .....	115
• Les cascades de Los Siete Alta- res • Playas de Cocoli • Playa Blanca • Balade sur le río Dulce • Visite à Ak' Tenamit • Les cayes du Belize		• Estanzuela • Esquipulas	
• PUERTO BARRIOS .....	109		

### Extension au Honduras : Copán

• COPÁN (LA VILLE) .....	119
• COPÁN (LE SITE) .....	123

### LE CENTRE

• COBÁN .....	128	• Centro cultural La Azotea • San- tiago de Sacatepéquez • Sum- pango • El Cerro de la Cruz • L'ascension du volcan Pacaya	
• El biotopo del Quetzal (réserve naturelle Mario Dary Rivera) • Se- muc Champey (cascades) et Lan- quín (grottes) • Candelaria (grottes)			
• CIUDAD GUATEMALA .....	135		
• Mixco Viejo • San Juan			
• ANTIGUA .....	148		

### Au sud : la côte Pacifique

• MONTERRICO .....	163
--------------------	-----

### LE LAC ATITLÁN

• SOLOLÁ .....	166	• SANTIAGO ATITLÁN .....	178
• PANAJACHEL .....	167	• Le volcan Tolimán et Cerro de Oro	
• Cerro de Oro • Volcán San Pedro • Volcán Atitlán		• SAN PEDRO .....	181
		• SANTA CRUZ LA LAGUNA .....	184
		• SAN MARCOS .....	185
		• SAN JUAN .....	185

### Les villages autour du lac

• SANTA CATARINA PALOPÓ .....	177
• SAN ANTONIO PALOPÓ .....	178

## L'ALTIPLANO

- **CHICHICASTENANGO** ..... 186
  - Au nord de Chichicastenango, Nebaj et le triangle Ixil : Santa Cruz del Quiché, Sacapulas et Nebaj
- **QUETZALTENANGO (XELA)** ..... 194
  - 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** ..... 203
  - Sierra de los Cuchumatanes
  - Zaculeu (ruines)
- **TODOS SANTOS** ..... 208

## LES QUESTIONS QU'ON SE POSE LE PLUS SOUVENT SUR LE BELIZE ..... 211

### BELIZE UTILE

- **ABC DU BELIZE** ..... 212
- **AVANT LE DÉPART** ..... 212
- **ARGENT, BANQUES, CHANGE** .. 213
- **BUDGET** ..... 214
- **CLIMAT** ..... 214
- **COURANT ÉLECTRIQUE** ..... 214
- **DÉCALAGE HORAIRE** ..... 214
- **DROGUE** ..... 215
- **FÊTES ET JOURS FÉRIÉS** ..... 215
- **HÉBERGEMENT** ..... 216
- **LANGUE** ..... 216
- **LIVRE DE ROUTE** ..... 216
- **SITES INTERNET** ..... 216
- **TÉLÉPHONE, TÉLÉCOMMUNICATIONS** ..... 217
- **TRANSPORTS** ..... 217

### BELIZE : HOMMES, CULTURE ET ENVIRONNEMENT

- **CAYES ET PLONGÉE** ..... 219
- **CUISINE** ..... 219
- **ÉCONOMIE** ..... 220
- **ENVIRONNEMENT** ..... 220
- **HISTOIRE** ..... 221
- **MÉDIAS** ..... 222
- **POPULATION** ..... 222
- **RELIGION** ..... 223
- **SITE INSCRIT AU PATRIMOINE MONDIAL DE L'UNESCO** ..... 224

### LE BELIZE (EX-HONDURAS BRITANNIQUE)

- **BELIZE CITY** ..... 226
  - Community Baboon Sanctuary : le sanctuaire des singes hurleurs et le musée d'Histoire naturelle
  - Altún Ha • The Belize Zoo • Turneffe Atoll
- **ORANGE WALK** ..... 239
  - Lamanai • D'Orange Walk à Sarteneja
- **SARTENEJA** ..... 241
  - Shipstern Nature Reserve
- **AMBERGRIS CAYE** ..... 242
- **CAYE CAULKER** ..... 248
- **SAN IGNACIO** ..... 255
  - Xunantunich • Mountain Pine Ridge Reserve • Caracol • Actun Tunichil Muknal • Barton Creek Cave
- **DANGRIGA** ..... 259
  - Gales Point

## 6 TABLE DES MATIÈRES

- TOBACCO CAYE ..... 262
  - La route du sud, vers Placencia : Hopkins, Sittee River, Glover's Reef, Cockscomb Basin Sanctuary
- PLACENCIA ..... 265
- PUNTA GORDA ..... 269
  - Nim Li Punit • Lubaantún • Blue Creek Cave • Sapodilla Cayes

## LES QUESTIONS QU'ON SE POSE LE PLUS SOUVENT SUR LE MEXIQUE ..... 274

## LES COUPS DE CŒUR DU ROUTARD AU MEXIQUE ... 275

### MEXIQUE UTILE

- ABC DU MEXIQUE ..... 276
- AVANT LE DÉPART ..... 276
- ARGENT, BANQUES, CHANGE .. 278
- ACHATS, ARTISANAT ..... 280
- BUDGET ..... 281
- CLIMAT ..... 281
- COURANT ÉLECTRIQUE ..... 282
- DÉCALAGE HORAIRE ..... 282
- DROGUE ..... 283
- FÊTES ET JOURS FÉRIÉS ..... 283
- HÉBERGEMENT ..... 285
- LANGUE ..... 286
- POSTE ..... 287
- POURBOIRE (*PROPINA*) ..... 287
- SANTÉ ..... 287
- SITES ARCHÉOLOGIQUES ET MUSÉES ..... 289
- SITES INTERNET ..... 289
- TÉLÉPHONE, TÉLÉCOMMUNICATIONS ..... 290
- TRANSPORTS ..... 291
- TRAVAIL BÉNÉVOLE ..... 295

### MEXIQUE : HOMMES, CULTURE ET ENVIRONNEMENT

- HISTOIRE ..... 296
- SITES INSCRITS AU PATRIMOINE MONDIAL
- DE L'UNESCO ..... 298
- LE ZÓCALO ..... 298

### LA PÉNINSULE DU YUCATÁN ET LE CHIAPAS

#### LA PÉNINSULE DU YUCATÁN

- DISTANCES DANS LA PÉNINSULE ..... 300
  - CAMPECHE ..... 300
    - Edzná • Les sites mayas du Río Bec : Reserva natural y sitio de Calakmul, Chicanná et Becán
  - MÉRIDA ..... 309
    - Tixkokob • Sitio arqueológico de Dzibilchaltún • Mayapán • Chicxulub
  - CELESTÚN ..... 326
  - IZAMAL ..... 328
- #### La Ruta Puuc
- LE LONG DE LA ROUTE, QUELQUES HACIENDAS ..... 331
    - Hacienda Yaxcopoil • Hacienda Temozón • Hacienda Ochil
  - UXMAL ..... 332
  - KABÁH ..... 338

• SAYIL .....	338	• PUNTA BETE (XCALACOCO) ....	379
• LABNÁ .....	339	• PLAYA DEL CARMEN .....	379
• DE LABNÁ		• ISLA COZUMEL .....	389
• Grutas de Loltún		• PARQUE XCARET .....	397
• DE LABNÁ		• PAAMUL .....	398
À CHICHÉN ITZÁ .....	340	• PUERTO AVENTURAS .....	399
• CHICHÉN ITZÁ .....	340	• AKUMAL ET CALETA YAL-KÚ ...	400
• Cenote Ik-Kil • Grutas de Balan-		• XEL-HÁ .....	401
canche		• HIDDEN WORLDS CENOTES	
• VALLADOLID .....	348	PARK .....	402
• Cenote X-Kekén (Dzitnup) • Rui-		• TULUM .....	402
nas de Ek'Balam		• Gran Cenote • Reserva natural	
• RÍO LAGARTOS .....	354	Sian Ka'an • Ruinas de Muyil	
• ISLA HOLBOX .....	355	• COBÁ .....	414
• CANCÚN .....	359	• LAGUNA DE BACALAR .....	416
• ISLA MUJERES .....	366	• CHETUMAL .....	417
		• Laguna Guerrero • Kohunlich	
<b>La côte, de Cancún à Tulum</b>			
• PUERTO MORELOS .....	376		

## LE CHIAPAS

• LES DISTANCES DANS LE		• Ruinas de Toniná	
CHIAPAS .....	422	• SAN CRISTÓBAL DE LAS	
• UN ÉTAT INDIEN .....	422	CASAS .....	447
• LES INDIENS AUJOURD'HUI ....	422	• Las grutas • Los pueblos tzotzi-	
• LES ENJEUX ÉCONOMIQUES ...	423	les : San Juan Chamula, Zinacan-	
• ORGANISATION SOCIALE .....	424	tán	
• VOYAGER DANS LE CHIAPAS ..	424	• COMITÁN .....	462
• PALENQUE .....	424	• Tenam Puente	
• Cascada de Misol-Ha • Agua		• LAGUNAS DE MONTEBELLO ...	466
Clara • Agua Azul		• TUXTLA GUTIÉRREZ .....	467
• BONAMPAK ET YAXCHILÁN .....	439	• Cañon del Sumidero et Chiapa	
• OCOSINGO .....	443	de Corzo	
• INDEX GÉNÉRAL .....	475		
• OÙ TROUVER LES CARTES ET LES PLANS ? .....	479		

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