AFRIQUE UNIE · CARNET DE VOYAGE

Afrique du Sud en 14 jours : l'itinéraire jour par jour

Deux semaines permettent de goûter aux deux visages de l'Afrique du Sud : la région du Cap, avec sa montagne, ses vignobles et sa côte sauvage, puis le nord-est et ses safaris. Cet itinéraire se fait en grande partie en voiture de location, avec un vol intérieur pour relier la Route des Jardins au parc Kruger. Voici le programme jour par jour.

Jour par jour

Jours 1-3 · Le Cap et la montagne de la Table (nuit : Le Cap)
Trois nuits au Cap ne sont pas de trop. Au premier jour de beau temps, montez sur la montagne de la Table, en téléphérique ou à pied par le sentier de Platteklip Gorge, deux à trois heures d'une montée raide : le vent ferme souvent le téléphérique, alors saisissez la première éclaircie. Réservez à l'avance la traversée vers Robben Island, où Nelson Mandela fut emprisonné pendant dix-huit ans ; la visite est souvent menée par d'anciens détenus. Promenez-vous dans les rues colorées de Bo-Kaap, sur le Waterfront et au jardin botanique de Kirstenbosch, adossé à la montagne. Le soir, montez à Signal Hill pour le coucher du soleil sur l'Atlantique.

Jour 4 · La péninsule et le cap de Bonne-Espérance (nuit : Le Cap)
Prenez la voiture pour une boucle d'une journée autour de la péninsule. Longez la côte atlantique par Camps Bay, puis empruntez la route panoramique de Chapman's Peak, taillée dans la falaise. Au bout de la péninsule, la réserve du cap de Bonne-Espérance offre des sentiers au-dessus de l'océan, des autruches et des babouins, que l'on ne nourrit jamais. Montez au phare de Cape Point pour la vue. Sur le chemin du retour, par la côte de False Bay, arrêtez-vous à Boulders Beach, près de Simon's Town, où vit une colonie de manchots du Cap. Terminez par le petit port de Kalk Bay et son poisson frit, avant de rentrer au Cap.

Jour 5 · Les vignobles de Stellenbosch et Franschhoek (nuit : Franschhoek ou Stellenbosch)
À moins d'une heure du Cap, les Winelands déroulent leurs vignes au pied de montagnes spectaculaires. Commencez par Stellenbosch, ville universitaire aux maisons blanches de style hollandais du Cap, bordées de chênes. Poursuivez par le col d'Helshoogte jusqu'à Franschhoek, fondée par des huguenots français, dont les noms se retrouvent encore sur les domaines viticoles. Les dégustations se font sur réservation dans la plupart des domaines, souvent accompagnées d'un déjeuner dans les vignes. Si vous dégustez, prévoyez un chauffeur ou l'un des circuits organisés qui relient les domaines : les contrôles d'alcoolémie existent et les routes sont sinueuses. Dormez sur place pour profiter du calme du soir.

Jour 6 · Hermanus et les baleines (nuit : Hermanus)
Rejoignez la côte par le col de Franschhoek, puis Hermanus, à environ une heure et demie de route. De juin à novembre, les baleines franches australes viennent mettre bas et élever leurs petits dans la baie de Walker, souvent à quelques dizaines de mètres des rochers. Le sentier côtier, qui longe la falaise sur plusieurs kilomètres, est le meilleur poste d'observation, sans même monter en bateau. Hors saison, la petite ville reste agréable, avec ses plages et la réserve de Fernkloof, couverte de fynbos, la végétation unique du Cap, en fleurs au printemps austral.

Jour 7 · La Route 62 et Oudtshoorn (nuit : Oudtshoorn)
Plutôt que la nationale côtière, prenez la Route 62, qui serpente à l'intérieur des terres à travers les vallées viticoles de Robertson et de Montagu, puis les paysages secs du Petit Karoo. Comptez cinq à six heures avec les arrêts dans de petits villages aux fermes victoriennes. Oudtshoorn, capitale de l'autruche, a fait fortune grâce aux plumes au début du XXe siècle, comme en témoignent ses anciennes demeures. Visitez une ferme d'élevage, puis les grottes de Cango, à une trentaine de kilomètres au nord, où un guide mène la visite des salles de calcaire.

Jours 8-9 · La Route des Jardins (nuit : Knysna ou Plettenberg Bay)
Par le col d'Outeniqua, rejoignez la côte en moins de deux heures et la Route des Jardins, ruban de forêts, de lagunes et de plages entre Wilderness et Storms River. Installez-vous deux nuits à Knysna ou à Plettenberg Bay. À Knysna, montez aux promontoires des Heads, qui encadrent l'entrée de la lagune. À Plettenberg Bay, la réserve de Robberg offre une belle randonnée sur une presqu'île peuplée d'otaries. Consacrez le second jour au secteur de Tsitsikamma : un sentier mène au pont suspendu de l'embouchure de la rivière Storms, entre falaises et vagues. En saison, des dauphins et des baleines croisent souvent au large de la baie.

Jours 10-11 · Vol vers le nord et Blyde River Canyon (nuit : Graskop ou Hazyview)
Rendez la voiture à l'aéroport de Gqeberha, à environ trois heures de Plettenberg Bay, et prenez un vol pour l'aéroport international du Kruger, près de Mbombela, avec une correspondance à Johannesburg. Récupérez une nouvelle voiture et dormez vers Graskop ou Hazyview. Le lendemain, parcourez la route panoramique du Mpumalanga : la vue de God's Window, les marmites de géant de Bourke's Luck, creusées par la rivière, puis le belvédère des Three Rondavels, qui domine le Blyde River Canyon et son lac. Arrêtez-vous aussi aux chutes de Lisbon et de Berlin, puis à Pilgrim's Rest, ancien village de chercheurs d'or.

Jours 12-14 · Safari dans le parc Kruger (nuit : Parc national Kruger)
Entrez dans le parc national Kruger par le sud, le secteur où la faune est la plus dense. Le Kruger se prête parfaitement à l'autotour : routes goudronnées ou pistes bien entretenues, cartes des observations récentes dans les camps et portes qui ferment au coucher du soleil, à respecter impérativement. Partez dès l'ouverture : éléphants, girafes, buffles et lions sont fréquents, et léopards et rhinocéros récompensent les plus patients. Réservez au moins une sortie guidée en véhicule ouvert, au lever du jour ou de nuit. Dormez dans un camp à l'intérieur du parc ou dans une réserve privée voisine. Le dernier jour, safari matinal puis vol retour via Johannesburg.

Se déplacer

La voiture de location est la meilleure façon de voyager : on roule à gauche, les routes sont bonnes et bien signalées. Évitez de conduire de nuit. Le vol entre Gqeberha et le Kruger, avec correspondance à Johannesburg, évite deux jours de route.

Quand partir

C'est un compromis : l'été austral, de novembre à mars, est idéal pour Le Cap et la côte, tandis que l'hiver sec, de mai à septembre, est la meilleure période au Kruger, quand la végétation clairsemée facilite les observations. Septembre à novembre combine bien les deux, avec les baleines à Hermanus. Le Cap est pluvieux et venté en juin et juillet ; Noël et le Nouvel An sont très chargés.

Infos pratiques

Afrique du Sud

Formalités	Selon votre passeport : visiterafriqueunie.com/visa/afrique-du-sud/
Fièvre jaune	Certificat exigé si vous arrivez d'un pays à risque
Paludisme	dans certaines régions
Monnaie	Rand (ZAR)
Langues	Anglais, zoulou, xhosa, afrikaans…
Prises	type C, M, N · indicatif +27 · UTC+2
Urgences	police 10111 · ambulance 10177 · pompiers 10177

Check-list du départ

Documents

☐ Passeport valide au moins six mois après le retour, avec des pages vierges
☐ Visa ou e-visa (imprimé si demandé)
☐ Carnet de vaccination international (fièvre jaune si exigée)
☐ Attestation d'assurance voyage et numéro d'assistance
☐ Copies papier et numériques du passeport et des réservations
☐ Billets, réservations et adresses enregistrés hors ligne
☐ Permis de conduire international si vous louez un véhicule

Santé

☐ Consultation voyage faite et vaccins à jour
☐ Traitement antipaludique si votre médecin le recommande
☐ Trousse : pansements, désinfectant, antidiarrhéique, sels de réhydratation
☐ Répulsif anti-moustiques adapté aux tropiques
☐ Crème solaire, chapeau et lunettes de soleil
☐ Médicaments personnels et ordonnances

Argent et connexion

☐ Banque prévenue, carte Visa ou Mastercard (et une carte de secours)
☐ Espèces en euros ou en dollars, billets récents et en bon état
☐ eSIM ou carte SIM locale prévue
☐ Adaptateur de prise adapté au pays
☐ Batterie externe et câbles
☐ Cartes hors ligne téléchargées
☐ Application Afrique Unie installée

Dans le sac

☐ Vêtements légers et couvrants (soleil, moustiques, lieux de culte)
☐ Une polaire pour les soirées, les safaris à l'aube et l'altitude
☐ Chaussures de marche et sandales
☐ Lampe frontale
☐ Gourde (idéalement filtrante)
☐ Petit sac de jour et pochettes étanches
☐ Cadenas pour les bagages

Avant de fermer la porte

☐ Conseils aux voyageurs de votre pays relus
☐ Voyage déclaré au service consulaire de votre pays (s'il le propose)
☐ Itinéraire et contacts laissés à un proche
☐ Enregistrement en ligne fait et franchise bagages vérifiée

Carnet créé à partir de visiterafriqueunie.com/itineraires/afrique-du-sud-en-14-jours/ · informations vérifiées en novembre 2026 sur les sources officielles. Les règles d'entrée, de santé et de sécurité changent : revérifiez-les avant le départ (conseils officiels de votre pays, ambassade du pays visité).