



De l'Indus au Changtang ***

15 jours dont 8 jours de Trek

LES POINTS FORTS :

- > Une grande variété de paysages
- > Une douce acclimatation à l'altitude
- > Les rencontres avec les Ladakhis, villageois et nomades

Cheminaut sur l'ancienne route des caravanes reliant le cachemire au Tibet, ce voyage nous fait découvrir les richesses de la vallée de l'Indus, de la vallée du Sham avant de partir à la rencontre des nomades du Changtang.

Ce programme se divise en trois temps :

Nous nous acclimatons d'abord dans la vallée de l'Indus et en profitons pour découvrir les plus grands monastères du Ladakh.

Ensuite, nous randonnons dans le Sham, région célèbre pour ses paysages désertiques, ses roches aux couleurs multiples et ses superbes oasis (maisons cossues, champs d'orge, abricotiers et amendiers).

Enfin, nous découvrons le Changtang, la partie la plus orientale du Ladakh, située à la frontière tibétaine. Les paysages y sont infiniment beaux et lumineux; les espaces y sont vastes et la vie sauvage y est intense. Le Changtang n'abrite que deux villages permanents, et de nombreux nomades qui vivent sous la tente, avec leurs yaks et leurs chèvres pashmina.



ITINERAIRE

(Sous réserve de modifications en fonction des circonstances)

J 1 : Arrivée à Delhi

Accueil à l'aéroport et transfert à l'hôtel proche de l'aéroport. Nuit à l'hôtel.

J 2 : Vol Delhi – Leh (3500 m)

Très tôt le matin, vol Delhi-Leh, en passant au dessus de la grande chaîne himalayenne. Transfert à l'hôtel à Leh. Premier contact avec le "Petit Tibet" et l'altitude. Après-midi de repos. En raison de l'altitude (3 500 m), il est conseillé de rester au calme. Nuit en guest house*.

Dominée par l'imposant palais royal, Leh fut autrefois un riche centre de commerce. Les caravanes venues du Tibet et d'Asie Centrale y faisaient halte avant de continuer leur route vers le Cachemire. Le vieux quartier, sous le palais royal, et la rue centrale où les femmes Ladakhi, robes noires et ceintures fuschia, vendent leurs légumes, constituent autant de scènes qui rendent Leh si attachante.

J 3 : Leh (3500 m) [2/3 H de marche]

Matinée de détente. L'après-midi, visite à pied de Leh et ses environs (sankar et gompa village) avant de poursuivre vers Shanti Stupa au coucher du soleil afin de profiter de la superbe vue sur la ville. Nuit en guest house*.

Le quartier de Sankar est particulièrement intéressant. Une sorte "d'anti Inde". Des petites maisons indépendantes, au milieu d'écrins de verdure. Les chemins sont propres, visiblement entretenus. L'air y est frais et pur. Pas de voitures pour ainsi dire pour troubler la quietude du soir. Une ambiance calme et paisible rare dans le pays.

J 4 : Leh – Likir (3400 m) – Yangtang [3 H de route] – Tsermangchan La (3750m) - Hemis Skupachan (3700 m) [3/4 H de marche]

TREK Départ le matin en véhicule privé pour Yangtang avec une escale au monastère de Likir. Début du trekking. Montée en direction du col de Tsermangchan La (3750m), puis descente vers le magnifique village de Hemis Skupachan (3700 m). Visite du village et de l'école. Campement.

Likir, perché au dessus du village, est quant à lui l'un des plus importants monastères du Ladakh. Nous parvenons au site par une petite route qui s'enfonce dans une magnifique vallée. Réputé pour sa discipline rigoureuse, le gompa abrite une centaine de moines (lamas). Le Supérieur est un jeune frère du Dalai Lama.

J 5 : Hemis Skupachan - Mebtak La (3720 m) – Temisgam (3600 m) [4/5 H de marche]

TREK Longue montée progressive jusqu'au col du Mebtak La (3720m). Redescente jusqu'à la vallée agricole de Dangdong Tokpo et le village de Ang. Courte marche jusqu'au grand village de Temisgam. Visite du village. Campement.

J 6 : Temisgam – Skining (3550 m) [4/5 H de marche]

TREK Nous cheminons à travers champs jusqu'au pied d'un petit col, après avoir traversé le village de Tea. L'ascension du col est en pente douce. Après le col (4050 m), descente en pente douce jusqu'au village de Skining. Campement.

J 7 : Skining – Khalse (2950 m) [3 H de marche] – Sabu [4 H de route]

TREK Redescente dans la vallée jusqu'à Khalse. Dans l'après-midi, route pour Sabu en passant par le monastère d'Alchi. Nuit en yourte avec SDB.

Alchi est certainement le plus beau monastère du Ladakh, et l'un des chefs d'œuvre de l'art mondial. Datant du 11^e siècle, c'est l'un des plus anciens monastères du monde tibétain. Les fresques sont d'une finesse rarement égalée dans tout l'Himalaya.

J 8 : Sabu – Lac de Tso Kar (4500 m) [7H de route]

Route en direction du Rupshu et du lac Tso Kar : nous remontons la vallée de l'Indus et visitons le monastère d'Hemis, avant de bifurquer vers le sud jusqu'au Tso Kar, lac salé planté dans un décor lunaire. Campement près du village de Thukje.

Si le temps le permet, possibilité d'arriver au lac par la marche (2 heures) en passant par le Kongka Seru La (4850m) d'où la vue est imprenable sur le lac Tso Kar.

J 9 : Lac de Tso Kar (4500 m) [4/5H de marche]

Très court transfert en jeep jusqu'au campement de Nyamur. Balade jusqu'au lac Startsapuk Tso beaucoup moins connu que le Tso Kar ou le Tso Moriri et pourtant tout aussi grandiose et majestueux. Retour au campement près du village de Thukje.

J 10 : Lac Tso Kar – Lac de Tso Moriri – Plaine de Korzok Phu (4600 m) [3H de route & 3/4 H de marche]

Piste roulante jusqu'au Tso Moriri en passant par le Namshang La (4960 m). Arrêt au lac de Kyagar Tso et randonnée d'environ 3 H jusqu'à la pointe Nord du Tso Moriri. Court transfert jusqu'à Karzok, l'un des deux seuls villages permanents du Changtang. Visite du monastère d'une trentaine de moines qui abrite un enfant réincarné que l'on appelle Rimpoche. Nous nous rendons ensuite à pied jusqu'aux prairies de Korzok Phu où se rassemblent les nomades (1 H de marche). Campement.

J 11 : Plaine de Korzok Phu (4600 m) [3/4H de marche]

Journée d'exploration dans l'immense plaine de Korzok Phu, entourée de hautes montagnes et qui abrite souvent de nombreux nomades. Campement.

Les Champas (nomades) vivent sous des tentes noires imperméables en laine de yak. Ils ne possèdent que leurs troupeaux de yaks, de chèvres et de moutons et tirent le plus clair de leur revenu de la laine. Des basses vallées, ils vont chercher des céréales, des étoffes, des épices, du sucre... En échange, ils apportent le sel, le beurre, le fromage, la viande, mais surtout la laine de leurs bêtes. Le duvet récolté entre les longs poils des chèvres, appelé pashmina, est descendu jusque dans la vallée du Kashmir, où il est admirablement tissé et vendu très cher en Occident !

J 12 : Lac Tso Moriri – Leh (3500 m) [7H – 210 Km]

Nous quittons le lac Tso Moriri pour rejoindre le magnifique lac de Thatsang Karu et le col du Namshang la. Descente de la vallée de l'Indus sur plus de 150 km avant d'atteindre Leh pour une douche bien méritée. Nuit en guest house*.

Tikse : ce fantastique ensemble architectural de l'ordre gelukpa, fut bâti au 15^e siècle. Il couvre de haut en bas une colline à mi-chemin entre Leh et Hemis. Une centaine de moines y résident.

J 13 : Leh (3500 m)

Journée libre à Leh. Nuit en guest house*.

J 14 : Leh - Delhi

Très tôt le matin, vol Leh-Delhi. Journée libre. Transfert et nuit à l'hôtel.

J 15 : Delhi – Aéroport international

Journée libre à Delhi, en cas de retard sur le vol Delhi/Leh (essentiellement dus aux conditions météorologiques) avant le transfert tardif à l'aéroport. Fin de nos services.

* Possibilité de logement en hôtel à Leh sur les voyages « À LA CARTE », moyennant un supplément (NOUS CONSULTER).

NB: les horaires des étapes sont donnés à titre indicatif. Le parcours peut légèrement varier d'une année à l'autre en fonction des points d'eau fraîche.

Niveau : Modéré ** **

Pour marcheur confirmé pratiquant régulièrement une activité sportive qui favorise l'endurance. Ce type de circuit comporte en général entre 5 et 10 jours de marche, avec des durées allant de 4 à 6 heures au quotidien. L'altitude peut être un élément à prendre occasionnellement en compte.