

SUR LES TERRES DES BERGERS DU LADAKH - sur mesure

Ce trek qui mène le randonneur des confins de la vallée de la Markha au lac Tso Moriri est plutôt destiné aux bons marcheurs. En 10 jours de marche - hors jours de transport- nous allons franchir 5 cols situés entre 4 950m et 5 190m mètres d'altitude, et parcourir environ 150 kilomètres. Les rivières seront traversées à gué avec parfois de l'eau à mi-cuisse, et un fort courant. Les contrastes climatiques enfin sont rudes avec des nuits fraîches à 2-5° et humides tandis qu'en plein soleil, le thermomètre peut monter jusqu'à 30°. Mais quels paysages ! Et des rencontres inédites, notamment avec la « bergère des glaces » et les nomades du Changthang. Le programme finit en apothéose, au sommet du Stok Kangri (6153m).

Jour 1 : Delhi > Leh (arrivée) (3550m)

Vous serez accueillis à Leh, puis transfert vers votre hébergement où vous vous reposerez toute la journée pour l'acclimatation à l'altitude.

🏠 Nuit en hôtel 🍴 2 repas

Jour 2 : Leh (libre)

Journée libre autour de Leh ; vous pourrez visiter le bazar et les monastères, ainsi que les

🏠 Nuit en hôtel 🍴 2 repas

Jour 3 : Leh > Phyang (3550m)

Aujourd'hui nous prenons la direction de Phyang, le village natal de Dorje, qui est situé à une vingtaine de kms à l'ouest de Leh. Phyang est un charmant petit village, qui s'étend depuis la vallée jusqu'aux premiers contreforts de la chaîne de Khardung La (environ 3800m pour les dernières maisons du village). C'est donc idéal pour une petite promenade, près des champs et des familles, et pour se reposer en vue du prochain trek. Vous pourrez aussi visiter le monastère, si vous le souhaitez, situé à quelques encablures de la maison de Dorje, où marchez vers les hauteurs de Phyang, jusqu'à 3700m, pour prendre un peu d'altitude.

Phyang, comme tout monastère défensif, se dresse en haut d'une butte. Dans une ambiance calme et pastorale, le site, grandiose, appelle à l'élévation de l'âme. En contrebas du monastère qui étale sa façade au soleil, une arête rocheuse dresse une allée de blancs chortens ainsi qu'un long mur de pierres sculptées : les mani dont le nom vient de ce qu'elles portent, gravée, la prière rituelle "Om Mane-Padme-Um", marmonnée à longueur de journée. Selon le rite, on le contourne par la gauche. Le silence est profond : seuls quelques cris d'animaux. Là-haut, la silhouette pourpre d'un bonze se déplace devant le mur blanc d'une cellule.

🏠 Nuit en guest house ⌚ Transferts : 4h 🍴 3 repas

Jour 4 : Phyang > Likir > Alchi > Phyang

Aujourd'hui, nous partons vers l'ouest : nous partons à la découverte des monastères de Likir et Alchi, qui se trouvent sur notre chemin. Le monastère de Likir, « le cercle de l'esprit des eaux », fondé dès le XIe siècle, abrite quelques remarquables thankas ainsi qu'une gigantesque statue du Bouddha. Nous découvrirons ensuite le monastère d'Alchi, centre religieux de la plus grande importance et site mentionné au patrimoine mondial de L'Unesco. Sa salle de culte, le sum-tsag, renferme les impressionnantes statues d'Ava-lokiteshvara, de Maitreya et de Manjusri. Mais l'intérêt majeur d'Alchi réside dans ses fresques étonnantes qui dénotent une grande influence de l'art du Cachemire. D'une exquise facture, elles déclinent les mille bouddhas, représentent le grand traducteur Richen Zang-po et révèlent de remarquables exemples de mandalas. Puis retour à Phyang par la même route.

🏠 Nuit en guest house ⌚ Transferts : 4h 🍴 3 repas

Jour 5 : Phyang > Gya (4100m)

Avant d'arriver à Gya, visite de la haute vallée de l'Indus et des grands monastères de Shey et Thiksey. Shey, notre première étape, fut la capitale du royaume au XIIIème siècle. Nous visitons ensuite le monastère de Thiksey, situé sur la rive droite de l'Indus, à environs une vingtaine de kilomètres de Leh. Ce monastère reconstruit au XVe siècle est dédié à Maitreya, le Bouddha de l'avenir. Nous déjeunons au restaurant de Thiksey, avant de partir pour Gya, au sud. Le village de Gya, notre destination du jour, est l'un des plus beaux villages du Ladakh. C'est l'un des derniers villages dans lequel il est possible de trouver toutes les traditions du Ladakh encore respectées et transmises de génération en génération. Nous irons à la rencontre des habitants (environ 15 familles seulement) et vous pourrez échanger avec eux grâce à votre guide. Vous dormirez chez l'habitant, et dans la soirée vous pourrez participer à la préparation du dîner. Rester à Gya, qui est situé à l'entrée du Changthang, est important pour l'acclimatation au trek qui suit, pendant lequel nous ne serons jamais à moins de 4000m d'altitude.

🏠 Nuit chez l'habitant ⌚ Transfert : 3-4h de route 🍴 3 repas

Jour 6 : Gya > Alpages > Gya (4100m)

Aujourd'hui nous irons à la rencontre de la fameuse « **bergère des glaces** », qui apparaît dans le documentaire du même nom réalisé par **Stanzin Dorjai** et **Christiane Mordelet**. Vous pourrez observer Tsering et son troupeau dans les alpages, où elle vit seule avec pas moins de 200 moutons et chèvres. Nous pourrons échanger avec elle à propos de sa vie quotidienne, de son quotidien, puis nous l'accompagnerons à travers les montagnes, une petite balade idéale pour l'acclimatation. Nous pique-niquerons sur place avec elle, avant de revenir vers Gya.

Si d'aventure Tsering n'est pas au village à cette date, nous irons du côté du village de Runtse avec un autre berger, et monterons avec lui et ses bêtes.

🏠 Nuit chez l'habitant 📉 +700m/-800m 🚶 5h de marche 🍴 3 repas

Jour 7 : Gya > Upshi > Tso Moriri (4500m)

Aujourd'hui nous partons vers le départ du trek, à Spangchen ; c'est la première étape d'un parcours safari de 2 jours. La première journée nous emmène jusqu'à Tso Moriri, le grand lac sacré situé non loin de la frontière tibétaine. Nous ferons plusieurs pauses sur notre route afin de profiter des paysages et des divers sites à découvrir. Après-midi libre autour de Korzok, le petit village bordant le lac.

🏠 Nuit en camp de luxe ⌚ Transferts : 6-7h (165km) 🍴 3 repas

Jour 8 : Tso Moriri > Tso Kar > Spangchen (4500m)

Deuxième étape aujourd'hui, nous arrivons à Spangchen dans la soirée ; mais avant cela, nous ferons étape à Tso Kar, un autre lac sacré mais bien différent du Tso Moriri. Ce lac est salé, et est un lieu prisé par les oiseaux migrateurs pour s'y accoupler, et reprendre des forces avant leurs voyages. C'est un site atypique qui vaut le détour. Nous y déjeunerons, puis enfin nous irons jusqu'à Spangchen, chez les nomades, afin d'y poser nos sacs et de partager leur dîner. Première nuit en tente, après avoir fait connaissance avec les membres de l'équipe de trekking.

🏠 Nuit en tente ⌚ Transferts : 3h (75km) 🍴 3 repas

Jour 9 : Spangchen > Lungmochey (4450m)

Le lendemain, c'est le départ ! Longue journée pour la mise en jambe, mais quelle journée : nous traversons les immenses plateaux du Changthang, à mi-chemin entre désert américain, et paysages lunaires. La deuxième partie de la journée notamment est magnifique, puisque nous récupérons un peu de verdure au sol. Nous arrivons en fin d'étape à Lungmochey, village de nomades désert à cette époque. Le lieu de camping est magnifique, au bord d'une petite rivière.

🏠 Nuit en tente 📈 +280/-230m 🚶 7h de marche 🍴 3 repas

Jour 10 : Lungmochey > Yar La (4950m) > Datt (4200m)

Deuxième longue étape à travers le Changthang, avec cette fois le premier col du trek : le Yar La. La montée est facile et régulière, le long d'un grand mur, vestige des temps jadis. Descente un peu abrupte, puis nous retrouvons un sentier près de la route, qui n'est pratiquement jamais utilisée. La deuxième partie du trek est longue, dans une grande vallée toute plate. Puis nous arrivons à Datt, le magnifique site où les nomades vivent l'hiver. Vous pourrez y visiter le petit monastère, et profiter du lieu de camping magnifique pour vous détendre et vous reposer après l'une des plus longues étapes du voyage.

 Nuit en tente  +500/-850m  8h de marche  3 repas




Jour 11 : Datt > Tsokra (4260m)

C'est l'étape reine du trek, en ce qui concerne les paysages : vous passerez par tous les états, entre petites vallées enchantées, passages dans la « jungle » au fond de grands canyons... Nous n'en dirons pas plus, afin de préserver la beauté et la surprise de cette étape. Nous camperons à Tsokra, près des ruines d'un fort d'une civilisation ancienne.

 Nuit en tente  +-160/-210m  7h de marche  3 repas

Jour 12: Tsokra > Zalung Karpo (5190m) > Yakrupal (4360m)

En route Yakrupal, pour l'une des étapes les plus difficiles du voyage. Car devant nous se dresse le Zalung Karpo, haut col à 5190m, qui domine les massifs des environs. La montée sera longue, et il faudra prendre garde sur un sentier étroit, mais la récompense au sommet en vaut la peine : c'est tout simplement l'une des plus belles vues du Ladakh qui vous attend. Vous pourrez apercevoir le Zaskar au loin, Kharnak derrière nous, et même la Markha qui s'annonce. Redescente ensuite vers Yakrupal, dans un pierrier d'abord, puis sur des petits sentiers longeant la rivière, avec la possibilité de croiser des troupeaux de bharals sur notre route. A partir de demain, le trek devient plus aisé.

 Nuit en tente  +930/-830m  8h de marche  3 repas

Jour 13 : Yakrupal > Hankar (4000m)

Aujourd'hui nous poursuivons vers Hankar. Deux chemins s'offrent à nous : l'un nous amène en direction de Nimaling, près du camp de base du Kang Yats é (6400m) qu'on aperçoit dans le lointain ; l'autre chemin, que nous emprunterons, nous emmène dans une petite vallée, où la randonnée est aisée. Campemet au petit village d'Hankar, qui marque l'entrée dans la vallée de Markha.

 Nuit en tente  +140/-480m  4-5h de marche  3 repas




Jour 14 : Hankar > Markha (3740m)

Aujourd'hui marche facile le long d'une rivière. Nous pourrons visiter sur notre route le petit monastère de Techa. A partir d'aujourd'hui, nous rencontrerons un peu plus de promeneurs. Enfin, arrivée au beau petit village de Markha. Nuit en tente.

 Nuit en tente  +90/-310m  4-5h de marche  3 repas

Jour 15 : Markha > Skyu (3350m)

Plusieurs cours d'eau parsèment le chemin et la randonnée ne présente pas de grande difficulté, nous descendons la plupart du temps. Plusieurs petites zones restaurants/camping seront sur notre route, nous pourront nous y arrêter si le soleil tape, pour échanger avec les locaux.

 Nuit en tente  +110/-450m  7h de marche  3 repas

Jour 16 : Skyu > Pied du Ganda La (4600m)

Aujourd'hui nous reprenons de la hauteur, avec en ligne de mire le Ganda La que nous passons le lendemain. Depuis Skyu, montée progressive dans de beaux décors, la vallée de la Markha est belle en cette saison. Nous passons par le petit village de Shingo (4200m) où mangerons, puis nous repartons pour quelques heures jusqu'à un point de camping avant le col.

 Nuit en tente  +1260m  4-5h de marche  3 repas

Jour 17 : Pied du Ganda La > Rumbak (3960m)

C'est parti pour les derniers mètres jusqu'au sommet ! La markha dernière nous est somptueuse, et la montée est vraiment lente et progressive, pas la plus difficile du trek.

Nous entamons ensuite une longue descente jusqu'au petit village de Rumbak, où nous nous reposerons avant la dernière partie du trek.

🏠 Nuit en tente 📉 +370/-1000m 🚶 6h de marche 🍴 3 repas

Jour 18 : Rumbak (repos)

🏠 Nuit en tente 🍴 3 repas

Jour 19 : Rumbak > Stok La (4900m) > Changmachan (4200m)

Reprise du trek ! Au programme aujourd'hui, le Stok La se dresse devant nous, impressionnant. La montée est courte, mais raide, en lacets. Au sommet, nous voyons les paysages changer devant nous, avec la chaîne de Stok et ses roches si particulières ; derrière, nous disons adieu à la Markha. Descente dans des sortes de gorges, les rochers sont impressionnants. Nous camperons à Changmachan, nous approchons à grands pas du dernier défi de notre voyage.

🏠 Nuit en tente 📉 +940/-720m 🚶 6-7h de marche 🍴 3 repas

Jour 20 : Changmachan > Stok Kangri (BC)

Journée de transition vers le camp de base : la randonnée du jour est courte, mais nous ne ferons que monter. Nous arrivons au camp de base, et y restons toute l'après-midi. Vu que l'ascension débutera dans la nuit, chacun doit essayer de prendre du repos, dans sa tente. Après notre passage au Changthang et la fatigue du trek, trouver le sommeil devrait être aisé.

🏠 Nuit en tente 📉 +750m 🚶 4-5h de marche 🍴 3 repas

Jour 21 : Stok Kangri (ascension) > Mankarmo (4500m)

Le grand moment est arrivée ! Aux alentours de minuit, nous nous réveillons et déjeunons copieusement. Puis c'est le départ, pour une randonnée jusqu'au sommet qui durera au moins 7h. Pas ou peu de difficultés techniques, la montée est régulière, et seuls les derniers mètres nécessiteront une corde. Puis c'est le sommet ! Après les photos et la joie, redescente prudente jusqu'au camp de base ; puis nous pousserons un peu plus bas, car le camp de base est comble à cette période de l'année, direction le petit village de Mankarmo, un peu plus bas, où nous fêterons la victoire.

🏠 Nuit en tente 📉 +1180/-1580m 🚶 8h de marche 🍴 3 repas





Jour 22 : Mankarmo > Matho La (4820m) > Matho Phu (4400m)

Nous faisons durer le plaisir : le trek n'est pas terminé. Nous passons par des sentiers peu courus, et aujourd'hui nous passerons notamment le col de Matho La, sur une montée régulière le long de la rivière Jingchan. Derrière nous se dresse fièrement le Stok Kangri et le Stok La, que nous avons déjà conquis. Descente de l'autre côté, puis camp à Matho Phu.

 Nuit en tente  +330/-520m  4-5h de marche  3 repas

Jour 23 : Matho Phu > Shang La (4900m) > Shang Phu (4350m)

Dernière réelle journée trek, avec le passage du Shang La à mi-parcours. Nous redescendrons ensuite et aurons besoin de traverser beaucoup de petits cours d'eau, rendant la promenade agréable. Dernier camping le soir, l'occasion de remercier tous les acteurs de ce voyage.

 Nuit en tente  +650/-760m  6h de marche  3 repas

Jour 24 : Shang Phu > Shang > Leh

C'est le chant du cygne, ce matin : plus que 3h de randonnée avant l'arrivée ! Promenade facile en descente vers le beau village de Shang, où les taxis nous attendent pour nous ramener vers Leh. Reste de la journée consacrée au repos et à la toilettes, nous nous retrouverons ensuite le soir pour un dernier dîner ensemble.

 Nuit en tente  +30/-580m  3h de marche  3 repas

Jour 25 : Leh > Delhi

Nous vous déposons le matin à l'aéroport pour votre retour à Delhi. Fin de nos services !

CE VOYAGE COMPREND :

HEBERGEMENT ET VISITES

- ✓ Tel qu'indiqué sur le programme
- ✓ Hébergement en chambres TWIN
- ✓ Leh : Royal Ladakh
- ✓ Phyang : chez l'habitant (maison de Dorjey)
- ✓ Tso Moriri : camp de luxe
- ✓ Camping (tente) : totalité du trek (tentes 2 places)

TRANSPORT

- ✓ Les transferts tels qu'indiqués dans le programme
- ✓ Un minibus pour les transferts en début de voyage

ENCADREMENT

- ✓ Un guide Francophone pendant le voyage
- ✓ Un guide de très haute montagne pour l'ascension du Stok Kangri
- ✓ Une équipe complète pour le voyage : cuisinier, aides cuisiniers (x2) et muletiers
- ✓ Les chevaux pour transporter le matériel

NOURRITURE ET EQUIPEMENT

- ✓ Pension complète pendant tout le voyage, sauf les jours 1 et 2 à Leh (2 repas)
- ✓ Tout le matériel de camping (tentes, tables)

Note : Les repas seront assurés par notre cuisinier pendant le trek

LES PERMIS

- ✓ Les permis pour circuler dans les différentes zones du Ladakh (Tso Moriri)
- ✓ Le permis pour l'ascension du Stok Kangri

CE VOYAGE NE COMPREND PAS :

- Les boissons (eau en bouteille, alcool)
- Les frais d'entrées dans les monastères
- Les pourboires et frais personnels
- Les taxes d'aéroport
- Les éventuels frais dus aux retards ou annulation de vols
- Les transferts internationaux & domestiques