LANGTANG & LACS SACRÉS DE GOSAINKUND

Durée : 17 jours dont 11 jours de marche

Hébergement en lodge

Niveau : modéré

Prix : nous contacter

Les points forts

- Un itinéraire varié offrant des vues magnifiques sur les hautes montagnes himalayennes
- L'atmosphère sereine du Langtang : alpages, lacs...
- La traversée de nombreux villages tamangs, sherpas...
- L'ascension du Tsergo Ri (4984 m)

Le voyage

Au nord de Katmandou, vous pouvez réaliser un agréable trekking dans le massif du Langtang à l'écart des circuits classiques. A mi-chemin entre les Annapurnas et le Rolwaling Himal, non loin du Shishapangma (8012 m), il offre plusieurs sommets de belle ampleur comme le Langtang Lirung (7225 m) et le Dorje Lhakpa (6990 m). Ce dernier, magnifique pyramide glaciaire, trône au fond de la vallée. L'ascension du Tsergo Ri (5033 m) marque le point ultime atteint lors du parcours. Au sommet, un panorama spectaculaire vous attend : au nord-ouest le Langtang Lirung (7225 m). Au sud-ouest, le Naya Kanga (5844 m). Enfin le Yansa Tsenji (6575 m) au nord. A vos pieds, toute la vallée du Langtang s'étire jusqu'au Tibet.

Encerclée par de nombreux cols glaciaires d'accès difficile, l'unique issue est le col de Laurebina (4610 m). Pour l'approcher, nous montons jusqu'aux lacs sacrés de Gosainkund, réserves d'eau faisant l'objet d'un pèlerinage annuel hindouiste. Du col, la vue est dégagée sur le Manaslu et les Annapurnas. Les nombreux lodges qui émaillent le parcours garantissent une bonne qualité d'hébergement.

himalayaktrekking.com

J 1/ FRANCE
Vol pour Katmandou.

J 2/ KATMANDOU
À votre arrivée à Katmandou, vous êtes accueilli à l'aéroport et transféré à l'hôtel. Après-midi libre, derniers préparatifs pour le trek. Première immersion dans la ville des célèbres temples aux toits en "pagode". Repas libres. Nuit à l'hôtel.

J 3/ Katmandou - Dhunche (1965 m) - Shyabru (1460 m)
Dès que nous quittons Katmandou, la route s'élève et franchit un petit col à Kakani, à 2 145 mètres d'altitude. Par temps clair, le panorama est superbe : sur notre gauche l'Annapurna II, le Manaslu et devant nous le massif du Ganesh Himal. La route plonge ensuite vers la large vallée de la Trisuli pour arriver au gros bourg éponyme. Puis nous remontons par une route en lacets vers Shyabru Bensi avec un arrêt à Kalikhastan, point d'entrée dans le parc national du Langtang.
5 h de route. Nuit en lodge.

J 4/ SHYABRU - LAMA HOTEL (2470 M)
Début du trekking. Nous traversons le village de Shyabru, puis des cultures en terrasses et une épaisse forêt de chênes, aulnes et bambous. Nous changeons de rive en franchissant la rivière Langtang Khola, par un large pont suspendu. Quelques montées et descentes dans des zones d'éboulements font que cette journée n'est pas monotone, malgré le peu d'habitations visibles dans cette région boisée. Nous retraversons la tumultueuse Langtang Khola avant d'entreprendre une montée raide jusqu'à Rimche, à 2 250 mètres. La descente en direction de Changtang, appelé "Lama Hotel" (nom du premier lodge construit dans ce hameau) est enfin douce.
Nuit en lodge. 6 à 7 h de marche. Dénivelé + : 1184 m. Dénivelé - : 184 m.

J 5/ LAMA HOTEL - GHORA TABELA - LANGTANG (3400 M)
Nous montons progressivement au sein de la forêt et quelques ouvertures entre les arbres nous laissent contempler la rivière d'un bleu limpide en contrebas. Puis, au détour d'une clairière, le Langtang Lirung (7246 m) fait son apparition, majestueux. Le sentier traverse un pont suspendu puis monte au milieu des prairies à yacks jusqu'à Ghora Tabela, village pastoral occupé principalement par des Tibétains. Le sentier grimpe régulièrement au sein de la vallée s'élargissant au fur et à mesure de notre progression. Nous croisons plusieurs maisons typiquement tamangs, ainsi que les premiers manis, les murs à prières. L'arrivée à Langtang, village reconnaissable à ses maisons de style tibétain aux toits plats, est imminente.
Nuit en lodge. 5 à 6 h de marche. Dénivelé + : 1035 m. Dénivelé - : 100 m.

J 6/ LANGTANG - KYANJIN GOMPA (3870 M)
Le sentier serpente à travers le plus grand village de la vallée et rejoint une crête dominée par un gros chorten carré et son long mur à prières. De là, l'accès à une petite moraine permet de contempler la gompa de Kyanjin : le site est magnifique. Puis petite descente en direction des lodges et de la fromagerie locale.
Nuit en lodge. 3 h de marche. Dénivelé + : 470 m.
L'après-midi, possibilité de faire une excursion en direction du Kyanjin Ri (4773 m) qui offre un point de vue remarquable : Langtang Lirung (7227 m), Yala Peak (5050 m), Langshisha Ri (6560 m), massif de Urkeinmang Himal (6143 m), parmi de nombreux autres sommets. Si vous ne souhaitez pas faire cette excursion, vous pouvez remonter la large vallée du Langtang, qui s'élève très doucement, vers les pâturages d'été des yacks.

J 7/ ASCENSION DU TSERGO RI (4984 M)
Journée consacrée à la découverte de la haute vallée du Langtang. Le Tsergo Ri, d'où la large vue circulaire s'impose comme belvédère, offre un panorama grandiose : Langtang Lirung (7246 m), Naya Kanga (5846 m), Dorje Lakpa (6966 m), Langshisa Ri (6427 m), Ganchenpo (6378 m) et, au loin, le sommet du Shishapangma (8013 m). L'aller et retour constitue une belle journée d'efforts. Le terrain ne présente pas de difficultés particulières autres que l'altitude. La fin du parcours, parmi de gros blocs de rocher s'avère exigeante.
Nuit en lodge. 8 h de marche. Dénivelé + : 1100 m. Dénivelé - : 1100 m.

J 8/ KIANJIN GOMPA - LAMA HOTEL (2470 M)
Descente par le même chemin qu'à l'aller.
Nuit en lodge. 6 à 7 h de marche. Dénivelé + : 90 m. Dénivelé - : 1490 m.

J 9/ LAMA HOTEL - THULO SHYABRU (2250 M)
Descente par le chemin de l'aller en suivant la Langtang Khola, jusqu'à prendre un petit chemin sur notre gauche. Le chemin est un peu rude au milieu des fougères. Nous débouchons sur un belvédère somptueux. Quelque temps plus tard, nous

arrivons à un replat et apercevons le village de Thulo Shyabru. Suspendu à une crête avec son chorten blanc à l'entrée du village, c'est un beau belvédère sur les contreforts du Tibet. A la tombée de la nuit, les couleurs changeantes des arbres, collines et cimes enneigées du lointain laissent d'agréables souvenirs et ravissent les photographes.
Nuit en lodge. 6 à 7 h de marche. Dénivelé + : 750 m. Dénivelé - : 950 m.

J 10/ SHYABRU - SING GOMPA (3300 M)
Le chemin ne nous laisse que peu de choix : il nous faut gravir une dure montée en lacets sur la colline dominant Shyabru. Nous progressons la majeure partie du temps à couvert, au sein d'une forêt humide où quelques singes sautent d'un arbre à l'autre, avant d'arriver à Dursagang (2550 m). La pente s'adoucit, puis un dernier effort nous permet d'atteindre le sommet de la crête à 3 360 mètres, sur un balcon offrant une large vue sur les massifs des Ganesh Himal et du Manaslu. Nous arrivons à Sing Gompa, charmant village avec sa petite fromagerie et son monastère au bord du chemin.
Nuit en lodge. 4 à 5 h de marche. Dénivelé + : 1080 m. Dénivelé - : 40 m.

J 11/ SING GOMPA - CHANDARNBHAR - LACS DE GOSAINKUND (4380 M)
Le sentier grimpe raide au sommet d'une crête, jusqu'à Laurebina Yak (3930 m). Le paysage se dévoile, majestueux : Annapurnas, Manaslu, Ganesh Himal, Langtang Lirung. La montée se poursuit, passe un éperon à 4 400 mètres et plonge en direction du plus grand lac, dédié à Shiva, lieu de pèlerinage en août pour des milliers d'hindouistes.
Nuit en lodge. 5 à 6 h de marche. Dénivelé + : 1135 m. Dénivelé - : 55 m.

J 12/ LACS DE GOSAINKUND - GHOPTE (3430 M)
Serpentant d'un lac à l'autre, le sentier grimpe vers le col de Laurebina (4610 m) en traversant une zone de moraines : joli point de vue depuis le col. Sur le versant opposé, la descente est raide et caillouteuse. Le chemin, en bordure de torrent, monte puis descend, comme des montagnes russes.
Nuit en lodge. 7 à 8 h de marche. Dénivelé + : 630 m. Dénivelé - : 1580 m.

J 13/ GHOPTE (3430 M) - KUTUMSANG (2470 M)
Le sentier s'élève en direction de Tharepati sur une crête (3490 m). Nous apercevons le Dorje Lhakpa, le Shishapangma et jusqu'au Khumbu ! La descente sur l'autre versant est belle, à travers les forêts et les pâturages. Encore quelques montagnes russes, puis une descente raide, et nous arrivons à Magen Goth (3220 m), une zone d'alpages avec de nombreux abris de bergers. Encore une montée jusqu'à la crête de Panghu Danda (3345 m). De là, par une descente raide, nous rejoignons le village de Kutumsang, situé sur un replat.
Nuit en lodge. 7 à 8 h de marche. Dénivelé + : 540 m. Dénivelé - : 1450 m.

J 14/ KUTUMSANG - GOLPHU BHANJYANG - MELAMCHI PUL - KATMANDOU
Le sentier monte sur la colline au sud de Kutumsang puis descend sur un replat à Gul Bhanjyang, à 2 130 mètres, charmant village de montagne habité par des Tamangs. Nous quittons notre équipe de porteurs pour rejoindre Kathmandu, d'abord par une piste chaotique et une montée en lacets spectaculaires, puis par la route.
Repas libres à Katmandou. Nuit à l'hôtel. 3 à 4 h de marche. Dénivelé + : 80 m. Dénivelé - : 1150 m. 5 h de route.

J 15/ KATMANDOU
Aujourd'hui vous partez avec votre guide à la découverte de la vallée de Katmandou. A Pashupatinath, vous découvrez le temple hindou le plus important du Népal. Construit au bord de la Bagmati, la plus sacrée des rivières du Népal, Pashupinath et ses ghâts sont un grand lieu de crémation. Vous quittez l'ambiance mystique de cette ville hindoue pour Bodnath, l'un des principaux sanctuaires bouddhistes de la région de Katmandou et l'une des plus grandes stupa au monde. Enfin, vous découvrez soit l'ancienne cité royale de Bhaktapur ou Patan, sa place Durbar Square et ses temples de bois en forme de pagodes.
Nuit à l'hôtel. Repas libre le midi. Dîner traditionnel le soir offert.

J 16/ KATMANDOU - VOL RETOUR FRANCE
Dernière journée en liberté à Katmandou. Vous pouvez faire vos derniers achats ou en profiter pour continuer votre visite de la capitale et ses environs. Transfert à l'aéroport de Katmandou pour l'envol sur la France. Repas libres.

J 17/ FRANCE
Arrivée en France.

Les temps de marche indiqués ne tiennent pas compte des pauses. Ils sont bien sûr indicatifs et peuvent varier d'un participant à un autre ou selon les conditions climatiques.

Le prix comprend

- Les transferts terrestres en véhicules privés tels que mentionnés dans le programme.
- L'hébergement en hôtel*** tel que décrit dans le programme, base chambre double, petit-déjeuner inclus.
- L'hébergement en lodge tel que décrit dans le programme.
- La pension complète durant le trek sauf les repas mentionnés comme « libres ».
- L'encadrement par un guide-accompagnateur népalais francophone ou anglophone pendant tout le voyage.
- L'assistance d'une équipe locale pendant le trekking.
- L'assurance du personnel népalais.
- Les permis de trek.
- Les frais inhérents au trekking : taxes de parc national du Langtang Helambu.
- Une voiture voiture privée et un guide népalais francophone ou anglophone pour les visites dans la vallée de Katmandou.

Le prix ne comprend pas

- Le vol international sur ligne régulière Paris-Katmandou aller et retour.
- L'assurance annulation/interruption de séjour/perte de bagages et l'assistance.
- Les assurances médicales et le rapatriement, pour plus d'infos : www.assurance-multi-sports.com
- Les suppléments pour chambre individuelle
- Les dépenses liées à des événements indépendants de notre volonté telles que des routes bloquées pour des raisons climatiques ou des accidents, etc...).
- L'équipement personnel (sac de couchage etc...).
- Tout ce qui n'est pas indiqué dans la rubrique « Le prix comprend ».

Vos dépenses sur place

- Les frais de visa à votre arrivée.
- Les déjeuners et les dîners mentionnés comme « libres » : 10 à 15 € par repas.
- L'eau chaude pour la toilette (payante dans certains lodges).
- Les entrées dans les temples, monuments et monastères de la vallée de Katmandou : 30 à 60 € par personne selon les visites effectuées.
- Les boissons.
- Les pourboires.

Modalités de règlement

10 % d'acompte par virement bancaire (Frais bancaires à votre charge)
(Non remboursable en cas d'annulation de votre part)
Le solde par virement (frais bancaires à votre charge) avant votre arrivée ou en espèces sur place le jour de votre arrivée.

Infos pratiques

Contacts

HIMALAYAK TREKKING
BP n° 24008 - Samakhusi 29,
Katmandou - Népal
Tél. : 00 977 14390859

FRANCE
Pasang Sherpa
Correspondant
06 42 31 80 08

NÉPAL
Ram Kumar Gurung
Directeur Général
00 977 9851197596

info@himalayaktrekking.com
himalayaktrekking@gmail.com
www.himalayaktrekking.com