



## MUSTANG ANCESTRAL

**Durée : 18 jours dont  
9 jours de marche**

**Hébergement en lodge**

**Niveau : modéré**

**Prix : nous contacter**

### **Les points forts**

- La découverte des célèbres monastères du Mustang et de ses grottes cachées
- Un circuit exclusif pour une vision complète en 18 jours
- Une région peu fréquentée avec une géologie défiant l'imaginaire

### **Le voyage**

Le Mustang, longtemps resté inaccessible aux étrangers, est la région la plus mythique du Népal. Ce désert d'altitude, enchâssé au cœur de l'Himalaya, s'atteint par de longues gorges parmi les plus profondes du monde : celles de la Kali Gandaki.

Ce voyage au Mustang, issu de notre parfaite connaissance des lieux, se déroule au cœur d'une géographie hallucinante, où se mêlent croyances pré bouddhiques et monde moderne... Plongé dans des ambiances aux saveurs ancestrales et dans des paysages aux couleurs incroyables, chaque pas vous étonnera et vous mènera vers des sites incontournables et des lieux plus secrets !



[himalayatrekking.com](http://himalayatrekking.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 - POKHARA

Trajet en bus vers Pokhara, qui permet d'avoir un premier aperçu de la vie au Népal. Située sur les bords du lac Phewa, Pokhara offre une vue célèbre sur le massif des Annapurnas. Ses ruelles animées sont l'occasion de dernières emplettes avant de partir vers le Mustang.

6 à 7 h de route. Repas libres à Pokhara. Nuit à l'hôtel.

J 4/ POKHARA - JOMOSOM (2740 M) - LUPRA (3000 M)

Vol matinal pour Jomosom (2740 m) et début du trek en direction de Lupra. Nous partons par la piste qui longe la Kali Gandaki, puis, après quelques kilomètres, nous bifurquons dans un dédale de cailloux pour nous enfoncer dans les gorges de la Panda Khola. Après environ une heure de marche nous atteignons le pied d'un village marqué par un beau chorten. Montée au village de Lupra, d'origine Bön où nous sommes immédiatement transportés au Moyen Age ! Ici toutes les tâches de la vie quotidienne sont faites à la main et rythmées par les saisons... Installation au lodge à proximité du monastère. Ce petit détour pour la nuit nous permet de découvrir ce village très authentique, mais aussi de nous acclimater en douceur.

Nuit en lodge. 2 h 30 de marche. Dénivelé + : 320 m. Dénivelé - : 40 m.

J 5/ LUPRA KHOLA JEEP JUSQU'À MUKTINATH - CHUKSANG (2980 M)

Descente à pied par le même sentier jusqu'à la piste où une Jeep nous attend. Nous partons en direction de Muktinath, petit bourg qui, au fil des ans, est devenu une étape incontournable du tour des Annapurna.... Nous visitons à pied le sanctuaire hindouiste et ses 108 sources sacrées. Ici la vue s'étend sur les faces nord et nord-est des Nilgiri et des Dhaulagiri, somptueux... Descente en Jeep vers Kagbeni, porte officielle du Mustang. Nous en profitons pour déjeuner et visiter le village dont les particularités bouddhistes nous plongent instantanément dans l'univers des croyances ancestrales, si fortes au Mustang. Continuation vers Tangbe puis Chuksang où nous nous installons au lodge pour la nuit.

3 h de route. Nuit en lodge. 2 h de marche. Dénivelé + : 100 m. Dénivelé - : 300 m.

J 6/ CHUKSANG - TETANG - CHELE (3060 M)

Le sentier part dans une vallée perpendiculaire en direction de Tetang, petite cité médiévale regroupant 2 hameaux fortifiés, disposés de chaque côté du cours d'eau. Chortens et représentations des divinités composent immédiatement un paysage sacré d'exception. La journée est courte et nous prenons le temps d'échanger, de regarder et de chercher autour de nous tous les signes se rattachant aux croyances locales, une belle occasion de nous plonger dans l'ambiance extraordinaire et décalée de cette région. Nous redescendons vers la rivière et la traversons dès que possible (prévoir des sandales). De retour sur la piste, nous retrouvons les grands rochers ocre qui entourent Chuksang. Traversée de la Kali Gandaki sur un pont de fer et montée à Chele. Nous passons la porte d'entrée, surmontée d'un petit « totem » de protection (Sago Namgo), et découvrons ce village perché sur un promontoire qui semble surveiller la vallée. Installation au lodge pour la nuit.

Nuit en lodge. 3 h de marche. Dénivelé + : 300 m. Dénivelé - : 210 m.

J 7/ CHELE - SAMAR (3660 M)

Après quelques minutes sur la piste, nous empruntons un sentier qui rejoint un immense pont suspendu au-dessus d'une gorge. Montée vers l'unique village gurung du Mustang : Gyakar. Visite du village aux ruelles étroites, bordé de champs magnifiques. Poursuite à travers les cultures en direction de Samar. Le sentier étroit redescend dans la gorge pour remonter ensuite vers le Dajori La, à 3700 m, qui offre une belle vue sur les Annapurnas. Installation au lodge, blotti au cœur du village de Samar. Découverte du monastère, tout neuf, dont les superbes peintures permettent d'identifier aisément de nombreux saints bouddhistes, divinités courroucées et autres tara colorées...

Nuit en lodge. 4 h 30 de marche. Dénivelé + : 780 m. Dénivelé - : 180 m.

J 8/ SAMAR - SYANGMOCHEN (3800 M) - JEEP JUSQU'À GHAMI (3520 M)

Nous voici au cœur du monde sacré... Passés la porte du village, le sentier plonge vers le torrent pour remonter ensuite sous des roches de conglomérats.



Nous traversons un petit alpage puis, par un sentier effilé, débouchons sur un petit col d'où le panorama, digne du Grand Canyon, est à couper le souffle !!! Vue sur les massifs des Damodar et des Annapurnas avec la cime de l'Annapurna I qui émerge au-dessus des Nilgiri et Tilicho ! Descente par une gorge de plus en plus étroite et tortueuse, renforçant la sensation mystique des lieux. Une courte remontée dévoile une grotte cachée où la nature a sculpté un immense chorten dans la roche. Nous prenons le thé avec le moine qui garde ce lieu sacré. Retour au sentier initial et montée jusqu'à Syangmochen dans un décor radicalement différent et plus ouvert. Le repas étant prévu au lodge de Syangmochen, il faudra donc partir tôt avec quelques encas en poche... Sitôt le repas terminé la Jeep nous pousse plus au nord. Petit arrêt photo au village de Gelling et continuation dans une ambiance semi désertique jusqu'à Ghami. Découverte du village et installation au lodge.  
1 h 30 de route. Nuit en lodge. 4 à 5 h de marche. Dénivelé + : 760 m. Dénivelé - : 620 m.

#### J 9/ GHAMI - DHAKMAR (3800 M) - TSARANG (3620 M)

Nous quittons le beau village de Ghami par les champs, puis traversons la rivière. Le sentier s'élève à flanc de montagne au-dessus d'une large vallée où s'étend le plus long mur à prières du Mustang. Petit à petit, les rochers de Dhakmar se dévoilent, anthracite puis ocre et rouge sang, ponctués de grottes troglodytes. Ils forment un arc qui vient surplomber et protéger le village. Descente à Dhakmar puis, au détour d'une maison, un sentier raide se faufile entre drapeaux à prières et cheminées de fées. Nous nous extirpons de cet étroit passage au Dhakmar La à 4000 m. Du col, la vue vers le Nord Mustang, Tsarang et les rochers découpés et colorés des gorges de la Mustang Khola, est simplement somptueuse ! La descente douce dans les alpages rejoint les champs de Tsarang, pour atteindre le village. Installation au lodge.  
Nuit en lodge. 5 h de marche. Dénivelé + : 620 m. Dénivelé - : 500 m.

#### J 10/ TSARANG - JEEP LO MANTHANG (3840 M)

Départ en Jeep vers 8h pour Lo Manthang, capitale de l'ancien royaume de Lo. Une heure de piste nous amène à Lo, que nous découvrons au passage du Lo Day La. Après la dépose des bagages au lodge, nous partons directement visiter la forteresse et les monastères qui font la richesse de cette cité médiévale. Déjeuner au lodge et installation. L'après-midi, balade dans les champs jusqu'au monastère de Namgyal. La piste contourne le promontoire du monastère et arrive par le village de Namgyal qui recèle toujours de nombreuses marques des croyances ancestrales préboudhiques. Découverte du monastère récemment agrandi, puis nous regagnons Lo à travers les cultures. Offrant des vues magnifiques, ce parcours est particulièrement propice aux belles photos (avec une toile de fond absolument unique !) ; chaque saison et chaque heure de la journée offrent des lumières différentes.

1 h de route. Nuit en lodge. 2 h de marche. Dénivelé + : 270 m. Dénivelé - : 270 m.

#### J 11/ LO MANTHANG - JEEP JHONG - TREK ATOUR DE NYIPHU, BARCHA - LO MANTHANG

Trente minutes en Jeep pour le Nord du Mustang, nous permettent d'atteindre Jhong. A pied, nous partons visiter l'école monastique et le superbe monastère troglodyte de Nyiphu. Nous traversons ensuite la vallée pour rejoindre les très anciennes habitations creusées dans la roche. Ambiance garantie ! De village en village, retour à Jhong par un sentier bordé de fréquents lhatho et rigsum gampo, ces monuments bouddhiques protecteurs qui délimitent le territoire. Arrivée à Barcha, hameau situé au pied d'une belle vallée où les roches colorées ont été sculptées par des siècles d'érosion. Repas au petit lodge de Puna, afin de passer un agréable et authentique moment avec une famille Lopa ! Continuation vers Nenyul puis traversée de la rivière sur un pont suspendu et remontée vers Lo. Fin de journée libre pour profiter de Lo Manthang à notre gré.

30 à 40 minutes de route. Nuit en lodge. 4 h de marche. Dénivelé + : 250 m. Dénivelé - : 350 m.

#### J 12/ LO MANTHANG - SAMDRUP LING - GHAR - TSARANG (3620 M)

Nous partons à pied de Lo Manthang par l'arrière de la forteresse. Montée douce par les champs puis les alpages jusqu'à Samdrup Ling. De là, l'itinéraire redescend vers Ghar Gumpa, en passant quelques bosses... Découverte du vieux monastère Nyingmapa de Ghar du 8ème siècle, bordé de chortens très anciens. Visite (une lampe électrique est utile) puis continuation par le village de Marang jusqu'à Tsarang où nous nous installons au même lodge que le jour 9.

Nuit en lodge. 5 à 6 h de marche. Dénivelé + : 500 m. Dénivelé - : 720 m.

#### J 13/ TSARANG - JEEP JOMOSOM (2740 M)

Nous quittons le Mustang par la piste, traversant des paysages toujours aussi fabuleux, avec au passage des différents cols, des points de vue exceptionnels sur des massifs aux montagnes étincelantes... Nous traversons les villages de Ghami, Ghelling, Samar et Chele. A Chele nous franchissons la Kali Gandaki à pied sur le pont de fer et entamons une marche de 30mn pour Chusang. Après une pause déjeuner au lodge, nous repartons en direction de Kagbeni puis Jomosom.

7 h de route. Nuit en lodge. 30 mn de marche. Dénivelé + : 10 m. Dénivelé - : 20 m.



J 14/ JOMOSOM - VOL POUR POKHARA (800 M)

Vol le matin (soumis aux aléas météo) sur Pokhara. Installation à l'hôtel et temps libre. Plusieurs activités sont possibles à Pokhara mais nous ne prévoyons rien de précis en raison du vol Jomosom / Pokhara qui peut être décalé ou annulé en fonction de la météo.

Repas libres. Nuit à l'hôtel.

J 15/ POKHARA - KATMANDOU

Route de retour pour Katmandou.

6 à 7 h de route. Repas libres à Katmandou. Nuit à l'hôtel.

J 16/ 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, Pashupatinath 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 17/ 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 18/ 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.
- Les vols intérieurs tels que décrits 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 pour la région du Mustang
- Une 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](http://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](mailto:info@himalayaktrekking.com)  
[himalayaktrekking@gmail.com](mailto:himalayaktrekking@gmail.com)  
[www.himalayaktrekking.com](http://www.himalayaktrekking.com)