TOUR DU MANASLU

Durée : 18 jours dont 13 jours de marche

Hébergement en lodge

Niveau : soutenu

Prix : nous contacter

Les points forts

- Une grande diversité de paysages : vallées subtropicales, solitudes glacées
- Les vues rapprochées sur les hauts sommets : Himlung Himal, Kang Guru...
- Un trekking magnifique autour du très esthétique sommet du Manaslu

Le voyage

Voisin des Annapurnas, le Manaslu est un massif d'un esthétisme sans comparaison. Ses vallées secrètes ont toujours vu passer les caravanes de yaks commerçant avec le Tibet. Paysages de hautes montagnes, hautes vallées s'enfonçant au cœur des glaciers, parois gigantesques de l'Himal Chuli, villages traditionnels sont les ingrédients de cet itinéraire de toute beauté.

La gompa (monastère) de Sama, dans un amphithéâtre au pied du Manaslu, marque l'entrée en territoire bouddhique. Le col du Larkya La (5135 m), point d'orgue de l'itinéraire, présente une montée en pente douce, avant de plonger brusquement pour rejoindre les basses vallées. Superbes panoramas, villages typiques habités par des ethnies différentes....

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, Repas libres. Nuit à l'hôtel.

J 3/ KATMANDOU - BALUWA - BARPAK (1900 M)
Nous prenons le Jeep Privé pour Barpak, par une route longeant la rivière Trisuli avec de belles vues sur la chaîne himalayenne. Puis nous continuons dans la vallée de la Daraundi Khola jusqu'à Baluwa. Après Baluwa la route est Zikzak jusqu'à Barpak. Belle vue sur Boudha Himal culminant à 6672 m. Nuit en lodge. 7 h de route.

J 4/ BARPAK - LAPRAK (2 200 M)
Par un sentier paisible de forêt nous gagnons le Pushu Danda situé à 3 000 m d'altitude. Notre effort est récompensé par des superbes vues sur Bouddha Himal (6672 m) et les différents cimes de Ganesh Himal (7100 m). Nous descendons ensuite jusqu'à Laprak, authentique village Gurung. Nous nous faufilons entre les maisons en pierres pour rejoindre nos hôtes qui nous accueillent chaleureusement.
Nuit en lodge. 5 h de marche. Dénivelé + : 1100 m. Dénivelé - : 700 m.

J 5/ LAPRAK - SINGLA - KHORLA BENSI (970 M)
Nous commençons cette journée de marche par une courte descente jusqu'à la rivière Machha Khola. Puis une montée progressive en balcon en direction de Singla. Nous avons une belle vue sur les villages de Laprak et Gumda, accrochés sur les flancs de montagnes, entièrement sculptés par les rizières à perte de vue. De Singla, nous apercevons de nouveau l'imposant massif de Ganesh Himal. Descente à Khorla Bensi, où nous récupérons le sentier classique du tour du Manaslu.
Nuit en lodge. 6 à 7 h de marche. Dénivelé + : 450 m. Dénivelé - : 1300 m.

J 6/ KHORLA BENSI - JAGAT (1370 M)
Nous montons progressivement à travers les gorges de la Bhuri Gandaki. Puis nous changeons de rive et après une montée un peu raide nous arrivons dans le très joli village de Jagat.
Nuit en lodge. 6 h de marche. Dénivelé + : 450 m.

J 7/ JAGAT - DENG (1930 M)
Montée rive droite en traversant les villages de Saleri et Sirdibas jusqu'au pont sous Philim. Le chemin se transforme en sentier balcon avec une belle vue sur le village de Pansing. Pendant une heure le sentier est taillé dans la falaise au-dessus d'une gorge impressionnante. A Pewa (1750 m), la vallée s'ouvre pour offrir un beau panorama sur le massif du Ganesh Himal. Traversée des gorges profondes de la Bhuri Gandaki sur un pont en fer. Le sentier évolue entre zones boisées et zones rocheuses, la végétation change progressivement. Arrivée au village de Deng où l'influence tibétaine se fait déjà sentir, autant par l'architecture que par les faciès des villageois, ou encore les moulins à prières.
Nuit en lodge. 5 h de marche. Dénivelé + : 780 m. Dénivelé - : 220 m.

J 8/ DENG - NAMRUNG (2540 M)
Les villages « tibétains » se succèdent avec leurs « manis » (mur de pierres gravées) et les moulins à prières, signes du changement culturel. Le sentier est parfois délicat (éboulements). Traversée de forêt humide, où nous pouvons apercevoir quelques singes (sans aucune agressivité). Montée raide avant d'atteindre le village de Namrung. Beau village typique, avec son poêle construit au milieu de la rue principale et ses femmes travaillant sur leurs métiers à tisser.
Nuit en lodge. 7 h de marche. Dénivelé + : 900 m. Dénivelé - : 280 m.

J 9/ NAMRUNG - LHO GAON (3110 M)
Après le superbe plateau cultivé qui traverse les hameaux de Baksan, Lihi et Wangsang, nous marchons avec en toile de fond, le Manaslu, immaculé, contrastant avec la couleur des champs. Le sentier arrive bientôt à Shyo, nous offrant des belles vues sur les Ganesh puis l'Himal Chuli. Nous passons devant une belle série de chortens et de murs à mani. Arrivés à Lho, nous visitons le village, l'école et son petit monastère, puis nous nous installons au lodge pour la nuit.
Nuit en lodge. 5 h de marche. Dénivelé + : 680 m. Dénivelé - : 120 m.

J 10/ LHO GAON - SAMA GOMPA (3420 M)
A la sortie du village de Lho Gaon, le chemin descend vers la rivière avant d'emprunter un raidillon qui traverse une belle forêt de résineux pour atteindre Shyala. Le sentier, superbe, continue en balcon vers le magnifi que plateau de Sama. Les grands sommets nous entourent et nous nous installons dans un lodge au coeur du village tibétain de Sama.
Nuit en lodge. 3 h 30 de marche. Dénivelé + : 510 m. Dénivelé - : 200 m. 9 km..

J 11/ SAMA GOMPA (3420 M)
Journée consacrée à l'acclimatation ! Pour ceux qui le souhaitent, possibilité de rester se reposer à Sama Gompa. Pour les autres, si la météo est belle, il est possible d'aller tutoyer les glaciers et le fond du cirque de Ramanan Kharka (4300 m) en s'engageant dans la magnifi que vallée de Pugyen. Par beau temps, c'est une journée inoubliable dans un cirque étincelant de blancheur, au pied de sommets gigantesques et majestueux : Peak 29, Manaslu, Himal Chuli. Ici nous sommes au cœur du grand Himalaya, entouré de faces géantes dans lesquelles l'homme ne se risque que très rarement ! Retour au même lodge que la veille.
Nuit en lodge. 2 à 6 h de marche. Dénivelé + : 800 m. Dénivelé - : 800 m.

J 12/ SAMA GOMPA - SAMDO (3800 M)
Visite matinale du monastère et possibilité de monter en direction du lac glaciaire de Birendra Kund, situé au pied du glacier du Manaslu. Balade facile vers Kermo Manan (très long mur à mani), la vallée de style alpin monte en douceur vers le village typiquement tibétain. Traversée d'un petit pont, puis une courte et raide montée permet d'atteindre le plus beau village du tour : Samdo (200 habitants). Le Tibet est tout proche par le Lajing Banjyang. Les habitants de Samdo, d'origine tibétaine, commercent encore de façon régulière avec les familles et les grands-parents vivant au Tibet. Découverte de ce village superbe et accueillant, repos.
Nuit en lodge. 3 à 4 h de marche. Dénivelé + : 420 m. Dénivelé - : 40 m.

J13/ SAMDO - DHARMASHALA (4460 M)
Montée jusqu'aux baraques de Dharmashala par un sentier en balcon (4460 m). Il est important de partir tôt en raison des nombreux torrents intermittents, qui grossissent au fur et à mesure que le soleil monte ! Repas au camp, après-midi de repos ou balade dans l'une des combes en amont du camp, à la poursuite des moutons bleus. Le camp fixe est équipé de lits dans plusieurs tentes, de tentes toilette et d'une tente mess avec tables et chaises, comme au lodge
Nuit en lodge. 3 à 4 h de marche. Dénivelé + : 710 m. Dénivelé - : 50 m.

J 14/ DHARMASALA HIGH CAMP - COL DE LARKYA (5100 M) - BHIMTHANG (3 600 M)
C'est le temps fort du voyage avec le passage du col de Larkya (5100 m). La montée est progressive mais assez longue. Le spectacle est grandiose. La descente est longue aussi mais la vue est sublime sur le cirque de Péri Himal. Nuit à Bhimthang, situé dans un cadre magnifique.
Nuit en lodge. 8 à 9 h de marche. Dénivelé + : 750 m. Dénivelé - : 1500 m.

J 13/ BHIMTHANG - TILECHE (2300 M)
Nous descendons tranquillement par un sentier bucolique, boisé de rhododendrons et de conifères pour arriver au village de Tileche habité par des Tibétains Manangis.
Nuit en lodge. 6 h de marche. Dénivelé - : 1300 m.

J 14/ TILECHE - JAGAT (1300 M)
Une journée de montées et de descentes sur les sentiers en balcon. Nous suivons la rivière Marsyandi. Descente vers Tal, village entouré de falaises. Nous sommes en pays Manangi.
Nuit en lodge. 6 h de marche. Dénivelé - : 1050 m.

J 15/ JAGAT - BESISAHAR - KATMANDOU
Nous prenons le transport local jusqu'à Besisahar (2h) pour poursuivre ensuite vers Katmandou (6 à 7 h de route). Arrivée dans l'après midi et installation à l'hôtel.
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, 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 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.
- 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 Manaslu.
- 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