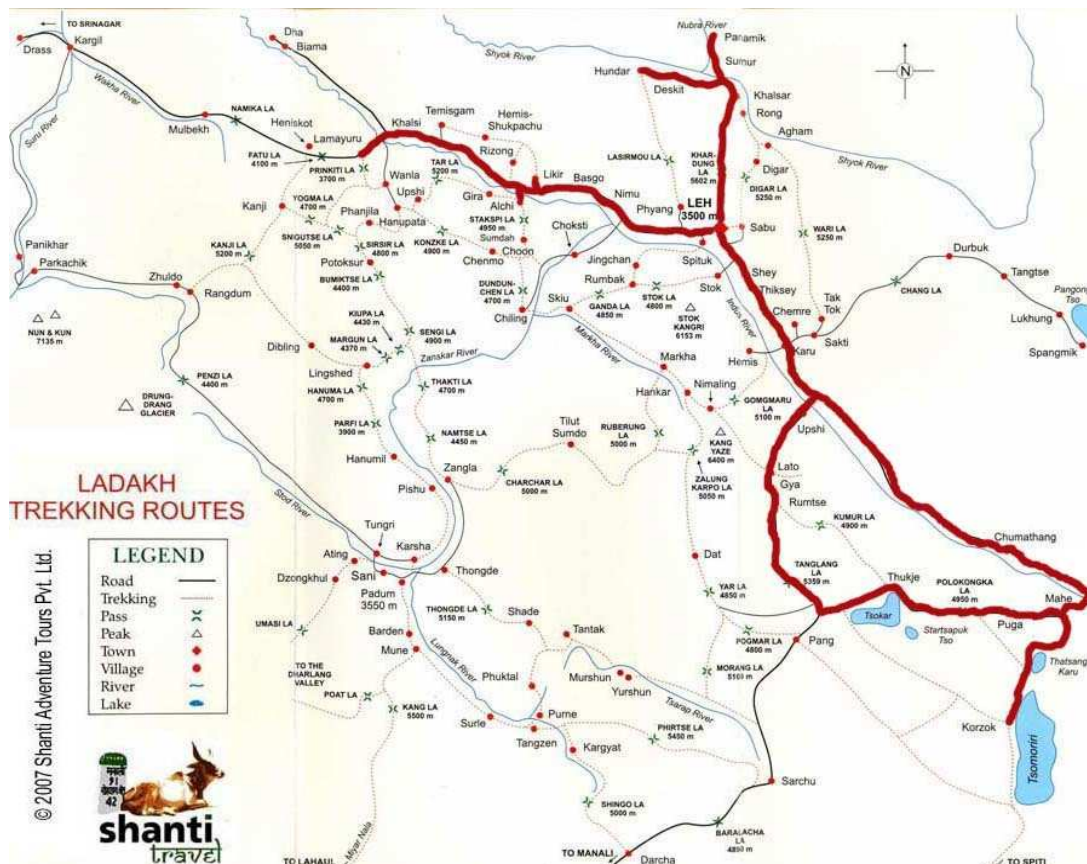


## Ladakh Entre Ciel et Terre

14 jours

Points forts :

- > L'accueil exceptionnel des Ladakhis
- > Une découverte culturelle très complète et physiquement accessible au plus grand nombre
- > Un programme idéal pour une approche du monde ladakhi et de son patrimoine culturel et naturel
- > Une nature sans limite où l'on se sent proche des étoiles



Enserré dans les chaînes du Karakoram et de l'Himalaya, le Ladakh mérite sans conteste le nom de « petit Tibet ». Ancien royaume rattaché à l'Inde et dont l'histoire fut liée à celle du Tibet, les hautes vallées du Ladakh sont l'un des bastions les plus vivants du bouddhisme tibétain.

Nous parcourons 3 des 5 grandes régions du Ladakh :

La vallée de l'Indus, qui offre des paysages fabuleux d'immensité et de rudesse ponctués d'oasis de verdure, constitue l'axe majeur du Ladakh. Autour de celui-ci se composent de nombreux tableaux colorés de la vie quotidienne ladakhie aux dominantes culturelles bouddhique et tibétaine. C'est dans la vallée de l'Indus que se concentrent les plus prestigieux monastères du Ladakh. Ces gompas sont décorés de splendides fresques qui permettront d'évoquer les multiples aspects de ces courants de pensée.

La Nubra, située au nord de Leh, n'est pas sans rappeler l'ambiance du « Désert des Tartares », avec ses dunes et ses chameaux de la Bactriane ! La vallée se trouvait sur la route caravanière qui reliait Leh à Kasghar (l'une des grandes villes de la principale Route de la Soie, actuellement en Chine), en passant par 5 cols à plus de 5000 m d'altitude.

Le Rupshu est la partie indienne du Changtang tibétain, située au Sud-Est du Ladakh. Les paysages y sont infiniment beaux et lumineux; les espaces y sont vastes et la vie sauvage y est intense. Quand aux nomades Changpas, ils sauront vous faire apprécier leur viande séchée... et leur thé au beurre salé!

Un voyage qui s'adresse à toute personne en bonne condition physique.



# 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 : Delhi - Leh (3500 m)**

Vol très matinal mais inoubliable pour Leh au-dessus de la barrière himalayenne, puis transfert à l'hôtel (attention, ce vol est soumis aux aléas de la météo. Décalage possible en cas de mauvais temps). 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 Kashmir. 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. Nous commençons notre acclimatation tranquillement en partant à la découverte du bazaar. Vous serez fascinés par la diversité des populations qui y déambulent et qui viennent de toute la région : vieilles femmes du Ladakh ridées comme des pommes flétries, gamins rieurs aux pommettes saillantes, paysans de la Nubra, commerçants tibétains et kashmiris, moines du Zanskar... Un monde vivant et coloré.

## **J 3 : Leh – Lamayuru (3400 m) [4/5 H - 130 km]**

Départ en direction de l'ouest de la vallée de l'Indus. Visite du village-monastère d'Alchi. Nous poursuivons jusqu'à Lamayuru. Nuit en guest house.

Alchi est certainement le plus beau monastère du Ladakh, et l'un des chefs d'œuvre de l'art mondial. Datant du 11e 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 4 : Lamayuru – Leh (3500 m)**

Retour sur Leh. En chemin, visite des monastères de Likir et Phyang. Nuit en guest house.

## **J 5 : Leh – Hunder (3200 m)**

Nous franchissons le célèbre Khardung La (5.600 m), le plus haut col carrossable du monde, d'où nous avons un très beau panorama sur la chaîne du Zanskar au Sud de Leh. Après le passage du col, nous descendons dans la vallée de la Nubra et visitons le monastère de Diskit. Balade dans les dunes de sable qui peuvent rappeler le Sahara, si vous faites abstraction des pics enneigés situés à l'arrière plan ! Nuit en guest house au confort sommaire.

## **J 6 : Hunder – Panamik – Hunder (3200 m)**

Départ en direction de Panamik, à l'extrême nord de la vallée de la Nubra. Outre ses sources d'eau chaude, Panamik, entouré de magnifiques montagnes effilées, rappelle les paysages de la chaîne du Karakoram (au Nord Est du Pakistan) toute proche. Retour sur Hunder en fin d'après-midi, en passant par le village de Sumur que l'on visite. Nuit en guest house au confort sommaire.

## **J 7 : Hunder – Leh (3500 m)**

Retour à Leh en repassant par le col du Khardung La. Nuit en guest house\*.

## **J 8 : Leh (3500 m)**

Journée libre à Leh. Nuit en guest house\*.

## **J 9 : Leh – Lac de Tso Kar (4500 m)**

Route en direction du Rupshu et du lac Tso Kar (7 H de route) : nous remontons la vallée de l'Indus et visitons le monastère de Tikse, avant de bifurquer vers le sud jusqu'au Tso Kar, lac salé planté dans un décor lunaire. Campement près du village de Thukje.

Le monastère de Tikse, merveille d'architecture, et miniature du Potala, possède de très belles œuvres : peintures, masques, thangkas...

On appelle le Rupshu (ou Changtang) la partie indienne de l'immense plateau tibétain qui s'étend sur plus de 2000 Km d'Est en Ouest. L'altitude moyenne du Rupshu est de 4500 m, trop haut pour une vie sédentaire. Seuls les nomades vivent là, avec leurs yaks et leurs chèvres.

La région est le refuge de nombreuses espèces animales : lièvres sauvages et marmottes à la fourrure épaisse, perdrix blanches, ibex sur les crêtes, ânes sauvages du Tibet (Kyangs), loups et léopards des neiges (très rare).

#### **J 10 : Tso Kar – Lac de Tso Moriri (4500 m)**

**Piste roulante jusqu'au Tso Moriri. Nous profitons du site de Karzok, qui, à 4500 m, est l'un des plus haut du monde. Visite du monastère d'une trentaine de moines qui abrite un enfant réincarné que l'on appelle Rimpoche. Balade sur la rive Ouest du lac et rencontres avec les 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 !

Il est souvent possible d'observer des oies et des canards sur les rives du Tso Kar, qui une fois la saison estivale terminée, redescendent dans la plaine indienne.

#### **J 11 : Tso Moriri – Leh (3500 m)**

**Environ 7 H de route pour rejoindre Leh. 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. Visite des monastères de Hemis et Chemre en cours de route. Nuit en guest house\*.**

Le monastère d'Hemis, fondé en 1602, est le plus grand monastère du Ladakh. Il fut fondé en 1602. Les peintures murales sont en général bien conservées.

#### **J 12 : Leh (3500 m)**

**Journée libre à Leh. Nuit en guest house\*.**

#### **J 13 : Leh – Delhi**

**Vol très matinal pour Delhi. Transfert et nuit à l'hôtel.**

#### **J 14 : 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.**

## **DIFFICULTE DU VOYAGE**

**Pour tout voyageur souhaitant découvrir de nouveaux horizons.** Marches ponctuelles et courtes dans les sites majeurs du circuit ou dans des zones particulièrement intéressantes, facultatives de surcroît. Ce type de circuit permet toujours une communication avec l'extérieur par téléphone portable (nos accompagnateurs, guides et chauffeurs sont toujours munis d'un téléphone portable) et vous n'êtes jamais bien éloignés d'une grande ville. Le logement se fait quasi exclusivement en hôtel. La liaison entre ces spots se déroule en véhicule privé (minibus, Ambassador, 4x4 Toyota... suivant les régions), parfois en avion, en train, et exceptionnellement en « Deluxe Bus » de ligne.