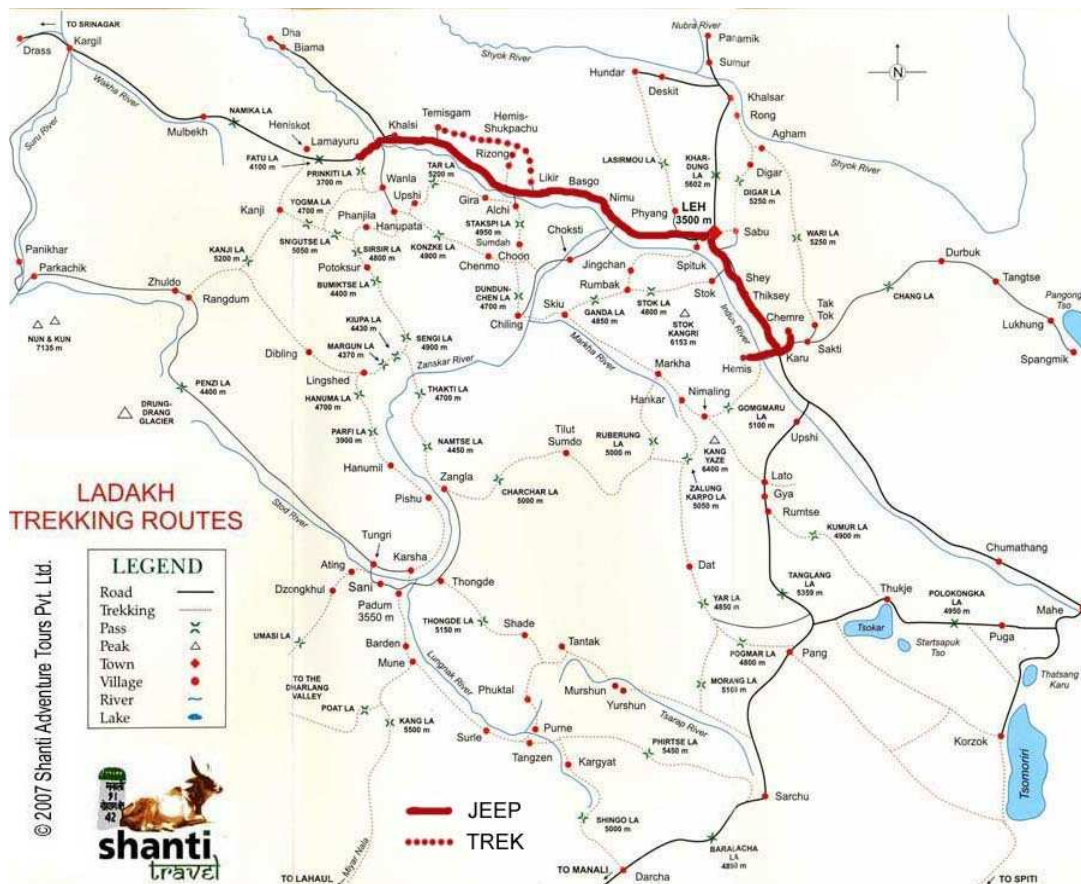


La piste des caravanes *^{****}

13 jours dont 5 jours ½ de Trek

LES POINTS FORTS :

- > L'accueil exceptionnel des Ladakhis.
- > Une acclimatation progressive tout au long du parcours et un trekking accessible à tous.
- > Une belle combinaison entre marche et découverte culturelle.
- > Un programme idéal pour une approche du monde ladakhi, du bouddhisme et du trekking !



Cheminaut sur l'ancienne route des caravanes reliant le cachemire au Tibet, ce voyage nous fait découvrir les richesses de la vallée de l'Indus et des vallées du Sham.

La vallée de l'Indus 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.

Le Sham, célèbre pour son architecture, ses amandes et ses abricots, constitue la région la plus riche du Ladakh. L'altitude, relativement basse pour le Ladakh (en moyenne 3400 m !), rend la vie des habitants plus douce que dans les hauts pâturages du Changtang ou dans les vallées encaissées du Zaskar.

Le trekking court (5 jours) et facile (l'altitude ne dépasse pas 4000 m) nous entraîne sur l'une des branches de la mythique « Route de la Soie », à travers une profusion de villages, véritables îlots de verdure au milieu d'un monde lunaire, de monastères perchés sur des promontoires rocheux, d'enfants souriants et de champs d'orge cernés de majestueuses montagnes enneigées. Chaque soir, nous établissons le camp à proximité d'un village.



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 : Vol Delhi – Leh (3500 m)

Très tôt le matin, vol Delhi-Leh, en passant au dessus de la grande chaîne himalayenne. Transfert à l'hôtel à Leh. 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 Cachemire. 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.

J 3 : Vallée de l'Indus (3500 m)

Journée de mise en jambes : visite de Leh, et de la partie est de la vallée de l'Indus et les monastères de Shey, Tikse et Hemis. Nuit en guest house* à Leh.

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. Sur la route de retour, nous visitons le Monastère de Tiktse, merveille d'architecture, et miniature du Potala. Il possède de très belles œuvres : peintures, masques, thanngas...: Nous faisons également un arrêt à Shey, où se trouvent les ruines du palais d'été des premiers rois du Ladakh et dont la gompa renferme un Bouddha assis de 12 m de haut.

J 4 : Leh – Likir (3400 m) [2 H de route]

Départ le matin en véhicule privé pour le monastère de Likir. En route, visite des monastères de Spituk, Phyang et Alchi. Campement.

Phyang est un des hauts lieux artistiques du Ladakh et la vue est imprenable sur la vallée de l'Indus. Alchi est certainement le plus beau monastère du Ladakh, et l'un des chefs d'œuvre de l'art mondial. Datant du 11^e 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 5 : Likir – Yangtang (3500 m) [3 H de marche]

TREK Départ du trek pour Yangtang par un terrain aride, vous commencez à monter vers un petit col de Pobe la. Arrivée au village de Sumdo, Traversée de la rivière et continuation pour le col de Charatse la. Une demi-heure de descente de Charatse la pour atteindre Yangtang. Campement.

J 6 : Yangtang – Rizong – Yangtang (3500 m) [3/4 H de marche]

TREK Nous cheminons dans une vallée encaissée qui débouche sur de nombreux champs cultivés, dominés par le monastère de Rizong, perché dans un site fantastique. Une nonnerie située à environ 1/2 heure de Rizong peut faire l'objet d'une excursion pour ceux qui le désirent. Retour par le même chemin. Campement.

J 7 : Yangtang – Tsermangchan La (3750m) - Hemis Skupachan (3700 m) [3/4 H de marche]

TREK Montée en direction du col de Tsermangchan La (3750m), puis descente vers le magnifique village de Hemis Skupachan (3700 m). Visite du village et de l'école. Campement.

J 8 : Hemis Skupachan - Mebtak La (3720 m) – Temisgam (3600 m) [4/5 H de marche]

TREK Longue montée progressive jusqu'au col du Mebtak La (3720m). Redescente jusqu'à la vallée agricole de Dangdong Tokpo et le village de Ang. Courte marche jusqu'au grand village de Temisgam. Visite du village. Campement.

J 9 : Temisgam – Skining (3550 m) [4/5 H de marche]

TREK Nous cheminons à travers champs jusqu'au pied d'un petit col, après avoir traversé le village de Tea. L'ascension du col est en pente douce. Après le col (4050 m), descente en pente douce jusqu'au village de Skining. Campement.

J 10 : Skining – Khalse (2950 m) [3 H de marche] – Lamayuru – Leh [5 H de route]

TREK Redescente dans la vallée jusqu'à Khalse. De Khalse, transfert en jeep pour Lamayuru et visite de son extraordinaire monastère. Dans l'après-midi, retour sur Leh. Nuit en guest house.

J 11 : Leh (3500 m)

Journée libre à Leh. Nuit en guest house*.

J 12 : Leh - Delhi

Très tôt le matin, vol Leh-Delhi. Journée libre. Transfert et nuit à l'hôtel.

J 13 : 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.

Difficulté : Facile * ***

Pour tout voyageur en bonne santé pratiquant au moins une activité sportive d'entretien. Ce type de circuit comporte au minimum des marches ponctuelles et courtes, parfois plusieurs étapes de marche consécutives pouvant aller de 3 à 5h par jour, exceptionnellement une étape de 6 heures. Pas de difficultés liées à l'altitude lors des marches. Les transferts d'un site à l'autre se font en véhicule privé la plupart du temps et le logement se fait en hôtel, guest-house, camping, et parfois chez l'habitant.