

Le Spiti chez l'habitant ****

16 jours dont 7 jours de marche

Points forts :

- > L'accueil exceptionnel des habitants du Spiti
- > Une découverte culturelle très complète
- > Un programme idéal pour une approche du Spiti et de son patrimoine culturel et naturel
- > Une nature sans limite où l'on se sent proche des étoiles



Le Spiti est une oasis desséchée entre la vallée de la Parvati et la frontière séparant l'Inde du Tibet occupé. Même si l'endroit est un désert de végétation, il ne peut être considéré que comme une oasis ; pas seulement à cause de ces rivières qui le traverse de leur flux violent, mais aussi parce que le Spiti est habité principalement par des populations Tibétaines, qui parlent un langage proche du tibétain, le ladhaki, ils pratiquent aussi le bouddhisme tibétain.

La population du Spiti est Bouddhiste. Les monastères sont nombreux. Certains furent fondés il y a presque mille ans et abritent encore des fresque d'une rare beauté, dont le style est très influencées l'art des miniatures cachemiries à l'inspiration persane.

Les plus beau monastères sont a Tabo, et Lhalung.

La vie au Spiti reste rude, en raison de l'isolement et de l'altitude. Les enfants n'en sont pas moins enjoués et vifs. Même les villages les plus reulé ont leur école, et l'électricité.

Un périple original le long des contreforts de la barrière himalayenne, au cœur de vallées perdues et longtemps inaccessibles : Kinnaur, Spiti et Lahaul, aux portes du Tibet sur les anciennes pistes caravaniers.. De vertes et fraîches vallées et collines qui attiraient les Britanniques a Shimla, Kullu ou Manali, un monde minéral de rochers dénudés ou sont perches des monastères, des pistes vertigineuses dominant des torrents furieux, des villages ou la petite "Gompa", fait face au petit temple hindouiste... Un voyage pour les amoureux de la montagne et de l'aventure, qui aiment se plonger dans la profondeur des vallées himalayennes et des religions complexes et diverses de l'Inde.



ITINERAIRE

(Sous réserve de modifications en fonction des circonstances)

J 1 : Arrivée à Delhi

Accueil à l'aéroport et installation à l'hôtel. Nuit à l'hôtel.

J 2 : Delhi – Nalagarh [3/5 H de train + 2H de route - 60 Km]

Départ très matinal pour la gare de New Delhi. Train en 2nd AC jusqu'à Chandigarh. Accueil à la gare où vous retrouvez votre chauffeur. Transfert jusqu'au fort de Nalagarh, au pied des monts Shivalik. Installation et nuit au fort.

J 3 : Nalagarh – Banjar (1200 m) [4/5 H - 150 Km]

Route jusqu'à Banjar. Installation dans la guest-house de Raju.

Standard : Raju's Guest-House (Maison d'hôtes - Ecotourisme) : Isolée à deux pas d'un petit torrent, et entourée de montagnes luxuriantes, le chalet traditionnel de Raju est un vrai havre de paix, située à 40 Km à l'Est de Mandi. 4 chambres joliment décorées, tout comme les parties communes (salles à manger et salon avec cheminée). Bonne cuisine « maison » et excellent accueil de Raju et de sa famille. PENSION COMPLETE.

J 4 : Banjar (1200 m)

Visite libre des villages traditionnels himachali et balade à pied dans la vallée de Sainj. Nuit en maison d'hôte.

Logement : Idem que la veille.

J 5 : Banjar – Manali (2000 m) [3 H - 110 Km]

Remontée de la vallée de Kullu jusqu'à Manali. Installation à la guest-house. Découverte de Manali et des environs (temple d'Adimba, Old Manali, village de Vashisht). Nuit en guest house* dans le « Vieux Manali ».

Outre Manali, son temple de Dhungri, son vieux village et son mall commerçant, les environs regorgent de jolis villages plantés dans des paysages de type alpin, avec de grandes forêts de conifères. Les villages de Vashisht, Jagatsukh et Naggar méritent une visite d'une journée.

Standard & Confort (Suites) : Gopi's Guest – House (Maison d'hôtes) : Maison moderne respectant l'architecture traditionnelle située dans le vieux village de Manali, à quelques dizaines de mètres du temple de Manu Maharishi, et qui jouxte la magnifique maison ancestrale de Gopi, votre hôte. Chambres simples avec SDB, propres. Bon restaurant. Atmosphère familiale. Très bon accueil de Gopi et Delphine.

J 6 : Manali – Kaza (3600 m) [10 H - 230 Km]

Transport de Manali à Kaza par route, avec un crochet pour admirer le grand lac Chandar Tal (4250 m). Nuit en hôtel.

J 7 : Kaza (3600 m)

Journée d'acclimatation et d'exploration autour de Kaza. Visite du superbe monastère de Kye puis du village de Kibber, un des plus hauts villages du monde à 4300 m. Continuation vers les villages de Gette et de Tashigang. Si le temps le permet, possibilité de redescendre sur Kye à pied. Retour sur Kaza. Nuit à l'hôtel.

Logement : Idem que la veille.

J 8 : Kaza - Langza (4400 m) [1 H de route - 2 H de marche]

Après le petit-déjeuner, visite du bureau d'Ecosphere pour une introduction sur la vallée, les gens et la culture du Spiti. Transfert jusqu'au village de Langza, situé dans une grande prairie. Visite du temple de Lang. Installation chez nos hôtes pour le déjeuner. L'après-midi, visite du "fossil center" créé par les jeunes du village afin de préserver la richesse géologique de la région. Nuit chez l'habitant.

Standard : Home Stay : Dormir chez l'habitant est le meilleur moyen de vivre le Spiti. Chaque maison proposent généralement une chambre double. La cuisine locale prend ici tout son sens (possibilité de repas indien sur demande). L'eau est bouillie afin d'être potable.

J 9 : Langza – Komik (4500 m) [4/5 H de marche]

TREK C'est parti pour le trek ! Traversée d'un plateau jusque Komik. Possibilité d'emprunter différents itinéraires selon le niveau du groupe sachant que les chemins les plus raides offrent généralement de meilleures perspectives. Visite du monastère de Komik qui est un des plus hauts villages en Asie. Rencontre avec vos hôtes. Nuit chez l'habitant.

J 10 : Komik – Demul (4350 m) [6/7 H de marche]

TREK Journée à dos de yaks. Départ matinal en direction de 2 petits cols d'où la vue sur les sommets environnants est imprenable. La piste continue à travers des pâturages fleuris. S'ensuit une descente jusqu'au village de Demul. Visite du village. Nuit chez l'habitant.

J 11 : Demul – Lhalung (3750 m) [4/5 H de marche]

TREK Journée principalement en descente. Le chemin mène en bas de la vallée, le long de la rivière Lingti. Arrivée à Lhalung où se trouve le temple le plus vieux de la région mais aussi un arbre millénaire ! Lhalung est également pour son arak (alcool local) et son folklore. Spectacle culturel dans la soirée. Nuit chez l'habitant.

J 12 : Lhalung – Dhankar (3890 m) [4/5 H de marche]

TREK Montée progressive jusqu'au lac de Dhankar (3890 m). Picnic en bordure du lac. Descente raide jusqu'au village du même nom, ancienne capitale du Spiti. On y trouve un monastère, fondé en l'an 1000 par Rinchen Zangpo et habité en ce moment par un quarantaine de moines geluppa, une merveille de l'art Tibétain à l'égal d'Alchi au Ladakh. Nuit dans la guest house du monastère.

J 13 : Dhankar – Kaza (3600 m) [3/4 H de marche]

TREK Direction Giu, juste à la frontière du Tibet et un des villages les plus isolés du Spiti. Giu abrite une relique inestimable : la momie d'un moine vieux de 600 ans. Continuation vers Tabo et son monastère millénaire, classé par l'Archaeological Survey of India. Retour sur Kaza en jeep. Nuit en guest house.

Logement : Idem que le J 8.

J 14 : Kaza – Manali (2000 m)

Une longue journée de route nous attend ! Remonté de la vallée du Spiti jusqu'au col du Kunzum-La (4800m), qui nous fera quitter le Spiti. Re descente dans la région du Lahoul jusqu'à la route Leh - Manali, par des paysages de plus en plus alpins. Remontée jusqu'au col du Rothang La (3900 m) avant de re descendre dans la luxuriante vallée de Kullu. Nuit en guest house* à Manali.

Logement : Idem que le J 7.

J 15 : Manali – Delhi

Journée libre à Manali. En fin de journée, départ en bus de ligne « deluxe » pour Delhi.

Logement : **Idem que le J 1.**

J 16 : Delhi – Aéroport international

Accueil à la « bus station » et transfert à l'hôtel. Visite de Delhi où la splendeur de l'Empire Moghol s'oppose au modernisme de la ville nouvelle. Shopping vers Chandri Chowk, la rue des argentiers au coeur du vieux quartier commerçant. L'après midi, nous ne conservons qu'une ou deux chambres à l'hôtel pour entreposer nos affaires et prendre une douche avant le transfert tardif à l'aéroport. Fin de nos services.

La capitale de l'Inde, fondée sur le site de sept villes historiques, est composée aujourd'hui de la vieille ville et de la nouvelle, deux moitiés dans une unité stimulante et chaotique. La citadelle fortifiée et le fort rouge rappellent la force sereine et l'élégance du grand empire Moghol. Le quartier animé de Chandni Chowk, célèbre pour ses marchands d'or et d'argent, la mosquée Jama Masjid, la plus grande d'Inde et le Raj Ghat où fut incinéré Mahatma Gandhi constituent des arrêts fort intéressants. New Delhi est une ville vibrante, dotée d'édifices aux étages multiples, de boulevards, de fontaines et de grands parcs. Vous pourrez visiter le minaret de Qutub Minar, le mausolée de Humayun et Connaught Place qui est un véritable miroir de la capitale où se côtoient marchands ambulants, étalages de soies, cinémas et restaurants chics.

Logement : **Idem que le J 1.**

*** Possibilité de logement en hôtel à Dharamsala, Manali et 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 et de l'état des routes.

DIFFICULTE DU VOYAGE

Niveau : Modéré ****

Pour marcheur confirmé pratiquant régulièrement une activité sportive qui favorise l'endurance. Ce type de circuit comporte en général entre 7 et 12 jours de marche, avec des durées allant de 5 à 7 heures au quotidien. L'altitude peut être un élément à prendre occasionnellement en compte.

PRIX & PRESTATIONS

LE PRIX : € sur la base de participants (chambre double/twin) soit € / personne.

Les prix comprennent :

- Les transferts et transports tels que prévus au programme en Tata Qualis (5 passagers max.) ou similaire

Les véhicules sont équipés de radio, ceintures de sécurité et extincteurs incendies...

Le prix comprend l'essence, les taxes routières, les parkings, l'assurance du véhicule et du chauffeur, le logement et les repas de ce dernier.

Nos chauffeurs, parlent anglais, et sont coutumiers des routes menant aux sites touristiques du Nord de l'Inde. À votre disposition pendant votre séjour, ils vous fourniront un service de qualité. Vous pourrez compter sur eux à tout moment pendant toute la durée de votre séjour. Habités à circuler avec des clients étrangers, ils connaissent les besoins et les préférences de ceux-ci. Enfin, ils restent en contact permanent avec nos bureaux de Delhi, Leh et Manali, nous permettant ainsi de vous aider à tout moment où que vous soyez.

- **Le train Delhi – Chandigarh en 2nd AC**
- **Le bus de nuit Manali – Delhi**
- **L'assistance d'une équipe locale** : guide anglophone du Spiti, muletiers
- **Le portage et le matériel collectif et individuel** : animaux de bât, portage du matériel collectif et individuel
- **Le logement** : à l'hôtel sur Delhi, Nalagarh, en guest house sur Banjar, Manali, Kaza et Dhankar ; en « home stay » le reste du circuit
- **Les repas : Uniquement les petits déjeuners sur Delhi, Nalagarh, Manali** Pension complète sur Banjar et au Spiti), de manière à vous laisser le choix de vos restaurants et menus (un fascicule « nos bonnes adresses » vous est remis à votre arrivée à Delhi).

Les prix ne comprennent pas :

- **Les services d'un accompagnateur francophone du J 1 à 17 : € à diviser par le nombre de participants** (le prix comprend son salaire, son logement, ses repas et les entrées des sites visités)
- **Les vols internationaux.** Vous pouvez consulter notre [liste de voyagistes](#) proposant des vols secs. Nous disposons parfois de "bons tuyaux", [contactez-nous](#) pour en savoir plus
- **Les taxes d'aéroport (internationales)**
- **Les repas principaux à Delhi, Dharamsala, Manali et Leh.**
- **Les entrées dans les temples, monuments, monastères et musées** prévus au programme (ce qui a l'avantage d'une plus grande souplesse au niveau des visites, qui ne sont jamais obligatoires !). Compter entre 5 et 15 € par personne.
- **L'option de location de sac de couchage : 2 € / jour (de Delhi à Delhi)**
- **Les frais de visas**
- **L'assistance rapatriement**
- **Les boissons et dépenses personnelles**
- **Les pourboires**

Encadrement & organisation

Vous êtes pris en charge par Shanti Travel depuis l'aéroport international d'arrivée jusqu'à l'aéroport international de sortie (sauf demande contraire de votre part).

Sécurité

La sécurité est notre objectif majeur, quels que soient la région, le terrain et le niveau de difficulté de votre voyage.

Pour tous les programmes, les accompagnateurs sont munis d'un téléphone portable (pas très utile cependant au Rupshu ou au Zaskar !).

Pour les programmes aventure, nous fournissons sur chacun de nos groupes une pharmacie adaptée aux conditions du voyage. De plus, nos circuits tiennent parfaitement compte de l'acclimatation à l'altitude.

Shanti Travel est assuré en responsabilité civile professionnelle auprès de SECURED LIFE (145347 N).

Repas

Le plus court chemin pour sonder le cœur d'une culture, si complexe soit-elle, consiste sans doute à partir à la découverte de sa cuisine. Pour vous permettre de découvrir le mode de vie du pays, nous vous faisons systématiquement goûter la cuisine locale, qui, même aménagée pour nos papilles occidentales, peut parfois surprendre ! La cuisine indienne et ladakhie sera agrémentée de plats occidentaux.

Si la cuisine indienne produit une quantité de plats différents rarement égalée, les céréales, que ce soit le riz dans l'Inde du Sud, ou le blé (sous forme de *roti*, pains plats et ronds) en Inde du nord, constituent la base de tout repas. Invariablement accompagnées de *dhal* (purée de lentilles) et de *sabzi* (légumes), elles sont, selon les circonstances, agrémentées de viande ou de poisson. Au-delà de ces denrées fondamentales, les combinaisons sont infinies.

Logement

Quelle que soit la formule choisie (en Groupe Organisé, A la Carte ou Sur Mesure), vous logez la plupart du temps en camping, avec quelques nuits en hôtels standard et guest-houses, ou encore chez l'habitant (circuit hivernal au Ladakh). Hôtel ** à Delhi. Supplément pour un hôtel ***/**** à Delhi, nous consulter.

Les vols internationaux ne sont pas compris dans le prix

L'agence n'offre pas ce service mais vous pouvez consulter notre [liste de voyagistes](#) proposant des vols secs.

RAPPEL : Shanti Travel se charge entièrement de la réservation des vols intérieurs et accomplit toutes les formalités nécessaires. Tous les vols intérieurs sont compris dans les prix de nos circuits.

Permis & formalités

Shanti Travel remplit toutes les formalités et prend entièrement en charge les permis de trekking ainsi que l'entrée dans les parcs nationaux.

En revanche, l'obtention du VISA est de votre ressort. Chaque participant est tenu de se plier aux règlements de formalités de police et de santé à tout moment du voyage.

Assurances

Shanti Travel est assuré en responsabilité civile professionnelle auprès de SECURED LIFE (145347 N). Cependant Shanti Travel ne saurait se substituer à la responsabilité civile individuelle dont chaque participant doit être titulaire. Nous vous demandons à votre arrivée en

Inde de remplir et signer une lettre de décharge et les garanties de votre assurance personnelle (assurance rapatriement).

Assurance Voyage : l'agence ne propose pas ce service et il est de votre ressort de souscrire une assurance rapatriement (et secours en montagne pour les circuits trekking et alpinisme). Dans tous les cas n'oubliez pas d'emporter avec vous en voyage la copie de votre contrat (les coordonnées de votre assurance personnelle), car vous êtes responsable de la déclaration des sinistres auprès de l'assurance (nos guides et agents locaux vous aiderons bien sûr dans cette démarche).

Pourboires

Dans les restaurants, les hôtels ou les Guest Houses (auberges), les pourboires tendent à se généraliser, et sont d'environ 10% du montant à payer.

En trekking & voyage Aventure, le personnel accompagnant se compose de plusieurs personnes (guide, cuisinier, muletiers, porteurs, bateliers, chauffeurs, etc...). Selon le nombre de participants, prévoir pour la totalité du personnel accompagnant :

- Groupe de 1 à 4 personnes : environ 60 - 80 € / participant
- Groupe de 5 à 8 personnes : environ 40 - 60 € / participant
- Groupe de + de 9 personnes : environ 35 - 50 € / participant

Ceci ne constitue naturellement qu'un simple repère. Chacun est libre d'agir à sa guise.

Petits imprévus

L'aventure, même préparée avec le plus grand soin, garde heureusement sa part d'évènements imprévisibles. Ces derniers ne doivent pas vous déstabiliser au point de gâcher votre plaisir de voyager.

Soyez prêt à accepter ces aléas, sachant que votre accompagnateur, toute l'équipe encadrante et l'équipe de Delhi vous proposeront les solutions les plus adaptées à la situation.

Prolongation de séjour

Sur l'ensemble de nos destinations, nous vous proposons des prolongations de séjour : nuits d'hôtel, location de véhicules, vols intérieurs, etc... Renseignez-vous dès votre inscription.

MATERIEL & AFFAIRES PERSONNELLES

Matériel fourni par Shanti Travel

- Tentes canadiennes ou igloo 2 places
- Matelas en mousse
- Matériel de cuisine collectif et personnel (couverts...)

Affaires personnelles

**Un équipement approprié est un des composants essentiels à la réussite d'un voyage !
Voyagez léger, vous rendrez les manutentions moins pénibles : essayez de rester en dessous de 15 kilos.**

SACS :

- Un sac type marin (avec quelques sacs plastiques pour protéger le contenu) ou un grand sac à dos sans armature métallique extérieure ... Vous pouvez le fermer avec un cadenas. Eventuellement un sur sac.
N'oubliez pas d'y apposer une étiquette avant le départ avec vos coordonnées + celles de Shanti Travel.
- Un petit sac à dos de 30 litres pour la journée (pique-nique, appareil photo, etc...)

SAC DE COUCHAGE :

- Sac de couchage très chaud (- 10 confort - en duvet vif cloisonné pour haute altitude, par ex.).
- Sac à viande, éventuellement.
- Couverture de survie
- Pour plus de confort, prévoyez un matelas mousse qui complétera le matelas local.

VETEMENTS ET EQUIPEMENT PERSONNEL :

(Possibilité de laver les vêtements tous les jours au cours du trek)

- Pantalon type training, ou en toile (éviter les shorts et les débardeurs, surtout pour les femmes : les bermudas passent encore)
- Chaussures de marche (trekking) indispensables + paire de tennis
- Veste Gortex ou doudoune chaude
- Pull chaud et fourrure polaire
- Chapeau, bob ou foulard
- Lunettes de soleil (glacier de préférence)
- Gourde de 1 litre
- Lampe de poche ou frontale (+ piles)
- Canif ou opinel
- Bâtons de ski télescopiques, éventuellement
- Friandises, barres de céréales et petits gâteaux seront les bienvenus pour compléter l'ordinaire

Pharmacie personnelle

- Crème solaire écran total
- Crème lèvres labialisant
- Antibiotique à large spectre
- Aspirine
- Immodium + intérix
- Élastoplaste
- Acétazolamide pour le mal des montagnes (Diamox)
- Désinfectant cutané
- Pansements
- Seconde peau (ampoules)