

TOUR DES ANNAPURNAS

(circuit de 22 jours et 18 jours de trek)

Chacun des jours de ce trek est différent des autres à tous points de vues (ethnies rencontrées, faune, flore...), nous passons progressivement des cultures en terrasse et des essences tropicales aux forêts de conifères aux paysages lunaires d'altitude. Cette diversité fait que ce trek est le plus représentatif de ce qu'est le Népal.

ITINERAIRE

Jour 1 : Arrivée à Katmandou

Accueil a l'aéroport et transfert à l'hôtel.

Nuit à l'hôtel

Jour 2 : Journée libre à Katmandou

Nous établissons les permis d'entrée dans le parc national des Annapurnas (il nous faudra pour cela les numéros de passeport de chaque participant)

Nuit à l'hôtel.

Jour3 : Katmandou-Pokara-Besisahar 9h de bus.

Départ en bus pour Besisahar, où nous retrouvons l'équipe des porteurs. Pendant le trajet, vue sur les massifs des Annapurna et du Manaslu.

Nuit en lodge à 823m

Jour 4 : Besisahar-Ngadi 5h de marche.

Premier jour de marche le long de la rivière Marsyangdi que nous longerons jusqu'à sa source, à Manang. Végétation de basse altitude (essences tropicales, manguiers, bananiers...), cultures en terrasses (riz, maïs, canne à sucre, millet, orge...) et vues sur le Ngadi Chuli (7871m) et le Peak 29 (7893m) sont le cadre de la journée, empruntant un chemin plat par lequel nous passons trois ponts suspendus au-dessus de la Marsyangdi. Une petite montée de 45mn nous amène, dans un cirque magnifique en terrasse, au village de Bahundanda, perché sur une petite crête, village qui, comme son nom l'indique, est essentiellement habité par des Brahmanes.

Nuit en lodge à 900m

Jour 5 : Ngadi-Jagat 6h de marche.

Nous quittons progressivement les cultures en terrasses pour rencontrer une végétation plus clairsemée (forêts de bambou...), ainsi que le monde à prédominance hindou pour des villages de plus en plus peuplés d'ethnies bouddhistes (Gurung, Magar, Tamang). Nous traversons un long pont suspendu avant d'arriver à Jagat (1314m) par un chemin en corniche taillé dans le granit à flanc de montagne. Le paysage est plus minéral et escarpé dans les gorges étroites au fond desquelles on entend gronder la Marsyangdi. Nous rencontrons des caravanes de mulets juste avant de poser le camp près de Chamje, au bord de la Marsyangdi.

Nuit en lodge à 1311m

Jour 6 : Jagat-Dharapani 6h30 de marche.

Une montée raide nous conduit à Tal, véritable entrée sur le monde bouddhiste qui, au Népal, est concentré sur les hautes et moyennes montagnes. Ce sont le thé au beurre salé, la viande

séchée, les stupas, les chörtens et les moulins à prières qui le caractérisent. Les femmes ne portent plus les saris aux mille couleurs mais les tchoubas en laine de chèvre ou de yak, animal que nous rencontrerons plus haut. Les traditions et cultures rencontrées sont de plus en plus de type tibétaine (joute à cheval, tir à l'arc) car toutes ces ethnies bouddhistes ont émigré du Tibet au Népal des dizaines, voire des centaines d'années auparavant. Nous passons trois ponts suspendus jusqu'à Dharapani, grand village qui marque la fin de notre progression Sud-Nord, et nous prenons la direction Est-Ouest, et ce jusqu'à Manang

Nuit en lodge à 1900m

Jour 7 : Dharapani-Chame 6h de marche.

De Dharapani, nous laissons à droite la vallée qui mène au Larkya La (Manaslu) et atteignons Bagarchap par un sentier qui serpente dans les forêts de conifères (pins d'himalayas...) C'est à partir de Bagarchap, où nous établissons notre camp, que les vues sur les contreforts des hauts sommets deviennent vraiment impressionnantes: Manaslu, Ngadichuli, Lamyung, Annapurna II. Journée agréable dans les forêts de conifères (pins, sapins, cèdres...) avec la vue saisissante sur les massifs du Manaslu et du Lamyung Himal. Nous rencontrons nos premiers rhododendrons (en fleurs en Mars/Avril); à chaque village que nous passons ce sont les drapeaux et moulins à prières, les odeurs d'encens et de genévrier brûlés en offrande, qui nous accueillent. Les glaciers sont de plus en plus proches et la température chute rapidement, le soir.

Nuit en lodge à 2700

Jour 8 : Chame-Pisang 5h de marche.

Nous continuons vers Brathang. Après avoir marché une heure et demi dans les pins, et avoir traversé un nouveau pont, nous passons la barre des 3000m et entrons la vallée de Manang, bordée au Sud par les Annapurnas II, III et IV, le Gangapurna et le Tilicho Peak, et au Nord par les Chulu East, West et Fareast, ainsi que par le Pisang Peak. Le spectacle est saisissant de toutes parts, et une heure de plus, à plat, nous conduit à Pisang.

Nuit en lodge à 3300m.

Jour 9 : Pisang-Ngawal 5h de marche.

Nous commençons à marcher plus lentement pour nous acclimater à l'altitude et une première montée nous conduit à Pisang-haut où nous visitons un monastère bouddhiste. Nous marchons, une dernière fois, dans une forêt de pins que nous quittons pour ne plus rencontrer que du minéral parsemé de quelques buissons de genévrier. Après une montée raide, nous déjeunons à Gyaru, village d'un autre temps où seul le vent vient troubler un calme envoûtant. La vue sur tout le massif des Annapurnas avec les contreforts au premier plan est certainement le temps fort du circuit. Deux heures de marche à flanc de montagne et nous arrivons à Ngawal, petit village sauvage d'altitude.

Nuit en lodge à 3600m.

Jour 10 : Ngawal-Manang 3h de marche.

Après deux heures de marche, nous arrivons à Braga où nous visitons un magnifique monastère tibétain, perché tout en de ce village, typiquement tibétain, construit sur le flanc d'une colline de calcaire. Après la visite, nous rejoignons Manang où nous déjeunons et restons deux nuits

Nuit en lodge à 3400m.

Jour 11 : Manang journée de repos ou 4h de marche si l'on va jusqu'à Lethar.

Journée de repos et d'acclimatation à l'altitude. Promenade au lac, au glacier du Gangapurna qui domine la vallée, visite d'un petit monastère, perché à quelques 400m au dessus Manang (également possibilité de ne pas faire de journée de repos à Manang mais de faire l'étape assez

longue du lendemain en 2 fois, auquel cas nous allons ce jour jusqu'à Lethar. Ceci a décider sur place avec votre guide en fonction des intempéries et de votre acclimatation à l'altitude)
Nuit en lodge à 3400m ou à 4000m.

Jour 12 : Manang-Phedi 7h de marche ou Lethar-Phedi 5h de marche.

Après avoir dépassé la source de la rivière Marsyangdi, nous remontons la Jhargangkhola et prenons lentement de l'altitude, à flanc de moraine. Nous croisons des yaks et entrons dans un paysage lunaire, caractéristique du Népal, au dessus de 4000m, les hauts sommets nous entourent sur 360 degrés et la progression, devenue plus lente en altitude, nous laisse le temps de les admirer.

Nuit en lodge à 4400m.

Jour 13 : Phedi-Muktinath par le col du Thorong La (5416m) 8h30 de marche.

Nous partons de nuit (2h30) à la frontale en direction du Thorong-La (5416m) La montée est lente et progressive car nous passons la barre des 5000m, le jour se lève et en se retournant la vue sur le massif des Annapurnas est inoubliable. Après quatre heures de marche sur un sentier facile nous atteignons le col. Nous entamons la descente en direction de Muktinath avec des vues magnifiques sur les Nilgiris et le massif du Daulagiri (8167m). Arrivée à Muktinath en début d'après-midi.

Nuit en lodge à 3800m.

Jour 14 : Muktinath-Marpha 5h30 de marche.

Nous sommes maintenant dans la vallée de la Kaligandaki, rivière que nous suivrons jusqu'à Tatopani. Le paysage a changé totalement, et lors de la descente c'est le monde minéral du Mustang que nous pouvons admirer. Deux heures de descente et une heure et demi de plat nous conduisent à Jomosom où nous déjeunons. Encore une heure et demi de plat l'après-midi pour arriver à Marpha, très beau village Takali (ethnie de la vallée) dont la spécialité est la pomme, nous goûtons le jus de pomme, le cidre et le Calvados local pour fêter le passage du col

Nuit en lodge à 2600m.

Jour 15 : Marpha-Lete 6h de marche.

Après une heure de plat nous arrivons à Tukuche, sur les traces de Maurice Herzog puisque c'est là qu'était installé le camp de base de son expédition qui a conquis l'Annapurna I. Nous continuons par un chemin plat et facile en longeant le glacier du Daulagiri à notre droite ainsi que le Tukuche Peak (6920m) et ce, jusqu'à Larjung où nous déjeunons. L'après-midi nous marchons essentiellement dans le lit de la Kaligandaki très venté. Nous arrivons à Kalopani d'où nous apercevons peut-être l'Annapurna I (8091m), seulement visible de ce village pendant le tour. Encore une heure et nous arrivons à Lete au confluent de la Kaligandaki et de la Lete Khola

Nuit en lodge à 2400m.

Jour 16 : Lete-Tatopani 6h30 de marche.

De Lete à nous prenons un sentier descendant, retrouvons la végétation tropicale de basse altitude et passons de nombreux villages Thakalis. Nous croisons des caravanes de mulets qui montent ou descendent du Mustang chargées de riz ou de sel. Les gorges se rétrécissent par endroit, donnant des rapides impressionnants que nous passons sur des ponts suspendus. Nous déjeunons à Chahara au pied d'une cascade. Il nous reste deux heures et demi de marche pour rallier Tatopani, et sur la gauche le long de la Kaligandaki nous verrons sûrement les pêcheurs des villages alentours

Nuit en lodge à 1200m.

Jour 17 : Tatopani-Gorepani 6h30 de marche.

De Tatopani, nous avons une très belle vue sur les Nilgiris, et nous quittons la Kaligandaki pour entamer la longue montée en direction de Gorepani. Nous sommes récompensés tout au long de la montée par des vues de plus en plus panoramiques sur les massifs du Daulagiri et des Annapurnas. Nous sommes à nouveau au milieu des cultures en terrasses avant la dernière de montée d'une heure que nous faisons à l'ombre dans une magnifique forêt de Rhododendrons

Nuit en lodge à 2850m

Jour 18 : Gorepani-Gandrung 6h30 de marche

Tôt le matin avant le petit déjeuner, nous montons à Poon-hill (3200m) en 45 mn pour un levé de soleil inoubliable sur les massifs du Daulagiri, Manaslu et des Annapurnas; au total 27 sommets de plus de 6000m. Après le petit déjeuner nous descendons dans une forêt humide tropicale où se mêlent cascades et orchidées. Trois heures et demi de descente et nous arrivons à Tirkedunga pour le déjeuner. Baignade à la rivière. Encore deux heures de plat descendant et nous arrivons à Birethenti, très beau village népalais avec une belle vue sur le Machapuchare dans le prolongement de la Modi Khola, dernier camp de ce trek

Nuit en lodge à 1900m

Jour 19 : Gandrung-Pokhara 4h30 de marche+1h30 de bus

Une demi-heure de plat nous conduit à la route d'où nous prenons le bus pour Pokhara. Déjeuner à l'hôtel et ensuite nous partons faire une promenade en barque sur le lac Phewa pour un repos bien mérité. Le soir, c'est un dîner spécial que nous prépare le cuisinier et nous faisons la fête avec toute l'équipe de guides et de porteurs avec lesquels nous passons la dernière soirée en chants et en danses.

Nuit à l'hôtel à Pokhara

Jour 20 : Pokhara-Katmandou 6h30 de bus

Petit déjeuner à l'hôtel et départ pour Katmandou par bus touristique. Déjeuner en route et arrivée à Katmandou en milieu d'après midi.

Nuit à l'hôtel.

Jour 21 : Katmandou

Journée libre (qui sert de journée de sécurité en cas de problème sur la route de la veille) pour découvrir les sites culturels de la vallée.

Nuit à l'hôtel.

Jour 22 : Jour du départ

Transfert à l'aéroport

TARIF

Le prix de ce circuit (base de 3 à 5 personnes) est de : 423 US \$ /pers

Le prix comprend :

- 2 transferts aéroport/hôtel/aéroport
- les transferts Katmandou/Besisahar et Nayapool/Katmandou en bus locale, Pokhara/Katmandou en bus touristique
- 18 jours du trekking en pension complète avec un guide anglophone et 2 porteurs (chacun pour 20 kilos maximums 20 Kilos. Si ça dépasse 20 kilos, il faudra ajouter un porteur en plus dont le supplément sera de 7 US \$ / porteur /jour/groupe), les repas (petit déjeuner, déjeuner, dîner), hébergement dans les Lodge sur le trajet, etc....
- permis de parc national
- 1 nuit à l'hôtel Shikhara a Pokhara avec petit déjeuner.
- assurance d'équipe

Le prix ne comprend pas

- Les repas et hôtel à Katmandou
- assurance personnelle (médicale/rapatriement). C'est obligatoire. Soyez sur que votre assurance couvre (dans le cas d'accident) le coût d'évacuation par hélicoptère, de frais médicaux et du rapatriement en France. Pour plus d'info, consulter notre site Internet www.trinetra-adventure.com
- équipement personnel (duvet, etc...)
- pourboire et boisson

OPTION

1. Pour l'hébergement a Katmandou, nous vous proposerons les hôtels suivants
 - Hôtel Moonlight (simple) - chambre double avec petit déjeuner : 11 US \$ / pers/nuit
Le supplément chambre individuelle : 3 US \$ /pers/nuit
 - Hôtel Tushita- chambre double avec petit déjeuner : 9 US \$ / pers/nuit
Le supplément chambre individuelle : 3 US \$ / pers/nuit