

Trekking au Népal Région du Langtang

Pour vous pré-inscrire : [cliquer ici](#)



DU 20 AVRIL AU 5 MAI 2024

Pour vous préinscrire : [cliquer ici](#)

Situé au nord de Katmandou, entre le massif de l'Helambu et la frontière Tibétaine, le massif du Langtang offre de superbes sentiers loin des itinéraires classiques des Annapurna et du Khumbu. Après un temps de pause et de découverte de la superbe vallée de Katmandou, nous partons vers notre point de départ du trekking. Nous commençons alors notre marche en longeant la rivière Langtang Khola qui trace une gorge étroite à travers bambous, jungle et forêt tempérée. Plus haut, la vallée s'élargit et les arbres cèdent peu à peu la place aux prairies alpines. Le sommet du Langtang Lirung (7227m) nous domine jusqu'au village de Kyanjin Gompa (3830m), dernier hameau habité qui sert de pâturage d'été aux troupeaux de yacks. Nous sommes alors au pied de la zone des glaciers descendant de la chaîne du Haut Himalaya qui ferme la frontière avec le Tibet. Vous croiserez l'ethnie Tamang aux coutumes fortes. Les Tamangs confectionnent les tapis tibétains et le Thangka (peinture religieuse bouddhiste). Ils dépendent du bois pour la cuisson et la construction de leurs maisons. Vous



découvrirez une population influencée par la culture tibétaine. En effet, le trek va presque jusqu'à la frontière, au dernier village habité de Kyanjin Gompa.

La vallée du Langtang est un concentré de faune et de flore avec de nombreux animaux. Vous aurez peut-être la chance de voir le panda roux ou la panthère des neiges (animal rare). Le parc national est une aire protégée. Amoureux de la nature, ce trek est un mélange de verdure et de roche. Vous découvrirez la campagne, la forêt tropicale, la jungle et les pâturages qui offriront des vues sur les beaux sommets. La vallée offre de magnifiques panoramas aussi bien de la vie des villages que sur les sommets Himalayens.

Après une visite de Kathmandu le premier jour, nous partons tôt le matin en bus privé vers le point de départ de notre trek. Après une longue journée de bus sur ces routes étroites de montagne, nous commençons notre trek dès le lendemain pour remonter la vallée du Langtang jusqu'au point culminant à près de 4000 m. De là il sera possible de monter un petit sommet à près de 5000 m. Après 11 jours de trekking, nous rentrons à Kathmandu pour une journée de « sécurité » (pour assurer le vol international retour) et de visites des sites de la vallée. Une demi-journée de libre est prévue afin de laisser du temps à chacun de faire ses achats de souvenirs ou pour prendre le temps de retourner sur un site.

Points forts:

L'itinéraire idéal pour un premier trekking au Népal

- Le calme de cette vallée peu fréquentée
- Le panorama au sommet du Kyanji Ri (4350m) ou du Cherkho Ri (4985m)
- La journée libre à Katmandou en fin de séjour

Jours 1 : 20/4 : Vol de Paris - Katmandou.

Dîner et nuit à l'hôtel de Kathmandu le 21/04

Jour 2: 22/4 Arrivée à Katmandou. Accueil à l'aéroport et installation à l'hôtel. Petite visite de la vallée de Katmandou en fonction de l'heure d'arrivée.

Nous partons à la découverte de la capitale et de quelques uns de ses trésors.

Cela permet d'avoir une idée de la culture de ce pays avant de partir en montagne mais aussi de prendre un jour d'acclimatation au décalage horaire.

Nuit et pension en hôtel à Kathmandou.

Jour 3: 23/04: une journée d'adaptation au décalage horaire et de repos après l'avion en profitant de cette belle ville de Katmandou.

Nuit et pension en hôtel à Kathmandou

Trek dans le parc national du Langtang

Jour 3 : 24/4 Départ pour le trek

Direction Syabrubesi en bus qui longe le rive de la rivière Trisuli – 7 heures et 120 kilomètres.

C'est à partir de là que le trek commence. Nous privilégions le trajet en véhicule privée car il est plus sûr et agréable sur cette route étroite. Nuit à Syabrusi dans un hôtel local ou Guest House.

Jour 4 : 25/4 Syabrubesi à Lama Hotel (2 470 mètres)

Nous allons parcourir un peu plus de 11 kilomètres avec une montée de 1 000 mètres pour atteindre les 2 470 mètres. Nous traversons Bhotekoshi et suivons la rivière Langtang Khola pour monter progressivement vers Bamboo puis jusqu'à Lama Hotel où nous passons la nuit – 6 à 7 heures de marche

Jour 5 : 26/4 Lama Hotel à Langtang (3 450 mètres)

On gagne encore en altitude avec 980 mètres en plus en passant au village de Langtang via GhoreTabela. Un magnifique paysage de prairies vertes utilisées pour faire paître les yaks et pour le bétail de la population locale est au rendez-vous. Nous avons la possibilité de visiter un monastère si vous le souhaitez. Nous ferons presque 15 kilomètres – 5 heures de marche

Jour 6 : 27/4 Langtang à Kyanjin Gompa (3 817 mètres)

Sur ce sentier, montée progressive qui traverse les pâturages verts ainsi que d'autres petits villages Mondoo, singdum. Vous rencontrez les yaks dans les pâturages et vous visitez une fabrique de fromage de yak. Aujourd'hui, nous ferons à peine 7 kilomètres. Village encerclé par les imposants Kyanjing Ri et Tserko Ri – 4 heures de marche.

Jour 7 : 28/4 Kyanjin Gompa

Nous y restons pour la journée. Des randonnées sont organisées pour découvrir de beaux paysages. C'est la région du léopard des neiges. Vous aurez peut-être la chance de le voir. A cet endroit, vous aurez un beau panorama sur l'Himalaya. Nous aurons l'occasion de monter au Tserko Ri (4 935 mètres) où nous aurons une vue à 360 degrés sur la vallée du Langtang. Nous partirons très tôt le matin et nous redescendrons passer la nuit à Kyanjin Gompa.

Jour 8 : 29/4 Retour à Lama Hotel

A partir de ce jour, nous commençons à redescendre. Nous traversons des villages culturellement décorés et des forêts avec beaucoup de rhododendrons. Nous profitons des différentes vues des sommets enneigés. Une journée avec beaucoup de marche avec un peu plus de 20 kilomètres, surtout en descente et nous profitons de notre surplus d'oxygène. Dénivelé de - 1 300 mètres – 6 heures

Jour 9 : 29/4 Lama Hotel à Thulo Syabru (2 130 m)

Vous aurez l'occasion à travers un chemin sinueux de rencontrer la communauté des Tamangs avec leurs cultures et coutumes. Profitez du paysage sur les majestueuses montagnes de l'Himalaya – 5 heures

Jour 10 : 30/4 Thulo Syabru à Dhunche (1 764 m) 5 h de marche.

Jour 11 : 01/5 Retour – Dhunche à Katmandou: Transfert retour jusqu'à Kathmandu en véhicule privé. 7h de route. Transfert vers votre hôtel. Nuit à Katmandou à votre hôtel.

Jour 12 : Une nuit de repos le long de notre trekking qui sera placée là où nécessaire. Elle ne se trouve donc pas le jour 12, mais un jour entre le Jour 5 et 11. Ce qui nous fait 7 jours en montagne.

Jour 13 : Kathmandu ; journée libre pour effectuer vos achats, vous reposer, ou vous perdre dans les rues insolites de Kathmandu. Le soir, repas de fin de séjour avec l'équipe de l'agence. Nuit à votre hôtel.

Jour 14 : Vol retour en France; Kathmandu - Paris

PRIX: 3095 € à partir de 10 participants et seulement en cas de maintien du prix de l'aérien à 1050 € maximum et un taux de change euro/US dollars à 1€/1,11\$ au 28/12/2023.

Prévoir un supplément de 95 € pour un groupe de 9 participants uniquement et 215 pour 8

Le prix comprend

- Le transport aérien international et les taxes d'aéroport
- Les transferts terrestres nécessaires au bon déroulement du voyage
- L'encadrement par un guide népalais et un Accompagnateur en Montagne Français. (Yvan Théaudin normalement)
- L'assistance d'une équipe népalaise pour votre trekking (Sherpa, porteurs...)
- L'hébergement et les repas tel que décrit au programme
- Les permis de trekking et droits d'accès aux parcs
- La présence durant le trekking du matériel de premier secours : trousse de secours

Le prix ne comprend pas

- Les assurances
 - Les frais de visa à l'arrivée à Katmandou
 - Les repas non prévus au programme
 - Les entrées des sites non prévus au programme
 - Les boissons, les dépenses personnelles et les pourboires (compter environ 50 € de pourboires)
 - Les douches dans les lodges (200 à 300 NPR/douche)
 - Le supplément chambre individuelle (hôtel uniquement)
 - Les suppléments pour les éventuels excédents de bagage pour les vols internationaux
 - Les frais de transferts aéroport en cas de vol différent de celui du groupe

INVITATION AU VOYAGE

UN TOURISTE EST QUELQU'UN QUI PORTE SES SENSIBILITÉS AVEC LUI, UN VOYAGEUR EST QUELQU'UN QUI LES LAISSE TOUTES DERRIÈRE LUI POUR LA PURE EXPERIENCE DU VOYAGE.

Pour vous pré-inscrire : [cliquer ici](#)