

# TOUR DU MANASLU ET VALLEE DE TSUM (27 JOURS, ou moins, ou plus) (+ optionnel: *Tilicho Lake, Thorong La, Muktinath, Jomosom et vol retour sur KTM*) 15 Février 2010

Suite à mon « **non tour** » pour raisons météo, je re-propose le Tour du Manaslu aux intéressés.

Je cherche à constituer une petite équipe de 2 à 7 personnes (bons randonneurs/neuses) intéressés par ce trek au Népal en Février 2009. La date n'est pas fixée, mais le sera avant fin octobre 2009 pour la réservation des billets.

Il s'agit de réaliser en environ 23 jours de Ktm à Ktm, le tour du Manaslu (de Arughat à Besi Sahar ou Jomosom si on le complète par le tour des Annapurnas) combiné avec une exploration d'une semaine de la vallée de la Tsum où vivent des communautés tibétaines. Ce tour est plus sauvage que le classique tour des Annapurnas car dépourvu de lodges et se fait sous tente (\*). Logement sous tente en pension complète pendant le trek, hors boissons. 4 nuitées à Ktm en hôtel simple type bed and breakfast ou de luxe (*mais plus cher*)

Passage du col du Larkya La à environ 5200m. Dépaysement garanti. Paysages superbes.

*« Dans la vallée de la Tsum, l'isolement est important et pour y accéder, il y a quelques passages vertigineux sur des chemins néanmoins larges et également, quelques ponts de bois impressionnants »* selon les descriptifs!

**Etapes :** de 3 à 7 h de marche/jour. Altitude maxi.: 5 213 m.

**Portage:** par porteurs avec un max 12.5Kg de bagage (sac y compris) par personne autorisé  
==> max 25Kg/porteur

Départ assuré avec 2 personnes. Guide anglophone de 2 à 5 participants et, francophone (moi) pour plus de 6 personnes.

**Formalités:** passeport valide 6 mois après la date de retour + visa sur place.

**Vols réguliers:** Jet Airways, Qatar Airways, Etihad Airways, Gulf Air, Thaï Airways International.

**(\*)**: Dans le cas de moins de 4 personnes, il est possible, si vous le voulez, de faire ce trek en formule **semi-autonome** (nous portons nos brols + matelas, sac couchage, tente, gaz, popote) . Nous logeons chez l'habitant dans les conditions locales, nous mangeons ce qu'il y a à manger (si il y a). Prix à recalculer dans ce cas. Nous serons accompagné par un guide local (Tham ou Roshan) mais sans porteurs.

Il y a bien entendu des formules intermédiaires, mais le fait de recourir à une logistique porteurs + cook + intendance implique toujours un coût de base fixe non compressible. En simple, moins on est plus on paye pour un encadrement fixe.

**Par ex.** Pour un transport avec mules, Il y a minimum 3-4 mules + 1 muletier. Cela représente un coût à diviser entre les participants. Lors de nos 3 treks au Ladakh en 2008, l'un de ceux-ci a été réalisé avec tentes, tente mess, cook, guide, muletier et 4 mules. Cela représente un coût fixe de l'ordre de 100€/jour + la nourriture.

## Contacts - Informations:

**Jean-Francois Meyer**

- **Email:** [jean.francois.meyer@gmail.com](mailto:jean.francois.meyer@gmail.com) ou [jf.meyer@jfmeyer.be](mailto:jf.meyer@jfmeyer.be)
- **Téléphone:** +977 980 3270 781 ou +977 984 9275 677
- **Blog:** <http://nepal-jfm.blogspot.com/>

**Nicolas Fivet** Rue du Quambeau, 16 à Fernelmont

- **Téléphone:** +32.81.83.35.27 - +32.474.41.42.68
- **Email:** nicooo5@yahoo.fr

**A la salle d'escalade Roc Evasion à Jambes (Namur)**

- **Merry Hebdin ou Georges Boland**

## TARIFS

- Chez Nomades: 2900€ vol compris
- Chez Terres-oubliées: 2100€ sur place

**Prix estimé:** environ 1400€ (à 1600€) couvrant les 23 jours de trek et les 4 nuitées à Ktm. Comptez 60€/jour/personne (du jour d'arrivée au jour du départ – 1) à la louche, pour faire un estimation réaliste.

Une fois le groupe constitué, nous pouvons faire une estimation plus ciblée.

**Vol:** selon la réservation: transport aérien BRU/KTM pour environ 750€ à 1150€.

Le budget total serait de l'ordre de 500 à 1000€ de moins que les tour-opérateurs connus avec plus de souplesse dans l'organisation

### **Ce qui n'est pas compris et qu'il faut ajouter:**

- le billet d'avion BRU-KTM-BRU
- l'éventuel billet d'avion Jomosom-Pokhara-Ktm: 130 à 150€
- Les repas à Pokhara, à Kathmandu
- Les boissons
- Les frais d'entrée sur les sites et les trajets en taxi dans KTM
- Les taxes locales d'aéroport et le visa (40\$ + 18€)
- Les taxes d'accès à la Zone Annapurna (20€) + Zone de conservation du Manaslu + Vallée de la Tsum soit 105 \$ en automne ou 75 \$ au printemps payables sur place en \$ ou en €)
- Les assurances et frais d'inscription.
- Les pourboires aux porteurs et staff (20-30% du salaire journalier pour un porteur, 15% pour le staff). A compter sur le nombre de jours de treks + 3. Un porteur gagne environ 700 Nrps/jour, un Cook environ 1200-1500 Nrps/jour, un guide 1500-2000 Nrps/jour. 100Nrps = 1€

Prix donnés sous réserve de hausse en fin 2009 !

## Remarques:

Tous les participants doivent fournir une attestation personnelle ou collective d'assurance comportant le secours en hélicoptère en cas d'accident en montagne et les Numéros d'appel de cette assurance ainsi que les coordonnées complètes du dossier. Dans le cas où cette assurance ne couvrirait pas le secours en hélicoptère, les participants doivent s'engager par écrit à couvrir les frais de secours/rapatriement hélicoptère. En randonnée le Guide est habilité à varier l'itinéraire suivant les conditions climatiques et la condition physique des participants.

## Présentation:

Il y a une très jolie description sur [www.terres-oubliees.com](http://www.terres-oubliees.com)

Une autre sur le site [www.nomade-aventure.com](http://www.nomade-aventure.com): "Vallée sacrée de la Tsum et tour du Manaslu" réf. NEP104

Les sentiers qui contournent le massif du Manaslu présentent un cadre sauvage et authentique, ceci étant dû au fait que cette région n'a été ouverte que récemment aux marcheurs.

La faune, la flore et la géographie du terrain sont assez similaires à celles du tour des Annapurna mais ce sont surtout les habitants, leurs traditions et l'architecture des villages qui font l'originalité et la spécificité de ces vallées. Les villageois rencontrés après Nyak sont en effet essentiellement des Tibétains (naturalisés népalais) dont une grande partie a fui l'invasion chinoise du Tibet il y a 40 ans. Ils ne parlent pour ainsi dire pas le népalais et ont conservé toutes les traditions tibétaines.

**Sommets proches:** le massif du Manaslu (8153m) et les sommets qui le composent : le Ngadi Chili (7800m), le Bouddha Himal (6843m) et le Peak 29 (7887m) sont en toile de fond des chemins qui serpentent entre terrasses, rhododendrons et villages Gurung.

## ***Itinéraires indicatifs (ils sont tous un peu différents selon les étapes):***

### **Le Premier**

Jour 01	Arrivée à Katmandu	Accueil à l'aéroport et transfert à votre hôtel (Repas non compris à Kathmandu).
Jour 02	Kathmandu,	Journée libre servant à établir les formalités
Jour 03	Katmandu-Gorkha-Kalikasthan, 6H00 de bus, 1H00 de marche	Camp à 1300m
Jour 04	Kalikasthan-Dhuteni, 6H00 de marche	Camp à 850m
Jour 05	Dhuteni-Barpak, 6H00 de marche	Camp à 2000m
Jour 06	Barpak-Laprak, 6H00 de marche	Camp à 2100m
Jour 07	Laprak-Kholabesi, 8H00 de marche	Camp à 1200m
Jour 08	Kholabesi-Jagat, 5H00 de marche	Camp à 1300m
Jour 09	Jagat-Philim, 4h00 de marche	Camp à 1590m
Jour 10	Philim -Ghom_Lung ,6H00 de marche	Camp à 1950m
Jour 11	Ghom_Lung-Rentsam, 6H00 de marche	Camp à 2600m
Jour 12	Rentsam-Rachhen Gompa, 5H00 de marche	Camp à 3100m
Jour 13	Ranchhen Gompa-Mu Gompa-Chule, 6H00 de marche	Camp à 3300m
Jour 14	Chule- Ranchhen Gompa, 5H00 de marche	Camp à 3100m
Jour 15	Ranchhen Gompa, repos	Camp à 3100m
Jour 16	Ranchhen-Rentsan, 6H00 de marche	Camp à 2600m
Jour 17	Rentsan-Ghom, 6H00 de marche	Camp à 1950m
Jour 18	Ghom-Nyak, 6H00 de marche	Camp à 1950m

Jour 19	Nyak-Ghap, 6H00 de marche	Camp à 2156m
Jour 20	Ghap-Lo Gaon, 6H00 de marche	Camp à 2800m
Jour 21	Lo Gaon-Sama Gaon, 4H00 de marche	Camp à 3400m
Jour 22	Sama Gaon-Samdo, 3H00 de marche	Camp à 3700m
Jour 23	Samdo-Larke Glacier, 5H00 de marche	Camp à 4400m
Jour 24	Larke Glacier-Larke-La 5300m-Bhimtang, 8H00 de marche	Camp à 3800m
Jour 25	Bhimtang-Tilje, 6H00 de marche	Camp à 2108m
Jour 26	Tilje-Chamje, 6H00 de marche	Camp à 1600m
Jour 27	Chamje-Ngadi, 6H00 de marche	Camp à 900m
Jour 28	Ngadi-Besishar, 5h00 de marche	Camp à 700m
Jour 29	Besishar-Kathmandu, 8H00 de bus	
Jour 30	Kathmandu, Journée libre	
Jour 31	Départ de Kathmandu,	Transfert à l'aéroport

## Le Second

Jour -2: arrivé

Jour -1: Journée d'établissement des permis de trekking et, de visite de la vallée de Kathmandu. Visites possibles à Bhaktapur et, dans Kathmandu, les sites de Pashupatinath et de Bodnath. (Repas non compris à Kathmandu). Hôtel.

Jour 1 De Katmandu à Gorkha

Bus de Kathmandu à Gorkha, 6h de route. Préparation du départ en trek, répartition des charges et montée à 1150m au fort qui fut le palais royal du fondateur de la dynastie Sha Prithvi Narayan. Camp après le fort au-dessus des rizières. (Repas de midi non compris en route) . 2 heures de marche.

Jour 2 De Gorkha à Arkhol, 500m

Chemin en montagnes russes jusqu'à Arkhol, 500m. Toutes les collines sont sculptées de rizières. 6 heures de marche.

Jour 3. De Arkhol à Mandre, 1100m

Traversée par un pont suspendu. A partir de Rahaul, 850m, montée très raide d'une heure pour atteindre l'école de Mandre. 7 heures de marche.

Jour 4 De Mandre à Larpak

Montée continue pour atteindre le gros village gurung de Barpak, 1900m Passage du col à 2750m et longue descente jusqu'au village de Larpak, 2300m. Vue sur le Budha Himal et les Ganesh Himal. 6 heures de marche.

Jour 5 De Laprak à Khorlak Bensi

Descente de 500m jusqu'au pont. Montée raide puis plus douce à flanc de montagne. Les champs en terrasse dégringolent jusqu'à la rivière. Longue descente pour atteindre Khorlak Bensi, 800m, au bord de la Buri Gandaki. Nous suivrons cette rivière jusqu'au pied du col du Larkya. 6 heures 1/2 de marche.

Jour 6 De Khorlak Bensi à Jagat

Jagat, 1350m, aux belles maisons de pierres et rue principale pavée. Gros chörten de pierres. 5heures 1/2 de marche.

Jour 7, 8 et 9 De Jagat à Rachen Gompa

Nous entrons dans la Tsum vallée, encaissée au début puis qui s'élargit. 6 heures de marche par jour.

Jour 10 De Rachen Gompa à Mu Gompa, 3700m

La vallée est maintenant large et cultivée, les maisons cossues. Nous gagnons le monastère de Mu Gompa, dernière habitation avant le Tibet tout proche. 4 heures de marche.

Jour 11 De Mu Gompa à Chekam (3050m)

Nous redescendons à travers la vallée avec au fond la fin d'une crête des Ganesh et plus loin, le Bouddha Himal et l'Himal Chuli qui se découvrent progressivement. 5 heures de marche.

Jour 12, 13 et 14 De Chekam à Bhi

Nous reprenons la partie basse et encaissée de la Tsum, pour rejoindre le sentier classique du tour du Manaslu. 5 de marche par jour.

Jour 15 De Bhi à Namrung

Excursion au glacier de Pungen à 4000m. Nous sommes entourés par des sommets de 8000 et 7000m: le Himal Chuli, le North Peak, le Ngadi Himal (Peak 29) et le Manaslu. Monastère de Milarepa. Descente pour rejoindre le sentier de Samagaon, 3450m. 6 heures de marche.

Jour 16 De Namrung à Sama Gaon

Vues sur le Manaslu, 8163m et l'Himal Chuli, 7893m. Montée en forêt, où nous pourrions peut-être observer les faisans de l'Himalaya. 7 heures de marche.

Jour 17 De Sama à Samdo

Samdo, 3690m dernier village avant le col de Larkya, ses maisons de pierres s'imbriquent les unes dans les autres. 3 heures de marche.

Jour 18 De Samdo à Dharamsala

Montée lente. Camp au lieu dit Dharamsala à 4460m. 4 heures de marche.

Jour 19 De Dharamsala à Bimtang

Départ vers 4h du matin et montée progressive vers le col de Larkya, 5060m. Vue sur le Himlung Himal, le Cheo Himal, et l'Annapurna II. Descente abrupte. Camp à Bimtang, 3590m. 7 à 9 heures de marche suivant l'enneigement.

Jour 20 De Bimtang à Darapani

Marche au dessus de la Dudh Khola jusqu'à Darapani, 1850m sur le sentier du Tour des Annapurna. 7 heures de marche.

Jour 21 De Darapani à Jagat

Sentier en escaliers dans les gorges.

Camp à Jagat, 1300m 5 heures de marche.

Jour 22 De Jagat à Ngadi

Descente toujours en escaliers puis traversée de la Marsyangdi et montée à Bahundanda. Sentier le long des rizières pour atteindre le très joli village de Ngadi, 930m. 7 heures de marche.

Jour 23 De Ngadi à Kathmandu

Marche matinale d'une heure puis bus pour Kathmandu (6 à 9 heures selon la circulation à l'arrivée à Kathmandu)

## Le plus long: Manaslu, Tsum valley, Tilicho lake , Thorong La

*NOTES: 2-3 jours peuvent être gagnés si les étapes sont plus longues*

Day	Date	Program
01		Arrival in Kathmandu – Transfer to Hotel
02		Kathmandu day Rest – Hotel
03		Drive Kathmandu – Arughat
04		Arughat – Sati Khola
05		Sati Khola – Machha Khola
06		Machha Khola – Doban
07		Doban – Jagat
08		Jagat – Sarsim (Lukuwa)
09		(Lukuwa) Sarsim – Tsum Valley
10		Tsum Valley
11		Tsum Valley
12		Tsum Valley
13		Tsum Valley
14		Tsum Valley
15		Tsum Valley – Ghap
16		Ghap – Namrung
17		Namrung – Sama Gaun
18		Sama Gaun – Samdu
19		Samdu – Guest house
20		Day Rest in Guest House
21		Guest House – Bimtang
22		Bimtang – Tilije
23		Tilije – Koto
24		Koto – Pisang
25		Pisang – Manang
26		Manang – Tilicho Base Camp
27		Rest and Excursion around Tilicho Lake – Tilicho Base Camp
28		Tilicho Base Camp – Lattar
29		Lattar – Thorong La High Camp
30		Thorong La High Camp – Muktinath
31		Muktinath day Rest
32		Muktinath – Kagbeni
33		Kagbeni – Jomsom
34		Jomsom – Fly to Pokhara + Ktm
35		Kathmandu
36		Kathmandu
37		Departure from Kathmandu
38		Arrival BRU

## Avec retour direct vers Besi Sahar et Bus vers KTM

23		Koto – Tal
24		Tal – Jagat
25		Jagat – Ngadi
26		Ngadi – Besi Sahar (Bhulbule)
27		Besi Sahar – Kathmandu
28		Kathmandu – Hotel
29		Kathmandu – Hotel
30		Departure from Kathmandu
31		Arrival in BRU

**Au plus vite:**

23		Koto – Tal
24		Tal – Jagat
25		Jagat – Ngadi
26		Ngadi – Besi Sahar (Bhulbule) – Bus/jeep vers KTM arrivée de nuit
27		Kathmandu – Hotel
28		Kathmandu – Hotel
29		Departure from Kathmandu
30		Arrival in BRU

**Avec route directe vers Thorong La, Jomosom et vol Pokhara – Ktm (120-140€ pour les 2 vols)**

Day	Date	Program
26		Manang – Lattar
27		Lattar – Thorong La High Camp
28		Thorong La High Camp – Muktinath
29		Muktinath – Jomsom
30		Jomsom – Fly to Pokhara + Ktm
31		Kathmandu
32		Kathmandu
33		Departure from Kathmandu
34		Arrival in BRU

**Avec route directe rapide vers Thorong La, Jomosom et vol Pokhara – Ktm (120-140€ pour les 2 vols)**

Day	Date	Program
26		Manang – Thorong La High Camp
27		Thorong La High Camp – Muktinath
28		Muktinath – Jomsom
29		Jomsom – Fly to Pokhara + Ktm
30		Kathmandu
31		Kathmandu
32		Departure from Kathmandu
33		Arrival in BRU