

# NEPAL

## TOUR DU MANASLU

### « à ma façon »

Namun La - Dona Tal - Larkya La - Rupina La

du 28 octobre au 10 décembre 2016

35 jours de trek

ou

31 jours de trek + ascension Larkya peak

Version 3



[www.martinpierre.fr](http://www.martinpierre.fr)

Site web consacré au trekking  
- en ASIE (Népal...)  
- en Afrique (Maroc, Ile de la Réunion...)  
- en Europe (France, Suisse, Italie, Espagne, Grèce...)

Pierre MARTIN - pierre.p8@gmail.com - tel : +33 (0) 612590487

### Présentation du voyage :

Un « truc » incroyable : le tour du Manaslu... Oh non ! C'est devenu d'un commun... Mais si je vous dis « à ma façon » avec l'enchaînement du Namun La, du Larkya La et du Rupina La... ? Alors c'est VRAIMENT autre chose... Allez, je rajoute une exploration de 5 jours au lac de Dona Tal créé par le recul des glaciers S du Manaslu et du Thulagi (c'est quand même le deuxième plus grand lac glaciaire du Népal après le Tilicho, et quasiment personne n'y passe...), un aller-retour sur la frontière tibétaine depuis Samdo et vous avez devant les yeux un programme de trekking ambitieux.

### Déroulement du voyage :

Le trek se déroule entre 800m (Pokhara) et 5200m (Larkya La). Pratiquement, la marche s'effectue à 95% sur des sentiers présentant parfois de belles dénivelées.

Noter qu'il sera possible au passage de se mesurer au Larkya peak (6249m) en cordée avec un guide de haute montagne népalais. Les participants au trek ne souhaitant pas s'inscrire à l'ascension descendront à Samdo où pourront être effectuées quelques randonnées à la journée en direction de la frontière tibétaine.

Ce trek est *a minima* exploratoire, ce qui veut dire que les étapes définies dans le jour par jour peuvent être décalées, les temps d'étape allongés (ou raccourcis), des changements d'itinéraires peuvent être décidés pour de multiples raisons (sécurité, météo, ravitaillement en urgence, etc.). Je prendrai les décisions adéquates.

Ce programme très complet, hors des sentiers battus et rebattus par les touristes, laissera une large place aux moments de découverte des populations qui vivent dans les villages que nous allons traverser (même « hors des sentiers battus » on traverse quelques villages... Afin de proposer des montants financiers acceptables, le groupe sera composé d'au moins 4 personnes avec un maximum de 8. L'intendance népalaise sera assurée par l'agence [Altitude Randonnée Trekking](#) de mon ami Chhetup Tamang avec laquelle j'ai réalisé de nombreux treks au Népal. On disposera d'une équipe népalaise composée d'un sirdar, d'un assistant de route, d'une équipe cuisine et de porteurs. La quasi intégralité du circuit s'effectuera en tente mais au croisement des grandes routes de trek (Annapurna, Manaslu) on trouvera bien un *lodge* (une bonne douche n'a jamais fait de mal...). Pour des raisons de sécurité, le groupe disposera d'un téléphone satellitaire.

### Prestations :

A Katmandou :

- hébergement en chambre double en guest-house simple.
- petit-déjeuner seulement.

Pendant le trek :

- accompagnateur francophone, anglophone et népalophone
- hébergement en tente et quand l'occasion de présente en *lodge*.
- pension complète.

### Matériel indispensable :

- le même que pour les treks en moyenne-haute montagne sous tente (duvet -20°C, chaussures de montagne tiges mi-haute ou basse, vêtements 3 couches, etc.),
- des chaussures avec une excellente semelle permettant de marcher dans l'eau des torrents avec galets pendant quelques dizaines de minutes (tongs à proscrire mais une vieille paire de baskets peut finir sa vie ici...),
- une [paire de crampons forestiers](#) qui sécurisent le passage sur des névés à la neige un peu dure (on en trouve à KTM ou Pokhara au prix de 20€ mais on peut aussi les trouver en France).

### Participation financière :

Le montant demandé par personne pour ce trek (permis d'expédition Mustang inclus mais hors A/R avion international) correspondant à une prise en charge de l'aéroport de KTM à l'aéroport de KTM et l'encadrement durant tout le programme présenté à la page suivante, est le suivant :

- de 5700€ 2/3PAX, 4700€ 4/6 PAX à 4300€ 7/8 PAX
- ascension Larkya peak 1200€ par cordée de 1/2PAX

→ Les prix indiqués sont calculés sur une parité 1€ = 110NRs. Ils devront être réajustés en cas d'une variation de 10% ou plus au moment du départ du fait que les employés de l'agence sont rétribués en monnaie locale.

→ Possibilité d'adapter le circuit à diverses nécessités de durée, de difficulté, etc. En gros, il est envisageable pour une partie du groupe de n'effectuer qu'une partie du circuit sur une période limitée à 30 jours mais respectant les jours de passage du trek principal. Les prix seront de facto calculés au pro rata. Quelques exemples :

Cas 1 : Katmandou - Namun La - Dharapani (séparation) - A/R Larkya peak - Samdo - Arughat (descente par le tour conventionnel du Manaslu)

Cas 2 : Katmandou - Namun La - Dharapani (séparation) - A/R Larkya peak - Dharapani - Besisahar (descente par le tour conventionnel des Annapurnas)

Cas 3 : Katmandou - Dharapani (jonction) - Dona Tal - A/R Larkya peak - Rupina La - Khanchok

Cas 4 : ...

Chaque participant devra acquérir par lui-même :

1. le visa de 90 jours qui s'obtient à l'arrivée à l'aéroport de Katmandou sur présentation d'un passeport disposant d'une validité de 6 mois après le départ du Népal, la fourniture d'une photographie personnelle et de 100€ (peut s'obtenir aussi à l'ambassade du Népal en France, Paris XVIIe),
2. une assurance multirisque individuelle OBLIGATOIRE incluant les frais de recherche par hélicoptère à hauteur minimale de 15000€ pour le trekking,
3. une assurance montagne type CAF OBLIGATOIRE supplémentaire pour l'ascension.



# PROGRAMME PREVISIONNEL

(susceptible de connaître quelques aménagements selon les conditions rencontrées)

**Jour 1 et 2 :** Europe - Katmandou

8h + 1h30 d'avion.

**Jour 3 :** Katmandou

Journée libre

Nuit en hôtel.

**Jour 4 :** Katmandou - Pokhara - Siklis

30mn d'avion + 3h de jeep

Visite de Pokhara le matin. Après le repas de midi, transfert en *jeep* vers Siklis (1960m), un gros bourg posé à flanc de colline et entouré de nombreux champs en terrasse. Première rencontre avec le massif du Lamjung et les faces sud de l'Annapurna.

Nuit en lodge.

**Jour 5 :** Siklis - Camp de Tasa

6h / +985m / -560m

En direction de l'E, on descend jusqu'au fond de la vallée de la Madi *khola* pour traverser la rivière et entamer la première partie de la remontée d'une crête boisée à la pente relevée. On se pose à Tasa *kharka* (2385m).

Nuit sous tente.

**Jour 6 :** Camp de Tasa - Camp sur la crête

4h / +720m / -0m

Deuxième journée sur la crête en montée un peu moins affirmée. On dispose de splendides vues à l'arrière sur les collines qui bordent le Terai au nord et on est subjugué par la vision du massif du Lamjung, une bien belle « bête »... On atteint un camp (3100m).

Nuit sous tente.

**Jour 7 :** Camp sur la crête - Kori

4h / +1050m / -0m

Troisième journée sur la crête. Le paysage est toujours aussi magnifique. On évolue entre ciel et terre... On atteint le camp de Kori (4150m).

Nuit sous tente.

**Jour 8 :** Kori - Thulo tal

2h / +200m / -50m

On démarre tranquillement en direction du NE jusqu'à passer auprès d'un petit lac (4190m).

Nuit sous tente.

**Jour 9 :** Thulo tal - Tauja danda - Camp Myardi khola (Thorju)

7h / +1050m / -1150m

Aujourd'hui on va traverser la crête de la Tauja *danda* qui va donner accès à la haute vallée de la Myardi *khola* dans laquelle se trouve Dudh Pokhari. Très longue journée avec peu de chances de trouver un camp intermédiaire.

Nuit sous tente.

**Jour 10 :** Camp Myardi khola (Thorju) - A/R Dudh Pokhari

4h / +500m / -500m

Journée de découverte du cirque glaciaire du Lamjung *himal*.

Nuit sous tente.

**Jour 11 :** Camp Myardi khola (Thorju) - Camp à 4800m

5h / +900m / -100m

Descente à la rivière avant de remonter en zigzag dans un large couloir et commencer une traversée à flanc qui va nous amener au pied du col (4800m).

Nuit sous tente.

**Jour 12** : Camp à 4800m - Namun La - Danphe kharka

4h / +200m / -500m

Franchissement du col qui contrairement à ce qui est indiqué sur toutes les cartes népalaises ne se trouve pas à 5623m dans l'arête rocheuse et glaciaire du Lamjung *himal* mais sur une épaule à l'E aux alentours de 4920m. Panorama gigantesque (n'ayons pas peur des mots...). Descente dans le large vallon où la Danphe *khol*a prend sa source (4500m).

Nuit sous tente.

**Jour 13** : Danphe kharka - Timang - Bagarchap

6h30 / +100m / -2000m

Après le passage d'un petit col au nord du camp, journée descente tout d'abord dans la forêt sur un sentier caillouteux bien tracé pour atteindre Timang, un village situé à 2800m sur le tour des Annapurnas (tiens, de la bière...?). Après le déjeuner, on suit l' autoroute à contre-sens pour descendre vers Bagarchap (2100m).

Nuit en lodge (une bonne douche ne peut pas faire de mal non?)

**Jour 14** : Bagarchap - Odar - Dharapani - Karte - Nache - Kromche

5h / +1200m / -100m

On s'échappe sur la variante qui évite la piste poussiéreuse et passe par le village d'Odar avant de retrouver Dharapani. Un peu de piste pour rejoindre à Karte, ce joli hameau composé de quelques maisons entourées de champs. A cet endroit, on quitte l'autoroute pour monter à main gauche sur Nache et au-delà Kromche (3100m).

Nuit sous tente.

**Jour 15** : Kromche - Nakto danda

4h / +1500m / -200m

On attaque pleine pente en forêt au-dessus de Kromche pour rejoindre la crête puis évoluer face aux pics glacés qui composent le Manaslu *himal*. En fonction des possibilités de camp et la présence d'eau, on montera un camp sur un alpage (vers 4300m).

Nuit sous tente.

**Jour 16** : Nakto danda - Dona Tal

4h / +200m / -800m

Encore quelques *up/downs* sur la crête et on bascule dans l'étroite vallée de la Dona *khol*a. On rejoint la rive du lac sur laquelle on établit le camp.

Nuit sous tente.

**Jour 17** : Excursion autour du Dona Tal

4h / +200m / -200m

Excursion au bout du lac pour aller admirer la cascade de glace du versant sud du Manaslu.

**Jour 18** : Dona Tal - Triple pass - Goa

7h / +500m / -100m

On s'échappe de la vallée de la Dona *khol*a par un col à 4500m situé au milieu de la Kyamru *danda*. Descente sur Goa, un petit village agraire posé au bord de la Dudh *khol*a.

Nuit en lodge.

**Jour 19** : Goa (journée tampon)

Selon la longueur de l'étape de la veille et l'éventuelle nécessité d'établir un camp à mi-chemin.

*Nota : cette journée est planifiée afin de pallier l'impossibilité de franchir le Triple pass (aucun topo existant ni contact local jusqu'à présent). Il faudrait alors faire l'excursion à Dona Tal en A/R.*

**Jour 20** : Goa - Kharche - Bhimtang

5h / +1100m / -100m

On poursuit la remontée de la vallée de la Dudh *khol*a jusqu'au pied du glacier de Bhimtang (3720).

Nuit en lodge.

**Jour 21** : Bhimtang - Larche

3h / +600m / -0m

Petite journée qui permet de rejoindre le camp au pied du col du Larkya *La*.

**Jour 22 : Larche - Larkya La - Dharmasala - Samdo**

6h / +800m / -1350m

Dans une ambiance « très haute montagne » on franchit le col (5100m) un peu après midi avant de descendre très très progressivement le long du Larkya *glacier* jusqu'à Dharmasala puis Samdo, le plus haut village habité à l'année de la haute vallée de la Budhi Gandaki à l'apparence très tibétaine (la frontière se trouve à moins de 10kms).

Nuit sous tente.

**Jours 23, 24, 25 et 26 : Ascension Larkya peak (option)**

Voir topo sur le [site de Paulo Grobel](#)

J1 → Larkya *peak* BC (Larkya La) - Larkya *peak* HC

J2 → Tentative Larkya *peak*

J3 → Journée de réserve

J4 → Descente sur Samdo

Pour les participants n'effectuant pas l'ascension du sommet, alternance de jours de repos et d'excursions autour de Samdo (frontière tibétaine, Manaslu BC, etc.)

**Jours 27 et 28 : Samdo - A/R Lajjung La**

10 / +1200m / -1200m

Une vallée morainique à découvrir en deux jours (camp intermédiaire) et tout au bout un col panoramique qui distille de bien belles vues avant et arrière...

**Jour 29 : Samdo - Birendra Kund - Sama - Honsanho gompa - Lho**

5h30 / +200m / -800m

Toujours immergés dans une ambiance tibétaine on traverse Sama non sans avoir fait l'incontournable détour par le lac de Birendra dans lequel les glaciers nord du Manaslu viennent se terminer en séracs impressionnants. Au-delà, un peu avant Lho, on fait une digression par la *gompa* de Honsanho. Après une descente en forêt de feuillus, on établit le camp juste au-dessus du village de Lho. Pourquoi au-dessus et pas dans le village ? Eh bien, vous aurez la surprise demain matin si vous n'avez pas oublié de diriger l'abside de votre tente vers l'WSW... (3200m)

Nuit sous tente.

**Jour 30 : Lho - Namrung - Dyeng**

5h30 / +350m / -1300m

Continuation de la descente en *up/down* de la vallée de la Budhi Gandaki jusqu'à Dyeng (1920m).

Nuit sous tente.

**Jour 31 : Dyeng - Nyak - Camp à 2800m**

5h / +1200m / -300m

On quitte la vallée de la Budhi Gandaki pour monter à main droite en direction du village de Nyak puis s'engager le long de la Chhuling *khola* issue des glaciers E de l'Himalchuli jusqu'à un alpage à 2800m.

Nuit sous tente.

**Jour 32 : Camp à 2800m - Jarang kharka**

5h30 / +1000m / -600m

Continuation de la remontée de la vallée jusqu'à un nouvel alpage duquel on distingue le col (3420m).

Nuit sous tente.

**Jour 33 : Jarang kharka - Rupina La Phedi N**

4h30 / +800m / -100m

On en a terminé avec les *up/downs* alors que l'on commence à entrer dans le minéral qui s'inscrit au pied du Bouddha *himal*. On établit le camp à la limite des pentes neigeuses en fonction des endroits plats vers 4100m.

Nuit sous tente.

**Jour 34 : Rupina La Phedi N - Rupina La - Rupina La Phedi S**

6h / +600m / -700m

Traversée du col et camp vers 4000m.

Nuit sous tente.

**Jour 35 : Rupina La Phedi S - Lamrak kharka**

6h / +600m / -1300m

Descente vers le pays de Gorkha en rejoignant une crête panoramique. Camp sur un alpage à 3100m.  
Nuit sous tente.

**Jour 36 :** Lamrak kharka - Dharche danda (Lambai Shur)

*6h / +1050m / -1300m*

Continuation de la descente vers le pays de Gorkha en passant au sommet de Dharche *danda* (3200m), pour un exceptionnel panorama sur le Ganesh et l'Himalchuli. Camp sur la crête vers 2700m.

Nuit sous tente.

**Jour 37 :** Dharche danda - Totnari - Khatchok La - Basintal

*6h / +500m / -1800m*

Journée pas si anodine que ça au milieu des cultures et des villages gurung.

Nuit sous tente.

**Jour 38 :** Basintal - Deurali - Khanchok

*4h30 / +400m / -900m*

Dernière journée toujours en *up/down* avec la chaleur retrouvée. Le Tour du Manaslu « à ma façon » prend fin...

Nuit en lodge.

**Jour 39 :** Khanchok - Gorkha - Katmandou

*6h d'autobus.*

Route jusqu'à la capitale.

Nuit en hôtel.

**Jour 40 :** Katmandou

Journée libre (journée tampon)

Nuit en hôtel.

**Jour 41 :** Katmandou

Journée libre.

Nuit en hôtel.

**Jour 42 :** Katmandou - Europe

*1h30 + 8h d'avion.*

Air India : Katmandou 10h00 - Delhi 11h45/13h15 - Paris 18h30

Matinée libre.

Compagnies du Golfe : départs en milieu d'après-midi et le soir.

**Jour 43 :** Paris

Compagnies du Golfe : arrivée à Paris en début de matinée

