

NÉPAL

L'EVEREST PAR MILLE DETOURS ET ISLAND PEAK

Pour ceux et celles qui cherchent un trekking sportif avec une touche de haute montagne, en toute sécurité et confort.



Pouvoir se rendre un jour au pied de l'Everest, n'est-ce pas là le rêve ultime de tout randonneur ?

Plus haut sommet du monde, l'Everest (8848 m) trône au débouché d'une vallée glaciaire dont la remontée constitue de façon incontestable l'un des plus beaux trekkings de haute montagne.

Vous sillonnerez les sentiers le long des collines et les flancs des montagnes jusqu'aux moraines des plus hauts glaciers.

À l'ouest de l'Everest, la longue vallée de Gokyo offre ses villages bien conservés, ses alpages en pente raide peuplés de yacks. A partir du Gokyo Ri, un sommet modeste, vous apercevrez au lever du soleil les lacs turquoises et quatre des quatorze «8000» de la Terre. Le coup d'œil est magnifique.

Vous traverserez les cols de Renjo et de Cho, avant de monter au Kala Pattar (5540 m). De retour par le col Kongma – sentier presque inconnu et très peu fréquenté – vous explorerez la vallée de l'Imja Khola et le Chukhung Ri (5559 m), point de vue préféré de L'échappée belle. Maintenant bien acclimaté à l'altitude, la montagne apparaît maintenant comme un domaine accessible aux randonneurs motivés. C'est le temps d'escalader les pentes et les crêtes étroites du Imja Tsé (Island Peak 6183 m). Ce sommet est une île au milieu d'une mer de glace. Au nord les sommets du Nuptse (7879 m), le Lhotse (8501 m) et la face vierge du Lhotse Shar. A l'est surplombant le glacier du Lhotse Shar, le Cho Polu à l'arrière duquel pointe vers le ciel la face granitique du Makalu (8475 m). De l'alpinisme dans un décor de rêves.

Vous visiterez le réputé monastère de Tengboche, construit en haut d'une forêt de rhododendron ; vous y aurez peut-être une audience privée avec le rimpoché (moine supérieur). Les prières psalmodiées, le son des cymbales annoncent l'approche du monastère et les cloches des yacks confirment qu'il s'agit bien du pays des dieux.

En chemin, vous prendrez le temps de regarder flotter les drapeaux de prières, de boire un verre de chang, d'admirer les pierres de prières ornant les abords des sentiers et bien sûr de photographier les plus hautes montagnes du monde.

" ... une fois les moraines du glacier Changri Shar franchies, nous gagnons les étendues sablonneuses de Gorak Shep dominées par la splendide cime enneigée du Pumori. Des traces de sentier remontent le versant sud du Kala Pattar (5554 m). Nous grimpons sans difficulté parmi les pentes raides d'herbes et les gros blocs de pierre jusqu'à son sommet, l'un des plus beaux panoramas de l'Himalaya. Devant nous, les parois glacées du Nuptse, le glacier Khumbu et tout en haut, la pyramide noire de l'Everest, le toit du monde... La vue de l'Everest annulait toute autre pensée... "



ITINÉRAIRE

Possibilité de faire une version plus courte

- Jours 1-2 Envol Montréal – Kathmandu.
- Jour 3 Kathmandu. Transfert à l'hôtel de L'Annapurna ou Yak & Yeti. Visite de Bodhnath, la plus grande stupa bouddhiste hors du Tibet.
- Jour 4 Kathmandu
- Jour 5 Envol pour Lukla (2800 m). Début du trekking, en route vers Phakding.
- Jour 6 Entrée dans le parc national de Sagarmatha. Arrivée à Namche Bazar (3450 m), capitale du Khumbu.
- Jours 7 Namche Bazar et découverte des environs. Coucher et lever de soleil sur l'Everest et l'Ama Dablam.
- Jours 8-9-10-11 Namche – Gokyo en passant par Thame et le col de Renjo.
- Jour 12 Montée sur le Gokyo Peak (5485 m) pour assister au lever du soleil sur 4 «8000» dont l'Everest. Traversée du glacier Ngozumpa, en direction de Cho La.
- Jour 13 Passage de Cho La, col à 5420 m. Camping à Dzonglha.

Jours 14-15 Lobuche (4880 m) à Gorak Shep, marche le long du glacier Khumbu. Montée au Kala Pattar pour le coucher de soleil, l'un des meilleurs panoramas de l'Himalaya (5550 m).



Jour 16 Marche au camp de base de l'Everest à 5200 m. Découverte du Khumbu ice fall.
Jour 17 Lobuche - Chhukhung par le col Kongma (5535 m). Vues sur les faces sud du Lhotse et face nord de l'Ama Dablam.
Jour 18 En route vers le camp de base du Imja Tsé, 5100 m.
Pour ceux qui ne font pas le Imja Tsé : montée au Chhukung Ri (5559 m). Panorama exceptionnel. Coup de cœur de L'échappée belle. Exploration de la vallée de l'Imja khola.
Jour 19 Montée au camp d'altitude, 5600 m.
Jour 20 Départ matinal pour le sommet à 6183 m et retour à Chhukhung.
Jour 21 Descente de Chhukhung à Pangboche. Vue sur l'Ama Dablam.
Jours 22 - 23 - 24 Retour à Lukla en passant par le monastère de Tengboche et Namche Bazar.
Jour 25 Envol pour Kathmandu. Hôtel.
Jour 26-27 Kathmandu : Durbar square et Pashupatinath, lieu de pèlerinage hindous sur les bords de la rivière Bagmati. Visite de Swayambhunath. Journée libre. Hôtel.
Jours 28 - 29 Envol pour Montréal.



Après notre vol de retour vers Kathmandu, n'oubliez pas de garder un peu d'espace dans vos bagages : c'est probablement le meilleur endroit au monde pour se procurer des livres sur l'Himalaya.



ÉQUIPEMENT

Une liste exhaustive vous sera envoyée lors de l'inscription.

L'équipement de groupe, les tentes sont fournies par *L'échappée belle*.

Nous utilisons des tentes d'expédition de la meilleure qualité et vous dormirez à deux dans une tente conçue pour trois personnes.

En plus des articles et vêtements pour le trekking, vous devez apporter le matériel suivant :

- Sac de couchage, qualité expédition

Pour le Imja Tsé :

- Piolet, crampons, harnais d'escalade
- Chaussures de haute montagne (avec chaussons internes)



HÉBERGEMENT ET EN ROUTE

A Kathmandu notre adresse est l'hôtel de L'Annapurna, 4 étoiles.

Durant le voyage, une équipe de sherpas prend soin de vous, monte les camps et fait la cuisine. Des porteurs ou des yacks transportent les bagages, vous laissant libre de marcher avec seulement un léger sac à dos.

Vous logerez dans de rustiques auberges, des lodges confortables et sous la tente.

Haute altitude. Au Imja Tsé, progression en cordée, pas de grandes difficulté technique importante. Guide haute montagne JeanPierre Danvoye, accompagné de Sherpas ayant déjà gravi l'Everest.