



Des petits groupes
Une organisation flexible
Le respect des hommes et de
l'environnement

Sikkim & massif du Kanchenjunga **Arête de Singalila et Goecha La (5050 m)**

Trekking exclusif en Inde
23 jours dont 15 jours de marche. IND004

A la frontière orientale du Népal, se trouve le petit état indien du Sikkim, dominé par le massif du Kanchenjunga et bordé à l'Est par le royaume du Bhoutan.

Cet itinéraire de trekking n'est ouvert aux randonneurs que depuis l'an 2000, ce qui le rend totalement méconnu du grand public, gardant tout le charme des circuits nouveaux. Notre cheminement suivra l'immense arête frontière séparant le Népal du Sikkim, et offrant continuellement des vues exceptionnelles sur des grands sommets népalais et indiens : Makalu, Jannu, Chamlang... Nous rejoignons ensuite un parcours plus traditionnel qui nous mène au Goecha La, à 5050 m, au cœur du massif du Kanchenjunga. Spectacle incomparable que cette immensité verticale du Kanchenjunga (8596m), 3^{ème} plus haut sommet du monde, faite de roc et de glace.

Les visites de Darjeeling, l'un des principaux lieux de production du thé, et des plus beaux monastères du Sikkim, alliées à la beauté incomparable des paysages, en font un trek exceptionnel, que nous avons le plaisir de vous proposer en exclusivité.

DEPART

Sous réserve du nombre suffisant de participants
Du sa 04/11/06 au di 26/11/06

DEROULEMENT DU TREKKING

Susceptible d'être modifié en fonction de la forme des participants et des conditions sur le terrain.

Jours 1 et 2 : vol international France - Inde

Envol de Paris pour Delhi. Transfert à l'hôtel, visite de la ville et nuit à Delhi.

Jour 3 : Delhi – Bagdora - Darjeeling

Envol pour Bagdora vers 8H00 du matin. Nous terminerons les formalités avant de prendre un 4x4 pour Darjeeling, qui se trouve à environ 3 heures de route. Petite pause à Kurseong pour le déjeuner. Nuit dans un hôtel de style colonial « british » à Darjeeling.

Jour 4 : Darjeeling (2100m)

Darjeeling est une ancienne station d'altitude créée par les Anglais au siècle dernier, située à l'extrême Nord-Est de l'état du Bengale occidental. La ville est construite sur les premiers contreforts de l'Himalaya oriental, au cœur de vastes plantations de théiers qui ont fait sa réputation. Depuis la ville, la pyramide du Kanchenjunga se dresse en toile de fond, offrant l'un des plus beaux spectacles de l'Himalaya. Nous passerons la journée à nous balader à travers cette petite bourgade, son bazar, à nous reposer, à prendre le rythme de la vie locale. Visite du musée de l'Everest, du zoo, puis d'un village de réfugiés tibétains et d'une plantation où le thé est fait de façon traditionnelle. Nuit à l'hôtel.

Jour 5 : Darjeeling – Pelling (2000m)

Après le petit-déjeuner, nous reprenons le 4x4 pour 4 heures de route à travers les collines pré-himalayennes. Ceux qui le désirent pourront, avant de reprendre le 4x4, faire une descente à pied au départ de Darjeeling en traversant des plantations de thés. Visite en fin d'après-midi du monastère de Pemayangtse, le deuxième plus ancien du Sikkim. Nuit à l'hôtel. Coucher puis lever de soleil avec une vue imprenable sur le Kanch.

Jour 6 : Pelling – Uttarey - Chiwabhanjang

Après un petit-déjeuner paisible, nous reprenons la route pour 2h à flanc de montagne puis en en longeant la rivière Rangit au milieu d'une vallée encaissée. Au village d'Uttarey (2150m), nous commencerons notre trekking après avoir montré nos permis au poste de contrôle et pris un bon déjeuner. Le sentier sinue à travers une forêt de rhododendrons épaisse et nous planterons notre premier campement au col frontière avec le Népal, à Chiwabhanjang, à 3100 m d'altitude.

Horaire : 5 heures de marche, Dénivelé : + 950 m

Jour 7 : Sommet du Singalila– Chiwabhanjang

Aujourd'hui, journée d'acclimatation tranquille. Nous monterons au magnifique point de vue sur le Kanch, appelé Singalila (3600m, 4h A/R). On aperçoit également la formidable barrière du Chamlang ainsi que la pyramide du Makalu. Retour au camp pour le thé de l'après-midi.

Horaire : 6 à 7 heures

Dénivelé : + 500 m

Jour 8 : Chiwabhanjang – Dhor (3750m)

La première partie de la montée se fait à travers la forêt de rhododendrons par un sentier assez raide. Nous remontons en fait l'immense arête frontalière séparant l'Inde du Népal et nommée Singalila. Arrivée à 3500 m sur la croupe déboisée où se trouvent de nombreux drapeaux à prières. Traversée ensuite tantôt côté népalais, tantôt côté indien, avec des vues spectaculaires sur les sommets. Le chemin suit ensuite le fil de l'arête. Après la pause du déjeuner, nous reprenons l'arête jusqu'à un campement de bergers où paissent les yaks. L'eau est souvent rare à cet endroit, obligeant nos porteurs à descendre assez bas pour la chercher, mais leur dévouement et leur gentillesse n'ont pas d'égal. Campement côté népalais de l'arête, avec des vues magnifiques sur le Makalu et le Chamlang et leurs myriades de sommets.

Nuit sous tente.

Horaire : 6 à 7 heures.

Jour 9 : Dhor – Jomle (4150 m)

Morning tea... Le réveil se fait comme chaque jour avec la voix chaleureuse de nos jeunes Sherpas, venant nous apporter une tasse de thé dans la tente. Aujourd'hui nous irons admirer le lever de soleil sur le Kanchenjunga et ses satellites. La journée continuera sur l'arête frontalière, avec une succession de montées et de descentes, entre 3600 m et 3900 m. Déjeuner à Paharay Megu, suivi d'une belle traversée à flanc. Pour finir, une petite montée mène au campement situé sur la magnifique pelouse alpine de Jomle.

Horaire : 7 à 8 heures de marche.

Jour 10 : Jomle - Yangseb (4000 m)

Spectaculaire étape. Nous passerons devant les lacs sacrés de Paharay Jomle où de nombreux pèlerins viennent pendant la mousson. L'endroit est superbe. Puis nous franchissons le col de Danpheir, à 4500 m, par un sentier facile montant en zig zag. Les drapeaux à prières flottent au vent, dispersant leurs formules sacrées aux divinités et le spectacle est à la hauteur de ces Géants de la Terre. Franchissement d'un second col à 4500 m également, avant de descendre une vallée puis un chemin raide jusqu'à la rivière (forêt de pins et de genévriers), où nous prendrons notre déjeuner. Remontée assez raide de 250 m pour arriver à Yangseb, en bas d'une autre vallée latérale. Installation du camp au bord d'une rivière.

Horaire : 6 à 7 heures environ.

Jour 11 : Repos à Yangseb

Journée de repos dans cet endroit superbe : une pelouse entourée de pins et de rhododendrons. Certains pourront en profiter pour se balader aux alentours, les autres pour se reposer et bouquiner.

Jour 12 : Yangseb – Tegabla (4150m)

Le chemin continue en traversée montante jusqu'à un col à 4400 m. Vue imprenable sur le Kabru (7300m), satellite du Kanch. Courte descente pour rejoindre une nouvelle vallée que nous remontons un peu pour arriver à un grand replat vers 4300m (Tegabla, pelouse parsemée de gros blocs, avis aux bleuissages !)

Horaire : 6 à 7 heures

Jour 13 : Tegabla - Dzongri

Une journée encore assez longue, avec comme toujours une succession de montées et descentes (les gens de là-bas disent «ça monte, ça descend, comme-çi, comme-ça»). Franchissement de deux petits cols pour arriver à Ghate, à 3950 m, au pied du massif du Kabru. L'endroit est encore une fois superbe et y camper sera un plaisir inoubliable, agrémenté d'un coucher de soleil sur le Kabru.

Horaire : 6 à 7 heures

Jour 14 : Ghate - Dzongri

Journée tranquille pour rejoindre Dzongri. Après avoir traversé la rivière, nous franchissons à nouveau un petit col pour redescendre sur les bergeries d'alpage de Dzongri, à 4050 m d'altitude. Pour les habitants du Sikkim c'est un lieu sacré, puisque Dzongri signifie «forteresse de la montagne». L'endroit est balayé par les vents, orné de drapeaux à prières et de chortens contenant les reliques des anciens rois.

Horaire : 4 heures environ

Jour 15 : Dzongri - Pandim

Réveil à nouveau plus matinal afin d'observer le lever du soleil sur les sommets du Kanchenjunga et de ses voisins : Rathong (6683 m), Kokthang (6150 m), Kabru Dome (6604 m) et Forked (6116 m). Le chemin rejoint ensuite une arête d'où la vue s'étend sur tout le Sikkim, arête que nous suivrons sur environ 5 km, avant de descendre sur la moraine latérale du glacier de Prag Chu. Nous y prendrons le déjeuner avant de rejoindre notre campement au milieu des pâturages, en vue des moraines du glacier de Oglathang, issu du Kanchenjunga lui-même. Camp à 3900 m environ.

Horaire : 6 à 7 heures de marche.

Jour 16 : Pandim – Samity lake

Petite journée de marche à travers une végétation de rhododendrons nains et d'azalées, nous menant sur la moraine terminale du glacier Oglathang. Un petit lac glaciaire s'est formé sur celle-ci, composant un cadre idyllique pour le camping. Ce lac est également sacré pour les habitants du coin, qui le nomment Samity lake. Installation du campement et balade dans les environs avec de superbes photos à faire à l'amont du lac au soleil couchant.

Horaire : 3 heures de marche.

Jour 17 : Samity lake – Goecha La : 5050 m

Départ très tôt pour atteindre le Goecha La au lever du soleil. Le sentier est assez raide et il nous faudra entre 3 et 4 heures pour atteindre le col. C'est une des plus belles étapes de notre trekking. Alors que nous remontons le sentier sur les bords du glacier Oglathang, le panorama se dévoile lentement à nos yeux : les immensités glaciaires rejoignant la base des montagnes, le glacier de Talung sur l'autre versant du col, avec la face Est du Kanchenjunga en toile de fond. Descente à nouveau sur le lac Samity, pour rejoindre plus bas notre nouveau campement à Thansing.

Horaire : 5 à 6 heures de marche.

Jour 18 : Goecha La - Tsokha

Nous reprenons une partie du chemin de montée, pour descendre sur Phedang, puis le petit village tibétain de Tsokha. Nuit sous tente.

Jour 19 : Tsokha - Kuksom

Le chemin descend à travers une épaisse forêt de rhododendrons et de magnolias pour rejoindre le village de Yuksom. Celui-ci s'est considérablement développé ces dernières années grâce au tourisme. Nous y resterons pour la nuit, avec la possibilité de visiter le plus ancien monastère du Sikkim.

Jour 20 : Yuksom - Kalimpong

Nous prenons la route pour descendre sur Kalimpong qui fut un marché important, stratégiquement placé au carrefour du Sikkim, du Bhoutan, du Tibet et des plaines du Bengale. L'activité principale y est la culture des fleurs. Nuit à l'hôtel.

Jour 21 : Kalimpong – Bagdora – Delhi

Après le petit-déjeuner, nous reprenons le bus à travers la vallée de la Teesta, en direction de Bagdora. Vol sur Delhi dans l'après-midi, transfert à l'hôtel pour une douche et un dîner. Transfert à l'aéroport international dans la soirée.

Jour 22 : Delhi

Jour 23 : vol international Inde - France

Transfert à l'aéroport et vol de retour.



INFORMATIONS COMPLEMENTAIRES

Difficulté / Avertissement

L'imprévu est une composante du voyage : nul n'est à l'abri des tracasseries douanières, d'un glissement de terrain, de conditions météo difficiles, du mal des montagnes (léger malaise dû à l'altitude)...

L'itinéraire donné ici n'est qu'indicatif. Le guide reste seul maître pour décider de modifications éventuelles, particulièrement lors de l'ascension de col d'altitude, en fonction des conditions de neige et de la météo, ainsi que de la forme des participants. Des retards peuvent intervenir, dus aux autorités locales, à une météo défavorable, et nous ne pourrions en être tenus pour responsables.

Portage

Les bagages seront acheminés à l'aide de porteurs et de yaks, durant le trekking. Vous ne portez qu'un petit sac léger avec vos affaires personnelles (gourde, coupe-vent, polaire...)

Encadrement

➤ Un guide de haute montagne français
Celui-ci veille au bon déroulement du voyage et règle les imprévus pouvant survenir.
Il est également là pour veiller à votre sécurité lors du passage des hauts cols, notamment par rapport aux problèmes médicaux liés à l'altitude. En cas de problème sérieux, c'est lui qui organisera votre rapatriement. Partez l'esprit tranquille !

➤ Une équipe indienne composée de :
- Un Sirdar, guide indien parlant très bien l'anglais, responsable de toute l'équipe et de l'intendance.
- Un cuisinier et ses aides. Ils nous préparent les repas pendant le trekking.
Cette équipe connaît parfaitement la région.

Transport aérien

Entre Paris et Delhi : vols réguliers en classe économique. Compagnie choisie en fonction des places disponibles. Les horaires de vol vous seront communiqués ultérieurement.
Entre Delhi et Bagdora, vol intérieur sur ligne régulière.

Rendez-vous

Le point de rencontre vous sera communiqué ultérieurement. Départs possibles d'autres villes. Nous consulter.

Hébergement

A Delhi et Darjeeling: hôtel *** ou *****.
Durant le trekking : sous tentes de 3 places pour 2 personnes, équipées de matelas mousse.

Repas

- A Delhi : toutes les cuisines du monde y sont représentées... nous vous conseillerons des restaurants indiens, pakistanais et tibétains... évidemment !
- Durant le trekking : une cuisine préparée avec soin par le cuisinier et ses aides, très variée et adaptée à l'effort.
Quelques principes élémentaires seront à suivre pour vous éviter des désagréments. Ne jamais boire de l'eau n'ayant pas été désinfectée et peler systématiquement les fruits en évitant les légumes.
Attention : les barres énergétiques ne sont pas incluses. Prenez-en.

Formalités

➤ Un passeport valide 6 mois après le retour
➤ Un visa pour l'Inde à demander au
Service consulaire de l'ambassade de l'Inde
20/22 rue Albéric Magnard - 75016 Paris. T 01 40 50 71 71

2 photos d'identité.
56 euros par correspondance (chèque à l'ordre de l'Ambassade de l'Inde), 50 euros cash sur place.
Enveloppe pour le renvoi du passeport
Délai d'obtention 15 jours
➤ Pour le permis de trekking, prévoir 4 photos d'identité.

Conditions sanitaires

Consultez l'Institut Pasteur - 211 rue Vaugirard - 75724 Paris - Tel : 01 45 68 81 98

La vérification des formalités sanitaires auprès des ambassades est sous votre responsabilité.
Consulter votre médecin traitant avant le départ, si problème cardiaque notamment.

*Aucune vaccination n'est obligatoire

*Etre à jour des vaccinations suivantes : DTP, typhoïde, méningite, hépatite A et B ;

*Prévoir une prophylaxie contre les maladies transmissibles par piqûres de moustiques (crème, plaquettes, moustiquaires, vêtements longs...)

Respecter les mesures sanitaires de base :

* se laver fréquemment les mains et avant chaque repas ;

* ne pas consommer l'eau du robinet, les jus de fruits pressés.

* ne pas consommer de crèmes glacées ou de lassi (dessert à base de lait) achetés dans la rue.

* bien cuire toute viande ou poisson/crustacé

Paludisme : le pays est classé en zone 2. Médicaments conseillés : chloroquine et proguanil.

Prévoyez une assurance couvrant les frais médicaux et de rapatriement sanitaire.

Des consultations médicales spécialisées dans le domaine de l'altitude existent. Contactez l'ARPE, qui vous donnera toutes les informations nécessaires au 01 48 38 77 57.

Monnaie / Change

C'est la roupie indienne. On change environ 48 roupies pour 1 €.

Prendre des petites coupures en dollars. Travellers chèques et carte bancaire internationale acceptés dans les banques à Delhi.

Pourboires

Si le pourboire n'est pas un dû, il est de coutume d'en donner un aux porteurs et au Sirdar pour les remercier de leur bonne prestation. 200 € semble être une somme raisonnable pour l'ensemble de l'équipe indienne. Prévoyez cette dépense en emportant un peu plus d'argent avec vous pendant le trek.

MATERIEL

Voir listes TREKKING et PHARMACIE (consulter également votre médecin).

Equipement collectif fourni

Tentes d'altitude 3 places pour 2 personnes, tentes mess pour le trekking, matériel de cuisine.

Pharmacie collective d'altitude.

PRIX PAR PERSONNE

Base de calcul : 1 USD = 0,84 €

Groupe de 8 à 10 personnes : 3140 €

Supplément groupe 6/7 personnes : + 400 €

Le prix comprend

- ✓ L'organisation du voyage tel que décrit dans le programme
- ✓ L'encadrement par un guide de haute montagne français + équipe locale
- ✓ Le matériel collectif (tentes individuels, collectives, matériel de cuisine...)
- ✓ Le vol international Paris - Delhi (A/R)
- ✓ Le vol intérieur Delhi - Bagdora (A/R)
- ✓ Tous les transports locaux
- ✓ L'hébergement
- ✓ Les repas sauf à Delhi

Le prix ne comprend pas

- ✓ Les frais de passeport et de visa
- ✓ Les taxes d'aéroport
- ✓ Les taxes locales de sortie de territoire éventuellement dues
- ✓ Les frais entraînés par des retards dans les transports aériens ou tout imprévu au programme pour cause de mauvais temps par exemple.
- ✓ Les déjeuners et dîners à Delhi
- ✓ Le supplément chambre individuelle : 285 €
- ✓ Les boissons et dépenses personnelles (souvenirs, téléphone...)
- ✓ Les frais éventuels dus à des visites de sites non mentionnées au programme
- ✓ Les assurances
- ☐ Option 1 : Assistance Rapatriement / frais médicaux : 1,25 % (6 € minimum)
- ☐ Option 2 : Annulation + bagages + Interruption + Responsabilité Civile : 3 % (10 € minimum)
- ☐ Option 3 : Option 1 + Option 2 : 4,25 % (12 € minimum)

Odyssée Montagne – Les Barbolets - 74310 Servoz – France
Tel (33) 04 50 91 20 83. Fax (33) 04 50 91 36 52. odysee@odysee-montagne.fr

SARL au capital de 7623 € - RCS Gap 393 593 397 00010 - Licence d'état : 074980006.

Garantie par l'APS, 6 rue Villaret de Joyeuse, 75017 Paris

RCP : La Mutuelle du Mans Assurances IARD, 10 Bd A. Oyon, 72030 Le Mans Cedex 09