

Carnet de voyage Ladakh Aout 2016
« OM MANI PADME HUM »

Un voyage extra - ordinaire avec une équipe experte, des participants formidables, des paysages grandioses.

Jour 1 C'est l'arrivée à Leh 3550m alt Journée de repos à la guest-house pour s'acclimater doucement à l'altitude, en fin d'après midi, visite de la ville pour s'appropriier les lieux et pour changer quelques roupies .

Les journées sur Leh seront appelées..... « *Sur les pas du Dalaï lama* », car en effet le Dalaï lama était dans la région pendant notre séjour. Le soir le repas sera léger chez notre logeur.

Jour 2 Visite du monastère de Leh, pause déjeuner dans un resto local .Achat carte topographique du Ladakh. Danièle nous a rejoint ce matin à cause d'un retard d'avion.

Jour 3 Visite des monastères des alentours : Chemday à 45 km de Leh , Thiksey tout rénové pour la venue de la sainteté ensuite pause déjeuner(consultation chez amchi) et Matho (école de restauration d'antiquités créée par une française)où un futur musée se prépare

Sur le chemin, à Shey nous passons à l'école « Lamdon model school » qui a fait peau neuve, le dalaï lama était venu la visiter la veille. Le lama nous offre le thé de bienvenue et nous fait part des nouveautés. Visite à Sonam filleule de Christèle (une personne de l'association) pour lui remettre des présents venus de France, un grand moment d'émotion pour la fillette et pour le groupe.

Jour 4 Trek Chilling....Tsomoriri commence. Départ 8h30 nous avons un véhicule jusqu' à Chilling (3300m alt). Nous longeons le Zanskar tumultueux dans des gorges aux roches multicolores. Le pont qui traverse le fleuve est démoli, un pan de montagne s'est écroulé. Nous allons devoir ainsi que nos bagages traverser le Zanskar par une nacelle suspendue par un câble qui coulisse, c'est donc là que notre chauffeur et Tundup nous quittent. Nous faisons connaissance de notre équipe : Stenzing le guide, Nantak le cuisinier, 2 aides cuisiniers, 2 horses-men et 10 chevauxune sacrée caravane.

Tout ce trafic nous fait démarrer à midi où le soleil et la chaleur sont au rdv, un 1^{er} petit col (3420), la pause déjeuner se fera un peu plus loin sous un « parachute café » .Très pratique, des toiles de parachutes sont aménagées en snack tout le long du chemin .Cette étape est une mise en jambes seulement 2h30 de marche, nous nous arrêtons à Skyu (3350m alt) pour la nuit. Montage du campement au bord de l'eau, c'est très agréable. Nous sommes servis comme des

rois, notre repas du soir sera royal : soupe, crudités, riz avec dal et légumes, riz frit, poulet, ananas. Une bonne nuit nous attend.

Jour 5 SkyuMarkha (3800 m alt) 20 km..... 7h .

Départ 7h30 Arrivée 15h30

Réveil 6h ...Morning tea, petit déj en plein air à la fraiche, pendant ce temps le camp se démonte.

1h30 après le départ du trek des drapeaux de prières indiquent une source. Nous traversons de jolis petits villages (qq maisons rassemblées) nous croisons des locaux à mi-parcours c'est la pause pic-nic sous une toile parachute 10km ont été parcourus, nos chevaux avec leur chargement nous dépassent, ils arriveront avant nous pour le montage des tentes. Cela se passera tout le long du trek : démontage du camp après notre départ ...remontage du camp avant notre arrivée , nous sommes choyés comme des rois.

Nous traversons plusieurs villages avant d'arriver au village de Markha vers 15h30, impossible de faire sa toilette dans la rivière , l'eau est trop remuée par les pluies en altitude..des lingettes feront l'affaire... ce n'est pas très écolo.

Nous partageons les lieux avec d'autres trekkers. la lumière du soir est superbe, la lune s'arrondit de jour en jour, elle devrait être pleine sous peu. Le dîner nous attend vers 19h ... surprise du pastis de Marseille (apporté par un des nôtres) pour l'apéro avec des frites quel bonheur. Repas : spaghetti aux légumes crudités soupe chou fleur à la crème.

Jour 6 MarkhaThontchongtsey 4150 m alt... 13k500... 6h

Départ 7h30 arrivée 14h

Réveil 6h, petit déj 6h45. Tout le groupe s'acclimate sans trop de soucis.

Départ du village et du camp 7h30, petite montée raide pour atteindre le château en ruine et le monastère. Des champs d'orge ondulent au vent, nous les traversons c'est très bucolique. Nous longerons la rivière jusqu'à la pause repas et par la suite nous quitterons la vallée de la Markha pour suivre une autre rivière. A 1h30 de marche un monastère (Tacha monastery) accroché à flanc de montagne se dessine, nous n'avons pas le temps malheureusement de le visiter, mais il est très photogénique. Après 4 h de marche le village de Ankar petite halte avec une pomme, dernier point pour avoir un contact téléphonique (coup de fil à Tundup) , nous passons la barre des 4000 m alt cela fait la joie du groupe (photo à l'appui) . Un pont marque la fin de la Markha et le snack du midi arrive. Toilette dans la rivière avant le déjeuner car le soleil du milieu de journée est bien chaud. Une petite heure nous sépare du campement, nous arrivons dans de grands espaces déserts ...la vallée des nomades. Nous arrivons en début d'après midi au camp nous en profitons pour faire la lessive. Une tente « woua woua » sera montée en guise de wc, car dans ces grandes plaines il faut marcher loin

avant de pouvoir prouver un lieu isolé. Au dîner, c'est encore la fête ... Frite, soupe à la tomate, pizza (champ fromage et thon oignon) pâtes dessert indien (crème anglaise avec amandes).

Jour 7 ThontchongtseyYakrupal 4700 m alt... 12km...6h

Départ 7h45 arrivée 14h30

Réveil par le morning tea 6h ce matin « gla gla » 5° au petit déj , heureusement un bon porridge et des pancakes au nutuella nous réchauffent.

C'est une journée de passe à gué, nous devons prévoir des sandales. Certains seront très hauts mais Tenzing et Nantak seront là pour aider les plus frileux. Décor minéral et sans village, nous avons la chance de croiser des marmottes et le top... !!!des blue-cheeps (étrange ressemblance à nos chamois) donc séance de photos et observation d'un grand troupeaux accroché à la montagne.

Arrivés au camp assez tôt dans un champ d'edelweiss avec une rivière qui coule au milieu d'un près vert, la vallée est profonde le soleil se cache vite.

Notre horse man dans ses heures de pause, grave « om mani padme hum » en tibétain sur une pierre et en même temps chante des mantras. Cette nuit nous dormons à 4700m alt nos neurones ne sont pas au top mais la nuit va bien se passer.

Jour 8 Yakrupal 4700m....Tsokra 4300m alt ...15km.....6h

C'est le grand jour

On dépasse les 5000m..... Le col **ZALUNG KARPOLA**... 5200m alt

Départ du camp avec du grésil à 7h30 il nous faudra 3h pour arriver au col, donc à 10h30 des cris de joie résonnent dans les hauteurs, des drapeaux de prières sont attachés et une pierre peinte avec nos noms est posée parmi les cairns.

Le panorama est somptueux, la vue sur les sommets est grandiose, d'un coté le Zanskar, d'un autre la vallée des nomades et de l'autre la Markha. Dans ce décor magnifique, il nous faudra bien une heure pour se décider à reprendre la marche pour la descente 400m en $\frac{1}{2}$ h donc de 5200m on passe à 4800m. Pause déjeuner bien méritée. Descente vers le camp, la pluie est de la partie, cela nous fait prendre un rythme plus rapide. Nous arrivons vers 15h bien fatigués mais heureux de notre exploit, nous nous écroulons dans la tente marabout (qui est déjà montée) pour une sieste. Les effets de l'altitude se sont sentir, nous faisons tout au ralenti.

Jour 9 TsokarDath 4300m alt ..15km...6h15

Réveil 6h sans oublier le morning tea qui est servi tous les matins, c'est très agréable et on commence bien la journée. Cette nuit il a plu, cela retardé le démontage du camp. Cette fois-ci nous prenons le petit déj assis sur les tapis car les sièges sont mouillés.

Cette étape va être originale et très différente, nous longeons une rivière au fond de gorges splendides on se croirait dans les parcs du grand canyon des Etats Unis. On passe devant des campements de nomades, à Tsokar il y a les ruines d'un ancien château perché sur les hauteurs. On croise des marmottes, un cheval sauvage Tibétain avec une élégance princière, c'est un male car les males se déplacent seuls tandis que les femelles sont en groupe . Nous traversons deux fois la rivière à gué avant d'arriver à Dath. Nous pensions voir des nomades et des habitants à Dath !!! Et bien non que des maisons vides ils ré-habitent les lieux que vers Novembre. Il y a tout de même un monastère et un moine y séjourne loin de toute civilisation. Nous assistons à la Puja de 18h. Notre campement est au milieu de marmottes qui font des apparitions surprises et jouent à cache-cache avec nous. Toilette à la rivière et lessive. Au dîner ...Frites avec une fin de Pastis et momos.

Jour 10 Dath 4300mLongmoche 4500m. ..20km8h

Départ 7h45..Arrivée 16h30.

Dure et longue journée... !!! Une plaine interminable et déserte à traverser pendant 5h pour pouvoir ensuite franchir un col 4950 m. Nous faisons la pause repas avant le col car tout le monde est fatigué, il nous reste encore 1h30 pour le col et 2h30 de descente le long d'un muret (haut de 1 mètre) destiné aux nomades en hiver lorsque la neige recouvre les hauteurs. L'arrivée au camp se fait sous une pluie fine. Des lingettes suffiront pour notre toilette du soir. C'est autour d'un feu de camp bien apprécié que nous remercierons nos horse-men avec qq roupies dans une enveloppe pour leurs services et leur disponibilité. Ils repartent demain pour Leh. Nous avons changé de programme, pas de trek demain juste 3h30 le matin et ensuite un véhicule nous récupère.

Jour 11 Longmoche 4500mPuga 4400m10km 3h30.

C'est aujourd'hui que notre trek finit ... !!!

Nous n'avons plus les chevaux pour le portage des bagages mais un véhicule, il est arrivé cette nuit, un mini bus pour tout le monde : trekkeurs, guide, cuisiniers. Une partie du groupe fera la marche l'autre partira avec l'équipe en vans. Nous nous retrouvons tous en fin de matinée bien contents de rouler en direction des lacs, le 1^{er} sera le lac salé Tso Kar ou notre équipe en deux temps trois mouvements monte la tente cuisine nous prépare un déjeuner pendant que nous admirons le paysage et prenons des photos aux abords du lac. Le repas finit, nous partons aux camps de nomades en passant par le col Polokongka (4970 m alt). Dans les camps il n'y a que les femmes et les enfants, les hommes sont encore avec leurs bêtes dans les hauteurs pour le pâturage. Nous choisissons un pré bien vert et moelleux pour passer la nuit près de sources d'eaux chaudes (hot spring). Nous nous amusons à marcher pieds nus dans les

tourbières pour aller voir le geyser de soufre. Une bonne partie de rigolade car on s'enfoncé dans les marais.

Repas du soir : soupe, pommes de terre revenues, timos (pâte à pain enroulée) légumes, mouton en sauce, carottes en purée avec noix de coco en guise de dessert.

Cette nuit est particulièrement superbe, le ciel est rempli d'étoiles c'est magique. Mais pas pour notre Lolo qui va passer une très mauvaise nuit !!! (Diarrhées et vomissements)

Jour 12 Lac Tso Moriri 4500m

Direction le lac mythique et tant attendu le Tsomoriri. Il y a tout d'abord un petit lac et ensuite se dessine le Tso (qui veut dire lac) avec son eau bleue méditerranéenne et autour les sommets enneigés. Nous arrivons à l'heure du déjeuner sur notre lieu de campement, des petits chaussons aux légumes pour le lunch, sieste quotidienne ensuite promenade jusqu'au village Karzog sans grand intérêt, un peu à l'abandon mais toujours enrichissant d'observer les habitudes des locaux, belle vue sur le lac.

Nous devons rester deux nuits, nous changeons de programme car il manque un peu de sérénité au bord du lac, des touristes indiens bruyants envahissent les alentours du village.

Nous partirons demain matin en direction de Leh pour 7 h de route

Jour 13 TsomoririLeh

Visite d'une autre partie du lac, beau panorama, entre temps notre camp se démonte rapidement pour pouvoir partir pas trop tard sur Leh. Une longue route nous attend assez périlleuse dans les gorges de l'Indus. A l'heure du lunch nous aurons un pique-nique de roi pour notre dernier jour avec nos accompagnateurs de voyage «des amours »

Arrivés sains et saufs vers 18h .Le confort de notre guest-house n'est pas négligeable ... surtout une douche chaude et un vrai lit.

Jour 14 journée libre à Leh

Rdv avec Tundup le matin en ville pour le petit déjeuner, le soir nous serons invités dans sa famille.

Derniers achats

Demain une partie du groupe part pour Delhi et l'autre partie (4 personnes) font une extension dans la vallée de la Nubra .

Belle soirée chez Tundup, Dolma et leurs enfants avec toute l'équipe.

