



## MUSTANG

Dernier royaume himalayen  
20 jours Katmandu/Katmandu  
16 jours de circuit  
**OP1**

### MUSTANG

C'est la déformation du tibétain **Monthang**, la plaine des espoirs ou habitants des frontières. Ce petit royaume a toujours entretenu des liens privilégiés avec le Tibet. Les Rajas du Mustang dont la dynastie s'est perpétuée jusqu'à nos jours avec la capitale aristocratique de Lhasa. Liens culturels et religieux pour ces bouddhistes fervents, liens géographiques aussi, l'absence de grands cols ayant depuis toujours fait du Mustang, le lieu de passage obligé entre l'Inde et le Tibet par la vallée de la Kalí Gandaki. Fermé aux touristes depuis toujours, le Mustang s'entrouvre aujourd'hui. L'une des dernières grandes destinations himalayennes authentiques dans le cadre somptueux du grand Himalaya (Dhaulagiri et Annapurna) et du haut plateau tibétain. Longtemps interdit aux étrangers puis, d'un accès contingenté et limité par une taxe souvent dissuasive, le légendaire Royaume du Mustang est néanmoins ouvert à tous. Habités par les Lobas, ce royaume témoigne pour un temps encore, comme le Spiti en Inde, de la culture bouddhiste tibétaine sans l'influence chinoise.

### POKHARA

Il n'y a pas d'autres endroits au Népal où les montagnes s'élèvent aussi vite. Dans cette zone, sur moins de 30 km, l'altitude passe rapidement de 1000m à plus de 7500m. Le Dhaulagiri, la chaîne des Annapurna et celle du Manaslu, qui culminent chacun à plus de 8000m d'altitude, peuvent être vus de Pokhara. Les montagnes dominant tout l'horizon nord de la ville et sont une source constante de contemplation et d'admiration pour les touristes et les habitants. Au sud, la ville est bordée par le lac Phewa (d'une superficie de 4,4 km<sup>2</sup> pour une altitude d'environ 800 m au-dessus du niveau de la mer) la périphérie de la ville touche le pied de la chaîne des Annapurna. Par beau temps les hauts sommets himalayens tout proches : l'Annapurna I (8091m), et le Machhapuchhare (6997m), sommet toujours vierge, se reflètent dans le lac Machhapuchhare (6997m), sommet toujours vierge, se reflètent dans le lac.



### INFORMATION :

**Les temps de marche sont donnés à titre indicatif. Ils varient beaucoup en fonction de la forme des participants.**

### ALTITUDE :

**L'IGN n'existe pas au Népal, sur les cartes l'emplacement, le nom des villages et leur altitude varient selon l'éditeur.**

## ITINERAIRE

**02/08/20**  
**Jour 01**

**Katmandu**, arrivée accueil à l'aéroport et transfert.

**03/08/20**  
**Jour 02**

**Katmandu**, journée libre servant à établir les formalités.

<b>04/08/20</b> <b>Jour 03</b>	<b>Katmandu - Pokhara</b> , environ 6H en bus Nuit à l'hôtel <b>Déjeuner et dîner compris</b>
<b>05/08/20</b> <b>Jour 04</b>	<b>Pokhara – Jomson - Kagbeni 2800m</b> , environ 30mn d'avion et 2H de marche. En lodge <b>Petit déjeuner, déjeuner et dîner compris</b>
<b>06/08/20</b> <b>Jour 05</b>	<b>Début de la zone protégée</b> <b>01 Kagbeni -Chélé 3050m</b> , environ 6H de marche Premier village du Mustang, Tangbe est un site d'une rare beauté : ancienne forteresse, labyrinthe de ruelles, alignement de chortens dominant la rivière Mustang Khola. Poursuite vers Chhuksang, place fortifiée formée de plusieurs hameaux. Très belles falaises colorées. Après Passage de Kali Gandaki et montée à Chélé perché sur un piton rocheux. En lodge <b>Petit déjeuner, déjeuner et dîner compris</b>
<b>07/08/20</b> <b>Jour 06</b>	<b>02 Chélé - Gheling 3740m</b> , environ 6H de marche de Samar. Pénitents de pierre et chemin en balcon au-dessus d'une gorge impressionnante. Col à 3550m, descente vers Samar, village typique bordé de peupliers. Deux itinéraires possibles : sentier principal (6h) ou chemin des pèlerins (7h). Pour le second, descente raide dans une gorge. Découverte d'une grotte sacrée où la nature a sculpté un immense chorten dans la roche. Remontée par un très beau canyon jusqu'à Syangmochen. Col (3860m) et descente sur Gheling Monastère. En lodge <b>Petit déjeuner, déjeuner et dîner compris</b>
<b>08/08/20</b> <b>Jour 07</b>	<b>03 Gheling – Drakmar 3800m</b> , environ 6H de marche Montée vers un col et redescende sur Ghemi, joli bourg au milieu d'une oasis de verdure. Belles maisons tibétaines. Poursuite vers Dhakmar, village blotti au pied de grands orgues de rocher rouge environ 5H30 de marche. En lodge <b>Petit déjeuner, déjeuner et dîner compris</b>
<b>09/08/20</b> <b>Jour 08</b>	<b>04 Dhakmar - Lo Gekar - Tsarang 3580m</b> , environ 7H de marche. Montée raide jusqu'au monastère de Lo Gekar (XIe siècle) puis visite. Continuation du sentier, plus facile, jusqu'au gros bourg de Tsarang, magnifique village entouré de champs où l'on cultive orge, moutarde et sarrasin. Les ruines d'une ancienne forteresse rappellent aussi que, jadis, un roi vivait là. Visite du monastère qui surplombe le village. Dans les alentours, on trouve également de nombreux points remarquables à visiter (comme le gros chorten à l'entrée de la piste venant de Gemi). En lodge <b>Petit déjeuner, déjeuner et dîner compris</b>

**10/08/20**  
**Jour 09**

**05 Tsarang - Lo Monthang 3750m**, environ 4H de marche. Sortant de Tsarang, nous passons près d'une turbine qui fournit le village en électricité. Plusieurs moulins à grains fonctionnent sur ce torrent et un gros chorten marque la sortie du village. Des habitations troglodytiques nous dominent. Une vallée desséchée puis verdoyante mène à un col où flottent des drapeaux à prières 3870m. Nous dominons alors la vallée où se niche Lo Monthang, capitale fortifiée de l'ancien et mythique royaume de Lo. En une petite heure de marche, nous arrivons sous les murs de la citadelle. La ville possède deux portes : une, côté nord, entrée principale passant sous un large porche, et une, côté sud, porte dérobée, effacée et discrète. Traditionnellement, seule la porte nord était ouverte pendant la journée et refermée chaque nuit. En lodge

**Petit déjeuner, déjeuner et dîner compris**

**11/08/20**  
**Jour 10**

**06 Lo Monthang et ses environs**

Les balades sont nombreuses autour de Lo Monthang, au milieu des champs d'orge, de moutarde et de sarrasin. Promenade dans les petites rues étroites de cette vieille ville à la découverte des habitants discutant sur la place du Palais royal. Par ailleurs, d'anciens monastères comportent de très belles peintures et de magnifiques mandalas. Excursion facultative possible à Chhosar, en direction du Tibet. Dans ce cas nous devons louer des chevaux pour faire l'aller-retour dans la journée. En lodge

**Petit déjeuner, déjeuner et dîner compris**

**12/08/20**  
**Jour 11**

**07 Lo Monthang - Dhie 3360m - Yara 3580m**, environ 6H de marche. Nous repassons le col au-dessus de Lo Monthang. Le chemin remonte une vallée adjacente de la Mustang Khola. Quelques passages délicats en traversée. Un petit col se redresse sur la fin avant la descente au milieu de cheminées de fées. A la sortie, nous surplombons le village de Dhie. La descente, toujours raide, se termine dans un décor lunaire, au milieu d'immenses cheminées de fées. Montée jusqu'à Yara, petit hameau situé 1 h 30 en amont de Dhie. Lors de cette montée dans une gorge assez large, on peut voir des falaises entières creusées d'anciens habitats troglodytiques. En lodge

**Petit déjeuner, déjeuner et dîner compris**

**13/08/20**  
**Jour 12**

**08 Yara - Lori Gompa - Yara 3580m**,

Montée vers Lori Gompa, loin des chemins traditionnels. Petit monastère perché dans un site impressionnant, temple creusé dans la roche et surprenantes peintures. Retour sur Yara par un autre chemin. En lodge

**Petit déjeuner, déjeuner et dîner compris**

**14/08/20**  
**Jour 13**

**09 Yara - Tangye 3320m**, environ 7H de marche

Le chemin descend d'abord légèrement pour traverser une ravine. Légère remontée pour accéder à un grand plateau. Descente raide sur la Ghechan Chu, traversée à

<p><b>15/08/20</b> <b>Jour 14</b></p>	<p>gué. Longue montée au col "3860 m" avant de replonger à nouveau ! côté de Tangye. Visite de ce village perdu à l'architecture remarquable avec son magnifique alignement de chortens. En lodge sommaire  <b>Petit déjeuner, déjeuner et dîner compris</b></p>
<p><b>16/08/20</b> <b>Jour 15</b></p>	<p><b>10 Tangye - Tetang 3030m</b>, environ 8H de marche  L'étape est longue, comportant de nombreuses montées et descentes ! Le sentier, d'abord horizontal jusqu'au torrent, monte "sec" à 4100m pour arriver à un col. Suivent 3H de "plat népalais" avant une plongée sur Tangbe En lodge sommaire  <b>Petit déjeuner, déjeuner et dîner compris</b></p>
<p><b>17/08/20</b> <b>Jour 16</b></p>	<p><b>Fin de la zone protégée</b>  <b>11 Tetang - Gyu La 4077m – Muktinath 3760m.</b>  Environ 7H de marche. Belle étape pour rejoindre le sanctuaire hindouiste de Muktinath par le col de Gyu La. La montée est rude, mais dans un décor éblouissant. Au col, la vue sur le Dhaulagiri et l'Annapurna nous récompense de nos efforts. Le chemin descend puis continue en balcon pour rejoindre le chemin qui descend du Thorong Pass. Descente sur Muktinath. En lodge  <b>Petit déjeuner, déjeuner et dîner compris</b></p>
<p><b>18/08/20</b> <b>Jour 17</b></p>	<p><b>Muktinath - Lupra – Jomsom 2700m</b>, environ 5H30 de marche. Paysages arides ouvrant sur les plateaux tibétains au nord et de hautes montagnes enneigées au sud : le Nilgiri et surtout le formidable Dhaulagiri. Courte montée vers un col (4000 m), vue exceptionnelle sur le Dhaulagiri. Descente vers Lupra, unique village bön sur notre itinéraire. La religion bön est la religion tibétaine préexistant au bouddhisme. Lodge  <b>Petit déjeuner, déjeuner et dîner compris</b></p>
<p><b>19/08/20</b> <b>Jour 18</b></p>	<p><b>Jomsom - Pokhara</b>, environ 25mn de vol  Vol matinal vers Pokhara à bord d'un petit avion de 17 places. Vol fabuleux, l'avion passe entre le Dhaulagiri et les Annapurna. Installation à l'hôtel sur les bords du lac Phewa. Par temps clair, nous aurons de très belles vues sur la face sud des Annapurna et sur Machapuchhare. Balade en ville avec possibilité de louer une barque pour canoter sur le lac...Nuit à l'hôtel  <b>Attention</b>  Comme tous les vols intérieurs au Népal, le vol Jomosom-Pokhara est soumis aux conditions climatiques. En cas d'annulation, il est alors nécessaire de rejoindre Pokhara par la piste et la route.  <b>Petit déjeuner, déjeuner et dîner compris</b></p>
<p><b>20/08/20</b> <b>Jour 19</b></p>	<p><b>Pokhara – Katmandu</b>, environ 7H de route  <b>Petit déjeuner et déjeuner compris</b></p> <p><b>Katmandu</b>, journée libre</p>

**21/08/20**  
**Jour 20**

**Katmandu, départ et transfert à l'aéroport**