



COULEURS DU MUSTANG

17 ou 18 jours KTM/KTM

13 ou 14 jours de circuit

OP3

COULEURS DU MUSTANG

Grâce au vol sur Jomsom (2713m) aux portes du Mustang, cette randonnée courte et facile rassemble toutes les diversités des itinéraires de 3 semaines. Chaque journée est couronnée d'un « temps fort ».



Un sentier en escalier nous conduit à Gorepani, une montée à Poonhill nous permettra d'admirer le Dhaulagiri (8167m), l'Annapurna sud (7219m) et le Machapuchare.

La vallée de la Kali-Gandaki, entre Dhaulagiri et Annapurna I, habitée par l'ethnie Thakali (commerçante du sel) nous amène à Kagbeni aux portes du Mustang avec en toile de fond les massifs du Dhaulagiri (8167m) et des Nilgiri (7061m). Nous montons à

Muktinath, lieu sacré des Hindous et des Bouddhistes en croisant des pèlerins de tous horizons. A Muktinath (3800m) nous aurons une vue d'ensemble sur les vallées ocre et vertes du Mustang. Le circuit se termine à Jomsom, en haut des gorges de la Kali Gandaki. Un vol extraordinaire entre les massifs du Dhaulagiri et des Annapurna, nous attend pour rejoindre Pokhara.

LUBRA (Klu-brag)

Il faut sans doute « lou prag », c'est le premier village du Baragaon. Bâti sur la rive sud de la



Panda Khola, il présente la caractéristique unique au Mustang d'être d'obédience religieuse Bönpo (bouddhisme primitif). Lubra est plus dans son histoire un « monastère » qu'un village au sens traditionnel du terme. Il est en effet peuplé d'une population ayant rang de prêtre. Comme tels ils se situaient à un niveau intermédiaire dans la hiérarchie traditionnelle du Baragaon entre les nobles et les gens du commun. Ce sont (tout comme les Nyingmapas), des religieux mariés, ayant une famille, cultivant

leurs champs en plus de leurs activités religieuses.

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 km² 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.

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 13 JOURS

- Jour 01** **Katmandu**, arrivée, accueil à l'aéroport et transfert à votre hôtel.
Nuit à l'hôtel
- Jour 02** **Katmandu**, servant à établir les formalités pour l'agence.
Nuit à l'hôtel
- Jour 03** **Katmandu – Pokhara - Nayapul - Birethanti 1050m**, environ 7H en bus
Long trajet sur la route Katmandu/Pokhara, très fréquentée par des camions qui amènent beaucoup de matériels de l'Inde et de nombreux bus touristiques. Arrêt pour déjeuner dans un des nombreux petits « routiers » le long du trajet. Lodge
- Jour 04** **Birethanti - Ulleri 1800m**, environ 6H de marche
Longue montée par un nombre impressionnant de marches. Heureusement nous pourrons nous reposer et nous rafraîchir dans de nombreuses maisons de thé qui jalonnent le sentier. Lodge
- Jour 05** **Ulleri - Ghorepani 2855m**, environ 6H de marche
Même journée qu'hier : longue montée par un nombre impressionnant de marches jalonnées de nombreuses maisons de thé. Lodge
- Jour 06** **Ghorepani - Tatopani 1200m**, environ 6H de marche
Lever matinal pour monter à Poon Hill admirer le soleil se lever sur les Annapurna et le Dhaulagiri. Longue descente jusqu'à Tatopani ou nous pourrons nous baigner dans les sources d'eau chaude. Nous sommes maintenant dans la vallée de la Kali Gandaki, rivière dont la source se situe au Tibet. Belle vue sur Nilgiri. Lodge
- Jour 07** **Tatopani - Ghasa 2100m**, environ 6H de marche
La végétation tropicale de basse altitude est luxuriante. Les gorges se rétrécissent par endroit, donnant des rapides impressionnants que nous passons sur des ponts suspendus. Nous verrons sûrement les pêcheurs des villages alentours. Lodge
- Jour 08** **Ghasa – Chairo - Marpha 2500m**, environ 6H de marche
Nous empruntons toute la journée la rive gauche de la rivière. Le sentier emprunte un large torrent qui donne une idée du massif du Nilgiri qui se cache encore. Les conifères prennent peu à peu place dans le paysage jusqu'à un col d'où le Nilgiri, « montagne bleue » domine puissamment d'un côté et le Dhaulagiri de l'autre s'impose par sa gigantesque cascade de glace. Nous traversons des zones cultures et des zones fruitières. Nous continuons jusqu'à Marpha avec son entrée en pierre. Le système de conduites d'eau souterraines semble peu commun ici. Il y a une gompa au centre du village. Lodge
- Jour 09** **Marpha – Thinigaon 2880m**, environ 4H de marche
Nous traversons à nouveau la rivière pour gagner la rive gauche. Marche parmi les vergers. Nous allons au village de Dhumba et

montons à son monastère, perché sur une crête qui domine la vallée avec des vues fantastiques sur la vallée, les Nilgiri et le Dhaulagiri. Lodge

- Jour 10** **Thinigaon - Dagarjong 2810m**, environ 6H de marche
Puis départ pour Phalyak, autre beau village typique de la région à 3200m. Installation dans une maison, visite du village tibétain fortifié, très belles vues sur les Nilgiri. Nuit chez l'habitant
- Jour 11** **Dagarjong - Kagbeni 2800m**, environ 3H de marche
Le matin nous pourrons monter à un super point de vue au dessus de Phalagaon, environ 3H aller et retour, nous pourrons y admirer le Mustang jusqu'à Lho Montang, Muktinath, le Thorong pass, le Mesokento pass et les Nilgiri, fabuleux !
Descente à Kagbeni, ce village fortifié est la porte d'entrée au Mustang. Ballades dans ses ruelles moyenâgeuses. Lodge
- Jour 12** **Kagbeni - Jharkoth - Muktinath 3800m**, environ 5H de marche
Montée progressive dans un décor minéral vers Muktinath lieu sacré des hindouistes et des bouddhismes. Nous passons par le beau village fortifié de Jarkoth. Lodge
- Jour 13** **Muktinath - Lupra - Jomsom 2700m**, 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
- Jour 14** **Jomsom - Pokhara**, 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
Attention
Comme tous les vols intérieurs au Népal, le vol Jomsom-Pokhara est soumis aux conditions climatiques. En cas d'annulation, il est alors nécessaire de rejoindre Pokhara par la piste et la route.
- Jour 15** **Pokhara - Katmandu**, environ 6H de bus
Nuit à l'hôtel
- Jour 16** **Katmandu**, journée libre
Nuit à l'hôtel
- Jour 17** **Katmandu**, départ et transfert à l'aéroport

Le déroulement de ce programme est donné à titre indicatif. Il peut subir des modifications ou des aménagements, en fonction des critères techniques, des impératifs de sécurité ou des conditions climatiques du moment. Dans ce cas, seul le guide de Trinetra, en concertation avec l'agence, est habilité à prendre la ou les décisions nécessaires pour la sécurité de tous. Tous les participants du groupe doivent respecter ces consignes.

ITINERAIRE

14 JOURS

- Jour 01** | **Katmandu**, arrivée, accueil à l'aéroport et transfert à votre hôtel. Nuit à l'hôtel
- Jour 02** | **Katmandu**, servant à établir les formalités pour l'agence. Nuit à l'hôtel
- Jour 03** | **Katmandu - Nayapul - Birethanti 1050m**, environ 7H en bus
Long trajet sur la route Katmandu/Pokhara, très fréquentée par des camions qui amènent beaucoup de matériels de l'Inde et de nombreux bus touristiques. Arrêt pour déjeuner dans un des nombreux petits « routiers » le long du trajet. Lodge
- Jour 04** | **Birethanti - Ulleri 1800m**, environ 6H de marche
Longue montée par un nombre impressionnant de marches. Heureusement nous pourrons nous reposer et nous rafraîchir dans de nombreuses maisons de thé qui jalonnent le sentier. Lodge
- Jour 05** | **Ulleri - Ghorepani 2855m**, environ 6H de marche
Même journée qu'hier : longue montée par un nombre impressionnant de marches jalonnées de nombreuses maisons de thé. Lodge
- Jour 06** | **Ghorepani - Tatopani 1200m**, environ 6H de marche
Lever matinal pour monter à Poon Hill admirer le soleil se lever sur les Annapurna et le Dhaulagiri. Longue descente jusqu'à Tatopani ou nous pourrons nous baigner dans les sources d'eau chaude. Nous sommes maintenant dans la vallée de la Kali Gandaki, rivière dont la source se situe au Tibet. Belle vue sur Nilgiri. Lodge
- Jour 07** | **Tatopani - Ghasa 2100m**, environ 6H de marche
La végétation tropicale de basse altitude est luxuriante. Les gorges se rétrécissent par endroit, donnant des rapides impressionnants que nous passons sur des ponts suspendus. Nous verrons sûrement les pêcheurs des villages alentours. Lodge
- Jour 08** | **Ghasa – Chaira - Marpha 2500m**, environ 6H de marche
Nous empruntons toute la journée la rive gauche de la rivière. Le sentier emprunte un large torrent qui donne une idée du massif du Nilgiri qui se cache encore. Les conifères prennent peu à peu place dans le paysage jusqu'à un col d'où le Nilgiri, « montagne bleue » domine puissamment d'un côté et le Dhaulagiri de l'autre s'impose par sa gigantesque cascade de glace. Nous traversons des zones cultures et des zones fruitières. Lodge
- Jour 09** | **Marpha 2500m**, repos découverte. Très joli village aux ruelles pavées. Le système de conduites d'eau souterraines semble peu commun ici. C'est une ancienne halte caravanière de la route de la soie. C'est la capitale de la pomme que l'on sèche au soleil. On y fabrique le Marpaha Brandy (Calvados local). Nous pourrons visiter la distillerie. Il y a une gompa au centre du village. Lodge
- Jour 10** | **Marpha – Dhumpa Gompa- Thinigaon 2880m**, environ 4H de marche. Nous traversons à nouveau la rivière pour gagner la rive

gauche. Marche parmi les vergers. Nous allons au village de Dhumba et montons à son monastère, perché sur une crête qui domine la vallée avec des vues fantastiques sur la vallée, les Nilgiri et le Dhaulagiri. Lodge

- Jour 11** **Thinigaon - Dagarjong 2810m**, environ 6H de marche
Puis départ pour Phalyak, autre beau village typique de la région à 3200m. Installation dans une maison, visite du village tibétain fortifié, très belles vues sur les Nilgiri. Nuit chez l'habitant
- Jour 12** **Dagarjong - Kagbeni 2800m**, environ 3H de marche
Le matin nous pourrions monter à un super point de vue au dessus de Phalagaon, environ 3H aller et retour, nous pourrions y admirer le Mustang jusqu'à Lho Montang, Muktinath, le Thorong pass, le Mesokento pass et les Nilgiri, fabuleux !
Descente à Kagbeni, ce village fortifié est la porte d'entrée au Mustang. Ballades dans ses ruelles moyenâgeuses. Lodge
- Jour 13** **Kagbeni - Jharkot - Muktinath 3800m**, environ 5H de marche
Montée progressive dans un décor minéral vers Muktinath lieu sacré des hindouistes et des bouddhistes. Nous passons par le beau village fortifié de Jarkoth. Lodge
- Jour 14** **Muktinath - Lupra - Jomsom 2700m**, 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
- Jour 15** **Jomsom - Pokhara**, 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
Attention
Comme tous les vols intérieurs au Népal, le vol Jomsom-Pokhara est soumis aux conditions climatiques. En cas d'annulation, il est alors nécessaire de rejoindre Pokhara par la piste et la route.
- Jour 16** **Pokhara - Katmandu**
Nuit à l'hôtel
- Jour 17** **Katmandu**, journée libre
Nuit à l'hôtel
- Jour 18** **Katmandu**, départ et transfert à l'aéroport

Le déroulement de ce programme est donné à titre indicatif. Il peut subir des modifications ou des aménagements, en fonction des critères techniques, des impératifs de sécurité ou des conditions climatiques du moment. Dans ce cas, seul le guide de Trinetra, en concertation avec l'agence, est habilité à prendre la ou les décisions nécessaires pour la sécurité de tous. Tous les participants du groupe doivent respecter ces consignes.