



TRECK au Népal du 31 Mars au 21 Avril 2019

dans la vallée du langtang

**TSERKO RI 5030 M**

~~**YALA PEACK 5520 M**~~

Après un an de réunions préparatoires et d'échanges de mail, nous nous retrouvons une dernière fois dans l'ancien local du club avant son déménagement afin de caler les modalités de départ pour Genève le 31 mars après midi.

Odile passe me prendre à la maison et nous allons chez Alain, direction le club. Chargement des bagages et passage par Valdahon, ensuite direction Genève. Arrivée à l'aéroport nous retrouvons Ben le groupe est formé.

Donc nous seront 10 : Odile, Jocelyne, Pierrette, Alain, Ben, Sam, Bernard, Guy, Pascal et Moi.

Après une escale à Istanbul, le vol jusqu'à Kathmandu se passe sans encombre. A notre arrivée, la première galère commence, l'obtention du visa, il faut d'abord remplir une fiche sur un ordinateur, puis de nouveau faire la queue pour payer le visa, puis enfin refaire la queue pour passer l'immigration avec les documents. Cela nous a pris plus d'une heure pour faire les formalités d'arrivée. Après avoir récupéré nos sacs, nous retrouvons Sunar, avec le collier de fleurs traditionnel. Nous chargeons les affaires dans le minibus et direction l'hôtel. (Holly Himalaya, dans le quartier de TAMEL). Ma première impression c'est que le pays ressemble beaucoup à l'Afrique mais en plus propre, et sans odeur. La circulation est à gauche ce qui fait déjà tout drôle et cela est complètement chaotique, les lignes électriques sont juste imaginables si on ne les a pas vues, cela est dans le fouillis le plus total.

A notre arrivée à l'hôtel, nous sommes accueillis avec un verre de limonade et une rondelle de citron, cela fait du bien, car il fait environ 20°C. La chambre est bien avec une connexion internet gratuite. On a rendez-vous à l'agence de Sunar (trinitra), afin d'avoir les modalités avant notre départ, et notre emploi du temps, de régler la dernière partie, et donner aussi quelques cadeaux, pour différentes associations. Après une heure de recherche nous trouvons enfin l'agence. Il nous annonce qu'il neige à partir de 3600 m depuis plusieurs jours, et nous présente notre guide pour toute la durée du trek, Pasong.

Après un bon repas nous rentrons à l'hôtel, tout le monde au lit pour 20 h 30 (il y a 3h45 de décalage horaire en plus). Demain visite de la ville.



**Jour 2 lundi 01 Avril** : visite de la ville.

Après une bonne nuit et un très bon petit déjeuner avec pâtes, omelette et lardons, nous partons visiter Kathmandu ainsi qu'un vieux village quasi rayé de la carte lors du tremblement de terre de 2015. Ensuite retour sur la ville où nous avons visité un temple avec des singes. Au milieu, coule une rivière où de par leur tradition ils bénissent leurs morts dedans et ensuite les mettent sur un bûcher. Une fois fini de brûler ils poussent tout dans les rivières où les singes viennent se servir des restes. Un peu glauque tout cela. Enfin nous récupérons le bus pour aller voir le plus grand STUPA du Népal. C'est juste magnifique, en faisant le tour par la gauche, je verse ma première larme et pas la dernière de mon séjour, pris par l'ambiance du site et la zenitude qui y règne.

Retour à l'hôtel et préparation des sacs pour demain. Un bon repas avec une bière et au lit. Demain 10 heures de bus nous attendent.



**Jour 3 Mardi 02 Avril** : transfert Bus Kathmandu ➡ SHYAPHRU 1450 m

Après un petit déjeuner rapide mais anglais, nous descendons nos affaires. Nous rencontrons nos porteurs pour la première fois ainsi que nos guides et aides guides. Nous marchons pendant environ 10 minutes avant de retrouver le bus car il ne peut venir jusqu'à l'hôtel. Il est dans un état qui lui serait interdit de rouler en France. Nous voilà partis pour 10 h de bus si tout va bien, à peine sortis de la ville que l'on est arrêté dans les bouchons. Le chauffeur ne se démonte pas et remonte tout pas la droite. Après avoir enfin passé le col on redescend dans le fond de la vallée où il y a un bouchon de 15 voire 20 km dans l'autre sens, mais personne ne s'énervé. Nous nous arrêtons manger dans une espèce de resto routier avec un bon dalbat. 20 minutes de route et ensuite nous prenons sur la droite et le début de la piste commence. Bonjour les bosses et la poussière. Les chauffeurs ne communiquent qu'avec le klaxon et cela ne marche pas trop mal car nous n'avons pas vu d'accident. Arrivé à l'entrée du parc juste avant Dunché nos affaires sont fouillées par les militaires. Ils recherchent les drones. Il nous reste encore une bonne heure de bus avant d'arriver à l'hôtel. A notre arrivée, on s'installe et on part se balader un peu afin de se dégourdir les jambes. Au retour apéro franc comtois (sauce de Morteau et Comté) et repas. A l'issue on se présente avec les porteurs et inversement. L'aide guide s'appelle Zidane. Facile de s'en souvenir, et le guide GANGA.





**Jour 4 mercredi 03 Avril** : SHYAPHRU 1450  m SHERPAGAON 2500 m

J'ai mal dormi cette nuit, car j'ai eu froid et le bruit de la rivière m'a réveillé régulièrement. J'ai bien marché pour la première journée et les montées se sont bien passées, je ne sais pas si c'est à cause de l'arrêt de la cigarette. Les Apic sont interminables, tout est immense ici (les Alpes fois 10 tellement c'est grand). Nous avons un temps brumeux et gris qui m'empêche de faire de très belles photos. J'ai rapidement vu un renard roux mais je n'ai pas eu le temps de faire une photo. Après 3 heures de randonnée, il n'y a plus de voitures et je n'ai pas encore entendu d'avion n'y même vu de traces dans le ciel. ( je n'en verrai plus pendant toute la durée du trek, les montagnes sont trop hautes.) cela fait du bien. Pascal n'est pas en forme après sa bonne grippe chopée avant le départ.



**Jour 5 jeudi 04 Avril** : SHERPAGAON 2500 m → GODRATABELA 3008 m

Après une nuit relativement correcte, nous prenons notre petit déjeuner au chaud. Café, pancake confiture, enfin si on peut appeler cela de la confiture, car cela ressemble plus à de la gelée qu'à la confiture. Elle n'a pas dû voir beaucoup de fruits. Après environ 150 m de dénivellée positif nous redescendons à 2490 m. Nous trouvons le sentier que l'on empreintera jusqu'au retour. Une grande montée de près de 500 m de dénivellée nous attend avant d'atteindre le lodge à 3008 m. la montagne nous impose son respect tellement elle est majestueuse. Nous devons nous pencher en arrière tellement les sommets environnants sont hauts. En longeant la rivière, nous apercevons de nombreux éboulements qui sont intervenus pendant le tremblement de terre. Nous changeons de rive par une passerelle et nous tombons sur une forêt qui est partiellement détruite par les mains de l'homme. Le bois ainsi coupé a servi pour reconstruire les lodges qui ont été partiellement ou totalement détruite en 2015. Les sensations sont toujours aussi bonnes et la respiration reste bonne, mais il faut quand même faire attention. Les températures baissent très vite dès que le soleil se couche, en même temps on est à 3000 m d'altitudes. 20 h on est déjà au lit, car le réveil est à 6 h demain matin.



**Jour 6 vendredi 05 Avril : GODRATABELA 3008 m → LANGTANG VILLAGE 3500 m**

Ce matin, réveil sous la pluie et l'orage, ne nous annonce rien de bon. Après un petit déjeuner comme la veille mais aussi comme tous les matins jusqu'à la fin du trek nous retournons dans nos chambres nous mettre à l'abri vers 8 h 30, nous partons pour environ 500 m de dénivellée positif, afin de nous rendre dans le village de LANGTANG. Il commence à faire froid avec ce brouillard et cette pluie qui cessera une vingtaine de minutes après notre départ mais nous resterons dans le brouillard une grande partie de la journée. A environ 1 h de notre arrivée, notre guide nous explique ce qui s'est passé lors du tremblement de terre et cela est super impressionnant avec cette coulée de neige, glace et roche qui a complètement détruit le village et a couché littéralement la forêt sur le versant d'en face par la force du vent dû à un énorme bloc de roche qui s'est détaché du LANTANG II et qui est tombé dans un lac. Le village a été totalement reconstruit à quelques encablures de là ainsi que la caserne des militaires. Près de 200 personnes ont perdu la vie, ils ne sont plus qu'une centaine à être revenue s'installer ici. Tous le village est maintenant des lodges, il n'y a plus d'habitation simple. Pour la première fois nous nous séparons pour la nuit car il n'y a pas assez de place dans le lodge pour tout le monde. Nous sommes quand même 27 personnes en tout. Nous 10, les 4 guides et surtout les 13 porteurs. Cet après midi repos avec les premiers effets de l'altitude qui commence à se faire ressentir (souffle qui devient court, on fait attention à ce que l'on fait et surtout plus de mouvements brusques sous peine de s'essouffler.)



**Jour 7 samedi 06 Avril : LANGTANG VILLAGE 3500 m → HYANGIN GOMPA 3800 m**

Après une bonne nuit malgré l'altitude, et un bon petit déjeuner, nous partons pour notre camp de base à 3800 m. En effet nous y resterons 4 jours. Le mauvais temps est encore là, mais bon nous n'avons pas trop le choix, nous partons pour 300 m de dénivellée que nous ferons dans la matinée. A notre arrivée, nous nous installons dans nos chambrées. Une bonne sieste et ensuite visite du temple qui se trouve dans l'enceinte du lodge, du village ou il y a une fromagerie de lait de NAK (femelle du YAK, reconstruite par des donations Suisse) la montagne est toujours aussi belle surtout avec le LANGTANG LIRUNG qui culmine à 7227 m. Pascal ne va toujours pas mieux. Avant le repas je prépare mon sac pour demain, ne rien oublier mais surtout ne rien prendre en trop car il faudra le porter jusqu'au sommet.



### Jour 8 dimanche 07 Avril : le TSHERKO RI 5030 M

Après une nuit mouvementée, je commence à en avoir l'habitude, et le petit déjeuner pris nous partons à peine le jour levé. Nous en avons pour environ 7 h d'ascension pour rejoindre le sommet. Ça sera Passong notre guide aujourd'hui, car Ganga n'est pas guide d'alpinisme. Au bout de 30 minutes, nous perdons la trace qui doit nous mener à notre sommet. Nous suivons le sentier des Yaks qui suit les courbes de niveau mais nous éloigne de la voie normale. Une demi-heure plus tard, Ganga nous rejoint par un autre chemin de YAK, et nous remet sur le droit chemin (enfin si on peut dire, en effet nous montons directement à un col sans se soucier des sentiers existants Ben, Sam, et Bernard partent devant. C'est raide, mais je monte. Arrivée au col nous avons une magnifique vue sur le YALA PEACK qui sera fait demain par l'équipe d'Alpinisme. On découvre aussi de grosses pattes de chat qui sont en fait des traces de léopard des Neiges. A la vue des traces cela doit être gros. 13 h nous arrivons enfin au sommet à environ 5030 m en pleurant tellement c'est beau est surtout heureux d'y être arrivé. Je suis trop content de moi. La vue est juste à couper le souffle, avec au fond la frontière du TIBET et de la CHINE. Après les félicitations d'usage et les quelques photos, GUY nous fait la surprise d'ouvrir une bouteille de champagne. A 13h30 il nous faut redescendre car nous sommes déjà en retard et la neige devient très molle par endroit. Nous trouvons enfin le bon chemin pour le retour qui se passera sans encombre. Arrivée au lodge vers les 16h30 nous nous retrouvons devant une bonne bière bien méritée. 6h30 de montée pour gravir les 1130 m de dénivelée. Pierrette et Jocelyne nous attendaient au lodge et nous informent qu'elles ont abandonné à environ 4800 m, nous n'étions pas ensemble car elles étaient sur le bon chemin avec les 2 aides guides bravo à elle. Pascal lui est resté au lodge car il ne va toujours pas mieux, il décide de redescendre jusqu'à LAMA hôtel et nous y attendra. Il donne ses affaires de montagne à Bernard qui tentera demain de faire le sommet. Nous le retrouverons dans 3 jours. Nous trouvons un groupe de randonneur Français avec qui on arrive à échanger un jeu de tarot contre une saucisse de Morteau. Je crois qu'il y a des heureux des 2 cotés.





**Jour 9 lundi 08 Avril : repos forcé**

Ce matin il neige plein pot. J'ai mal partout sur le visage suite à mon oubli de la veille. Ne jamais partir sans crème solaire ça pique. Ça sera repos en chambre avec Biafine sur le visage plein pot. Pour Alain, Ben, Sam, Bernard et Odile la douche est froide. Ils ne partiront pas faire le YALA PEACK car il est tombé trop de neige cette nuit. De plus les porteurs ne sont pas équipés pour progresser à cette altitude dans autant de neige et surtout qu'aucune trace n'a été faite encore. Il est peut-être encore trop tôt pour le faire. Certain partiront faire des petites ballades et d'autres resteront au lodge.



**Jour 10 mardi 09 Avril : HYANGIN RI 1 et 2 à 4300 et 4770 M**

Je n'ai rien dormi tellement mes coups de soleil me démange et me fait mal. On part faire 2 sommets faciles justes au-dessus du lodge à 4300 et 4700 m avec pique-nique aux sommets. Après avoir enduit mon visage de crème nous partons sous un beau soleil. Le premier sommet est gravi sans aucune difficulté le souffle est bon. Nous sommes tous près du LANGTANG LIRUNG et je peux deviner le parcours pour demain, j'aimerais tellement le faire. Pour le deuxième sommet dont le sentier est plein Est je décide avec Alain de ne pas y aller afin de protéger notre visage du mieux que l'on peut du soleil. Nous pouvons suivre la progression du reste du groupe qui mettent environ 1 heure à atteindre de sommet à 4700 M

A leur retour à 4300 m pour prenons le casse-croûte puis nous redescendons par un autre chemin afin de rejoindre le lodge.

LE LANTGANG  
LIRUNG à 7227 M



**Jour 11 mercredi 10 Avril** : encore repos forcé

Après une très bonne nuit malgré le fait que mes coups de soleil me grattent en permanence, je décide de rester à l'abri car demain on doit redescendre et donc je n'aurai plus le choix. J'en profite pour faire une lessive, sieste et flânerie en regardant les montagnes tellement elles sont belles. Je pourrais rester là des jours à les contempler. Pas de bruit de moteur, juste l'hélico de 8h30, pas de téléphone avec Facebook et autres pollutions juste l'humain et la nature. Que cela fait du bien à l'esprit et surtout très reposant !

**Jour 12 jeudi 11 Avril** : HYANGIN GOMPA 3800 m ➡ Lama Hôtel 2400 m

Mes coups de soleil vont mieux je pelle plein pot, après une bonne nuit, nous attaquons notre longue, très longue descente de 1400 m de dénivelée. Nous emprunterons le même sentier que nous avons pris en montant. Le repas du midi est pris à GODRATABELA ou il y a énormément de monde. GANGA nous trouve une table à l'intérieur afin de nous protéger du soleil. L'après-midi descente sur LAMA HOTEL ou nous retrouvons enfin Pascal, qui va un peu mieux. Le lodge n'est vraiment pas terrible, mais bon cela n'est pas grave. Alain et Ben dormiront sous tente ce soir.



**Jour 13 vendredi 12 Avril :** Lama Hôtel 2400 m ➡ THULO SYABRU 2200 m

Il a plu cette nuit, mais ce matin ça va. Encore une belle descente de près de 700 m nous attend avant une remontée sur l'autre versant de 500 m après avoir traversé la rivière. Le temps est beau et la randonnée dans la forêt est sympathique. Le gîte est super sympa avec douche chaude et logement en dur. C'est la nouvelle An ici, nous sommes en 2076. J'ai 102 ans. Mes coups de soleil vont mieux il me reste plus que le nez est surtout les lèvres qui me font encore bien mal.



**Jour 14 samedi 13 Avril :** THULO SYABRU 2200 m ➡ CHOLANPGATYI 3600 m

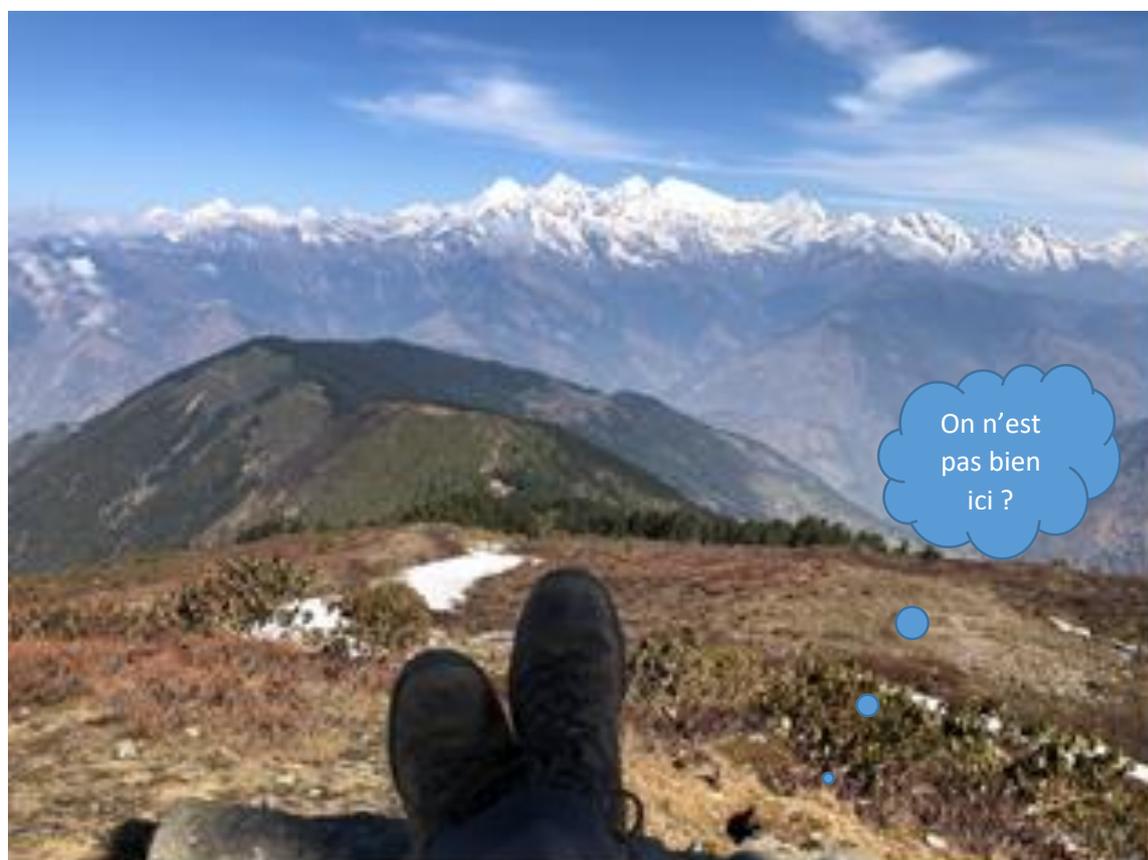
La plus longue montée du trek nous attend aujourd'hui de près de 1400 m. Après un bon repas, nous traversons une forêt de rhododendrons qui parfument notre parcours. Le lodge est bien et super agréable, mais les chambres BOF, Les porteurs se lâchent un peu avec échange de musique et d'alcool. Demain nous montons à 4400 m pour aller au lac sacré.



**Jour 15 dimanche 14 Avril** : CHOLANPGATYI 3600 m ➡ GOSAINKUDA 4400 M

Une longue montée nous attend encore aujourd'hui. Nous apercevons pour la première fois la chaîne des ANNAPURNA, et du MANASLU. C'est juste magnifique. A la pause à Lauribina (3900 m) la vue est juste à couper le souffle, je m'installe sur une chaise à l'écart pour profiter au mieux de la vue. Arrivée au col, on est dans le brouillard cela donne une impression toute bizarre, surtout que je

suis seul entre deux groupes. L'arrivée se fait dans la neige, mais ça vas bien quand même. Après un bon repas, petite balade dans le froid et la neige. Ma première nuit à plus de 4000 m. Pascal ne va toujours pas mieux.





**Jour 16 lundi 15 Avril** : GOSAINKUDA 4400 m → CHANDANBARI 3300 m

La nuit s'est bien passée malgré les courants d'air dans la chambre. Nous redescendons par le même chemin que nous avons emprunté la veille, avec la même vue qu'hier, c'est la dernière journée où nous aurons la vue sur les hautes montagnes malheureusement. Arrivée au col nous faisons donc une pause au soleil devant cette magnifique vue. Nous arrivons vers 10h30 au lodge de CHOLANPGATYI pour le repas, où nous avons dormi la veille. L'après-midi nous repartons par un très beau sentier jusqu'au lodge en descente facile, à travers la forêt. Cela annonce le retour dans la vallée donc la fin du trek par la même occasion. Arrivée au lodge, nous partons voir une fromagerie en activité est surtout acheter un peu de fromage. Après une bonne partie de tarot, nous récupérons des affaires que l'on va donner aux porteurs. Eh oui la tradition veut que l'on offre des présents ainsi que des pourboires aux porteurs en fin de trek. Nous déposons nos affaires, et Ganga aidé de Zidane, font différents tas que les porteurs tireront au sort. Nous buvons l'apéro, et le repas est pris en commun avec encore des chansons. Une très bonne soirée, qui se termine sous un orage de grésil.



Nos porteurs et nos guides à 4400 M





**Jour 17 Mardi 16 Avril** : CHANDANBARI 3300 m → DUNCHE 1950 m → KATHMANDU

J'ai bien dormi, mais le cœur n'y est pas. C'est notre dernière matinée de trek, et je n'ai pas envie que cela se termine. Une grande descente nous attend de presque 1400 m. il pleut ce matin, comme pour en rajouter une couche. Bref on part. Un groupe de Niçoises rencontrées quelques jours avant qui ont dormi dans le lodge d'en face, nous annonce que l'on a fait un peu de bruit hier. Nous sommes dans la forêt qui du coup nous protège un peu de la pluie. Nous croisons quelques personnes locales très bien habillée. Renseignement pris ils vont au lac sacré se purifier. Nous longeons la rivière, la fin est toute proche, du coup je ralentis le pas afin d'en profiter le plus longtemps possible. C'est avec le cœur serré que je dépose mon sac devant le bus. Il est 11h environ. GANGA nous trouve un restaurant et nous commandons à manger. Pour moi ça sera Frites œuf sur le plat. Avec 2 bières. La première pour la fin de la randonnée et la seconde pour la soif. Après une attente interminable, nous avons enfin le repas servi qui fut très bon. Ensuite direction KATHMANDU, en bus pour 8 h environ, le retour aux bruits et à la poussière est brutal, cela fait presque mal aux oreilles. Un bon repas et passage chez le coiffeur du coin avec la barbe et un bon massage. Car je ne me suis pas rasé de tout le trek.



### **Jour 18 Mercredi 17 Avril : KATHMANDU**

Après une bonne nuit, et surtout un bon petit déjeuner, nous partons pour la dernière visite guidée de la ville. Le repas du midi est pris sur les toits. Une très belle vue. Nous partons pour voir un stupa qui surplombe toute la ville. KATHMANDU est en fait super grand et tout plat.



### **Jour 19 jeudi 18 Avril : KATHMANDU**

Mes coups de soleil vont mieux mais j'ai encore mal aux lèvres. Aujourd'hui c'est journée libre, donc un bon petit déjeuner, et ensuite visite de la ville, ou j'en profite pour faire quasiment toutes les ruelles du quartier, de TAMEL, et faire mes achats. Avant le retour à l'hôtel, j'en profite pour boire une dernière bière afin de finir ma monnaie locale. Préparation des sacs et ensuite repas japonais, afin de pouvoir manger un peu de viande.

### **Jour 20 vendredi 19 Avril : KATHMANDU → ISTANBUL → GENEVE.**

Voilà le départ est pour aujourd'hui. SUNAR est là pour nous dire au revoir avec le foulard qui soit disant porte chance. Arrivée à l'aéroport et à nous la galère. Nous apprenons que l'avion a du retard, bon cela n'est pas grave. Il a combien de retard demande-t-on ? 1h30. A, et bien on va rater notre correspondance à ISTANBUL. Pas cool. Après près de 2 h d'attente, on arrive quand même à s'enregistrer, mais on nous annonce que l'on passera la nuit à Istanbul, encore au moins 2 heures d'attente avant de monter dans l'avion pour 7 heures de vol. Arrivée à ISTANBUL, nous voyons que notre vol pour GENEVE, est lui aussi en retard donc on va voir au guichet si on ne peut pas monter dedans comme prévu ce matin. Malheureusement nos places ont été revendues. Après encore au moins 2 heures d'attente, nous partons pour l'hôtel. 30 minutes plus tard, à notre arrivée, surprise c'est un hôtel 5 Etoiles à 350 € la nuit, payer par la compagnie Aérienne. Un bon repas pris sur le pouce car normalement c'est fermé vu l'heure tardive. 23h au lit réveil à 3h30.



Jour 21 SAMEDI 20 Avril : ISTANBUL → GENEVE → BAUME LES DAMES

Après une très courte nuit direction l'aéroport. Encore une longue attente. Le vol retour se passe sans encombre. Arrivée à Genève, le groupe se sépare pour effectuer le retour sur Baume.

Ce voyage fut une très belle aventure, les paysages sont justes magnifiques, et la vie Népalaise est vraiment différente d'ici, mais avec beaucoup de bonnes choses. J'ai vraiment passé un très bon séjour, et j'ai hâte d'y retourner. Merci à toute l'équipe pour la bonne humeur qui a régné pendant le séjour.

Merci à Alain, pour nous avoir préparé ce très beau séjour.

Mon retour à la réalité fut très difficile, reprendre le rythme effréné de la vie avec tout ce que cela incombe n'a pas été facile.

