



Ladakh : terres des derniers nomades, entre lac et monastère

Région : Ladakh – Leh – Rupshu - Lac Tso Kar -
Changtang

Période : de juin à septembre

Activités du voyage : Culture / Trek & Randonnée

Durée du voyage : 15 Jours

Effort : 3 - Engagé

Confort : 3 - Rustique

À partir de 2790 \$ au départ de Montréal



L'immersion

- **Lors de ce trek au Ladakh, vous bénéficiez d'un hébergement de charme** à Leh
- **Acclimatation très progressive** à l'altitude
- **7 jours de trek** consécutifs en Inde Himalayenne avec une équipe de muletiers (dont de bons paliers d'acclimatation)
- Un voyage au cours duquel vous **rencontrerez peut-être les nomades Changpas**
- **Découverte du lac d'altitude le Tso Kar**
- Au cours de ce voyage au Ladakh, vous visiterez les **plus beaux monastères de l'Indus**
- Un voyage accompagné par un guide Karavaniers francophone du Québec et un guide local

Laissez-vous transporter par ce voyage au Ladakh ...

... lors d'un trek au cœur du Rupshu :

Les hauts plateaux du Changtang, à deux pas du Tibet, offrent aux quelques voyageurs qui s'y aventurent une approche préservée de l'Himalaya. Longtemps, sur ce plateau déjà tibétain, le nomadisme a été le seul mode de vie possible. Dans les pas des derniers nomades qui peuplent encore le Rupshu, notre trek en Inde nous emmène des au cœur du Rupshu jusqu'aux premières rives du Lac Tsomoriri.

Au départ de Leh, nous nous acclimatons quelques jours en visitant les plus beaux monastères de la vallée de l'Indus. Puis, notre trek débute au lac Tso Kar, nous formons une longue caravane avec nos mules, le trek se déroulant en autonomie totale. Entre le lac Tso Kar et le village de Korzok, nous n'allons plus traverser aucun village.

Un beau **trek au Ladakh** qui dévoile toute l'immensité himalayenne, dans une ambiance secrète et intime.



L'esprit

Une bonne acclimatation et une alternance entre culture ancestrale et grands espaces

L'altitude est un élément très important dans cette région du nord de l'Inde. **L'acclimatation** se fait déjà à Leh qui est à 3 500m d'altitude. Ensuite, le trek offre de belles journées de montées et de passage de col entrecoupées de paliers d'acclimatation jusqu'aux rives du lac Tsomoriri. Nous avons pu vérifier lors de nos voyages que l'itinéraire est parfaitement adapté, puisque personne n'a souffert fortement du mal d'altitude (excepté les maux de tête classiques).

Votre voyage se situe ici...



Niveau de votre trek au Ladakh

Niveau 3 : modéré à soutenu

Ce trek au Ladakh ne présente aucune difficulté technique majeure, mais s'adresse à des personnes motivées par l'effort et l'engagement. Une fois partis, nous ne pourrions pas faire demi-tour, ou difficilement ; les marches se déroulent sur sentier la plupart du temps. Le dénivelé positif n'excède jamais 1000 mètres par jour. Les étapes durent entre 4 et 8 heures par jour. Au rythme de la caravane des chevaux et grâce à notre équipe locale, on pourrait dire de ce voyage "de la dolce vita dans l'aventure". L'isolement total de cette région d'Inde du Nord et l'autonomie du trek le destinent à un public averti, qui a déjà pratiqué le trek avec nuits sous tentes. L'acclimatation à l'altitude est progressive mais il n'empêche que ce trek se passe constamment à plus de 4500 mètres d'altitude, ce qui le rend plus exigeant.

Intention d'itinéraire en Inde pour votre trek au Ladakh

Cet itinéraire vous est donné à titre indicatif, et pourra être soumis à certains aléas de voyages comme les conditions climatiques ou d'autres contraintes locales. Le guide a toute autorité pour modifier le programme, toujours dans le but d'assurer votre sécurité et votre expérience de voyage.

Jour 1 et 2: Vol Montréal / Delhi

Départ de Montréal, vol pour Delhi. Arrivée en soirée à Delhi. Immigration puis bagages à l'arrivée. Dans la mesure du possible, nous éviterons la nuit à Delhi, en atterrissant en fin de soirée le jour 2, nous restons quelques heures à l'aéroport pour prendre le 1er vol pour Leh tôt le matin du jour 3. Cela dépendra des horaires de vol. (dans le cas contraire, avec une arrivée plus tôt, transfert à l'hôtel de Delhi situé à proximité de l'aéroport. Les hôtels de la zone aéroportuaire sont de confort sommaire mais nous préférons la 1ère option pour ne pas perdre de temps en transferts).

Jour 3: Vol de Delhi à Leh (3500 m) en matinée. Après-midi libre - Nuit en maison d'hôte de charme dans les hauteurs de Leh (3500 m).

Transfert à l'aéroport domestique de Delhi, situé à proximité. Tôt en matinée, vol de Delhi à Leh, au-dessus de la grande chaîne himalayenne. Demandez un siège côté hublot: le vol est mémorable si la météo est bonne! Transfert à l'écart de la ville dans une maison d'hôte de grand charme dans les hauteurs du centre.

Repos nécessaire et bien mérité. La journée est consacrée au repos pour favoriser une bonne acclimatation aux 3500 mètres d'altitude de la capitale ladakhi. Cela ne vous empêche pas de faire une courte balade dans le centre (une commande de taxi est fortement conseillée dans ce cas). Lors d'une calme balade vers le Main Bazar, nous sommes vite baignés dans l'atmosphère de la ville: la musique se dégageant du monastère, les villageoises vendant leurs légumes étalés sur le trottoir, les vendeurs kashmiri incitant à l'achat de châles de pashmina et la vue dégagée sur le sommet enneigé du Stok Kangri dominant fièrement du haut de ses 6100 mètres. Souper et nuit en maison d'hôte à Leh.

Jour 4: Découverte culturelle des monastères bouddhistes de la vallée Ouest - Nuit près du petit village de Yangthang (3700 m) - 4-5 heures de marche

Réveil matinal et déjeuner chez Lobsang. Toujours afin de favoriser notre bonne acclimatation à l'altitude, cette journée sera consacrée à la découverte culturelle des monastères bouddhistes situés à l'Ouest de Leh. Nous prenons la route en direction de l'ouest de la vallée de l'Indus pour une première immersion dans l'atmosphère minérale du Ladakh. Après avoir observé la confluence entre le Zaskar et l'Indus, nous ferons le choix de ne pas nous rendre jusqu'au monastère de Lamayuru, pour éviter une trop longue route. Le monastère de Rizong, en contre-bas du village de Yangthang (environ 2-3h de route depuis Leh), n'en est pas moins intéressant : Rizong ("forteresse de la montagne") est dissimulé au fond d'une étroite vallée, sur une paroi abrupte.



Nous ne serons pas loin non plus du fameux monastère de Likir, que nous découvrirons ce jour-là où le lendemain sur la route retour vers Leh. Nuit près du village de Yangthang (en campement ou en guesthouse).

Jour 5: Marche autour de Rizong et retour vers Leh - Nuit en guest house de charme dans les hauteurs de Leh (3500 m). 4-5 heures de marche

Autre journée de mise en jambe, dans cette vallée fertile, dominant l'Indus, où les champs d'orge donnent au paysage des couleurs chatoyantes. En chemin, nous pourrions rencontrer les ladakhis qui cultivent leur lopin de terre grâce à un admirable travail d'irrigation. Retour possible à pied vers Yangthang, où l'on rejoint la route et retour vers Leh. Visites possibles des monastères d'Alchi et de Likir ce jour-là.

Nous rejoignons le très touristique mais incontournable monastère d'Alchi. Tombé aux oubliettes pendant des siècles, ses peintures d'origine, datant des 11^{ème} et 12^{ème} siècles, ont été préservées des rénovations. Fondé par un disciple de Rinchen Zangpo, surnommé le 'Grand Traducteur' et formé au Cachemire voisin, les peintures reprennent le style et la finesse des traits des artistes Kashmiri; unique dans la vallée. N'oubliez pas vos lampes frontales! Nous poursuivons notre journée de visites pour découvrir d'autres exemples d'art bouddhiste tibétain moins connus des grands axes touristiques

Puis cette fin d'après-midi à Leh car demain nous partons pour le Rupshu. Souper et nuit en maison d'hôte à Leh.

NOTE : nous nous réservons la possibilité d'échanger ou de modifier un de ces 3 jours à Leh si nos dates tombent en période de festival monastique, de visite du Dalaï Lama, ou autre évènement majeur, afin que nous puissions y assister également.

Jour 6: Route de Leh vers lac Tso Kar – Rumtse (4227 m), nuit sous tente

Début des nuits en campement. Départ en matinée pour l'est de la vallée de l'Indus, en direction du Tibet. Visites possibles de monastères en matinée. Nous empruntons la route Leh-Manali qui longe l'Indus par des gorges resserrées où le paysage est magnifique. Nous pourrions nous poser à Upshi pour prendre un thé. Petites randonnées d'acclimatations en après-midi autour de Rumtse et en hauteur vers les shortens. Souper et nuit au camp. (route en matinée et marche l'après-midi jusqu'au campement).

Jusqu'à la fermeture des frontières entre le Tibet et l'Inde, les nomades du Rupshu allaient chercher le sel au Tibet et le revendaient dans l'ouest himalayen. Lorsque la frontière fut fermée, les Changpas découvrirent comme par miracle qu'il y avait un lac salé au Rupshu ! Depuis, les nomades convergent vers le lac au mois de septembre avec leurs moutons et leurs chèvres. Campement au lac Tso Kar (4500 m). Nous sommes ce soir 1000 mètres plus haut que la veille. Les effets de l'altitude se font donc sûrement sentir cette nuit ou demain. Évitez les efforts trop importants.



Jour 7: Rumtse – Nuruchan (4637 m) par le Tanglang La (5310 m), nuit sous tente

Départ en matinée. Nous quittons l'Indus, et la route commence à s'élever sérieusement. Les lacets se font de plus en plus nombreux, et bientôt la route rejoint les nuages à l'approche du Tanglang La. Ce col, le deuxième plus haut col carrossable du monde à 5310 mètres d'altitude, nous permet de nous acclimater selon l'adage: «monter haut, dormir bas». Ambiance garantie au col, mais pas trop d'efforts tout de même car nous poursuivons sereinement notre acclimatation.

La piste replonge ensuite, piquant vers le sud jusqu'à Pang, avant de bifurquer plein est en direction du lac Tso Kar par une bonne piste. Nous découvrons le lac Tso Kar, perdu au milieu des hauts plateaux tibétains, dans un paysage ouvert dominé par des montagnes enneigées. Un camp permanent se trouve auprès du lac, nous l'évitons pour nous installer sur un site plus calme à proximité du lac. (route en matinée et marche l'après-midi jusqu'au campement pour quitter définitivement nos chauffeurs).

Jour 8: Marche d'acclimatation autour du lac Tso Kar, village de Thukje (4500m). 2/3h de marche [+/-200m]

Journée volontairement calme pour favoriser notre acclimatation ainsi nous faisons une partie de chemin en jeep. Nous visitons le village nomade de Thukje qui est tout simplement déserté en période estivale. Nous pourrions tout de même visiter son petit temple dédié à Avalokestheshvara, le bodhisattva de la compassion. Balades autour du lac Tso Kar et rencontres avec les nomades s'ils ont établi des camps autour du Tso Kar. Souper et nuit au camp.

Les nomades Changpas vivent sous des tentes noires imperméables en laine de yak. Ils ne possèdent que leurs troupeaux de yaks, de chèvres et de moutons et tirent le plus clair de leur revenu de la laine. Des basses vallées, ils vont chercher des céréales, des étoffes, des épices, du sucre... En échange, ils apportent le sel, le beurre, le fromage, la viande, mais surtout la laine de leurs bêtes. Le duvet récolté entre les longs poils des chèvres, appelé pashmina, est descendu jusque dans la vallée du Kashmir, où il est admirablement tissé et vendu très cher en Occident ! Si nous ne rencontrons pas les nomades dès la région du Tso Kar, nous aurons l'occasion de les rencontrer dans quelques étapes. Il est souvent possible d'observer des oies et des canards sur les rives du Tso Kar, qui une fois la saison estivale terminée, redescendent dans la plaine indienne. Très fréquemment galopent autour du Tso Kar de grands troupeaux de Kyangs ou ânes sauvages du Tibet.

Jour 9: Trek entre Nuruchan et Rajunkaru (4900m). 5/6h de marche [+360m / -140m]

Nous entamons notre première journée de ce long trek en montant un vallon en pentes douces vers le col de Horlam à 4900 mètres. Nous redescendons jusqu'à la rivière que nous suivons jusqu'à l'arrivée à Rajunkaru. Nous maintenons un rythme tranquille pour cette première journée de marche. Souper et nuit au camp.



Jour 10: De Rajunkaru à Gyama (4900m) - 5/6h de marche [+670m / 470m]

Ce matin, nous remontons la vallée pour parvenir au passage du Kyamayuri La à 5400m, notre premier col au-delà de 5000 mètres avec une montée progressive et une courte approche finale plus raide. Descente dans la vallée pour atteindre notre camp situé à 4900 mètres. Dîner et nuit au camp.

Jour 11: De Gyama jusqu'au village de Korzok (4500m). 5/6h de marche [+295m / -820m]

Nous poursuivons notre marche en direction du lac Tso Moriri. Montée en direction du col Yalung Nyau d'où enfin une partie de ce lac immense se dévoile, gigantesque, donnant la mesure du trek qui nous attend! Nous traversons quelques fois la rivière. En descendant nous passons à Korzok Phu, 'phu' désigne l'eau, soit les points d'eau où sources, qui approvisionnent le village en dessous. Endroit enchanteur dans les pâturages, souvent fréquentés par les nomades et leurs troupeaux de yacks. Nous atteignons le village de Korzok dont le camp n'est guère attirant... Peu importe, le village et le panorama au soleil couchant valent le déplacement. Souper et nuit au camp.

Jour 12: Korzok Pho – Korzok (4553 m) – Tso Moriri - Leh.

2h à 3h de marche

Dernière journée du trek. Petite randonnée le long de la rivière et visite de monastère et du village. Possibilité d'approcher le lac Tsomoriri. Puis route retour par la piste jusque Leh en fin de journée. Souper et nuit en auberge sur les hauteurs de la petite capitale du Ladakh.

Jour 13: journée libre à Leh.

Journée libre et dernières visites. Selon les horaires du vol international : vol intérieur retour Leh – Delhi ce jour ou le lendemain.

Jour 14 : vol retour Leh - Delhi – Montréal

Vol retour vers Montréal prévu dans la nuit généralement. (Mais selon les horaires de vol, nuit possible à Leh la veille et vol intérieur le jour 14).

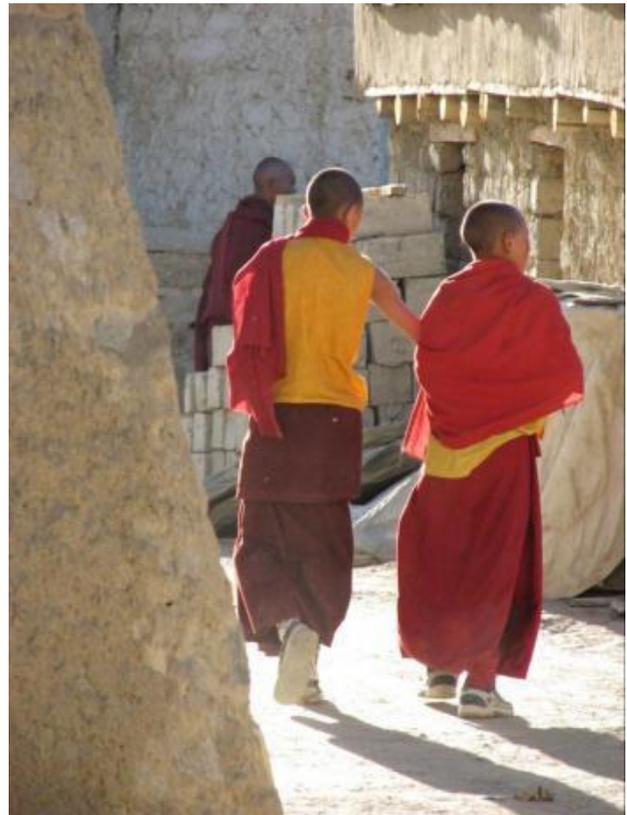
Jour 15 : Arrivée au Québec

Arrivée à Montréal en matinée, horaire variable selon les compagnies.

(Attention au poids de votre bagage en soute : maximum 15kg demandé par les compagnies des vols intérieurs)

(Prolongez votre voyage ? C'est possible, découvrez nos extensions optionnelles au bas du document :

- Ascension du Stok Kangri (6153 mètres)
- Escapade au Taj Mahal)



Tarifs

2 790.00 \$

Supplément petit groupe :

Si groupe composé seulement de 8 à 11 participants : **+110\$ TTC / personne**

Si groupe composé seulement de 6 à 7 participants : **+420\$ TTC / personne**



Budget à prévoir pour chaque participant :

- Portion terrestre (selon le nombre final de participant)
- Billets d'avion : environ 1800\$ pour l'aller-retour Montréal – Delhi
- Assurances entre 50\$ et 550\$ selon le montant assuré, l'âge du participant, et ce qui est couvert (frais médicaux seulement, multirisques). Non obligatoire si le participant est déjà couvert (preuve d'assurance obligatoire dans ce cas).
- Pourboires à l'équipe locale : environ 150\$us
- Pourboire au guide Karavaniers : entre 7\$cad et 12\$cad/jour
- Équipement : tout dépend de ce que chaque participant possède mais si vous êtes déjà adepte de la randonnée dans notre région, vous êtes déjà bien équipé. Consultez notre liste d'équipement.
- Vos dépenses personnelles (boissons, souvenirs)
- Votre visa indien (100us\$)

Nos prix comprennent

- Tous les transferts et transports en véhicule privé prévus au programme.
- Le vol intérieur Delhi – Leh aller-retour.
- Tous les hébergements, base chambre double, en pension complète à Leh.
- L'encadrement par un guide de montagne ladakhi ou zanskari.
- L'encadrement par un guide Karavaniers francophone.
- L'assistance d'une équipe de muletiers, de leurs mules et d'un cuisinier pour le trek. Les tentes larges pour 2 personnes.
- Une tente mess, une tente toilette et une tente cuisine. Le matériel de cuisine et une pharmacie collective pour le trek.
- La compensation d'émission de gaz à effet de serre.
- Un sac de voyage de marque Sherpa, gracieuseté de Karavaniers.
- Une sortie de groupe préparatoire et d'évaluation (1 jour), en randonnée pédestre, avec un guide Karavaniers, dans le parc de la Gaspésie
- Une première séance d'information et recrutement, donné par un membre de l'équipe Karavaniers en collaboration avec la fondation ainsi qu'une rencontre pré-départ donnée par un guide Karavaniers (pour les participants seulement)
- Votre participation " 1% pour la planète". En voyageant avec Karavaniers, vous venez d'encourager de nombreux projets environnementaux en supportant cet organisme. 1% pour la planète est un mouvement mondial composé de plus de 1 300 entreprises membres qui ont choisi, comme Karavaniers, de donner 1 % de leur chiffre d'affaires à des associations de préservation de l'environnement.

Nos prix ne comprennent pas

- Les boissons et dépenses personnelles.
- Vos affaires personnelles et les pourboires éventuels.
- Les frais de visa
- Tous les frais résultants de cas de force majeure ne peuvent pas être imputables à l'agence Karavaniers (conditions météorologiques défavorables, problème géopolitique...).
- Le transport aérien (international et local- sauf mention contraire).
- Les frais de contribution au Fonds d'indemnisation de l'Office de la protection du consommateur, lesquels sont fixés à 0,1% sur la valeur des services rendus : billet d'avion et coût du circuit. Cela représente un montant de 1\$ par tranche de 1000\$
- TPS et la TVQ quand applicables (voyage au Canada seulement)
- Les taxes d'aéroport internationales (pays visité)
- Les surtaxes aériennes en cas d'excédent de bagages ou de hausse carburant
- Frais de dossier de 50\$ par personne, par voyage
- Les assurances
- Les vaccins
- Les frais de visas lorsque requis dans le pays visité
- Toute dépense extraordinaire non prévue au programme

NOTE : le transport aérien et les assurances voyages ne sont pas inclus dans le prix du voyage. Toutefois nous vous encourageons fortement à acheter votre billet d'avion ET votre police d'assurance voyage par l'entremise de Karavaniers. Un imprévu ou toute situation d'urgence forçant votre retour, la modification de votre itinéraire de vol, ou impliquant des soins d'urgence sera ainsi beaucoup plus facile à gérer par notre équipe que par vous-même...

Information pratique pour un voyage en Inde

Climat:

Le Ladakh connaît seulement deux saisons: une saison estivale et une saison hivernale.

L'hiver est très long puisqu'il commence dès octobre et s'achève en mai. Les températures peuvent descendre jusqu'à - 30°C en vallée, avec des chutes de neige en montagne mais généralement peu en vallée.

L'été est court puisqu'il est concentré sur juillet et août, et le climat est très sec et aride car la chaîne himalayenne située au Sud bloque les nuages de mousson. En vallée, les températures estivales peuvent monter jusqu'à 35°C/40°C la journée et descendre à 10°C la nuit.

Hébergement:

Hôtel confortable de charme de style ladakhi à Leh. En trek: tente pour 2 personnes, tente mess et tente toilette.

Nourriture:

Le plus court chemin pour sonder le cœur d'une culture, si complexe soit-elle, consiste sans doute à partir à la découverte de sa cuisine. Pour vous permettre de découvrir le mode de vie du pays, nous vous faisons systématiquement goûter la cuisine locale, qui, même aménagée pour nos papilles occidentales, peut parfois surprendre ! La cuisine indienne et ladakhie seront agrémentées de plats occidentaux.

Si la cuisine indienne produit une quantité de plats différents rarement égalée, les céréales, que ce soit le riz dans l'Inde du Sud, ou le blé (sous forme de roti, pains plats et ronds) en Inde du nord, constituent la base de tout repas. Invariablement accompagnées de dhal (purée de lentilles) et de sabzi (légumes), elles sont, selon les circonstances, agrémentées de viande ou de poisson. Au-delà de ces denrées fondamentales, les combinaisons sont infinies.

Au Ladakh la farine cuite d'orge, la Tsampa, est la base de l'alimentation. Elle est mélangée au thé au beurre, à la soupe, au petit-lait, au chang, au yaourt, au fromage frais ! Le blé se consomme en fines galettes qui rappellent les chapatis indiens. Il sert aussi à confectionner des pâtes fraîches. Beaucoup d'aliments importés du Kashmir et d'Himachal Pradesh entrent petit à petit dans les mœurs, et notamment le riz et le sucre.

Encadrement:

Nous travaillons sur ce voyage avec une équipe ladakhie de Leh fidèle. Le trek débute bien au Ladakh et se termine en Himachal Pradesh, ce qui implique une logistique assez compliquée. Nos groupes partent donc avec une équipe mixte himachali-ladakhi et nous profitons de leur savoir faire dans ces deux régions différentes. L'équipe de muletiers vient le plus souvent de la région au Nord de Manali, car c'est là que l'on trouve les bêtes les plus performantes.

Sur cet itinéraire, nous avons besoin d'un bon muletier et de bêtes en forme, c'est un point important. Quant au cuisinier, il est le plus souvent népalais, car les Népalais sont réputés à raison comme étant les meilleurs «cooks» de l'Himalaya; c'est bien connu!

Le guide local ladakhi est assisté par un accompagnateur francophone expérimenté dont l'expérience et la connaissance du terrain sont le gage d'un voyage réussi.

Transport: privé.

Bon à savoir :

Pourboires:

Libre à chacun de participer ou non, mais l'expérience montre que le budget à prévoir est de l'ordre de 150 \$ par participant (gardez des petites coupures, en dollars US). Ceci ne constitue naturellement qu'un simple repère. Chacun est libre d'agir à sa guise. Dans les restaurants, les hôtels ou les Guest Houses (auberges), les pourboires tendent à se généraliser, et sont d'environ 10% du montant à payer.

Permis et formalités

Karavaniens remplit toutes les formalités et prend entièrement en charge les permis de trekking ainsi que l'entrée dans les parcs nationaux. En revanche, l'obtention du visa est de votre ressort (voir ci-dessous).

Sécurité

La sécurité est notre objectif majeur, quels que soient la région, le terrain et le niveau de difficulté de votre voyage. C'est pourquoi nous emportons sur ce voyage un caisson hyperbare, dont le guide aura la responsabilité. L'itinéraire a été conçu de manière à limiter à leur minimum les risques liés à l'altitude, et l'encadrement volontairement renforcé étant donné le relatif isolement de cette région.

Formalités pour ce voyage

Formalités administratives :

Visa Inde

- Visa requis à obtenir avant départ

Obtenu désormais par Internet: <http://www.blsindia-canada.com/touristvisa.php> ou

100 \$ de frais pour visa

Remplir le formulaire en ligne.

Si vous visiter le Ladakh, important de le spécifier à la question "lieux visités".

• Les passeports canadiens doivent être en parfaite condition. Si votre passeport est déchiré, qu'il manque des coins, que la couverture ou l'intérieur est endommagé par l'eau ou qu'il est taché, il se pourrait que le transporteur aérien ou le service de l'immigration du pays hôte ne l'acceptent pas. On pourrait vous refuser l'accès à bord et les employés du service de l'immigration pourraient vous empêcher d'entrer au pays. Le cas échéant, il est recommandé de demander un nouveau passeport avant de partir en voyage. • Vous devez toujours vérifier si les modalités ont changé pour l'obtention de visas, vous pouvez vous référer au site MAE : http://www.voyage.gc.ca/countries_pays/menu-fra.asp. Karavaniens se dégage de toute responsabilité si votre entrée dans ce pays vous est refusée.

Santé :

Santé Inde

Vaccins généralement recommandés : Rappel diphtérie et polio, Hépatite A et B, fièvre typhoïde et mise à jour de la vaccination régulière du Québec Vaccins possiblement nécessaires pour groupes particuliers, ex : encéphalite japonaise, méningocoque, choléra, etc... Vaccin contre la fièvre jaune pourrait être exigé afin d'entrer dans ce pays. Médication pour la malaria est nécessaire pour plusieurs régions du pays. Conseils de prévention importants contre certaines maladies potentiellement mortelles. Cependant, seule une consultation complète en Santé Voyage pourra définir ce qui est vraiment nécessaire pour vous.

Karavaniens vous propose une assurance efficace!

Veillez vérifier que vous êtes bien couvert par vos assurances à propos des aspects ci-dessous :

- Soins médicaux d'urgence et rapatriement incluant le sauvetage en hélicoptère
- Annulation et interruption de séjour
- Bagages
- Accident de voyage

Si ce n'est pas le cas, nous proposons la nôtre et ses trois formules :

- Forfait PLUS tout compris : qui couvre tous les aspects ci-dessus
- Forfait PLUS non médicale : qui couvre tous les aspects ci-dessus sauf les frais médicaux
- Soins médicaux seulement

Il faut penser à acheter ses assurances annulation et interruption le même jour que ses billets d'avion pour vous assurer d'être couvert.

Contactez-nous à ce sujet !

Pour aller plus loin

Présentation du Ladakh :

« Jule ! Jule ! » C'est ainsi que les Ladakhis accueillent les visiteurs avec le sourire. Cette vaste région de culture bouddhiste, avec ses hauts paysages secs et désolés, constitue une extension du Tibet, tant d'un point de vue géographique que culturel.

Langues et religions

Le Ladakhi est une forme traditionnelle de Tibétain. La seconde langue la plus usitée est l'Ourdou (proche du Hindi), parlée par les musulmans. La communauté religieuse la plus importante est celle des bouddhistes.

Société ladakhie

La culture ladakhie traditionnelle est caractérisée par une grande sérénité. Les Ladakhis opposent à la rudesse, aux difficultés de la vie quotidienne, un courage et une ténacité, une bonne humeur qui d'emblée les rendent sympathiques. Les Ladakhis sont en majorité des sédentaires. Paysans et artisans, ils vivent dans les oasis, le long des torrents qui descendent des glaciers et irriguent leurs champs d'orge, de luzerne et de blé. Ils construisent des maisons de brique de boue crue, martèlent des bols de métal, filent et tissent des robes de laine. S'ils ont délaissé la vie pastorale à temps plein, ils restent des nomades dans l'âme, et n'hésitent pas à parcourir des distances considérables pour assister aux fêtes données dans les monastères ou pour commercer pendant quelques mois par an.

Les nomades ou champas, bergers et caravaniers, parcourent les steppes des hauts plateaux à la recherche de pâturages pour leurs troupeaux (yaks, moutons et chèvres) ou pour commercer. Ils sont les seuls habitants du Rupshu. Ces errants du Ladakh ne possèdent rien ou presque rien, hormis leurs troupeaux et tirent le plus clair de leur revenu de la laine. Dans les basses vallées, ils vont chercher des céréales, des étoffes, des épices ou encore du sucre. En échange, ils apportent le sel qu'ils ramassent au bord des lacs salés, mais aussi le beurre, et surtout la laine de leurs bêtes. Le duvet récolté entre les longs poils de chèvre, appelé pashmina, est descendu jusque dans la vallée du Cachemire, où il est admirablement tissé et vendu très cher en Occident. Les habitants de ces hautes terres n'ont pas la vie facile : le travail est dur et intense pendant les quatre mois d'été et l'hiver est rude et long.

Comme l'ensemble des sociétés tibétaines, la société ladakhie est quadripartite, c'est-à-dire composée de quatre strates sociales :

- strate royale
- strate aristocratique
- strate des « gens ordinaires », l'essentiel de la population, composée d'agriculteurs, éleveurs, artisans et spécialistes religieux laïques : astrologues, médiums, médecins guérisseurs
- strate des forgerons et des musiciens

Ces strates pratiquent l'endogamie (le fait de se marier au sein de sa strate) et de nombreux interdits concernent la strate la plus basse dans la hiérarchie, relatifs à la nourriture, aux relations sexuelles ou au lieu de résidence. La polyandrie (mariage d'une femme avec plusieurs frères), méthode traditionnelle de mariage dans tout le monde tibétain, de façon à ne pas diviser les terres familiales, est de moins en moins pratiquée. Concernant la communauté monastique, le critère de hiérarchie n'est pas fondé sur l'hérédité, c'est-à-dire selon le système des strates sociales, mais sur le « mérite ». Les moines dépendent des monastères au sein desquels ils ont reçu leur éducation religieuse, pris leurs vœux et été ordonnés. Malgré la prééminence du moine sur le plan religieux, il n'est pas le seul spécialiste à exercer : les villages ladakhis comptent parmi la population laïque des astrologues, des médecins guérisseurs (Amchi) et des médiums.

Le Bouddhisme au Ladakh : le Lamaïsme

Le Bouddhisme fut introduit au Ladakh via le Cachemire au début de l'ère chrétienne mais n'atteignit que l'élite et il fallut attendre le 10e siècle pour que le bouddhisme tibétain, le lamaïsme, connaisse un grand essor et soit largement diffusé dans toutes les couches de la société grâce à l'appui des souverains locaux.

Depuis, le lamaïsme, terme soulignant le rôle éminent joué par le maître spirituel, le lama, y est fermement établi avec de nombreux monastères et une population d'environ 2000 membres aujourd'hui (3,5% de la population bouddhiste).

L'église lamaïque, élément essentiel de la société ladakhie, entretient des liens étroits avec la communauté des laïcs, qui lui sert de base de recrutement et lui assure un soutien matériel (donations). L'originalité du lamaïsme tient surtout en l'appropriation des croyances et des pratiques magiques ancestrales du monde tibétain. De nombreux éléments de rites et de la symbolique bön (la religion ancestrale du Tibet) ont été assimilés dans le lamaïsme, ce qui explique la masse de déités aux allures féroces, à l'origine des démons de la religion bön, qui sont propres au panthéon tibétain.

Monastères

Le Lamaïsme comprend quatre grandes écoles : Kagyupa, Sakyapa, Nyingmapa (Bonnets Rouges), et Gelukpa (Bonnets Jaunes). Au Ladakh, la plupart des monastères appartiennent aux ordres Nyingmapa et Gelukpa (dirigé par le Dalaï Lama). Il n'existe aucun esprit de compétition ni d'antagonismes entre ces ordres. Les monastères sont désignés sous le nom de « gompa ». Souvent bâti au voisinage d'un village, seule sa position en hauteur marque la distance qui le sépare du monde des villageois avec lequel il entretient des relations étroites et quotidiennes.

Tous les grands monastères comprennent un Dhukhang (salle d'assemblées), un Lhakhang, « Maison des Dieux », chapelle réservée à la divinité principale, et des cellules d'habitation. Le Dhukhang est la pièce la plus vaste, équipée de coussins et de tables basses ou les moines s'installent pendant les prières et les cérémonies. Dans les petits monastères, une seule pièce peut servir de salle de réunion et de chapelle. La plupart du temps, il y a à l'entrée une iconographie représentant la Roue de la Vie et à l'intérieur une statue du Bouddha est entourée de disciples ou de gardiens. Moines et fidèles s'y réunissent à l'occasion des grandes fêtes du calendrier lamaïque



Votre contact spécialiste

Christine Plaisant

Tél : 514 395 4391 poste 104

Christine a travaillé plusieurs années en France dans l'organisation de voyages d'aventure et chargeait dès que possible son sac à dos pour découvrir le monde à son rythme tranquille, de la Patagonie mythique aux vallées népalaises. À la rencontre des peuples turcs, arméniens, perses, kirghizes, nomades, en passant par les palais oubliés du Gujarat ou les sites millénaires de Jordanie. Dans ses rêves, il y a celui de traverser la Russie en transsibérien l'hiver, de fouler les terres du Kamchatka, de reprendre la conversation avec ces iraniennes autour d'un thé, de retourner à Istanbul quelques années contempler le Bosphore, frontière imaginaire qui sépare son Europe natale du continent asiatique qui la fascine : les steppes kirghizes, les bazars d'Ispahan, les villages de Tushetie... Rêveuse mais consciencieuse, Christine a les yeux qui brillent malgré elle en parlant de voyage. Et si elle est absente du bureau, c'est qu'elle est avec son sac à dos et que le besoin de sentir des épices s'est fait trop fort, elle est sûrement dans un marché au Moyen-Orient, une ruelle de souk d'Afrique du nord, une vallée cachée en Himalaya ou dans les steppes d'Asie centrale ! Soyez-en sûr, elle sera « aux petits soins » avec vous.

Ascension du Stok Kangri, le toit du Ladakh 4 jours supplémentaires :

Jour 13: journée libre à Leh.

Journée libre et dernières visites avec tout le groupe.

Départ d'une partie des voyageurs pour le vol retour vers Delhi (ou lendemain).

Préparatifs pour les prochains grimpeurs, qui se dirigeront le lendemain vers le point culminant du Ladakh : le Stok Kangri.

Jour 14: Leh – Stok – Mancarmo (4250m)

Départ en matinée par la route vers le sud jusqu'au petit village de Stok. Puis départ de l'expédition.

Montée graduelle dans un paysage fabuleusement minéral. Gorge étroite, puis paysage lunaire qui abrite quelques derniers groupes d'arbustes. Le sentier continue à s'élever sur le flanc de la montagne et s'ouvre vers une vallée transversale. Puis débouche sur un vallon magnifique, large et plat, avant que la pente de nouveau, s'accroisse, toujours dans un paysage incroyable. Seuls habitants : marmottes et "blue sheeps", entourés par les hautes montagnes.

Nuit au campement de Mancarmo (4250m).

4-5 heures de marche.

Jour 15: Mancarmo – Base Camp (5020m)

Ce matin nous continuons dans la vallée qui remonte longeant le petit ruisseau jusqu'à notre camp de base (5020m) avancé qui se niche sur les moraines frontales du glacier.

3-4 heures de marche.

Jour 16: Base Camp – sommet : 6153 mètres – Base Camp (5020m)

Longue journée aller-retour mais simplement magique. Aborder ce sommet. Pic plus haut que tous les sommets d'Europe et d'Amérique du Nord ! Nous approcherons plus ou moins obliquement le glacier selon son état (en neige ou non / encordé ou non). Une fois en haut de la moraine, le spectacle est grandiose. Il faudra peut-être ajuster nos crampons pour les quelques derniers mètres du sommet.

Descente en s'accommodant des pentes enneigées et des panoramas à 360° plein les yeux. Nuit au camp de base.

10-11 heures de marche (6h de montée quand déjà acclimaté et 4h de descente)

Jour 17: Base Camp – Stok – route pour Leh

Sentier retour jusqu'au petit village de Stok. Route jusque Leh : retrouvaille avec notre petite auberge de charme au cœur des peupliers si emblématiques des plaines du Ladakh.

4-5 heures de marche.

Jour 18 : vol retour Leh - Delhi – Montréal

Vol retour vers Montréal prévu dans la nuit généralement.

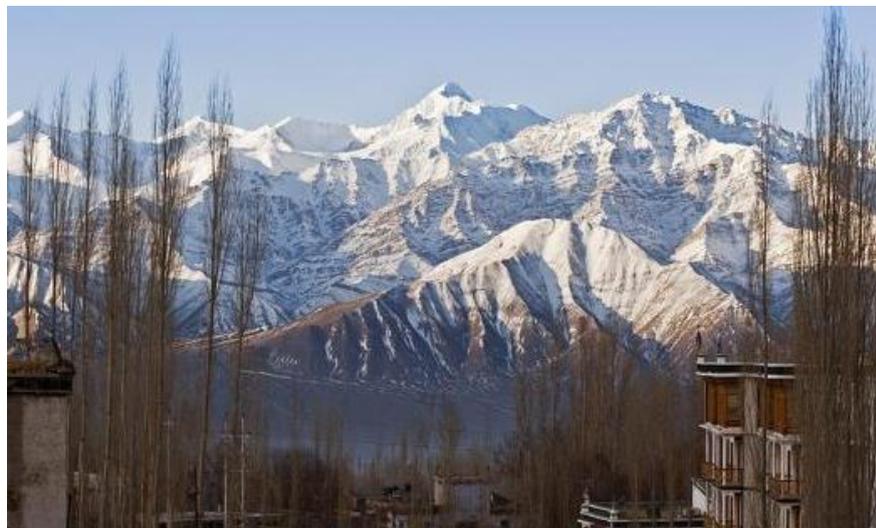
(Mais selon les horaires de vol, nuit possible à Leh la veille et vol intérieur le jour 19).

Jour 19 : Arrivée au Québec

Arrivée à Montréal en matinée, horaire variable selon les compagnies.

Attention acclimatation : Karavaniers tient à clarifier un point essentiel quant à la durée de cette ascension.

Grimper le Stok Kangri en 4 jours aller-retour n'est possible sécuritairement parlant qu'en ayant assuré une acclimatation suffisante auparavant très récente. Cela est le cas de votre trek dans le Rupshu en groupe qui précède cette ascension et qui vous aura amené à plusieurs paliers au-dessus de 4000 et 5000 mètres.



Tarif – Extension : Ascension du Stok Kangri : 790.00 \$*

*Si groupe composé de minimum 5 grimpeurs

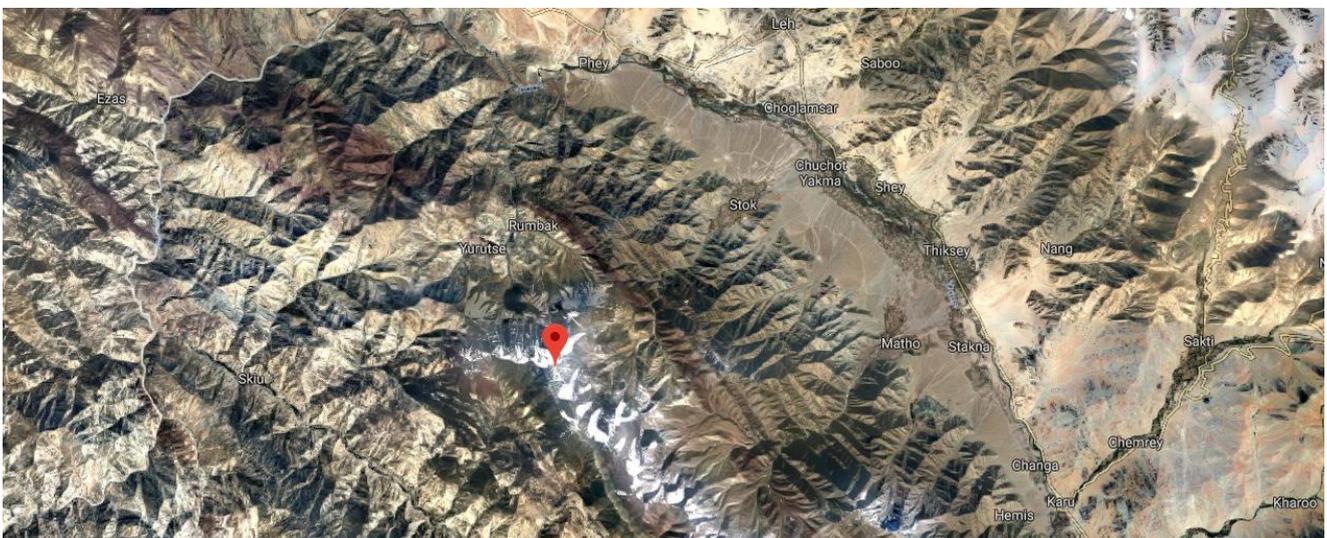
Si groupe composé seulement de 3 à 4 participants : **+310\$ TTC / personne**

Nos prix comprennent

- Tous les transferts et transports en véhicule privé prévus au programme.
- Tous les hébergements, base chambre double, en pension complète à Leh.
- L'encadrement par un guide de montagne ladakhi ou zanskari.
- L'encadrement par un guide Karavaniers francophone.
- L'assistance d'une équipe et d'un cuisinier pour le trek. Les tentes larges pour 2 personnes.
- Une tente mess, une tente toilette et une tente cuisine. Le matériel de cuisine et une pharmacie collective pour le trek.
- Votre participation " 1% pour la planète". En voyageant avec Karavaniers, vous venez d'encourager de nombreux projets environnementaux en supportant cet organisme. 1% pour la planète est un mouvement mondial composé de plus de 1 300 entreprises membres qui ont choisi, comme Karavaniers, de donner 1 % de leur chiffre d'affaires à des associations de préservation de l'environnement.

Nos prix ne comprennent pas

- Les boissons et dépenses personnelles.
- Vos affaires personnelles et les pourboires éventuels.
- Les frais de visa
- Tous les frais résultants de cas de force majeure ne peuvent pas être imputables à l'agence Karavaniers (conditions météorologiques défavorables, problème géopolitique...).
- Le transport aérien (international et local- sauf mention contraire).
- Les frais de contribution au Fonds d'indemnisation de l'Office de la protection du consommateur, lesquels sont fixés à 0,1% sur la valeur des services rendus : billet d'avion et coût du circuit. Cela représente un montant de 1\$ par tranche de 1000\$
- TPS et la TVQ quand applicables (voyage au Canada seulement)
- Les taxes d'aéroport internationales (pays visité)
- Les surtaxes aériennes en cas d'excédent de bagages ou de hausse carburant
- Les assurances
- Les vaccins
- Les frais de visas lorsque requis dans le pays visité
- Toute dépense extraordinaire non prévue au programme



Escapade Taj Mahal

Jour 13: journée libre à Leh

Journée libre et dernières visites.
Selon les horaires du vol international : vol intérieur
retour Leh – Delhi ce jour ou le lendemain.
Possiblement Nuit à Leh.

Jour 14: Leh / Delhi - Agra

Certains quitteront aujourd'hui le voyage : vol avec eux jusque
Delhi. (Selon les horaires du vol international : vol intérieur
retour Leh – Delhi ce jour ou la veille).

Pour ceux qui choisissent de découvrir le Taj Mahal :
Vol pour Delhi et continuation jusque Agra par la route
et dans ce cas, nuit à Agra.

Jour 15 : Agra – Fatephur Sikri - Jaipur

Visite du Taj Mahal, splendide bijou d'architecture et
vestige qui raconte l'Histoire de tout un patrimoine. Puis
route pour Jaipur : le cœur du Rajasthan, pour 2 nuits. En
route : arrêt pour découvrir la célèbre cité de Fatephur
Sikri.

Jour 16: Jaipur

Visites de Jaipur, la citadelle, les palais, le centre-ville, les
marchés et temps libre.

Jour 17 : retour Delhi et vol pour le Québec

Sur la route retour : profitons de découvrir le palais de
Amber qui domine la cité. Matinée de visites, puis route
retour pour Delhi et direction l'aéroport pour votre vol
retour.

Jour 18 : Arrivée au Québec



Tarif – Extension : Escapade au Taj Mahal : 780.00 \$*

*Si groupe composé de minimum 4 voyageurs

Nos prix comprennent

- Tous les transferts et transports en véhicule privé prévus au programme.
- Tous les hébergements, base chambre double, en hôtel avec déjeuner inclus.
- L'encadrement par un guide de local anglophone.
- Un chauffeur privé.
- Votre participation " 1% pour la planète". En voyageant avec Karavaniers, vous venez d'encourager de nombreux projets environnementaux en supportant cet organisme. 1% pour la planète est un mouvement mondial composé de plus de 1 300 entreprises membres qui ont choisi, comme Karavaniers, de donner 1 % de leur chiffre d'affaires à des associations de préservation de l'environnement.

Nos prix ne comprennent pas

- Les boissons et dépenses personnelles, ainsi que tous vos repas dès le jour 14.
- Vos affaires personnelles et les pourboires éventuels.
- Les frais de visa, assurances, visas, vaccins.
- Les entrées dans les sites.
- Les frais de contribution au Fonds d'indemnisation de l'Office de la protection du consommateur, lesquels sont fixés à 0,1% sur la valeur des services rendus : billet d'avion et coût du circuit. Cela représente un montant de 1\$ par tranche de 1000\$
Toute dépense extraordinaire non prévue au programme