



Audan Trekking & Expedition  
[www.audantrek.ch](http://www.audantrek.ch)



## Trekking vallée du Langtang 2026

12 jours en lodge dès une personne

### Jours 1 et 2 Vol et arrivée à Katmandou

Accueil à l'aéroport par l'équipe **Audan Trekking** puis transfert à l'hôtel et temps libre. Rendez-vous pour la présentation des personnes qui vous accompagneront, explications et recommandations par le guide ou responsable de l'agence du programme concernant le trekking. Etablissement des permis.

Type d'hébergement : **Hôtel Marshyangdi ou similaire** nuit avec petit-déjeuner

### **Jour 3 Katmandou - Dunche (2010m)**

Longue route en bus privatisé pour Dhunche (2010m), point de départ de la marche d'approche. Jusqu'à Trisuli Bazaar (540m) la route n'est pas trop en mauvais état mais elle peut le devenir ensuite notamment après de forte pluie.

Petit déjeuner, déjeuner et dîner inclus.

**Heures de route : env. 5h**

Type d'hébergement : **en lodge**

### **Jour 4 Dunche - Thulo Syabru (2240m)**

Nous marchons à travers forêts et cultures en terrasses pour rejoindre Syabru (2240m), beau village accroché à une ligne de crête qui sépare la Langtang Khola de la Trisuli River. Le campement et sa vue superbe sur le Langtang Lirung (7225m) se trouve une quinzaine de minutes plus loin.

Petit déjeuner, déjeuner et dîner inclus.

**Heures de marche : 5h30 Dénivelé + : 500 m Dénivelé - : 250 m**

Type d'hébergement : **en lodge**

### **Jour 5 Thulo Syabru - Lama Hotel (2480m)**

Après avoir traversé une rivière nous marchons pendant deux heures sur un "plat népalais" (succession de montées et de descentes) dans une forêt subtropicale souvent humide, et dans laquelle il est parfois possible d'observer des singes. Nous rejoignons la Langtang Khola que nous traversons à l'aide d'un pont suspendu. Ensuite, c'est par une montée assez raide d'une heure que nous atteignons le village de Ramche (2440m). Une demi-heure plus loin, nous rejoignons Lama Hotel (2480m), petit hameau situé au milieu de la forêt.

Petit déjeuner, déjeuner et dîner inclus.

**Heures de marche : env. 5h Dénivelé + : 700 m Dénivelé - : 200 m**

Type d'hébergement : **en lodge**

#### **Jour 6** Lama Hotel - Langtang (3410m)

Après une heure de marche assez facile en forêt, la vallée s'élargit, dominée par le Lantang Lirung (7225m). Une heure et demie plus tard nous arrivons à Ghoratabela (3020m). Le chemin grimpe en pente douce et en deux heures nous atteignons le village de Langtang (3410m) dont les habitants sont essentiellement d'origine tibétaine. A l'horizon nous apercevons les pentes enneigées du Ganchenpo (6387m).

Petit déjeuner, déjeuner et dîner inclus.

**Heures de marche : 5h30** Dénivelé + : **1100 m** Dénivelé - : **200 m**

Type d'hébergement : **en lodge**

#### **Jour 7** Langtang - Kyanjin Gompa (3860m)

Journée de marche volontairement réduite dans le seul but de parfaire votre acclimatation au-dessus de 3500m. Nous passons les villages de Mund et Singdum puis la montée relativement facile se poursuit jusqu'à la Tajar Chu que nous traversons juste avant d'arriver à Kyanjin Gompa (3860m) au pied du Langtang Glacier. Kyanjin Gompa sert surtout de pâturage d'été aux troupeaux de yacks dont le lait alimente la fromagerie installée ici depuis de nombreuses années.

Petit déjeuner, déjeuner et dîner inclus.

**Heures de marche : 3h** Dénivelé + : **500 m** Dénivelé - : **150 m**

Type d'hébergement : **en lodge**

#### **Jour 8** Kyanjin Ri (4350m) ou Yala Peak(5520m)

Montée facultative au sommet du Kyanjin Ri (4350m), magnifique belvédère sur la haute vallée du Langtang et sur les sommets environnants : Langtang Lirung (7225m), Yansa Tsenji (6575m), Ganchenpo (6387m)...

Petit déjeuner, déjeuner et dîner inclus.

**Heures de marche : 5h** Dénivelé + : **620 m** Dénivelé - : **620 m**

Type d'hébergement : **en lodge**

#### **Jour 9** Kyanjin Gompa (3860m) - Lama Hotel (2480m)

Retour à Lama Hotel par le même itinéraire qu'emprunté à la montée.

Petit déjeuner, déjeuner et dîner inclus.

**Heures de marche : 6h** Dénivelé + : **200 m** Dénivelé - : **1450 m**

Type d'hébergement : **en lodge**

**Jour 10** Lama Hotel - Syabru Besi (1460m)

Continuation de la descente jusqu'à Syabru Besi (1460m).

Petit déjeuner, déjeuner et dîner inclus.

**Heures de marche : 5h** Dénivelé + : **200 m** Dénivelé - : **1100 m**

Type d'hébergement : **en lodge**

**Jour 11** Syabru Besi - Katmandou (1340m)

Longue route de retour vers Katmandou selon le temps restant visites

Petit déjeuner et déjeuner inclus.

**Heures de route : env. 5h**

Type d'hébergement : **Hôtel Marshyangdi ou similaire** nuit avec petit-déjeuner

**Jour 12** Vol Katmandou-Genève ou Zurich

**Vol de retour pour la Suisse** Temps libre en fonction de l'heure de départ de l'avion.

Accompagnement par une personne de l'équipe **Audan trekking** en véhicule à l'aéroport international de Katmandou