Audan Trekking & Expedition

www.audantrek.ch

Trekking Solidaire 2024

18 jours dès une personne chez l'habitant

Jours 1 et 2 ***Vol pour Katmandou***
Accueil à l'aéroport par l'équipe **Audan Trekking** puis transfert à votre 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.

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

Jour 3 ***Katmandou-Tumlingtar- Kandbhari***
Vol pour Tumlingtar et poursuite en jeep jusqu'à ***Kandbhari (1040m)*** Petit bourg, chef-lieu du district de **Sankhuwasabha**. Préparation du trekking, nourriture, matériel pour les porteurs et derniers achats personnels selon les besoins.
45min. de vol et 30 min. de route

Type d'hébergement : **en lodge**

Jour 4 ***Kandbhari-Imchung***
Chemin de crête en traversant des villages avec des habitations de chaque côté où l'on peut observer des autochtones vivant la vie de tous les jours, vue plongeante sur la vallée de l'Arun. Parcours à flan de coteau à travers les cultures, principalement des rizières. Arrêt pour la nuit chez l'habitant à ***Imchung (1500m)***
6 de marche

Type d'hébergement : **chez l'habitant**

Jour 5 ***Imchung- Waleng***
On continue à descendre par palier jusque dans la vallée de l'Arun, alternant les cultures et des vallons boisés. Passage du pont sur l'Arun à ***Tombe(500m)*** ensuite nous longeons la rivière jusqu'à un passage à gué d'une rivière latérale, puis arrêt à ***Pikhuwa (600m)*** pour le repas de midi**.** Cette grande rivière vient du Tibet et traverse la chaîne himalayenne. Montée raide en escaliers suivant les terrasses des rizières jusqu' à ***Waleng (1600m)*** Arrêt pour la nuit dans une famille l'ethnie Rai.
7h de marche

Type d'hébergement : **chez l'habitant**

Jour 6 ***Waleng-Yangden- Gontala***
Passage d'une crête et un petit col à 2000 m, descente assez glissante, prudence jusqu' à ***Yangden (1500 m)*** C'est dans ce village de l'ethnie Rai que nous finançons les familles pour la scolarisation des enfants et que nous avons également reconstruit l'école qui était en ruine. Petite montée à ***Gontala (1900 m)*** et nous voilà arrivé en pays Sherpa (ethnie)
6h de marche

Type d'hébergement : **chez l'habitant**

Jour 7 ***Gontala-Dobatak***
Traversée vers ***Dobatak(2000m)*** visite de la grotte de Gourou Rinpoché qui selon la croyance locale est l'entrée du territoire sacré de Kembhalung !
3h de marche

Type d'hébergement : **chez l'habitant**

Jour 8 ***Dobatak-Saisima***
Montée raide jusqu'à ***Saisima (2500 m)*** Entrée dans le parc national Barun-Makalu, et traversée une forêt vierge avec de beaux arbres séculiers pour le village natal de Tendi et de sa famille. Son père Khamsu est le fondateur d'**Audan Trekking** au Népal.
3h de marche

Type d'hébergement : **chez l'habitant**

Jour 9 ***Saisima***
Journée de repos et visite de la gompa, petit temple bouddhiste tenu par des nonnes paysannes qui vous accueillerons chaleureusement donc une nouvelle nuit à ***Saisima (2500m)***
Jour de repos !

Type d'hébergement : **chez l'habitant**

Jour 10 ***Saisima-Gontala***
Retour par le même chemin eu passant par Dobatak jusqu'à ***Gontala (1900m)***
6h de marche

Type d'hébergement : **chez l'habitant**

Jour 11 ***Gontala-Gupha Dhara***

Montée raide jusqu'à un col à 3000m puis descente par un chemin de crête jusqu'à ***Gupha Dhara*** **(2200 m)** où vivent quelques familles sherpas (ethnie).
6h de marche

Type d'hébergement : **chez l'habitant**

Jour 12 ***Gupha Dhara-Sisuwa***

Longue descente dans la vallée de la **Sankuwa Kola** jusqu'à ***Sisuwa (500 m)***
Nous traversons le village de ***Thamku*** en pays Tamang (ethnie) où se trouve une de principale école de la contrée. Dans cette région, il y a beaucoup d'habitants d'ethnies différentes vivant en bonne harmonie.
6h de marche

Type d'hébergement : **chez l'habitant** ou **en Lodge** selon possibilités !

Jour 13 ***Sisuwa- Helwabesi***
Depuis ***Sisuwa*** nous longeons d'abord la **Sankuwa Kola** pour rejoindre ***Bumling*** pour le repas de midi. Nous poursuivons sur la rive droite de l'Arun traversant quelques villages typiques de cette région. Par la suite nous traversons un grand pont suspendu sur la rivière. Petite montée pour arriver à ***Helwabesi (660m)***
6h de marche

Type d'hébergement : **chez l'habitant**

Jour 14 ***Helwabesi-Tumlingtar***
Parcours tantôt au bord de la rivière, traversant des villages et des cultures tantôt un peu plus haut tantôt au fil de l'eau jusqu'à ***Tumlingtar(520m)***
6h de marche

Type d'hébergement : **en lodge**

Jour 15 ***Tumlingtar- Katmandou***
Vol pour Katmandou Transfert à l'hôtel et visites à Katmandou Baktaphur, Boudanath etc. selon proposition du guide sur place. Temps libre pour achats etc.
45min. de vol

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

Jour16 ***Katmandou***
Jour de réserve en cas de mauvaises conditions météorologiques !

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

Jours 17 et 18 ***Vol de retour pour la Suisse***
Une personne de l'agence **Audan Trekking** vous accompagne en véhicule à l'aéroport international !