Audan Trekking & Expedition

www.audantrek.ch

Himlung 7126m expédition 2025

30 jours en lodge et en camping pour minimum 4 personnes

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 l'expédition. Établissement des permis.

Type d'hébergement : **Hôtel Fairfield by Marriott ou similaire** nuit avec petit-déjeuner.

Jour 3 ***Katmandou***

Une journée très utile pour se reposer du vol international, préparer et vérifier le matériel avec le guide, effectuer des achats si nécessaires et préparer les sacs en vue de l'expédition.

Type d'hébergement : **Hôtel Fairfield by Marriott ou similaire** nuit avec petit-déjeuner

Jour 4 ***Katmandou - Koto (2600m)***
Longue journée consacrée au transfert du groupe, de l'équipe locale et du matériel jusqu'à Koto (2600 m). Le trajet plutôt confortable jusqu'à Besisahar devient éprouvant sur les pistes carrossables qui mènent à Koto. De beaux paysages de rizières en cours de route. Belles vues sur l'Himal Chuli (7500 m).

Type d'hébergement : **lodge.** Repas inclus : matin, midi, soir.
Transfert : **6 h de route + 5 h de piste**

Jour 5 ***Koto (2600 M) - Meta (3550 M)***
Nous quittons l'itinéraire classique du tour des Annapurnas pour suivre le cours de la Naar Phu Khola à la découverte des hautes vallées de Naar et Phu, ouvertes au tourisme il y a une dizaine d'années. Étape de montée progressive à travers de belles forêts de conifères. Belles vues plein sud sur le Lamjung Himal. Après une bonne heure de marche, nous traversons un petit torrent, puis le chemin se redresse brusquement pendant la dernière heure, avant d'atteindre le village de Meta où les habitants de Naar vivent pendant les mois d'hiver. Les guerriers khampas, originaires du Kham (Tibet oriental), se sont installés à Metha après l'invasion chinoise du Tibet en 1959, avant d'en être chassés en 1975 lors d'une intervention militaire népalaise. De leur passage, il reste quelques ruines d'un ancien fort, au-dessus du village.

Type d'hébergement : **lodge.** Repas inclus : matin, midi, soir.
Dénivelée positive : **1050 m**. Dénivelée négative : **100 m. 7 h de marche**

Jour 6 ***Meta (3550 M) - Chyaku (3880 M)***
Panorama sur le Pisang Peak (6092 m), le Kang Guru (6990 m), le Lamjung Himal, l'Annapurna II. Poursuite de la marche jusqu'à Jhunum (3695 m), où nous traversons deux torrents. Le chemin, abrupt, monte jusqu'au village de Chyakhu.

Type d'hébergement : **lodge.** Repas inclus : matin, midi, soir.
Dénivelée positive : **400 m.** Dénivelée négative : **50 m. 4 h de marche**.

Jour 7 ***Chyaku (3880 M) - Phu (4100 M)***
Le relief s'adoucit, et un chemin agréable nous conduit au hameau khampa de Kyang. Les habitants du hameau d'alpage de Phu viennent s'y abriter l'hiver. En chemin, vue dégagée sur les Annapurnas II et IV, le glacier nord du Kang Guru et le Juna Himal. Nous poursuivons la randonnée sur un superbe sentier taillé dans la roche, puis nous descendons vers les eaux de la Phu Khola, que nous suivons pendant quelque temps. Il nous faut à nouveau gagner de l'altitude pour atteindre la barrière du village et, au-delà, le village de Phu lui-même. Ample vue sur le sommet du Kang Guru (6981 m), le Juna Himal à l'est. L'habitat est ici typiquement tibétain. Au-delà, la vallée continue en direction du Tibet et des hauts sommets du Peri Himal (Himlung et Ratna Chuli).

Type d'hébergement : **lodge.** Repas inclus : matin, midi, soir
Dénivelée positive : **450 m.** Dénivelée négative : **250 m. 4 h de marche.**

Jour 8 ***Phu (4100 M)***
La journée de repos est indispensable pour s'acclimater. Deux nuits à 4000 mètres d'altitude ne seront pas de trop pour s'acclimater pour la montée au camp de base de l'Himlung (4900 m). C'est également l'occasion de prendre du temps dans le village le plus isolé de cette région. Au nord, aucun accès évident vers le Tibet ; au sud, le chemin a bien longtemps été compliqué. Les habitants de Phu étaient coupés du monde. L'architecture du village témoigne de ce relatif isolement : nous voyons encore clairement les anciennes fortifications dressées sur un piton rocheux. Le monastère est tenu par une none. Sa visite n'est pas indispensable, en revanche le point de vue vaut le détour.

Type d'hébergement : **lodge.** Repas inclus : matin, midi, soir. **Journée d'acclimatation**

Jours 9 -10 ***Phu (4100 M) - Camp de base de l'Himlung (4925 M)***
Depuis Phu, quelques heures de marche permettent d'atteindre, par des pentes vallonnées et des moraines, le camp de Base Kari Kobler à 4900 mètres. Il constitue le nouveau Camp de Base officiel de l'Himlung et se situe rive gauche du glacier de Pangri. Nous ferons cette étape de 800 mètres de dénivelées en deux journées afin d'optimiser notre acclimatation.
Si les conditions sont favorables, nous ferons notre Camp de Base au French Camp qui se situe rive droite du glacier. Ce camp permet d'éviter de faire des allers-retours fastidieux sur le glacier pour s'acclimater et rejoindre le sommet. Dans ce cas, il nous faudra donc traverser le glacier et remonter la moraine en face pour nous installer (1 à 2 h de marche supplémentaire).

Type d'hébergement : **sous tente.** Repas inclus : matin, midi, soir
Dénivelée positive : **800 m. 4 h de marche**.

Jours 11-23 ***Expédition Himlung Himal***
L'Himlung est un magnifique sommet de 7000 mètres au fond de la vallée de Phu. Très esthétique, c'est également un belvédère sur le Damodar Himal, les Annapurnas et les hauts plateaux tibétains. Il est entouré de trois autres "7000" : le Ratna chuli, le Nemjung et le Kiagikang.
Depuis quelques années, l'ancienne voie normale par laquelle les premiers ascensionnistes étaient passés est devenue dangereuse. Une nouvelle voie normale a donc été trouvée. Cet itinéraire a l'avantage d'être beaucoup moins exposé. Cependant, il s'agit d'une voie cotée "peu difficile supérieur" qui nécessite une bonne expérience du cramponnage dans des pentes à 35/40°.

Type d'hébergement : **sous tente.**

L'ascension de l'Himlung se réalise *via* trois camps d'altitude. Voici une description succincte de l'itinéraire :
• **FRENCH CAMP - CAMP 1 (5450 m) :**
Remontée de faibles pentes sur un terrain morainique vallonné. Arrivée au camp 1 situé sur une zone bien rocailleuse.
2 à 3 heures de marche.

• **CAMP 1 - CAMP 2 (6000 m) :**
Cette étape est la plus technique et délicate. Nous remontons d'abord une succession d'éboulis entrecoupés d'éperons. Depuis quelques années, les passages des ascensionnistes ont permis de créer une trace correcte. Puis, nous parcourrons une zone plus ou moins longue entre rochers et glacier pour atteindre ce dernier dans sa partie la moins raide. Nous équiperons certainement une partie de l'itinéraire de cordes fixes afin de faciliter notre progression. Ensuite, par une pente plus douce, mais crevassée, nous progressons encordés pour rejoindre une zone plate où installer le camp. Le sommet est en vue !
Selon les conditions, **4 à 6 heures d'ascension.**
• **CAMP 2 - CAMP 3 (6250 m) :**
Par une rampe glaciaire vallonnée, avec une vue magnifique sur le Giajikang et l'Himlung, nous évoluons en traversée pour atteindre une belle zone plate. Nous installons le camp et, nous pouvons observer les pentes finales de notre objectif.
1h30 à 2 heures d'ascension.
• **CAMP 3 - SOMMET (7126 m) :**
Une grande journée nous attend : **8 à 10 heures de voyage dans l'oxygène rare !** Départ de nuit pour rejoindre le col par des pentes soutenues et exposées en traversée, avant d'atteindre une zone moins raide qui permet de souffler un peu. Puis, nous entamons une section soutenue de 400 mètres à 30/35°. La pente s'adoucit doucement avant un dernier ressaut qui protège le sommet. Descente le jour même jusqu'au camp 2. Le lendemain, depuis le camp 2, nous rejoignons le camp de base.

Jours 24-27 ***Retour vers Phu, Koto et Katmandou.***
Nous suivons le chemin emprunté à la montée jusqu'à Koto, et terminons par une journée de transfert jusqu'à Katmandou. Nous prenons cette fois une Jeep depuis Koto pour gagner du temps ; le trajet en Jeep est donc un peu plus long.

Type d'hébergements : **lodge**. Repas inclus : matin, midi, soir.
Type d'hébergement à Katmandou : **Hôtel Fairfield by Marriott ou similaire** nuit avec petit-déjeuner
Transfert : **6 h de piste + 6 h de route**

Jour 28 ***Katmandou***
Débriefing et journée libre de repos ou visites découverte de Katmandou.

Type d'hébergement : **Hôtel Fairfield by Marriott ou similaire** nuit avec petit-déjeuner.

Jours 29 et 30 Vol de retour pour l'Europe
En fonction des horaires de vol, transfert en fin de journée à l'aéroport ou le lendemain en début de matinée. Vol de retour vers l'Europe.