



Au coeur du Rolwaling



Le Rolwaling est l'une des régions les plus reculées et une des plus belles du Népal. Dénué d'infrastructures touristiques, d'un caractère peu engagé, ce trek présente de multiples facettes qui raviront une large population de trekkers. C'est ici que les dernières traces de yéti ont été relevées !!!

Hors des sentiers battus

Altitude max : 4 920 m

Saison : octobre-novembre mars-mai

Difficulté : Habitué à randonner



**15 jours de trek Lodge
Chez l'habitant**



Locaux

Itinéraire :

: Arrivée à Kathmandu. *Accueil et installation dans votre hôtel. Nuit Hôtel*

1 Jour : Kathmandu - Singatti (1 800 m) - Karthali (1 590m) ⌚ 2.30



2 pour **Singatti** Après un petit Dal Bhat népalais, marche à travers des villages Chetri et Tamang. Arrêt à un belvédère duquel on domine la vallée de la Sun kosi.

2 Jour : Karthali (1 590m) - Dolongsa (2 430 m) ⌚ 5

Beau belvédère sur la vallée de la Sun kosi depuis le sentier qui louvoie à travers champs. Chemin en montagnes russes (comme souvent le cas au Népal) jusqu'au hameau de Dolongsa.

3 Jour : Dolongsa (2 430 m) - Bigu gompa (2 330 m) ⌚ 5.30

Montée à travers une superbe forêt de rhododendrons au petit col de Tinsang (3320 m). Très belle vue sur les sommets, du Gaurisankar au Numbur et la vallée de l'Amatal khola. Nous retrouvons les champs en terrasse avant d'arriver à la nonnerie de Bigu Gompa (2 510 m). Nuit chez l'habitant

4 Jour : Bigu gompa (2 330 m) - Chilingka (1 930 m) ⌚ 4

Traversée de l'amatal khaal par la passerelle suspendue. Montée soutenue par un sentier bucolique entre les champs de moutarde et de millet. Nuit chez l'habitant

5 Jour : Chilingka (1 930 m) - Bulung (1 890 m) ⌚ 4

Cette étape est faite de nombreuses montées et descentes avec une grande diversité de paysages, et de culture en terrasse le sentier aussi passe par plusieurs villages Sherpa. Arrivée au village de Bulung. Nuit chez l'habitant.

6 Jour : Bulung (1 890 m) - Ghangar Khola (1 430m) ⌚ 5

On quitte village de Bulung puis on traverse les villages de Yarsa et Kurlang, tout au long du chemin on gardera une très belle vue sur le Gaurishankar. Nous traversons encore une fois quelques culture en en terrasse avant de commencer la descente vers Ghangar Khola . Nuit chez l'habitant.

7 Jour : Gongar Khola (1 430m) - Simi Gaon (2 036m) ⌚ 6

Depuis Ghangar Khola, on suit la piste dans la gorge de la rivière Tama Koshi, pour arriver au bout de 45 mn de marche au village Chetchet où il y a très belle cascade. Après une courte descente qui mène au pont suspendu qui traverse la rivière Tama Kosi le sentier remonte jusqu'au joli village de Simi Gaon qui nous accueille avec une vue spectaculaire sur Gaurishankar. Nuit en Lodge

8 Jour : Simi Gaon (2 036m) - Dokhang (2 791m) ⌚ 6

Au départ de Simi Gaon, le sentier pénètre dans une forêt de rhododendrons et traverse en suite plusieurs pâturages, après plusieurs montées et descente nous arrivons à Dokhang. Nuit en lodge.

9 Jour : Dokhang (2 791m) - Beding (3 740m) ⌚ 5

On continue à monter progressivement par une belle forêt, nous traversons les petits villages de Nyimare et Ramding puis nous poursuivons la marche jusqu'à Beding village dont la population est d'origine tibétaine. Il est possible de visiter le monastère bouddhiste au-dessus du village qui offre une très belle vue sur le Yalung Ri 5630 m. Nuit en Lodge

10 Jour : Beding (3 740m) - Na (4 150m) ⌚ 4

Courte journée de marche, on monte progressivement en suivant la rivière Rolwaling. Les premiers "mani" (murs de prières) et chörtens annoncent le village de Simigaon, habité par de nombreux Sherpas et Tamangs. Nous continuons vers le charmant village de Na. Na est un petit village Sherpa. Au milieu d'une nature sauvage et des pâturages à yaks, c'est le dernier village du Rolwaling. Nuit chez l'habitant.

11 Jour : Na (4 150m) -- A/R Lac de Tso Rolpa (4 540 m) ⌚ 4/5

Excursion aux lacs glaciaires de Tso Rolpa. Tout le matin, nous partons pour le lac de Tso Rolpa avec un pique-nique. Déjeuner au bord du lac avec une très belle vue sur le Tsoboje (6689m) et Dragker-Go (6793m) retour à Na.

12 Jour : Na (4 150m) - A/R Moraine Ripimoshar Glacier - Na ⌚ 6

Même chemin que la veille jusqu'au pont métallique sous le lac de Tso Rolpa. Puis quelques lacets et une traversée au milieu de buissons ras et vous d'atteindrez Sangma kharka. On visualise le col qui se dessine sur le fil de la moraine plein Nord. Derrière ce col, légère descente jusqu'à une étendue d'eau, lieu d'estive des yaks en été. Retour à Na. ***** La journée peut être supprimée**

13 Jour : Na (4 150m) - Dokhang Kharka (2 790 m) ⌚ 7

Nous longeons la Rolwaling khola et retrouvons le sentier principal. Retour au village de Dongsang

14 Jour : Dokhang Kharka (2 790 m) - Simigaon (1 990 m) ⌚ 5

Série de montées et de descentes au milieu d'une superbe forêt de feuillus. Ensuite, nous entamons une série de petits cols pour finir juste au-dessus du confluent des vallées de la Rolwaling khola et de la Tama kosi. La gampa de Simigaon n'est plus loin !!!

15 Jour : Simigaon (1 990 m) - Jagat (1 150 m) ⌚ 4

Descente à travers les champs en terrasse en louvoyant entre les jolies maisons typiques. Parcours en montagnes russes. Nous retrouvons la végétation tropicale.

16 Jour : Jagat (1 150 m) - Kathmandu



⌚ 6 pour Kathmandu.. **Nuit Hôtel**

: **Temps libre avant le transfert à l'aéroport**

**** Il est aussi possible, d'effectuer de nombreuses variantes sur cet itinéraire, Les étapes peuvent s'aménager avec votre guide et aussi selon les conditions météorologiques.**

***** Attention, les conditions d'hébergements sont très rudimentaires**

- **Trek possible en solo avec un guide qui porte votre sac**
- **Guide francophone En supplément**
- **Transport privé départ/retour de trek En supplément**
- **Transferts aéroport En supplément**
- **Visites culturelles En supplément**
- **Hôtels** Namtso Rest house (Avec salle de bain/WC dans la chambre sans petit déjeuner/ Thamel)
Prince (salle de bain/WC avec petit déjeuner / Chetrapati / 2*)
Mandala Boutique (salle de bain/WC avec petit déjeuner/ Chetrapati / 3*)
Mi Casa (salle de bain/WC avec petit déjeuner/ Thamel / 3*)
Kantipur Temple (salle de bain/WC avec petit déjeuner/Thamel / 3* charme)



2 : A partir de 1000 € / personne

6 : A partir de 840 € / personne

- *En supplément*

Les prix peuvent varier en fonction du taux de change entre l'euro et la devise locale ainsi que les taxes gouvernementales et sont donnés à titre indicatif. Nous vous proposerons un devis <<sur mesure>> dès que vous serez en **contact avec nous**.

Compris :

- Transports locaux mentionnés au programme.
- Lodge avec pension complète pendant le trekking (petit déjeuner/repas et diner végétariens, choisis parmi les propositions de votre guide /1 boisson chaude par repas)
- Permis (carte TIMS) et entrées parcs nationaux
- Guide anglophone (ou francophone avec supplément), sherpas (à partir de 6 personnes sur cet itinéraire ou sur demande de votre part à partir de 4/ 2 sherpas à partir de 8), porteurs (1 porteur se charge de 2 sacs d'un poids total maximum de 28kg)
- Assurance, transport, gîte et couvert pour l'équipe locale

A votre charge :

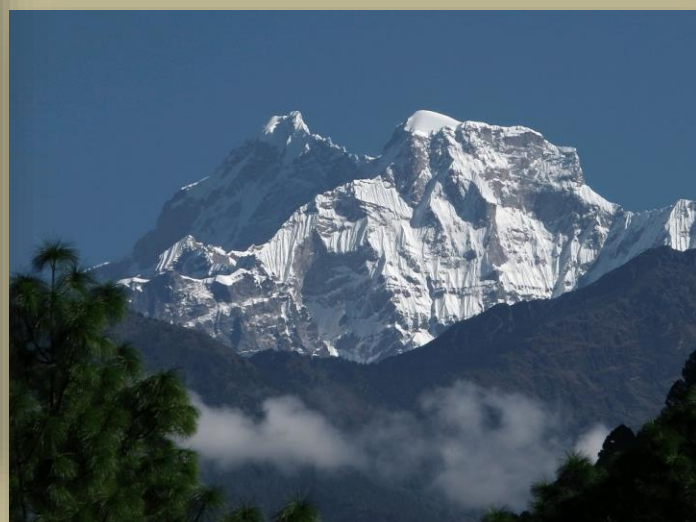
- Séjour repas à Kathmandu
- Bouteille d'eau, boissons alcoolisées et sodas pendant le trek
- Douche chaude et recharge de batteries
- Équipement personnel (duvet, etc.)
- Pourboires
- Vol international
- Visa népalais
- Assurance personnelle Très important : Soyez sûr que votre assurance couvre, dans le cas d'accident, tous les frais médicaux, coût d'évacuation par hélicoptère et rapatriement



Si vous souhaitez prolonger votre séjour, nous pouvons vous proposer d'autres activités et nous charger de les organiser pour vous :

Des séjours dans le Terai à Chitwan ou Bardia, découverte de Bhaktapur, Bandipur, de la vallée de Kathmandu ou du rafting et canoning ou des cours de cuisine ou de Yoga, un survol de l'Himalaya ou en ULM à Pokhara

Voir nos propositions détaillées sur le site



Agence : PARFUM DU NEPAL Trekking & Expedition (P).L.T.D

Email: info@parfumdunepal.com Website: www.parfumdunepal.com