

## Le Tour du Manaslu



**Le Manaslu est la huitième plus haute montagne de la Terre, il culmine à 8163 m.  
Son tour vous emmènera de Baluwa à 750 mètres, au col de Larkya La à 5160 m.**

**Nous traverserons des paysages très variés, des rizières aux champs de céréales, des bananiers aux mandariniers et la haute altitude avec les glaciers de l'Himalaya.**

**Nous partons dans la vallée des guides et des porteurs de l'agence avec qui je travaille depuis 4 ans, ils nous feront découvrir leurs villages et leurs coutumes au moment d'une grande Fête Népalaise « Dassin ».**

**La région du Manaslu est beaucoup moins touristique que les régions de l'Annapurna ou du Khumbu (Everest), les groupes peuvent loger dans des lodges que depuis deux ans, la région est encore très sauvage avec une culture très proche du Tibet.**

**Voyage de 23 jours entre le 25 Septembre et le 18 Octobre 2014**

**Prix : 3100 EUR par personne – minimum de 6 participants**

*Les prix indiqués ne sont valables que pour certaines classes de réservation sur les compagnies aériennes qui desservent cette destination. Ils sont donc susceptibles d'être modifiés en cas d'indisponibilité de places dans ces classes au moment de la réservation.*

**Accompagnateur : [jeanlucquey@gmail.com](mailto:jeanlucquey@gmail.com) et tel : + 33 (0)6 19 56 74 49**

LES MATINS DU MONDE 156 rue Cuvier 69006 LYON Email : [info@lesmatinsdumonde.com](mailto:info@lesmatinsdumonde.com) SARL TELLIT VOYAGES au capital de 15 300 € - RCS 437 506 298 Lyon – Immatriculation 069100084 Garantie financière : APS

15 avenue Carnot 75017 Paris. RCP: HISCOX 0086435 Tel + 33 (0)4 37 24 90 30 [www.lesmatinsdumonde.com](http://www.lesmatinsdumonde.com)

## Le Tour du Manaslu

Trek pour personnes sportives et ayant l'habitude de la montagne.

**Programme du voyage et du trek** : 23 jours Paris/Paris.

Jour 1	Vol depuis Paris ou autre aéroport : Pendant le vol vous êtes à une altitude équivalente à 2000 m d'altitude.
Jour 2	Vol et Arrivée, accueil à l'aéroport et transfert à votre hôtel. Katmandou 1500 m.
Jour 3	<b>Katmandou</b> : Journée libre, possible achat de matériel à moindre coût, dernières formalités administratives pour les permis de trek. Visite possible de Durbare Square. <b>Préparation des affaires pour le trek et dépôt des affaires qui restent à Katmandou dans l'hôtel.</b>
Jour 4	<b>Départ en bus pour Baluwa</b> , environ 7 heures de bus. Nuit en lodge à <b>Baluwa à 750 mètres d'altitude</b> . 1h de marche environ.
Jour 5	<b>Baluwa (750m) – Barpa (1950m)</b> : Nous partons tranquillement dans la vallée puis une montée raide nous mène à Barpa où nous dormons en lodge à 1950 mètres. Superbe marche qui nous mène vers le sommet d'une colline. <b>Dénivelé</b> : + 1250 mètres, 6h de marche environ, nuit en lodge.
Jour 6	<b>Barpa (1950m) – Sinla (2100m)</b> : Nous montons au col de Gupsi Danda à 2670 m, où la vue sur les Ganeshs est magnifique (sommet de plus 7000m). Ensuite nous descendons au village de Laprak, traversons une petite vallée et une montée nous mène au village de Sinla. <b>C'est le village d'où viennent la majorité de nos guides et porteurs de Yatra. Nous arrivons le premier jour de Dassin, la plus grande fête de l'année au Népal, se sera un moment privilégiée pour découvrir la culture Gurung.</b> Nuit en lodge. <b>Dénivelé</b> : +1150 mètres et – 800 mètres, 7h de marche environ.
Jour 7	<b>Sinla (2100m) – Tatopani (1000m)</b> : Nous partons du village assez tard pour profiter de l'accueil de nos guides dans leur village. Une grande descente nous attend, elle nous mène à <b>Tatopani, ce qui signifie source d'eau chaude en népalais, nous allons donc en profiter avant de dormir en lodge. C'est une journée de voyage plus que de marche.</b> Nuit en lodge. <b>Dénivelé</b> : - 1200m +100m, 4h de marche.
Jour 8	<b>Tatopani (1000m) – Jagat (1410m)</b> : C'est une journée de marche où nous longeons la rivière, d'une rive à l'autre nous traversons de nombreux ponts suspendus et villages, <b>nous arrivons à Jagat dans le lodge de la famille de Bikram, (Bikram s'occupe de la logistique de Yatra). Nous profitons de la fête de Dassin qui dure 5 jours.</b> Nuit en lodge. <b>Dénivelé</b> : +650 m et -250 m, environ 6 h de marche.

**Accompagnateur** : [jeanlucquey@gmail.com](mailto:jeanlucquey@gmail.com) et tel : + 33 (0)6 19 56 74 49

LES MATINS DU MONDE 156 rue Cuvier 69006 LYON Email : [info@lesmatinsdumonde.com](mailto:info@lesmatinsdumonde.com) SARL TELLIT VOYAGES au capital de 15 300 € - RCS 437 506 298 Lyon – Immatriculation 069100084 Garantie financière : APS

15 avenue Carnot 75017 Paris. RCP: HISCOX 0086435 Tel + 33 (0)4 37 24 90 30 [www.lesmatinsdumonde.com](http://www.lesmatinsdumonde.com)



## Le Tour du Manaslu

Jour 9	<p><b>Jagat (1410m) – Denk (1800m):</b> Nous partons de Jagat, des montées et des descentes se succèdent, des profils himalayens nous amènent à une superbe vue sur l'<b>Himal Chuli (7893m)</b>. Nous continuons de remonter cette vallée qui est une superbe gorge, si différente de nos vallées alpines.</p> <p>Nous arrivons au lodge de la famille de Sukke, un guide de Yatra.</p> <p><b>Dénivelé :</b> + 1000m et - 600m environ, 7 h de marche.</p>
Jour 10	<p><b>Denk (1800m) – Namrung (2660m) :</b> Nous continuons de remonter les gorges en fonction de notre forme nous passerons par des chemins différents pour voir de nombreux villages, c'est encore une bonne journée de marche avant d'arriver en altitude où le rythme ralentit nettement pour bien s'acclimater et profiter des paysages. Nuit en lodge. <b>Dénivelé :</b> - 400m et + 1250m, 7 h de marche.</p>
Jour 11	<p><b>Namrung (2660m) – Lhogaon (3180m) :</b> C'est une petite journée qui nous mène au pied du Manaslu, le village de Lhogaon et le premier d'où on voit le Manaslu, la vallée s'élargit et les montagnes enneigées nous entourent, le Manaslu (8163m) d'un côté et les Kutang Himal de l'autre à plus de 6200 m. Petite journée, l'acclimatation à la haute altitude commence.</p> <p><b>Dénivelé :</b> + 750 m et – 250m, 4 h de marche environ. Nuit en lodge.</p>
Jour 12	<p><b>Lho (3180m) – Sama (3530m):</b> Au pied de la face Est du Manaslu, la vue est superbe, 5000 m de face devant nous. Nous montons en direction de Punggen Gumba sous le sommet du Manaslu, où la vue est magnifique (4000m de face), nous surplombons un des glaciers du Manaslu, puis rejoignons le village de Samagaon. Visite du village et balade autour du village vers le Birende Tal (lac).</p> <p><b>Dénivelé :</b> +500 m et -100 m, 4h ou 7h de marche ou +1000m et -600m. Nuit en lodge.</p>
Jour 13	<p><b>Sama (3530m) – Sama (3530m) :</b> Journée d'acclimatation. Nous pouvons monter au camp de base du Manaslu vers 4600 m d'altitude et revenir dormir à Sama, c'est une belle montée avec des sacs légers. Une journée de repos est aussi possible pour les personnes qui le souhaitent. Nuit en lodge.</p> <p><b>Dénivelé :</b> +1050m et – 1050m, 6h de marche ou beaucoup moins.</p>
Jour 14	<p><b>Sama (3530m) – Samdo (3750m):</b> Nous partons en direction du col de Larke La, la vue est superbe sur le Manaslu, nous arrivons au village de Samdo qui est au pied du col de Lajyung Bhanjyang (5098m) qui mène au Tibet. Cette petite montée en altitude nous permet une bonne acclimatation.</p> <p><b>Dénivelé :</b> + 500 m et 5h de marche. Nuit en lodge.</p>

**Accompagnateur :** [jeanlucquey@gmail.com](mailto:jeanlucquey@gmail.com) et tel : + 33 (0)6 19 56 74 49

LES MATINS DU MONDE 156 rue Cuvier 69006 LYON Email : [info@lesmatinsdumonde.com](mailto:info@lesmatinsdumonde.com) SARL TELLIT VOYAGES au capital de 15 300 € - RCS 437 506 298 Lyon – Immatriculation 069100084 Garantie financière : APS

15 avenue Carnot 75017 Paris. RCP: HISCOX 0086435 Tel + 33 (0)4 37 24 90 30 [www.lesmatinsdumonde.com](http://www.lesmatinsdumonde.com)



## Le Tour du Manaslu

Jour 15	<p><b><u>Samdo (3750m) – Samdo (3750m)</u></b> : Nous montons en direction du col qui fait frontière avec le Tibet avec des sacs très légers, la vue et magnifique sur les sommets et le Manaslu. Cette montée en altitude permet une très bonne acclimatation, nous sommes près du col de Larke La.</p> <p><b><u>Dénivelé</u></b> : environ +1000 et – 1000m 6h de marche. Nuit en lodge.</p>
Jour 16	<p><b><u>Samdo (3750m)- Dharamsala (4470m)</u></b> : Nous montons au pied du Larkya La à Dharamsala et profitons de cette petite journée pour nous reposer avant la grosse journée du lendemain. La vue est superbe. <b><u>Dénivelé</u></b> : +700m et 5h de marche. Nuit en lodge.</p>
Jour 17	<p><b><u>Dharamsala (4470m) – Col de Larkya La (5106 m) - Bimthang (3720m)</u></b> : C'est la plus grosse journée du trek, le passage du Larke La. Nous partons très tôt le matin pour éviter les nuages qui se développent l'après-midi, afin de profiter de la vue. <b>La date du passage du col en cas de mauvaise météo, pourra être modifiée et changer le programme.</b> Nous marchons sur un glacier noir pour accéder au col. Un sommet de 6620 m à notre droite est le Larke peak (6249 m) à gauche. Nous quittons le col pour commencer la longue descente qui mène à Bimtang. La descente est raide à la sortie du glacier noir et nous longeons de longs glaciers qui descendent de sommets de la frontière Tibétaine. <b><u>Dénivelé</u></b> : + 650 m et - 1400 m environ 7 à 8 h de marche. Nuit en lodge.</p> <p><b>En cas de très mauvaise météo, il est possible d'être obligé de rentrer par la vallée au lieu du col.</b></p>
Jour 18	<p><b><u>Bimthang (3720m) – Gho (2560m)</u></b> : Nous quittons les glaciers et le pied du Manaslu pour descendre, nous traverserons plusieurs petits villages, la vue est toujours magnifique sur la face Ouest du Manaslu (4900 m de face au-dessus de nos têtes à Yak Kharka). Nuit en lodge.</p> <p><b><u>Dénivelé</u></b> : -1200m, environ 6h de marche.</p>
Jour 19	<p><b><u>Gho (2560m) – Chyamche (1430m)</u></b> : Nous arrivons sur la fin de la descente de la vallée du Manaslu pour arriver dans la vallée des Annapurnas. Pendant cette journée nous marchons dans de superbes gorges où les ponts suspendus sont magnifiques. Vers Chyamche nous pourrions observer des bananes et leurs grandes fleurs ainsi que les nids d'abeilles sauvages dans de grandes falaises sous des surplombs. Nuit en lodge. <b><u>Dénivelé</u></b> : -1300m et + 200m, environ 7 h de marche.</p>
Jour 20	<p><b><u>Chyamche (1430m) – Nadi (930m)</u></b> : Nous quittons les superbes cascades de Chyamche, le chemin surplombe la rivière, nous traversons de superbes ponts suspendus. La descente nous amène dans de superbes rizières. Nous arrivons ensuite dans la superbe village de Nadi. Nuit en lodge.</p> <p><b><u>Dénivelé</u></b> : +250 m et - 750 m environ 5 à 6 heures de marche.</p>

**Accompagnateur** : [jeanlucquey@gmail.com](mailto:jeanlucquey@gmail.com) et tel : + 33 (0)6 19 56 74 49

LES MATINS DU MONDE 156 rue Cuvier 69006 LYON Email : [info@lesmatinsdumonde.com](mailto:info@lesmatinsdumonde.com) SARL TELLIT VOYAGES au capital de 15 300 € - RCS 437 506 298 Lyon – Immatriculation 069100084 Garantie financière : APS

15 avenue Carnot 75017 Paris. RCP: HISCOX 0086435 Tel + 33 (0)4 37 24 90 30 [www.lesmatinsdumonde.com](http://www.lesmatinsdumonde.com)



## Le Tour du Manaslu

Jour 21	<b>Nadi – Kathmandou :</b> De Nadi 1h de marche et 100 m de dénivelé à la descente pour arriver à Bhulbule, nous montons dans le premier bus local qui nous attend pour descendre à Besi Sahar là-bas un autre bus privé nous attends pour rejoindre Katmandou. Environ 7h de bus nous ramène à notre hôtel sur Katmandou.
Jour 22	<b>Katmandou :</b> Journée libre ou de sécurité. Si nous sommes sur Katmandou, repos le matin, possible visite de la montagne des singes, Syandboudnath l'après-midi ou achats dans le quartier de Thamel.
Jour 23	<b>Katmandou :</b> Journée libre, visite possible de Baktapur et Boudnath. Ce sont des sites magnifiques qu'ils seraient dommage de rater, mais vous pouvez tous simplement aussi vous reposer à l'hôtel ou faire des achats pour vos proches dans le quartier de Thamel.
Jour 24	<b>Katmandou :</b> Départ tôt le matin pour le vol international, transfert de l'hôtel à l'aéroport. <b>Arrivé le soir à Paris ou autre aéroport.</b>
Jour 25	Vous pouvez rentrer chez vous et vous reposer.

**Ce programme est donné à titre indicatif, il est soumis à de possibles modifications en fonction des aléas que le groupe aura à rencontrer lors du voyage. Les responsables du groupe sont aptes à changer le programme pour la sécurité du voyage et de leurs participants.**

**En cas de mauvaises conditions météorologiques, de montagne ou de problème d'acclimatation, de personne malade, etc...**

**Ce trek comporte des risques inhérents à la montagne, la haute altitude et l'éloignement.**

Une bonne forme physique est indispensable pour ce Trek.

**Accompagnateur : [jeanlucquey@gmail.com](mailto:jeanlucquey@gmail.com) et tel : + 33 (0)6 19 56 74 49**

LES MATINS DU MONDE 156 rue Cuvier 69006 LYON Email : [info@lesmatinsdumonde.com](mailto:info@lesmatinsdumonde.com) SARL TELLIT VOYAGES au capital de 15 300 € - RCS 437 506 298 Lyon – Immatriculation 069100084 Garantie financière : APS

15 avenue Carnot 75017 Paris. RCP: HISCOX 0086435 Tel + 33 (0)4 37 24 90 30 [www.lesmatinsdumonde.com](http://www.lesmatinsdumonde.com)

## Le Tour du Manaslu

### Ce que comprend le prix :

- **Un Accompagnateur de Montagne Français.**
- Les Billets d'avions Internationaux au départ de Paris.
- Les transferts de l'aéroport/hôtel/aéroport.
- Les transports en bus Katmandou / Trek / Katmandou.
- 19 jours de trek en pension complète en Lodge ou tentes, chaque repas avec un thé ou café (sauf les boissons, l'eau minéral, coca, bière, etc...)
- Un caisson Hyperbare Certec et un téléphone satellitaire Inmarsat pour recevoir le routage météo.
- Une pharmacie collective pour un trek lointain en haute altitude, base IFREMONT.
- Des Tentes légères de montagne et matériel de filtration d'eau Katadyn.
- Le permis pour le parc national du Manaslu et de l'Annapurna.
- TIMS (Trekking Information Management Service)
- 5 nuits d'hôtels en chambre double avec petit déjeuner et 3000 roupies pour les 2 journées libres pour les repas, cette somme vont sera donner en arrivant à Katmandou.
- Une liste de numéro utile au Népal en cas de retour volontaire.
- Une liste de matériel et une liste pour la pharmacie personnelle.
- **Des porteurs pour le matériel collectif, un porteur pour trois participants, soit 7 kilos de matériel par personnes. Des aides guides nécessaire en fonction de la taille du groupe.**

### Ce que le prix ne comprend pas :

- Des nuits d'hôtels supplémentaire à Katmandou en cas de force majeure (grève générale, route coupé, etc...)
- Les frais de changement de billet d'avions en cas de force majeure (météo, grève générale, route coupé, etc...)
- L'équipement personnel (duvet, bâton, gourde, sac à dos, lunette, crème de soleil, etc.....)
- les frais de boissons et les douches en trek. Des nuits d'hôtels supplémentaire à Katmandou en cas de force majeure (grève générale, route coupé, etc...)
- Les frais de changement de billet d'avions en cas de force majeure (météo, grève générale, route coupé, etc...)
- Les suppléments des repas de midi et du soir à Katmandou, au-delà des 15 euros par journée.
- le pourboire pour l'équipe népalaise de coutumes environ 30 euros.
- **le visa d'entrée du Népal environ 50 euros, pensez à avoir 4 photos d'identités sur vous, (vérifiez que votre passeport soit valide 6 mois encore après votre date de retour).**
- Les frais d'un porteur supplémentaire ou de mules pour une personne du groupe après la réservation.
- les transports et les visites à Katmandou.
- les frais d'entrée dans la ville (Musée, monument, monastère, etc...)
- les dépenses personnelles
- Tout voyage interrompu ou abrégé, tout changement de programme à la demande des participants (accident, maladie, mal des montagnes, retour anticipé trek abrégé....) ne saurait donner lieu à aucun remboursement.
- les frais à cause d'événement exceptionnel (route coupé, éboulement, la grève général, des mauvaises conditions climatiques, neige.....) qui ne peuvent pas être prévus et les dépenses imprévus.

**Accompagnateur : [jeanlucquey@gmail.com](mailto:jeanlucquey@gmail.com) et tel : + 33 (0)6 19 56 74 49**

LES MATINS DU MONDE 156 rue Cuvier 69006 LYON Email : [info@lesmatinsdumonde.com](mailto:info@lesmatinsdumonde.com) SARL TELLIT VOYAGES au capital de 15 300 € - RCS 437 506 298 Lyon – Immatriculation 069100084 Garantie financière : APS

15 avenue Carnot 75017 Paris. RCP: HISCOX 0086435 Tel + 33 (0)4 37 24 90 30 [www.lesmatinsdumonde.com](http://www.lesmatinsdumonde.com)

Les Matins



du Monde

Voyages sur mesure

Les Matins



du Monde

Voyages sur mesure

## Le Tour du Manaslu

- Les frais pour les départs par un autre aéroport que Paris.
- **L'assurance Annulation – Assistance Rapatriement – Frais de secours et de sauvetage est obligatoire. Le défaut de cette attestation peut entraîner l'annulation du voyage.**

**Les Suppléments possibles :** Pour les tarifs des suppléments, contactez moi par mail à [jeanlucquey@gmail.com](mailto:jeanlucquey@gmail.com)

- Décollage par un autre aéroport que Paris.
- Nuit en chambre simple sur Katmandou, il est impossible de le proposer en trek et pour des conditions de sécurité, vous dormirez à plusieurs en altitude.
- Porteur supplémentaire pour une personne, poids limité à 21 kg, uniquement possible à la réservation du voyage. **Attention : Les porteurs qui sont sur les cols pour aider et qui ne font pas partie de l'agence sont très onéreux si vous décidez d'en prendre un plus tard (70 euros par jour environ). Sachez que ces porteurs ne sont pas assurés ce qui peut vous causer des problèmes s'ils se font mal.**
- Dates différentes pour le décollage du retour, avec fin de prestation le 18 Octobre 2014 pour le voyage accompagné.
- Réservation d'un sac de couchage adapté au trek 40 euros.

### **Assurance :**

Nous vous proposons de souscrire le contrat global "Les Matins du Monde", pour un montant de 3.25% du montant du voyage.

Dans le cas contraire, vous devrez nous fournir une "Attestation de garantie Frais Médicaux et Assistance Rapatriement – Frais de secours", rédigée et signée par votre compagnie d'assurances, indiquant clairement le voyage concerné, les dates du voyage et les personnes garanties.

Les 3 principales garanties sont :

· **Annulation de voyage :** c'est un risque important mais c'est à vous de faire votre choix et de l'assumer.

Attention, si vous n'êtes pas couvert, si vous êtes dans l'obligation d'annuler votre départ dans les 60 jours qui précède votre départ, vous ne pourrez pas prétendre à un remboursement.

· **Assistance rapatriement :** c'est une garantie importante qui est souvent acquise en par une carte de crédit (à vérifier par chacun selon sa carte), un contrat automobile ou habitation ... etc.

Attention au fait que cette garantie ne couvre que le rapatriement depuis un hôpital à l'étranger vers le domicile de la personne concernée. Cela ne concerne pas les secours, et la prise en charge des frais médicaux n'est pas toujours effective dans des montants suffisants.

Deux garanties pour lesquelles il faut être très vigilant :

· **Frais de recherche et de secours :** c'est la garantie la plus difficile à obtenir. Il faut être couvert au minimum pour un montant de 11400€ par personne. Très peu de contrat propose cette garantie, et ceux qui la propose en limitent parfois l'application à des cas très particuliers (par ex : uniquement en cas d'accident pendant la pratique d'une activité sportive.... Excluant toute maladie, ou accident hors terrain sportif....).

Le contrat proposé par Les Matins du Monde est adapté à ces exigences.

**Accompagnateur :** [jeanlucquey@gmail.com](mailto:jeanlucquey@gmail.com) et tel : + 33 (0)6 19 56 74 49

LES MATINS DU MONDE 156 rue Cuvier 69006 LYON Email : [info@lesmatinsdumonde.com](mailto:info@lesmatinsdumonde.com) SARL TELLIT VOYAGES au capital de 15 300 € - RCS 437 506 298 Lyon – Immatriculation 069100084 Garantie financière : APS

15 avenue Carnot 75017 Paris. RCP: HISCOX 0086435 Tel + 33 (0)4 37 24 90 30 [www.lesmatinsdumonde.com](http://www.lesmatinsdumonde.com)

Les Matins



du Monde

Voyages sur mesure

Les Matins



du Monde

Voyages sur mesure

## Le Tour du Manaslu

· Frais médicaux : vérifier que la prise en charge des frais médicaux est bien prévu dans votre contrat, et que les montants pris en charge sont bien suffisants, sinon, tous les frais médicaux sont à votre charge.

### **Pour vous inscrire**

Pour confirmer votre participation à ce voyage, il vous suffit de remplir soigneusement le bulletin d'inscription et de nous le renvoyer, accompagné du règlement d'un acompte de 35% du montant total à payer.

Attention de bien indiquer vos noms et prénoms en conformité avec ce qui est inscrit sur votre passeport, ou sur les papiers d'identité avec lesquels vous voyagez.

Le règlement du solde doit intervenir au plus tard 30 jours avant le départ, sans rappel de notre part.

Le règlement peut se faire, selon votre choix :

- par chèque.

- par carte de crédit en utilisant le formulaire adapté inclus dans le bulletin d'inscription

- par virement bancaire :

Code banque 10278 Code guichet 07320 N° de compte 00058545540 Clé RIB 88

A réception de votre dossier, nous vous enverrons une facture confirmant votre réservation.

Assurance : Nous vous conseillons vivement de souscrire à l'assurance annulation, si vous n'êtes pas déjà garanti pour ce risque par ailleurs. L'expérience nous a montré qu'une simple foulure à la cheville peut coûter cher si vous n'avez pas cette garantie.

**La garantie Assistance Rapatriement - Frais médicaux – Frais de secours et sauvetage est obligatoire.**

**Le défaut de cette attestation peut entraîner l'annulation du voyage.**

### Niveau requis pour le trek :

**Le niveau physique du Tour du Manaslu est de 3 étoiles. Le niveau d'engagement est de 3 rochers.**

### Explication du niveau physique des Treks :

**1 étoile : Trek Facile, avec 500 à 600 m de dénivelé par jour, à moins de 3000 m d'altitude, 4 à 5 heures de marche par jour environ.**

**2 étoiles : Trek Assez Facile, avec 750 à 900 m de dénivelé par jour, à moins de 4000 m d'altitude, 6 à 7 heures de marche par jour environ.**

**3 étoiles : Trek Assez Difficile, avec 800 à 1200 m de dénivelé par jour, avec des passages à 5500 m d'altitude mais pas de nuit au-dessus de 4500m d'altitude environ.**

**4 étoiles : Trek Difficile, avec 900 à 1300 m de dénivelé par jour, avec des passages à 5500 m d'altitude et plusieurs nuits en haute altitude d'affiler à environ 5000 m d'altitude.**

**5 étoiles : Expédition pour un sommet de 6000m environ.**

**6 étoiles : Expédition pour un sommet entre 6500 et 7000m.**

**Accompagnateur : [jeanlucquey@gmail.com](mailto:jeanlucquey@gmail.com) et tel : + 33 (0)6 19 56 74 49**

LES MATINS DU MONDE 156 rue Cuvier 69006 LYON Email : [info@lesmatinsdumonde.com](mailto:info@lesmatinsdumonde.com) SARL TELLIT VOYAGES au capital de 15 300 € - RCS 437 506 298 Lyon – Immatriculation 069100084 Garantie financière : APS

15 avenue Carnot 75017 Paris. RCP: HISCOX 0086435 Tel + 33 (0)4 37 24 90 30 [www.lesmatinsdumonde.com](http://www.lesmatinsdumonde.com)

## Le Tour du Manaslu

### Explication du niveau d'engagement des Treks :

**1 rocher :** Trek en montagne, sans passage difficile dans un pays où les services de secours sont bien organisés et les systèmes de communication disponibles, par beau temps les secours hélicoptérés sont rapides.

**2 rochers :** Trek en montagne, avec passage difficile, les secours sont éloignés à cause de l'éloignement de la région de montagne qui rend difficile les secours. Les secours hélicoptérés sont possibles par beau temps.

**3 rochers :** Trek en montagne, avec passage difficile dans un pays où les secours sont plus difficiles à organiser, les moyens de communication sans téléphone satellite peuvent prendre plusieurs jours pour accéder au téléphone. Les secours hélicoptérés sont possibles par beau temps mais prennent malgré tout plus de 24 heures et peuvent être très longs en cas de mauvais temps, il est indispensable d'être autonome pour les premiers secours, la descente avec des moyens de fortune peut être obligatoire ou la mise en place d'un bivouac est indispensable en attendant les secours.

**4 rochers :** Expédition pour un sommet entre 6000 m et 6500 m. Les secours sont difficiles même par beau temps, le secours hélicoptéré est difficile du fait du manque de portance et d'oxygène qui réduit les performances des appareils, le secours est plus souvent terrestre organisé par les autres personnes ou guide du groupe.

**5 rochers :** Expédition au-dessus de 6500 m, il n'y a plus de secours hélicoptéré possible, les secours sont très difficiles et sont organisés par les membres du groupe et des guides.

**6 rochers :** Expédition au-dessus de 7000 m ou sur un sommet technique de moindre altitude, les secours sont extrêmement difficiles à organiser, voire impossibles si la personne n'arrive plus à se déplacer seule. L'engagement devient maximum.



Le Manaslu au Coucher du Soleil.

**Accompagnateur :** [jeanlucquey@gmail.com](mailto:jeanlucquey@gmail.com) et tel : + 33 (0)6 19 56 74 49

LES MATINS DU MONDE 156 rue Cuvier 69006 LYON Email : [info@lesmatinsdumonde.com](mailto:info@lesmatinsdumonde.com) SARL TELLIT VOYAGES au capital de 15 300 € - RCS 437 506 298 Lyon – Immatriculation 069100084 Garantie financière : APS

15 avenue Carnot 75017 Paris. RCP: HISCOX 0086435 Tel + 33 (0)4 37 24 90 30 [www.lesmatinsdumonde.com](http://www.lesmatinsdumonde.com)

Les Matins



du Monde

Voyages sur mesure

Les Matins



du Monde

Voyages sur mesure

## Le Tour du Manaslu

**Une certaine autonomie sur les chemins de montagne est nécessaire pour ce trek et pour le retour en cas de départ volontaire. L'équipe vous aidera lors des passages plus difficiles.**

En cas de départ volontaire d'une personne du groupe, celle-ci rentrera par ses propres moyens, le responsable du groupe ne laissera partir la personne que dans une zone de vallée, pas en montagne et avec des explications pour rejoindre une ville et un point de rendez-vous. Une liste de numéros utiles au Népal vous sera communiquée.

Dans ce cas le responsable du groupe essaiera de vous trouver un porteur guide pour rejoindre une ville avec vous. Une somme d'argent en roupies népalaise correspondant à la nourriture et le logement que l'agence aurait utilisé sur le trek vous sera donnée. Pour le retour sur Katmandou, vous disposerez de l'hôtel réservé les jours où le programme mentionne Katmandou comme lieu pour la nuit. **Le retour volontaire est sous votre unique responsabilité.**

**Les personnes du Trek devront être muni de leur téléphone mobile, pensez à prendre l'option Monde de votre opérateur, de leur papiers et permis de trek, de leur carte bleu et d'argent népalais (vous pouvez changer très facilement des euros contre des roupies Népalaise dans Thamel à Katmandou ou même retiré dans un distributeur, pensé à dire à votre banque que vous allez au Népal), d'une trousse à pharmacie personnel, de son matériel de montagne, de leur numéros d'assistance rapatriement en cas de problèmes, de leurs billets d'avions, de transports et de la liste de numéros utiles au Népal qui vous sera communiqué plus tard.**

**Vous pourrez compter sur des explications avant votre retour et l'aide de l'agence dès que vous pourrez les appeler si vous faites preuve de politesse. Le retour sera dans ce cas à vos frais.**

### Le Népal et la région du Manaslu:

Très beau pays vous pouvez vous documenter grâce au Lonely Planet ou le Guide du Routard. Les Népalais parlent bien l'anglais sauf dans les vallées reculées. Le pays est très pauvre, c'est le 25ème plus pauvre d'après l'ONU, les conditions de confort, d'hygiène et de soins sont très inférieurs à la France, les hôtels ont été choisi pour leur confort de très bonne qualité. Le Massif du Manaslu est moins développé que le massif de l'Everest ou de l'Annapurna, mais il y a des lodges sur toutes les étapes depuis peu. La région est encore très agricole. C'est une région qui est fermée aux touristes qui n'ont pas d'agence de trekking, ce qui permet un certain calme et une fréquentation raisonnable.

### Assistance rapatriement :

**Une assistance rapatriement avec recherche en montagne vous sera proposé si vous la refusé il faudra signer une décharge et nous communiqué les papiers de votre assistance, attention en cas de problème si votre assistance fait défaut. Au Népal les frais de secours peuvent s'élever à plus de 10000 euros.**

### Les Secours au Népal en montagne :

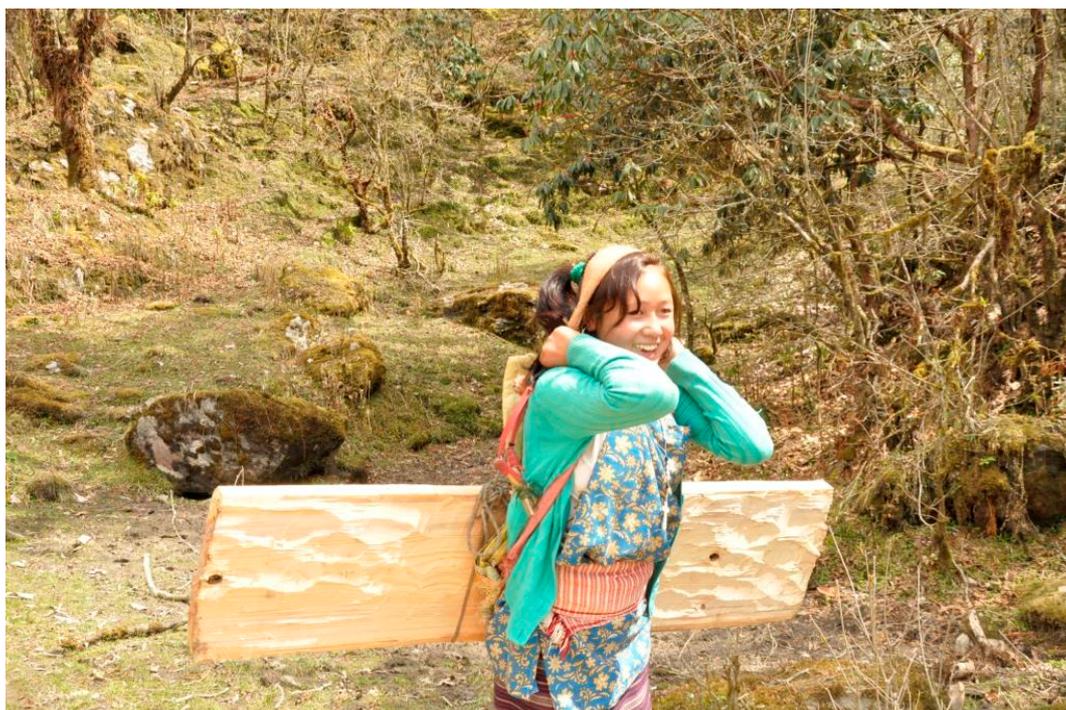
Il n'y a pas de service de secours organisé comme en France, les secours sont réalisé par des hélicoptères privées qui décolle en étant payé d'avance, ce sont les sociétés d'assurances rapatriement avec l'ambassade de France qui monte les opérations de secours, elles peuvent prendre plus de 24 heures à arriver par beau temps, c'est pour cela que le groupe doit être autonome pendant ce laps de temps, descente avec des moyens de fortunes, ou attente en montant un camp, traitements et premiers soins donné si possible avec l'assistance médicale SOS MAM.

**Accompagnateur : [jeanlucquey@gmail.com](mailto:jeanlucquey@gmail.com) et tel : + 33 (0)6 19 56 74 49**

LES MATINS DU MONDE 156 rue Cuvier 69006 LYON Email : [info@lesmatinsdumonde.com](mailto:info@lesmatinsdumonde.com) SARL TELLIT VOYAGES au capital de 15 300 € - RCS 437 506 298 Lyon – Immatriculation 069100084 Garantie financière : APS

15 avenue Carnot 75017 Paris. RCP: HISCOX 0086435 Tel + 33 (0)4 37 24 90 30 [www.lesmatinsdumonde.com](http://www.lesmatinsdumonde.com)

## Le Tour du Manaslu



### Dans la vallée du Manaslu :

#### Certificats Médicaux demandé pour le Trek :

Certificat d'aptitude à un trek en haute altitude, 5100 m (une consultation de médecine de montagne est conseillé et obligatoire en cas de problème connu ou de maladie, voir liste des maladies sur le document de l'IFREMONT que je vous transmettrai plus tard) ainsi qu'un certificat d'aptitude aux sports de montagne, qui servira à l'obtention de l'assurance rapatriement. Une visite chez votre dentiste est recommandée avant le départ avec radio panoramique.

Liste de matériel et Pharmacie personnelle recommandée : Fournie plus tard.

#### Hygiène et alimentation :

Se laver régulièrement les mains, prévoir un savon désinfectant pour se nettoyer les mains, très pratique. Ne pas boire l'eau même à l'aéroport le réseau n'est pas potable, même lors du brossage des dents, attention à ne pas boire l'eau sous la douche par inadvertance. Nous prendrons des bouteilles d'eau potable en ville et nous filtrerons l'eau en montagne. Les fruits et légumes doivent être épluchés, éviter les produits laitiers, les glaces et glaçons. Ne manger de la viande que bien cuite et jamais de la viande hachée sauf si elle vient de l'être. Eviter les plats trop épicés nous ne sommes pas habitués à leur dose d'épice.

**Accompagnateur** : [jeanlucquey@gmail.com](mailto:jeanlucquey@gmail.com) et tel : + 33 (0)6 19 56 74 49

LES MATINS DU MONDE 156 rue Cuvier 69006 LYON Email : [info@lesmatinsdumonde.com](mailto:info@lesmatinsdumonde.com) SARL TELLIT VOYAGES au capital de 15 300 € - RCS 437 506 298 Lyon – Immatriculation 069100084 Garantie financière : APS

15 avenue Carnot 75017 Paris. RCP: HISCOX 0086435 Tel + 33 (0)4 37 24 90 30 [www.lesmatinsdumonde.com](http://www.lesmatinsdumonde.com)

Les Matins



du Monde

Voyages sur mesure

Les Matins



du Monde

Voyages sur mesure

## Le Tour du Manaslu

### Vaccination recommandée :

**Il n'y a pas de vaccins obligatoire pour entrer au Népal** mais certain vaccins sont recommandé l'Hépatite A et B, Fièvre Typhoïde et les vaccins français classique : Tétanos, Poliomyélite, diphtérie. Le trek ne se trouve pas dans une région impaludée grâce à l'altitude, le traitement préventif n'est pas conseillé, voire inutile et dangereux. Vous pouvez vous renseigner sur le site de l'institut Pasteur.

**Il vaut mieux éviter les contacts avec les Chiens et les animaux sauvages et signaler toute morsure, la rage est présente au Népal, c'est une maladie qui est mortel si elle est soigné tardivement.**

### Voyage en avion, conseils :

**Soyez libre la journée avant le départ et soyez joignable la compagnie aérienne peut changer les horaires jusqu'à 24 heures à l'avance, ne prenez pas de transport où vous arrivez in extremis si vous raté l'avion aucun remboursement n'est possible.** Présentez-vous trois heures avant le vol avec votre billet électronique et votre passeport.

Pendant le vol, levez-vous quelques fois pour faire quelques pas.

**Mettez vos chaussures de montagne pour prendre l'avion et mettez les affaires primordiales pour le trek dans votre bagage à mains ainsi que vos papiers, téléphone et argent. Les pertes de bagages en soute (20 Kilos max) ou leur arrivée tardive pourrait compromettre le Trek sinon. Pas de liquide, briquets, d'objets tranchants ou contendants à l'intérieur du bagage à main pour éviter des problèmes aux douanes.**

### Site Internet conseillé :

IFREMONT pour le Mal Aigu des Montagnes et la médecine de voyage.

Pasteur pour les Vaccins. Ambassade de France au Népal.

**Livre conseillé :** Lonely Planet du Népal ou guide du routard.

Petit Guide Médical pour le voyage d'Emmanuel Cauchy disponible sur le site de l'Ifremont pour 9 euros.

**Formalité obligatoire pour l'entrer au Népal :** le visa d'entrer du Népal environ 50 euros en cash, ce prend à l'aéroport de Katmandou, il faut avoir 4 photos d'identités sur vous, il faut vérifier que votre passeport soit valide 6 mois encore après votre date de retour pour pouvoir entrer au Népal.

### Moyen de secours et de sécurité interne au Trek :

Caisson Hyperbare Certec Trekking, une trousse à pharmacie collective adapté à la haute altitude et au voyage, téléphone satellite. Système de filtration d'eau Katadyn et de traitement. GPS avec la route du col.

Matériel de montagne. Tente pour réaliser un bivouac.

### Le Portage :

Les porteurs porteront les affaires collectives du groupe, (les tentes, nourritures, matériel pour faire à manger) et 7 kg de matériels par personne de votre choix, ce que vous voulez mais pensez utile c'est vite arrivé 7 kilos.

Vous porterez vos affaires personnelles pour la journée, casse-croûte et votre matériel de montagne environ 8 à 10 kg, le plus léger possible mais avec le matériel donné dans la liste de matériel et votre pharmacie.

**Accompagnateur : [jeanlucquey@gmail.com](mailto:jeanlucquey@gmail.com) et tel : + 33 (0)6 19 56 74 49**

LES MATINS DU MONDE 156 rue Cuvier 69006 LYON Email : [info@lesmatinsdumonde.com](mailto:info@lesmatinsdumonde.com) SARL TELLIT VOYAGES au capital de 15 300 € - RCS 437 506 298 Lyon – Immatriculation 069100084 Garantie financière : APS

15 avenue Carnot 75017 Paris. RCP: HISCOX 0086435 Tel + 33 (0)4 37 24 90 30 [www.lesmatinsdumonde.com](http://www.lesmatinsdumonde.com)

Les Matins



du Monde

Voyages sur mesure

Les Matins



du Monde

Voyages sur mesure

## Le Tour du Manaslu

### **Accompagnateur : Quey Jean Luc :**

Accompagnateur en montagne depuis plus de dix ans, exerce en Trek à l'UCPA dans les Alpes depuis 10 ans, de nombreux Trekking au Népal depuis 4 ans : Tilicho Lac, Trois cols Khumbu (Massif de l'Everest), Tour des Annapurnas, Vallée de Naar Phu, Helambu, Goseikunda et Langtang.

Je suis également **Pisteur Secouriste Artificier** dans la Station des Arcs depuis 7 ans, **j'ai réalisé des formations sur la médecine de haute altitude et de voyage avec l'IFREMONT.**

J'ai également travaillé 5 ans en maintenance sur le plus grand téléphérique du monde : Le Vanoise Express qui relie les Arcs à La Plagne avant de repartir en montagne.

**Accompagnateur : [jeanlucquey@gmail.com](mailto:jeanlucquey@gmail.com) et tel : + 33 (0)6 19 56 74 49**

LES MATINS DU MONDE 156 rue Cuvier 69006 LYON Email : [info@lesmatinsdumonde.com](mailto:info@lesmatinsdumonde.com) SARL TELLIT VOYAGES au capital de 15 300 € - RCS 437 506 298 Lyon – Immatriculation 069100084 Garantie financière : APS

15 avenue Carnot 75017 Paris. RCP: HISCOX 0086435 Tel + 33 (0)4 37 24 90 30 [www.lesmatinsdumonde.com](http://www.lesmatinsdumonde.com)