

[Aventure] Randonnée de Gandan à Samye - 10 Jours

La vie est, en quelque sorte, un pèlerinage. Découverte des principaux monastères, de Ganden et Samye, jusqu'à Lhasa, au cœur de la culture tibétaine authentique.

Date	Destinations	Attractions, Repas & Transport
1	Jour 1 >	 <p>Il faut au moins 3 jours d'acclimatation avant de commencer n'importe quel type d'activité au Tibet, particulièrement pour les randonnées à longue distance. Quant à l'itinéraire de notre circuit, la randonnée de Gandan à Samye prend 5 jours avec une distance de 80 km. C'est un itinéraire qui vous laissera une impression inoubliable, mais qui demande un grand effort physique.</p>
2	Jour 1. Arrivée à Lhasa	 <p>Accueil à l'aéroport Gonggar ou à la gare, transfert à l'hôtel. (Nous vous recommandons de venir au Tibet par le train, de sorte que vous pourrez vous acclimater progressivement en chemin). Un bon repos dans l'après-midi est aussi très important. Nuit à Lhasa.</p>
3	Jour 2. Lhasa	 <p>Une journée de visite en ville. Le temple Jokhang est le temple le plus ancien et sacré du Tibet. Situé du nord de la ville de Lhasa, vous pouvez voir le débat des moines au monastère Sera. Le débat aura lieu entre 15h00-17h00 tous les jours sauf le dimanche, les moines le pratiquent quotidiennement, afin de préparer l'examen final de l'année. Nuit à Lhasa.</p>
4	Jour 3. Lhasa	 <p>Journée de visite en ville. Découverte du Palais Potala, construit à partir du VIII siècle, qui est le siège du dalaï-lama, puis du Palais Norbulingkha, le palais d'été des dalaï-lamas successifs. Nuit à Lhasa.</p>

5	<p>Jour 4. Lhassa - monastère Gandan (4200m) - Drushi (3700m)</p>	<p> <u>Degré de difficulté du jour: ★★★</u></p> <p>Départ le matin, une heure en véhicule de Lhassa à Gandan. Le monastère Gandan établi en 1409, est le plus grand monastère de la secte du Chapeau jaune. Avant de commencer la partie principale de la randonnée, il vous est proposé de marcher autour du monastère comme les pèlerins et ensuite le visiter. La randonnée commence à partir du parking du monastère. En raison de l'état moins bon des restaurants locaux, le guide vous distribuera des boîtes-repas. Au départ du parking, vous retrouvez le sentier bien tracé vers le sud le long du versant de la montagne Wangkor Ri, et passez par le meilleur point de vue du monastère de Gandan. Le sentier se dirige vers le point le plus élevé de 4600m d'altitude, après une escalade d'environ une heure, soit la seule partie difficile de la journée. Deux heures ensuite pour descendre au village Drushi, l'endroit de camping de ce jour. L'équipe de camping, qui préparera les services et le dîner, prendra soin des bagages. Camping à Drushi</p>
6	<p>Jour 5. Drushi - Yamado (4400m 5km 2-3 heures)</p>	<p> <u>Degré de difficulté du jour: ★★</u></p> <p>Ce n'est pas une journée lourde! Il ne vous prend qu'une demi-journée de Drushi à Yamado. Après le petit-déjeuner, on va commencer la randonnée avec déjeuner en pique-nique. Il faut environ 2-3 heures pour atteindre la destination sans pentes abruptes, ainsi vous est-il recommandé de vous promener en profitant des vues pittoresques. Yamado est parsemé de tentes de nomades et divisé en deux parties par le fleuve, les deux parties étant praticables pour le camping. Vous pourrez visiter la tente nomade durant le reste de la journée. Les habitants vous offriront un accueil chaleureux, yogourt, fromage, thé de beurre seront fournis, et vous pourrez aussi marcher plus loin, bénéficiant du calme et de la paix de l'environnement. Votre cuisinier préparera des biscuits et du thé, et vous pourrez même passer l'après-midi tout simplement près de votre tente... et lire un livre est toujours une bonne idée ! Camping à Yamado.</p>
7	<p>Jour 6. Yamado Shugula 5217m - Chitudora 4950m (7h 20km)</p>	<p> <u>Degré de difficulté du jour: ★★</u></p> <p>Ce jour proposera des défis de l'environnement naturel. Il faut environ 4 heures pour atteindre le passe Shugula où vous pouvez voir les belles Lungda (les banderoles de prière) et la corne de yack. C'est le plus haut point de tout le voyage avec une altitude de 5217m. Vous pouvez prendre des photos, mais on vous recommande de ne pas y rester longtemps en raison de la haute altitude. (Pour la sécurité, il faut se tenir en arrière des yacks) Vous arriverez ensuite à la destination du jour après 1,5 heures de randonnée le long de la rivière Tsotup Chu. Camping à Chitudora.</p>

8	Jour 7. Chitudora - Sumdo 3800m (5h 15km)	 <u>Degré de difficulté du jour: ★</u> Continuation du circuit, vous aller passer la Chitu-la (5100m) qui est surmonté par plusieurs cairns. Aussi sur la passe est un petit cairn glacé. Déplacer vers le côté ouest de la passe afin de trouver la piste du bas et de contourner un mur de roche sur son flanc sud. Une descente courte mais raide vous conduira dans un bassin avec trois petits lacs. Le sentier se prolonge au côté ouest des lacs. Il faut 1 heure pour atteindre l'extrémité sud du bassin. Descendre le bassin du côté ouest d'une rivière. Après une heure et demie, vous atteindrez l'endroit de camping d'aujourd'hui - Sumdo . Camping à Sumdo.
9	Jour 8. Sumdo - Yamalong 3600m (3h, 7km) - Samye	 <u>Degré de difficulté du jour: ★★</u> Promenade au travers des fourrés de broussailles pendant une heure et vous rencontrez une autre rivière entrant du côté est de la vallée principale. Le prochain tronçon de trois heures, vous vous trouverez sur les pistes les plus agréables de l'ensemble de la randonnée. Selon les bûcherons locaux, plus de 15 types d'arbres et d'arbustes ont été découverts ici, certains possèdent une hauteur de plus de 6m. Les genévriers odorants poussent sur des pentes exposées du sud tandis que les rhododendrons préfèrent les pentes ombragées. C'est aussi le jour de dire adieu aux bergers. Après la visite du couvent Yamalong , départ en véhicule vers le monastère de Samye , qui est à environ 4km de Yamalong. Nuit à Guest House de Samye.
10	Jour 9. Monastère de Samye - Lac Yamdrok - Lhasa	 Le monastère Samye est le premier monastère au Tibet construit au 8 ^{ème} siècle par le 38 ^e roi du Tibet, Trisong Detsan. Départ pour Lhasa en véhicule via le Lac Yamdrok , qui est aussi appelé lac Turquoise. Nuit à Lhasa.
11	Jour 10. Lhasa Départ	 Transfert à l'aéroport Gonggar ou à la gare de Lhasa pour votre destination prochaine. — Fin de service —

A propos de circuits shopping ou Non-shopping.

Dès le 1er octobre 2013, CITS offre des prix différents pour les circuits avec ou sans shopping. Exceptionnellement, certaines visites sont seulement des prix que des excursions d'une journée, groupe auto-entraînement, randonnées et luxueux, etc. [Cliquez ici pour plus d'information.](#)

