









[Aventure] Randonnée de Gandan à Yamado - 10 Jours

Toute une vie dans une randonnée. Randonnée sacrée depuis Ganden, l'un des principaux monastères tibétains, jusqu'à Lhasa ; rencontre avec les pasteurs de Drushi à Yamado, sur le plateau tibétain.

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. Visite du temple Jokhang qui est le temple le plus ancien et sacré du Tibet. Balade dans la rue Barkhor et découverte du marché Barkhor qui est l'un des trois cercles de la ville de Lhasa et aussi la plus intéressante partie de la vieille ville. Continuation au Palais Norbulingkha, le palais d'été des dalai-lamas successifs. Nuit à Lhasa.</p>
4	Jour 3. Lhasa	 <p>Visite du monastère Drepung le matin et du monastère de Sera dans l'après-midi. Le monastère Drepung, se trouve dans la partie ouest de la ville ; c'est le plus grand monastère de la secte du Chapeau jaune, il peut recevoir environ de 10,000 moines. Situé au nord de la ville de Lhasa, vous pourrez assister au débat des moines au monastère Sera. Le débat a lieu entre 15h00-17h00 tous les jours sauf le dimanche. Les moines le pratiquent tous les jours afin de préparer l'examen final de l'année. Nuit à Lhasa.</p>

5	Jour 4. Lhasa - monastère Gandan (4200m) - Drushi (3700m)	 <u>Degré de difficulté du jour: ★★★</u> Départ le matin, il faut une heure en véhicule de Lhasa à Gandan. Le monastère Ganden 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 des restaurants locaux, le guide vous distribuera des boîtes-déjeuner. Au départ du parking, vous retrouvez le sentier bien tracé vers le sud au flanc de la montagne Wangkor Ri , puis passez par le meilleur point de vue du monastère de Gandan. Le sentier se dirige vers le point le plus élevé, à 4600m d'altitude, après une escalade d'environ une heure, soit la seule partie difficile dans la journée. Durant les deux heures suivantes, on descend au village Drushi , l'endroit de camping du jour. Les bagages seront pris en charge par l'équipe de camping, qui préparera les services et le dîner. Camping à Drushi
6	Jour 5. Drushi - Yamado (4400m 5km 2-3 heures)	 <u>Degré de difficulté du jour: ★★</u> Ce n'est jamais une journée lourde! Il ne faut qu'une demi-journée de Drushi à Yamado . Après le petit-déjeuner, on entame la randonnée avec déjeuner en pique-nique. Il faut environ 2-3 heures pour la destination, sans pentes abruptes, ainsi on peut se promener en profitant des paysages pittoresques. Yamado est parsemé de tentes de nomades et divisé en deux parties par le fleuve, tous les deux parties sont praticables pour le camping. Vous pourrez visiter la tente nomade durant le reste de la journée. Les villageois vous réserveront un accueil chaleureux, yogourt, fromage, thé de beurre vous seront offerts, et vous pourrez aussi marcher plus loin et profiter du calme et de la paix de l'environnement. Votre cuisinier préparera des biscuits et du thé, vous pourrez donc aussi tout simplement passer l'après-midi près de votre tente, et lire un bon livre est toujours profitable! Camping à Yamado.
7	Jour 6. Yamado - Drushi - Lhasa	 Retour en véhicule de Yamado à Lhasa. Arrivée dans l'après-midi. Nuit à Lhasa.
8	Jour 7. Lhasa	 Une matinée de visite en ville. Découverte du Palais Potala , construit à partir du VII ^e siècle, qui est le siège des dalaï-lamas successifs. L'après-midi libre pour que vous puissiez admirer l'atmosphère du plateau tibétain à votre propre rythme. Nuit à Lhasa.

9	Jour 8. Lhasa - Lac Yamdrok - glacier Kharola - Gyantse - Shigatse	 <p>Départ le matin de Lhasa à Shigatse. Il faut 6-7 heures de route pour une distance de 360km.</p> <p>A mi-chemin, vous pourrez admirer les paysages du lac Yamdrok qui est l'un des trois lacs sacrés du Tibet. Ce lac a une eau couleur turquoise, lisse comme un miroir.</p> <p>Continuation jusqu'au glacier Kharola, connu pour sa morphologie géologique, avec une altitude d'environ 7000m au sommet.</p> <p>Nuit à Shigatse.</p>
10	Jour 9. Shigatse - Monastère Tashilumpu - Lhasa	 <p>Le monastère Tashilumpu, fondé en 1447 par le premier dalaï lama - Guendune Gyatso, est le plus grand monastère à l'ouest du Tibet. Après la visite du monastère Tashilumpu du matin, retour vers Lhasa par une autre route d'environ 280 km et 4-5 heures.</p>
11	Jour 10. Lhasa Départ	 <p>Transfert à l'aéroport Gonggar ou à la gare de Lhasa pour votre destination suivante.</p> <p>— Fin de service —</p>

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.](#)