

## **« Traversée de la chaîne Kirghiz Alatoo au lac Song Koul »**

### **Trek 16 jours, 10 jours de marche**

**Un trek inédit pour rejoindre un site exceptionnel, le lac Song Koul. Superbe réserve où les nomades kirghizes installent leurs camps de yourtes pour la belle saison. Troupeaux de juments, moutons, yacks font partie du décor. Pour l'atteindre, 10 jours de marche au cours desquels nous franchirons la chaîne Kirghiz-Alatoo dont les sommets avoisinent les 5 000 mètres et multiples autres petites chaînes de montagnes sauvages moins élevées mais toutes aussi attrayantes par leur variété de paysage. Les moments passés avec les nomades kirghizes, le partage de leur vie quotidienne feront partie intégrante de notre séjour.**

#### **J1/ Départ Paris - Bishkek**

Départ de Paris dans l'après midi, nuit à bord

#### **J2 / Bishkek**

Arrivée à Bishkek le matin. Transfert dans notre guest house et repos pour se remettre de l'avion et du décalage horaire. L'après midi, visite de la capitale plantée au bord de la steppe kazak (800 m) et aux pieds des sommets culminants à près de 5000 mètres. En flânant le long des grandes rues ombragées de la ville, nous découvrons ses monuments, musées, opéra, palais présidentiel ... Copie conforme des monuments de la capitale russe Moscou. Nous ferons une étape au principal bazar, point de rencontre de tous les peuples d'Asie Centrale. Nuit dans notre guest house.

#### **J3 / Bishkek – Village de Tatir**

Transfert pour le petit village de Tatir ( 1 550 m) situé plein sud à 1 heure de route puis de piste de Bishkek. Nous laissons notre véhicule, marche pour atteindre le col 1 980 m qui nous permettra de redescendre sur la vallée de Chon Kurt Chak. Derrière nous , la vallée de la Chuy, au loin le Kazakhstan. Descente vers notre camp entre forêts et pâturages.

Marche : 4 heures

Dénivelé : 600 m

#### **J4-5/ Vallée de Alamedin**

Au cours de ces deux journées nous évoluerons au cœur de la vallée Alamedin. Une superbe vallée où coule une rivière du même nom. Nous marchons entre forêts et plateaux ou troupeaux de juments et de moutons passent l'été.

Plus haut, Les glaciers, falaises de granit, pics enneigés territoire du léopard des neiges ( secteur où l'on trouve encore ces magnifiques félins) Marco Polo ( le mouflon d'Asie centrale) ....

Au matin de J5 nous bifurquons à gauche pour nous rapprocher de la passe Alamedin ( 3 920 m). Nous prenons de l'altitude, la marche se fait plus difficile. Autour de nous glaciers, sommets à plus de 4 500 mètres. Après quelques heures de marche, les chevaux sont dans l'obligation de s'arrêter. Le terrain beaucoup trop accidenté ne leur permet pas de continuer. Nous prenons nos sacs et atteignons le pied du glacier ( marche sur glacier 30 mn), la pente est plus raide les derniers cent mètres se font sentir. La passe atteinte, un superbe panorama à 360 ° s'offre à nous. Descente difficile ( pierrier) dans un premier temps, puis agréable pour rejoindre la vallée. Rencontre avec les nomades qui se sont installés dans ces hautes vallées pour 4-5 mois avec leurs

troupeaux.

J4 :

Marche : 7 h

Dénivelé : + 900 m / - 500 m

J5 :

Marche : 8 h

Dénivelé : + 1 100 m / - 750 m

### **J6-7/ Vallée de Karakol - Seeuk**

Cols de plus de 3 700 m , hautes vallées sont au programme de ces journées.

L'environnement est dès plus sauvage. Nous passons de vallons en vallons, franchissons rivières ..... Nous sommes sur le territoire du loup ...

Du dernier col 3 780 m, nous apercevons au loin la vallée de Jungall. Une descente assez raide nous permet de rejoindre un petit lac où se rassemblent troupeaux de chevaux sauvages. En aval, la vie nomade est présente. Le kirghize à cheval passe sa journée à jumeler son troupeau et ses prédateurs mais il ne manquera pas de nous offrir un bol de Koumis ( lait de jument fermenté) ... Nous camperons au pieds de belles falaises.

J6 :

Marche : 7-8 h

Dénivelé : + 1 150 m / - 950 m

J7 :

Marche : 7 h

Dénivelé : + 900 m / - 400 m

### **J8 / Lac Sary Koul**

Aujourd'hui l'objectif est de rejoindre le lac Sary Koul 3 350 m . Nous l'atteindrons en milieu de journée ce qui nous permettra ensuite d'apprécier une bonne après midi de repos. Marche en amont, autour du lac pour ceux qui le souhaitent .... Un endroit paisible idéal pour la méditation.

Marche : 3 - 4 h

Dénivelé : + 450 m / - 250 m

### **J9/ Lac – vallée de Tash Bebe – Kyz Art**

Nous quittons ce superbe environnement pour la vallée de Tash bebe où les nomades kirghizes ont planté leurs camp de yourtes en amont de fermes kolkoziennes laissées à l'abandon.

Marche : 7 h

Dénivelé : + 650 m / - 700 m

### **J10 / Vallée de Jungal - Song Koul**

Nous traversons la route qui relie le village de Chaek à celui de Korchkor, axe routier est-ouest au niveau de la passe Kyz-Art (2664 mètres). Au cours de cette journée, nous franchirons la passe de Tcharatcha (2 900 m), le massif de Kilemche. Camp au pied du col de Tuiz Achou à 2 600 m).

Marche : 7 h

Dénivelé : + 650 m / - 700 m

### **J11/J12 Song Koul (3 000 mètres)**

Traversée du col de Tuiz Achou (3225 m) et descente sur les rives du lac Song-Koul où tout autour de petits points blancs tels des champignons de Paris parsèment le vert des pâturages. Ce sont les camps de yourtes. Song Koul est considéré comme le cœur de la Kirghizie et répertorié comme la principale réserve naturelle du pays mais aussi par les bergers de toute les régions environnantes comme un lieu où l'herbe est d'excellente qualité. La nature est intacte et splendide. Seul le cri perçant de l'aigle peut interrompre le calme qui règne ici. Au fil de la descente , rencontre avec les nomades Camp sur la rive nord du lac.

Marche : 5 h

Dénivelé : + 600 m / - 250 m

### **J13/ Song Koul - Issyk Koul**

Transfert en véhicule pour la bourgade de Kochkorka où nous déjeunerons et visiterons une association de femmes qui produisent l'artisanat local ( sherdak : tapis de feutre et autres produits ...).

Nous reprenons la route pour la perle de la Kirghizie : le lac Issyk Koul, véritable mer au milieu de chaînes de montagnes. Ce lac situé à 1600 mètres d'altitude est le second plus grand lac d'altitude du monde après le lac Titicaca (Pérou-Bolivie). 180 km de long et 60 de large pour 700 mètres de profondeur ! Camp sur la rive sud du lac.

### **J14/ Issyk Koul – Bishkek**

Retour sur la capitale kirghize, arrivée à notre guest house de Bishkek en milieu d'après midi. Temps libre pour vos derniers achats.

### **J15 : Journée tampon en fonction de la météo et avancée des participants**

### **J16/ Bishkek – Paris**

## **Informations :**

### **Randonnée :**

Les randonnées ne sont pas techniques mais nécessitent une bonne forme physique. 10 jours de marche de 6-9 h ; à des altitudes comprises entre 2 500 et 4 000 mètres.

Attention la marche en J5 se fait hors sentier ( descente délicate dans un pierrier) et avec la nécessité de porter son sac ( avec son matériel, duvet, vêtements chauds) car les chevaux ne peuvent franchir la passe Alamedin.

Les autres journées , les sacs seront transportées par les chevaux et véhicule .

Dénivelé moyen : + 600-800 m

### **Equipement:**

Similaire à tout autre trek en région de montagne (duvet chaud - 10 degrés, bâtons de marche .....)

A savoir que certaines régions de notre séjour sont peu fréquentées. Il faut savoir parfois s'adapter aux aléas météos etc. Qu'une étape peut être modifiée par le guide si

nécessaire.

**Hébergement:**

En Guest House ou petit hôtel, pour les nuits passées à Bishkek, sous tente.

**Restauration:**

Cuisine "plein air" préparé par vos guides avec quelques repas pris en restaurant (à Bishkek , Kochkor). Tente messe.

**Encadrement:**

Une équipe de guides locaux parlant le français. Guide leader, assistant guide, cuisto (suivant l'importance du groupe).

**Equipement fourni par l'organisation:**

Matériel de camping collectif .

Tente + matelas

Vaisselle

**Climat:**

Prédominance du beau temps (sec et chaud) l'été les nuits en altitude sont assez fraîches

( nécessité d'avoir un sac de couchage confort - 10 degrés)

**Période des séjours :**

De fin juin à mi septembre

**Santé:**

Pas de risques particuliers, pas de vaccinations obligatoires. Etre à jour dans ses vaccinations, n'oublier pas d'aller faire une visite de routine chez votre dentiste.

**Devises:**

Monnaie: le som (environ 1\$us=40 som);

L'euro est très bien accepté 1 € = 50 soms

**Décalage horaire:**

Heures: rajouter 4 heures à l'heure française.

**Langues:** Le russe, le kirghize, les langues turcophones d'Asie centrales

**Formalités administratives:**

Pour se rendre en Kirghizie, il faut avoir un passeport valide (6 mois de validité après la date du retour) . Un visa a retiré à l'ambassade de Kirghizie à Bruxelles.

Ambassade de la République Kirghize

47, rue de l'Abbaye

1050 Bruxelles tel: (32 2) 640 16 68 ; 640 38 83

fax: (32 2) 640 01 31

Il est possible d'obtenir son visa à l'arrivée à l'aéroport de Bishkek pour un coût de 35 €

**L'assurance voyage :**

Il vous sera impératif d'avoir une assurance voyage avant de quitter le territoire français. Assurance rapatriement.

## **Littérature:**

La rumeur des steppes, Voyageurs Payot René Cagnat 2001  
Asie Centrale, le fils de Tamerlan, Alain Chenevièvre, Edition Vilo 1998  
Trek Magazine du mois de Juin 2003 (10 pages)  
Carnet d'Expé No5 Dec-Janv 2005  
Trek Mag Juin 2006-10-30  
Terre Sauvage Mars 2006  
Grands Reportages sept 2006  
Roadbook dec 2008

## **Prix :**

Groupe de 4-6 pax : 1 350 €  
Groupe de 7-9 pax : 1 250 €  
Groupe 10-12 pax : 1 150 €

### **Les prix comprennent :**

- \* L'organisation du séjour
- \* Le transport durant tout le séjour
- \* La restauration durant tout le séjour (sauf repas à Bishkek).
- \* L'hébergement tout au long du séjour ( Guest House, camp sous tente)
- \* Le matériel de camping
- \* L'encadrement par des accompagnateurs francophones kirghizes.
- \* Permis de zone écologique

### **Les prix ne comprennent pas :**

- \* Les boissons et extra personnels,
- \* Frais de visas
- \* Repas à Bishkek.
- \* Pourboires équipe locale
- \* Toutes activités non mentionnées dans le programme
- \* Assurance voyage-rapatriement

### **Aérien :**

Possibilité de se rendre à Bishkek ( capitale de la Kirghizie) par :  
- Aéroflot, British Airways, Turkish Airlines  
- Coût de l'aérien entre 750 et 950 €