

# Les lacs de Gokyo



Jours:	15
Prix:	1390 EUR Vol international non inclus
Confort:	★★☆☆☆
Difficulté:	★★★★☆
	📌 Trekking 📌 Les incontournables

Ce trek vous emmène découvrir les célèbres **lacs sacrés de Gokyo**. Tout au long de votre chemin vous aurez la chance d'admirer des paysages qui vous laisseront un souvenir indélébile. Vous dormirez dans de vieux **villages Sherpa** et découvrirez le mode de vie des habitants de la région. Plus surprenant encore, vous gravirez le **Gokyo Ri** qui culmine à 5357m et qui vous offrira une somptueuse vue sur le **Mont Everest, le Makalu et le Cho Oyu**.

## Jour 1. Arrivée à Katmandou



Katmandou (1330 m) 📍

- Accueil et assistance par notre représentant à l'aéroport international Tribhuvan, à Katmandou.  
Un court trajet en voiture vous mène jusqu'à votre hôtel où vous pouvez vous reposer quelques instants.

🏠 Hébergement | Hotel Manang

## Jour 2. Vol pour Lukla et début de votre trek.



Phakding (2610 m) 📍

- La journée démarre de bonne heure, avec un vol court, mais spectaculaire, pour Lukla, point de départ de votre trek. Des chaînes du Langtang au Jugal Himal, en passant par le Rolwaling, le Gaurisankar et le Menlumtse, avant votre première vision de l'**Everest** : le panorama est à couper le souffle.
- Vous débutez votre trek à la **porte de Khumbu** à l'entrée du village de Lukla. Tout au long de la journée, de nombreux arrêts sont prévus pour aller à la rencontre des habitants, prendre des photos et bien sûr profiter du paysage et de la vue des multiples sommets enneigés, culminants à 6 000 m.

Vous passez près de l'énorme pierre de mani (prières) **Thado Kosi**, puis vous contournez les nombreux chortens et moulins à prières de Sano.

Après-midi libre. Néanmoins, ceux qui le souhaitent peuvent encore monter jusqu'à une petite Gompa (temple bouddhiste), dominant le village. Vous vous retrouvez pour un apéritif au coin du feu et le repas du soir.

🍽️ Petit déjeuner | Hotel Manang

🏠 Hébergement | Lodge

## Jour 3-4. Deux nuits à Namche pour s'acclimater.



Namche (3440 m) 📍

### Jour 3

- Après le petit-déjeuner, vous marchez jusqu'au village de Monjo village. Le sentier suit en ondulant la rive droite de la **Dudh Koshi**, traverse le village de Phakding, puis emprunte de nombreux ponts suspendus au-dessus de la rivière. Vous continuez à travers une forêt de pins puis traversez plusieurs petits villages, avant de faire une pause et d'admirer le majestueux Thamserku, culminant au-dessus de nous à 6 623 m.

Quelques heures plus tard, après avoir de nouveau traversé plusieurs ponts suspendus, vous parvenez au petit village de Monjo.

- Peu après avoir quitté notre lodge, vous atteignez l'entrée du Parc National de Sagarmatha. Vous pourrez observer la carte en 3D et jeter un oeil aux panneaux d'information, pendant que les guides s'occupent des permis de trek.

A partir de là, vous marchez encore une quarantaine de minutes le long de la Dudh Khosi, avant de traverser son affluent, la Khosi Bhote, et de commencer votre ascension en direction de la dynamique capitale Sherpa : Namche, et ses nombreuses échoppes colorées.

Le sentier s'éloigne de la rivière en zigzaguant, montant progressivement jusqu'à la limite des arbres, pour finalement déboucher sur une cuvette d'altitude et arriver au village.

### Jour 4

- Le début de la journée est consacré à une petite promenade, afin de bien s'acclimater à l'altitude. Après-midi libre pour profiter des boutiques et des cafés de Namche. Tout en déambulant, votre guide vous amènera jusqu'à de merveilleux panoramas et vous pourrez admirer les « rock-stars » du monde himalayen. Prenez-en plein les yeux : surplombant les vallées profondes, le Lhotse, le Nuptse, l'Everest, l'Ama Dablam s'offrent au regard.
- Enfin, si vous vous sentez suffisamment en forme, vous pouvez continuer vers les ravissants villages de Khumjung et de Kunde où un dispensaire et une école ont pu être ouverts grâce à la Fondation Sir Edmund Hillary.

---

🏠 Hébergement

Lodge

## Jour 5. Namche - Phortse



Phortse (3810 m) 📍

- Si vous avez déjà visité Khumjung la veille, vous pouvez continuer directement pour Phortse sans passer par le village Khumjung. La montée est facile jusqu'au musée de Namche.

Après un tronçon nettement plus raide, vous arrivez au village de Mong. La vue sur le **Thamserku** au Sud-est est splendide. Vous descendez afin de rejoindre et de traverser la rivière Dudh Kosi Nadi sur une passerelle métallique à 3680m d'altitude. C'est par une montée régulière que vous rejoignez le village de Phortse à 3800m d'altitude.

Phortse est un **village magnifiquement situé sur un plateau entièrement cultivé**, où chaque parcelle de terrain est entourée de murs en pierres sèches.

---

🏠 Hébergement

Lodge

## Jour 6. Phortse - Machhermo



Machhermo (4400 m) 📍

- Après le petit déjeuner, vous quittez Phortse pour redescendre à la passerelle empruntée la veille. Un étroit sentier très poussiéreux et raide, vous permet de rejoindre celui qui vient de Thanga. Vous passez sous d'immenses **rhododendrons**. Plus loin, c'est deux **cascades** qui vous rafraichissent un peu de leurs embruns givrants. Vous faites une pause à Dhole.

Vous continuez votre route vers le nord, le sentier chemine à flanc de montagne, sans difficultés. Des **troupeaux de yacks** paissent tranquillement. Dès que le soleil se cache derrière les nuages, la température chute : gants et polaire sont nécessaires. Heureusement, le vent souffle dans votre dos !

---

🏠 Hébergement

Lodge

## Jour 7-8. Deux nuits à Gokyo pour s'acclimater



Gokyo (4790 m) 📍

### Jour 7

- Ce matin, vous partez vers les lacs de Gokyo. Route scénique vers Panka puis petite descente suivant une des rivières provenant du **glacier Ngozumpa**. Vous remontez la vallée en longeant ce glacier jusqu'au premier lac sacré. Peu après, le second lac fait son apparition et enfin le troisième lac, le Dudh Pokhari situé sur la rive Est du groupement des **lacs de Gokyo**.

Les paysages sont à couper le souffle avec le Cho Oyu (8143 m) et le Gyachung Kang dont les reflets tranchent sur les eaux calmes, vertes émeraude des lacs. Arrivée au site remarquable de Gokyo.

### Jour 8

- Gokyo est situé à côté du **glacier Ngozumpa**, le plus grand glacier du Népal. Les Sherpa gèrent des lodges et fournissent les meilleurs services aux randonneurs.

Vous pouvez passer cette journée à vous reposer dans la vallée de Gokyo ou, s'il vous reste assez d'énergie, vous pourrez vous rendre aux **quatrième et cinquième lacs**. Si vous le voulez, vous pouvez gravir une **colline** située au bord du 5ème lac. De là, vous avez une vue magnifique sur **Cho-Oyu, Gyachung Kang, le mont Everest, Lhotse, Nuptse et Makalu**.

Retour près des principaux lacs et lodge au centre d'un cirque de montagnes considéré par certains comme "esthétiquement" supérieur à celui de l'Everest...

🏠 Hébergement

Lodge

## Jour 9. Gokyo Ri - Phanga



Phanga (4400m) 📍

- Le début de la journée est consacré à l'ascension du **Gokyo Peak**. Vous quittez votre lodge juste après le levé du jour et par le versant sud le cheminement est facile. Certains disent que la vue sur la région de l'Everest est encore plus belle du Gokyo Peak que du Kala Patar.
- Le chemin jusqu'au sommet de **Gokyo Ri** (5360 m) est exigeant. Il faut monter environ 3 à 4 heures pour atteindre le sommet d'où vous serez émerveillé par la vue spectaculaire sur la vallée de Gokyo, le massif du glacier Ngozumpa et la chaîne de montagnes de Khumbu. La vue des **rayons du soleil embrasant l'Everest** est stupéfiante.

Vous descendez ensuite jusqu'à Gokyo puis vous vous dirigez vers Phanga via Longonga.

🏠 Hébergement

Lodge

## Jour 10. Phanga - Khumjung



Khumjung 📍

- Lors de votre descente vous observez les paysages d'un autre point de vue. Le sentier serpente entre différents obstacles et offre un magnifique aperçu sur **Cho Oyu et Cholatse**.

🏠 Hébergement

Lodge

## Jour 11. Khumjung - Namche



Namche (3440 m) 📍

- De Dingboche, vous descendez en direction de Namche par le sentier principal Dingboche - Somare - Pangboche - Tengboche - Namche. En raison des successions de descentes et de montées, il faudra environ 2 heures pour atteindre Namche Bazaar.

🏠 Hébergement

Lodge

## Jour 12. Dernière journée dans la région de l'Everest



Lukla (2850 m) 📍

- Tôt le matin, vous redescendez vers Lukla. La marche d'aujourd'hui sera passionnante et facile car elle traverse des **forêts de rhododendrons et de pins**. Vous passez par Monjo puis par Phakding. Après 8 heures de trek, vous arrivez enfin à Lukla où vous vous reposez.

🏠 Hébergement

Lodge

## Jour 13. Retour à Katmandou



Lukla (2850 m) 📍  
✈️ 150km - ⌚ 30m  
Katmandou (1330 m) 📍

### Lukla (2850 m) - Katmandou (1330 m)

- Après le petit-déjeuner, nous reprenons le vol pour Katmandou. Un vol court mais spectaculaire avec, par temps clair, une vue imprenable sur les montagnes.
- Arrivée à l'aéroport de Katmandou et transfert vers votre hôtel où vous pourrez vous reposer quelques instants.

🏠 Hébergement

Lodge

## Jour 14. Journée libre à Katmandou



Katmandou (1330 m) 📍

- Aujourd'hui vous avez le choix, vous pouvez profiter de la journée pour vous promener dans Katmandou ou nous demandez une visite guidée des principaux sites de la ville. Nous vous offrons la possibilité de participer à une activité immersive et exclusive auprès d'un artisan traditionnel. Au programme au choix: cours de cuisine, sculpture, peinture, musique et bien d'autres. Une activité ludique pour toute la famille. Le meilleur souvenir que vous pourrez rapporter!

🏠 Hébergement

Lodge

## Jour 15. Bon retour et à une prochaine fois !



Katmandou (1330 m) 📍

- Transfert à l'aéroport international (3 heures avant) pour le départ final en fonction des horaires de votre vol.

🏠 Hébergement

Lodge

# Carte itinéraire



## Tarif par personne pour un circuit privatisé

1-1	2-2	3-10
1990 EUR	1590 EUR	1390 EUR

## Inclus

- Les vols intérieurs pour vous et votre guide : Katmandou - Lukla A/R.
- Les transferts aéroport - hôtel.
- 3 nuits à Katmandou en hôtel 3 étoiles en B&B.
- L'encadrement par un guide népalais anglophone durant le trek.
- Un porteur pour 2 trekkers.
- Tous les permis de trek.
- Les nuits en lodge durant le trek.
- Tous les repas durant le trek.
- Assurance pour l'équipe locale : Guide, Porteur.
- L'assistance de votre conseiller voyage 24/7.

## Non inclus

- L'assurance de voyage : annulation / rapatriement / interruption de séjour / perte des bagages
- Les vols internationaux
- Les frais de visa 25 USD pour 15 Jours
- Les dépenses personnelles : boissons, souvenirs, téléphone, spa, etc.
- Les pourboires
- Les repas hors petit-déjeuners à Katmandou.