

Quelques infos au sujet des treks :

Bagages

Pendant le trek, votre sac est porté à dos de mule et de cheval :

Prévoir un sac souple sans roulette ou un sac à dos.

Celui-ci ne doit pas dépasser 15 KG maximum.

Nous vous fournissons un sur-sac pour protéger le vôtre.

Vous ne porterez qu'un petit sac avec vos affaires pour la journée. Votre randonnée se fait ainsi dans de meilleures conditions.

Avant votre départ, vous recevrez un mail, une lettre pour vous aider à choisir votre équipement pour ne pas vous charger inutilement.



Camping

Tous nos treks se font en camping. Certaines régions peu parcourues par les trekkeurs ne possèdent pas encore de lodges.

Les tentes (2 places), les matelas, la tente mess et l'équipement cuisine sont fournis par nos soins. L'équipe cuisine se compose d'un cuisinier et de ses aides. Ils préparent pour vous une nourriture abondante et étudiée pour les palais européens.

Nos équipes choisissent toujours judicieusement les emplacements de nos camps.

Il est, en général, possible de faire sa toilette dans les rivières ou aux points d'eau qui se trouvent aux abords du camp. Notre équipe fait chauffer de l'eau le matin pour une «petite toilette» dans votre tente. Mais il faut être assez souple quant aux conditions de confort. Nous «montons» une tente toilette sur chaque camp pour pallier le manque «d'infrastructure» !



Imprévus

Ils font partie du voyage. Nous faisons tout ce qui est nécessaire pour vous assurer un voyage dans les meilleures conditions. Toutefois, notre agence, notre équipe ou nos représentants ne sauraient être tenus responsables de tout changement ou modification dû aux conditions météorologiques, mauvais états des routes ou des sentiers, retards ou annulations de vol, surbooking des compagnies aériennes, problèmes politiques, problèmes de santé d'un ou des participants, problèmes mécaniques d'un véhicule ou tout ce qui est en dehors de notre contrôle.

Tout surcoût entraîné par une des causes énumérées ci-dessus ou par toute autre cause hors de notre contrôle sera à la charge du client. Nous mettons tout en œuvre pour vous proposer des alternatives sans supplément à payer.

Muletier / Guide / Accompagnateur

Les muletiers sont ladakhis, ils font partie intégrante de l'équipe et vous prendrez beaucoup de plaisir à cette rencontre des plus authentique ...



Votre guide ladakhi est le chef d'équipe : C'est un professionnel de la montagne. Il décide s'il faut changer d'itinéraire et il choisit le lieu du camp. Il ne porte que son sac personnel. Il parle anglais et certains de nos guides parlent « un petit peu » français ...

Un accompagnateur français (en supplément de votre guide) est inclus dans nos tarifs à partir d'un certain nombre de participants (voir itinéraire). Il s'est spécialisé dans la culture de l'Himalaya et bien sûr du bouddhisme. Il sera là pour traduire les explications de votre guide et vous accompagnera de Delhi à Delhi.

Pourboire

Si vous êtes satisfait, il est d'usage de laisser une enveloppe à la fin du circuit à chaque membre de l'équipe locale (en trek). Compter 2 à 3 € par jour et par personne, à répartir entre le guide, l'équipe cuisine et les muletiers.

Dans les hôtels et les restaurants, le service n'est généralement pas inclus. Dans les hôtels, il est d'usage de donner l'équivalent en monnaie locale d'environ 0,50c d'euro par bagage et de laisser dans les restaurants 10% pour le service.

Une journée de trek au Ladakh

A 6h/6h30 (en fonction de la chaleur en journée), on frappe à la tente pour vous réveiller en douceur avec une tasse de thé. Ensuite vous préparez votre sac et démontez la tente. Les muletiers récupèrent tout cela et commencent à charger les mules. En altitude, on vous apporte un bol d'eau chaude pour vous débarbouiller ou vous laver les mains.

Vers 7h15, c'est l'heure du petit déjeuner. Il se compose de thé, lait, café ou chocolat, d'œufs préparés de différente manière chaque jour, de pains ou des crêpes, de miel et de confiture, de muesli ou riz au lait. On vous donne une barre chocolatée ou une pâte de fruits et un fruit (jusqu'à épuisement du stock) pour la route.

A 8h, on est parti. Nous faisons régulièrement des pauses pour boire et grignoter.

Vers 12h00, les cuisiniers qui partent après nous, le matin, le temps de tout ranger, nous rejoignent avec les paniers repas, souvent chaud. On s'arrête environ 1h-1h30. On repart.

On arrive au camp entre 15h30 et 17h selon le programme de marche de la journée.

Les muletiers arrivent généralement avant nous. Ils déchargent les mules.

Vous récupérez vos sacs et votre tente. Vous la montez et ensuite vous allez vaquer à vos occupations, journal de bord, toilette au bord de la rivière, lessive ou autre....

Vers 17h c'est le teatime (thé avec des biscuits ou parfois des pakoras, beignets de légumes).

Vers 18h30-19h c'est le repas du soir. Il se compose d'une soupe, avec des pop corns ou des papadums (apéro indien et chips indiennes...). Ensuite vous verrez arriver sur la table plusieurs plats à base de sucres lents, pâtes, riz ou pommes-de-terre, avec un accompagnement (sauce, légumes...selon votre cuistot). Vous aurez ensuite un dessert, fruits au sirop ou bien une spécialité préparée par votre cuistot. Vous aurez du thé, du café, du lait ou du chocolat pour terminer. Le cuisinier fera bouillir de l'eau pour les gourdes.

Marcher dans les Himalayas est accessible à tous.

C'est prendre le temps de regarder autour de soi, de "déconnecter" du rythme trépidant de nos villes occidentales.

C'est aussi savoir échanger par un regard ou un sourire un moment de complicité avec l'autre.

Entraînez-vous avant de partir en pratiquant la natation, le vélo, la course à pied et, pourquoi pas oubliez l'ascenseur et montez quelques étages à pied chaque jour.

Pour mieux apprécier votre randonnée et ne pas la transformer en calvaire ! Un minimum de condition physique est nécessaire.

