



SHISHA PANGMA 8013 M

Tibet - Ascension par la Voie normale

Le Shishapangma est le quatorzième sommet le plus haut du monde, et le dernier des 8000. Il est situé entièrement dans l'Himalaya du Tibet et son imposante silhouette surplombe les magnifiques et désertiques hauts plateaux tibétains. Première ascension en 1964 par une expédition chinoise.

C'est l'un des 8000 plus abordable - techniquement parlant - pour tenter un premier 8000. Cette expédition s'adresse à des alpinistes ayant déjà une bonne pratique des courses de neige et capables d'évoluer en cordées autonomes. Avoir déjà une expérience des expéditions et avoir atteint un sommet de 6500/7000 m sera un plus. L'approche se fera en 4x4 sur route et pistes au départ de Kathmandu.

L'expédition au jour le jour

Jour 1 & 2

Vol Paris/Kathmandu - Nuit à l'hôtel.

Jour 3

Journée libre à Kathmandu. Nuit à l'hôtel.

Jour 4

Transfert en bus privé pour Kodari à la frontière avec le Tibet, puis pour Zangmu. Nuit hôtel.

Jours 5 et 6

Route pour Nyalam (3600 m). Le jour 6 randonnée d'acclimatation à Nyalam. Nuits en hôtel.

Jour 7

Par le col de Lalung La (5000 m) route et piste pour le camp de base chinois (4800 m). Camp.

Jours 8/9

Nous resterons deux jours pour l'acclimatation et la préparation du matériel. Camp.

Jours 10/11/12

Montées sur des moraines et glacier pour installer un camp dépôt intermédiaire, puis le camp de base avancé à 5600 m d'altitude.

Jours 13/35

Période d'ascension du Cho Oyu, deux mille cinq cent mètres au dessus de nos têtes ! Un camp dépôt vers 6000 m, camp 1 à 6450 m, camp 2 à 7100 m et camp 3 à 7500 m.

Jour 36

Retour au camp de base chinois.

Jour 37/38

Route pour Zangmu et Kathmandu

Jour 39/40

Vol retour en France.

Phase d'acclimatation

Notre stratégie consiste à monter à un camp très lentement et peu chargé (10 kg maximum) puis de redescendre au camp inférieur, prendre une journée de repos à ce camp inférieur puis de remonter dormir au camp supérieur. La montée à un camp pourra se faire en deux temps (montée à une altitude intermédiaire, redescendre, se reposer puis monter au camp). Cette technique a été éprouvée sur de nombreux hauts sommets et ce jusqu'à l'Everest.

Phase de sommet

Après quelques jours de repos au camp de base, nous enchaînons les montées aux camps 1, 2, 3 puis vers LE sommet. Cette technique permet de limiter les nuits au dessus du camp de base, nuits pendant lesquelles le sommeil est moins bon et l'assimilation de nourriture plus difficile.

L'itinéraire

Camp dépôt intermédiaire : au dessus du camp de base installation d'un camp dépôt vers 5850m qui s'atteint par des moraines et glacier.

Camp 1 : montée sur glacier dans des pénétrants de glace puis pente de neige pour atteindre le camp à 6450 m sur un replat du glacier.

Camp 2 : des pentes sur un glacier crevassé mènent au plateau neigeux du camp 2 à 6900m.

Camp 3 : une longue combe de neige venant buter sur une pente raide avec petit mur de mixte qui sera équipée de cordes fixes mène au camp à 7400 m d'altitude.

Sommet : la journée du sommet commence par une pente de neige raide qui vient buter sur l'arête NE. Passages raides et aériens sur l'arête pour atteindre le sommet. Les passages techniques seront équipés de cordes fixes.

Les points importants sur notre organisation

* Nous faisons un effort particulier pour rendre le camp de base le plus agréable possible et permettre ainsi de bons moments de récupération. Vous y aurez une tente par personne pour favoriser le repos. Le camp est équipé en électricité (panneaux et groupe) et la tente mess chauffée si besoin.

* Expédition encadrée et supervisée par Michel Vincent, guide de haute montagne et spécialiste des expéditions, il a 6 sommets de 8000 à son actif dont l'Everest.

* Nous sommes aidés pour l'ascension de la montagne par nos excellents et dévoués amis Sherpas, sans qui il faut bien l'avouer nous ne réussirions que peu d'expés. Sur nos expéditions sont prévus un Sherpa pour deux clients. Tous ont plusieurs 8000 à leur actif.

* Téléphone satellite avec une assistance médicale 24 h sur 24 par des médecins spécialistes des expés en altitude - pharmacie de groupe étudiée pour ce genre d'expédition - Caisson hyperbare et oxygène pour la sécurité.

* Un Week End de préparation sera organisé à Chamonix pour vérifier et voir les techniques et surtout pour faire connaissance avant le grand départ.

Niveau des participants

Les passages techniques de l'ascension demandent une bonne technique de cramponnage et savoir utiliser cordes fixes, jumars et descendeur en toute autonomie et sécurité. Chaque participant devra être un alpiniste capable d'évoluer en cordée autonome et parfaitement à l'aise en courses de neige du genre

traversée du Maudit et du Mt Blanc. La forme physique et la préparation devront être irréprochables. Durant l'ascension vous serez amenés à porter votre équipement personnel et participerez à l'installation et l'entretien des camps avec vos sherpas. Vous ne serez pas toujours encordés avec le guide et pourrez être amenés à évoluer entre les camps en cordées autonomes avec d'autres participants et/ou les sherpas.

Dates

du 5 septembre au 14 octobre 2010

Tarif

11900 euros par personne (base 4 participants minimum - prix établi au 30/11/2009)

Ce prix comprend :

- Vol international Paris ou Genève > Kathmandu
- Tous les transferts en bus et 4x4 comme prévus sur le programme.
- Encadrement guide de haute montagne. Suivant la taille du groupe il sera secondé par un 2ème guide de haute montagne
- Encadrement par nos sherpas d'altitude : 1 sherpa pour 2 clients
- Le permis d'ascension du sommet et permits de route au Tibet.
- Les nuits d'hôtel*** à Kathmandu en B&B en chambre double
- Les nuits en Lodge (chambres ou dortoirs suivant disponibilité) comme prévu au programme
- Pension complète durant toute l'expédition sauf les repas à Kathmandu.
- La nourriture d'altitude pendant l'ascension,
- Le matériel de cuisine collectif (approche + altitude)
- Le matériel technique d'altitude (corde fixe, pieux à neige ...)
- Les tentes : 1 tente pour 1 personne et matelas au camp de base + les tentes d'altitude (1 tente pour 3 personnes)
- Une pharmacie collective
- Un caisson hyperbare + une bouteille d'oxygène et un masque, en altitude, pour la sécurité
- Un téléphone satellite et assistance téléphonique médecin 24h/24

Ce prix ne comprend pas :

- Les repas à Kathmandu, les boissons et dépenses personnelles en hôtel et lodges
- Frais de visa népalais et chinois
- Les pourboires pour l'équipe + le «bonus summit» (environ 80 / 150 €)
- L'assurance obligatoire (frais de secours et de sauvetage, rapatriement, annulation et interruption de séjour).
- Les excédents de bagages au delà de 30kg en soute et 10kg en cabine
- Les frais d'un retour anticipé en France ou à Kathmandu
- Votre équipement personnel
- Plus généralement tout ce qui n'est pas mentionné dans «le prix comprend»

Assurance annulation – rapatriement

Il est obligatoire d'avoir un contrat couvrant le rapatriement et les secours en haute montagne, la maladie pendant le séjour, l'accident et l'interruption de voyage. Il est possible de souscrire une assurance recherche – rapatriement auprès de la FFME ou du CAF (voir www.clubalpin.com ou www.ffme.fr) ou utiliser notre assurance qui est très complète (voir bulletin d'inscription)

Noter : les assurances proposées par les cartes de crédit (Visa, Premier, Gold, Master Card) ne suffisent généralement pas dans le cadre d'une expédition dans une région isolée. Par contre, ces cartes peuvent couvrir l'annulation dans le cas où le voyage a été payé dans son intégralité par carte.

Informations pratiques

Vol international

Vol sur ligne régulière au départ de Paris ou Genève (Qatar, Gulf Air, Etihad).

Rendez vous

Votre billet d'avion ainsi qu'une convocation vous seront communiqués avant votre départ mentionnant l'heure et le lieu du rendez vous.

Dossier de Voyage

Il vous sera envoyé après votre inscription. Celui-ci comprendra : la liste de matériel individuel, adresse de l'hôtel à Kathmandu et toutes autres infos utiles.

Encadrement

Guide de haute montagne, sherpas, assistants, et porteurs ou yaks autant que nécessaire.

Portage & installation des camps

Le portage des charges se fait avec des yaks jusqu'au camp de base avancé. Vous participerez ensuite au montage des camps supérieurs et au portage de votre équipement.

Hébergement

Au camp de base : nuits sous tente, grande tente mess avec chauffage au gaz pour les repas et les soirées, tente douche, toilettes. Dans les camps d'altitude nuit sous tente de 3 personnes. A Kathmandu : Hôtel *** en B&B en chambre double.

Nourriture

Cuisine locale bonne, copieuse, et équilibrée par les soins de notre cook (cuisinier). Quelques compléments sont emmenés de France. Vous pouvez également venir avec quelques spécialités à manger et/ou à boire de votre région que nous aurons plaisir à partager à l'apéro.

Santé

Aucun vaccin n'est obligatoire : nous vous conseillons d'être à jour de toutes vos vaccinations classiques (diphtérie, tétanos, typhoïde, polio) + hépatite et de consulter votre médecin traitant.

Visite médicale : être en bonne santé est essentiel pour profiter pleinement de votre voyage ! Une visite chez votre dentiste est aussi une excellente initiative. Important : à partir de 45 ans, il est prudent d'effectuer un électrocardiogramme d'effort à cause de l'altitude.

Devise

L'euro est très facile à changer à Kathmandu. Les cartes de crédit internationales sont utilisables dans les banques, dans les boutiques des grands hôtels et dans des guichets automatiques.

Formalités :

Passeport en cours de validité 6 mois après votre retour. Visa népalais à prendre à :
- ambassade du Népal, 45bis rue des Acacias, 75017 Paris, Tel : 0146224867,



Chamonix Aventure - Montagnes & Voyages

Les Biolles 74660 Vallorcine - tel : 0977761362 - email : contact@chamonix-aventure.com

Agrément ministériel tourisme APRIAM AG.073.980001 - 210 rue François de Guise 73000 Chambéry

Garant : COVEA CAUTION SA contrat n° 18386 pour un montant de 85000 € - RCP : MMA IARD Cabinet
Bellet contrat n° 103.056.234 - code APE 633Z - Siret : 5101177300018 - TVA : FR4551011773