10 MÉTHODES POUR EMBRASER L'HIVER

GUIDE DE L'HIVER 2008

ESPACES • DÉCOUVERTES • PLEIN AIR • VOYAGES

// **PRODUITS DE PLEIN AIR**
La grande illusion verte

// **BIATHLON**
Quelle famille!

// **KRZYSZTOF WIELICKI**
Les sommets de l'Himalaya... en hiver !

// **ÉQUIPEMENT**
Idées cadeaux • Montres • Lunettes de soleil • Raquettes

ARIZONA : VÉLO ET CACTUS

S'ARRÊTER À TEMPS

LADAKH : PAYS DES GOMPAS

LE MÉDIA PLEIN AIR ET AVENTURE #1 AU QUÉBEC

NOVEMBRE 2007 _ **GRATUIT** _ www.espaces.qc.ca

_ Monastère de Namgyal Tsemo qui surplombe la ville de Leh, le centre névralgique du Ladakh dans l'extrême nord de l'Inde.

© Ian Bergeron

AU PAYS DES GOMPAS

NOUS VOICI COINCÉS ENTRE L'IMMENSE HIMALAYA ET L'ACÉRÉE CHAÎNE DE MONTAGNES DU KARAKORAM. LE LADAKH, CETTE « TERRE DE COLS » TRÈS ARIDE, EST PARSEMÉ DE MONTAGNES ET DE HAUTS PLATEAUX. BIENVENUE AU CŒUR DU « PETIT TIBET », ROYAUME DES MONASTÈRES BOUDDHISTES (LES *GOMPAS*, EN LANGUE INDIGÈNE). _IAN BERGERON

_ En arrivant en Inde, ma blonde et moi n'avions qu'une seule idée en tête : séjourner le moins de temps possible dans la capitale (New Delhi). Heureusement, après 24 heures passées dans cette mégapole, nous posions le pied à Leh, centre névralgique du Ladakh, dans l'extrême nord de l'Inde.

L'air sec et raréfié de Leh, combiné au chaud soleil, nous ravive les sens dès l'arrivée. Situé à 3500 mètres d'altitude, ce centre économique local attire les voyageurs de partout sur la planète. Nos oreilles bourdonnent rapidement aux sons de plusieurs langues étrangères. Après quelques heures de repos afin de s'acclimater légèrement à l'altitude, nous entreprenons d'explorer les alentours.

Enclavée entre des montagnes arides, Leh bénéficie d'une verdure étonnante, fruit d'un système d'irrigation complexe et plus que centenaire. Les eaux qui coulent des glaciers servent à irriguer les environs. Le climat est chaud, mais très loin de l'inconfort de New Delhi. En saison estivale, Leh déborde d'activités grâce au tourisme, véritable moteur économique de la ville. Des véhicules déambulent chargés de voyageurs en partance pour un trek, une visite de monastères ou encore une descente en rafting.

Cet afflux touristique constitue une pression écologique énorme : les rues sont sales et jonchées de détritus. Il n'est pas rare de voir

© Ian Bergeron

_ Rébecca Ouellet traverse un affluant de la rivière Markha.

des chiens errants ou des ânes y chercher de quoi manger. Les odeurs dégagées, combinées aux gaz d'échappement des véhicules rendent souvent l'air irrespirable. Une bonne raison de partir en trek pour une dizaine de jours!

Lève-toi et marche

Nous quittons le brouhaha de Leh pour nos premiers pas dans l'arrière-pays. Les premières journées, nous entreprenons la montée, vers le col Ganda La, situé directement au sud de Leh, à environ 4850 mètres d'altitude. Pour l'atteindre, nous traversons les gorges de la rivière Indus – un majestueux fleuve de 2900 kilomètres qui prend sa source sur les hauts plateaux tibétains pour ensuite traverser une grande partie de l'Himalaya et du Pakistan avant de se jeter dans les eaux de la mer d'Oman. Sous un soleil chaud, nous nous enfonçons dans un passage étroit dominé par des cimes montagneuses arides. Heureusement, une brise bienveillante nous rafraîchit. Tranquillement, des pâturages alpins où broutent des yacks et mulets font leur apparition.

Après notre troisième journée de marche, nous atteignons enfin le sommet du col. Le souffle court, nous prenons une pause devant un monument bouddhiste orné d'une multitude de drapeaux de prière. Le temps est frais à cette altitude, mais la vue est fabuleuse. D'un côté, nous admirons le Stok Kangri (6174 m) et de l'autre, la chaine montagneuse du Zanskar domine l'horizon.

suite du texte en page 72

QUAND :
De la mi-juin à la mi-septembre. Pour éviter les foules, privilégiez la fin de l'été. Il s'agit de la saison des récoltes et plusieurs festivals bâteront leur plein dans les innombrables Gompas.

COMMENT :
Un passeport valide et l'obtention d'un visa (compter une semaine environ) sont nécessaires pour se rendre en Inde. Vous pouvez également recourir aux services d'une agence locale pour l'organisation du trek. Elles abondent à Leh : vous aurez l'embarras du choix!

S'Y RENDRE :
Plusieurs vols desservent New Delhi depuis Montréal. De là, vous pouvez relier Leh, soit par avion ou en jeep. L'avion est à privilégier pour l'aller : sinon vous devrez dormir à plus de 4000 m d'altitude sans possibilité d'acclimatation. Air Deccan (une nouvelle compagnie aérienne à rabais) dessert désormais Leh à des prix imbattables.

BUDGET :
Prévoir 1800 $ pour le billet d'avion jusqu'à New Delhi et un autre 200 $ jusqu'à Leh. Les prix des agences locales varient selon les services inclus. Prévoir environ 500 $ pour les huit jours de trek, incluant l'ascension du Kang Yatse.

ARGENT :
La devise monétaire de l'Inde est la roupie. Disponible dans les guichets automatiques de New Delhi et de Leh.

LANGUE :
L'anglais est couramment parlé presque partout. *Ju-le* (prononcé *Jhu-lay*) signifie bonjour« merci, au revoir, etc.», dans la langue locale. Il fera certainement partie de votre vocabulaire d'ici la fin du périple !

SANTÉ :
L'Inde est l'un des pays où les conditions sanitaires sont les plus hasardeuses : il est primordial de consulter une clinique santé-voyage avant le départ.

À LIRE :
Trekking in Ladakh, par Charlie Loram, 288 pages, Trailblazer Publications, 2004.

LIENS INTERNET :
airdeccan.net - Air Deccan
ladakh-voyages.com - L'agence locale avec laquelle nous avons travaillé. Des prix honnêtes et un service très courtois

© Ian Bergeron

_ Crête menant au sommet oriental du Kang Yatse (6400 m), superbe montagne située en plein cœur de la vallée Markha.

Les journées qui suivront auront une allure similaire : lever au petit matin, déjeuner copieux et une randonnée (entre quatre et sept heures) sur des sentiers millénaires. Épisodiquement, nous visitons un ancien monastère juché au sommet d'une falaise escarpée. Au détour d'un chemin en lacet, le sentier débouche sur une série de chortens (sorte de monuments religieux bouddhistes) écarlates, ornés de cornes de boucs. Ces chortens sont parfois reliés à un autel rudimentaire, par des drapeaux de prière. On ne peut réprimer un amalgame de sentiments spirituels et de frissons à la vue d'une telle scène. Un des éléments qui façonnent le magnétisme de l'endroit.

Se rapprocher de Bouddha

Afin de nous rapprocher un peu de Bouddha, nous prévoyons faire l'ascension du Kang Yatse (6400 m), une superbe montagne située en plein cœur de la vallée Markha. Au sud de Leh, la vallée Markha traverse d'est en ouest le Ladakh et est séparée de l'agglomération par les monts Stok. Pour éviter le ramollissement de la neige dû au rayonnement solaire, nous devons faire une grande partie de l'ascension la nuit. Le réveille-matin nous tire déjà du sommeil : il est à peine deux heures du matin. Après un petit-déjeuner pris sur le

suite du texte en page 74

On croit faire un voyage,
mais bientôt c'est le voyage qui vous fait,
ou vous défait
Nicolas Bouvier

Monastère de Alchi (XIème siècle), Ladakh

Conférences

Montréal
~ Mercredi 7 novembre
Afrique du nord
~ Mercredi 14 novembre
La haute montagne
~ Mercredi 21 novembre
Islande/Groenland/
Patagonie
~ Mardi 27 novembre
L'Everest : Son histoire
et ses légendes
~ Mercredi 28 novembre
Afrique de l'Est

Québec
~ Mardi 13 novembre
Amérique Latine
~ Mardi 27 novembre
La haute montagne

Gatineau
~ Mardi 6 novembre
Afrique
~ Mardi 20 novembre
La haute montagne

Rimouski
~ Mardi 20 novembre
Pérou

Treks ~ Kayak ~ Vélo ~ Alpinisme
randonnées de mer cyclo et montagne formations et voyages

Plus de 60 destinations à travers le monde / 5 niveaux de circuit / En camping ou en auberge / Les bagages sont portés
Aussi : voyages familles, scolaires, corporatifs, caritatifs et sur mesure

Karavaniers

9, rue de la Commune Ouest, Montréal • www.karavaniers.com
514-281-0799 • 1-877-477-0799

Titulaire d'un permis du Québec

© Ian Bergeron

_ Ballade en chameau sur les dunes de la vallée de Nubra.

NUBRA – LA VALLÉE PERDUE

Située dans le nord de la région – dans une zone à accès limité – la vallée Nubra offre des panoramas fascinants. Des dunes de sable fin, entourées de sommets aux neiges éternelles. En prime, des chameaux gambadant tranquillement dans ce paysage hallucinant. Les véritables sportifs pourront rejoindre l'endroit en vélo de montagne. Mieux vaut avoir les organes vitaux en bonne condition : la route débute à 3500 m d'altitude pour grimper un col qui se situe à 5600 m. Près de 35 km de souffrances avec, pour récompense, une descente de 40 km à travers les prés peuplés de yaks de dzos.

pouce, nous reprenons la route pour la cime convoitée. Il faut environ deux heures de marche pour traverser la moraine qui mène à la base de la montagne. Aux aurores, nous chaussons les crampons, empoignons nos piolets et poursuivons sur les pentes enneigées.

Graduellement, l'air ténu de la montagne se fait sentir. Nos pas sont plus lents et notre souffle se fait plus rapide. À 6000 mètres, on a l'impression d'être de véritables tortues des neiges tellement nous sommes apathiques. Pourtant, à 7 h, nous atteignons finalement notre objectif : le sommet occidental, situé à 6200 mètres. Le temps de quelques clichés, nous admirons le panorama stupéfiant. Au sud, l'Himalaya dans toute sa splendeur. Au nord, le Karakoram se dresse fièrement comme une frontière naturelle entre l'Inde et le Tibet. Malgré notre ravissement, il nous faut redescendre. Heureux et comblés, nous rejoignons le camp de base à 9 h 30. En guise de récompense, notre guide et cuisinier – prénommé Sri – nous a préparé un gâteau original où l'on peut y lire « Happy Sumet ». Comme quoi, ça ne s'écrit pas toujours comme ça se prononce!

suite du texte en page 75

Les journées subséquentes nous mènent au-delà d'un autre col – celui de Gongmaru, à 5200 mètres –, d'où l'on a une vue imprenable sur notre objectif de la veille, le Kang Yatse. Comme toujours, l'endroit est parsemé de drapeaux de prière. Finalement, nous dévalons les pentes en direction du village de Karu.

Tumultueuse rivière Zanskar

Nous parcourons ensuite un long itinéraire sur une route sinueuse à flanc de montagne, au village de Chiling – au sud-ouest de Leh – situé sur les rives de la rivière Zanskar, qui traverse une chaine montagneuse du même nom. Ses eaux boueuses ne sont pas sans rappeler celles de la rivière Colorado. Aux caprices des rapides, nous descendons le cours d'eau en direction du village de Nimo à bord d'un canot pneumatique. Le torrent parcourt une série de falaises escarpées et dénudées de toute végétation.Chaque remous nous rappelle a quel point l'eau de glacier, qui compose l'essentiel de la Zanskar, est froide. Notre embarcation se remplit peu à peu d'eau et rapidement nous avons peine à sentir nos extrémités tellement celle-ci est froide. Le paysage montagneux, entrecoupé de cet intermède d'eau brunâtre, constitue une scène fantastique, pratiquement irréelle.

Dans notre chambre d'hôtel de New Delhi, quelque peu amaigris par nos nombreuses activités – et aussi par nos troubles gastriques –, Rébecca et moi contemplons les images de nos aventures au « petit Tibet ». Déjà, la nostalgie du Ladakh nous gagne et nous sommes partagés entre le sentiment d'avoir exploré amplement, et celui de n'avoir qu'effleuré la considérable richesse culturelle des lieux. Nous prenons le vol du retour avec l'impression qu'il faut plus que quatre semaines pour saisir toutes les dimensions du Ladakh. ◀

LE MEILLEUR : le *gompa* de Tikse héberge des moines décidément très sympathiques. Ceux-ci acceptent volontiers de se faire prendre en photo et semblent tirer plaisir à faire visiter leur demeure aux innombrables touristes.

LE PIRE : New Delhi à la mousson est un véritable sauna nauséabond qui ne mérite pas de s'y attarder.

L'ÉTRANGE : croiser des moines bouddhistes, en file au guichet automatique de Leh, discutant nonchalamment au cellulaire.

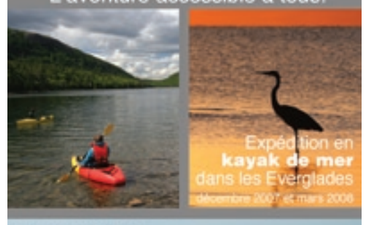
© Ian Bergeron

_ Inspiration divine lors de la puja (prière) du matin au monastère de Hemis, fondé par le roi Ladakhi Namgyal au 17e siècle.

KAYAK EN KIT
Construisez votre kayak
Kayak en bois, léger, rigide et très résistant
Nécessite moins de 50 heures pour l'assemblage.
Manuel d'instruction complet et très bien illustré.
Support technique disponible en tout temps.

Kayak St-Arnaud
721, rang du Bassin, Saint-Bonaventure J0C 1C0
819 396-3302
www.st-arnaud.qc.ca

VENTE · INSTALLATION · ÉCHANGE
Rack Evasion
RACKS ET BOÎTES DE TRANSPORT
VÉLO
SKI / PLANCHE À NEIGE
KAYAK
PORTE-VÉLO À ATTACHE-REMORQUE
INSTALLATION D'ATTACHE REMORQUE
AUTRES LOISIRS
1258 LAURIER est · MONTRÉAL · QC · H2J 1H1
TEL.: 514. 523 3333 / FAX: 514. 523 0113
SportRack YAKIMA THULE

ALIZÉ aventure
L'aventure accessible à tous!

Expédition en kayak de mer dans les Everglades
décembre 2007 et mars 2008
Randonnées et expéditions en raquette
Réservation et information
450.224.0017
514.232.2949
www.alizeaventure.com

La déforestation vous préoccupe?

Saviez-vous que l'utilisation du bois pour répondre aux besoins des randonneurs est une cause majeure de la déforestation au Népal? Optez pour un de nos treks autogérés en camping ou en écolodge et posez un geste éthique et écologique!
Contactez-nous ou visitez notre site Internet
(514) 844-6364 | 1 866 606-1721
www.expeditionsmonde.com
1705 St-Denis, Montréal Permis du Québec
expéditions MONDE