



## Expéditions – Chine Ascension du Mustagh Ata (7546m) 28 jours

- Pour individuels et groupes constitués.
- Lieu : Kirghizistan (Bichkek), Ala-Archa National Park, puis Chine (Kachgar), Idara, Mustagh Ata.
- Niveau : Comme toute ascension en haute altitude, celles-ci requièrent une excellente condition physique, dû d'une part à l'altitude, mais aussi à la longueur du séjour.
- Durée: 28 jours
- Dates : du 25 juin 2015 au 22 juillet 2015. Sous réserve du nombre suffisant de participants.
- Clôture des inscriptions: au 15 avril 2015.
- Encadrement : Guide de Haute Montagne français.
- Tarif : 6000€ par personne pour un groupe de 8 à 11 personnes. (En tout compris, aérien inclus, voir « le prix comprend »)

### ✓ **Présentation du voyage**

Le Mustagh Ata, littéralement « Père des montagnes de glace », est un sommet de très haute altitude (7546m) qui a la particularité de pouvoir être gravi en ski de randonnée. Enorme atout ! Les risques objectifs (crevasses, avalanches, séracs,...) sont les plus faibles parmi les sommets de plus de 7000m, permettant d'aborder cette ascension avec un maximum de sérénité. C'est donc « LE » sommet idéal pour vivre une grande aventure en très haute altitude, avec les skis comme moyen de locomotion.

### ✓ **Les Pays, présentation**

Vous vous rendrez dans deux pays étrangers lors de cette expédition : Chine et Kirghizistan. N'hésitez pas à consulter le site internet du Quay D'Orsay faisant état du niveau de sécurité générale (catastrophes naturelles, géopolitique...) de l'ensemble des pays ou se trouvent des ressortissants français. [Ce lien](#) vous permet également d'appréhender le pays dans lequel vous vous rendrez. [Lien internet.](#)

Tous deux sont des pays à la stabilité géopolitique non établie, ils sont tous deux placés en vigilance renforcée.

Le Kirghizistan (ou Kirghizstan, Kirghizie) est un pays d'Asie centrale, encadré par le Kazakhstan au nord, l'Ouzbékistan à l'ouest, le Tadjikistan au sud-ouest, et la Chine au sud-est et à l'est. Superficie : 198 500 km<sup>2</sup>. Extrêmement montagneux, peuplé à l'origine par des populations nomades, ancienne république de l'URSS, le Kirghizistan a obtenu son indépendance lors de l'effondrement de cette dernière en 1991. Le pays est décrit différemment suivant les guides touristiques. On restera vigilant lors de rassemblement, lors des marchés locaux et on évitera de sortir seul en soirée.

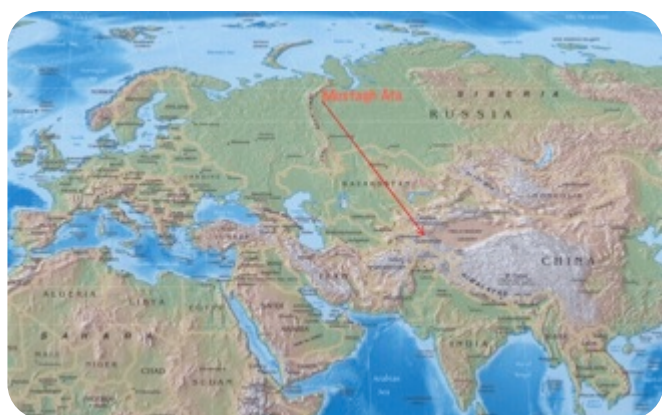
## Mustagh Ata 2015

Globalement le pays est sûr, même si la petite criminalité a tendance à augmenter. Malgré tout la population est accueillante et souvent hospitalière. Les habitants s'appellent les Kirghizes et parlent le kirghize, une langue turque. Sa capitale et sa plus grande ville est Bichkek. La monnaie locale est le « som » (KGS) ; Cours indicatif : 1€=69 KGS. Si le dollar est très prisé des commerçants, ils acceptent très volontiers les euros, et sont toujours acceptés dans les lieux officiels (hôtels,...).

La Chine est un pays d'Asie de l'Est qui s'étend des côtes de l'océan Pacifique au Pamir, 9 677 009 kilomètres carrés. Sa population de plus de 1 350 millions d'habitants est la première au monde ; elle représente un peu moins du cinquième de la population mondiale.

La Chine est l'un des pays les plus sûrs au monde, même si comme dans tout pays la petite délinquance est présente. Cependant la partie ouest dans laquelle nous nous rendrons est placée en vigilance renforcée.

La monnaie est le yuan ren-min-bi (CNY) ; Cours indicatif : 1€=8 CNY. Il est conseillé d'emmener des euros, qui se changent facilement dans les banques et en ville. Les paiements par carte bancaire sont acceptés dans les grands magasins. Il est par contre très difficile d'échanger de l'argent dans les petites villes.



### ✓ Programme du voyage

Susceptible d'être modifié en fonction des conditions sur le terrain et la forme des participants.

#### Jours 1 et 2 : Trajet.

Vol Paris – Bichkek (nuit dans l'avion) et transfert à Ala-Archa National Park (à 40 km de Bichkek) : nuit à l'hôtel à 2200m d'altitude.

#### Jour 3 à 5: Trekking d'acclimatation dans le massif « Ala Archa National Park ».

**Jour 3 :** Nous remontons tranquillement les anciennes moraines du glacier Ak-Sai pour atteindre le refuge Razek à 3300m alti., sous les pentes de l'Uchitel (4541m). Nuit au refuge.

**Jour 4 :** Ascension du pic Uchitel, (4541m) ou du pic Bokc (4240m) suivant votre forme et les conditions du moment ; Ce sont des ascensions peu difficiles techniquement, dans un cadre grandiose, qui nous prépareront à l'altitude du camp



ALPi

néo by Ice-fall

Les Ribes, 05290 Vallouise

Tel: 33 (0)6 62 33 84 71 /// 33 (0)9 81 83 13 73

[info@ice-fall.com](mailto:info@ice-fall.com)

[www.ice-fall.com](http://www.ice-fall.com)

## Mustagh Ata 2015

de base du Mustagh Ata (4400m). Puis nous redormirons au refuge pour que notre corps profite d'une nuit de plus en altitude.

**Jour 5 :** Descente dans la vallée puis nous traverserons les steppes d'Asie Central pour rejoindre Tash-Rabat valley (3300m alti.) dans la chaîne de montagne du Pamir proche de la frontière chinoise. Nous passerons la nuit en yourte.

### **Jour 6 à 8 : Jonction avec le camp de base du Mustagh Ata**

**Jour 6 :** Passage de la frontière, puis transfert pour Kashgar, 1300m, nuit en hôtel.

**Jour 7 :** transfert pour Idara, fin de la route, située au pied du Mustagh Ata juste après le lac Karakul. Installation du camp au bord du village à 3950 m : nous nous situons entre les immenses steppes et les hautes montagnes de la chaîne des Kun Lun : Mustagh Ata 7546m, Kongur 7649m... Nuit sous tentes.

**Jour 8 :** Nous retrouvons nos chameliers qui effectueront le portage du matériel puis marchons jusqu'au camp de base à 4450m, 4 à 5h de marche.

### **Jour 9 à 24 : Ascension.**

La stratégie est simple : Il faut monter et dormir de plus en plus haut en altitude pour que le corps s'acclimate, en redescendant régulièrement pour qu'il récupère. Lors des montées nous installons donc successivement nos 3 camps d'altitude (C1 à 5400m, C2 à 6200m, C3 à 6850m) et dormons de plus en plus haut. Jusqu'à être prêt pour tenter le sommet !

### **Jour 25 à 28: Retour.**

**Jour 25 :** redescente à Idara et transfert à Kashgar, nuit en hôtel

**Jour 26:** Kashgar-Naryn, nuit en yourte ou guest house

**Jour 27 :** Naryn-Bichkek, nuit en hôtel

**Jour 28 :** Retour Paris.

### ✓ **Pendant le voyage !**

---

Les participants sont confrontés dans une expédition à un environnement hostile du fait de l'éloignement, du froid, des intempéries, de l'inconfort, qui peut être générateur de stress. La fatigue peut être à l'origine de troubles de l'humeur et des comportements relationnels. Chacun doit donc faire preuve de bonne humeur, de tolérance et de respect non seulement envers les membres de l'expédition mais aussi envers l'équipe locale. Vous devrez arriver en forme au départ, tant physiquement que moralement, et faire preuve de vigilance pour prévenir les situations conflictuelles.

### ✓ **Niveau technique**

---

Le sommet est techniquement « facile », c'est-à-dire que suivant les conditions il est souvent possible de ne pas avoir à mettre les crampons et donc rester en ski de randonnée. Il est tout de même demandé une bonne maîtrise de la marche avec crampons avec un sac à dos (évolution en cordée autonome ou avec un guide) et une très bonne maîtrise du ski de randonnée (conversions à la montée, descente de pentes à 35 degrés avec un sac à dos, courtes portions plus raides en dérapage possibles).

✓ **Niveau physique**

---

Une ascension en très haute altitude demande une excellente condition physique pour bien assimiler les efforts quotidiens (des étapes jusqu'à 8 heures et/ou plus de 1000m de dénivelé positive). Les conditions météo peuvent être rudes avec du vent et des températures pouvant descendre à -20 ou -25°. Un entraînement dans des sports d'endurance est donc indispensable les mois avant l'expédition. **Un certificat médical de non contre-indication à la pratique du ski de randonnée en haute altitude vous sera demandé, un test à l'effort est vivement recommandé.** Pendant l'expédition, vous serez amené à porter des sacs pouvant être lourds puisque les participants et les guides monteront eux même le matériel nécessaire aux différents camps d'altitude.

Il faudra accepter de marcher à une allure LENTE puisque les aller-retours entre les camps servent aussi d'acclimatation : le corps s'acclimata à raison de 300 à 400m par jour, la lenteur est la clé de l'acclimatation, elle-même celle de la réussite!

✓ **Modification de programme**

---

L'imprévu est une composante des voyages, nul n'est à l'abri de l'humeur des douaniers, de parcours modifié dû à des glissements de terrain, de conditions météo capricieuses... des retards peuvent intervenir et nous ne pourrions en être tenus pour responsables. Notre objectif est de faire le maximum pour rendre votre voyage le plus agréable possible.

✓ **L'encadrement du voyage**

---

Guides de haute montagne Français diplômés d'état et UIAGM, (2 guides à partir de 8 personnes). C'est avec eux que vous préparerez votre expédition et vous serez mis en relation directe avec l'un d'entre eux pour préparer et finaliser votre départ.

Leur rôle est de veiller au bon déroulement du voyage et de l'ascension, de vous assister en tant que guide durant les étapes techniques et l'ascension. Ils représentent Ice-fall durant votre voyage auprès du groupe, des prestataires et des autorités locales. Leur autorité est prépondérante et incontournable. Vous devrez respecter leurs décisions ainsi que celles prises collectivement et l'avis médical. Pour les trajets, une équipe Kirghize nous déplacera sur leur territoire et ce jusqu'à la frontière Chinoise. A la frontière, une équipe chinoise nous prendra en main jusqu'au camp de base. (idem pour le retour) Au camp de base sera présent un cuisinier pour notre groupe, et un officier de liaison anglophone. Chaque participant devra participer aux tâches collectives : montages/ démontages des camps, portage du matériel sur les camps d'altitude, popote dans les camps d'altitude (les cuisiniers sont uniquement présents au camp de base).

✓ **Durée du séjour**

---

28 jours Paris-Paris , du 25 juin au 22 juillet 2015.

Dont en programme prévisionnel : 4 jours d'acclimatation dans le massif Ala Archa, puis 16 jours sur le Mustagh Ata, sans compter les journées de liaison. Voir détail dans rubrique « Programme du Voyage ».

✓ **Rendez vous**

---

Le 25 juin à l'aéroport de Paris CDG, horaire à définir. En cas de départ d'un autre aéroport, RDV le 26 juin matin à l'aéroport de Bichkek, horaire à définir.

### ✓ Hébergement

---

La première nuit s'effectuera à l'hôtel dans la vallée d'Ala Archa, puis les 2 nuits suivantes en refuge de montagne. Puis en yourtes sur le trajet dans la « Tash Rabat Valley » (3300m alt.). Hotel\*\*\* à Kachgar, puis sous tentes à la fin de la route (Idara) avant de rejoindre le Mustagh Ata où nous passerons nos nuits sous tentes. Au retour, nuit en hotel\*\*\* à Kachgar, Guest House à Naryn, hotel\*\*\* à Bichkek.

### ✓ Nourriture

---

Restaurants/ hôtels lors des transports, et préparée par notre cuisinier au camp de base. Pendant les ascensions nous faisons notre propre cuisine à base de lyophilisés, soupes, viandes, fromages ramenés de France et un complément de nourriture acheté sur place (fruits secs, barres céréales ...). Par mesure de précaution, ne jamais boire d'eau du robinet ou n'ayant pas été désinfectée. Peler les fruits, évitez les légumes crus.

### ✓ Portage

---

Pendant le trek d'Idara au camp de base, une équipe de chameliers nous transportera les bagages. Toutes vos affaires doivent tenir dans 1 seul gros sac (genre sac marin) pour le portage des chameaux. Du camp de base au camp 1, une partie du matériel sera monté à l'aide de mules, nous monterons le reste. Nous montons ensuite nous même le matériel sur les différents camps, chaque participant devra donc porter une partie du matériel collectif (tentes, réchauds,...)

### ✓ Formalités pour un adulte titulaire d'un passeport Français

---

- Un passeport valide 6 mois après la date de retour (doit impérativement comporter au moins 2 pages vierges consécutives),
- Kirghizistan - Un visa de tourisme double entrée, valable 1 mois (Nous l'obtenons à l'aéroport de Bishkek, compter 90€),
- Chine - Un visa de tourisme simple entrée à prendre avant départ : Nous vous conseillons de faire appel à un organisme spécialisé type « visa express » : comptez 71€+ 48€ en 6 jours ouvrés. (info octobre 2014)
- Pour le visa chinois, prévoyez : un passeport original, signé et valable au moins 6 mois après la date de retour : le passeport doit impérativement comporter au moins 2 pages vierges consécutives,
- 2/3 copies de la première page du passeport et visa à placer stratégiquement dans vos affaires,
- 1 Formulaire(s) de demande de visa complété, daté et signé (nous vous le fournirons),
- 1 Photo d'identité couleur conforme, format standard 4,5 x 3,5 collée sur le formulaire (NB : les copies ne sont pas acceptées. Une photo de mauvaise qualité peut entraîner le rejet du dossier par les autorités chinoises),
- 1 Copie du billet électronique d'avion (nous vous le fournirons),
- 1 copie de la réservation hôtelière (nous vous le fournirons),
- 1 lettre d'invitation de notre réceptif (nous vous la fournirons),
- 1 Attestation d'assurance voyage couvrant les frais médicaux et de rapatriement durant le séjour. Nous éditons celle de ceux qui l'ont pris auprès de nous,
- 1 Justificatif de l'activité socio-professionnelle (attestation de l'employeur, carte d'étudiant, carte professionnelle, d'un titre de pension, attestation de revenu, copie du relevé bancaire...).

✓ **Le matériel personnel**

---

La liste de matériel vous sera fournie par mail dès votre inscription reçue.

✓ **Les avantages du séjour**

---

- Le gros avantage de partir à deux guides (à partir de 8 inscrits): ce voyage se fait généralement avec 6 à 9 personnes pour un guide, nous souhaitons partir idéalement à deux guides + 10 personnes (La « 11e personne » nous permettraient d'éviter les problèmes que causeraient 1 ou 2 désistements de dernière minute). Deux guides c'est plus de sécurité, que ce soit pour l'évolution sur glacier ou en cas de mal des montagnes d'un participant pendant l'ascension. C'est aussi plus de chances d'atteindre le sommet puisque les guides feront l'ascension « en décalé » suivant la vitesse d'acclimatation des participants. Cela fait aussi moins de matériel à transporter à chacun pour installer/ désinstaller les 3 camps nécessaires à l'ascension. Le camp de base se situe à 4450m, puis C1 à 5400m, C2 à 6200m, C3 à 6850m.
- Une acclimatation supplémentaire incluse : Nous ajoutons, par rapport aux programmes « classiques » et sans surplus financier, une acclimatation dans un massif Kirghize dans la vallée Ala-Archa au début du séjour qui permettra de passer 2 nuits à 3300m, et une journée à 4000m d'altitude. En effet, n'étant pas possible de dépasser 16 jours au camp de base du Mustagh Ata, nous faisons le choix de cette acclimatation supplémentaire pour augmenter les chances de réussite.
- Pas de surprise sur le budget : taxes d'aéroport international que nous incluons (env 220€), le surplus des skis dans l'avion est aussi compris, les 3 jours supplémentaires d'acclimatation sont à notre charge, les repas non compris dans le programme des agences sont à notre charge, le portage du camp de base à camp 1 fait aussi parti du budget (env. 100€) et ce qui n'est pas inclus dans le tarif est estimé dans la rubrique « le prix ne comprend pas ».
- Avantages sur matériel personnel : S'il vous manque du matériel (skis, doudoune, duvet,...) nous aurons la possibilité d'organiser des achats groupés pour obtenir des tarifs préférentiels.
- Souvenirs : Nous réaliserons une vidéo de l'expédition qui vous sera envoyée au retour de l'expédition après montage.

✓ **L'esprit du voyage, vos guides de haute montagne UIAGM**

---

Les guides : Francois Lesca et Sébastien Fourure. Tous deux amis d'enfance, nous travaillons régulièrement ensemble et partons chaque année grimper à l'étranger. Nous souhaitons plus qu'une expédition : une Aventure Humaine ! Se seront eux vos référents pour préparer cette Aventure Humaine, ensemble !

Sébastien cumule 58000 kilomètres à vélo à travers l'Asie, et bien d'autres encore à pied, en stop, en bus, en train, dans la benne d'un camion... Il nous donne son sentiment sur l'esprit du Voyage, dans cette partie de l'Asie :

*« Difficile de résumer en quelques lignes ces presque 5 années de voyages en Asie... Pourtant je me rappelle comme si c'était hier de mon premier passage au pied du Mustagh Ata. J'avais 20 ans et je contemplais le "père des montagnes de glace" depuis l'arrière de la fenêtre d'un bus, quand le véhicule s'immobilisa juste devant le géant... la « photo classique » se grava dans ma tête: les plaines vertes, le lac bleu, et le sommet blanc... »*

*Trop beau pour ne pas stimuler l'envie d'aller contempler le tableau depuis là-haut! A cet arrêt de bus embarquèrent les membres d'une expédition suédoise : l'opportunité s'ouvrait à moi...*

## Mustagh Ata 2015

*Je repasserai ensuite 5 fois à Kachgar, y arrivant par toutes les routes possibles, continuant à chaque fois d'en apprécier la beauté des paysages, l'immensité des steppes et des montagnes qui ont forgé les habitants au cœur tout aussi immense. Car si le Xin jiang est en Chine ses paysages et sa culture sont ceux d'Asie Centrale, proches de ceux de son voisin le Kirghizistan.*

*Coupler les deux pays dans un même voyage c'est passer d'un côté à l'autre de la chaîne des Pamir tout en se rendant compte que bien des choses et modes de vie ont emprunté le même chemin avant...*

*Partir en expé c'est avant tout partir en Voyage, un voyage avec un fil rouge, mais comme le disent les Tibétains : "le but n'est pas le chemin et le chemin n'est pas le but" : un voyage est avant tout une Aventure Humaine.*

*De l'acclimatation au Kirghizistan au sommet à 7546m il y a tout un cheminement à partager... entre les membres du groupe, les gens qui nous épaulent, ceux que l'on rencontrera, nous même... et c'est ce cheminement tant physique que psychologique entre vertes prairies et glaciers, entre efforts consentis et repos nécessaires, entre lacs apaisants et hautes altitudes euphorisantes, entre réussites et échecs, entre rencontre de soi et celle des autres... que l'on appelle Aventure et que l'on vous propose de partager ensemble : afin de ne pas rentrer exactement comme l'on est parti... »*

### ✓ **Tarif saison 2015**

**Formule tout compris**  
**6000€\***

\* aérien inclus au départ de  
autre pays nous contacter).  
Départ garanti dès 5 personnes

Paris (pour un départ d'une autre ville ou d'un

### ✓ **Le prix comprend**

- l'encadrement par des guides de haute montagne français diplômés et UIAGM, (Départ garantie à partir de 5 personnes, 2 guides dès 8 personnes),
- Le vol international Paris - Bichkek A/R sur une compagnie régulière sur la base d'un vol à 444€ au 13/10/2014 avec escale, taxes comprises.
- les trajets internes en bus privés,
- l'encadrement et la logistique par deux agences locales (une pour chaque pays),
- nourriture et hébergements sur place tout compris, (chambres doubles, deux par tentes, les repas non prévus par les agences locales sont à notre charge)
- la location d'un caisson hyperbare ainsi qu'une trousse de secours collective,
- 1 téléphone satellite (utilisé uniquement comme moyen d'alerte)
- les chameaux pour monter au camp de base, et les mules pour porter une partie du matériel à C1,

- La logistique au camp de base : cuisinier, tente mess, ...
- matériel collectif : tentes au camp de base et en altitude, réchauds, ...
- les documents administratifs liés à l'ascension.

#### ✓ **Le prix ne comprend pas**

---

- le supplément potentiel de poids au-delà des 28kg dans l'avion (20 kg en soute et 8 kg dans l'avion)
- les frais de visa kirghize et chinois (autour de 150 à 200€)
- la taxe de sortie de pays à Bichkek (env. 20 dollars)
- les boissons et dépenses personnelles,
- les frais dû à des visites de sites éventuels
- les pourboires à l'équipe locale
- les taxes locales de sortie de territoire éventuelles
- le matériel personnel (skis, chaussures, duvets, vêtements,...)
- l'assurance annulation (3,5% du montant du séjour) (elle n'est pas obligatoire),
- l'assurance rapatriement (1,5% du montant du séjour), si vous ne la souscrivez pas via Ice-Fall, vous devez obligatoirement en posséder une de votre côté, obligatoire pour pouvoir s'inscrire, cordonnées demandées sur la fiche d'inscription,
- l'assurance multirisque (5% du montant du séjour) : assurance annulation + rapatriement

#### ✓ **Le transport aérien**

---

International : sur compagnie aérienne régulière avec ou sans escale (Airlines India/Turkish, Airlines/Malaysian, Aéroflot, Pégassus AL, China Southern).

Nous nous engageons à utiliser une de ces compagnies. Nous vous communiquerons le choix de la compagnie après confirmation de la réservation.

Pour un départ d'une autre ville, nous contacter.

Toute modification des taux de change, des transporteurs ou autres prestataires de services peut entraîner le réajustement des prix publiés et ce jusqu'à 30 jours du départ. Prix établis sur la base du cours des changes, des tarifs aériens et des prestations au sol connus à ce jour et susceptibles de réajustement au plus tard 30 jours avant votre départ.

#### ✓ **Comment s'inscrire ?**

---

Nous vous adressons la fiche d'inscription du voyage sur demande, par mail ou courrier.

Nous pouvons rapidement poser une option de pré-réservation de votre place sur l'expédition.

Ensuite sous 7 jours nous attendons votre fiche d'inscription dûment complétée ainsi que votre acompte (chèque bancaire ou virement) à hauteur de 50% du montant total.

Le solde vous sera demandé à 30 jours du départ.

Vous serez mis en relation directe avec l'un des guides pour discuter, échanger, préparer l'expédition.



✓ **Bichkek, Kashgar**

---

**Bichkek** est la capitale et la principale ville du Kirghizistan. L'aéroport international de Manas est situé à environ 25 km au nord-ouest de la ville. Fondée en 1878 comme forteresse russe, la ville porte entre 1926 et 1992 le nom de Frounzé, en l'honneur du dirigeant soviétique Mikhaïl Frounzé. Sa population est estimée à 875 000 habitants en 2012.

Située à 42°52' de latitude Nord, elle est à une altitude d'environ 800 m juste dans le prolongement de la chaîne de montagne de Tien Shan, qui monte jusqu'à 4 800 m. Le nord de la ville, une steppe fertile, s'étend jusqu'au Kazakhstan voisin. Le fleuve Tchou arrose la majeure partie du secteur. Bichkek est située sur la voie de chemin de fer reliant l'Asie centrale à la Sibérie et croisant le transsibérien à Novosibirsk. La ville est composée de larges boulevards et de bâtiments publics en marbre côtoyant les blocs d'habitations de l'ère soviétique. Les rues, structurées tel un quadrillage, sont bordées des deux côtés de canaux étroits d'irrigation arrosant d'innombrables arbres fournissant de l'ombre sous la chaleur de l'été.

le climat de Bichkek : hivers tempérés froids, étés chauds. La neige recouvre le sol 71 jours par an en moyenne. Les précipitations sont assez abondantes au printemps et en automne alors que l'été est caractérisé par un déficit pluviométrique et des températures élevées.

**Kachgar** est une ville de la Région autonome ouïghoure du Xinjiang (ou Turkestan chinois). La ville de Kachgar se situe à l'ouest du désert du Taklamakan au pied des montagnes du Tian Shan. L'oasis de Kachgar se trouve au point de rencontre des routes nord et sud qui contournent le désert de Taklamakan. La route du Karakoroum qui emprunte le col de Khunjerab relie Kachgar à la ville d'Islamabad au Pakistan. Le Kirghizistan voisin est aussi accessible depuis Kachgar via les cols de Torugart et d'Irkeshtam.

Kachgar a été le point de rencontre des routes de la soie du Sud et du Nord pendant deux mille ans, car c'était un lieu remarquablement situé, après la traversée du désert de Taklamakan à l'Est, et après les hautes montagnes du Pamir lorsqu'on vient de l'Ouest, et qu'il fallait échanger les yaks contre des chameaux. Sa population à 90 % ouïghoure continue d'exercer sa vocation principale : le commerce. À la différence d'Ürümqi, la capitale officielle du Xinjiang, complètement chinoise, Kachgar a su rester une ville à l'identité ouïgoure fortement marquée. Celle-ci est notamment réputée dans la région pour son marché du dimanche, réputé le plus gros marché d'Asie centrale, et où se pressent des commerçants de tous les pays alentour (Kazakhstan, Tadjikistan, Kirghizistan, Afghanistan, Pakistan et Inde).

Le climat de Kachgar est de type désertique avec une pluviométrie annuelle de seulement 64 mm. Les températures connaissent de forts contrastes en fonction de la saison en raison du caractère continental du climat. Les températures moyennes vont d'environ -6 °C pour le mois le plus froid à +26 °C pour le mois le plus chaud, avec une moyenne annuelle de 11,8 °C.

✓ **Parc National d'Ala Archa, et le Chaînon Kashgar**

---

**Le parc national d'Ala Archa** se situe 40 km au sud de Bichkek, à 22 km à vol d'oiseau. La fondation du parc national a eu lieu en 1976, qui abrite la vallée de la rivière d'Ala Archa et les montagnes qui l'entoure. C'est l'endroit préféré des amateurs de nature qui y viennent pour le pique-nique, des balade à pied, faire des ascensions. Chaque 1er mai se déroule un festival de l'alpinisme.

La route est asphaltée sur une dizaine de km. à la fin de goudron se situe un hôtel qui ouvert toute l'année. Pendant l'Union Soviétique, les alpinistes ont construit une petite cabane 3390m, nommée la cabane de Ratseka. Maintenant cette

## Mustagh Ata 2015

cabane fonctionne en « refuge » et accueille des alpinistes. Les sommets les plus connus aux alentours de la cabane sont les suivantes: Le sommet Uchitel à 4530m, le sommet Komsomolets, le sommet Svobodanaya Korea 4740m, le sommet de Korona 4860m.

La superficie du parc s'étale environ de 200 km<sup>2</sup>., entre 1500m et 4860m. d'altitude. Il abrite les animaux sauvages protégés par l'Etat Kirghize, tels que la panthère des neiges, le mouton de Marco Polo, l'Ibex et les autres mammifères.

**Le Chaînon Kashgar** comprend le Muztagh Ata (7546m) et son voisin le mont Kongur Tagh (7 719 m). Ils forment un ensemble montagneux isolé de la chaîne du Kunlun Shan et de celle du Pamir, plus à l'ouest, qui surplombe au nord-est, le bassin du Tarim et du désert du Taklamakan. La Route du Karakorum passe au pied du Kongur Tagh et du Muztagh Ata, en longeant le lac Karakul, entre la ville de Kaschgar en Chine et la frontière pakistanaise. La ville la plus proche est Tashkurgan, la plus à l'Ouest de Chine.

### ✓ **Décalage horaire**

---

Depuis la France, en été, il faut ajouter 4 heures pour l'heure du Kirghizistan (à 12h à Paris il est 16h à Bichkek) et 6h pour la Chine (à 12h à Paris il est 18h en Chine, 1 seul fuseau pour le pays)

### ✓ **Electricité**

---

Au Kirghizistan, 220V, prises type C et F  
En Chine, 220/240V, 50 hz ; Il faut un adaptateur.  
Pour votre appareil photo mieux vaut prévoir des accus de recharge.

### ✓ **Le climat**

---

La période favorable pour gravir le Mustagh Ata va de mi-juin à mi-septembre. Il est fréquent qu'il fasse beau la journée, couvert en fin de journée puis un peu de neige la nuit. La température au camp de base est généralement douce la journée pour descendre vers 0° la nuit (-10° max). En altitude comme sur toute montagne le vent peut être parfois violent, la température s'abaisser jusqu'à -20° voir -25°. La journée quand il fait beau il peut faire relativement chaud même en altitude. Il est important d'être protégé tant du froid que des effets du soleil. (Crèmes solaire indice 50, protection du nez, lunettes/masques indices 4)

### ✓ **Les conditions sanitaires**

---

Conseils valables pour les deux pays.

**Dents :** Faites un bilan dentaire approfondi (panoramique dentaire) : en effet une « simple visite » peut ne pas être suffisante, la haute altitude peut révéler des problèmes qui seraient restés en sommeil à basse altitude et vous préférerez sûrement les soins dentaires en France plutôt qu'à Kachgar...

**Vaccins :** Aucun vaccin n'est obligatoire pour cette destination, mais nous vous conseillons bien sûr d'être à jour de vos vaccins « classiques » : Diphtérie, tétanos, poliomyélite, coqueluche, hépatite B, hépatite A, typhoïde. Prévoyez des répulsifs anti-moustiques pour la vallée (voyage).

La Chine est un pays qui se développe à vitesse grand V et l'hygiène dans les grandes villes est aujourd'hui tout à fait acceptable si on respecte quelques principes de base. L'eau n'est pas potable. Ne buvez jamais l'eau du robinet. Les chinois ont depuis longtemps l'habitude de faire très attention à l'eau qu'ils boivent. Ils la consomment d'ailleurs

## Mustagh Ata 2015

généralement chaude, voire très chaude car tout juste bouillie. Lavez les fruits et légumes avant consommation. C'est la règle de base de l'hygiène alimentaire en Chine.

On vous conseillera peut-être aussi d'éviter les crudités et les fruits qui ne peuvent être ni pelés, ni lavés, ni cuits. Petit conseil : avoir toujours un peu de papier toilette et une solution hydroalcoolique désinfectante sur soi.

### ✓ **Les pourboires**

---

Les pourboires font partie de la culture du pays. Il est de tradition de constituer une cagnotte remise à la fin du voyage aux membres de l'équipe. Ce geste de remerciement, variable selon l'itinéraire et la durée, et auquel chacun participe selon sa satisfaction, est toujours apprécié. Vous pouvez prévoir un budget de 20 à 30€ si vous le désirez. Pour les 2 guides, si vous parvenez au sommet, ce sera une grande bière !

### ✓ **Cartographie**

---

Seront récupérées sur place.

### ✓ **Liens utiles**

---

Obtention des visas : [www.visas-express.fr](http://www.visas-express.fr)

Ambassade de France en Chine : <http://www.ambafrance-cn.org/-Francais->

Ambassade de Chine en France : <http://fr.china-embassy.org/fra/>



*ALPInéo by Ice-fall*

Les Ribes, 05290 Vallouise

Tel: 33 (0)6 62 33 84 71 /// 33 (0)9 81 83 13 73

[info@ice-fall.com](mailto:info@ice-fall.com)

[www.ice-fall.com](http://www.ice-fall.com)