

# AMA DABLAM (6856m)

## Népal

Ascension de l'Ama Dablam (6812m) par l'arête sud-ouest (voie normale). Précédée d'une approche relativement courte avec un petit trekking d'acclimatation.

« Dessine-moi une montagne ». Et bien sur ce fut l'Ama Dablam, ou le Cervin ou le K2, quelque chose de haut, de Pyramidal, une pointe qui supporte et perce le ciel. L'Ama Dablam dispute au Cervin, au Fitz Roy et à l'Alpamayo le titre de la « plus belle montagne du monde ». « Les enfants eux-mêmes comprendraient le défi lancé par cette montagne verticale » écrivait Messner en 1979.

### **Un peu D'histoire :**

La première a été faite par Michael Ward (anglais) accompagné de Barry Bishop, Mike Gill (américains), et d'un néo-zélandais Wally Romanes en février 1961. Ceci s'est produit au cours de l'expédition scientifique de la "hutte d'argent" qui dura six mois, la plus importante expédition scientifique sur l'acclimatation en altitude extrême jusqu'à l'année dernière. Le chef de l'expédition était le scientifique Griffith Pugh (le scientifique dont les travaux en 1951 et 1952 permit la réussite de la première ascension de l'Everest), Ed Hillary étant responsable de la partie montagne mais il n'arriva avec l'équipe de scientifiques du printemps que plus d'une semaine après l'ascension de l'Ama Dablam. Il n'avait eut aucune connaissance du projet qui fut réalisé sans permis et Ed dut regagner Katmandou afin de plaider auprès des autorités népalaises la cause de l'expédition qui devait se poursuivre sur le Makalu. Il réussit à arranger les choses en payant une amende de 800 roupies. Par la suite sur le Makalu il tomba malade, repartit en Nouvelle-Zélande et fut remplacé par Michael Ward (son ex compagnon des expéditions de 1951 et 1953 à l'Everest).

Nous tenterons l'ascension de la voie normale, l'arête sud-ouest.

L'équipement en cordes fixes permettra aux alpinistes confirmés d'atteindre dans une sécurité optimum, le plateau sommital, merveilleux belvédère de l'Everest, du Nuptse et du Makalu.

Les camps :

Trois camps sont nécessaires pour gravir le sommet :

- Camp 1 à 5700m au début de l'arête
- Camp 2 à 6000m au-dessus de la tour rouge
- Camp 3 à 6300m au pied de la pente terminale

Dates Prix :

30 jours du 16 octobre au 14 novembre 2010

PRIX : 6230 € à 6/7 clients

Suppl. 450 € de 3 à 5 clients

Difficulté, niveau :

La réussite de ce genre d'aventure en dehors des conditions météorologique dépend de la forme physique de chacun d'une part et de son indispensable expérience de la haute montagne d'autre part. Les participants doivent être autonomes, même si nous équipons les principales difficultés glaciaires (40/45° et les passages rocheux de cordes fixes, ils devront pouvoir évoluer dans une sécurité optimum dans les pentes supérieures à 50°). Cette expédition s'adresse à des alpinistes ayant déjà évolué sur un terrain rocheux et glaciaire de niveau AD à D. L'expérience de la haute montagne requise est, par exemple, l'ascension

du mont Blanc par l'itinéraire de la Brenva ou la traversée des arêtes de la Meije. Une excellente condition physique ainsi qu'un entraînement régulier sont nécessaires pour apprécier cet itinéraire exceptionnel. Les difficultés sont celles de la haute altitude (isolement, manque d'oxygène, froid, vent). Les participants peuvent être amenés à faire des navettes entre les différents camps d'altitude sans que le guide soit systématiquement présent à leurs côtés. Il est donc indispensable que les participants soient eux-mêmes techniquement autonomes, et possèdent déjà une expérience de la progression sur cordes fixes en haute altitude.

## **PROGRAMME**

Une acclimatation jusqu'à Pangboche suivie d'un séjour de 14 jours au camp de base pour l'ascension proprement dite devraient nous permettre de tenter notre chance dans les meilleures conditions

**J1** :Vol Paris Kathmandu

**J2**: Arrivée à Kathmandu (1200 m), installation à l'hôtel.

**J3**: Fin de préparation de l'expédition. Vérification du matériel. Hôtel.

**J4** : Vol Kathmandu – Lukla - Phakding

Magnifique vue sur l'Himalaya (ce vol ne peut se réaliser que par de bonnes conditions, vol à vue). Organisation des charges avec les porteurs et les sherpas. Début du trek dans la foulée :

Luklha –Pakding (2600m) étape courte et en descente.

**J5** : Phakding- Namche Bazar (3440 m)

Rive droite ou rive gauche de la Dudhkosi, le chemin taillé dans la roche, bordé de cultures monte brusquement jusqu'à Namche Bazar, la capitale du pays sherpa : Nombreux petits commerces, souvenirs tibétains, marché le samedi.

**J6** : Namche acclimatation

Jolie promenade au dessus de Namche Bazar tout d'abord jusqu'à l'Everest view Hotel puis retour par le beau village de Kumjung.

**J7** : Namche (3800m) Phortse (3840 m)

Très belle étape : Par un chemin à flanc, belvédère de l'Ama Dablam, on rejoint le village en terrasses de Phortse où les femmes récoltent et enterrent les dernières pommes de terre.

**J8** : Phortse (3840 m) Pangboche (4000m)

Marche sur un bon sentier en balcon jusqu'au village de Pangboche.

**J9** : Pangboche (4000m) Camp de Base (4460m)

Nous sommes désormais fin prêt pour une installation confortable avec l'équipe au complet au camp de base.

**J10 à 23** : Expédition proprement dite : 14 jours.

Ascension de L'Ama Dablam (6856m) Installation du camp 1 à 5700 m, du camp 2 à 6000m, et du camp 3 à 6300m. L'ensemble de l'équipe participe au portage du matériel et si c'est nécessaire à l'équipement des cordes fixes en compagnie de nos sherpas d'altitude.

Les difficultés sont rocheuses dans la première partie, puis glaciaires. L'itinéraire de l'arête sud-ouest est sûr, sans danger objectif. L'ensemble de la voie est équipé de cordes fixes pour assurer la progression (montée, descente dans une sécurité optimum)

**J24**: Camp de base - Tengpoche

Retour dans la grande vallée. Nous connaissons déjà le chemin pour l'avoir emprunté à la montée. Camp au village de Pangboche.

**J25** :Pangboche –Phunkdi(3250)- Namche Bazar(3440m)

Après la traversée d'une passerelle sur le torrent, nous parcourons durant 2 heures une très belle forêt jardinée par les moines du monastère de Thyangboche (« Montagne de l'empreinte du talon »).

Descente rapide dans une belle forêt. Passerelle à Phunkdi avant une lente remontée, puis un sentier en balcon aboutissant à Namche Bazar.

**J26** : Namche bazar – Pakding Lukla

Dernier campement. Généralement on fête la réussite du sommet avec nos amis Sherpas.

**J27** : Vol Lukla – Kathmandu

Vol soumis aux aléas de la météo; possible journée de retard dans le jour de rotation....

C'est pourquoi, nous prévoyons 1 journée de réserve à Kathmandu avant de prendre le vol international.

**J28** : Kathmandu

Journée libre, hôtel.

**J29** : Matinée libre

Dans l'après-midi, transfert à l'aéroport. Vol de retour.

**J30** : Arrivée à Paris

Remarque : Ce programme reste malléable en fonction des conditions météo et du niveau des participants

## **Le déroulement du voyage :**

### **Déplacement :**

Vol international sur ligne régulière.

Vol Kathmandu Lukla à bord d'un Twin Otter de 15 places. Le vol dure 40mn.

Transfert dans la ville de Kathmandu en bus ou en taxi

### **Encadrement :**

Pour un groupe de 8 grimpeurs au maximum :

Un guide de haute montagne

2 sherpas de haute altitude aideront pour l'équipement des différents camps et pour les cordes

fixes

Un cuisinier (cook) et ses aides (kitchenboys)

Un sirdar (le chef de l'organisation et des porteurs)

Un officier de liaison

### **Hébergement :**

A Kathmandu : hôtel équivalent à un trois étoiles en France

### **Programme :**

Le guide peut modifier ou décaler certaines journées, en particulier lors des étapes de montagne suivant les conditions du moment.

Entre Kathmandu et Lukla, le vol se fait à vue, il se peut que des brumes perturbent les horaires et modifient l'agencement des journées libres à Kathmandu.

En cas d'utilisation d'hélicoptères pour l'évacuation de Lukla, le surcoût serait partagé entre tous les membres du groupe.

## **Formalité pour le Visa :**

Directement à votre arrivée au Népal : prévoir 5 photos d'identité (une pour le visa et 4 pour le permis d'expédition), paiement en espèces (30 euros en 2004)

Adresse ambassade Népal :

45, bis rue des Acacias, 75017 Paris tél : 01-46-22-48-67.

Visa Express

54, rue de l'ouest- BP 48 75661 Paris Cedex 14 tél : 01-44-10-72-72

Vous devez posséder un passeport valide 6 mois après la date présumée de votre retour de voyage

## **Assurance :**

Pour parer aux conséquences d'un éventuel accident, nous vous conseillons fortement d'être attentifs à vos contrats personnels d'assurance et d'assistance. Contrôlez les plafonds de vos contrats d'assistance : vous devez vérifier en particulier si votre couverture pour « recherche secours » est au moins égale à 3812 euros. C'est le cas des assistances de la Fédération des Clubs Alpin Français, de la FFME, de la MAIF (avec extension monde !) Attention, les cartes de crédit n'offrent que peu ou pas de garantie « recherche secours »

## **Le tarif comprend :**

Le vol Paris- Kathmandu A/R en classe eco

Le vol Kathmandu –Lukla A/R en twin otter

Les nuits d'hôtel telle que décrites

Tous les transferts nécessaires au programme

L'organisation de la marche d'approche jusqu'au camp de base, puis de l'expédition en pension complète.

La fourniture des équipements collectifs nécessaires (tentes, cordes, gaz, réchauds,...)

L'assistance d'un guide de haute montagne français pendant toute la durée du voyage.

Les porteurs pendant le trek, porteurs d'altitude pendant la phase expé, sirdar, officier de liaison,

leur équipement, assurances et salaires.

Votre quote-part des royalties ainsi que la taxe du parc national

L'assistance de l'équipe de cuisine locale

1 dîner d'adieu à Kathmandu

## **Le tarif ne comprend pas :**

L'assurance multirisques voyage obligatoire (3% du prix du voyage si Visages)

L'assistance : frais en cas de mise à disposition, pour un participant, de porteurs ou animaux de

bats complémentaires

Les surtaxes sur votre bagage personnel si le poids dépasse 18 kgs (en soute)

Les boissons, les repas à Kathmandu et toutes les dépenses d'ordre personnel

Les pourboires

Les taxes d'aéroport

Les frais de visa

## **Règlement :**

Acompte de 30% au moment de l'inscription

Solde un mois avant départ.

Une inscription précoce (6 à 10 mois à l'avance) facilite le travail d'organisation (aérien) et aide à la qualité des prestations...

## **Matériel fourni :**

Tentes dômes à arceaux pour le trek, le camp de base et camps d'altitude (2 par tente)

Tente mess pour les repas et veillées

Walkie-talkie pour la sécurité du groupe

1 réchaud d'altitude par tente

Point d'ancrage et cordes fixes statiques

Cordes de progression.

## **MATERIEL PERSONNEL A EMPORTER**

Rappel : votre bagage en soute ne doit pas dépasser 18kgs

Nous prenons de Roissy du matériel commun.

Le sac à dos : c'est le sac que vous utiliserez en cabine (il peut y avoir une tolérance sur son poids y mettre papiers livres appareil fragiles etc.) et que vous porterez chaque jour pendant le trek et l'ascension, il doit faire minimum 50 litres.

Le sac de voyage (sac marin) : C'est le sac qui sera dans la soute de l'avion. Pendant le trekking, il contiendra les affaires que vous n'utiliserez pas pendant la journée. Transporté par les équipes de portage, vous le retrouverez à la halte le soir.

Dans votre sac marin le jour du départ :

Pour la tête : Bonnet, passe montagne ou cagoule, bandeau

2 très bonnes paires de lunettes de glacier avec protège-nez et oeilères

1 masque de ski.

1 masque de tempête qui couvre la face en néoprène

Pour le buste : Sous vêtements (2x manches courtes 2x manches longues, 3 slips un maillot de bain)

Une veste et un pantalon fourrure polaire, une veste et un sur pantalon gore tex, un pantalon de montagne

Un gilet sans manche coupe vent

1 petite veste en duvet pour le camp de base et qui rentre sous la veste gore tex

1 ensemble de vêtement de trek pour la marche d'approche et pour le voyage.

1 short

1 collant

Pour les mains :

1 paire de moufles en duvet

1 paire de gants de laines

1 paire de gants de cuir style travail pour la remontée des cordes fixes.

Pour les pieds :

1 paire de chaussures coque plastique avec chaussons type hivernal en alvéolite (type one sport) (on peut les prendre pendant le vol pour limiter le poids)

1 paire de chaussure de trek pour l'approche

2 ou 3 paires de chaussettes en laine + quelques paires de chaussettes normales pour l'approche

Divers : Un sac de couchage de bonne qualité léger et chaud (1.5kg/2kg) qui nous suivra

dans les camps

Un matelas isolant type "Thermarests"

Deux bâtons télescopiques

Une frontale avec piles de rechange

1 gourde de 1L avec enveloppe

Trousse de toilette, serviette de bain (petite)

Serviettes humidifiées type « calinette »

Un couteau de poche

Sacs plastiques de toutes tailles

Pharmacie personnelle :

Aspirine en quantité, lysopaine, elastoplaste et double peau ; antidiarrhéique : immodium et intetrix

Doliprane, collyre, somnifère léger, stilnox (si vous avez des problèmes pour dormir en altitude) ;

Antibiotique à large spectre type penglobe 600, Solupred, hydrochlazone ou micropure, etc...

Matériel Technique :

1 paire de crampons munis d'antibottes

1 baudrier

1 piolet classique

2 mousquetons à vis

2 mousquetons normaux

1 descendeur en 8

Une broche à glace

1 poignée autobloquante Petzl

6 mètres de cordelettes de 7 mm

1 casque de montagne

L'ensemble du matériel devra tenir dans 1 sac marin solide et fermé avec un cadenas

### **Assurances**

Vérifiez que vous êtes suffisamment couvert en assurance : pour le Caf par exemple il faut l'extension monde. Un rapatriement peut coûter très cher !

### **Liste de courses**

Pour connaître un peu votre expérience d'alpiniste je vous recommande vivement de me fournir

une liste de courses datées, qui vous permettra de vous engager en responsable sur un projet de

cette envergure. Liste que vous m'enverrez avec la dernière page de ce document datée et signée.

**J'ai lu le programme détaillé et l'accepte. J'ai le niveau requis et suis en bonne santé.**

**Lu et approuvé :**

**Date et signature :**

