

## Sibérie

### Beloukha : le Mont-Blanc de l'Altai

Du 2 au 16 août 2017

Coût : 1421 euros au départ de Barnaoul (vols réguliers pour 550 euros environ)

**niveau : ▲ ▲ ▲ - assez soutenu**

Nombre de participants : 8 personnes

Date d'ouverture des inscriptions : 28 mars 2017

Date limite de pré-inscription : le 28 avril 2017



L'Altai est l'endroit le plus continental de la planète, le « nombril du monde ». Sa chaîne haute de plus de 4500 mètres se situe à la frontière entre la Russie, le Kazakhstan, le Mongolie et la Chine. Son point culminant est le Beloukha en Russie, près de la frontière kazakhe. Cette magnifique montagne est couverte de glaciers d'une blancheur étonnante (« belo » signifie blanc en russe) qui se mirent dans les eaux nacrées du lac Akkem. Ce trekking qui comprend dix jours de marche dont une grande partie avec des chevaux pour le portage, permet de pénétrer au plus profond de la chaîne de Katounski. Nous réaliserons une boucle, en partant du village de Tioungour et en passant au pied du Beloukha. Torrents, lacs, cascades et glaciers jalonnent ce parcours d'environ 150 km.

## Caractéristiques du voyage

Ce voyage s'adresse à des marcheurs réguliers, habitués aux randonnées itinérantes, avec campements sous tente, mais ne comporte pas de grosses difficultés. Les dénivelées ne sont pas très importantes, même si les étapes peuvent être assez longue (jusqu'à 20 km). L'essentiel du trek se déroule entre 2000 et 2500 mètres. Une seule journée atteint les 1000 mètres de dénivelée avec le passage du col de Karatiourek à plus de 3000 mètres. Ce jour-là, il faudra porter les tentes et de la nourriture pour trois jours, dont deux en descente (compter 3,5 kg de plus par personne). Le climat est sensiblement le même que dans les Alpes à cette période de l'année, bien qu'un peu plus humide et frais. Il peut donc comprendre des journées de très beau temps mais aussi de la pluie voire, sur les hauteurs, de la neige. Chaque soirée se terminera en chansons au coin du feu.

## PROGRAMME

### Jour 1

Arrivée à Barnaoul tôt le matin. Transfert à l'hôtel. Visite touristique de la ville fondée en 1730.

### Jour 2

Transfert en minibus 4X4 à Verkhny Ouïmon (700 km, 9 heures de route et de piste). Le trajet emprunte la plus ancienne route de l'Altaï qui conduit à la Mongolie, la Tchouisky Trakt, le long de la rivière Katoun, dont nous remonterons le cours jusqu'à destination, après avoir passé les cols Seminsky, Yabogansky et Gromotoukha. Arrivée le soir à la *tourbaza* Verkhny Ouïmon pour la nuit. Repas en restaurant.

### Jour 3

Visite du musée des Vieux-croyants et de la maison-musée de Nicolaï Rerich. Transfert à Tioungour, au bord de la rivière Katoun. Repas au café. Nuit sous tente.

### Jour 4

Préparation des chevaux pour le transport de l'équipement et des vivres. L'équipe s'avance en 4X4 jusqu'au village de Koutcherla, dernière localité avant les montagnes et le col de Kouzouyak. Le trek commence véritablement au passage du pont sur la rivière Akkem qui prend sa source au glacier éponyme au pied du Beloukha. Montée dans la vallée de l'Oroktoi, nuit au bord de la rivière. 19 km – Dénivelée : 660 m. – 6-8 heures.

### Jour 5

Rivière Oroktoi – rivière Touxman. Le chemin traverse tout d'abord la taïga, puis les alpages ; peu à peu se découvrent les pics enneigés de la chaîne de Katounski. Nuit au bord de la rivière Touxman. 14 km - Dénivelée : 900 m - 6-8 heures.

### Jour 6

Rivière Touxman - lac Kouldouairi (2000 m).  
20 km - Dénivelée : 100 m - 7-8 heures.

### Jour 7

Lac Kouldouairi - rivière Tekieliou (1800 m). Après une montée sur un plateau d'altitude, on redescend sur la rivière Tekieliou, face au ravin de Skintchak. Campement au bord de la rivière. Excursion à la cascade de Tekieliou, la plus haute de l'Altaï. 14 km - Dénivelée : 500 m – 6-8 heures.

### Jour 8

Rivière de Tekieliou — montée au col de Sarybel (2300 m) — lac Akkem (2000 m). Du col, le chemin emprunte des vallées alpines avant de pénétrer les gorges de Yarlou, qu'on appelle aussi la Vallée des edelweiss. Là fut bâtie une cité de pierres, devenue lieu de méditation. Les gorges prennent des teintes splendides, bleues puis roses au fil du jour. Traversée de la rivière Akkem en rafting, après avoir quitté les chevaux et le muletier (pour le reste du voyage, il faudra donc porter équipement et nourriture). Campement au bord lac Akkem. Bain russe. 19 km - Dénivelée : 500 m - 8-9 heures.

### Jour 9 et 10

Le lac Akkem offre des vues de montagne parmi les plus extraordinaires quand le Beloukha se reflète dans ses eaux nacrées. De ce campement, nous ferons deux sorties en étoile jusqu'au pied du Beloukha :

- Le glacier Akkem et le lac des Esprits de la montagne. 5-6 heures ;
- Excursion au mont Akoyouk (3670 m), vers la vallée des Sept lacs, dont le plus haut est à 2600 mètres. Au retour, bain russe. 4-5 heures.

#### **Jour 11**

Lac Akkem - col de Karatyourek (3060 m) qui signifie le "coeur noir" – vallée des cèdres (1760 m). Une montée exigeante très vite récompensée par une vue sublime du col (souvent enneigé), sur les vallées et la chaîne de Katunski, le Beloukha, le lac Akkem, le lac des Esprits... 15km - Dénivelée : 1000 m - 6-8 heures.

#### **Jour 12 et 13**

Descente en deux jours à Tioungour. Traversée de l'Isba de pierres, campement intermédiaire au bord de la rivière Koutcherla. Descente dans la vallée d'Izekeriou, 4X4 jusqu'à Tioungour. Nous visiterons au passage les grottes sacrées de Kouiliou, pétroglyphes, site préhistorique. Nuit au bord de la rivière Katoun à Tioungour. Bania. Dîner au café. Descente à pied : 14-15 km, 4X4 : 17-18 km.

#### **Jour 14**

Départ de Tioungour pour Barnaoul. Arrivée dans la soirée à l'hôtel.

#### **Jour 15**

Retour en France le matin.

Ce programme indicatif n'est pas contractuel. Les organisateurs se réservent le droit de le modifier à tout moment, notamment en fonction des conditions de terrain posant danger, d'obstacles imprévus, de cohésion du groupe, de météo incertaine, et pour d'autres raisons de sécurité. Les participants devront avoir le niveau demandé.

## **RENSEIGNEMENTS**

**Niveau technique ▲▲▲** : Ce trekking ne présente pas de grosses difficultés, les chemins sont en bon état, les dénivelées généralement peu importantes, l'ensemble se déroule entre 2000 et 2500 mètres d'altitude (excepté le passage d'un col à 3000 m.).

**Niveau physique** : Même si des chevaux porteront les affaires collectives pendant la plus grande partie du trek, le mode autonomie et en boucle implique d'être en bonne forme. Il est donc nécessaire d'arriver préparé. Une journée sera plus sportive que les autres avec le passage d'un col à plus de 3000 mètres. Deux courtes journées en étoile à partir du lac Akkem peuvent être l'occasion de récupérer au besoin.

**Repas du midi** : fournis par les organisateurs, ils seront pris ou préparés sur le terrain.

**Hébergement** : En ville : hôtel. Sur la route : *tourbaza*. Pendant le trek : tente.

#### **Formalités et santé** :

- Visa (renseignements à prendre auprès de l'organisateur)
- Permis spécial pour entrer dans la zone frontalière (demande adressée par l'organisateur **au plus tard trois mois avant le départ**)
- Passeport en cours de validité valable six mois après la date de retour
- Certificat médical de non contre-indication à la pratique du trek dans une région isolée
- Hygiène : ne pas boire l'eau du robinet, même à l'hôtel. En montagne, l'eau des sources est d'une grande pureté. La toilette quotidienne se fera dans les torrents (savon de Marseille ou biodégradable). A plusieurs reprises nous aurons la possibilité de prendre un bain russe (sauna).
- Vaccins : aucun vaccin n'est obligatoire pour entrer en Russie mais veiller à ce que les vaccinations soient à jour : diphtérie, tétanos, polio, hépatite A et B.
- Détail important : les moustiques ne sont pas un problème dans cette région. Concernant, les tiques, elles ne sont pas présentes au-dessus de 2000 mètres,

en revanche dans les zones boisées en dessous de cette altitude, il convient de prendre les précautions d'usage et de s'inspecter le corps après chaque randonnée.

Ne pas oublier :  carnet international de vaccination  carte de groupe sanguin  assurance rapatriement.

- **Vois :** le tarif indiqué ne comprend pas le vol. Compter 550 euros environ au 10 mars 2017. Se renseigner impérativement auprès de l'organisateur pour vérifier les horaires. Prévoir impérativement l'arrivée le 2 août 2017 au matin à Barnaoul.

Le transfert à l'hôtel est pris en charge.

**Coût du voyage :** 1421 €

Le prix comprend :

- l'hébergement en pension complète (repas et pique-niques)
- tous les déplacements intérieurs (y compris le transfert à l'hôtel)
- les frais CAF, les frais d'organisation de l'accompagnateur (courrier, téléphone, cartes, etc...), la rémunération des accompagnateurs
- l'assurance intérieure Ingosstrakh (32 euros)
- l'autorisation spéciale d'entrée dans la zone frontalière
- l'invitation pour le visa (25 euros)
- la location des chevaux pour le portage
- le matériel collectif
- les bains russes









Il ne comprend pas :

- les en-cas et boissons diverses
- les repas pris sur la route
- le vol (compter 550 euros au 10 mars 2017)
- le visa (environ 60 euros)
- l'assurance rapatriement.

Le coût du voyage est calculé sur la base d'un taux de change au 13 mars 2017 d'1 euro = 62 roubles.

**Equipement et matériels à emporter :** A partir du moment où nous quittons Tioungour, nous sommes en autonomie complète. Votre sac devra faire environ 70 litres. Pendant l'essentiel du trek, il ne comportera que vos effets personnels, soit environ 13 kg, de manière à apprécier la marche. Des mules nous accompagneront en effet jusqu'au lac Akkem et permettront de transporter tout le matériel collectif (tentes, popotes et nourriture). Ensuite, les mules redescendent, il vous faudra donc garder de la place dans votre sac au départ car pour franchir le col de Karatiourek (jour 11), nous nous répartirons tentes et nourriture pour trois jours (dont deux en descente), soit 3,5 kg de plus par personne.

Les tentes trois places seront fournies sur place par les organisateurs.

-  Sac à dos de 70 litres
-  Un sursac enveloppant le sac à dos pour la pluie
-  Un sac à viande en soie ou thermolite
-  Un duvet chaud (-5°C conseillé)
-  Un matelas gonflable (ne pas lésiner sur le confort)
-  Un bonnet et une paire de gants en laine
-  Casquette pour le soleil
-  Lunettes de soleil

- ☞ Deux tee-shirts techniques : un manches courtes et un manches longues (éviter le coton)
- ☞ Des sous-vêtements pour la nuit
- ☞ Une fourrure polaire ou pull chaud en laine (plus adapté aux soirées au coin du feu)
- ☞ Une veste Goretex ou équivalent
- ☞ Une doudoune en plumes légère
- ☞ Un pantalon de marche résistant
- ☞ Un short
- ☞ Un collant
- ☞ Deux paires de chaussettes de marche épaisses + une pour le soir
- ☞ Une bonne paire de chaussures de marche montantes (pas de chaussures de trail)
- ☞ Une paire de sandales ou chaussures légères pour les bivouacs (exemple Crocs)
- ☞ Une cape de pluie (ou vêtements de pluie)
- ☞ Un maillot de bain

### Petit matériel

- ☞ Lampe frontale avec piles neuves
- ☞ Sac étanche pour les vêtements et deux ou trois ziplocs toujours utiles
- ☞ Un bon couteau
- ☞ Assiette et verre en aluminium ou plastique + fourchette/cuiller
- ☞ Gourde ou poche d'un litre (très nombreuses possibilités de s'approvisionner en eau)
- ☞ Nécessaire de toilette très limité avec serviette type speedo, savon de Marseille
- ☞ Petite pharmacie personnelle (pensez à prendre vos éventuels médicaments, antihistaminiques en cas d'allergies, également un anti-diarrhéique et antiseptique intestinal, des pansements et double peau, de la crème solaire, des pastilles pour purifier l'eau)
- ☞ Briquet, allumettes
- ☞ Petite éponge
- ☞ Un peu de papier journal (utile pour absorber l'humidité des chaussures)

### Matériel collectif fourni par les organisateurs

- ☞ La pharmacie : trousse de secours des accompagnateurs (voir ci-dessous)
- ☞ Tentes trois places
- ☞ Tout le nécessaire de cuisine
- ☞ Une paire de bâtons télescopiques par personne

La **pharmacie** : trousse de secours des accompagnateurs, mais pensez à prendre vos éventuels médicaments (notamment antihistaminiques, antiallergiques, en cas d'allergies), également un anti-diarrhéique et antiseptique intestinal, des pansements et double peau, de la crème solaire.

**Inscription** : demande en ligne, par courrier ou auprès du secrétariat du CAF Ile de France dès la parution de la fiche technique et validation des inscriptions à partir du 27 mars 2017 (selon la règle des priorités si places insuffisantes le jour de validation), **après accord de l'organisateur**. L'inscription n'est effective qu'après le versement d'un acompte de 500 euros (les 921 euros restants devront être versés un mois avant le départ, soit au plus tard le 2 juillet 2017. Il existe une assurance annulation, se renseigner au secrétariat du CAF pour plus de renseignements. **Date limite de pré-inscription le 28 avril 2017.**



**Avant de partir** : quelques idées de lecture...

*Dans les forêts de Sibérie*, Sylvian Tesson,

*Ermites dans la taïga*, Vassili Peskov

*L'ours est mon maître*, Valentin Pajetnov

*Dersou Ouzala*, Vladimir Arseniev

*Les milieux naturels de la Russie*, Laurent Touchart

### **Vos accompagnateurs**

Michel Tendil est accompagnateur en montagne diplômé d'Etat (également encadrant alpinisme au CAF Ile-de-France). Passionné par les pays russophones, il se rend depuis de nombreuses années dans ces régions.

Denis Zototshkin est instructeur de montagne diplômé russe. Il vit à Barnoul et connaît les montagnes de l'Altaï et la taïga comme sa poche.

**Contact** : [michel.tendil@gmail.com](mailto:michel.tendil@gmail.com) ou 06 26 99 86 29