



Machu Picchu, Cordillères Blanche et Huayhuash



PE 405

Durée : 25 jours (dont 14 jours de marche)

Niveau : Très soutenu 15/20

Type : Trekking

Taille du groupe : de 4 à 12 personnes

Encadrement : Accompagnateur français Tirawa.

Après un démarrage en douceur et une excellente acclimatation, au cœur du pays Inca, entre Cusco, la vallée sacrée et bien sur le Machu Picchu, cap sur Huaraz, au pied de la Cordillère Blanche. Le voyage prend alors une nouvelle tournure et devient un "must" pour le trekkeur endurant, à la recherche d'horizons nouveaux. Cordillère Blanche et Huayhuash... Si ces noms vous sont familiers, rassurez-vous, les itinéraires empruntés sont soit complètement inédits (dans la Cordillère Blanche), soit alpins et au plus près des hauts sommets (dans la Cordillère Huayhuash). Au-delà de la splendeur des paysages, de la beauté des camps souvent au bord de lagunes, ce trek permet d'évoluer loin des foules, dans des régions où bat fort l'âme indienne. Laissez-vous séduire par la rudesse et la beauté de ces lieux ensorcelants !

Points forts

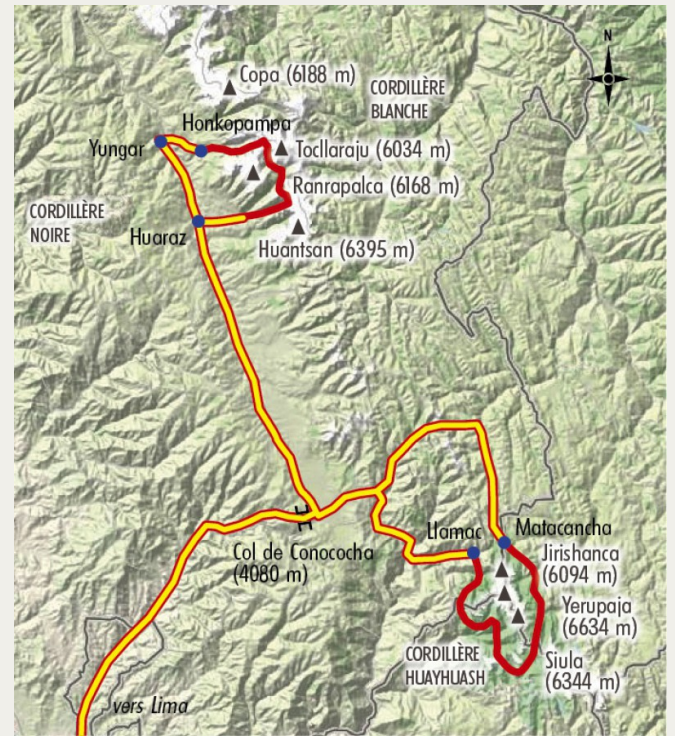
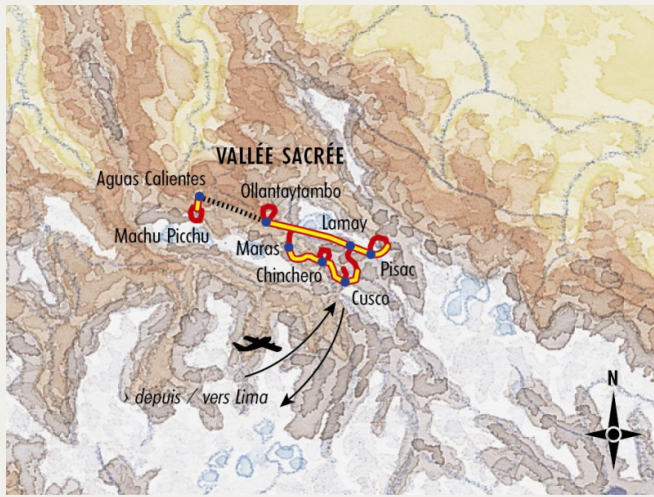
- Deux treks spectaculaires et originaux dans les Cordillères Blanche et Huayhuash
- Une acclimatation dans la région de Cusco : Vallée Sacrée et Machu Picchu
- Une riche partie culturelle entre ville coloniale et sites incas

Les plus Tirawa

- Un voyage en pension complète
- Toutes les entrées des parcs et sites visités incluses dans le prix (220 €)
- Un caisson hyperbare
- Visite de Lima incluse

Niveau Très soutenu (15/20)

Au total 15 jours de randonnées + des marches, répartis sur deux treks de 5 et 8 jours + 2 randonnées dans la Vallée Sacrée et la cordillère Noire. Excellente acclimatation avec un séjour d'une semaine dans la région de Cusco avant de partir en trek. Lors des treks, étapes moyennes de 5 à 7h. Passage de nombreux cols, entre 4800 m et 5250 m et long séjour en altitude (10 nuits à plus de 4000 m). Certaines journées se déroulent hors sentier ou demandent d'avoir le « pied montagnard ». Un itinéraire d'envergure pour trekkeurs confirmés.



ITINÉRAIRE

J1 Vol > Lima

Envol pour Lima. Accueil à l'aéroport et transfert dans un hôtel proche de l'aéroport. Dîner à proximité.

🏠 Hébergement : Hôtel Limaq ou équivalent ✂ Repas : D

ⓘ Départ possible de province (nous consulter - sous réserve de disponibilités, à partir de 80 €).

J2 Vol > Cusco (3400 m)

Envol matinal pour **Cusco, l'ancienne capitale de l'empire inca**. Accueil par notre guide francophone et court trajet vers l'hôtel. Fin de matinée libre pour se reposer et s'acclimater. Après un déjeuner typique, **première découverte** de Cusco, ville pleine de charme, regorgeant de trésors, classée Patrimoine mondial de l'Humanité depuis 1983. L'après-midi, au départ de la plaza de Armas, coeur des villes coloniales du Nouveau Monde, balade de places en quartiers pittoresques, jusqu'au **Qoricancha, le temple du Soleil**, puis vers le très animé marché couvert de San Pedro. Dîner en ville et retour à l'hôtel.

🕒 Transfert : 1h 🚶 Heures de marche : 2h

🏠 Hébergement : Hôtel Tikawasi ou équivalent ✂ Repas : BLD

ⓘ Le programme de cette journée est volontairement léger pour que vous puissiez bien récupérer du vol international et du décalage horaire et commencer votre acclimatation à l'altitude. D'autres visites se feront à Cusco le lendemain.



J3 Cusco et ses environs

Court trajet vers Tambo Machay (3760 m). Début d'une marche agréable, qui en plus de nous acclimater, permettra de découvrir, sur les hauteurs de la ville, plusieurs sites inca d'importance. Nous commençons par **Tambo Machay**, baptisé « **le bain de l'Inca** » où l'Empereur venait prendre un bain cérémoniel dans une source sacrée. La qualité des pierres et la présence de niches d'offrandes laissent supposer l'importance rituelle et religieuse de ce site. Juste en face, visite de **Puca Pucara**, littéralement « **le fort rouge** ». Cet ensemble servait probablement de pavillon de chasse et de poste de garde avec une vue panoramique sur la campagne de Cusco. Passage au temple de la Lune puis continuation du chemin vers **Qenko**, un **énorme rocher** consacré au culte du puma et percé d'un tunnel. Nous arrivons finalement à **Sacsayhuaman (3600 m)**, mystérieuse construction avec **trois imposantes murailles** en forme de zigzag bâties de gros blocs mégalithiques dont certains pèsent 150 tonnes. Descente à pied par le **typique quartier de San Blas** vers la **Plaza de Armas** de Cusco. Selon le temps disponible, poursuite de la visite de Cusco et notamment visite de la cathédrale qui abrite l'une des plus belles collections d'art colonial du Pérou avec plusieurs tableaux d'artistes appartenant à l'école de Cusco. Retour à l'hôtel et fin de journée libre.

🕒 Transfert : 1h30 📏 Dénivelé négatif : -200m 🚶 Heures de marche : 4h

🏠 Hébergement : Hôtel Tikawasi ou équivalent 🍴 Repas : BLD



J4 Chinchero > Moray > Maras > Ollantaytambo. Train > Aguas Calientes (2070 m)

Journée consacrée à la **découverte des merveilles de la Vallée Sacrée**. Nous commençons par **Chinchero**. Ce village qui contrôlait jadis l'accès de la **Vallée Sacrée** abrite divers vestiges incas, une église coloniale (que l'on visite si l'on trouve la personne qui possède les clés !) et un **pittoresque marché artisanal**. Un arrêt dans une famille locale qui file et tisse la laine de manière ancestrale nous permet de découvrir d'**intéressantes traditions** et de réaliser quelques belles photos. Poursuite vers le **site de Moray**, surprenant amphithéâtre aux **terrasses disposées en cercles concentriques** et vers les **célèbres Salines de Maras** datant de l'époque pré-inca. Depuis plus de 5 siècles, les paysans de la région récupèrent le sel provenant de ces sources salées ! **Agréable balade d'environ 1 heure**, le long d'un sentier qui serpente **du sommet des salines jusqu'aux rives de l'Urubamba**, offrant ainsi de multiples visions de ce lieu magique où les photographes se régaleront. Déjeuner dans un restaurant champêtre avec son jardin au bord de la rivière Urubamba. L'après-midi, nous rejoignons **Ollantaytambo (2850 m)**. **Visite de sa célèbre forteresse** bâtie à l'apogée de l'empire Inca et installée stratégiquement au sommet d'un escarpement surveillant l'entrée nord-ouest de la Vallée Sacrée. C'est en **train** que nous poursuivons notre voyage. La vallée se rétrécit ; en perdant de l'altitude, la végétation réapparaît et c'est dans une ambiance tropicale que nous arrivons au **village d'Aguas Calientes (2080 m)**, **porte d'accès du Machu Picchu**.

🕒 Transfert : 2h30 📏 Dénivelé : +180m 📏 Dénivelé négatif : -360m 🚶 Heures de marche : 3h

🏠 Hébergement : Hôtel Pequena Casita ou équivalent 🍴 Repas : BLD

📌 Le trajet en train entre Ollantaytambo et Aguas Calientes dure environ 1h15. Attention, il est impératif de ne partir qu'avec un sac à dos léger (30 litres). Le poids et volume des sacs sont contrôlés à l'embarquement dans le train. Vous pourrez laisser le reste de vos affaires dans le véhicule et les retrouver le jour 5 dans l'après-midi.

Selon le temps disponible, baignade possible dans les sources chaudes du village d'Agua Calientes (entrée payable sur place, environ 4 usd).



J5 Visite > Machu Picchu, train > Ollantaytambo. Route > Patabamba (3870 m)

Réveil matinal pour découvrir le **Machu Picchu**. Un court trajet nous dépose à l'entrée du Machu Picchu (2420 m). **Randonnée** possible **vers la Porte du Soleil (2670 m)** ou le **Pont Inca** avant la visite du site. Classée au patrimoine mondial de l'humanité par l'UNESCO en 1983 et désignée en 2007 parmi les 7 nouvelles merveilles du monde, la **cité du Machu Picchu**, la « vieille montagne » en quechua, se trouve à 2430 m d'altitude, dans un site montagneux d'une extraordinaire beauté. Bâtie au sommet d'un éperon rocheux, au cœur de la forêt tropicale, elle est coupée du monde par la rivière Urubamba qui s'enroule en boucle autour de son socle rocheux. Ce lieu fut révélé au monde en 1911, par l'archéologue américain Hiram Bingham mais aujourd'hui émerveillement et mystères demeurent. Nous rejoignons la **Maison du Gardien** pour profiter d'un **point de vue panoramique** sur le site avant d'explorer les 1001 recoins de ce lieu d'exception : **Temple du Soleil** et **Tombeau Royal, Bains cérémoniels, Palais royal, Maison du grand prêtre, Place sacrée, Temple aux trois fenêtres, Intihuatana**, place centrale, les trois portes, quartier résidentiel, quartier industriel, **Temple du Condor**... Redescente au village d'Aguas Calientes. En début d'après-midi (vers 14h30), retour en train à Ollantaytambo. Nous retrouvons notre véhicule et remontons **la Vallée Sacrée**. Par une jolie piste montagneuse, nous atteignons le **village indien de Patabamba**. Accueil par cette **communauté indienne** qui fut la première à s'organiser pour recevoir les voyageurs curieux, avides de découvrir leur mode de vie et savoirs ancestraux. Installation pour la nuit chez l'habitant.

🕒 Transfert : 2h30 📏 Dénivelé : +300m 📏 Dénivelé négatif : -300m 🚶 Heures de marche : 3h/4h

🏠 Hébergement : Chez l'habitant (confort simple) ou équivalent 🍴 Repas : BLD

📌 Il est interdit de pique-niquer sur le site du Machu Picchu. Votre guide vous donnera un encas pour rester aussi longtemps que souhaité au Machu Picchu.

Nuit en chambre double ou petit dortoir selon la taille du groupe et les capacités d'accueil de la communauté lors de notre passage.



J6 Trek > col de Pukamarca (4060 m) > Huchuy Qosqo > Lamay (2940 m). Route > Pisac (2980 m)

Première véritable randonnée pour parfaire notre acclimatation avant de rejoindre les Cordillères au nord du Pérou. Notre marche commence par un agréable **sentier à flanc**, véritable **mirador sur la Vallée Sacrée** et les sommets enneigés de la **Cordillère Urubamba**. Après le joli village de Sihua, une montée soutenue permet de franchir la difficulté du jour, le **col de Pukamarca à 4200 m d'altitude**. Descente facile jusqu'au magnifique village de Pukamarka, l'« endroit rouge » en quechua. Déjeuner sur les terrasses incas dominant le village, un des derniers exemples d'architecture traditionnelle avec ces maisons d'adobe aux toits de chaume. Nous poursuivons par un **spectaculaire chemin inca**, taillé dans les gorges du **canyon Leonpunku**, « la porte du puma ». Ambiance saisissante entre ces parois resserrées où seul le bruit d'une rivière trouble le silence. La végétation prend des allures tropicales. Après être passé devant un ancien poste de contrôle inca, l'horizon s'ouvre à nouveau et nous arrivons sur un secret bien gardé, le **site d'Huchuy Qosqo, le petit Cusco (3670 m)**. Balade paisible, à travers les constructions en pierre ou en pisé et les terrasses agricoles de cette ville qui, selon les chroniques, aurait été construite par l'Inca Wiracocha au début du XVème s. Nous poursuivons notre descente vers Lamay par un chemin offrant de superbes vues sur la vallée sacrée. Nous retrouvons notre véhicule et rejoignons le village de Pisac.

🕒 Transfert : 0h45 📏 Dénivelé : +420m 📏 Dénivelé négatif : -1250m 🚶 Heures de marche : 6h30

🏠 Hébergement : Hôtel Royal Inka ou équivalent 🍴 Repas : BLD



J7 Visite de Pisac. Retour > Cusco (3400 m)

Vingt minutes de bus permettent d'arriver sur la partie supérieure de **Pisac (3430 m)**, un **site inca époustouffant** par sa position **en nid d'aigle au-dessus de la vallée**, et ses terrasses cascading du sommet de la montagne jusqu'aux eaux de l'Urubamba. **Balade** à travers cette ancienne ville inca jusqu'au village moderne, datant de l'époque coloniale. Composé de plusieurs quartiers, **Pisac** était à l'époque inca une ville agricole importante, dotée d'une multitude de terrasses adaptées à la configuration du terrain. **Pisac** était aussi une **ville stratégique, une cité religieuse, un observatoire astronomique et une grande nécropole** ! Après une visite complète du site, nous plongeons littéralement vers la vallée par une suite d'escaliers. Le sentier débouche en plein cœur du village indien, sur la Plaza de Armas, entièrement dédiée au **marché traditionnel et artisanal**. Balade au milieu des étals pour découvrir les produits typiques des Andes. Après le déjeuner, retour à Cusco. Arrivée dans l'après-midi à **Cusco** et fin de journée libre pour flâner une dernière fois dans cette ville aux charmes inépuisables.

🕒 Transfert : 1h30 📏 Dénivelé : +50m 📏 Dénivelé négatif : -500m 🚶 Heures de marche : 2h30

🏠 Hébergement : Hôtel Tikawasi ou équivalent 🍴 Repas : BLD



J8 Vol > Lima. Route > Huaraz (3070 m)

Transfert matinal pour l'aéroport de Cusco. Vol à destination de Lima. Arrivée dans la capitale et transfert au terminal de bus. Trajet en bus de ligne pour une journée particulièrement belle. Nous longeons d'abord la côte du Pacifique avant de remonter la vallée désertique de Fortaleza jusqu'au col Conococha (4080 m). Splendide vue sur les immensités de l'Altiplano dominé par les Cordillères Blanches et Huayhuash. Descente dans le callejon de Huaylas, large vallée séparant la Cordillère Noire de la Cordillère Blanche. Arrivée en fin de journée à Huaraz (3070 m), au pied de la Cordillère Blanche.

🕒 Transfert : 9h

🏠 Hébergement : Hôtel San Sebastian ou équivalent 🍴 Repas : BLD

📍 Fourni par la compagnie du bus, le déjeuner sera pris dans le véhicule.

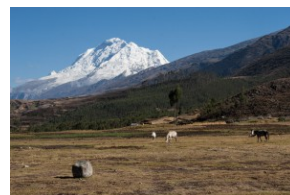


J9 Huaraz > Honkopampa (3440 m), trek > Vallée d'Akilpo (4400 m)

Départ pour une **traversée de 5 jours de la partie sud de la Cordillère Blanche**. L'itinéraire, totalement inédit, est typé haute montagne, avec de **longs cheminements hors sentier**. Il s'agit d'une haute route, rendue possible par le retrait glaciaire de ces dernières décennies qui a libéré de nouveaux cols d'altitude, au plus près des imposantes masses glaciaires de cette partie du massif. Après un **court trajet pour Honkopampa** et la visite du site archéologique, départ pour la vallée d'Akilpo. Le chemin traverse un plateau dégagé avant de rentrer dans l'étroite quebrada d'Akilpo. Découverte d'une belle cascade. Montée alternant passages soutenus et marche à plat, à travers une belle forêt de quenuals. Vers 4100 m, apparition des pâturages d'altitude. La vue se dégage sur le **sommet double d'Akilpo** (5560 m) et la **face ouest du Tocclaraju** (6032 m). Une dernière montée permet de rejoindre le camp face aux montagnes.

🕒 Transfert : 1h 📏 Dénivelé : +960m 🚶 Heures de marche : 4h

🏠 Hébergement : Camp 🍴 Repas : BLD

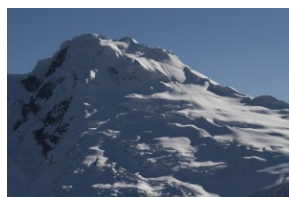
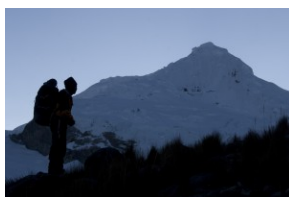


J10 Trek > Col Tocclaraju (5050 m) > Refuge Ishinca (4390 m)

Bien que le dénivelé soit raisonnable, il s'agit de la première journée difficile du parcours car **le trek se déroule en grande partie hors sentier**. La montée est tout de suite soutenue, sur le flanc gauche de la vallée. Le chemin alterne traversées à flanc, parfois dans les blocs, courts passages à plat et montées raides jusqu'au pied de l'Urus (5495 m), un sommet réputé parmi les alpinistes à la recherche d'une ascension abordable. Fin plus facile avec la **traversée d'un plateau minéral, au bord du glacier plat du Tocclaraju**, pour rejoindre le col. Vaste vue sur tout le chaînon courant de l'Ishinca au Janyaraju avec, imposante, l'austère face nord du Ranrapalca (6162 m). Le début de la descente est technique, avec un passage raide prolongé d'un cheminement dans des blocs rocheux. Plus bas, on retrouve un terrain plus agréable, bien que pentu, qui rejoint rapidement le refuge. **Beau panorama sur la face sud-ouest du Tocclaraju et le Palcaraju (6274 m)** dominant une moraine éclatée par le débordement d'une lagune.

📏 Dénivelé : +650m 📏 Dénivelé négatif : -660m 🚶 Heures de marche : 6h

🏠 Hébergement : Refuge 🍴 Repas : BLD



J11 Trek > Col Palcaraju (5250 m) > Vallée Cojup (4430 m)

Nouvelle journée engagée. Le démarrage est tranquille. Après la traversée de la rivière, le chemin monte doucement en rive gauche de la moraine. Après une montée plus raide, on prend pied sur un plateau dominant **trois lagunes aux eaux turquoise**. Continuation par un chemin suivant la crête d'une moraine prolongeant le glacier du Palcaraju. Une traversée dans de gros blocs permet d'atteindre le col à 5250 m. On croit toucher les pentes glacées du Palcaraju. D'autres sommets, striés de cannelures de glace, se découvrent comme le Pucaranra (6156 m). La descente est longue mais plus facile que la veille. Après avoir suivi une moraine, on rejoint rapidement de **vastes alpages** piquetés de touffes d'ichu (paille). Descente par des plateaux successifs en tirant toujours à droite. En chemin, belle vue sur la lagune Perolcocha, au pied du Ranrapalca. Une fin plus pentue nous amène dans le haut de la vallée de Cojup.

📏 Dénivelé : +860m 📏 Dénivelé négatif : -820m 🚶 Heures de marche : 6h

🏠 Hébergement : Camp 🍴 Repas : BLD

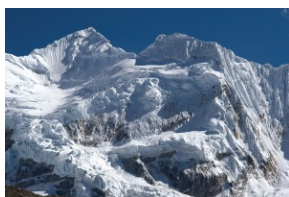
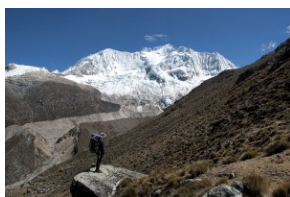


J12 Trek > Col Choco (5080 m) > Quebrada Cayesh (4020 m)

Aujourd'hui, nous franchirons le **dernier col de cette traversée sauvage du sud de la Cordillère Blanche**. La vallée de Cojup, très large à cet endroit, est encombrée de rochers déposés par une ancienne avalanche de débris. Une fois traversés les nombreux gués, le chemin du col est évident. Montée raide mais régulière, sur des sentiers de vache, pour rejoindre notre col, au sud du Jatunmontepuncu (5421 m). **Dernières visions sur les masses glaciaires du Palcaraju, Pucaranra et la face sud du Ranrapalca**. Descente à main gauche pour rejoindre la lagune Cuchilla avec, en toile de fond, le versant sud-ouest du Pucaranra. Descente sur un bon chemin vers 4250 m. Traversée d'une rivière et courte montée, dans un bois de quenua, pour rejoindre le bord d'une moraine dominant la lagune Tullpacocha. Pause pour profiter de la vue sur **la lagune surmontée par un vaste cirque glaciaire englobant le Chinchey (6309 m), le Tullparaju (5787 m) et le Chopiraju (5518 m)**. Dans l'après-midi, descente dans la vallée et installation du camp à l'embranchement de la quebrada Cayesh.

📏 Dénivelé : +650m 📏 Dénivelé négatif : -1060m 🚶 Heures de marche : 6h/7h

🏠 Hébergement : Camp 🍴 Repas : BLD



J13 Trek > La Portada (3850 m). Transfert > Huaraz (3070 m)

Dernier jour tranquille avec la descente dans la **quebrada Quilcayhuanca**. La vallée est étroite, enserrée entre de hautes falaises granitiques aux couleurs fauves. Ambiance bucolique avec ces pâturages sillonnés de ruisseaux et envahis de troupeaux de vaches et chevaux. Arrivée à **la Portada** (3850 m), une des **entrées du parc national du Huascarán**. Retour en véhicule sur Huaraz. Fin de journée libre.

🕒 Transfert : 1h 📏 Dénivelé : +20m 📏 Dénivelé négatif : -190m 🚶 Heures de marche : 3h

🏠 Hébergement : Hôtel San Sebastian ou équivalent 🍴 Repas : BLD



J14 Rando > Cordillère Noire

Lorsque les premiers alpinistes européens sont arrivés à Huaraz, ils ont été frappés par la **ressemblance géographique du callejon de Huaylas avec la vallée de Chamonix ; le tout situé ... 2000 m plus haut** ! Comme le massif des Aiguilles Rouges, **la Cordillère Noire est dépourvue de glaciers** et fait face à la **Cordillère Blanche, décalque du massif du Mont Blanc** ; Huaraz étant l'équivalent andin de Chamonix. **Quant au Mont Blanc (4810 m), il est remplacé par le Huascaran (6768 m), point culminant du Pérou**. Autant dire que cette journée passée sur les flancs de la Cordillère Noire, promet des **vues spectaculaires** et une **revue d'effectif des sommets mythiques de la cordillère Blanche** : Huascaran, Huandoy, Copa ... Elle permet aussi admirer la **puya Raimondi**, étrange **agave géante** dont la hampe fleurie peut dépasser les 10 m de hauteur et porter 20000 fleurs ! Endémique des Andes et nommée d'après son découvreur, Antonio Raimondi, naturaliste du XIXème s., elle meurt après son unique floraison ! Dans l'après-midi, retour sur Huaraz.

🏠 Hébergement : Hôtel San Sebastian ou équivalent 🍴 Repas : BLD



J15 Huaraz > Quartelhuain (4170 m). Trek > Col Cacan (4690 m). Marche a/r > Laguna Mitucocha (4250 m)

Départ matinal, la journée va être longue ! Il faut environ 5h de route pour rejoindre le point de départ de notre troisième trek dans la **Cordillère Huayhuash**. Après Huaraz, la route monte sur le vaste plateau du col Conococha. Dernières vues sur les sommets de la partie sud de la Cordillère Blanche. Cap plein nord sur une route en bon état jusqu'au bourg de **Huallanca**. Le relatif développement de la vallée est dû aux mines qui parsèment les environs. La route laisse place à une bonne piste pour la dernière partie du trajet. Nous remontons une vallée, croisant de nombreux hameaux d'éleveurs et d'un coup, un paysage spectaculaire s'offre à nous. D'immenses proues de calcaire se dressent dans le ciel. On se croirait dans les Dolomites mais à une échelle géante. Pause au **col de Cuncush à 4750 m** pour jouir du panorama et ultime descente jusqu'au lieu-dit **Quartelhuain**. Rencontre avec notre équipe locale, chargement des ânes et des mules et départ pour notre dernier trek qui fera le tour de la Cordillère Huayhuash. Surnommée **la cordillère rouge**, du fait de la couleur de ses roches, elle est considérée comme la plus spectaculaire du Pérou. Il s'agit d'une chaîne compacte (moins de 30 kms de long), avec 6 sommets de caractère dépassant les 6000 m d'altitude dont le **Yerupaja et le Siula Grande**. Appréciée des forts alpinistes pour les challenges que chacun de ses sommets représentent, le tour de la Cordillère Huayhuash est l'un des plus beaux treks que l'on puisse imaginer. Cette première étape donne le ton avec une montée par un sentier raide et sinueux **au col alpin et rocheux de Cacan (4690 m)**. Des pauses pour reprendre son souffle permettent de profiter de la vue sur les sommets du Rondoy (5870 m) et du Ninashanca (5607 m). Descente sur le versant est de la cordillère. Le sentier domine la vallée du rio Caliente pour éviter son fond marécageux. Nous montons le camp à **Janca**, l'occasion de découvrir la vie d'un **village andin**. Une fois les tentes installées, courte marche possible **vers la laguna Mitucocha** pour profiter d'une vue splendide sur un **vaste amphithéâtre de montagnes** courant du Jirishanka au Ninashanca en passant par le Rondoy.

🕒 Transfert : 5h 📏 Dénivelé : +570m 📏 Dénivelé négatif : -490m 🚶 Heures de marche : 5h

🏠 Hébergement : Camp 🍴 Repas : BLD

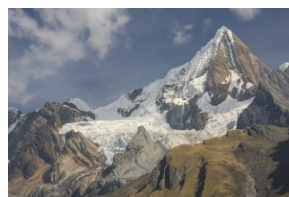
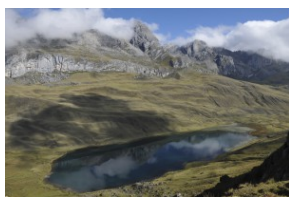


J16 Trek > Col Alcaycocha (4790 m) > Lagune Carhuacocha (4140 m)

Deux chemins sont possibles pour **rejoindre la lagune Carhuacocha** (4140 m). Le classique, par le col Carhuac (4640 m) ou, le plus original, en traversant un col rarement emprunté, celui d'Alcaycocha à 4790 m. Notre guide choisira en fonction de la météo, de la forme et de l'envie du groupe. Le chemin du col Alcaycocha est le suivant : nous longeons la rive est du **lac Mitucocha** avant de monter sur une croupe qui se déploie vers le sud. Une montée plus raide, dans un terrain aventure parsemé de blocs, permet d'atteindre le col secret. Nous sommes face à un cirque de montagnes qui coure du **Jirishanca (6094 m)** au Rondoy 5870 m). Descente plein est vers la **lagune Alcaycocha**. Poursuite vers la quebrada Yanayana où l'on retrouve le chemin classique via le col Carhuac. Nous atteignons un plateau, au nord de la lagune Carhuacocha. **Vue grandiose sur le cœur du massif** et ses deux sommets emblématiques, **le Yerupaja et le Siula Grande**. Descente facile, à travers pâturages et hameaux de bergers, pour rejoindre un autre campement sublime, sur les bords de la lagune Carhuacocha.

📏 Dénivelé : +540m 📏 Dénivelé négatif : -650m 🚶 Heures de marche : 4h/5h

🏠 Hébergement : Camp 🍴 Repas : BLD



J17 Trek > Col Siula (4830 m) > Huayhuash (4350 m) > Lagune Mitococha (4480 m)

Nous laissons le chemin classique pour rester au plus près des hauts sommets de la Cordillère. La journée s'annonce aussi belle que longue dans des **paysages** qui n'en finissent pas d'être **spectaculaires**. Chemin tranquille en rive sud du lac Carhuacocha dans un paysage où alternent **sommets rocheux élancés** et **glaciers tourmentés**. Du nord au sud, nous découvrons le Jirishanca (6094 m), le Yerupaja Chico (6089 m), le Yerupaja (6617 m) et le Siula Grande (6344 m). Passage près d'un hameau à l'architecture typique avec ses maisons en pierre et toits de chaume. En s'incurvant vers le sud, le chemin devient plus soutenu et la vallée plus étroite. **L'ambiance se fait montagnarde** avec des glaciers tourmentés achevant leur course dans 3 lagunes successives aux couleurs éclatantes. La marche n'est pas toujours évidente notamment le long d'une moraine en cours de revégétalisation. Arrivée sur les bords de la lagune Siula, l'occasion de découvrir la **belle vallée glaciaire qui descend du Carnicero (5960 m)**. Une montée très soutenue, de 150 m de dénivelé, à l'aplomb de la laguna Quesillococha, sur un chemin étroit, escarpé et souvent encombré de végétation, demande de l'attention et un pied sûr. Après cet effort intense, nous faisons une **pause bienvenue sur le plateau d'El Mirador. Magnifique vue sur la vallée que nous venons de remonter et sa succession de lagunes de couleurs et tailles différentes**. Une dernière montée à travers un éboulis de pierres blanches nous permet d'atteindre le col Siula à 4830 m. Par une traversée descendante, nous atteignons rapidement un second col à 4750 m. L'ambiance haute montagne s'estompe pour laisser place à de **larges vallées** se déroulant jusqu'aux sommets arrondis de la cordillère Raura. Continuation plein sud, à travers un vaste plateau, jusqu'à la lagune Carnicero. Vue sur les sommets bornant au sud la **Cordillère Huayhuash**, depuis le Carnicero (5960 m) jusqu'au Trapecio (5653 m). Descente sur **l'alpage de Huayhuash**, au milieu des troupeaux de moutons et des fermes d'altitude en pierres et toit de paille. Une dernière montée douce et nous arrivons au camp installé sur les bords de la **lagune Mitococha** à 4480 m d'altitude.

📏 Dénivelé : +820m 📏 Dénivelé négatif : -480m 🚶 Heures de marche : 7h/8h

🏠 Hébergement : Camp 🍴 Repas : BLD



J18 Trek > Col Trapecio (5010 m) > Camp Elephant (4500 m)

De nouveau, nous laissons de côté le tour classique pour nous engager vers un **passage entre la Cordillère Huayhuash et le massif rocheux des Puscanturpa**. Tel un escalier géant, le sentier alterne plateaux et franches montées, **au pied de la face est du Trapecio**. En prenant de la hauteur, la vue est plus précise sur les sommets de la Cordillère Raura. A l'approche du col, l'ambiance se fait austère. Le chemin sinue dans une moraine percée de multiples lagunes jusqu'à rejoindre une étroite brèche, **le col Trapecio (5010 m)**. Changement radical de paysage ! Nous descendons dans une **vallée sauvage**, rocailleuse, alpine où le sentier se perd facilement. Le regard est aimanté par le sommet du Puscanturpa (5652 m) avec ses 600 m d'orgues basaltiques verticales. Une myriade de lagunes, passant par tous les tons de bleus et de verts égayent le paysage. Après un parcours vallonné sur de grandes dalles, une franche descente permet de rejoindre **la vallée verdoyante de Huanacpatay**. Il est agréable de fouler à nouveau les pâturages et sentir l'horizon s'élargir. Notre camp est installé sur un vaste pâturage.

📏 Dénivelé : +530m 📏 Dénivelé négatif : -510m 🚶 Heures de marche : 5h

🏠 Hébergement : Camp 🍴 Repas : BLD



J19 Trek > Col Santa Rosa (5000 m) > Camp Cutatambo (4260 m)

Le chemin habituel se contente de descendre la vallée Huanacpatay. Pour notre part, **nous faisons un nouveau pas de côté et poursuivons notre traversée sauvage**. Pour basculer sur la vallée de Calinca, nous empruntons le col Santa Rosa (5000 m). Traversée du fond plat de la vallée avant de s'engager dans un vallon qui monte plein nord jusqu'au col à 5000 m. Pour une fois, l'ascension est directe, avec le col bien en vue dès le départ. Ce passage ouvre sans aucun doute sur **l'un des panoramas les plus saisissants du trek**. La vue porte sur un **vaste cirque de montagnes courant du Trapecio au Yerupaja en passant par le Siula Grande**. Les langues glaciaires de chacun des sommets achèvent leur course dans des **lagunes bleues ou turquoise**. Il convient d'être prudent dans la descente car le sentier est raide. Nous atteignons **la vallée Calinca** près d'une ferme. Il est agréable de fouler à nouveau les pâturages. Encore quelques pas et nous voilà à Cutatambo (4260 m), au pied de la lagune Jurau. Installation du camp. L'après-midi, **exploration vers la lagune Jurau (4343 m) et la quebrada Sarapococha. Ce lieu perdu est devenu un mythe car c'est ici**, dans la face Ouest du Siula Grande (6344 m), **que s'est déroulée** la tragique histoire relatée par l'alpiniste Joe Simpson dans son livre **"La Mort suspendue"**.

📏 Dénivelé : +500m 📏 Dénivelé négatif : -760m 🚶 Heures de marche : 5h/6h

🏠 Hébergement : Camp 🍴 Repas : BLD



J20 Trek > Huayllapa (3500 m) > Alpage de Huatiac (4250 m)

Longue descente en pente douce jusqu'à retrouver la quebrada Huanacpatay. Vue sur de **belles cascades**. Nous perdons de l'altitude et imperceptiblement l'air se fait plus doux, la végétation comme les odeurs réapparaissent. Il n'y a pas de doutes, nous sommes sous les 4000 m d'altitude. Nous atteignons le **village de Huayllapa** à 3500 m, point le plus bas de notre trek. Rapide tour de ce **village typique des Andes**, organisé comme partout sur le continent autour de la plaza de Armas et de l'église. Nous reprenons de l'altitude avec une nouvelle ascension. Montée dans une vallée encaissée, au plus près d'une rivière chantante. La végétation disparaît progressivement, c'est le retour des alpages. Installation du camp sur le **plateau de Huatiaq**. Un alpage qui offre une **jolie vue sur les faces sud du Tapush et du Diablo Mudo**, l'un des très rares sommets abordables de la cordillère.

📏 Dénivelé : +740m 📉 Dénivelé négatif : -750m 🚶 Heures de marche : 6h

🏠 Hébergement : Camp 🍴 Repas : BLD



J21 Trek > Col Tapush (4780 m) > Col Yaucha Punta (4830 m) > Laguna Jahuacocha (4060 m)

Ce matin, traversée d'un plateau caillouteux avant l'arrivée au **col Tapush** (4780 m). Descente sur de vastes pâturages ; les grands espaces réapparaissent. Passage à côté de la **lagune Susucocha** et descente dans la vallée de Gashapampa (4550 m). Par un chemin à flanc, nous rejoignons le **haut de la vallée Angocancha (4500 m)**. Rapidement, le sentier rejoint le col débonnaire Yaucha Punta (4830 m). Nous avons entièrement contournés la branche secondaire de la cordillère orientée est / ouest et sommes de nouveau face à de **spectaculaires faces glaciaires**. Descente rapide dans la vallée Huacrish. Au détour d'un virage, surprise, nous découvrons un panorama saisissant : un **fond de vallée plat occupé par deux vastes lagunes, Jahuacocha et Solteracocha**, situées au pied des grandes langues glaciaires qui descendent du cirque de montagnes allant du Yerupaja au Rondoy. Installation du camp dans ce cadre idyllique. L'après-midi, balade possible vers la lagune Solteracocha.

📏 Dénivelé : +860m 📉 Dénivelé négatif : -1050m 🚶 Heures de marche : 6h/7h

🏠 Hébergement : Hôtel 🍴 Repas : BLD



J22 Trek > Col Sambuya (4750 m) et Rondoy Punta (4730 m) > Quartelhuain (4170 m). Route > Huaraz (3070 m)

Départ pour notre dernier jour de trekking. Il est temps de quitter notre camp idyllique. Démarrage tranquille jusqu'à atteindre la lagune Jahuacocha. Le chemin prend de la hauteur et, **par une traversée à flanc au-dessus de la lagune Solteracocha, finit par atteindre le col Sambuya (4750 m)**. Sans perdre d'altitude, nous rejoignons l'**ultime col de notre grande boucle, le Rondoy Punta (4730 m)**. Il ne reste plus qu'à descendre dans la **vallée Rondoy** par un sentier aux lacets parfaitement tracés. Finalement, le chemin débouche dans la vallée Cuncush, au niveau de Matacancha (4100 m), terme de notre aventure. **Après 12 jours de marche et d'explorations, la boucle est bouclée.** Notre véhicule nous attend et nous ramène à Huaraz. En chemin, nous déposons notre équipe de muletiers dans leur village. Passage par Chiquian, un gros village à l'entrée de la Cordillère. **Arrivée à Huaraz** en fin d'après-midi et installation à l'hôtel. Douche chaude bien méritée avant d'aller dîner en ville.

🕒 Transfert : 4h ⬆️ Dénivelé : +770m ⬆️ Dénivelé négatif : -650m 🚶 Heures de marche : 5h

🏠 Hébergement : Hôtel San Sebastian ou équivalent 🍴 Repas : BLD



J23 Huaraz > Lima

Après un dernier regard sur les cimes altières de la Cordillère, il est temps d'embarquer dans un bus public pour le trajet retour vers **Lima**. Passage au col de Conocha puis descente de la vallée de Fortaleza jusqu'à l'océan Pacifique. Nous empruntons la Pan Américaine jusqu'à Lima où nous arrivons en fin d'après-midi. Installation dans un hôtel du quartier Miraflores et dîner en ville.

🕒 Transfert : 8h

🏠 Hébergement : Hôtel Habitat ou équivalent 🍴 Repas : BLD

J24 Lima, vol de retour

Ce matin, **découverte de la ville** fondée en 1535 par Pizarro et qui compte aujourd'hui plus de 10 millions d'habitants. Nous nous dirigeons d'abord vers son **centre historique** (déclaré Patrimoine mondial en 1991). C'est ici que s'est établie la colonie espagnole au XVI^e siècle. Découverte de la Plaza Mayor qui a servi de cadre à certains des événements les plus importants de l'histoire du Pérou. À l'origine entourée de petits magasins et de commerces, elle fut utilisée comme lieu d'exécution des condamnés par le Tribunal de la Sainte Inquisition. Plus tard, on plaça dans sa partie centrale la pile de bronze (1651) qui l'orne encore aujourd'hui. C'est aussi là que fut proclamé en 1821 l'Acte d'Indépendance du Pérou. Sur ses côtés se trouvent le **Palais du Gouvernement**, la **Cathédrale** (bel exemple d'architecture coloniale), le **Palais Archevêiscopal** et la **Municipalité de Lima**. Passage sur la très belle place San Martín, avec ses balcons, arcades et immeubles anciens. Après le déjeuner, transfert à l'aéroport. Envol pour la France.

🍴 Repas : BL



Pour des raisons de sécurité (aléas climatiques ou divers) et dans l'intérêt des participants, l'accompagnateur se réserve le droit de modifier l'itinéraire décrit ci-dessus.

Les temps de marche indiqués ne tiennent pas compte des pauses. Ils sont bien sûr indicatifs et peuvent varier d'un participant à un autre ou selon les conditions climatiques.

Les temps de transfert indiqués ne tiennent pas compte des pauses ni des aléas inhérents à tout voyage d'aventure (dégradation de routes, pannes, travaux, trafic...). Ils sont bien sûr donnés à titre indicatifs et peuvent être supérieurs.

DATES ET PRIX

Du	Au	Prix
29 Mai 2019	22 Juin 2019	4590 €
3 Juillet 2019	27 Juillet 2019	4990 €
7 Août 2019	31 Août 2019	5190 €
4 Septembre 2019	28 Septembre 2019	4590 €

À plus de 60 jours du départ nos prix sont garantis au moment de votre inscription. En cas d'inscription à moins de 60 jours ces prix sont susceptibles d'être modifiés selon les disponibilités aériennes restantes lors de votre réservation.

Conformément à la loi, le montant des taxes aéroportuaires peut être réajusté en cas de variation après votre inscription.

Un départ garanti signifie que le départ en question est confirmé à la date de votre inscription.

Le prix comprend :

- les vols internationaux A/R tels que décrits ci-dessus, en classe économique au départ de Paris
- les taxes aéroportuaires au départ de Paris (facturées lors de la réservation). Le montant de ces taxes est actualisé sur notre site internet. Ces taxes sont facturées lors de la réservation et réajustables en cas de fortes variations
- les taxes d'aéroport internationales au départ de la ville de retour (environ 31 dollars à régler sur place). Vous n'avez plus à les payer. Elles sont désormais incluses dans le prix du billet d'avion sauf changement de réglementation
- les vols intérieurs tels que mentionnés dans le programme
- les transferts terrestres en véhicules privés ou bus public tels que mentionnés dans le programme
- l'hébergement en hôtels (base chambre double) et refuge (en dortoir) tel que décrit dans le programme
- l'hébergement sous tente (tentes type Snow Bound 3 de Ferrino, 3 places pour 2 participants) durant les treks tel que décrit dans le programme
- les entrées dans les sites visités telles que décrites dans le programme
- les repas en pension complète tels que décrits (B = breakfast, L = lunch, D = dîner) dans le programme
- l'assistance d'un guide local francophone de notre équipe locale, ses frais et honoraires
- l'assistance d'une équipe locale : chauffeur(s), muletiers, porteurs, cuisinier...
- les frais inhérents au trekking : taxes de parc national, droits de campement...
- un dossier de voyage avant le départ
- une trousse collective de premier secours
- un caisson hyperbare

Le prix ne comprend pas :

- tout ce qui n'est pas indiqué dans "ce prix comprend"
- l'assurance voyage
- les suppléments pour chambre et tente single (390 € sous réserve de disponibilité, à régler à la réservation). Chambre individuelle impossible pour la nuit en refuge.
- l'équipement individuel nécessaire pour la réalisation du programme

A payer sur place :

- les boissons, pourboires laissés à l'équipe locale et toutes dépenses d'ordre personnel
- les repas qui ne sont pas décrits dans notre détail (voir BLD)

INFOS PRATIQUES

Formalités, Ambassades et consulats :

Pour les ressortissants français, suisses et belges :

Pas de visa. Passeport valable 6 mois après la date de retour.

Les autres membres de l'Union Européenne peuvent nous contacter pour connaître les formalités d'entrée, ou s'informer auprès des services diplomatiques de leur pays d'origine.

Pour tous, ces formalités pouvant évoluer, merci d'en vérifier l'exactitude auprès des autorités consulaires du pays d'origine. Chaque voyageur est responsable du respect des conditions d'entrée dans les pays visités. Tirawa ne peut être tenu pour responsable en cas de changement de formalités.

Santé, vaccins :

Aucune vaccination n'est obligatoire pour l'entrée au Pérou. Il est recommandé d'être à jour pour les vaccinations classiques, en priorité tétanos et polio. Les vaccins anti-typhoïdiques et contre les hépatites A et B sont conseillés. L'hépatite A est transmise par la consommation d'eau contaminée, la B est transmise par relations sexuelles ou contacts sanguins et parfois par la salive.

Pour le voyage passant en Amazonie ("Grand Tour du Pérou"), un traitement contre le paludisme est envisageable. Faites un point avec votre médecin. Renseignements auprès des services des maladies tropicales des hôpitaux de votre région (à Paris, à l'hôpital de la Pitié-Salpêtrière. Tél : 01.45.85.90.21).

MAM (Mal Aigu des Montagnes)

Ce voyage comporte **au moins une nuit à plus de 3500 mètres**. Vous bénéficiez donc automatiquement, pour la durée de votre voyage, de l'adhésion au **Service Médical SOS MAM** mis en place par notre partenaire **l'Ifremmont, Institut de formation et de recherche en médecine de haute montagne**. L'acronyme MAM désigne le **Mal Aigu des Montagnes** dont les signes annonciateurs (céphalée, étourdissement, rétention d'eau, perte d'appétit et du sommeil...) peuvent avoir des conséquences gravissimes. Ces symptômes varient évidemment selon les personnes, mais chaque saison, certains voyageurs (randonneurs amateurs ou grands trekkers) souffrent de l'altitude. **Le Service Médical SOS MAM de l'Ifremmont** vous permet de remplir un **dossier médical en ligne et de vous informer avant de partir**. Pour plus détails, consultez [notre page d'explications](#) ou contactez-nous par téléphone

Monnaie, budget :

La devise au Pérou est le **Nuevo Sol**.

Abréviation : PEN. Taux indicatif en novembre 2018 : 1 € = 3.78 PEN

Espèces : vous pouvez partir avec des euros comme des dollars (le dollar restant toujours plus pratique en Amérique Latine car beaucoup de choses peuvent être réglées directement dans cette monnaie). Le change se fait dans les bureaux de change, les banques voire les hôtels dans les grandes villes. A noter une pratique spécifique au Pérou fort pratique : en dehors des heures d'ouverture, des changeurs "cambistas" opèrent près des banques et bureaux de change. Ils sont aisément reconnaissables avec leurs gilets jaune et leur badge. Demandez toujours de petites coupures, plus faciles à passer dès lors que l'on s'écarte des grands axes.

CB : uniquement dans les banques et certains magasins dans les grandes villes. Pour les achats, une commission est retenue.

Le coût de la vie est moins élevé que dans la plupart des pays industrialisés, il est supérieur à celui de l'Equateur et de la Bolivie et comparable à celui du Chili.

A titre d'exemple, il faut compter :

- Repas dans un restaurant touristique : entre 15 et 25 €
- Café : environ 1 €
- Timbre pour la France : 1 €
- Bouteille d'eau minérale : 0.6 €

Le coût de la vie est moins élevé que dans la plupart des pays industrialisés, il est supérieur à celui de l'Equateur et de la Bolivie et comparable à celui du Chili. A titre d'exemple, il faut compter : - Repas dans un restaurant touristique : entre 8 € et 15 € - Café : entre 0.6 € et 0.9 € - Timbre pour la France : 1€ - Bouteille d'eau minérale :

Pourboires :

Le pourboire ("propina"), bien que non obligatoire, est fortement apprécié. Il dépend bien entendu de la qualité du service fourni par notre équipe locale. Comptez pour l'ensemble de l'équipe locale environ 30 usd par personne et par semaine de voyage soit 110 usd pour ce voyage. Ce pourboire sera à répartir entre les différents intervenants au cours du voyage : guides, chauffeurs, cuisiniers, muletiers...

Après un trek et dans la mesure où ils sont en bon état, il est d'usage d'offrir les vêtements ou équipements que vous ne désirez plus (vêtements, veste, chaussures, bâtons, lampe frontale...) aux membres de notre équipe locale. Ce sont des articles fort utiles aux Péruviens et qui libèrent un peu de place dans les sacs afin de ramener quelques souvenirs.

Encadrement :

Ce voyage est encadré par deux guides péruviens francophones de notre équipe locale, un à Cusco et un dans la région de Huaraz pour les 2 treks. A Lima, assistance francophone de notre équipe locale. Leur rôle est de veiller au bon déroulement du voyage, d'assurer la sécurité de l'ensemble de l'équipe et de vous accompagner durant les treks, en s'assurant de la qualité des prestations fournies. Ils sont les seuls décisionnaires pour gérer au mieux les aléas. Cependant, en cas de problèmes plus importants, Tirawa est alerté et fait, face à ces aléas, les choix les plus adaptés.

Au fil des années, nous avons sélectionnés des guides de trek compétents et motivés. Ils connaissent parfaitement nos programmes et participent à leur amélioration en fonction de leurs retours terrain. Tous nos guides reçoivent régulièrement des formations à l'encadrement (qu'elles soient faites par nous ou notre équipe locale) : gestions des aléas, rythme de marche, orientation, sécurité, aspects médicaux, connaissance du milieu. Ces formations sont renouvelées tous les 2 ou 3 ans au maximum.

Déplacements :

En fonction des dates de départ, vols réservés (à l'aller et au retour, entre Paris et Lima) sur les compagnies régulières suivantes : Iberia (via Madrid), Air France (vol direct), KLM (via Amsterdam), Air Europa (via Madrid).

Pour les départs de province, une demande spéciale doit nous être adressée. Dans ce cas, selon les horaires et les disponibilités, le vol peut être opéré par d'autres compagnies. Prévoir un surcoût qui sera précisé en cas de confirmation de votre part (minimum 90 €).

Environ un mois avant le départ du voyage, une convocation individuelle est envoyée à chaque participant. Elle reprend dans le détail l'ensemble des vols internationaux liés à ce voyage.

Tous les déplacements se font en véhicule privé sauf le trajet aller-retour entre Lima et Huaraz (jours 8 et 23) qui se fait en bus public confortable (sièges largement inclinables pour se reposer ou dormir). Votre guide (ou un représentant de notre équipe locale) sera présent avec vous lors de ces trajets.

Hébergement :

Les nuits se passent en hôtels dans les villes (11 nuits), chez l'habitant (1 nuit), sous tente (10 nuits) et refuge (1 nuit) durant les treks.

Durant les treks, les nuits se passent dans des tentes spacieuses (3 places pour 2 personnes - généralement de la marque Salewa). Les nuits se passent dans des **tentes spacieuses (3 places pour 2 personnes)** - généralement de la marque Salewa). Le bon état des tentes est vérifié avant le départ par notre équipe. Elles sont numérotées et chaque participant utilisera la même durant tout le trek de façon à en être responsable. **Nous trouvons le camp monté** par les muletiers **lorsque nous arrivons à l'étape**. Un coup de main - notamment pour le démontage le matin - est le bienvenu et permet de démarrer plus tôt. Les **repas sont pris dans une tente mess** adaptée à la taille du groupe. Eclairage par une lampe rechargée grâce à des panneaux solaires. **Pour un confort maximal, nous fournissons des chaises avec dossier**. Une tente toilette est installée lorsqu'aucun WC n'existe sur le camp. Le matin, notre équipe apportera à chacun un thé chaud pour se réveiller en douceur et ... quitter plus facilement son sac de couchage. Une baignoire d'eau chaude est à disposition pour se débarbouiller.

Pour notre confort, nous trouvons le camp monté lorsque nous arrivons à l'étape. Un coup de main - notamment pour le démontage le matin - est le bienvenu et permet de démarrer plus tôt. Les repas sont pris dans une tente mess et une tente toilette est installée lorsqu'aucun WC n'existe sur le camp.

Nous passons aussi 1 nuit au confortable refuge Ishinca dans la Cordillère Blanche (en fonction de ses dates d'ouverture et des disponibilités). Dans ce cas, nuit en dortoir, dans des lits. Possibilité de douche chaudes et dîner dans la salle commune préparé par notre équipe locale.

Les hébergements indiqués dans le programme le sont à titre indicatif et les photographies présentées ci-dessus sont non-contractuelles.

Electricité :

Prise au standard américain (2 fiches plates). Prévoir un adaptateur universel ou spécifique aux USA.

Aucune recharge des batteries n'est possible durant les treks (sauf peut-être à Tanta lors du 2nd le jour 17), il faut être autonome (avoir au minimum un jeu de 2 batteries) et économe (ne pas regarder les photos prises) pour les faire durer suffisamment.

Repas :

Pique-nique ou repas chauds à midi, repas chauds le soir (au restaurant ou à l'hôtel dans les villes) et préparés par l'équipe de cuisine lors des treks.

Conscient de leur importance, nous apportons un soin tout particulier aux repas lors des treks. Notre équipe locale s'occupe des courses et établit avant le départ les menus que le cuisinier suivra en montagne. Cela permet d'avoir une alimentation équilibrée et variée, sans répétition pendant 8 jours. Petit-déjeuner varié avec boissons chaudes, yaourt liquide, céréale, avoine, pancakes, crêpes, pain, confiture ... Le déjeuner est un plat préparé par le cuisinier que l'on mange froid et non un pique-nique léger avec juste un sandwich. Tous les après-midi, en arrivant au camp, un goûter est prévu avec boissons chaudes, biscuits ...

Si vous avez des préférences et/ou des allergies, il est important de le mentionner au guide en début de voyage pour que le cuisinier s'adapte à vos désirs.

Portage :

Pour la visite du Machu Picchu, vous ne devrez partir qu'avec un petit sac à dos (30 litres). Un contrôle est effectué par le personnel du train avant d'embarquer pour Aguas Calientes. Vous pourrez laisser le reste de vos affaires dans le véhicule.

Lors des treks, vous ne portez que votre sac à dos léger avec les affaires utiles pour la journée (eau, crème solaire, veste, petite pharmacie...). Chaque soir à l'étape, vous récupérez votre sac de voyage confié aux mules.

Les ânes, mules ou chevaux utilisés pour le transport de vos affaires personnelles durant le trek portent 30 kg soit les sacs de deux personnes. De ce fait, **il est impératif de ne partir en trek qu'avec le strict nécessaire (maximum 14 kg / personne)**. Votre bagage pourra être pesé au départ du trek et, en cas de dépassement de poids, il vous faudra revoir son contenu. Vous pourrez laisser le reste de vos affaires à l'hôtel de Huaraz et les retrouver à l'issue des treks.

Sécurité :

Vous pouvez retrouver sur le site du Ministère des Affaires Etrangères la position du quai d'Orsay sur les pays : diplomatie.gouv.fr **à la rubrique "Conseils aux voyageurs"**. Les informations contenues sur le site du M.A.E sont susceptibles de modifications et sont données à titre indicatif. **En outre, il est rappelé qu'aucune région du monde ni aucun pays ne peuvent être considérés comme étant à l'abri du risque terroriste.**

Nous conseillons à nos voyageurs de s'inscrire sur le portail Ariane. Ce service gratuit du Ministère des Affaires Etrangères permet au voyageur français de communiquer des données sur son voyage à l'étranger. Ces données seront utilisées **en cas de crise à l'étranger** pour le contacter sur son téléphone portable au cas où des opérations de secours seraient organisées ou encore pour joindre rapidement sa famille ou ses proches en France. Accéder au service Ariane : <https://pastel.diplomatie.gouv.fr/fildariane/dyn/public/login.html>

Par ailleurs, TIRAWA est membre du **Collectif Sécurité des Tours Opérateurs d'Aventure**.

L'objectif de ce collectif est de vous permettre de choisir votre voyage en vous apportant des informations claires et actualisées sur votre sécurité dans les pays jugés sensibles par le Ministère des Affaires Étrangères. Ainsi, différents tours opérateurs d'aventure français majeurs, dont TIRAWA, mettent en commun leurs sources d'informations et décident ensemble du maintien ou non de leurs voyages dans ces pays.

Décalage horaire :

GMT - 5h.

D'avril à septembre (hiver péruvien) : - 7h par rapport à la France.

D'octobre à mars (été péruvien) : - 6h par rapport à la France.

Démarche responsable :

TIRAWA est membre de l'association ATR – Agir pour un Tourisme Responsable

À partir de valeurs communes basées sur le respect, la solidarité et la qualité, ATR a pour objectif d'harmoniser les pratiques professionnelles de ses membres, à savoir :

- Promouvoir un tourisme permettant un développement durable pour les pays d'accueil
- Travailler à la préservation des cultures locales dans le respect des différences et associer leurs clients à cette démarche
- Veiller à la juste répartition des retombées économiques générées par l'activité touristique, en particulier en assurant une juste rémunération des services nécessaires à la construction d'un voyage ou d'un séjour
- Minimiser l'impact de leurs activités sur l'environnement.

Consultez la Charte éthique du voyageur disponible sur www.tourisme-responsable.org

Vous trouverez, sur notre site internet, à la rubrique infos pratiques de ce voyage, un certain nombre de recommandations destinées à vous faire voyager de manière responsable.

CLIMAT

Le Pérou ne connaît que deux saisons, une saison sèche et une saison humide.

Les dates de ce voyage ont été soigneusement choisies pour **correspondre à la meilleure saison climatique.**

Dans les Andes, ces deux saisons sont bien marquées. **La meilleure période va de mai à octobre.** Le temps est alors au beau avec un ciel clair et dégagé et une lumière très pure. Par contre, vu qu'on est dans l'hémisphère sud, il s'agit de l'hiver alors l'amplitude thermique est importante. Si la journée les températures correspondent à celles que l'on connaît chez nous au mois de juin en montagne (beau mais frais, 15/20° la journée), les nuits en altitude (au-dessus de 3500 m) peuvent être froides voire glaciales de mi-juin à mi-août (-10°/-15° la nuit n'est pas exceptionnel).

Dans la Vallée Sacrée (région de Cusco), du fait d'une altitude plus basse (entre 2400 et 2800 m), les températures sont plus douces. A Aguas Calientes, nous sommes sur le versant amazonien des Andes. le climat est tropical, chaud et humide.

Si ma météo est conforme à ce qu'elle doit être, les meilleurs mois pour faire un trek dans les Andes sont juin, juillet et août. En mai, septembre et octobre, la période reste favorable même si des averses sont possibles. A cette période, une journée classique est la suivante : grand ciel bleu le matin, se couvrant au fil des heures. En milieu d'après-midi, une averse brève est possible avant un retour du beau pour le coucher de soleil. Avantage de cette saison, les températures sont plus douces (on gagne environ 5°C) et le pays moins fréquenté.

Lima et la côte Pacifique connaissent un climat aride, il ne pleut quasiment jamais le long du désert côtier. D'avril à novembre, c'est l'hiver et le littoral Pacifique est souvent enveloppé par la "garua", un brouillard ou crachin côtier qui se forment par la rencontre des masses d'air chaud venant du désert côtier et des courants froids du Pacifique. Les températures oscillent à cette saison entre 15° à 28°.

Rappel : la météo est un paramètre imprévisible, il convient donc de se préparer au mieux en cas de conditions climatiques exceptionnelles et difficiles.

Pour plus de détails concernant le climat au moment de votre voyage, [rendez-vous sur notre site internet](#)

BAGAGES

Vous devez partir avec 1 petit sac à dos (30 l) + 1 grand sac de voyage (sans roulettes).

Le petit sac à dos : c'est le sac que vous utilisez en cabine dans l'avion et que vous gardez avec vous la journée pendant le voyage.

Rappel : pour qu'il soit accepté dans l'avion, les dimensions maximales sont : longueur + largeur + profondeur < 115 cm. Poids maximum théorique : 5 kg.

Attention, jamais de couteau, d'objets métalliques ou contondants, de bâtons télescopiques, de nourriture ni de liquide d'un volume supérieur à 100 ml dans votre sac cabine !

Le bagage de soute :

Important : la majorité des compagnies aériennes limitent le nombre et le poids de vos bagages en soute à **1 seul bagage de 20 kg par personne.**

Ce bagage doit être étanche et résistant. Nous vous conseillons de protéger vos affaires de l'humidité en les rangeant dans des sacs plastiques à l'intérieur de votre gros sac et d'utiliser une housse protectrice. Il doit être marqué avec nos étiquettes bagages afin d'être repéré plus facilement par nos équipes pendant le séjour.

Pendant le voyage : il sera transporté en véhicule, par mules ou bateau (selon les voyages) et vous le retrouvez à l'étape le soir. Pour les voyages comportant du trek, merci de vous référer à la rubrique "Portage" du programme pour connaître les limitations de poids.

Attention : tout sac supplémentaire et surpoids sera facturé directement par la compagnie aérienne lors de l'enregistrement.

Sécurité de vos bagages :

Lors des trajets aériens, vos bagages sont sous la responsabilité de la compagnie aérienne. Tout litige doit être traité directement entre le transporteur et vous, à l'arrivée du vol. En cas de non livraison, de vol ou de détérioration de votre bagage, il est impératif de faire une déclaration auprès de la compagnie aérienne. Notre équipe locale sera ensuite à vos côtés pour résoudre au mieux le problème et vous acheminer le cas échéant vos affaires. En cas de frais supplémentaires, il faudra les régler directement sur place.

Au cours du voyage, vos bagages doivent être adaptés aux conditions de transport.

Soyez particulièrement attentifs dans les hôtels (utilisez les coffres à votre disposition pour votre passeport, argent, bijoux...), lors des visites de villes ou de sites et pendant les repas pris au restaurant. Le sac contenant vos affaires personnelles de la journée, vos papiers et argent, sont sous votre responsabilité, Tirawa ne serait être tenu responsable en cas de vol ou de perte.

EQUIPEMENT

Les vêtements :

Pratiquez « la politique de l'oignon », le concept des multi-couches : aération, isolation, protection. Ces couches assurent des fonctions complémentaires. Afin de voyager « léger » prévoyez de faire des petites lessives. Un savon biodégradable est idéal pour se laver de la tête aux pieds et faire la lessive. Il est également non polluant. Pensez à vous laver en aval du camp.

ATTENTION la liste et le nombre de vêtements ci-dessous sont donnés à titre indicatif ! Vous devez préparer votre bagage dans un esprit de limitation en quantité et volume mais aussi de protection face aux intempéries, en essayant d'utiliser vos vêtements de sport habituels...

- Une veste en duvet (chaude et confortable aux camps)
- Une veste Goretex
- Une polaire
- Des T-shirts / chemises respirants à manches courtes et longues
- Un pantalon de randonnée déperlant
- Un pantalon léger (en toile)
- Un short ou pantalon zippable
- Un maillot de bain (pour vous laver dans les lagunes et rivières...)
- Un chapeau ou une casquette et un foulard
- Des paires de chaussettes
- Des sous-vêtements dont des thermiques pour les nuits sous tente
- Un bonnet
- Une paire de gants polaires (wind stopper)
- Un collant thermique
- Un sur-pantalon imperméable et respirant
- Un KWay ou poncho de pluie

Les chaussures :

- Chaussures de trekking : peu importe la marque, l'essentiel est de se sentir dedans comme à l'intérieur de "charentaises".

Choisissez de bonnes chaussures imperméables, pas trop lourdes, pas trop rigides tout en étant résistantes. Elles doivent être à tige montante pour une bonne tenue de la cheville, avec une semelle adhérente (type Vibram ou Contagrip).

- Chaussures basses outdoor : agréables pour les marches faciles, les vols, les visites et les soirées.
- Sandales, tongs, crocs ou chaussures légères

Le couchage :

- Un sac de couchage (-10°C confort)
- Un drap sac
- Un matelas autogonflant Thermarest (indispensable pour l'isolation et le confort qu'il apporte à vos nuits)
- Une petite taie d'oreiller, en option !

Notre équipe locale vous fournira un matelas en mousse confortable, d'environ 10 cm d'épaisseur. Ceux qui le souhaitent peuvent emporter en plus leur matelas autogonflant mais cela n'est pas indispensable encore moins obligatoire. Il s'agit juste d'une question de confort personnel.

Divers :

- Une petite trousse de toilette
- Un savon biodégradable (évités les shampoings et savons liquides qui supportent mal les différences de pression...)
- Une serviette légère (40 x 120 cm)
- Une petite pharmacie d'urgence (détail ci-dessous)
- Un couteau de poche
- Une gourde isotherme (ou une poche à eau avec pipette)
- Une paire de bâtons télescopiques
- Une lampe frontale (avec piles et ampoules de rechange)
- Un rouleau de papier toilette
- Une crème de protection solaire (indice élevé) + un stick de protection des lèvres
- Une excellente paire de lunettes de soleil (indice 3 minimum...)
- Un gel liquide désinfectant pour les mains
- Un paquet de lingettes sans alcool
- Un bol plastique (pour le rasage)
- Une corde à linge + des pinces à linge
- Des mouchoirs
- Une paire de lacets de rechange
- Un rouleau de scotch large (pour réparations...)
- Un petit nécessaire de couture et/ou des épingles à nourrice
- Une couverture de survie
- Un grand sac plastique à l'intérieur de vos sacs pour protéger vos affaires
- Une pochette antivol portée autour du cou ou en ceinture contenant passeport, devises, carte de crédit, papiers personnels, contrat d'assurance
- Une photocopie couleur du passeport facilite les démarches administratives en cas de perte ou de vol (ne pas conserver la photocopie avec son passeport !). Une solution : vous envoyer sur votre email la copie de votre passeport par scan.

NB : Tout ce petit matériel n'est pas forcément nécessaire pour votre voyage. Il faut adapter cette liste en fonction du circuit choisi.

Pharmacie personnelle :

Il existe maintenant, dans les commerces qui vendent du matériel de montagne, des trousseaux pour les premiers soins à compléter par cette liste. Vous pouvez aussi utiliser une boîte plastique hermétique pour ranger vos médicaments.

Votre pharmacie personnelle doit notamment contenir les éléments suivants pour un séjour en toute tranquillité :

- Anti-diarrhéique (Tiorfan, Immodium, Intérix...)
- Antibiotiques à large spectre (Amoxiciline, Zythromax...)
- Pour les nausées (Motilium...)
- Pour la constipation (Parafine, Forlax...)
- Pour les douleurs abdominales, génitales (Spasfon...)
- Pour les brûlures d'estomac (Inexium...)
- Pour les hémorroïdes (pommade, suppositoires...)
- Pour les problèmes oculaires (Collyre, Tobrex...)
- Pour les éventuelles ampoules (double peau, compeed...)
- Pour les problèmes de peau (Sénophile, Fucidine...)
- Pansements stériles, produits désinfectants (unidose)
- Bandes élastiques adhésives (type Elastoplast)
- Pommade anti-inflammatoire (Ketum, Geldène...)
- Aspirine, Paracétamol (500 mg à croquer)
- Diamox et Kaléorid (pour l'altitude)
- Antitussif non sédatif (Silomat...)

- Pastilles pour la gorge
- Brûlure, coup de soleil (Dexeryl)
- Pour le traitement de l'eau (Hydroclonazone)
- Vitamine C

Cette liste est en relation avec les médicaments listés dans le petit guide médical, fourni lors du départ ! Tous les médicaments préconisés (y compris l'aspirine) peuvent parfois comporter des contre indications. A cet égard, il est toujours utile de demander l'avis de votre médecin traitant.

NB : nous disposons d'une pharmacie de premiers secours gérée uniquement par votre accompagnateur. Cependant chacun doit emmener des médicaments courants afin de ne puiser dans cette pharmacie collective qu'en cas de nécessité absolue.



POUR VOUS INSCRIRE :



Tirawa France



Alpespace
170, voie Albert Einstein
73801 Montmélian Cedex



04 79 33 76 33



www.tirawa.com



Tirawa Suisse



Rue du Petit-Chêne, 28
1003 Lausanne



021 566 74 91



www.tirawa.com