

KIRGHIZISTAN
MONTAGNES DU PAMIR
PEAK LENINE

7134 mètres



8 / 30 Août 2020

Gilles MARCAUD
Guide de Haute Montagne

EXPEDITION...!

L'aventure est exaltante, pleine de rêve, d'espoir, de volonté humaine. Mais là, pas de place pour l'improvisation.

Les expéditions demandent une longue préparation à la fois pour nous, qui planifions l'organisation plusieurs mois à l'avance, constituons une équipe, prévoyons matériel et structure sur place, et pour vous, qui y pensez, vous y préparez...

Ainsi, une expédition, au-delà d'une aventure exceptionnelle, c'est aussi un engagement financier important pour les participants. C'est pourquoi il est important de préciser quelques exigences afin que chaque candidat à l'expédition puisse disposer d'éléments de jugement précis et équitables.

CONDITIONS DE VIE

L'ultime projet d'une vie d'alpiniste; l'ascension d'un sommet majeur en Himalaya. Vous vous engagez dans un projet de longue haleine, où la montagne tant attendue consacrer la tension de longs mois de désirs, d'efforts, de préparation et de sacrifices.

Vous aurez à mener une vie collective au sein d'un groupe restreint pendant un séjour relativement long; une attitude de tolérance et de concessions est indispensable. La vie en expédition impose des contraintes qu'il convient de partager dans un esprit de solidarité et de responsabilité. L'entraide est indispensable et une ambiance de groupe sereine est un facteur de réussite primordial dans une telle entreprise.

Au-delà d'une condition physique optimale, l'élément moteur de la réussite sera votre motivation. Mais il faut aussi savoir être patient ; la phase d'approche ne doit pas être considérée comme une corvée ou du temps perdu mais au contraire comme quelque chose de nécessaire, une transition entre votre vie quotidienne et l'aventure du sommet.

NIVEAU TECHNIQUE

Pour l'ascension du Peak Lénine, il est demandé une technique affirmée en terrain neigeux et glaciaire. Vous devez être suffisamment sûr de vous pour évoluer de façon indépendante. Vous serez amenés à progresser soit avec le guide soit avec un autre participant. Les conseils techniques du guide permettent d'optimiser votre progression sans la présence directe de celui-ci. L'alpiniste est alors autonome et s'engage personnellement dans la progression.

Il est nécessaire aussi de respecter une progression car les réactions à l'altitude sont une grande inconnue. Nul ne peut connaître sa résistance et son comportement en très haute montagne tant qu'il ne s'est pas testé en altitude physiquement et psychologiquement.

Au-delà du camp I, vous ne bénéficierez plus du confort des camps aménagés par l'organisation locale et vous devrez porter votre matériel personnel lors des rotations entre les camps d'altitude.

Les conditions sont très rudes en très haute montagne, l'altitude diminue la résistance morale et physique, elle demande donc une acclimatation sérieuse sur le terrain, mais aussi une bonne expérience.

LA MONTAGNE

Sur les contreforts de l'Himalaya, au cœur des montagnes du Pamir, le Peak Lénine se dresse sur la frontière entre le Tadjikistan et le Kirghizistan.

Le Peak Lénine est considéré comme le sommet de 7 000 mètres le plus accessible de la planète en termes de difficulté technique mais aussi en raison de la logistique et de l'accès rapide et facile au camp de base.

Cependant, le taux de réussite est de l'ordre de 30% en raison notamment des difficultés intrinsèques à la haute altitude combinées à la réputation (à tort) de facilité de l'ascension.

La période d'ascension s'étale sur les deux mois de l'été avec, selon les statistiques récentes, des conditions généralement plus favorables en Août qu'en Juillet.

La première ascension a eu lieu en 1928 par une équipe germano-soviétique.

L'APPROCHE

L'approche se fait par le versant kirghiz de la montagne. Au départ d'Osh, rejoint la ville en avion depuis Bishkek, six à sept heures de route puis de piste en véhicule 4X4 suffisent pour rejoindre le camp de base situé à 3 620 mètres.

Cette montée rapide et en véhicule au camp de base nous encouragera à soigner notre acclimatation entre le camp de base et le camp I avant d'envisager la montée dans les camps d'altitude.

Le camp de base est constitué de grandes tentes pour le couchage avec plancher, lits de camp et électricité 24 h/24. Toilettes en dur, douches et sauna complètent l'équipement de ce camp de base peu ordinaire.

Le retour sur Bishkek se fait par le même itinéraire selon le même timing.

LA VOIE

Pour gravir le Peak Lénine, nous emprunterons l'itinéraire exclusivement neigeux et glaciaire de la voie normale empruntant l'arête ouest. Cette voie est peu difficile techniquement et assez sûre. Les dangers objectifs y sont assez peu nombreux pour une ascension de cette envergure.

Les pentes les plus raides (35/40°) se situent au dessus du camp II et peuvent présenter un danger d'avalanche en cas de chutes de neige importantes.

Au-delà du camp de base, nous prévoyons trois camps d'altitude;

Le camp 1, situé à 4 200 mètres, est en fait un camp de base avancé avec un équipement et une logistique proche de celles procurées du camp de base.

Le camp 2 à 5 400 mètres, camp fixe avec tentes 2 personnes pré-montées.

Le camp 3 à 6 100 mètres, camp fixe avec tentes 2 personnes pré-montées.

A partir du camp I l'itinéraire remonte un long glacier avec des pentes se redressant à l'approche du col qui permet de rejoindre la logue arête ouest conduisant au sommet.

A noter, des dénivelés importants entre les différents camps et surtout le jour de l'assaut final entre le camp III et le sommet.

L'EQUIPE

Composée de 5 à 7 grimpeurs, sous la direction de Gilles MARCAUD, guide de haute montagne à l'expérience himalayenne bien établie.

Un muletier et ses animaux pour le portage de l'ensemble de l'équipement entre le camp de base et le camp 1.

Des porteurs d'altitude pour le matériel collectif entre les camps d'altitude, mais ils ne porteront pas le matériel individuel des participants au delà du camp I. Il est néanmoins possible de louer individuellement les services payants de porteurs pour se faire acheminer ses effets personnels dans les camps d'altitude.

LE GUIDE

Gilles MARCAUD, aspirant guide en 1987, puis guide de haute montagne en 1990 a débuté son histoire en Himalaya par un tour des Annapurnas avec l'ascension du Chulu Far East en 1989.

Depuis cette date, près de soixante trekkings et expéditions dans la plupart des pays himalayens (Népal, Inde, Tibet, Bhoutan, Chine, Tadjikistan..).

En plus de l'ascension de la plupart des sommets de trekking du Népal, il a dirigé quelques expéditions sur des sommets majeurs dont le Dhaulagiri, l'Ama Dablan, le Tilicho, le Ratna Chuli, le Lhakpa Ri, la Puntha Hinchuli, le Mustagh Ata ...

ROLE DU GUIDE

Le guide anime l'expédition, coordonne celle-ci avec l'agence de trekking et veille à ce que les membres de l'expédition aient les meilleures prestations locales.

Le guide est responsable du choix de l'itinéraire et du positionnement des camps. Sa mission peut le conduire à équiper l'itinéraire, conduire une cordée, surveiller les autres cordées, être le conseiller des cordées qui évoluent seules sur la montagne.

Il est le gestionnaire de la logistique de l'expédition. En fonction des conditions de la montagne et des participants, il peut modifier le programme, arrêter la progression des cordées, faire redescendre un participant.

- Il équipera (avec l'aide des membres de l'expédition) les passages difficiles, il aura le rôle de conseiller technique et veillera sur la sécurité de l'expédition.
- Il fournira ses conseils lors de la progression, ainsi que lors des rotations entre les camps d'altitude.
- Le guide se réserve la possibilité de changer d'objectif pour des raisons de sécurité ou en cas de mauvaises conditions climatiques.
- Le guide ne peut s'engager à emmener tous les membres de l'expédition au sommet, mais il fera le maximum pour aider et encourager ceux-ci à y parvenir.

AU JOUR LE JOUR

Jour 1 Départ de Paris sur ligne régulière, généralement avec Turkish Airlines ou Aéroflot avec escale à Istanbul ou Moscou suivant la compagnie.

Jour 2 Arrivée à Bishkek en début de matinée, continuation avec un vol intérieur à destination d'Osh, la ville la plus proche du Peak Lénine. Hôtel.

Jour 3 Transfert en véhicule 4X4 pour rejoindre le camp de base en 6/7 heures de route puis de piste. Installation au camp de base (3 620 m) pour trois nuits.

Jour 4 et 5 Acclimatation au dessus du camp de base jusqu'au col des voyageurs (4 100 m) le premier jour, puis jusqu'au camp de base avancé le lendemain pour une première visite de ce camp qui deviendra notre futur camp de base pour les quinze prochains jours.

Jour 6 Montée définitive et installation au camp de base avancé (CI à 4 200 m), première nuit au dessus de 4 000 mètres. Si tout va bien, nous ne redescendrons pas en dessous du camp de base avancé avant la fin de l'expédition.

Jour 7 à 20 Depuis le camp de base avancé (CI), nous disposons de quatorze jours pour parfaire notre acclimatation par des allers-retours au camp II, puis au dessus de celui-ci avant la tentative du sommet depuis le camp III prévue entre le dix-septième et le dix-neuvième jour de l'expédition.

Si la météo ou des problèmes particuliers d'acclimatation ne contrarient pas le déroulé théorique, il est prévu de passer trois nuits au camp II et deux nuits au camp III, soit au total cinq nuits dans les camps d'altitude avec des allers-retours au camp de base avancé (CI) pour se reposer et reprendre des forces entre ces rotations.

Jour 21 Dernier jour pour descendre au camp de base et pour pouvoir le quitter le lendemain.

Jour 22 Camp de base / Osh en véhicule, puis vol pour Bishkek en fin de journée. Installation à l'hôtel à Bishkek.

Jour 23 Vol de retour sur Paris.

RENSEIGNEMENTS COMPLEMENTAIRES

PRIX

4 390 Euros

Ce que nous ne prenons pas en charge : l'assurance frais de recherche - rapatriement - annulation, les repas et les boissons à Bishkek et à Osh, le portage du matériel personnel au delà du camp I ainsi que les frais individuels de retour anticipé, en cas d'abandon de l'expédition, sauf pour une évacuation sanitaire.

POLICE

Passeport valide pour les ressortissants français, pas de visa demandé pour un séjour inférieur à 60 jours.

SANTE

Aucune vaccination n'est exigée pour un séjour au Kirghizistan. Il est cependant conseillé d'être à jour des vaccinations habituelles et d'être évidemment en bonne santé.

Pour les plus de 50 ans, il est vivement conseillé de rendre visite à son cardiologue et d'envisager un test à l'effort avant de confirmer son inscription.

SECURITE

L'expédition sera équipée de postes radio, d'un caisson hyperbare ainsi que d'un téléphone satellitaire.



LISTE INDICATIVE DE MATERIEL A EMPORTER

Équipement individuel recommandé pour l'expédition

- Un grand sac de voyage solide en bagage de soute (80/100 litres)
- Une paire de chaussures d'expédition avec chaussons d'altitude amovibles
- Sur bottes intégrales faciles à mettre si pas intégrées aux chaussures
- Deux paires de chaussettes chaudes neuves à garder pour l'altitude
- Deux carlines manches courtes + deux carlines manches longues + deux collants légers
- Un pantalon de montagne
- Une veste Gore Tex+ un pantalon Gore Tex
- Un petit pull polaire léger
- Un pull polaire plus chaud et plus épais
- Veste duvet cloisonnée + une paire de chaussons duvet (confortable dans les camps d'altitude)
- Deux paires de moufles ou gants en laine ou en polaire + sous gants en soie
- Une paire de sur moufles nylon ou Gore Tex
- Un sac de couchage d'altitude cloisonné - 30 °C
- Un sac à viande pour protection du duvet au camp de base
- Un bonnet ou un passe-montagne
- Une casquette ou tout autre protection solaire
- Un masque de ski
- Deux paires de bonnes lunettes de glacier
- Un masque néoprène pour le visage
- Un matelas auto gonflant si possible de bonne épaisseur et de petite taille
- Protection lèvres et visage, écran total
- Trousse de toilette limitée. Prendre des lingettes imprégnées. Boules Quies
- Un ensemble bol, assiette, couverts pour les repas dans camps d'altitude

Matériel technique individuel

- Un piolet léger de taille moyenne
- Une paire de crampons avec anti-botte réglés sur les coques plastique
- Un cuissard léger
- Un DVA
- 3 mousquetons à vis automatique à grande ouverture
- 2 X 2 mètres de cordelette 6 mm et une grande sangle (2 mètres)
- Une lampe frontale avec batteries et ampoules de rechange
- Une paire de bâtons télescopiques
- Un sac à dos de 50 / 70 litres
- Une couverture de survie
- Un thermos incassable d'un litre minimum

Équipement pour la marche d'approche

- Une paire de chaussures de trekking à mettre aux pieds durant le voyage en avion
- Une paire de sandales
- Un pantalon léger de trekking
- Deux paires de chaussettes légères pour le trek + sous vêtements (pour mémoire)
- Un short

Divers

- Pharmacie personnelle, une pharmacie collective est prévue
- Quelques centilitres de lessive liquide
- Papier toilette + briquet
- Serviettes humides type lingettes pour toilette en altitude
- Trousse de réparation avec lacets de rechange, pinces à linge etc..

Zéro déchet, pourquoi pas...

Quelques idées pour essayer de faire pas trop mal.

Force est de constater que dans les pays en voie de développement que nous fréquentons lors de nos trekkings et de nos expéditions, le traitement industriel des déchets est inexistant.

Ainsi, la situation de ces pays face à ce problème est assez proche de celle que connaissait la France au milieu des années 70 quand les décharges sauvages fumantes et malodorantes se rencontraient aux abords des grandes cités et participaient au décor de nos campagnes.

Aujourd'hui l'ensemble des trekkers, même les moins avertis, ne discute évidemment plus la nécessité de ramener dans l'hexagone les piles usagées de la frontale afin de les faire retraiter grâce au tri sélectif que seules nos sociétés modernes ont les moyens de mettre en place.

Cependant, pour d'autres déchets considérés moins polluants d'un point de vue chimique, le réflexe de la poubelle reste malheureusement bien ancré sans se questionner sur la destination finale de ces résidus que notre société de consommation déverse par notre intermédiaire dans les pays que nous visitons.

N'ayant aucune garantie que le contenu de la poubelle du cuisinier durant le trekking, ou celle du propriétaire du lodge ou même celles de l'hôtel où nous séjournons dans les villes n'aille se déverser dans les paysages que nous admirons, il me semble que le meilleur moyen de ne pas participer à cette pollution est tout simplement d'envisager le déchet zéro des produits de confort que nous exportons à l'occasion de nos voyages à l'étranger.

Avec un peu d'attention au moment de faire les bagages et avec un petit travail de reconditionnement des produits consommables dont nous ne pouvons pas nous passer dans nos déplacements, cet idéal est facilement atteignable et les moyens d'y parvenir sont finalement assez peu contraignants.

Considérant que tous les emballages et déchets papier (emballages cartonnés, papier toilette, lingettes, etc...) pourront et devront être brûlés individuellement au quotidien par leurs utilisateurs, il suffit d'éviter les autres matières comme le plastique, l'aluminium ou le verre. A moins de s'engager à ramener dans l'hexagone ce type de déchets pour un retraitement que seules nos sociétés modernes savent faire actuellement.

De la même façon que le guide explique à l'alpiniste débutant pourquoi il n'y a pas de poubelle dans les refuges d'altitude et la nécessité de redescendre individuellement ses déchets en vallée, l'accompagnateur de voyage se doit de responsabiliser son groupe en boycottant l'utilisation de la poubelle collective durant le trekking.

Sans un comportement exemplaire et responsable de notre part, il est bien illusoire d'espérer faire évoluer les mentalités des personnels locaux qui nous accompagnent en trekking ou en expédition.