

**TERRES**  
D'AVENTURE

**TERRES**  
D'AVENTURE

LES **JOUR**DATES HÉBERGEMENT FICHE AVIS  
PLUS **PAR** ET TECHNIQUE  
TER D'AV**JOUR**PRIX

**01 70 82 90 00**



# Ladakh, Nubra : entre lacs et monastères

Inde - Inde Himalayenne • Voyage en groupe

**Les plus beaux monastères, des randonnées à travers les villages reculés et la quiétude des lacs Tso Moriri et Tso Kar**

Voyage Asie > Voyage aventure Inde > Voyage Ladakh > Découverte Inde

Appelé communément Petit Tibet, l'univers des hauts plateaux du Ladakh offre au voyageur un éventail de paysages grandioses aux variations de couleurs somptueuses. Cet itinéraire nous permet une approche en douceur du Ladakh, un voyage très complet dans des conditions de voyage confortables. Nous découvrons une région où le bouddhisme est omniprésent et pratiqué dans les innombrables monastères qui jalonnent pistes et chemins. Notre voyage nous mène dans la vallée de Sham et de la Nubra où nous randonnons dans des paysages grandioses et découvrons le mode traditionnel ladakhi lors des nuits chez l'habitant et dans les villages. Pour clôturer le voyage, nous terminons sur les rives des magnifiques lacs de Tso Moriri et Tso Kar, pour des nuits sous les étoiles, tout proches du toit du monde.

Moins de détails



## Les plus Terdav

par notre conseiller voyage à Paris

- Un voyage au cœur de la culture ladakhi
- Plusieurs dates de départ pour assister à des festivals
- Les villages et monastères de la vallée de la Nubra
- Les paysages grandioses de la vallée de Sham
- Les nuits sous tente aux lacs Tso Kar et Tso Moriri

Contactez-nous au **01 70 82 90 00** ou par [message](#)

à partir de **2 990 €**

vol inclus

Activités

Découverte 

Hébergements

en hôtel 

Niveau



Itinérance

Voyage itinérant

Transfert

Véhicule privatisé

Prochain départ

**17/06/2025**

[Demander une privatisation de ce voyage](#)

[Télécharger la fiche technique](#)

## Jour par jour



### Jour 1 : Vol pour Delhi

Vol pour Delhi.

 **Hébergement :** en avion

[Plus de détails](#)

### Jour 2 : Delhi

Arrivée à Delhi et installation dans un hôtel situé à côté de l'aéroport. Déjeuner libre. Dans l'après-midi, rendez-vous pour rejoindre notre guide et les autres membres de notre groupe, pour une visite guidée de Delhi.

Note : en cas d'arrivée dans la nuit du jour 1 au jour 2, Terres d'Aventure prend en charge le suppl..

 **Hébergement :** en hôtel

[Plus de détails](#)

## Jour 3 : Delhi - Leh (3505m)

Transfert à l'aéroport pour notre vol matinal pour Leh (vol soumis aux aléas climatiques). Journée d'acclimatation et premier contact avec la capitale du Ladakh (bazar, poste, Lakhang Soma...)

Note : nous souhaitons attirer votre attention sur l'importance de cette première journée à Leh. Les contraintes aériennes imposent un voyage long avec de courtes nuits. Profitez donc de cette journ...



**Hébergement :** en hôtel

**Transfert :** Véhicule privatisé, entre 0h30 et 1h

[Plus de détails](#)

## Jour 4 : Leh - monastères de la vallée de l'Indus - Leh (3505m)

Découverte de la haute vallée de l'Indus et des grands monastères qui la jalonnent, hauts lieux de l'histoire et du paysage ladakhis : Hemis, Thiksey et Shey.

Hemis est l'un des monastères drukpa-kargyuk les plus vénérés du Ladakh, construit dans un vallon de belles roches sédimentaires. Il abrite aujourd'hui environ 200 moines. Thiksey, "le petit Potala", est le plus ancien monastère de l'Ecole gelugpa au Ladakh. Nous pourrons admirer son nouveau Bouddha Maitreya, le temple des 21 Tara. 80 moines y résident. Le palais de Shey, l'un des plus anciens de la vallée, fut construit par le premier roi du Ladakh au IXe siècle. Nous y admirerons le Bouddha Shakyamuni géant, construit par le fameux roi Singay Namgyal au XVIIe siècle. S'il reste du temps, en traversant l'Indus, passage au palais de Stok, propriété de la famille royale du Ladakh où nous pouvons visiter un petit musée où sont entreposés des objets précieux anciens, laïques ou religieux, des thangkas, des vêtements brodés de la famille royale et le pérac de la Reine Mère. En été, la famille royale habite toujours le palais où se trouve également un petit café où sont servies des spécialités locales.

Note : le départ du 02 juillet 2025 nous permet d'assister au festival de Hemis, réputé pour ses danses masquées cham, symbolisant la victoire du bien sur le mal et la protection contre les forces obscures. Se reporter à la rubrique "important itinéraire" pour plus de détails.



**Hébergement :** en hôtel

**Transfert :** Véhicule privatisé, entre 2h et 2h30

[Plus de détails](#)

## Jour 5 : Leh - Likir - Yangthang (3600m) - Alchi (3060m)

Le matin, route le long de l'Indus jusqu'à Likir, l'un des plus grands monastères gelugpas du Ladakh. Visite du monastère et de son musée qui présente de magnifiques thangkas originales et objets ayant appartenu aux différents rois du pays. Continuation vers Yangthang. Si les conditions le permettent, belle descente à pied le long de la rivière, dans une "forêt" de saules et peupliers jusqu'au monastè...



**Temps de marche :** entre 3h et 3h30

**Hébergement :** en guesthouse

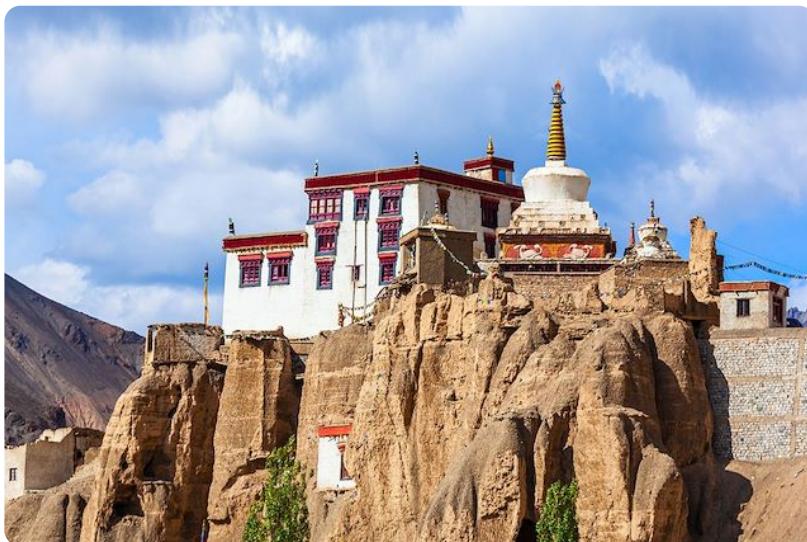
➤ Dénivelé + : 360 m

➤ Dénivelé - : 595 m

[Plus de détails](#)

## Jour 6 : Alchi - Lamayuru - Temisgam (3310m)

Le matin, départ au monastère de Lamayuru, l'un des monastères les plus spectaculaires du Ladakh et le plus ancien gompa de la région encore habité par environ 200 moines. Situé dans un site géologique exceptionnel, il n'a pas encore révélé tous ses secrets. Ses fonds lacustres étaient le domaine des Nagas (sorte de dragons protecteurs) qui, selon la légende, veillent toujours sur le Seng...



➤ Temps de marche : entre 4h et 4h30

➤ Hébergement : chez l'habitant

➤ Dénivelé + : 350 m

➤ Dénivelé - : 645 m

[Plus de détails](#)

## Jour 7 : Temisgam - Meptek La (3750m) - Hemis Shukpachan (3650m)

Le chemin que nous empruntons se situe au milieu de deux collines, dans la partie ouest du plateau. Nous montons progressivement jusqu'au col Meptek La, dans un paysage lunaire et de dégradés de couleurs : roches minérales roses, vertes et jaunes. Une descente tranquille nous conduit dans la vallée puis au village d'Ang aux nombreux abricotiers. Continuation jusqu'à Hemis Shukpachan où vivent environ 250 familles. À l'entrée du village, nous croisons une rangée d'anciens chortens et deux murs de "manis" (murs de pierres gravées). Visite du monastère construit dans les hauteurs du village où vivent quelques moines et nonnes. Shukpa signifie cèdre : depuis longtemps dans ce village les hommes ont planté des cèdres/genévrier, dont ils utilisent les branches pour fabriquer et brûler

les encens cérémonials.

Note : selon les conditions météorologique ou de terrain, possibilité ce jour de rejoindre le village de Ang en véhicule. Dans ce cas, la durée de marche de ce jour sera réduite d'environ 1h30.



👉 **Temps de marche :** entre 4h30 et 5h

🏡 **Hébergement :** chez l'habitant

↗ **Dénivelé + :** 650 m

↘ **Dénivelé - :** 350 m

Plus de détails

## Jour 8 : Hemis Shukpachan - Phyang et Spituk - Leh (3505m)

Retour vers Leh. Nous quittons le village pour reprendre la route principale le long de l'Indus que nous traversons près de Saspol, pour rejoindre le monastère de Phyang et Spituk où nous aurons peut-être la chance d'assister à une cérémonie rituelle en fin de journée. La légende raconte que Kungha Tagspa, lama médecin au Tibet, a guéri à distance le roi Jamyang Namgyal atteint de la lèp...



 **Hébergement :** en hôtel

 **Transfert :** Véhicule privatisé, entre 2h30 et 3h

[Plus de détails](#)

## Jour 9 : Leh - vallée de la Nubra via Khardung La (5360m) - Tigar (3200m)

Tôt le matin, départ pour la vallée de la Nubra. Passage du col Khardung (5360m), sur une des plus hautes routes goudronnées du monde. Depuis le col, par temps clair, la vue est superbe : nous pouvons admirer toute la partie sud, jusqu'à la vallée de l'Indus et les pics des monts du Zanskar au nord du massif du Saser. La vallée de la Nubra se trouve sur l'ancien chemin des caravanes qui ralliaie...



 **Temps de marche :** entre 1h et 1h30

 **Hébergement :** en hôtel

 **Transfert :** Véhicule privatisé, entre 5h et 6h

[Plus de détails](#)

## Jour 10 : Tigar - vallées de Disket et Hundar - Tigar (3200m)

Très tôt, retour au monastère pour assister à la prière du matin. Puis, départ vers les vallées de Disket et Hundar, avec au loin, les spectaculaires sommets enneigés du massif du Karakorum. La route, assez difficile et rocheuse, longe la rivière Shyok et devient rapidement très étroite dans les gorges avant d'arriver à Disket. Montée au monastère que nous atteignons après environ 45 minutes de marche, le long d'un sentier bordé de chörtens. Le monastère, qui dépend du monastère de Thiksey, se trouve sur l'un des plus hauts points au-dessus des villages, 70 moines y résident. Après la visite, continuation vers Hundar, le long de la vallée désertique de Sany. Nous visitons le monastère de "Chamba Lakhang" aux énormes statues du Bouddha Maitreya dont l'une sculptée dans le rocher.

A proximité, nous pouvons voir les ruines d'un ancien palais et deux temples très anciens. Dans l'après-midi, petite balade à dos de chameau de Bactriane, ou balade à pied dans le désert pour admirer le coucher de soleil.



- 👉 **Temps de marche :** entre 2h et 2h30
- 🏡 **Hébergement :** en hôtel
- 🚗 **Transfert :** Véhicule privatisé, entre 1h et 1h30

[Plus de détails](#)

## Jour 11 : Tigar - Wair La (5280m) - monastère de Tak Tak - Shakti (3450m)

Le matin, transfert à Agham, point d'entrée de la vallée vers le village de Tangyur, par une jolie route peu fréquentée le long de la rivière Shyok. Continuation vers le col Wair (5600m), puis redescente vers le monastère de Tak Tak, situé en contrebas. Visite de la gompa, construite autour d'une grotte de méditation. Nous pouvons y admirer de nombreuses peintures dans les différentes salles ...



 **Hébergement :** sous tente

 **Transfert :** Véhicule privatisé, entre 5h et 6h

[Plus de détails](#)

## Jour 12 : Shakti - lac Tso Moriri (4395m)

Départ le matin vers le lac Tso Moriri. Des vues splendides nous y attendent avec les sommets enneigés se reflétant dans les eaux bleu intense du lac. Campement près du petit village de Karzok, composé d'une dizaine de maisons, à proximité des camps de nomades Changpas. Nous pourrons profiter de la fin de la journée pour nous balader au bord du lac et y observer de nombreux oiseaux.



 **Hébergement :** sous tente

 **Transfert :** Véhicule privatisé, entre 6h30 et 7h

[Plus de détails](#)

## Jour 13 : Lac Tso Moriri - village de Karzok - lac Tso Kar (4530m)

Balade au bord du lac : grand bleu, il y a presque des vagues. Nous pourrons nous familiariser avec la vie des nomades, accompagnés par leurs troupeaux de yaks, mais aussi de petites chèvres pashminas, dont les duvets ramassés sur les buissons permettent de filer la laine servant à tisser les châles. Ils se déplacent dans la région, au gré des saisons et de la richesse des pâturages. Près





**Hébergement :** sous tente

**Transfert :** Véhicule privatisé, entre 3h et 3h30

[Plus de détails](#)

## Jour 14 : Lac Tso Kar - Rumtse - Leh (3505m)

Aux abords du lac salé (d'où son nom de lac blanc), le Tso Kar propose des couleurs intenses au cœur d'une nature intacte. Dans les temps anciens, les nomades ramassaient ici le sel et l'échangeait dans les régions voisines contre graines et autre denrées. De grandes caravanes de yaks et de chèvres parcouraient alors la région. Balade autour du lac avant de repandre la route de Leh. Passage du c...



**Hébergement :** en hôtel

**Transfert :** Véhicule privatisé, entre 4h30 et 5h

[Plus de détails](#)

## Jour 15 : Leh - Delhi - vol de retour

Tôt le matin, vol pour Delhi (soumis aux aléas climatiques) et transfert au terminal international pour votre vol international retour.

Note : selon les disponibilités au moment de la réservation, possibilité de vol retour dans la journée

ou dans la nuit du jour 15 au jour 16 (arrivée le matin du jour 16). En cas de longue attente entre le vol domestique et le vol international (plus de 6h), nous mettons à votre disposition une chambre dans un hôtel situé à proximité de l'aéroport, et prenons également en charge les transferts depuis et vers l'aéroport)

 **Hébergement :** en avion

 **Transfert :** Véhicule privatisé, entre 0h30 et 1h

[Plus de détails](#)

 **Replier le jour par jour**

## Important itinéraire

- Festivals : Il existe de nombreux monastères au Ladakh, chacun ayant son propre festival. Les dates suivent un calendrier lunaire et ne sont donc pas à dates fixes chaque année. Lors de ces fêtes, l'accès à certains monuments peut être restreint (ou parfois interdit aux visiteurs). La fermeture des sites peut aussi dépendre des autorités. Nous essayons tant que possible d'obtenir toutes les informations avant le départ de votre voyage mais il est difficile d'obtenir des confirmations fiables et précises sur le déroulement des événements à l'avance. Sur place, le programme est susceptible d'être modifié par notre partenaire local et votre guide afin de nous permettre d'assister aux cérémonies.  
- Départ du 17 juin 2025 : notre venue coïncide avec les dates du festival de Lamayuru, célébré au ma-

[Lire la suite](#)

## Dates et prix

[S'inscrire / option](#)

[S'inscrire / option](#)

[S'inscrire / option](#)

**S'inscrire / option**

**S'inscrire / option**

**S'inscrire / option**



**Afficher plus de dates**

Ces tarifs sont valables pour des départs de Paris. Des départs d'autres villes sont possibles, n'hésitez pas à nous en faire la demande. Les prix indiqués ne sont valables que pour certaines classes de réservation sur les compagnies aériennes qui desservent cette destination. Ils sont donc susceptibles d'être modifiés en cas d'indisponibilité de places dans ces classes au moment de la réservation.

## Détails du prix

### Le prix comprend

- ✓ Le transport aérien international et les taxes d'aéroport
- ✓ Les transports terrestres nécessaires au bon déroulement du voyage
- ✓ Les vols intérieurs aller-retour entre Delhi et Leh
- ✓ L'encadrement par un guide local francophone
- ✓ L'hébergement en pension complète sauf les boissons et les repas à Delhi
- ✓ Une tente individuelle lors des nuits sous tente (si vous voyagez seul et dans la limite des tentes disponibles)
- ✓ La taxe environnementale d'entrée au Ladakh
- ✓ Le transport des bagages
- ✓ Les permis de trekking et droits d'entrées dans les temples et monastères
- ✓ L'accès au service médical de l'I fremmont, spécialisé sur l'altitude, ouvert 24h/24 et 7j/7 (dans la mesure où une communication GSM peut être établie)
- ✓ Le service d'assistance téléphonique, 24h/24 et 7j/7, en cas d'urgence, pendant toute la durée de votre voyage

### Le prix ne comprend pas

- ✗ Les assurances
- ✗ Les frais d'inscription
- ✗ Les frais de visa
- ✗ Les repas à Delhi (prévoir 8 à 12€ environ par repas)
- ✗ Les visites non prévues au programme
- ✗ Les boissons, les dépenses personnelles, les pourboires et les dons dans les monastères
- ✗ Les frais de transferts aéroport en cas de vol différent de celui du groupe

 Le supplément chambre individuelle (sur demande)

## Compléments d'information tarifaire

ASSURANCE: en cas d'urgence médicale pendant le trek, les frais de recherche et secours en montagne peuvent être très élevés. L'inscription à ce voyage est donc soumise à l'obligation d'être couvert par une assurance prenant en charge les frais de recherche et premiers secours valable en Inde, sans limite d'altitude, d'un montant d'au moins 10.000 euros, quelle que soit la raison médicale y compris le Mal Aigu des Montagnes et d'une couverture d'assistance et rapatriement à hauteur de 30.000 € minimum.

## Privatiser votre voyage

Envie de partir en famille ou avec vos amis aux dates que vous souhaitez ?

[Demander un devis](#)

## Hébergement

Pour ce voyage, nous alternons nuitées en hôtels (simple mais confortable), chez l'habitant, en gîte et des nuits sous tente, de manière à trouver le meilleur équilibre entre confort et expérience hors des sentiers battus, au plus proche de la nature.

- Delhi : Ashok Country Resort

Hôtel tout confort situé à proximité de l'aéroport. 82 chambres avec salle de bain, eau chaude et air conditionné. Jardin et piscine. Wifi disponible. [www.ashokcountryresort.com](http://www.ashokcountryresort.com)

[Lire la suite](#)

## Fiche technique



### Détail du voyage



### Equipement



## Formalités et santé



## Pays et climat



## Tourisme responsable



## Extensions

Code voyage : LAD505

Télécharger la fiche technique

À savoir avant de partir

## Notre démarche responsable



Eau



Guides



Nourriture



Nos partenaires locaux



Décl

[En savoir plus](#)

## Partage de la valeur

Pour 100 € payés sur ce voyage :



48 €  
Destination



20 €  
Aérien



15 €  
Salariés



9 €  
Autres frais

[En savoir plus](#)

## Vidéos



[Plus de vidéo](#)

## Les avis sur ce voyage (31 avis)

Note globale : 4.5 / 5

Comment fonctionnent nos commentaires ? [i](#)

## LADAKH vertiges et culture ancestrales

satisfait

Ce fut une épreuve physique pour nous, mais il fallait en passer par là pour apprécier pleinement ce territoire perché dans l'un des confins du monde. Les paysages

[Lire la suite](#)

Francois, départ du 01/09/2024

## Voyage magnifique et belle expérience

satisfait

Un voyage très intéressant et apaisant, vraiment parfait pour déconnecter, avec des paysages à couper le souffle et une population d'une grande gentillesse

[Lire la suite](#)

Anne-Sophie, départ du 04/08/2024

## 15 jours i Ladakh

Un très beau voyage (montagnes diverses, cultures, cérémonies, etc.)

[Lire la suite](#)

Françoise, départ

## Pourquoi voyager avec nous

Plus de 45 ans d'expérience du voyage d'aventure

12 agences en France et à l'étranger

100 conseillers spécialistes à votre service

Des voyages 100% carbone absorbé

## Les régions en Inde



Inde du Nord



Inde du Sud



Kerala



Ladakh



Rajasthan

## Idées associées

Himalaya

## Autres idées

[Nos autres voyages en Inde](#)

**En groupe**

**Découverte du Ladakh et Taj Mahal**  
à partir de **2 850 €** / 15 jours

**En groupe**

**Du Bengale au Sikkim**  
à partir de **3 950 €** / 15 jours



à partir de **2 990 €**  
vol inclus

(140)

**Voir les  
disponibilités**



Leader du voyage à pied depuis plus de 45 ans, réputé pour son savoir-faire et sa connaissance de la randonnée pour chaque destination, Terres d'Aventure fait marcher des milliers de voyageurs chaque année à travers 1600 voyages

## Suivez-nous :



## Top destinations

Randonnée France  
Voyage Tanzanie  
Randonnée Maroc  
Trekking Népal  
Randonnée Espagne  
Randonnée Italie  
Trek Islande  
Trek Pérou  
Trek Vietnam  
Randonnée Portugal  
Randonnée Cap-Vert  
Randonnée Croatie  
Voyage Namibie

## Pour offrir

Mariages et cadeaux

Mentions légales & conditions générales d'utilisation • Conditions de vente • Assurances • Recrutement • Newsletter • Festival Objectif Aventure • Presse

Plan du site • Politique de confidentialité et de cookies

Conception graphique, iconographie et développement de ce site réalisés par Terres d'Aventure.