

LE PIC LENINE ou CHON TON

7 134 mètres

OUZBEKISTAN - KIRGHIZIE

On peut atteindre le Pic Lénine ou plutôt CHON TON directement depuis BISHKEK capitale de la Kirghizie mais ce n'est pas obligé.

Ce sommet principal du Trans-Alaï, situé au cœur des montagnes du Pamir, sur la frontière entre le Tadjikistan et la Kirghizie, fut d'abord appelé pic Kaufmann et fut longtemps considéré à tort comme le plus haut sommet d'URSS (le plus haut étant en fait le géant du Pamir central, le Pic GARMO, ex-pic Communisme, avec ses 7492 mètres !!).

Sommet de 7000 m le plus gravi, le pic Lénine ne présente aucune difficulté technique mais demande une habitude de l'évolution en cordée. Mais gravir ce pic Lénine, rebaptisé CHON TON est une entreprise alpine d'envergure qui requiert une excellente condition physique et tout autant une très bonne acclimatation, objet de la première phase de l'expédition.

Nous nous appuyerons sur l'organisation russo-kirghize pour une partie de la logistique : au camp de base d'Achik-Tasch à 3600 m, (camp de base très bien équipé qui permet aux alpinistes du monde entier de bénéficier d'une infrastructure impeccable, encore mieux qu'au MC KINLEY alaskan) aussi bien qu'au camp 1 à 5400 mètres (petites tentes fixes) . Au-delà, nous équiperons nous-mêmes les camps d'altitude : RECAPITULATIF de l'altitude des camps = CB à 3600 m ; camp 1 à 4600 m ; camp 2 à 5400 m ; camp 3 à 6100 m ; facultatif camp 4 à 6400 m .

EXPEDITIONS ET VOYAGES LOINTAINS

SITUATION GEOGRAPHIQUE

Au cœur de l'Asie centrale, le PAMIR –TRANSALAI, d'abord mentionné par Marco Polo dans le Milione, fut découvert en 1871 par le géographe russe FEDTCHENKO alors qu'il franchissait les cols de l'Alaï ; spectacle grandiose des chaînes glaciaires du Transalaï défendant les approches du Pamir. Ce toit du monde des anciens, région qui se situe à une altitude moyenne de 3500 m , renferme des chaînes de montagnes de près de 5000 m avec des sommets dépassant 7000 m dont le plus connu : le pic Lénine.

Ce massif est le lieu de convergence des plus grands systèmes montagneux asiatiques : l'Hindou-Kouch au sud-ouest, le Karakorum et l'Himalaya au sud-est, le Kouen-Lun à l'est et les Tien-Chan au nord-est.

Pamir nom Kirghiz, désignant pour les nomades les immenses plaines supérieures, les larges vallées plates, parfois marécageuses, dominées de très peu par de très hautes cimes contamment enneigées, dépourvues totalement de végétation arborescente mais parfois luxuriante de végétation herbacée pendant les courtes semaines de l'été. Pays du vent, des

solitudes immenses, des bandits et des mauvaises rencontres, il fut longtemps le point de passage obligé des nomadisations, des transhumances, des invasions, le lien entre les civilisations occidentales et la Chine du Cathay ou la Mongolie de Gengis Khan.

DEROULEMENT CHRONOLOGIQUE

Jour 1

Vol Paris- BISHKEK ou PARIS / TASHKENT .

Jour 2

Arrivée en début de matinée – transfert direct sur Och (Kirghizie) avec passage éventuel de la frontière du Kirghizstan..de Bishkek on peut reprendre un vol direct vers OCH . Nuit à l'hôtel.

Jour 3

Osh – Kindik River. Une petite journée de bus ou de camion nous transfère jusqu'au début de la marche d'ACCLIMATION.

Route qui mène au village de Kashkasu, puis début de la marche . Nuit sous tente.

Jour 4

Kindik River – Kindik Glacier

Marche d'acclimatation en remontant la vallée de la Kindik pour remonter la moraine du glacier.

Jour 5

Kindik glacier – Kashkasu River

Passage du col du Kindik (4482m) pour redescendre tranquillement dans la vallée de Kashkasu. Installation du campement.

Jour 6

Kashkasu River – Koshkul Lake

Traversée du col du Kokjar culminant à 4160m. Journée d'acclimatation.

Jour 7

Koshkul Lake – Kashkasu

Descente de la vallée de Jam Jailo jusqu'à la vallée de Alaï. Nuit au camp près du village de Kashkasu.

Jour 8

Kashkasu – camp de base d'Achik Tash

Transfert jusqu'au camp de base d'Achik Tash à 3600m. Installation du campement. Dans les bâtiments voisins ,on trouve un peu de confort pour les repas et les sanitaires.

Jour 9

Camp de base d'Achik Tash

Journée d'acclimatation, préparation du matériel pour l'expédition.

Jour 10 à 25 : Ascension du Pic Lénine

- Jour 10 : Organisation générale de l'expédition, acclimatation.

- Jour 11 : Montée au camp 1 équipé (4600m) au pied de la face Nord du Pic Lénine, par le col des chasseurs et l'immense glacier Nord.
- Jour 12 : repos et acclimatation passive au camp 1. Vue superbe sur le versant nord du Pic Lénine.
- Jour 13 : Montée par de grandes pentes neigeuses et installation du camp 2 au pied du col des hollandais, à 5400m. Redescente au camp 1.
- Jour 14 : Journée de repos
- Jour 15 : Remontée au camp 2 et nuit à 5400m.
- Jours 16 et 17 : Montée et installation du camp 3 à 6100m : 200 mètres de pentes plus raides puis longue arête jusqu'au col d'où démarre l'arête terminale. L'ascension du Pic Razdelnaïa (6200m) sera peut-être tentée au passage, sous le camp 3 .Une journée suffit normalement pour cette étape ,nous en prévoyons deux (ou éventuell. trois en puisant dans les journées de réserve) pour un CAMP 4 éventuel que nous installerions à 6400 m sur un petit plateau glaciaire
- Jour 18 : Journée de repos au camp 2.
- Jour 19 : Montée et nuit au camp 3.
- Jours 20 à 23 : ces journées sont consacrées à l'ascension finale du Pic Lénine au départ du camp 3 (voie Razdelnaïa, arête ouest), par équipe, en fonction de la condition physique de chacun. Une longue pente glaciaire et neigeuse nous conduira au plateau rocheux sommital, marqué par un médaillon de Lénine
Evacuation du matériel, retour au camp de base.
- Jour 24 & 25 : journées de réserve

Jour 26

Du camp de base, retour à Och. Nuit à l'hôtel.

Jour 27

Transfert Osh –jusqu'à BISHKEK ou Tashkent. Nuit à l'hôtel.

Jour 28

Journée à Tashkent, consacrée à la visite de la ville. Cette ville est l'une des plus cosmopolite d'Asie Centrale. Nuit à l'hôtel.

Jour 29

Vol de retour Tashkent – Paris.

Ce programme est indicatif , il peut être modifié en fonction des impératifs de sécurité, des conditions climatiques, de la condition physique et du niveau des participants.

L'ENVIRONNEMENT

En montagne, l'environnement associe plusieurs types de contraintes auxquelles l'organisme va être confronté:

- **l'altitude** et le manque d'oxygène (hypoxie)
- **le climat** (le froid en particulier)
- **l'activité physique** parfois inhabituelle
- **les facteurs relationnels et humains.**

L'ALTITUDE

La pression atmosphérique diminue progressivement en altitude. A 5000 m, il y a 2 fois moins d'oxygène utilisable qu'au niveau de la mer. L'organisme, dont le fonctionnement dépend étroitement de la quantité d'oxygène disponible dans le sang, va devoir s'adapter progressivement à cet état "d'hypoxie": le cœur bat plus vite, la respiration est plus rapide et après quelques jours, le nombre de globules rouges augmente: c'est l'état d'acclimatation, indispensable pour tenter et réussir le sommet.

LE CLIMAT

La température de l'air diminue d'environ 0,8°C par 100 mètres d'altitude. En haute montagne, les variations thermiques sont très rapides (ombre/soleil et jour/nuit). Le vent, l'humidité des vêtements aggravent considérablement la déperdition thermique. La diminution de la couche atmosphérique rend le soleil plus dangereux par l'augmentation du rayonnement ultraviolet. Un équipement adéquat vous protégera.

L'ACTIVITE PHYSIQUE

Durant l'expédition, vous marcherez ou grimpez plusieurs heures par jour pendant plusieurs jours. En altitude, les efforts sont plus intenses. Une bonne préparation physique (endurance) vous permettra de vous acclimater plus vite et d'apprécier plus rapidement ce type d'ascension.

.

RENSEIGNEMENTS :

DUREE : 29 jours

DATES : du 31 juillet au 28 août 2006 et 2007

PRIX : 3980euros

Ce prix comprend :

- les transferts aériens
- les nuits d'hôtel
- l'encadrement par un guide de haute montagne
- les transferts nécessaires au déroulement normal du programme
- les frais d'expédition: nourriture, tentes, matériel collectif
- une pharmacie collective

Ce prix ne comprend pas :

- les taxes d'aéroport et frais de visa
- les repas à Tashkent
- les boissons et toute dépense d'ordre personnel
- le matériel technique individuel

Modalités de règlement :

- 30% d'acompte à l'inscription (+ l'assurance si vous souhaitez la souscrire)
- le solde, 30 jours avant la date de départ

NIVEAU :

Bonne pratique de l'alpinisme et bonne condition physique.
Une expérience préalable de l'alpinisme en haute altitude est souhaitable. Les participants peuvent être amenés à faire des navettes en autonomie entre les différents camps d'altitude.
Maîtrise des pentes de 30 à 40° en terrain neigeux et glaciaire.

GROUPE :

5 à 9 personnes

ENCADREMENT :

Il est assuré par un guide de haute montagne français.
Le guide est responsable de l'équipement général de l'ascension, du choix de l'itinéraire et de la position des camps. Sa mission peut le conduire à équiper l'itinéraire, conduire une cordée, surveiller les cordées qui suivent, être le conseiller technique des cordées qui évoluent seules sur la montagne. Il est gestionnaire de la logistique de l'expédition en fonction des conditions de la montagne et des participants.

PASSEPORT-VISA :

Passeport : être en possession d'un passeport en cours de validité, au moins 6 mois après la date de retour présumé, visa nous consulter.

Visa : à vérifier auprès de votre ambassade, dépend de votre nationalité.

AMBASSADE ET CONSULAT

Ambassade d'Ouzbékistan : 22 rue d'Aguesseau – 75 008 PARIS Tel : 01 53 30 03 53

Ambassade d'Kasakhstan : 59 rue Pierre Charron – 75 008 PARIS Tel : 01 45 61 52 00

VACCIN-EXAMEN MEDICAL :

Soyez à jour avec vos vaccinations classiques (diphtérie, tétanos, poliomyélite, typhoïde).
N'oubliez pas l'examen dentaire. Aucun vaccin n'est obligatoire.

ASSURANCE :

Nous pouvons souscrire pour chaque participant un forfait assurance "rapatriement - maladie - accident - annulation du voyage - bagage - frais de recherche et de sauvetage". Assurance TMS CONTACT - **Forfait de 145 euros par personne**, à payer avec l'acompte.

EXTENSIONS POSSIBLES :

- voyage avec départ et / ou retour différés possible (à signaler suffisamment tôt)
- voyage sans aérien international

DOSSIER VOYAGE :

Il vous sera envoyé un mois avant le départ du voyage. Il vous permet de préparer votre voyage: équipements, formalités, informations médicales, cartes.

Par téléphone ou sur rendez-vous, n'hésitez pas à interroger le responsable technique de cette expédition.

HEBERGEMENT :

Moscou : hôtel confortable en chambre de 2 personnes avec salle de bain.

Camp de base : hébergement sous tente pour deux personnes. Pour les repas et la vie commune, nous aurons une grande tente Mess confortable avec tables et sièges.

MATERIEL COLLECTIF COMPLEMENTAIRE :

- pharmacie de groupe
- cordes et matériel d'alpinisme
- radios
- tentes, réchauds, matériel de cuisine
- caisson hyperbarre
- matériel collectif de cuisine

INFORMATIONS COMPLEMENTAIRES :

METEO / CLIMAT :

Le climat est plus continental et contrasté que celui de la France.

- A Moscou : en janvier la température est de -10°C et en juillet de $+18^{\circ}\text{C}$
- A St Petersburg, hiver comparable à Moscou, été frais et humide
- En Asie centrale à Tachkent en juillet il fait $+27^{\circ}\text{C}$ et parfois $+40^{\circ}\text{C}$ et en hiver -1°C

Au camp de base, température douce et clémente (quelquefois même par beau temps il est possible d'atteindre les 25°). En haute altitude, les variations de température peuvent aller de -20° à $+28^{\circ}$ (sur l'arête sommitale). Il est donc indispensable de prévoir un équipement d'alpinisme hivernal.

DEVICES A EMPORTER :

le \$ US (en liquide ou en Travellers) est conseillé. Vous pouvez également prévoir des euros. Les cartes de crédit sont acceptées dans les villes .

SOUVENIRS

Objets en bois, poupées gigognes (matriochkis), boîtes en laque, bijoux en ambre, chapka en fourrure....(Attention aux douanes : 2 boîtes par personne)

BIBLIOGRAPHIE :

- Histoire des peuples de l'ex-URSS de H.Bogdan
- Russie Petit Futé, guide pratique de Moscou, Léninegrad
- Insider's guide de G. Uspensky

EQUIPEMENT INDIVIDUEL – PIC LENINE

IMPORTANT cet équipement doit être réparti en 2 bagages:

- 1 bagage à main lourd et compact (sac à dos)
- 1 bagage pour la soute dont le poids ne doit en aucun cas dépasser **16kg**.

- 1 passe-montagnes ou bonnet
- 1 sous bonnet en soie
- 1 chapeau en toile + 1 foulard
- 1 ensemble sous-vêtements (tee-shirt et caleçon) en thermique
- 1 ensemble en fourrure polaire (veste et pantalon)

- 1 veste en duvet
- 1 veste et 1 pantalon en Goretex (ou équivalent)
- 1 paire de mouffles en laine épaisse et 1 paire de gants en soie
- 2 paires de gants en thermique + 1 paire de mouffles chaude
- 1 paire de sur-mouffles en Goretex ou équivalent
- 3 paires de chaussettes en laine épaisse
- 3 paires de chaussettes fines pour la marche d'approche
- 1 paire de chaussures de montagne rigides et chaudes
- 1 paire de chaussures légères pour la marche d'approche
- 1 paire de guêtres
- 1 sac de couchage en duvet
- 1 sac de montagne 65 litres
- 1 couverture de survie
- 1 matelas mousse alvéolée fermé
- 1 sac marin (120 l) + cadenas pour le bagage à soute
- 1 ceinture " porte-billets "
- survêtements de sport, shorts etc. ... pour la marche d'approche
- 1 piolet classique + 1 paire de crampons + 1 boudrier léger
- 2 bâtons de ski
- 1 lampe frontale + 4 ampoules de rechange + 4 piles longue durée
- 1 paires de lunettes de glacier avec protège nez
- couverts légers + 1 briquet + 1 bol + 1 tasse
- 1 gourde isothermique 1l
- 2 mousquetons à vis + cordelettes Ø5,5 mm
- crème solaire écran total + crème après solaire
- stick pour les lèvres écran total et après solaire
- 1 rouleau d'Elastoplaste 5cm +1 boîte de pastilles pour désinfecter l'eau
- 2 sacs poubelle de 100L + 10 sacs de 30L

Location possible de certains de ces équipements individuels - nous consulter

1 petite pharmacie individuelle comprenant à constituer avec votre médecin traitant):
 élastoplaste 5 cm - double peau (compeed) - antidiarrhéique: imodium et ercéfuryl -
 antalgique: aspirine ou doliprane - collyre: uvéline - pastilles purifiantes pour l'eau de boisson:
 hydroclonazone ou micropure - pansements adhésifs - compresses désinfectantes - somnifère
 léger - antitussif - médicament pour la gorge: strepsyle - antibiotique à large spectre - ne pas
 oublier vos médicaments personnels s'il y a lieu.