

TREK AU TADJIKISTAN
DE LA ROUTE DE LA SOIE AUX
MONTS FANSKYE
08 AU 22 SEPTEMBRE 2026



DE LA ROUTE DE LA SOIE AUX MONTS FANSKYE !

15JOURS 13 NUITS

Dans les contreforts du Pamir, les monts Fanskye élancent leurs pics enneigés au delà de la plaine de Samarcande. Depuis le Tadjikistan, nous vous proposons une immersion au cœur de ces montagnes pour plonger dans l'ambiance de ce pays farouche où l'hospitalité est une règle sacrée : sommets à plus de 5 000 mètres, parois abruptes et glaciers suspendus, lacs turquoise ou saphir d'une beauté à couper le souffle, villages montagnards et campements nomades.

Les routes de la Soie et la ville emblématique Samarcande, que nous ne manquerons pas de visiter, s'étendent quant à elles paisiblement dans la plaine.



Crédit photos : pamirtrail.org

Sport Elan by ASPTT, 21 chemin du Halage, 38000 GRENOBLE –

Immatriculation Federation Sportive des ASPTT : IM094110006 / SIRET78430878500053

Garant Groupama assurance et credit &caution 8-10 rue d'astorg 75008 PARIS / Assureur MMA IARD 16 rue Henri Champion 72030 Le Mans cedex 9

Les points forts :

- La découverte de Samarcande
- Un trek en immersion – loin des parcours classiques
- L'hospitalité des villages tadjikes
- Le cœur de l'Asie centrale et sa mosaïque de peuples (ouzbeks, tadjiks, kirghizes, pamiris)

Votre programme :

JOUR 1 : LYON – SAMARCANDE

Vol au départ de Lyon, arrivée dans la nuit J1-2.

Jour 2: SAMARCANDE

Arrivée matinale, repos jusqu'à 9h30-10h puis visite de la perle de la route de la Soie. Journée consacrée à la découverte de la ville : • la fameuse place Régistan, l'ensemble unique de trois medersas: Tilia-Kari, Shirdor, Oulough Beg, • la visite avec mausolée Gour Emir doté d'un superbe dôme nervuré et décoré de papier-maché à l'intérieur
Dîner dans un restaurant traditionnel
Diner et nuit à Samarcande

Jour 3: SAMARCANDE – frontière tadjike – Shing / Padrung

Départ matinal de Samarcande pour rejoindre la frontière ouzbeke et entrer au Tadjikistan. Le visa peut s'obtenir sur place à la frontière.
Au total 3h30 de route pour rejoindre le village de Shing.
Puis nous nous mettons en route pour cette première étape de la grande traversée du Pamir, au cœur des monts Fanns.
Etape 15km et 800m D+ (altitude entre 1300 et 1800m).
Diner et nuit à Padrung chez l'habitant (homestay)

Jour 4: Padrung – Tovasang- Sarmad (1500m D+ / 16km)

Aujourd'hui passage du premier col (3300m), sentier dégagé et facile à parcourir. À mi-chemin du magnifique lac Marghuzor, un chemin de terre qui bifurque jusqu'au village de Haftrud. Nous traversons la rivière Moshoy, quelques sources qui jalonnent le parcours nous mènent au splendide col Tovasang. De l'autre côté du col, nous descendons jusqu'à la rivière Sarmad où nous installons le bivouac, non loin de pâturages.

Jour 5: Tovasang - Zimtud (21km - 300D+)

La descente le long de la rivière Sarmad est pittoresque, avec ses tours rocheuses aux formes étranges appelées hoodoos.
Le sentier se transforme en chemin de terre et rejoint celui qui longe la rivière Archamaydon. La marche est facile le long de la rivière sauvage et longe les champs agricoles. La vallée s'élargit avant le charmant village de Ghazza, Cinq kilomètres plus loin en aval se trouve le village plus important de Zimtud, avec une maison d'hôtes et de petites boutiques pour vous approvisionner.
Dîner et nuit en homestay, chez l'habitant.

Jour 6: Zimtud – Artuch 13km 1200m D+

Malgré la montée, la traversée du col d'Igrok (parfois appelé col de Ghuytan), à 2 660 m d'altitude, est relativement facile. Nous partons tôt, et après environ 5 km, nous traversons le village de Ghuytan (qui propose également une charmante maison d'hôtes). La randonnée à travers champs en direction du col d'Igrok est agréable, avec ses nombreuses fleurs et ses terres fertiles. Parmi les plantes urticantes, on trouve le Yughan (à fleurs jaunes), une plante phototoxique. Sa sève se combine au soleil pour provoquer une brûlure chimique. Après le col d'Igrok, continuez votre route en direction du sud-est. Vous passerez devant des camps de bergers. Après une partie plate, le sentier plonge vers le magnifique lac Chuqurak. A l'extrémité nord du lac, se trouve le Camp Artuch.

Jour 7: Artuch – Kuli Kalon Lake : 5km, 700m D+

L'ascension jusqu'au magnifique lac Kuli Kalon est courte, pour permettre une meilleure acclimatation avant l'assaut du col d'Alauddin, le lac Kuli Kalon est un endroit absolument magnifique pour camper, avec une vue imprenable sur le principal massif montagneux des monts Fann, le Chimtarga. En été, de nombreux villages d'été s'y installent, une excellente façon de découvrir la vie pastorale dans cette région du monde.

Jour 8: Kuli Kalon lake – Allaudin lake : 11km, 950m D+

Le lac d'Alauddin est un autre endroit idéal pour camper, baignade interdite dans le lac. La pente est assez raide des deux côtés et le terrain est parfois escarpé, cependant, la vue vaut tous les efforts. À environ 3 000 mètres, vous passerez devant les lacs Dushokha (qui signifient « lacs jumeaux ») et l'imposante paroi du pic Mirali, où vous pourriez voir des avalanches déferler. Et de l'autre côté, il y a des vues spectaculaires sur le côté est des montagnes Fann, y compris le point bleu qu'est le lac Alauddin tout en bas. Nuit en campement au bord du lac.

Jour 9: Allaudin lake – Mutnyi lake / 5km 700m D+

La randonnée jusqu'au lac Mutnyi est assez simple. Le terrain devient assez rocailleux au-dessus de la limite forestière. L'étape est courte en raison du dénivelé et du grand col (Chimtarga, 4750 m) qui constitue l'étape suivante. C'est un excellent campement pour admirer les sommets de plus de 5000 m des environs, terrain assez rocailleux. Mutnyi signifie boue et l'eau trouble du petit lac est impropre à la consommation. Dîner et nuit au campement.

Jour 10 : Mutnyi lake - Buzurg Alo : 12km 1200mD+

C'est la journée la plus difficile dans les monts Fann, avec la traversée du col de Chimtarga (4 750 m). Attendez-vous à un terrain accidenté, des névés, mais aussi à des vues imprenables. Depuis le lac Mutnyi, nous nous dirigeons vers le sud-sud-ouest en direction du terminus du glacier East Energia. Après le col, le sentier est bien balisé et descend jusqu'à Buzurg Alo (aussi appelé Bolshoi Alo). Il y a un emplacement de camping sur la rive nord de Buzurg Alo. Dîner et nuit au campement.

Jour 11 : Buzurg Alo - Archamaydon : 13km 150 mD+ / 1200m D-

Le retour vers la vallée de l'Archamaydon est marqué par une belle descente, en suivant le cours de la rivière, que nous traverserons plusieurs fois. Dîner et nuit au campement Archamaydon.

Jour 12 : Archamaydon – Dudgon : 18km 1200m D+

L'approche du pied du col de Dugdon est magnifique, avec ses prairies, ses forêts de genévriers, ses imposants sommets glaciaires et ses nombreux villages de bergers.

La randonnée d'aujourd'hui jusqu'au pied du col de Dugdon est facile et très pittoresque. Vous suivrez la rivière Archamaydon presque tout le long, la traversant à plusieurs reprises. Vous pourrez admirer d'imposants glaciers dévaler la chaîne de Dugdon. Des villages d'été se trouvent plus haut dans la vallée et vous pourriez être invité à prendre une tasse de thé et un bol de yaourt. La rivière Sari Khadang est facilement traversable en amont, avec une bonne source.

Jour 13 : Dudgon - Saratoq : 20km – 750m D+

La traversée du col de Dugdon est une randonnée exaltante. Le col lui-même est une étroite brèche entre les montagnes et plonge de l'autre côté. La descente finale vers la rivière Qarakul est probablement la partie la plus difficile de cette étape, avec du gravier meuble sur un terrain escarpé. Ensuite, promenade tranquille le long de la rivière sauvage Qarakul en aval jusqu'au village de Saratoq, fin de notre fantastique trekking !

Notre véhicule nous attend pour rejoindre Penjikent, jolie bourgade située au Tadjikistan, le long de la rivière Zeravshan, dîner et nuit à Penjikent ou Samarcande, en fonction de l'heure d'arrivée.

Jour 14 : Samarcande

Retour à Samarcande et poursuite de la visite de Samarcande, la perle de la route de la Soie. Dîner et nuit à Samarcande.

J15 : Samarcande - Lyon

Vol matinal pour rejoindre Lyon, ou nous arrivons en fin d'après-midi.

Formalités d'entrée :

Ouzbékistan :

Pour les ressortissants français, aucun visa n'est exigé pour un séjour d'une durée ne dépassant pas 30 jours.

Le passeport doit avoir une durée de validité d'au moins 6 mois à compter de la date de retour prévue.

Tadjikistan :

Aucun visa n'est exigé pour les ressortissants français si leur séjour touristique n'excède pas une durée de 30 jours

Dates : 8 au 22 septembre 2026

Prix : base 8-12 p : 2900 euros

Ce prix comprend :

Le vol Lyon-Samarcande AR taxes comprises (AF, TK)

La pension complète pendant tout le voyage.

La logistique (transport, hébergement en homestay ou camping pendant le trek)

Le portage des bagages pendant le trek

1 guide tadjik anglophone + 1 accompagnateur français

Les 2 ou 3 nuits à Samarcande et la visite de la ville

Les assurances assistance – rapatriement

Ce prix ne comprend pas:

Les boissons, pourboires et dépenses personnelles

Les visites autres que celles figurant au programme

L'eau minérale en bouteille dans les villes.



