

Mt Yarigatake

Fiche technique du 30 août 2024



Japon, Alpes du nord

Cette traversée septentrionale des Alpes compte parmi les treks les plus renommés du pays. Vous découvrirez les paysages de la haute montagne japonaise avec leur écosystème préservé. L'itinérance du Mt Yarigatake comprend plusieurs ascensions au-delà de 3000 mètres d'altitude.



Nombre de participants : 6 min-8 max

Niveau du trek : 4* sur 5

Dates : du 24/08/2025 au 06/09/2025

Durée : 14 jours

Prix : 4750 €

Itinéraire

Jours 1-2 : vol pour Tokyo

A l'arrivée, votre guide local vous accueille à l'aéroport et vous accompagne à votre hôtel. Dîner libre.

- *Transfert entre l'aéroport et l'hôtel*
- *Nuit en hôtel*

Jour 3 : Tokyo

Vous retrouvez votre guide tkyoïte qui partage la journée avec vous. Il vous familiarise avec les transports et vous fait découvrir les lieux symboliques de la capitale. Dîner libre.

- *Petit-déjeuner*
- *Déjeuner*
- *Nuit en hôtel*

JOURS 4 A 12 : TREK

Jour 4 : Tokyo → Toyama → Murodo

Vous transférez vos bagages à l'hôtel de Kyoto et n'emportez avec vous que vos affaires de trek pour la durée du circuit dans les Alpes japonaises.

A bord du « shinkansen », le train rapide japonais, vous voyagez jusqu'à Toyama, où votre accompagnateur vous accueille à la gare. Vous partez ensemble pour Murodo, lieu de départ de l'itinérance. Dès l'après-midi vous randonnez jusqu'au Mont Tateyama (3003 m).

- *Les transferts entre la gare de Tokyo et Murodo*
- *D+ 550 m / D- 550 m (3h30 à 4h de marche)*
- *Petit-déjeuner, pique-nique et dîner*
- *Nuit au refuge Tateyama Murodo*

Jour 5 : Murodo → Goshikigahara (2480 m)

Après la mise en jambe de la veille et la première acclimatation à l'altitude, l'itinérance débute par la montée au col Zaratoge. Dès cette journée, et par temps dégagé, vous observerez le Mont Yarigatake, point culminant de l'itinérance, et dont l'ascension est planifiée le jour 10.

- *D+ 750 m / D- 650 m (6h à 6h30 de marche)*
- *Petit-déjeuner, pique-nique et dîner*
- *Nuit au refuge Goshikigahara*

Jour 6 : Goshikigahara → Sugonokkoshi (2270 m)

La journée débute par la montée jusqu'à Tombiyama, suivie de la descente au col de Shirabiso. La randonnée se poursuit en crête et se termine au refuge Sugonokkoshi.

- *D+ 550 m / D- 800 m (6h à 6h30 de marche)*
- *Petit-déjeuner, pique-nique et dîner*
- *Nuit au refuge Sugonokkoshi*

Jour 7 : Sugonokkoshi → Tarôdaira (2330 m)

Cette étape vous emmène jusqu'au sommet Yakushidake (2926 m), avec son temple shinto (Yakushi : divinité bouddhiste de la guérison). Descente jusqu'au refuge Yakushidake avant de rejoindre celui de Tarôdaira.

- *D+ 800 m / D- 750 m (6h30 à 7h00 de marche)*
- *Petit-déjeuner, pique-nique et dîner*
- *Nuit au refuge Tarôdaira*

Jour 8 : Tarôdaira → Kurobegoro (2350 m)

Départ pour le sommet Kurobegorodake (2840 m) avec sa vue splendide sur la chaîne alpine. L'itinérance se poursuit jusqu'au refuge Kurobegoro, où vous pourrez observer une flore endémique du parc national.

- *D+ 800 m / D- 750 m (6h30 à 7h00 de marche)*
- *Petit-déjeuner, pique-nique et dîner*
- *Nuit au refuge Kurobegoro*

Jour 9 : Kurobegoro → Sugoroku (2600 m)

Cette étape nous permet de rejoindre le refuge Sugoroku, sous le sommet du même nom, campé à 2861 m d'altitude. Vous aurez peut-être la chance d'observer les couples de lagopèdes alpins qui nichent dans les environs.

- *D+ 700 m D- 450 m (4h30 à 5h00 de marche)*
- *Petit-déjeuner, pique-nique et dîner*
- *Nuit au refuge Sugoroku*

Jour 10 : Sugoroku → Yarigatake (3060 m)

Nous abordons la dernière ascension et rejoignons le refuge Yarigatake par les crêtes. Si les conditions sont réunies, nous gravirons le Mont Yarigatake à 3180 m d'altitude, cinquième plus haut sommet de l'archipel.

- *D+ 400 m / D- 50 m (5h30 à 6h00 de marche)*
- *Petit-déjeuner, pique-nique et dîner*
- *Nuit au refuge Yarigatake*

Jour 11 : Yarigatake → Tokusawaen (1560 m)

Nous rejoignons la vallée après une semaine à crapahuter à plus de 2500 mètres d'altitude. La descente longe la rivière Azusa et nous faisons escale au refuge Tokusawaen pour notre dernière nuit en refuge.

- *D+ 0 m / D- 1450 m (5h30 à 6h00 de marche)*
- *Petit-déjeuner, pique-nique et dîner*
- *Nuit au refuge Tokusawaen*

Jour 12 : Tokusawaen → Kamikochi → Kyoto

Cette dernière étape nous conduit au village de Kamikochi, terme du trek. Cette station d'altitude est connue au Japon comme la « capitale des Alpes japonaises ». Temps libre pour découvrir Kamikochi avant de rejoindre Kyoto en car.

- *D+ 0 m / D- 50 m (2h à 2h30 de marche)*
- *Transfert en car de Kamikochi à la gare de Kyoto*
- *Petit-déjeuner, pique-nique et dîner*
- *Nuit en hôtel*

FIN DU TREK

Jour 13 : Kyoto

Vous appréciez cette journée en liberté pour découvrir la capitale historique et faire le plein de souvenirs. Déjeuner et dîner libre.

- *Petit-déjeuner*
- *Nuit en hôtel*

Jour 14 : Vol retour

C'est l'heure du retour... Vous rejoignez l'aéroport et prenez votre vol retour.

- *Vol international*

Les randonnées de l'itinérance pourront être adaptées en fonction des aléas de la météo ou des conditions des sentiers et des participants. En dernier ressort, votre accompagnateur en montagne reste seul juge du programme qu'il peut modifier en raison d'impératifs de sécurité.

Informations pratiques

Votre séjour

Vous commencez votre voyage par une déambulation dans Tokyo, mégapole aux multiples facettes, puis vous gagnez le cœur des Alpes japonaises, pour un trek époustouflant. Le séjour se termine par la découverte de Kyoto.

Niveau du trek

L'itinérance est exigeante physiquement et requiert un entraînement préalable à votre participation. Une bonne agilité est également nécessaire pour progresser sereinement sur les terrains techniques. Les étapes peuvent cumuler 900 mètres de dénivelé et durer 7 heures de marche.

N'hésitez pas nous contacter au 04 81 91 31 18 ou contact@orientrek.com pour toute information concernant le déroulement du séjour ou toute information à nous communiquer vous concernant, pouvant avoir une influence sur votre séjour.

Le prix comprend

- le vol aller Paris CDG - Tokyo et le vol retour Osaka - Paris CDG
- l'encadrement par un accompagnateur en montagne diplômé DE-alpinisme AMM durant le trek
- l'accompagnement par un guide local les jours 2 et 3 à Tokyo
- la fourniture d'une carte individuelle de transport (avec un pré-chargement initial de 1500 yens)
- le transfert aéroport - hôtel du jour 2 (Tokyo)
- **hébergements** : 4 nuits en hôtel et 8 nuits en refuge
- **repas** :
 - les petits déjeuners lorsque vous êtes hébergés en hôtels
 - le déjeuner du jour 3 à Tokyo
 - le dîner du jour 12 à Kyoto
 - la pension complète durant le trek

Le prix ne comprend pas

- les assurances annulation, assistance et frais de recherche et de secours en montagne
- les déjeuners et dîners à Tokyo et Kyoto, à l'exception du déjeuner jour 3 à Tokyo, et du dîner jour 12 à Kyoto (prévoir environ 20 euros par repas et par personne)
- les transferts dans les villes de Tokyo et Kyoto
- le transfert aéroport du dernier jour
- le supplément chambre individuelle en hôtel (200 euros par personne pour les 4 nuits d'hôtel)
- le supplément petit groupe - un départ est possible à partir de 3 inscrits avec supplément :
 - *groupe de 5 inscrits : 200 euros par personne*
 - *groupe de 4 inscrits : 500 euros par personne*
 - *groupe de 3 inscrits : 990 euros par personne*

Hébergements

- 4 nuits en hôtel (équivalent 3*) base chambre double
- chambre individuelle possible dans les hôtels, selon les disponibilités, et avec supplément (200 euros par personne pour les 4 nuits)
- 8 nuits en refuge durant le trek avec couchage en dortoirs collectifs

Aérien

Orientrek réserve les vols sur des compagnies aériennes régulières (AIR FRANCE, KLM, LUFTHANSA , JAPAN AIRLINES, ANA, TURKISH AIRLINES, CHINA EASTERN AIRLINES, VIETNAM AIRLINES, EMIRATES, QATAR AIRWAYS). Nous nous engageons à utiliser l'une des compagnies précédemment citées.

Avec un supplément de 300 euros par personne, et selon les disponibilités de vols, vous pourrez choisir votre aéroport parmi les villes suivantes :

- Lyon (St Exupéry)
- Marseille (Marignane)
- Nice (Côte d'Azur)
- Toulouse (Blagnac)
- Bordeaux (Mérignac)

Enfin, vous pouvez renoncer aux vols aller et retour avec une moins-value sur votre séjour de 1200 euros par personne. Dans ce cas, vous devrez vous rendre par vos propres moyens au lieu de rendez-vous fixé le jour 2.

Transports sur place

A votre arrivée, votre guide vous fournira une carte individuelle de transport rechargeable par vos soins (pré-chargement initial de 1500 yens). Cette carte est compatible avec les réseaux de transport des villes japonaises (Tokyo, Kyoto,...). Vous pourrez également l'utiliser pour faire des achats dans de nombreux points de vente présents au Japon (votre guide vous précisera comment l'utiliser).

Votre séjour comprend les transferts ci-après :

- jour 2 : le transfert entre l'aéroport et l'hôtel à Tokyo
- jour 4 : le transfert en shinkansen entre la gare de Tokyo et la gare de Toyama, puis jusqu'à Murodo
- jour 12 : le transfert en car entre Kamikochi et la gare routière de Kyoto

Modalités d'inscription

Veuillez compléter le formulaire d'inscription et nous l'envoyer avec un acompte de 40% du montant total du séjour. Le solde est à régler 30 jours avant le départ.

Vous pouvez nous contacter au 04 81 91 31 18 pour toute information concernant votre inscription, vos assurances ou vos réservations aériennes.

Formalités administratives et matériel

Police : vous devez détenir un passeport en cours de validité jusqu'à la date du retour. A votre arrivée, le service de l'immigration japonaise effectuera une prise de données biométriques (empreintes digitales) suivi d'un portrait photographique (de face).

Assurances : vous devez posséder une assurance rapatriement, comportant des frais de recherche et de secours pour un minimum de 10 000 euros.

Matériel : la liste du matériel vous sera transmis suite à votre inscription.