Guégharkounik

Lori

Escapades dans les régions du Lori et du Guégharkounik

Arménie

Randonnée

Lacs

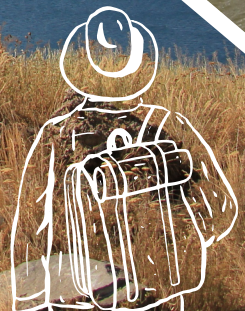
Forêts

Rencontres

Évasion

Balades

Partage



SOMMAIRE

Une action au service des populations et du développement ..... p. 4

Charte du voyageur ..... p. 5

Randonner en Arménie : quelques recommandations utiles ..... p. 6

Région du Guégharkounik p.8

- Trois randonnées à la journée ..... p. 10-16
- Notre coup de cœur ..... p. 17

Charte du randonneur ..... p. 18

À voir, à faire dans la région du Guégharkounik ..... p. 19-21

Itinérance inter-région et autres randonnées pédestres p.22

La pause artisanale ..... p. 23

La pause légende ..... p. 24

Région du Lori p.25

- Trois randonnées à la journée ..... p. 26-31
- Notre coup de cœur ..... p. 32

À voir, à faire dans la région du Lori p.33-35

La pause gourmande ..... p. 36

La pause spécialités ..... p. 37

Des hôtes chaleureux ..... p. 38

Quelques informations pratiques ..... p. 39

Découvrez l'Arménie secrète





Premier état à avoir adopté le christianisme en l'an 301, l'Arménie, petite nation sur la carte du monde, n'en reste pas moins un pays d'une **richesse culturelle et historique exceptionnelle**.

Territoire à la croisée des différentes civilisations, il a su garder une **identité forte** que l'on retrouve aujourd'hui dans les **onze régions du pays**.

Ici, nous nous attarderons dans le **Guégharkounik** et le **Lori**, deux régions voisines dont les **paysages majestueux** mais très différents ne vous laisseront pas insensibles !

Nous vous souhaitons d'inoubliables rencontres et découvertes !

Une action au service des populations et du développement local

Ce document s'intègre dans un projet global qui se positionne au cœur d'une histoire de coopération entre des collectivités françaises et arméniennes.

En 2009, la **plateforme IRAPA** (Inter-coopération de collectivités rhônalpines pour l'Arménie) a été formalisée afin de **mutualiser les actions « tourisme » des collectivités en choisissant l'AFRAT** (Association pour la Formation des Ruraux aux Activités du Tourisme) en tant qu'opérateur technique.

En 2020, une collaboration a été initiée avec les **Hautes Terres de Provence®** (HTP) qui intervient depuis 2012 sur la thématique touristique en Arménie dans le cadre de la **coopération Région Sud-PACA / Région du Lori**.

Ce projet vise à la **structuration de l'écotourisme et de la randonnée en Arménie** et plus particulièrement dans les **deux régions du Guégharkounik et du Lori**. Il a pour but de mettre en œuvre des conditions favorables (institutionnelles, techniques, partenariales) au bon développement d'un projet mutualisé, impliquant 12 collectivités territoriales françaises et arméniennes ainsi que des acteurs de la société civile. Il doit bénéficier aux collectivités territoriales, aux organisations de la société civile et à la population locale.

Pour atteindre cet objectif, l'opération se structure autour de 3 sous-objectifs :

- **Renforcer** les compétences des acteurs de la société civile et des autorités locales en matière d'évolution et de structuration de l'écotourisme et du tourisme de randonnée, générateurs de retombées économiques et de développement durable.
- **Initier** la structuration d'une gouvernance multi-acteurs et internationale autour d'un projet structurant d'écotourisme et de randonnée.
- **Contribuer** au désenclavement des populations rurales et promouvoir une « Arménie » durable et attractive (au niveau local et international).

Ce guide d'accueil et de randonnées est une des actions développées dans le cadre de ce projet collaboratif. Il a pour ambition de vous amener à découvrir ces deux magnifiques régions que sont le Guégharkounik et le Lori et de participer ainsi à leur développement social, économique et touristique.

Charte du voyageur

En voyageant en Arménie, je peux participer au développement du tourisme rural en adoptant une attitude responsable et respectueuse.



Si je veux faire un don, je choisis une **organisation caritative locale sérieuse** plutôt que de distribuer des dons individuels.



J'engage des **guides, accompagnateurs et chauffeurs locaux** plutôt que de passer par des voyagistes basés à Erevan ou à l'étranger.



Je **réduis mes déchets plastiques** en apportant des contenant réutilisables et en refusant les emballages plastiques à usage unique.

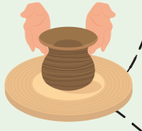


J'achète des **produits locaux** plutôt que dans les supermarchés des grandes villes ou en provenance de l'étranger.



J'en profite pour **échanger avec les locaux**, découvrir l'histoire, la culture et les coutumes locales. Je n'hésite pas à prendre le temps de visiter et mettre tous mes sens en éveil !





Si je veux revenir avec des souvenirs, j'achète des **productions artisanales locales.**



Je **séjourne dans des familles d'accueil** plutôt que dans de grandes structures impersonnelles.

Randonner en Arménie : recommandations utiles

Quand marcher ?

Les meilleures périodes : **le printemps et l'automne**. L'été reste accessible mais il peut faire chaud, un peu comme en Europe occidentale.

Secours

Les capacités de recherches et de sauvetage sont limitées. En composant le 911, une **équipe composée de la police locale, de volontaires ou/et de locaux** pourra être dépêchée sur place pour vous venir en aide.

Zones frontières avec l'Azerbaïdjan

Il est impératif d'**éviter les zones frontalières avec l'Azerbaïdjan**. N'hésitez pas, avant votre séjour, à vous rendre sur le site internet de l'ambassade pour en savoir plus sur la situation géopolitique.

Balisage et signalétique



- **Au départ des sentiers balisés :** grands panneaux comportant une carte et des informations techniques.

- **Aux croisements :** des panneaux signalétiques directionnels.





- **Balisage :** une barre horizontale rouge sur un fond rectangulaire blanc avec des flèches supplémentaires à gauche ou à droite indiquant la voie à suivre.

Pour les sentiers non balisés que nous vous proposons dans ce document, le cheminement reste généralement assez évident.

Pour nos coups de cœur, nous vous conseillons vivement de **solliciter un(e) guide local(e)** qui saura vous parler avec passion de sa région et de son métier.

Que prendre dans votre sac à dos ?

- ☐ Trousse de secours
- ☐ Papiers d'identité
- ☐ Couverture de survie
- ☐ Sifflet
- ☐ Cache-cou
- ☐ Appareil photo
- ☐ Boussole
- ☐ Jumelles
- ☐ Canif
- ☐ Lampe
- ☐ Carte/topo si disponible
- ☐ Eau, vivres de courses
- ☐ En fonction de la saison : couvre-chef/bonnet, crème solaire, coupe-vent, pantalon et tee-shirt à manches longues, polaire, doudoune, gore-tex, et surtout de vos bonnes chaussures de marche !



Indiquez, si possible à votre hébergeur par exemple, l'itinéraire de votre randonnée et la durée prévue. Consultez la météo.

Chiens de protection

Les troupeaux sont gardés avec des **chiens de protection**. Adoptez un comportement adéquat : **ne criez pas, ne gesticulez pas, ne partez pas en courant, restez calme**. Un berger, quasiment toujours présent, rappellera les chiens.



Précautions

Attention aux cueillettes hasardeuses de plantes et fruits sauvages que vous ne connaissez pas ! Certains végétaux peuvent être toxiques. Ours, loups, lynx et 4 espèces de serpents venimeux sont présents en Arménie : restez vigilants.

S'orienter : quels outils ?

Peu de cartes au 1:25000 disponibles à ce jour pour les deux régions. Open streetmap peut être utilisé via des applications de navigation pour l'outdoor. Vous pouvez consulter le site internet de Hikearmenia qui présente de nombreux itinéraires.

Si vous souhaitez louer du matériel de randonnée et/ou de camping,
vous pouvez contacter **Armenian Mountaineering and hiking federation :**
armalptur@gmail.com | +374 104 349 11, +374 989 110 00 | www.armalp.am

Le Guégharkounik

La région du **Guégharkounik**, dont la ville de Gavar est la préfecture, occupe l'est de la partie centrale de l'Arménie moderne.

Surnommé la perle de l'Orient, le lac Sevan occupe la partie centrale de la province, à une hauteur de 1900 m au-dessus du niveau de la mer et couvrant une superficie de 1260km² (environ 23,5% de la superficie du Guégharkounik).

Plus grande étendue d'eau douce d'Arménie et du sud du Caucase, il est entouré de hauts massifs montagneux culminant à plus de 3000 m et de grandes étendues steppiques d'altitude.

Avec des hivers froids et enneigés, des étés chauds et des intersaisons parfois humides, cette région de 5348 km² et 233 000 habitants, propose des itinéraires exceptionnels aux paysages ouverts qui ne manqueront pas de séduire les randonneurs.



Les 4 itinéraires

1. **De ville en village : la traversée Sevan-Tsaghkunk**
2. **Un circuit en boucle : la péninsule d'Artanish**
3. **Un volcan éteint : le mont Armaghan**
- **Coup de cœur : le mont Artanish**



Bureau d'information touristique de Sévan
Presqu'île de Sévan
Facebook : Tourism-center-Armenia-Sevan | ✆ **+374 963 304 30**

1 DE VILLE EN VILLAGE : LA TRAVERSÉE SEVAN-TSAGHKUNK

Depuis la gare, traverser les rails et un joli quartier de Sevan. Au fond du vallon, commencer à monter par une piste 4x4 (celle de droite, l'autre monte au Metzep). Cette piste est empruntée par le Transcaucasian Trail (TCT) mais non balisée. On longe un joli ruisseau et très vite, la vue devient agréable. L'arrivée au col est magnifique avec un panorama sur Sevan et le lac ainsi que le nord du Guégharkounik. Continuer par le TCT avec en fond l'Ararat. La piste suit ensuite la crête entre Tsaghkunk et Tsovagyugh. Elle remonte jusqu'à une antenne avant de redescendre sur le monastère de Tsaghkunk.



Informations

Accès : le départ se situe à la gare de Sevan

20 km

6h *(marche effective)*

Alt. départ : 1800 m - arrivée : 2000 m

Dénivelé positif : 700 m

Difficulté : **modéré**

Signalétique et balisage : néant

Prévoir un moyen de transport (taxi) pour revenir au point de départ.

À ne pas manquer

- Le monastère de Tsaghkunk sur son promontoire
- Points de vue sur le lac Sevan et l'Ararat, sommet mythique de l'Arménie.







2 UN CIRCUIT EN BOUCLE : LA PÉNINSULE D'ARTANISH

L'itinéraire ne présente pas de difficulté technique ou physique et la plupart du temps, vous emprunterez une piste. Depuis l'Armenian Camp, se diriger par une piste vers un lac abritant de nombreux oiseaux. Ne pas longer le lac Sevan mais rejoindre un col sous le sommet du Shshasar. De ce col, redescendre un vallon en direction de l'est. Arrivé à proximité du lac, longer la rive, direction sud-sud-est. Le sentier passe sous des falaises. Un peu plus loin, un vallon s'ouvre sur votre gauche qu'il faut emprunter en direction de l'est. Vous arrivez de nouveau à un col. Bifurquer vers le nord et redescendre pour rejoindre le chemin de l'aller et l'Armenian Camp.

Informations

Accès : départ depuis l'Armenian Camp, lieu d'hébergement (lodge ou camping, voir p.20) et d'activités nautiques.

19 km

6h30 *(marche effective)*

Alt. départ : 1900 m - arrivée : 1900 m

Dénivelé positif : 562 m

Difficulté : **modéré**

Signalétique et balisage : néant

À ne pas manquer

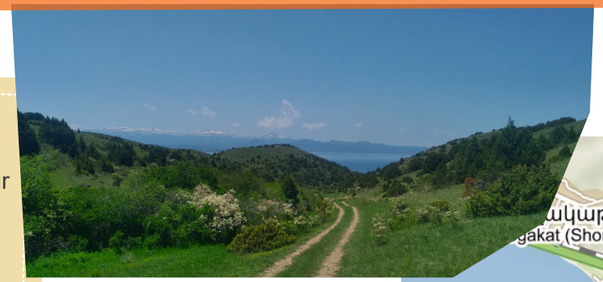


Le passage au bord de l'étang où l'on peut observer une riche avifaune.

Les points de vue sur les massifs environnants.

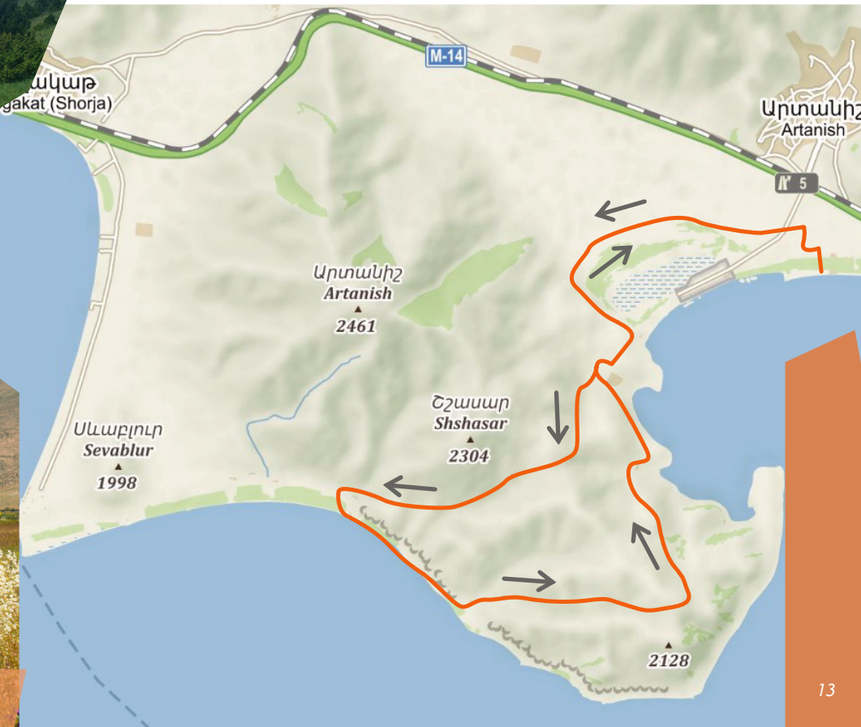


Le bateau Kilikia.





Attention : il peut faire chaud dès le mois de juin et la randonnée ne comporte pas de zone d'ombre. Prévoir de l'eau (au moins 2l), chapeau et crème solaire !



3 Un volcan éteint : Le mont Armaghan

Malgré l'absence de balisage, le chemin est évident car il emprunte une piste bien marquée. Cette randonnée ne présente aucune difficulté technique. La première partie de l'itinéraire grimpe progressivement. La seconde partie est un peu plus physique : la pente s'accentue et la piste monte directement sans faire de lacets. Cependant, cet effort est très largement récompensé par le panorama exceptionnel que l'on découvre depuis ce paysage très ouvert.

Variante : il est également possible d'atteindre le sommet sans passer par la piste et en marchant hors sentier.

Informations

Accès : départ depuis Madina

13.5 km

5h *(marche effective)*

Alt. départ : 2242 m - arrivée : 2829 m

Dénivelé positif : 587 m

Difficulté : **modéré**

Signalétique et balisage : néant

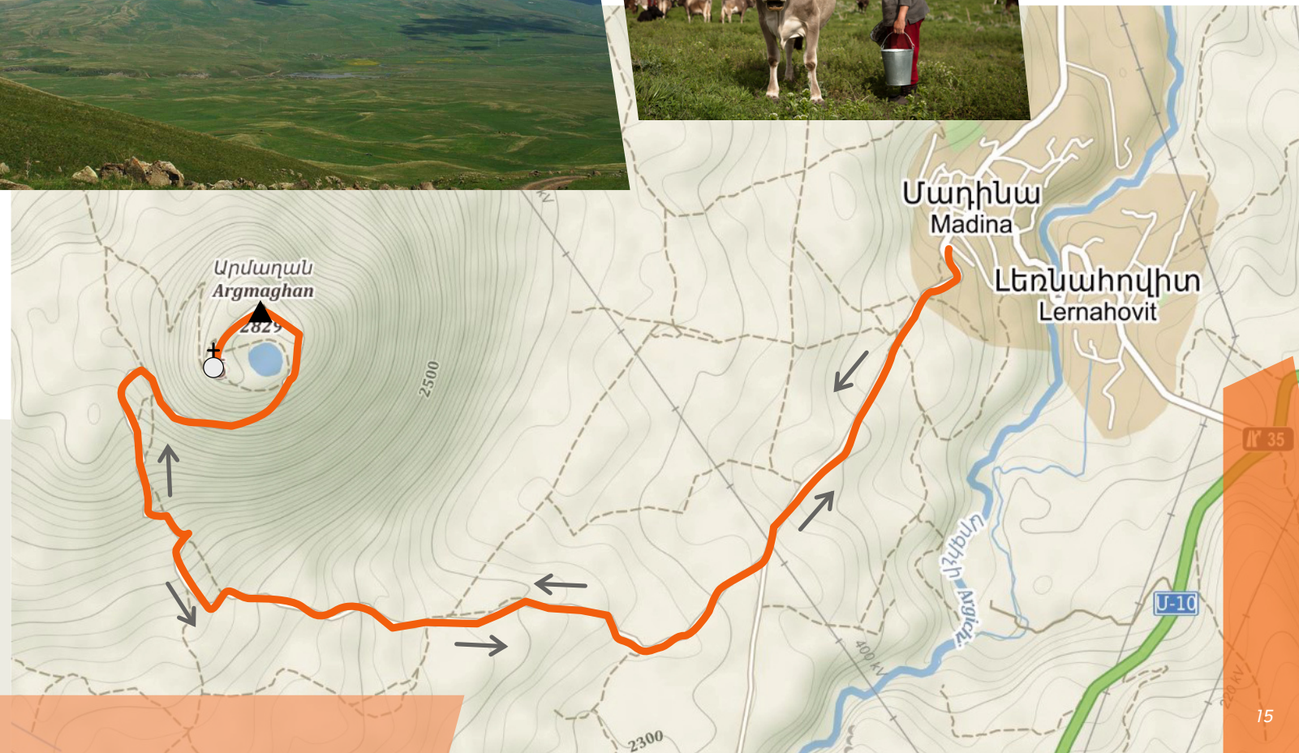




À ne pas manquer

- Le lac au sommet.
- Le point de vue à 360°
- La chapelle





S'élever pour mieux voir : le Mont Artanish



Informations

Accès : départ au bord de la M14, près de Shorzha, au pied du Mont Artanish

7 km

4h *(marche effective)*

Alt. départ : 1911 m - arrivée : 2461 m

Dénivelé positif : 550 m

Difficulté : **modéré**

Signalétique et balisage : néant

Cet itinéraire est très apprécié pour le paysage qu'il offre depuis le sommet. Le Mont Artanish est situé entre le petit et le grand Sevan et la vue sur le lac est incomparable.

Le sentier proposé est une boucle empruntant à l'aller comme au retour les lignes de crêtes. La randonnée ne présente pas de difficulté technique ni de difficulté physique. L'itinéraire ne faisant l'objet d'aucun balisage, il peut être utile de faire appel à un(e) guide local(e).

Charte du randonneur



Je ramène mes déchets, je ne laisse pas de traces de mon passage.



Je suis vigilant quant aux interdictions propres au site : ne pas cueillir, ne pas faire de feu, ne pas camper… De manière générale, je m'abstiens de faire du feu.

Je respecte la faune et la flore : je suis leur invité et ils demandent mon attention et mon respect.



Je reste sur les sentiers (sauf cas exceptionnel) et j'évite de couper les lacets.





Je referme les clôtures et barrières après les avoir ouvertes et je demeure prudent en cas de présence de troupeau. Si possible, je m'en écarte.

Je suis discret et courtois vis à vis des autres usagers et des habitants.





Je respecte les cultures et les prairies, je ne cueille pas les fruits et baies sauvages surtout si je ne les connais pas.

CULTURE / HISTOIRE



Le festival de musique international de Sevan réunit les jeunes d'Arménie et du monde entier à travers la musique. Au cœur de l'été sur les rives du lac Sevan, il propose des spectacles mais invite également les visiteurs à se produire sur scène.



La presqu'île aux Oiseaux et le monastère de Sevanavank (Sevan) sont sans doute un des lieux les plus visités et les plus photographiés du lac. S'élevant au sommet d'une colline qui était encore une île au début du XX^{e} siècle, deux petites églises témoignent de l'ensemble monastique du Moyen-Âge.



Odzaberd, la "forteresse du serpent" se situe sur la rive sud-est du lac Sevan. Site archéologique d'importance, il est considéré comme la forteresse urartienne la mieux conservée du bassin de Sevan (royaume urartien : 735 à 713 av. J.-C.). Constructions en pierre, parties du mur de la ville et portes sont encore visibles.

Le cimetière de Noradouz et ses khatchkars : c'est ici que l'on trouve la plus grande concentration de khatchkars d'Arménie. Ces stèles sculptées de croix sont dispersées en un grand champ lapidaire, aux abords de la petite chapelle médiévale Sourp Asdvadzadzine.

Voilier Kilikia : construit sur une initiative de la diaspora dans les années 1930, sur le modèle des navires arméniens du XIII^{e} siècle, il a sillonné les océans et accosté dans 25 pays lors d'un périple de 28 000 km entre 2004 et 2006. Il a repris la mer en 2015, pour sillonner les eaux du Lac Sevan (à proximité de l'Armenian Camp) !



Établissement et lieux de sépulture de la forteresse de Lchaschen (4^{e} mil. - 7^{e} s. avt J.-C.) : à l'est du village, se trouve l'habitat de Lchashen, l'un des ensembles les plus importants non seulement en Arménie, mais également sur le territoire de l'ancienne Union soviétique.



Vardenyats Pass et le caravansérail de Selim : le col de Selim, ou Sulema, permet l'accès à l'Arménie du Sud, depuis la rive méridionale du lac Sevan. La route traverse de superbes panoramas et au col, on peut repérer les vestiges d'un beau caravansérail médiéval.

PAYSAGES / LIEUX



Lac Sevan : véritable petite mer intérieure aux eaux turquoises, le lac mérite qu'on en fasse le tour. Pour cela, ne pas hésiter à faire appel aux services d'un taxi. Ciel bleu azur, paysages sauvages, clarté de l'eau, laissez-vous emporter par la magie des lieux !

ACTIVITÉS SPORTIVES



Armdiving dive resort, Tsovagyugh : ce centre propose des cours, de la plongée sous-marine, de la plongée en apnée ainsi que du bateau, vélo de mer, supboard, kayak, scooter, de la planche à voile.
+374 95 099916 | info@diving.am

TOURISME PARTICIPATIF



Etiuni Guest House, Etuini : hébergement et nombreuses activités : musée sur l'histoire de Lchaschen, tour guidé du village, concerts, randonnées en bivouac, atelier de fouilles archéologiques en présence de scientifiques.
+374 99 085814 | etiunikingdom@gmail.com

Restaurant Mtnadzor, Martuni : la structure, située en bord de rivière, organise une visite culturelle guidée des environs. On peut aussi participer à des cours de cuisine pour préparer un poisson local.
+374 77 577303
marietavanvardanyan@gmail.com





Armenian Camp, Artanish : développe des activités telles que windsurf, cours de voile, tour de kayak, VTT, paddle. On peut aussi camper, dormir en chalet, profiter du sauna ou de la plage, se baigner.
+374 99 003991 | armeniancamp@gmail.com

Café Bohème, Sevan : pour une pause détente et/ou pour écouter un concert dans une atmosphère joyeuse et intimiste. On y trouve de l'artisanat local. Goar, jeune femme francophone, se fera un plaisir de vous renseigner sur les environs.
Boheme Studio Tea House | +374 55 66 21 19







AUTRES

Grand marché de Martouni : il a lieu tous les samedis et dimanches et l'on y trouve absolument tout ce dont on a besoin : du stylo à la voiture, en passant par l'alimentaire.

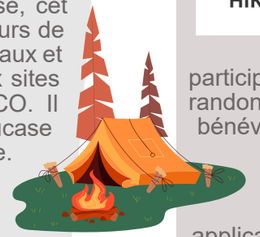
Itinérance inter-région en Arménie : le Transcaucasian Trail

Autres randonnées pédestres

L'essor du tourisme voit aussi l'émergence de la randonnée. De nombreuses ONG œuvrent pour l'ouverture de sentiers permettant des randonnées à la journée ou en itinérance. Citons parmi elles, Transcaucasian Trail (TCT), Hike Armenia, Trails for Change.

Le Transcaucasian Trail

Les régions du Lori et du Guégharkounik sont traversées et reliées par le Transcaucasian Trail.
S'étendant sur environ 3000 km de sentiers dans le massif du Caucase, cet itinéraire de grande ampleur, en cours de réalisation, traverse 20 parcs nationaux et permet la découverte de nombreux sites inscrits au patrimoine de l'UNESCO. Il inclut également la région du Caucase du Sud avec l'Arménie et la Géorgie.
Ce projet a pour ambition de créer des opportunités de développement économique, d'échanges culturels et d'éducation à l'environnement.
Ce type d'itinérance s'adresse à un public averti ou accompagné. Toutes les cartes et topos ne sont pas encore accessibles.



TCT TRANSCAUCASIAN TRAIL

Autres randonnées

HIKEArmenia

Créée en 2015, Hike Armenia est une ONG à but non lucratif engagée dans la promotion de l'Arménie comme destination de randonnée et d'écotourisme pour les visiteurs internationaux et les locaux. L'objectif principal est de participer au développement rural. Un club de randonnée pour l'éducation des jeunes et un groupe de bénévoles pour l'entretien des sentiers font partie des initiatives proposées.

Par ailleurs, l'ONG a ouvert un centre d'information à Erevan et développé une application gratuite (hikearmenia.org) permettant de trouver toutes les informations dont on peut avoir besoin pour explorer l'Arménie en autonomie ou accompagné : profils des sentiers et navigation GPS, points d'intérêt, coordonnées de guides, photos, topo descriptif, prix et contacts d'hébergements locaux…

LA PAUSE ARTISANALE

Le khatchkar



Stèle érigée en plein air et sculptée dans la pierre, elle sert, entre autres, de point focal du culte, de pierre commémorative et de relique facilitant la communication entre séculier et divin. Le khatchkar atteint 1,50 mètre de hauteur avec, en son centre, une croix sculptée de manière ornementale, reposant sur le symbole du soleil ou de la roue de l'éternité, accompagnée de motifs géométriques de végétaux, d'animaux et de personnages. Sur plus de 50 000 khatchkars en Arménie, il n'y en a pas deux identiques ! Ce savoir-faire est inscrit au patrimoine culturel immatériel de l'humanité.



À l'entrée de certains sites patrimoniaux et sur les marchés, vous découvrirez souvent de petits étals avec des productions « faites main » : gants et bonnets en laine, sacs à main, poupées traditionnelles arméniennes... Il faudra tout de même discerner ce qui est local de ce qui est importé !

Les marchés

On peut découvrir la finesse du travail des orfèvres, joailliers et bijoutiers arméniens. Avec l'essor du tourisme, de nombreux artisans se sont installés et vendent leurs créations sur les étals des marchés ou en ville, parfois en dépôt-vente comme le propose le café Bohême à Sevan.

Le tapis



Le tapis est l'une des expressions emblématiques de l'art populaire arménien. L'artisanat du tapis est attesté depuis les temps les plus reculés, trahissant l'influence des cultures limitrophes, des steppes ou d'Iran. Des fouilles archéologiques ont révélé des fragments de tapis datant du IIe millénaire avant notre ère. Le tapis est un élément essentiel de la décoration arménienne. On le retrouve dans les lieux de culte, où il recouvre l'autel ou le sol de certaines chapelles, et il orne les intérieurs les plus modestes.

LA PAUSE LÉGENDE

Saint Jean d'Odzun et les dragons

Savant et saint homme reconnu, évêque durant 11 ans, **Saint Jean d'Odzoun** vécut au VIIIe siècle. Un jour, alors qu'il priait, deux terribles dragons pénétrèrent dans son logement. Quand le diacre de Yovhannes les vit, terrifié, il demanda l'aide de son maître. Yovhannes fit alors le signe de la croix devant eux : les deux dragons se transformèrent instantanément en pierres. Ces dernières existent encore aujourd'hui. De l'eau jaillit du ventre des dragons figés pour l'éternité. Cette eau serait un antidote efficace contre les morsures de serpent, à condition de s'adresser en prières au saint. Odz signifie "serpent", et il existe peut-être un lien entre la légende et le nom du lieu de naissance de Saint Jean (Odzoun). On peut aujourd'hui visiter le mausolée de Saint Jean d'Odzoun, situé près du petit village d'Ardvi (région du Lori).



Tamerlan et les khatchkars

Conquérant à partir de 1360 une grande partie de l'Asie centrale et occidentale, **Tamerlan** se révéla être un redoutable chef de guerre, bâtissant un immense empire. Pillant et rasant les villages, il était entré en Arménie et s'apprêtait à s'emparer de Noradouz.

Le cimetière du village de Noradouz, près du lac Sevan, renferme la plus grande concentration de khatchkars d'Arménie. Ces stèles sont dispersées en un grand champ lapidaire, aux abords de la petite chapelle médiévale, Sourp Asdvadzadzine.

Une légende raconte que les stèles auraient permis de faire reculer Tamerlan. En effet, les habitants auraient habillé les khatchkars de tissus et vêtements de telle sorte qu'ils donnaient la perception d'une innombrable et invincible armée.

Devant celle-ci, Tamerlan, impressionné, n'eut d'autre choix que de se replier.

Le Lori

La **région du Lori** se situe au nord de l'Arménie et fait partie du massif du Petit Caucase.

Territoire montagneux, verdoyant et forestier, le climat y est tempéré et relativement humide grâce aux montagnes du Lori-Pambak qui protègent cette zone de l'air froid venu du nord.

Vanadzor, ville construite en grande partie à partir de la pierre de tuffeau aux multiples couleurs, est le centre administratif de la région du Lori.





Des vallées encaissées jusqu'aux vastes plateaux cultivés, des monastères et forteresses classés au patrimoine mondial de l'UNESCO jusqu'aux sommets culminant à plus de 3000 m, la région du Lori avec ses 3799 km² et 400 000 habitants, fait le bonheur des randonneurs.



Les 4 itinéraires

1. **Un sentier en balcon : de Kobayr à Odzun**
2. **Une traversée des plateaux : de Sanahin à Haghpat**
3. **Lac, gorge et rivière : d'Arevatsag au monastère de Hnevanq**
- **Coup de cœur : le Vulkan trail**

Centre d'informations touristiques
Hayq Square 1, Bât. administratif régional de Lori
1er étage - Vanadzor
vic.lori.vanadzor@gmail.com

Entre deux balades, visites de musées, découverte du patrimoine et autres activités sportives vous mèneront au cœur d'une région exceptionnelle.

1 Un sentier en balcon : de Kobayr à Odzoun

L'itinéraire démarre en bord de route et grimpe en 10 à 15 min au monastère de Kobayr. Le cheminement se poursuit sur 600 m en suivant la courbe de niveau puis quelques lacets vous amènent sous la falaise du plateau d'Odzoun. Le sentier ne présente pas de difficulté majeure et se poursuit tranquillement jusqu'au monastère d'Horomayr. De là, il chemine toujours en suivant la courbe de niveau sous la falaise. Il ne reste ensuite qu'à emprunter quelques lacets avec des marches bien taillées pour arriver au village d'Odzoun. Faites une halte pour découvrir la basilique d'Odzoun.





Cette balade en balcon offre un panorama magnifique sur les gorges et montagne de la Débed. Aucune difficulté technique n'est à relever. Vous apercevrez peut-être en contrebas des rafteurs sur la rivière de la Débed et en levant les yeux, des vautours fauves longeant la falaise.

Informations

Accès : départ environ 1 km au nord du village de Toumanian, sur le bord gauche de la route M6, direction Alaverdi.

9 km

3h *(marche effective)*

Alt. départ : 823 m - arrivée : 1113 m

Dénivelé positif : 300 m

Difficulté : **facile**

Signalétique et balisage : panneau au départ de la randonnée. Balisage rouge et blanc.

Prévoir un moyen de transport (taxi) pour revenir au point de départ.



À ne pas manquer



Les vestiges du monastère de Kobayr, datant du XII^e siècle, et renommé pour ses fresques.



La basilique d'Ozdoun du VI^e siècle.

Les vestiges du monastère d'Horomayr des XII^e et XIII^e siècles.

2 Une traversée des plateaux : de Sanahin à Haghpat

Le sentier part du monastère de Sanahin en direction du village d'Akner. Il est jalonné de temps à autre de piliers en pierre vous indiquant la direction à suivre. Vous cheminerez tranquillement sur le plateau de Sanahin qui domine la vallée de la Débed. Pas de franche montée ni de descente raide : on monte puis on redescend un peu tout le long de l'itinéraire. Le cadre champêtre et bucolique offre une randonnée aux vertus apaisantes et aux paysages très ouverts. En route, vous pourrez faire une pause près des vestiges de la chapelle Saint-Karapet puis vous traverserez le paisible village d'Akner. Vous longerez ensuite de grands prés. Restez vigilants en arrivant vers Haghpat : avant de remonter vers le village,vous traverserez une partie boisée (qui redescend vers une route) où le balisage est un peu moins aisé à suivre.

Informations

Accès : départ sous le monastère de Sanahin.

8,2 km

3h45 *(marche effective)*

Alt. départ : 1040 m - arrivée : 1000 m

Dénivelé positif : 310 m

Difficulté : **facile**

Signalétique et balisage : quelques piliers en pierre

Prévoir un moyen de transport (taxi) pour revenir au départ.



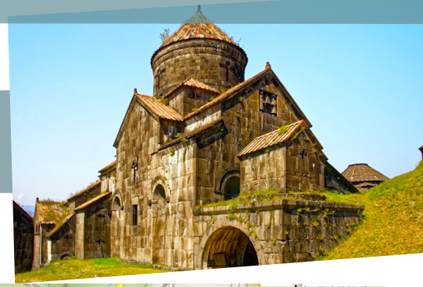
Pensez à inclure dans votre journée les visites des deux magnifiques monastères de Sanahin et Haghpat, classés au patrimoine mondial de l'UNESCO : leur exploration nécessite de prendre du temps !

À ne pas manquer

Le monastère de Sanahin



Le monastère de Haghpat





3 Lac, gorge et rivière : d'Arevatsag au monastère de Hnevanq

On commence par une descente progressive du village vers le cœur du canyon par une sente irrégulière mais bien praticable. Tout le long, la vue est splendide ! Vous croiserez de belles bergeries avec vaches et cochons. La sente rejoint ensuite une piste 4x4 balisée qui longe la rivière. Suivez-la vers la droite, traversez le pont puis remontez-la jusqu'à atteindre le très beau monastère de Hnevanq, blotti dans un écrin de verdure. Pour le retour, suivez simplement la piste 4x4 balisée qui remonte jusqu'au village.

Informations

Accès : départ du village d'Arevatsag.

10,7 km

3h30 *(marche effective)*

Alt. départ : 1200 m - Arrivée : 1200 m

Dénivelé positif : 384 m

Difficulté : **modéré**

Signalétique et balisage : signalétique et balisage sur le retour de la boucle

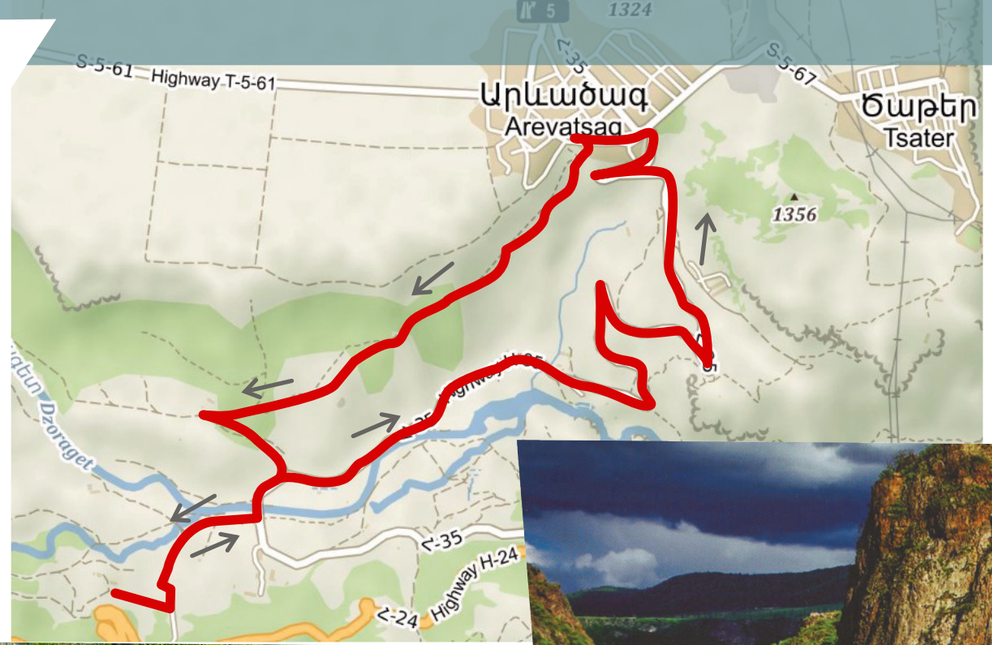
À ne pas manquer



Le monastère de Hnevanq.



Canyon et rivière d'Aresvastag







Vulkan trail en aller-retour depuis Fioletovo

Véritable randonnée alpine sans difficulté technique toutefois, cet itinéraire requiert une très bonne habitude de l'utilisation du GPS et des cartes. Le mieux est encore de s'offrir les services d'un(e) guide afin de marcher tranquillement sans se soucier de la direction à suivre et en profitant pleinement du savoir de professionnels passionnés par leur métier. Le parcours est très agréable, en forêt dans un premier temps puis dans des prairies et pelouses d'altitude. Panorama et vues splendides. Attention : les conditions météos sont souvent difficiles sur cette zone du massif du Pambak.



Informations

Accès : départ du village de Fioletovo

14 km

Prévoir 7h30 pauses comprises

Alt. départ : 1800 m - arrivée : 2800 m

Dénivelé positif : 1000 m

Difficulté : **difficile**

Signalétique et balisage : pas de balisage ni de signalétique. Une partie de l'itinéraire se fait en hors sentier.



À ne pas manquer

- Le village de Fioletovo.
- Une rencontre avec une communauté russe installée ici depuis le XVIII[e] siècle.



Musée des Frères Mikoyan, Sanahin : Evocation du destin exceptionnel de deux frères issus d'une famille modeste, entrés à jamais dans l'histoire de la période soviétique. La présentation apporte un éclairage intéressant sur la période de la guerre froide.
✆ +374 253 32 574

The Nature Visitor Center, Dsegh :



La province du Lori propose l'observation de la faune et de la flore, en particulier celle des oiseaux. Vous découvrirez l'extraordinaire biodiversité de la région du Lori au travers d'activités inter-actives, de répliques des paysages, de jeux.
✆ Eduard Shekoyan +374 930 45514
+374 606 57441

« The Fairy Tale House », Pambak : créée en 2018 par l'ONG « Renaissance des Fêtes Traditionnelles », pour la préservation et la transmission des contes, cette structure chaleureuse présente la vie traditionnelle, les coutumes, les costumes, les contes, la culture du théâtre d'ombres... Vous pouvez également y être hébergés.



✆ +374 933 11 301 | hosmik.tonatsuyts@gmail.com

Musée Hovannes Toumanian, Dsegh : ce célèbre poète a joué un rôle important dans la vie spirituelle du peuple arménien. La maison-musée présente la vie et l'œuvre de ce remarquable écrivain et personnage public dans la maison de son enfance, où est née sa passion pour les contes.



✆ +374 779 069 89 | dseghmuseum@gmail.com



Monastère-forteresse d'Akhtala : ensemble bâti au X[e] siècle. L'église renferme probablement les plus belles fresques polychromes d'Arménie. Ses riches gisements miniers, connus depuis la plus Haute Antiquité, en ont fait un carrefour historique des artistes et des artisans.

PAYSAGES / PARCS



Pambak Geologic Museum, Vanadzor : centre culturel et ethnographique présentant un riche patrimoine matériel accumulé au cours des siècles : objets d'artisanat, tapis et moquettes, ceintures et bijoux en argent, armes, poteries…
+374 930 210 27 | museumlori@mail.ru





Tumanyan Matchbox Label Museum, Toumanian : un musée unique au monde dédié aux étiquettes des boîtes d'allumettes ! Collectionner les étiquettes d'allumettes était autrefois un passe-temps courant, en particulier en Union soviétique. Plus de 10 000 étiquettes sont exposées. +374 945 723 34

Grotte Mendz er Cave, Sanahin : autrefois refuge pour les troupeaux de chèvres, elle est aujourd'hui aménagée avec un restaurant et un petit musée ethnographique. Les entrées du musée permettent de financer des ateliers culturels pour les enfants de la communauté. Point de vue remarquable sur la vallée de la Débed. +374 935 953 36





Vestiges de la forteresse du Lori Berd, à proximité de la ville de Stepanavan : rare spécimen de l'architecture médiévale militaire et civile arménienne, véritable cité médiévale fortifiée, s'étendant sur quelques 35 hectares.

PAYSAGES / LIEUX



Le jardin botanique de Vanadzor, le lac des nénuphars à Urasar, le Dendropark de Stepanavan : autant de sites naturels qui vous permettront de prendre un temps pour vous délasser, apprécier la tranquillité et la poésie de ces lieux et découvrir une flore remarquable.



Les chutes de Trchkan, à l'ouest de Spitak : cette cascade compte parmi les plus grandes d'Arménie. L'eau de la rivière Trchkan, affluent du Pambak, se déverse depuis une hauteur de 20 m dans un bassin bouillonnant, au pied de falaises étonnantes.

TOURISME PARTICIPATIF

Nurik Center, Akhtala : ce centre de développement communautaire et touristique, créé par l'association des jeunes femmes arméniennes, promeut le développement social et économique de la région du Lori et fournit des lieux de travail aux femmes et aux personnes handicapées. Il offre la possibilité de rencontrer la population locale et de participer à des ateliers : apprendre à cuisiner le « gata » et d'autres spécialités arméniennes ou à tisser des tapis avec des maîtres locaux.
+374 43535346 | nurik.center@gmail.com.



ACTIVITÉS SPORTIVES DE PLEIN AIR



Boo Mountain bike Vanadzor : si vous souhaitez faire du VTT aux alentours de Vanadzor ou vous défouler dans le pump park (parcours en boucle fermée, constitué de bosses et de virages relevés).
+374 91 107774 | info@boobikepark.com



Balades équestres, Odzoun : guide culturel et équestre passionné, Saro Ohanyan organise des treks en relation avec les hébergeurs locaux et en bivouac, hors des sentiers battus.
Lori Canyon Treks : +374 77 175783



Rafting, Haghpat : cette activité, qui s'est développée récemment, vous offre un parcours de 8 km sur la rivière Débed au départ de Toumanian. Vous pouvez contacter « Visit Lori » :
+374 94 129013 | info@visitlori.com

LA PAUSE GOURMANDE



Dolma

Ingrédients :
1 paquet de feuilles de vigne dans la saumure • 500 g de bœuf haché • 2 oignons • 50 g de riz • 250 g de coulis de tomates • 6 c. à soupe d'huile d'olive • ½ c. à café de poivre rouge moulu • ½ c. à café de poivre noir moulu • ½ bouquet de persil finement ciselé • sel

1. **Choisissez des feuilles de vigne très fines**, claires de préférence. Vous pouvez en trouver sous vide en saumure ou en bocal. Équeutez les feuilles de vigne.
2. **Faites revenir rapidement la viande de bœuf hachée** dans 2 cuillères à soupe d'huile d'olive. Découpez l'oignon en petits morceaux.
3. Dans un saladier, **mélangez le bœuf, les oignons, les épices, le persil, l'huile d'olive et le riz cru**.
4. Déposez un petit boudin de farce au centre de la feuille de vigne. Rabattez les côtés de la feuille à chaque extrémité de ce boudin pour enfermer la farce. Roulez la feuille sur elle-même pour la refermer.
5. Déposez les feuilles farcies au fond d'un faitout, bien serrées les unes contre les autres.
6. **Recouvrez les feuilles farcies à hauteu**r avec de l'eau additionnée du coulis de tomates. Déposez une assiette sur les feuilles de vigne pour les bloquer au fond du faitout. Fermez le faitout avec son couvercle.
7. **Laissez mijoter 40 à 45 min** à petit feu. Égouttez, dressez sur un plat et dégustez les feuilles de vigne chaudes.

Bon appétit !



LA PAUSE SPÉCIALITÉS

Le khorovats

C'est une brochette de viande arménienne au barbecue. La viande peut être marinée avant d'être grillée, mais ce n'est pas obligatoire. Le plat est généralement réservé aux occasions festives.



Le lavash

C'est un pain traditionnel, plat et sans levain, préparé suivant une pratique antique toujours en vigueur. L'accessoire indispensable est le tonir, four creusé à même le sol, sur les parois duquel cuisent ces grandes crêpes de farine de blé, fines comme des feuilles.







Le ghapama

Servi généralement pour les fêtes, le ghapama est un ragoût de citrouille. Cette dernière est garnie de riz, de fruits séchés comme la cornaline, l'abricot, les prunes, les dattes, les pruneaux et les raisins, parfois complétés par des pommes tranchées avec de la cannelle et des noix écrasées. Selon la tradition, le ghapama était toujours présent lors des cérémonies de mariage car il était le symbole de l'abondance.

Des hôtes chaleureux

Pour profitez pleinement de votre séjour, n'hésitez pas à rester plusieurs jours dans une même localité. Cela vous permettra de mieux faire connaissance avec le secteur que vous avez choisi pour randonner.

En province, l'accueil est généralement très chaleureux et même si la langue peut parfois compliquer l'échange ou provoquer quelques quiproquos, vous partagerez des moments précieux, amicaux, impérissables et parfois cocasses !

Vos hébergeurs pourront, au besoin, vous commander un taxi pour vous emmener au point de départ de votre randonnée. Ils se font très volontiers les ambassadeurs touristiques de leur pays et certains proposent même des ateliers de cuisine ou d'art.



En principe, les petits déjeuners sont inclus dans la prestation et si vous souhaitez un pique-nique ou un repas pour le midi et/ou le soir, prévenez vos hôtes. Ils seront ravis de vous préparer des menus qui régaleront vos papilles ! Fruits et légumes du potager, yaourts et fromages faits maison, œufs frais, lavash, pâtisseries, fruits secs, tisane aux herbes sauvages...



Informations pratiques

S'inscrire sur Ariane (France diplomatie)

Service gratuit qui permet aux voyageurs français de communiquer les données relatives à leurs voyages à l'étranger et d'assurer leur sécurité en cas de situation de crise.

Téléphone

Achat de cartes SIM à l'aéroport de Zvartnots, dans les bureaux des opérateurs ou dans les grands magasins, muni de la copie du passeport. Données illimitées pour 30 jours : env. 6000 AMD.
Depuis la France : 00 374 suivi du numéro du correspondant incluant le code de la ville.
Depuis l'Arménie : 00 33 pour la France suivi du n° du correspondant (sans le 0) ou via le standard de votre hôtel.

Mots pratiques

L'Arménie possède son propre alphabet.

Bonjour : barev
Pardon : néroghoutyoun
Au revoir : tsetdéssoutyoun
Merci : chenorhakal ém
S'il vous plaît / Je vous en prie : khe'ndrém
Excusez-moi : nérétséq
Je suis Français(e) : Fransiatsi ém
Oui : ayo / Non : votch
Argent : dram
Hôtel : hyuranots

Langues parlées : arménien, russe. L'anglais et le français sont très peu utilisés en dehors des grandes villes ou des lieux très touristiques.

Transports

Dans les provinces, le taxi est le moyen de transport le plus utilisé. Tarif : environ 100 AMD/km. Possibilité de commander un taxi via les applis GG taxi, Arpi taxi et Yandex taxi. Déplacements possibles en bus ou mini-vans à des prix également très abordables.

Paiements

Nombreux bureaux de change. Prévoir des espèces pour régler les dépenses quotidiennes (nourriture, taxi, certains hébergements, petits achats). En ville, cartes bancaires acceptées et retraits possibles (avec des frais bancaires).

Monnaie

Le dram arménien (AMD). **En février 2023,** 1 € = 428 AMD / 1000 AMD = 2,33 €
Taux de change actualisé, consulter www.cba.am

Pourboire

Il est bien vu de laisser un petit pourboire (de 5 à 10% du montant de l'addition) au personnel dans les cafés et les restaurants.

Décalage horaire

Sur l'Europe de l'Ouest continentale.

+ 3h **+ 2h**

Urgences

- **Police :** 102
- **Assistance médicale :**103
- **Pompiers :** 911

Électricité

220 V, 50 Hz AC, comme en Europe de l'Ouest. Les prises sont compatibles.

Escapades dans les régions du Lori et du Guégharkounik

Arménie



Dépôt légal 2022 – Conception : OTI HTP® - Crédits photos : Pixabay, Hautes Terres de Provence®, Julien Poulain (p.9 col Selim, p19 Lac Sevan, p.18 cimetière, p.19 Caravanesrail - Sevan, p.22 tapis, p. 14-15 Armaghan p.37 four lavash).