BLUEVALLEY

Trekking en el Everest

Un sendero alternativo, desafiante y de aventura extrema



DESDE 3143€ | 20 DÍAS

Blue Valley Travel | 865 608 362 | info@bluevalleyco.com

Itinerario

DÍA 1. MADRID / BARCELONA – KATHMANDU

Salida en vuelo de línea regular con destino Katmandú. Noche a bordo.

DÍA 2 KATHMANDU

Llegada a Katmandú, asistencia y traslado al hotel.

DÍA 3 KATHMANDU

Después del desayuno, comienza su recorrido cultural donde nuestro guía le informará sobre todo Nepal, incluida la historia, la cultura, la gente, la religión, la geografía y el nivel de vida de las personas. Visitará sitios populares del Patrimonio Mundial de Nepal como Swyambhunath (Templo de los Monos) – lugar de peregrinación hindú y budista, Patan Durbar Square – Antiguo Palacio del Rey con hermosos templos y casas, Templo Pashupatinath – popular templo hindú del sur de Asia y Boudhanath Stupa – el más grande Estupa budista con monasterio alrededor. Es una visita guiada por la ciudad de día completo donde aprenderá las cosas históricas y culturales más importantes de Nepal. Más tarde se reunirá con su guía de trekking y le informarán sobre el programa de trekking.

DÍA 4 KATHMANDU – LUKLA – TREKKING A PHAKDING (2652M, 3 HRS CAMINATA)

Temprano en la mañana, nuestro guía llegará a su hotel para preparar su equipaje y traslado al aeropuerto; 35 minutos de vuelo panorámico de montaña al aeropuerto Tenzing Hillary, Lukla. Nuestro guía organizará los porteadores aquí para que pueda tomar el primer té / café de montaña en los albergues locales. Hoy, tiene un sendero de trekking muy corto y fácil a Phakding desde Lukla con imágenes pintorescas de puentes colgantes, Chortens, Mani Wall, banderas de oración y el río Dudh Koshi. Caminará a través de los pueblos sherpa locales hasta llegar a Phakding, donde se pueden ver algunos campos de patatas en terrazas en la ruta. Hoy es su primer día, por lo que tiene que estar relajado y cómodo caminando cuesta abajo a Phakding desde Lukla con el primer paisaje de montaña llamado Kusum Kagaru.

DÍA 5 PHAKDING – NAMCHE BAZAAR (3440M, 6 HRS CAMINATA)

Comenzará su caminata después de desayunar en Tea House con un agradable paseo junto al río Dudh Khoshi hacia Monjo, que es el punto de control de permisos del Parque Nacional Sagarmatha. El sendero de trekking atraviesa bosques de pinos, rododendros, magnolios, abetos gigantes y pinos del Himalaya, cruzando muchos puentes colgantes a través de los pueblos sherpa de Benkar, Chumoa, Monjo y Jhorsalle. Después de que la oficina del parque nacional verifique su permiso, bajaremos un poco junto al río Dudh Koshi y cruzaremos el increíble puente colgante Tenzing Hillary desde donde el sendero es un poco extenuante con una empinada cuesta arriba hasta Namche Bazaar al inspirar la primera vista del Monte Everest. Hoy terminará cansado debido a la subida de casi 900 metros desde Phakding.

Namche Bazaar es el centro comercial y administrativo de toda la región de Khumbu desde donde se puede explorar la increíble vista del Himalaya

DÍA 6 NAMCHE BAZAAR

Hoy es el día de aclimatación, pero no se hospedará en Tea House, sino que nuestra guía lo ayudará a encontrar Namche Bazaar. El mal de montaña (AMS, por sus siglas en inglés) y los expertos en salud sugieren detenerse una noche más aquí para mantener el cuerpo fuerte y equilibrado. Así que sea activo y deambule que duerma y descanse; suba alto, duerma bajo y beba más agua, que es la teoría de la aclimatación en el Himalaya. Por eso tenemos caminata hasta el hotel Everest View de construcción japonesa desde donde puede tener una vista magnífica del Himalaya como el Everest (8,848 m), Lhotse (8,516 m), Nuptse (7,861 m), Ama Dablam (6,812 m), Thamserku (6,623 m). m), Cholatse (6440 m), Taboche (6542 m) y muchos picos de montaña. Visitaremos también el pueblo de Khumjung, donde puede encontrar la cabeza del yeti dentro del antiguo monasterio. Namche Bazaar es un hermoso pueblo sherpa lleno de casas de té, cabañas, mercados, cafés, panaderías, cultura antigua y un ambiente animado. También puede dar un agradable paseo por este asentamiento de sherpas.

DÍA 7 NAMCHE BAZAAR – DOLE (4110 M, 6 HRS DE CAMINATA)

Después de una estancia inolvidable en Namche Bazaar, ascenderá a Dole, que ofrece una vista vívida de la montaña en el sendero de trekking que recorre la flora y la fauna y algunos pueblos sherpa locales al salir de la ruta principal del campamento base del Everest. Desde Kyangjuma, giramos a la izquierda y ascendemos a la colina Mong La con una vista impresionante del monasterio Tengboche y el monte Ama Dablam (6.812 m). Después de descansar aquí, descendemos a través de bosques de pinos, rododendros y abetos gigantes hasta Phortse y subimos hasta Dole con vistas a los líquenes y musgos colgantes en los árboles y rocas. Dormiremos en el pueblo de Dole.

DÍA 8 DOLE – MACHHERMO (4470ZM, 5 HORAS DE CAMINATA)

Hoy, comienza su caminata después de desayunar en la montaña en Tea House; ascenso empinado a través de arbustos que rodean el camino, tierra infértil de pastoreo de yaks y lleva el sendero de trekking a la hermosa aldea de Luza a través de Lhabarma. A sabiendas, las fascinantes vistas de Cho Oyu (8201 m), Thamserku (6623 m), Kangtega 6782 m) y Cholatse (6440 m) elaboran el telón de fondo durante todo el día. Caminaremos junto al río Dudh Koshi y llegaremos al pueblo de Machhermo a la mitad del día. Después de revisar Tea House, puede visitar el puesto de ayuda de la Asociación de Rescate del Himalaya que ayuda a los excursionistas si sufren de mal de altura. Los médicos voluntarios apostados aquí para comprobar si hay víctimas de la altitud.

DÍA 9 MACHHERMO – GOYKO LAKE (4800M, 5 HORAS DE CAMINADA)

El sendero de trekking al lago Gokyo es más significativo e impresionante debido a la hermosa vista del valle Dudh Koshi, Cho Oyu (8201 m), Kangtega (6782 m), Thamserku (6623 m) y más picos del Himalaya. El sendero primero desciende a las márgenes del río y asdiende por el terminal del Glaciar Ngozumpa; el glaciar más largo del Himalaya. Luego cruce el desafiante camino de la morrena y llegue al primer lago del valle de Gokyo

conocido como Longpongo. También cruce el segundo lago conocido como Taboche Tasho y camine un poco recto hasta el tercer lago principal Gokyo, donde se encuentra su casa de té. Las vistas del valle de Gokyo en el silencioso lago Gokyo, Gokyo Ri y Cho Oyu se destacan magníficamente en el fondo.

DÍA 10 GOKYO – RI – GOKYO (4800 M)

Temprano en la mañana, nuestro guía llamará a su puerta para tener la aventura de escalar Gokyo Ri, toma 3 horas para llegar a la cima. Gokyo Ri contempla las maravillosas vistas del Himalaya como el Everest (8848 m), Makalu (8481 m), Cho Oyu (8201 m), Lhotse (8516 m), Nuptse (7861 m), Cholatse (6440 m), Taboche (6542 m) , Kangtega (6.782 m) Thamserku (6.623 m) y Glaciar Ngozumpa. Hoy es lo más destacado de toda su caminata hacia el lago Gokyo. Después de un increíble viaje a Gokyo Ri, bajamos al valle de Gokyo

DÍA 11 GOKYO – THAGNAK (4700 M, 3 HORAS DE CAMINATA)

Después de explorar el valle de Gokyo, caminará hasta Thagnak, que es el pequeño asentamiento con vista Lodges. Al principio, caminamos junto al glaciar y también debemos tener mucho cuidado al caminar sobre el glaciar. Después de terminar de cruzar el glaciar, suba un poco y camine directamente a Thagnak con una excelente vista de las vistas del Himalaya.

DÍA 12 THANGNAK – CHOLA PASS (5.420M) TREKKING A DZONGLA (4.830 M, 8-9 HORAS DE CAMINATA

Hoy es un día de aventuras y desafíos durante todo tu viaje al Everest. Temprano en la mañana, nuestra guía llamará a su puerta, le sugerirá que empaquete el desayuno y el almuerzo porque no hay alojamientos en el camino hasta que lleguemos a Dzongla. Al principio, tenemos una subida empinada desde donde podemos ver Cho La Top y nuevamente hacia abajo a través de una pila de piedra negra y nuevamente una subida vertical hasta la cima de Cho La. Tenga cuidado, hasta que llegue a la cima, puede haber una caída de piedra, por lo que debe tener cuidado durante su escalada a Cho La. Desde la cima de Chola, podemos tener una vista magnífica del Himalaya y Cholatse y Tobuche cerca y descenderemos a Dzongla.

DÍA 13 DZONGLA – LOBUCHE (4.930M, 4 HRS DE CAMINATA)

Es una caminata corta y fácil a Lobuche. Nos encontramos con el sendero principal del campamento base del Everest y también tenemos una vista magnífica del glaciar Khumbu. También puede tener una vista impresionante del monte Ama Dablam, Nuptse, Lhotse, Everest, Pumori y Lobuche Peak. Lobuche es un pequeño asentamiento que tiene pocas logias, situado cerca del arroyo, también se puede ver la vista del sol en Nuptse

DÍA 14 LOBUCHE – GORAKSHEP (5164M, 3 HORAS DE CAMINATA) Y CAMPO BASE DE EVEREST (5380M, 3 HORAS DE CAMINATA)

Hoy, tenemos una caminata corta a Gorakshep, subimos a través de prados y escalones de piedra de morrena con una vista increíble del glaciar. Primero nos registramos en Tea House, almorzamos y comenzamos nuestra exploración hacia el campamento base del Everest. Caminamos 2 horas junto al glaciar Khumbu y llegamos al

Campo Base; si es temporada de primavera, puede ver muchas tiendas de campaña de escaladores que se dirigen a la cumbre del Everest. Más tarde, regresaremos a Gorakshep para quedarnos.

DÍA 15 GORAKSHEP – KALA PATTHAR (5545M) – PHERICHE (4371M) 6 HORAS DE CAMINATA

Temprano en la mañana, caminaremos a Kala Patthar desde Gorakshep, que es uno de los destinos populares durante su viaje a EBC. Kala Patthar es una cresta popular para ver una vista panorámica del monte Everest, Nuptse, Lhotse, Ama Dablam Pumori y más picos nevados del Himalaya, así como el enorme glaciar Khumbu. Después de disfrutar de la vista del amanecer, camine hasta Gorakshep, tome el desayuno y regrese a Pheriche

DÍA 16 PERICHE – NAMCHE BAZZAR (3440M, 6 HRS DE CAMINATA)

Como de costumbre, comenzamos nuestro trekking a Namche Bazaar desde Pheriche, que es un pequeño asentamiento con muchos alojamientos. El sendero de trekking desciende hasta el río Imja hasta llegar a Tengboche a través del gran asentamiento sherpa del pueblo de Pangboche. Desde Tengboche, el sendero desciende hasta Phunki Tanga y sube hasta Namche.

DÍA 17 NAMCHE BAZAAR – LUKLA (2800M, 7 HORAS DE CAMINATA)

Hoy, es su último día de caminata en la región de Khumbu, caminaremos hasta Lukla desde Namche Bazaar. Caminaremos a través de muchos puentes colgantes, aldeas sherpa, campos de papa en terrazas y bosques locales junto con el río Dudh Koshi. Su permiso del Parque Nacional Sagarmatha es salir en Monjo y caminar hasta Lukla para su vuelo del día siguiente a Katmandú. Se siente más cálido hoy debido a la baja elevación. En Lukla, puede cenar la última noche con su guía de trekking y porteador.

DÍA 18 LUKLA – KATHMANDU

Hoy, dejará la región de Khumbu, sentirá un largo recuerdo de su aventura de trekking. Temprano en la mañana, volará a Katmandú con su guía de trekking con una vista panorámica del Himalaya. Desde el aeropuerto, conduzca hasta el hotel y dígale adiós a su guía. Está totalmente libre hoy y tiene un buen descanso en el hotel. Por la noche, nuestro director lo invitará a comer comida típica nepalí con baile cultural local en Thamel. Disfrute de su comida nepalí con canciones y bailes folclóricos con nuestro director y también hable sobre su experiencia de trekking

DÍA 19 KATHMANDU

Día libre en Katmandu. Alojamiento

DÍA 20 KATHMANDU – MADRID / BARCELONA

Desayuno. Tiempo libre. A la hora indicada, traslado al aeropuerto. Salida en vuelo de línea regular con destino España. Llegada y... Fin del viaje y de nuestros servicios

¿Qué incluye?

- Billete de avión en vuelo de línea regular la compañía TURKISH AIRLINES
- Traslado de entrada
- Visita turística de Katmandú con guía turístico cultural, entradas al templo hindú / budista
- Hotel de 3* en Katmandú con desayuno incluido
- Vuelo Katmandú – Lukla – Katmandú
- Guía de trekking de habla inglesa
- Porteador de trekking
- Alojamiento compartido en una clase de té con desayuno, almuerzo y cena durante el paso de Gokyo Cho la y la excursión al campamento base de Everest
- Permiso del parque Nacional Everest / Sagarmatha tarifa de entrada al municipio rural de Khumbu Pasang Lamu
- Impuestos del gobierno de Nepal
- Seguro de viajes

Precio

Temporada 1
Del 1 junio al 14 Julio 23
Del 21 Agosto al 30 Septiembre 23

Precios por persona en habitación: 3.143 €

Temporada 2
Del 15 Julio al 20 Agosto 23

Precios por persona en habitación doble: 3.259 €

NOTAS

Las tasas aéreas son aproximadas (475 €) y están incluidas en el precio . Se reconfirmarán el día de la emisión de los billete