universalviajes

Trekking en el Everest

Un sendero alternativo, desafiante y de aventura extrema

DESDE 3056€ | 17 DÍAS

C/Rosario, 16 (Albacete) | 629 61 23 72 | info@universalviajes.es

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. Resto del día libre. Alojamiento.

DÍA 3 KATMANDU

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 – TENGBOCHE (3850M 5-6HRS CAMINATA)

Tras explorar Namche Bazaar, caminaremos hasta Tengboche con vistas al monte Ama Damlam y al Everest. El sendero está lleno de subidas y bajadas con avistamiento de fauna en el camino, como ciervos almizcleros, faisanes y Thar del Himalaya. Cruzamos el bosque alpino dejando atrás el sendero ascendente del valle de Gokyo y bajamos hasta el río Imjatse en Phunki Tanga, un pequeño asentamiento con pocos alojamientos. La mayoría de los excursionistas almuerzan aquí debido a la subida empinada y desafiante a Tengboche para el siguiente paso. De nuevo caminamos a través de rododendros, robles, magnolias, pinos y abetos hasta llegar a Tengboche, donde se encuentra un famoso e histórico monasterio budista rodeado de picos del Himalaya. Nuestro guía le llevará a visitar el monasterio, que abre todos los días después de las 15:00 para meditar en paz. Podrá meditar con los monjes budistas locales dentro del monasterio.

DÍA 8 TENGBOCHE – DINGBOCHE (4410 M, 5 – 6 HORAS DE CAMINATA)

Saliendo de Tengboche, con la colina como telón de fondo, caminamos hacia abajo a través de rododendros y bosques de enebro de Dubuche y seguimos caminando hasta el río Imja cruzando un puente colgante y llegamos al hermoso asentamiento sherpa de la aldea de Pangboche; exploramos el antiguo monasterio de Pangboche aquí. Más adelante, el camino asciende a Somare y cruza el arroyo Imja con una magnífica vista del Lhotse, Nuptse y Ama Dablam Himalaya. Finalmente, el sendero llega a otro clásico pueblo sherpa, Dingboche.

DÍA 9 DINGBOCHE (4410M)

Es obligatorio pasar una noche más en Dingboche para aclimatarse y hacer que el cuerpo esté fuerte y equilibrado. Dingboche es también conocido como el «Valle del Verano» de la región de Khumbu debido a la lluvia que recibe durante el Monzón, contribuyendo a las tierras de cultivo. Hoy

no se alojará en el hotel, sino que nuestro guía le llevará a escalar el pico Nagarjuna, que ofrece una vista completa del Himalaya Khumbu, incluido el monte Makalu, con vistas panorámicas de todo el valle Imja. También puede ir de excursión a la aldea Chhukung que presenta magníficas vistas de Island Peak, Amadablam, Makalu, Taboche que es opcional. Muchos alpinistas se dirigen a Chhukung para escalar el Island Peak

DÍA 10 DINGBOCHE – LOBUCHE (4.940 M, 6 HORAS DE CAMINATA)

Después de pasar un buen rato en Dingboche, empezamos a subir teniendo una vista impresionante de Cholatse y Taboche a la izquierda y una subida empinada hacia el glaciar Khumbu con impresionantes vistas del Monte Ama Dablam como telón de fondo. Después de cruzar el glaciar, llegaremos al pequeño asentamiento de Thukla con algunos alojamientos. Es una buena cresta para almorzar y el sendero en zigzag tiene estatuas conmemorativas de los escaladores que fallecieron en esta región y es absolutamente impresionante. A continuación, el camino sube a lo largo del glaciar y la roca finalmente llegar a Lobuche.

DÍA 11 LOBUCHE – GORAKSHEP (5163 M, CAMINATA 3 HORAS) – CAMPAMENTO BASE EVEREST (5380M, 3 HORAS DE CAMINATA)

Hoy, tenemos una corta caminata a Gorakshep, subiremos a través de prados y pasos de piedra morrena con impresionantes vistas del glaciar. Primero nos registramos en la Casa de Té, almorzamos y comenzamos nuestra exploración al Campo Base del Everest. Caminamos 2 horas a lo largo del glaciar Khumbu y llegamos al Campo Base; si es temporada de primavera, se puede ver muchas tiendas de campaña de los escaladores que se dirigen a la cumbre del Everest. Más tarde, regresaremos a Gorakshep para alojarnos.

DÍA 12 GORAKSHEOP – KALA ÀTTHAR (5.545M) – PERICHE (4.371M, CAMINATA DE 6 HORAS)

Temprano por la mañana, caminata a Kala Patthar desde Gorakshep, que es uno de los destinos más populares durante el trekking a EBC. Kala Patthar es una cresta popular para ver una vista panorámica del 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, bajaremos a Gorakshep, desayunaremos y regresaremos a Pheriche.

DÍA 13 PERICHE – NAMCHE BAZARR (3.440M, CAMINATA DE 6 HORAS)

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

DÍA 14 NAMCHE BAZAAR – LUKLA (2800M, CAMINATA DE 7 HORAS)

Hoy es su último día de trekking en la región de Khumbu, descenderemos a Lukla desde Namche Bazaar. Caminaremos a través de muchos puentes colgantes, aldeas Sherpa, campos de patatas en terrazas y bosques locales a lo largo del río Dudh Koshi. Saldremos de Monjo con el permiso del Parque Nacional de Sagarmatha y descenderemos

a Lukla para tomar al día siguiente el vuelo a Katmandú. Hoy sentirá más calor debido a la baja altitud. En Lukla, usted puede tener la cena de la última noche con su guía de trekking y portero. Puede dar una propina al porteador para darle las gracias.

DÍA 15 LUKLA – KATHMANDU

Hoy, dejará la región de Khumbu, sintiendo el largo recuerdo de su trekking de aventura. Temprano por la mañana, volará a Katmandú con su guía de trekking con vistas panorámicas del Himalaya. Desde el aeropuerto, traslado al hotel y despedida de su guía. Hoy es totalmente libre y puede descansar en el hotel. Por la noche, nuestro director le invitará a una comida típica nepalí con baile cultural local en Thamel. Disfrutar de su comida nepalí con canciones folclóricas y danza con nuestro director y también discutir acerca de su experiencia de trekking.

DÍA 16 KATHMANDU

Después de completar, Gokyo Lake Trekking, usted es libre en Katmandú o puede hacer compras de regalos de Nepal para su familia y amigos. Usted debe estar muy cansado después del trekking, también puede tener buen masaje corporal en el centro de Spa. Usted se sentirá libre y explorar los mercados locales y también disfrutar de su tiempo en un buen restaurante en Thamel.

DÍA 17 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
- Recogida en el aeropuerto y entrega en transporte privado
- Visita a Katmandú con guía cultural, entradas a templos hindúes y budistas.
- Alojamiento en hotel de 3 estrellas en Katmandú con desayuno incluido.
- Billete de avión de Katmandú a Lukla (antes del trekking), billete de avión de Lukla a Katmandú (después del trekking)
- Billete de avión guía Katmandú-Lukla-Katmandú (ida y vuelta)
- Guía de Trekking de habla inglesa incluyendo su salario, seguro, equipo, comida y alojamiento.
- Portero de Trekking fuerte incluyendo su salario, seguro, equipo, comida y alojamiento
- Alojamiento en casa de té con desayuno sólo durante el trekking al campamento base del Everest.
- Permiso para el Parque Nacional del Everest/Sagarmatha, entrada al municipio rural de Khumbu Pasang Lamu.
- Impuestos del Gobierno de Nepal y cargo por servicio de oficina
- Cena de bienvenida
- Seguro de viajes

Precio

Temporada 1
Del 1 Mayo al 14 Julio 24
Del 21 Agosto al 14 Diciembre 24

Precios por persona en habitación 3.056 €

Temporada 2
Del 15 Julio al 20 Agosto 24

Precios por persona en habitación doble 3.244 €

NOTAS

Las tasas aéreas son aproximadas (530 €) y están incluidas en el precio . Se reconfirmarán el día de la emisión de los billete