

# TREKKING EN LOS HIMALAYAS

Base del Monte Everest, Nepal



## US\$ 5000

Tarifa 2019, sujeta a cambio para el año 2020

07 al 21 de SEPTIEMBRE 2020

# 15 DÍAS



Encontrarse con las grandiosas montañas de Himalaya en Nepal es una feliz experiencia para recuperar esa paz y armonía de espíritu tan difícil de lograr en la agitada vida moderna. Es caminar por el bello derrotero sherpa rumbo al Sagarmatha (nombre original del Everest en Nepal) a través de profundas quebradas cubiertas de bosques, cruzando de tanto en tanto por elevados puentes colgantes sobre ríos torrentosos entre gigantes de hielo donde destaca la imagen inconfundible del Everest, el Lotshe y la montaña más bella de la tierra: El Ama Dablam. Es conmoverse con la mirada tierna de pequeños sonrientes que te saludan con un suave Namaste mientras pasas caminando por los hermosos caseríos de piedra junto a las parcelitas agrícolas amuralladas.

La religiosidad empapa toda la ruta. En los místicos monasterios de Kumjung, Namche y Tengbuche, los monjes repiten sus cánticos mantricos o emiten bellas melodías con timbales, campanillas y cornos que inundan de música el bello paisaje del amanecer y al caer la tarde. Esbeltas estupas en los puntos más altos de la ruta muestran los ojos de Buda mientras visitantes y peregrinos hacemos girar las ruedas de oración para los buenos augurios en nuestro camino. Banderas de oración flamean en todos lados y rocas talladas con rezos se ven a menudo mientras se avanza hacia la gran montaña

## Día 3

### Trekking Phakding - Namche Bazar (3.440 m)

6 horas

La caminata comienza por un suave sendero subiendo por hermosos bosques hasta las proximidades de Jorsale. Tras pasar por varios poblados donde destaca Monjo, llegaremos a un emblemático puente colgante y para continuar en el último tramo por un empinado sendero en zigzag hasta llegar a Namche Bazar, un pintoresco pueblo enclavado en las laderas de montaña famoso por sus ferias y comercio. Aquí se puede encontrar toda clase de artículos incluyendo una amplia gama de vestuario y equipamiento de trekking y montaña. En la ruta nos encontraremos con muchos porteadores trasladando pesadas cargas en sus espaldas con mercadería para la feria del Sábado. Llegando a Namche visitaremos un bello mirador con las primeras imágenes del Everest 8.848m, Lhotse 8.516m y Ama Dablam 6.812 m. Alojamiento en un confortable lodge de montaña. Todas las comidas incluidas.

## Día 4

### Namche Bazar (3.440 m)

#### Trekking de aclimatación a Khumjung

Este día caminaremos por un formidable sendero con excepcionales vistas al Ama Dablam considerada como la montaña más bella del mundo. También cruzaremos un impresionante bosque nativo donde llama la atención la presencia de coníferas de aspecto muy similar a nuestra Araucaria. Así llegaremos al poblado Sherpa de Khumjung, el más grande de la región donde en 1960, Edmund Hillary construyó la Universidad de Khumbu. También existe un antiguo monasterio en donde se tiene la creencia que se preserva el cráneo del Yeti. En el poblado vecino de Khunde se encuentra el Hospital construido por E. Hillary en 1964. Regreso por otra ruta a nuestro Lodge en Namche. Incluye todas las comidas.

## Día 5

### Namche Bazar - Tyangboche - Deboche (3.867 m)

5 horas

Continúa el ascenso por el hermoso derrotero a través del frondoso bosque pasando por otros miradores con formidables vistas hasta llegar al final de la jornada al gran portal de piedra construido por los Lamas que nos permite acceder a Tyangboche con su majestuoso monasterio en la base del Ama Dablam. Luego de visitar este interesante templo continuaremos caminando unos 45 minutos hasta Deboche donde nos alojaremos en un acogedor Lodge de montaña. Todas las comidas incluidas.

## Día 6

### Trekking

#### Deboche - Periche (4.260 m)

5 Horas

Continúa el ascenso rodeando el gran Ama Dablam hasta llegar al valle de Imjatse donde se observan bellos sembrados de cebada, trigo y papas delimitados por murallas de piedra que los protegen del viento. A la distancia divisaremos el Island Peak o Imjatse de 6.189. Alojamiento en lodge familiar. Incluye todas las comidas.

## Día 7

### Trekking De Aclimatación

#### Ascenso Dingbocheri (5.000 m)

Día de aclimatación con la opción de ascender a una cumbre de 5.000 metros alejada al pueblo. Alojamiento en lodge familiar. Incluye todas las comidas.

## TREKKING EN LOS HIMALAYAS ITINERARIO

## Día 1

### Recepción en el aeropuerto y traslado al hotel en Katmandu

Acomodación en un confortable hotel 5\*. Preparativos del trekking, compras de los últimos equipos, recorrido caminando por la ciudad. Cena de Bienvenida en un restaurante típico. Incluye traslados, hotel y cena.

## Día 2

### Vuelo Kathmandu - Lukla (2.886 m)

#### Trekking a Phakding (2.640 m)

3 horas

Luego de tomar un pintoresco y emocionante vuelo local de 50 minutos, arribaremos al poblado sherpa de Lukla punto de inicio de nuestra caminata. La primera parte comienza con suaves subidas junto al río Dudh Koshi, con vista al cerro Nupla (5.885m). Luego el camino inicia un suave descenso junto a hermosos valles con vista a montañas como el Kusum Kang o el Tham Serku. Llegada a Phakding donde nos acomodaremos en un confortable Lodge de montaña. Todas las comidas incluidas. IMPORTANTE: En caso de no poder tomar el vuelo en avión por condiciones meteorológicas inestables, ese mismo día intentaremos partir en helicóptero lo cual contempla un cargo adicional que los clientes deben asumir.

## Día 8

### **Trekkin Dingboche - Lobuche (4.930 m)**

5 1/2 Horas. Continúa el avance con rumbo norte con maravillosas vistas de las montañas aledañas donde destaca la gran muralla del Nupse y el impresionante Pumori de 7145 metros ubicado frente al Everest. Alojamiento en lodge familiar. Incluye todas las comidas.

## Día 10

### **Lobuche - Chukhung**

6 Horas

Este día cruzaremos por un bello paso de montaña desde el Valle del Khumbu hasta el Valle de Imja Tse llegando al hermoso Villorrio Sherpa de Chukhung frente a un escenario de montañas formidable. Alojamiento en lodge de montaña familiar. Incluye todas las comidas. (este día existe la opción de modificarlo en caso de retraso de

## Día 9

### **Trekking Lobuche - Gorakshep -**

### **Ascenso Al Monte Kala Patthar (5.650 m)**

### **- Mirador Campamento Base Everest (5.350 m) Regreso A Lobuche**

10 Horas

En la madrugada iniciaremos el avance por el valle del Glaciar Khumbu junto a bellas lagunitas donde flotan los icebergs entorno a un escenario de alta montaña formidable disfrutando de un maravilloso amanecer. Tras 2 horas de marcha llegaremos al sector del refugio Gorakshep donde realizaremos una breve detención para tomar un té caliente. Enseguida subiremos el monte Kala Patthar de 5650 metros donde observaremos una majestuosa vista panorámica del Everest, el Campamento Base y todas las montañas circundantes como el Pumori, el Lingtren, el Khumbetse, el Nuptse y Ama Dablam entre otros. Descenso hasta el refugio de Gorakshep donde almorzaremos y luego realizaremos otra caminata de unas 3 horas a un bello mirador frente al Nupse y al Glaciar del Khumbu, cerca donde actualmente se instalan los campamentos de las expediciones que intentan alcanzar la cima del Everest. Cabe destacar que desde este lugar no se tiene vista del Everest por lo cual nuestro objetivo más importante es subir el Kala Patthar desde donde se tienen formidables vistas, a partir de la mitad del ascenso. Por la tarde regreso a Lobuche. Alojamiento en el mismo lodge familiar de la noche anterior. Incluye todas las comidas.

## Día 11

### **Chukhung - Periche - Pangboche - Debucho**

Comienza el descenso por la bella ruta de montaña donde podremos avistar diversidad de animales silvestres como cabras de montaña, venados y muchas especies de pájaros del Himalaya además de las coloridas caravanas de Yaks. En Pangboche almorzaremos y visitaremos otro monasterio que nos muestran la gran herencia cultural del pueblo Sherpa. Descenso hasta Debucho, Alojamiento en lodge familiar. Incluye todas las comidas.

## Día 12

### **Debucho (3.750 m) - Namche Bazar**

6 Horas

Maravillosa ruta por la ladera del valle a través de frondosos bosques nativos y miradores donde es posible tener otras vistas formidables a las grandes montañas de la región donde destaca nuevamente la esbelta figura del Ama Dablam. De regreso en Namche Bazar con su abundante comercio podremos disfrutar de algunas comodidades propias de la civilización. Alojamiento en lodge familiar. Incluye todas las comidas.

## Día 13

### **Trekking Namche - Phakding**

5 Horas

Durante la mañana tendremos algún tiempo libre y luego continuaremos nuestro regreso rumbo a Phakding. Visita a otros monasterios en la ruta y de otras vistas panorámicas a todo el cordón montañoso de los Himalayas. Alojamiento en lodge de montaña. Incluye todas las comidas.

## Día 14

### **Trekking Phakding - Lukla - Vuelo Lukla - Kathmandu**

La ruta es de unas 3 horas y más suave en comparación con los otros días. En Lukla tomaremos el vuelo de regreso a Katmandú. Resto del día libre en Katmandú. Alojamiento en el hotel. Incluye solo desayuno.

## Día 15

### **Traslado al aeropuerto. Fin de nuestros servicios.**

Incluye solo desayuno.



## INCLUYE

- Producción general y dirección personal de Pablo Sepúlveda
- Guía local sherpa y porteadores para traslado de equipajes (hasta 14 kilos por persona, los kilos adicionales se cobran extra).
- 2 noches de alojamientos en el hotel Yak and Yeti o similar en Kathmandu.( 5\*)
- Todas las comidas descritas en el programa. En la ruta de trekking se incluye desayuno, ración de marcha, almuerzo, cena y bebidas calientes durante el desayuno y comidas.
- Alojamientos en Lodge de montaña familiares en la ruta de trekking. Hasta Namche Bazar el nivel hotelero es bueno y se incluyen habitaciones con baño privado, agua caliente y otras facilidades. De Namche Bazar hacia arriba nos quedamos en los mejores lugares que ofrece la ruta, pero ya no se dispone de baños privados y los servicios de ducha caliente se pagan aparte.
- Vuelos domésticos con tasa de embarque en la ruta Kathmandu – Lukla – Kathmandu
- Botiquín y plan de seguridad integral.
- Radio comunicación, teléfono satelital y GPS de apoyo.
- Gastos de permisos de trekking e ingresos al Parque Nacional de Sagarmatha (Everest).
- Asesoría para la compra de pasajes aéreos y planificación de otros detalles del viaje.
- Se incluye una propina para porteadores de US 60 y para el guía de US100 pero se sugiere un aporte voluntario para complementar la propina y también dar algún regalito.

## NO INCLUYE

- Otros servicios o consumos no estipulados en el programa como aguas minerales, bebidas gaseosas, cervezas, vinos, destilados, jugos u otros. Solo se incluyen bebidas calientes al desayuno, almuerzo y cena.
- Recargas de baterías, servicios de internet, duchas calientes en los refugios altos (Periche, Lobuche y Chukung)
- Pasajes aéreos hasta Katmandú
- Comidas no estipuladas en el programa.
- Noches de hotel adicional y otros gastos extras en caso de retraso o ajustes del programa.
- Ven caso de mal tiempo los vuelos a Lukla podrían suspenderse y en ese caso existe la opción de contratar el traslado en Helicóptero.

## VALOR PROGRAMA

**US \$5.000** por persona.

**SE SUGIERE LLEGAR 1 DÍA ANTES Y REGRESAR AL MENOS 2 DIAS DESPUES DE CONCLUIR EL TREKKING\***