

Asia - Nepal



EVEREST

GOKYO - CHOLA PASS - KALAPATTAR - KHUMBU:

20 días

Este programa es un bonito recorrido por dos de los más clásicos valles del Himalaya nepalí: Khumbu y Gokyo.

Las ascensiones al Gokyo Ri y al Kala Pattar, se ven aderezados con el Chola Pass, un paso de montaña que sin ser técnico si requerirá de un gran esfuerzo por nuestra parte. Cho Oyu, Makalu, Lhotse, Everest, son los cuatro ocho miles que podremos ver durante el trekking, además de míticas montañas como el Nuptse, Pumo Ri, Ama Dablam, Thamserku, Kangtega, Khumbila, Island Peak, Baruntse...

Programa

Día 1: MADRID - KATMANDÚ

Salida en vuelo regular desde Madrid, con destino Katmandú, vía puntos de conexión.

Día 2: KATMANDÚ

Llegada al aeropuerto. Traslado al hotel al Hotel Radisson.

Día 3: KATMANDÚ

Disfrutaremos de un día libre en la capital nepalí. Podremos visitar algunos de los lugares con mayor interés como Bouhdanath, Swayambunath, Pashupatinath, Bhaktapur o bien realizar compras de material en las múltiples tiendas cercanas al Hotel Radisson.

Día 4: KATMANDÚ - LUKLA (2.800 m) - PHAKDING (2.600 m)

Muy pronto por la mañana, casi de madrugada, nos trasladarán al aeropuerto local de Katmandú para tomar un vuelo en avioneta con destino a Lukla. El trayecto dura unos 40 minutos. A la llegada a Lukla nos reuniremos con nuestro equipo de porteadores y guías. Después de comer nos dirigiremos a Phakding, lo que nos llevará unas tres horas de cómoda caminata. Esta jornada servirá para tomar contacto con el equipo local y comenzar a disputar de la hospitalidad del pueblo Sherpa. Lodge.

Día 5: PHAKDING - NAMCHE BAZAR (3.500 m)

Hoy comenzaremos nuestra aclimatación a la altitud. Esta etapa es larga 6/7 horas y llegaremos hasta los 3.500 m en Namche Baazar, capital del Valle de Khumbu. El camino es cómodo, cruzaremos múltiples pueblecitos sherpas hasta la entrada al Parque Nacional Shagarmata, en la localidad de Jorsalle. Una vez en el Parque, remontaremos el curso del río Imja Khola para, tras cruzar un aéreo puente, emprender la subida a Namche Baazar. Se trata de un ascenso por terreno cómodo pero con fuerte desnivel, por lo que es muy importante subir a ritmo tranquilo, para ir facilitando nuestra aclimatación. A mitad de subida, si el tiempo acompaña, podremos divisar el Everest por primera vez. Lodge.



Día 6: NAMCHE BAZAR

Día libre de descanso y aclimatación en el corazón comercial del Valle del Everest. Podemos realizar una caminata de aclimatación hasta el Hotel Everest View, para aclimatar y disfrutar de las excelentes vistas que tiene del Ama Dablam, Thamserku, Khangtega, Nuptse, Lhotse y Everest. Lodge.

Día 7: NAMCHE BAAZAR - DOLE (4.040 m)

Después del desayuno comenzamos a ascender lentamente hasta la stupa conmemorativa a Tensing Norway y Sir Edmun Hillary, desde donde tendremos unas espectaculares vistas de Everest, Lhotse y Ama Dablam. El camino continúa hasta un collado a unos 4.200 m, después de una fuerte bajada llegaremos a Dole. 5 horas. Lodge.

Día 8: DOLE - MACHERMO (4.410 m)

Hoy entraremos en el Valle de Gokyo, continuamos la marcha con un fuerte acceso por un precioso bosque de rododendros con unas espléndidas vista del Taweche, Kumbila, y Ama Dablam. Machermo es un pueblecito escondido y muy tranquilo que se encuentra vigilado por el espectacular Machermo Peak. 5 horas. Lodge.

Día 9: MACHERMO - GOKYO (4.800 m)

Continuamos el progresivo ascenso hasta Nha. El paisaje ya ha cambiado, hemos dejado atrás los bosques de rododendros para atravesar campos de pastos de Yaks y vegetación de altura. Después de alcanzar la morrena lateral del glaciar Ngozumba, bordearemos dos preciosos lagos, alcanzando Gokyo con unas increíbles vistas de la cara sur del Cho Oyu. 5 horas. Lodge.



Día 10: GOKYO PEAK (5.400 m) - THAGNAK(5.000 m)

Antes del amanecer saldremos hacia la cima del Gokyo Peak, es una ascensión fácil, sin ningún otro problema que la altitud, tiene unos 600 m de desnivel y unas sobrecogedoras vistas de 4 ocho miles desde su cima: Everest, Cho Oyu, Lhotse y Makalu. Descenso a Gokyo en una hora aproximadamente, y tras reponer fuerzas partiremos, para en unas dos horas, girar hacia el oeste para comenzar la ascensión hasta Thagnak. Lodge (8/9 horas).

Día 11: CHOLA PASS (5.420 m) - DHONZLA (4.843 m)

Comenzamos el día más importante del trek muy pronto por la mañana camino hacia Dhonzla, es un día duro pero si el tiempo acompaña disfrutaremos de unas vistas espectaculares cuando crucemos el Chola Pass (5.420m). Descendemos hasta Dhonzla para entrar en valle de Khumbu, el valle del Everest. Jornada dura, pero de inmensa belleza. (6/7 horas).

Día 12: LOBUCHÉ (4.900 m) - GORAK SHEP (5.100 m)

Continuamos la bajada hasta alcanzar el Thokla La, donde se levantan los pequeños chortens conmemorativos a los sherpas fallecidos en ascensiones al Everest, es un lugar que transmite una fuerza especial. Desde aquí continuamos por camino fácil hasta el asentamiento de Lobuche, 1 h, y si nos encontramos aclimatados podemos seguir durante otras 2 h hasta Gora Shep, asentamiento situado en una antigua laguna glaciaria desecada y punto de partida para la ascensión al Kala Pattar. En realidad el camino de Lobuche a Gora Shep es el más incómodo de realizar camino al Kala Pattar pues debemos cruzar la morrena del glaciar del Khumbu, por lo que es interesante realizarlo este día, ya que de salir desde Lobuche al Kala Pattar directamente debemos realizarlo de noche y con bastante frío. (5h) Lodge.

Día 13: GORAK SHEP - KALA PATTAR (5.560 m) - DINGBOTSE (4.300 m)

Iniciamos el ascenso al Kala Pattar, situado justo encima de Gorak Shep, de madrugada para intentar llegar a su cima al amanecer. Unas dos horas y media de fácil ascensión nos sitúan en el auténtico mirador natural del Everest. Las vistas son espectaculares, Pumo Ri, Everest, Lothse, Nuptse, Ama Dablam, Mera Peak, Thamserku, Kangtega...y el glaciar del Khumbu a nuestros pies. Después de disfrutar de la cumbre comenzamos el largo pero cómodo descenso hasta Dingbotse. Se trata de una jornada larga y dura, pero nuestro esfuerzo se verá ampliamente recompensado con una de las más bellas jornadas de trekking del Himalaya. Dingbotse está situado bajo el Ama Dablam, tiene unas excelentes vistas del Lothse, Island Peak y Ama Dablam. (10/11h) Lodge.



Día 14: DINGBOTSE - THIANGBOTSE (3.867 m)

Antes de iniciar nuestro descenso hacia Thiangbotse, podemos ascender hasta un pequeño chorten, desde el cual podemos tener unas buenas vistas del Makalu y del Baruntse, entre otros picos. El camino de bajada es sencillo, comenzamos subiendo un pequeño collado, para continuar por las llanuras de Orsho hasta Pangbotse. Cruzaremos un puente para cambiar a la margen derecha del Imja Khola, a partir de aquí desaparece la vegetación de altura para adentrarnos en un precioso bosque de rododendros y coníferas. Una fuerte subida de una hora aprox. nos sitúa en Thiangbotse. Por la tarde, podremos visitar el monasterio e incluso presenciar una ceremonia budista. Las vistas desde Thiangbotse son impresionantes, por un lado Everest, Nuptse, Lhotse hacia el norte, Kumbila hacia el este, Ama Dablam, Kangtega y Thamserku hacia el Oeste, y Kongde y todo el valle del Khumbu hacia el sur. Un lugar realmente de ensueño. También podremos disfrutar de la Bakery (pastelería) probablemente más alta del mundo. (5/6h) Lodge.

Día 15: THIANGBOTSE - NAMCHE BAZAR (3.500 m)

Comenzamos el día con una fuerte bajada hasta el Imja Khola, una vez cruzado el río deberemos ascender de nuevo fuertemente para alcanzar el camino de regreso a Namche Bazaar, un poco antes de llegar a la capital del Valle de Khumbu, pasaremos por la stupa conmemorativa a Tensing Norway y Sir Edmund Hillary, desde la cual tendremos una increíble perspectiva de los gigantes del Valle de Khumbu. (4/5h). Lodge.



Día 16: LUKLA (2.800 m)

Nuestra última jornada de trek es un descenso paulatino hasta Lukla. Día para disfrutar del entorno y despedirnos del equipo local que nos ha acompañado durante el recorrido. Llegada a Lukla, donde dispondremos de la tarde libre para poder gozar de algunas pequeñas comodidades como teléfono internacional, Internet, pubs...6/7 h. Lodge.

Día 17: LUKLA – KATMANDÚ

Muy pronto por la mañana tomaremos nuestra avioneta que nos llevará de regreso a Katmandú. Traslado al Hotel Radisson. Tarde libre.

Día 18: KATMANDÚ

Día libre en la capital de Nepal para realizar visitas turísticas, las últimas compras y disfrutar de la hospitalidad de los nepaleses. Hotel Radisson.

Día 19: KATMANDÚ – MADRID

Mañana libre en la ciudad para realizar las últimas visitas y compras. Por la tarde, traslado al aeropuerto internacional de Katmandú y vuelo de regreso a Madrid.

Día 20: MADRID

Llegada a España. Fin de la expedición y de nuestros servicios.



SERVICIOS INCLUIDOS

- Todos los traslados y asistencias en todos los aeropuertos de Nepal.
- Alojamiento en Katmandú en hotel de primera clase en habitación doble con desayuno incluido. Hotel Radisson.
- Alojamiento en Lodges durante el trekking.
- Vuelos interiores en avioneta Katmandú-Lukla-Katmandú.
- Pensión completa durante todo el recorrido del trekking.
- Porteadores, sherpas y guía local durante todo el recorrido de trekking.
- Seguro de viaje, incluyendo gastos de helicóptero si fuera necesario.

SERVICIOS NO INCLUIDOS

- Transporte en avión de línea regular Madrid-Katmandú-Madrid.
- Comidas y cenas en Katmandú.
- Visados y tasas de aeropuerto (Aprox. 50 €).
- Bebidas, lavandería, propinas...
- Gastos imprevistos provocados por circunstancias incontrolables, como cancelaciones o retrasos de vuelos, carreteras bloqueadas, condiciones atmosféricas, desastres naturales...
- Cualquier otro gasto no mencionado en **SERVICIOS INCLUIDOS**.

Precio por persona: (9-16 pers.) 1.550 € + avión
supl.(4-8 pers.) 100 €
supl.(2-3 pers.) 145 €



INFORMACIÓN GENERAL

NEPAL

La República Federal Democrática de Nepal es un país sin salida al mar de Asia meridional. Geográficamente se encuentra ubicado en el Himalaya, rodeado por el norte por la República Popular China y en el sur por la India. Se encuentra separado del Reino de Bután por el estado indio de Sikkim, por el llamado Corredor de Siliguri. Es un país de naturaleza montañosa en cuyo territorio se encuentran, total o parcialmente, algunas de las cumbres más altas de la Tierra, destacando el Monte Everest, así como otros siete de los llamados ocho miles.

La moderna nación nepalesa se configura como tal desde la Unificación de las regiones bajo la dirección e influencia del rey gorkha Prithvi Narayan, el 21 de diciembre de 1768. Hasta el año 2006 Nepal era el único estado del mundo con el hinduismo como religión oficial. Desde el ocaso de la monarquía, el país se transformó en un estado secular. Este último órgano proclamó el 28 de mayo de 2008 el establecimiento de una república federal democrática, que puso término a más de 240 años de monarquía.

Nepal es considerado un estado multicultural, multilingüe y secular. Pese a ser un pequeño estado, comparado con sus enormes vecinos, el país cuenta con una amplia y diversa variedad de territorios, que se extienden desde las planicies selváticas húmedas del Terai, hasta las más altas y gélidas cumbres de la tierra. El pueblo nepalí es principalmente hinduista, pese a contar con una antigua y profunda tradición budista, centrada en la localidad de Lumbini, lugar de nacimiento del Buda Gautama. Buena parte de la población se concentra en el valle y la ciudad de Katmandú, capital del Estado. El idioma oficial es el nepalí, la moneda oficial es la rupia nepalesa, y la bandera tiene la peculiaridad de ser la única de un país que no tiene forma de cuadrilátero.

GEOGRAFÍA

Nepal es un rectángulo de unos 600 por unos 200 Km. de ancho, con un área de 147.181 Km². Su territorio es normalmente dividido en tres zonas: la montaña, las colinas y las zonas del Terai. Estos anillos ecológicos expandidos en dirección este - oeste es cortado por la cuenca de los varios ríos que nacen en las montañas.

La región del Terai en la frontera con la India, es parte de la cuenca de los ríos Ganges e Indo. Estos nacen y son alimentados por tres grandes afluentes: el Dudh Kosi, el Narayani y el Karnali. Esta zona es cálida y húmeda.

La región de las colinas (Pahar, en nepalés) linda con las montañas, y su altura varía entre los 1000 y los 4000 m de altura. Dos cordilleras de baja altura, el Mahabharat Lekh (también conocido como el "Pequeño Himalaya") y las Colinas Shiwalik (o "Cordillera de Churia") dominan la región. Este pequeño cinturón de colinas abarca el valle de Katmandú, el más fértil y urbanizado de los valles transversales. A pesar de su aislamiento geográfico y su escaso potencial económico, la región ha sido el centro cultural y político de Nepal. A diferencia de los valles, las zonas sobre 2500 metros está escasamente habitada.

La región de las montañas contiene el punto más alto sobre la tierra, el Monte Everest (Sagarmatha en nepalés), en la frontera con China, alcanzando los 8844 metros, según

la Oficina Estatal de Topografía y Cartografía China (en 2005) o los 8850 metros según un estudio realizado por científicos estadounidenses (en 1999). Ocho de las diez montañas más altas sobre la Tierra se ubican en el reino. El más grave problema de la zona es la deforestación, que trae consigo la erosión y la degradación de los ecosistemas.

Nepal tiene cinco zonas climáticas, estrechamente vinculadas con la altura del territorio. La zona tropical y subtropical está bajo los 1.200 metros. El clima templado se enmarca entre los 1.200 y los 2.400 m, mientras que la zona fría está entre los 2.400 y 3.600 metros. La zona subártica abarca entre los 3.600 y los 4.400, mientras que desde esta última altura comprende la zona ártica. Nepal tiene cinco estaciones, el verano, el monzón, el otoño, el invierno y la primavera.

Nepal y Bangladesh no comparten fronteras, pese a que se encuentran separados por una pequeña distancia de 24 Km. conocida como Cuello de gallina (o Chicken Neck, en inglés).

PARA MÁS INFORMACIÓN NO DUDE EN CONSULTARNOS

