

Asia – Nepal



Valle del Khumbu (Everest): 17 días Del 08 al 24 de Octubre

Espectacular y accesible, el trekking siguiendo el valle de Khumbu, hogar del pueblo Sherpa, ofrece una de las experiencias de alta montaña más bellas del Himalaya de Nepal. Desde Katmandú, un espectacular salto en avioneta nos lleva hasta Lukla, punto de partida de la ruta. Las jornadas a pie ofrecen impresionantes panorámicas de glaciares y montañas míticas: Lhotse, Makalu, Pumo Ri, Nuptse, Ama Dablam...

El punto culminante de nuestro recorrido es el Kala Pattar, un mirador natural a 5.560 metros de altitud con una de las vistas más emblemáticas del Monte Everest.

Programa

Día 1: MADRID – KATMANDÚ

Salida en vuelo regular desde Madrid rumbo a Katmandú.

Día 2: KATMANDÚ

Llegada a Katmandú. Traslado al hotel Yak&Yeti. Alojamiento.

Día 3: KATMANDÚ

Disfrutaremos de un día libre en la capital nepalí. Podremos visitar alguno de los lugares de mayor interés, como Boudhanath, Swayambunath, Pashupatinath o Bhaktapur, o bien realizar compras de material en las múltiples tiendas cercanas al hotel.

Día 4: KATMANDÚ – LUKLA (2.840 m) – PHAKDING (2.610 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 partiremos 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 disfrutar de la hospitalidad del pueblo Sherpa. Alojamiento en 'lodge'.

Día 5: PHAKDING – NAMCHE BAZAAR (3.440 m)

Hoy comenzaremos nuestra aclimatación a la altitud. Esta etapa es larga, 6/7 horas, y alcanzaremos los 3.500 metros en Namche Bazaar, capital del valle de Khumbu. El camino es cómodo, cruzaremos múltiples pueblecitos Sherpas, hasta la entrada del Parque Nacional Sagarmatha, en la localidad de Jorsalle. Una vez en el Parque, remontaremos el curso del río Imja Kola durante 30 minutos, para, tras cruzar un puente aéreo, emprender la subida a Namche Bazaar. 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 la subida, si el tiempo acompaña, podremos divisar el Everest por primera vez. Alojamiento en 'lodge'.



Día 6: NAMCHE BAZAAR – KHUMJUNG (3.780 m)

Continuamos nuestro proceso de aclimatación ascendiendo hasta el pueblo de Khumjung, a 3.800 metros y 3 horas de caminata. Hoy podremos disfrutar de espectaculares vistas durante la ruta y desde Khumjung: Thamserku, Everest, Lhotse, Nuptse y, por supuesto, Ama Dablam, del que tendremos una increíble panorámica desde Khumjung.

Por la tarde podremos realizar una visita a las escuelas y el hospital que Sir Edmund Hillary construyó en Khumjung y en el vecino pueblo de Khunde. Alojamiento en 'lodge'.

Día 7: KHUMJUNG – THIANGBOTSE (3.860 m)

Comenzaremos la jornada con una fuerte bajada hasta la localidad de Phunki Tenga, donde almorzaremos tras cruzar de nuevo el río Imja Kola. Durante el descenso, gozaremos de unas espectaculares vistas de la cordillera del Everest. Tras la comida, iniciaremos el ascenso a Thiangbotse con una subida fuerte pero por buenos caminos, que nos llevará de 2 a 3 horas caminando lentamente. La llegada a Thiangbotse es increíble. Ante nuestra vista se descubren espectaculares el Everest, Lhotse, Nuptse, Ama Dablam, Khumbila, Thamserku, Kangtega... Sin ninguna duda, Thiangbotse es uno de los Shangri-La del Himalaya. En este enclave, se encuentra uno de los más importantes monasterios budistas de Nepal, situado en un espectacular entorno de alta montaña. Alojamiento en 'lodge'.

Día 8: THIANGBOTSE

Hoy dedicaremos el día a acostumbrarnos a la altitud y descansar en este precioso lugar. Por la mañana realizaremos una pequeña marcha hasta un collado cercano para alcanzar los 4.200 metros y facilitar nuestra aclimatación. Por la tarde dispondremos de tiempo libre para visitar el monasterio y recuperar fuerzas en la magnífica German Bakery (pastelería) de Thiangbotse. Alojamiento en 'lodge'.



Día 9: THIANGBOTSE – DINGBOTSE (4.400 m)

La marcha comienza con una bajada de una hora aproximadamente por preciosos bosques de coníferas y rododendros hasta el lecho del Imja Kola, que volveremos a cruzar. Tras atravesar el río, la vegetación desaparece y da paso a matorrales de alta montaña. Comeremos en Syomare, a 4.000 metros de altitud, y después continuaremos la marcha por las llanuras de Orsho, desde donde podremos contemplar el Ama Dablam y el Lhotse mucho más cerca. También divisaremos a lo lejos el Pumo Ri. Desde Orsho, remontaremos un pequeño collado en 40 minutos, para después llegar al pueblo de Dingbotse, bajo los contrafuertes del Ama Dablam, y con espectaculares vistas del Lhotse. En total, 6/7 horas de caminata. Alojamiento en 'lodge'.

Día 10: DINGBOTSE – LOBUCHÉ (4.910 m)

El amanecer en Dingbotse es espectacular. Una breve ascensión de 20 minutos nos sitúa en un corte desde el cual, si el día está despejado, podremos disfrutar de las espectaculares vistas del Ama Dablam, Island Peak, Baruntse y Makalu. El camino continúa por un falso llano hacia Thokla. Durante este recorrido estaremos acompañados por los gigantes Cholatse y Taboche, dos espectaculares picos de 6.300 metros. Después de la comida, remontaremos en una hora el Thokla Pass a 4.830 metros, con espectaculares vistas de toda la cordillera, y entrada natural al circo de montaña más alto del mundo. Desde aquí, alcanzaremos en aproximadamente una hora de camino fácil y llano al asentamiento de Lobuche, bajo el increíble Nuptse. Alojamiento en 'lodge'.

Día 11: LOBUCHÉ – KALAPATTAR (5.560 m) – PERICHE (4.240 m)

Sin duda, es el día más importante y duro del trekking. Iniciaremos la marcha hacia el Kalapattar de madrugada, sobre las 3 de la mañana, bien abrigados, pues hará frío, y con nuestros frontales encendidos. Una vez alcanzado el Lobuche Pass, a 5.100 metros, cruzaremos la morrena del glaciar del Khumbu, para llegar en unas 2 horas a Gora Shep, antigua laguna glaciar desecada y punto de partida para la ascensión al Kalapattar. Desde Gora Shep tendremos que salvar un desnivel de unos 500 metros hasta llegar al Kalapattar, mirador natural del Everest. La ascensión no tiene ninguna dificultad técnica, pero sí notaremos que estamos por encima de los 5.000 metros de altitud y aunque sea despacio, cuesta caminar. Lo normal es que amanezca durante la ascensión, y agradeceremos la salida del sol y el ascenso de la temperatura. La llegada a la cima es una explosión de descanso, felicidad y emociones. Las vistas son alucinantes: Everest, Lhotse y Nuptse en primer término, el glaciar del Khumbu, el campo base y la Ice Fall a nuestros pies, así como una infinidad de picos y montañas que hacen de este lugar uno de los más hermosos del Himalaya. Tras un rato disfrutando de la cima y las vistas, comenzaremos nuestro largo descenso hasta el pueblo de Dingbotse, situado a 4.400 metros, donde gozaremos de un más que merecido descanso. Jornada larga y dura, de 10-12 horas. Alojamiento en 'lodge'.



Día 12: PERICHE – PHORTSE (3.810 m)

Comenzamos nuestro retorno hacia Lukla con una jornada tranquila. Nada más cruzar el paso de Periche, descenderemos por Orsho hasta Pangbotse, donde comeremos y tomaremos un camino aéreo que recorre la margen derecha del valle y que, sin duda, se convertirá en una de las más bellas jornadas del trek. 5/6 horas. Alojamiento en 'lodge'.

Día 13: PHORTSE – NAMCHE BAAZAR (3.440 m)

Desde Phortse, descenderemos hasta el lecho del río Dudh Kosi. Tras cruzarlo, acometeremos la fuerte subida del último collado del trek. En unas 2 horas salvaremos los cerca de 400 metros de desnivel hasta Tesing. Desde este punto, bajaremos para tomar el camino a Namche Bazaar, que alcanzaremos en otras 2 horas, pasando por las Stupas dedicadas a Tenzing y Sir Edmund Hillary. Hoy por fin podremos tomar una revitalizante ducha caliente en nuestra habitación del 'lodge'.



Día 14: NAMCHE BAZAAR – LUKLA (2.840 m)

Nuestro último día de trekking en el valle. Aunque se trata de una jornada larga, disfrutaremos de la caminata de regreso por los mismos caminos por los que comenzamos nuestra aventura. Es un día de relax, en el que nos despediremos de este maravilloso valle y de sus increíbles habitantes. Para llegar a Lukla tendremos que salvar un pequeño desnivel de unos 250 metros. Alojamiento en 'lodge'.

Día 15: LUKLA – KATMANDÚ

A primera hora de la mañana tomaremos la avioneta que nos llevará de regreso a Katmandú. Traslado al Hotel Yak&Yeti. Tarde libre en la ciudad.

Día 16: 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 17: MADRID

Llegada a Madrid y fin del programa.

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.
- 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: (10-16 pers.) 1.425 € + avión
(5-9 pers.) 1.455 € + avión
(2-4 pers.) 1.500 € + avión



INFORMACIÓN GENERAL

EVEREST

El Monte Everest es la montaña más alta de la Tierra a nivel del mar, con 8.848 msnm. Está localizada en el Himalaya, en el continente asiático, y marca la frontera entre Nepal y Tíbet. En Nepal es llamado Sagarmatha (la frente del cielo) y en Tíbet Chomolungma (madre del universo). La montaña fue nombrada Everest en honor de Sir George Everest, británico, topógrafo general de la India, en 1865.

El 8 de junio de 1924, George Mallory y Andrew Irvine, ambos británicos, realizaron un intento de ascensión hasta la cima por la Vía de Collado Norte, del cual no volvieron nunca.

En 1999, la "Expedición de Investigación sobre Mallory e Irvine" encontró el cuerpo de Mallory en el punto esperado cerca del antiguo campo base chino. A partir de ese momento, surgió la controversia en el mundo del montañismo sobre si los dos montañeros pudieron alcanzar cima en aquella ascensión, 29 años antes de que la alcanzaran Hillary y Tenzing en 1953. Todavía hoy tenemos la duda de si lo lograron, pero como dijo en su día el gran alpinista Chris Bonington: "No sabemos si alcanzaron la cima, pero es muy bonito pensar que lo consiguieron".

Mallory había pronunciado una serie de conferencias en Estados Unidos el año antes, en 1923. Fue entonces cuando, tras la pregunta de un reportero de Nueva York de por qué escalar el Everest, (pregunta que había oído miles de veces) respondió exasperadamente: "Porque está ahí". En 1933, Lady Houston, una millonaria británica ex-bailarina, patrocinó el Vuelo Houston del Everest de 1933, por el que una formación de aviones dirigida por Douglas Douglas-Hamilton, decimocuarto Duque de Hamilton y Marqués de Clydesdale, voló sobre la cima en un esfuerzo de desplegar la bandera del Reino Unido sobre la cima. Las primeras expediciones ascendieron la montaña desde el Tíbet por la cara norte, acceso que fue cortado a expediciones occidentales en 1950 después de que la República Popular China reafirmara el control sobre el territorio tibetano. De todas formas, un grupo de escaladores comandados por Hill Tilman realizó una expedición exploratoria a través del Nepal por la ruta que hoy es la ruta habitual desde el sur.

Primera ascensión, de Tenzing y Hillary. En 1953, una expedición británica de nueve miembros dirigida por John Hunt, Barón de Llanfair Waterdine, volvió al Nepal. Hunt seleccionó dos pares de montañeros para el asalto a la cima. El primer par, Tom Bourdillon y Charles Evans llegaron a 100 metros de la cima el 26 de mayo y retornaron al campo base. Al día siguiente la expedición hizo su segundo y último intento con la segunda pareja de escaladores. El neozelandés Edmund Hillary y el Sherpa Tenzing Norgay del Nepal llegaron a la cima a las 11.30 de la mañana, hora local, del 29 de mayo de 1953, por la Vía del Collado Sur. En esa época, ambos declararon que había sido un esfuerzo de equipo de toda la expedición pero años más tarde Tenzing reveló que Hillary fue el primero que puso su pie sobre la cima. Pararon en la montaña para tomar fotografías y enterraron en la nieve algunos dulces y una cruz antes de descender. La noticia del éxito de la expedición llegó rápidamente a Londres en la mañana de la coronación de la reina Isabel II. De vuelta a Katmandú, Hillary y Tenzing descubrieron que habían sido nombrados caballeros británicos.

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 gurkha 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 la zona 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 sub-tropical están 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

kora@koratrek.com

