



Asia - Nepal



Trek del Tsum Valley (El Valle Vivo): 23 días

El Tsum Valley es nuestro nuevo destino en el Himalaya de Nepal. Es un valle sagrado situado en la región de Gorkha muy ligado a la cultura y religión tibetana. La palabra Tsum proviene del tibetano 'Tsombo' y su significado es 'Vivo'. La mayoría de su población es de origen tibetano y habla un dialecto único. Debido a su lejanía e inaccesibilidad, este valle sagrado y su pueblo han quedado al margen del desarrollo general durante siglos. Como resultado, su singular cultura se ha mantenido intacta. Proponemos un interesante y novedoso programa para recorrer esta aislada región de Nepal, en el maravilloso marco del Ganesh Himal, el Sringi Himal y el Baudha Himal.

Un viaje en el tiempo para descubrir un recóndito rincón del Himalaya.

Programa

Día 1: Madrid – Katmandú

Salida en vuelo regular desde Madrid rumbo a Katmandú.

Día 2: Katmandú

Llegada a Katmandú. Traslado al Hotel Radisson.

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, Patan o Bhaktapur, o bien realizar compras de material en las múltiples tiendas cercanas al Hotel Radisson.

Día 04: Katmandú – Arughat (535 m.)

Traslado en vehículo privado hasta Arughat (10 h.). Campamento cerca del río Buddi Gandaki. Campamento.

Día 05: Arughat - Liding (860 m. /4 h.)

Comenzamos el trekking con un desnivel suave de unos 300 metros siguiendo el río Buddi Gandaki. Campamento.

Día 06: Liding - Machakhola (930 m. / 6h.)

El trayecto siguiendo el río nos permitirá observar la diversidad de la flora, fauna, cultura y religiones. Camino de Philim encontraremos numerosas cascadas a ambos lados del río y cientos de especies de pájaros. Excelentes vistas del Ganesh Himal, Shringi Himal y Himalchuli. Recorreremos Liding, Jagat, Philim Machhakhola, aldeas con una hospitalidad, cultura y religión únicas. Campamento.

Día 07: Machhakhola - Jagat (1.410 m. / 7 h.)

El trekking de hoy nos adentrará en la región del Manaslu y del Tsum. Encontraremos multitud de flora y fauna entre los preciosos bosques de rododendros. Campamento.

Día 08: Jagat - Lokpa (2.040 m. / 4 h.)

Comenzamos nuestro trekking en el Tsum Valley. Continuamos ganando altura progresivamente atravesando bosques y pequeñas aldeas. Lokpa es una reducida aldea que tan sólo alberga dos casas de té. Campamento.

Día 09: Lokpa – Chumling (2.363 m. / 4 h.)

Continuamos recorriendo el valle con un suave desnivel y atravesando la selva subtropical. Llegada a Chumling. Campamento.

Día 10: Chumling – Chekamparo (3.010 m. / 7h.)

Conforme dejamos atrás la selva, el paisaje empieza a ser más árido. Entramos en una zona más remota, salvando 700 metros de desnivel. Chekamparo es una antigua aldea budista situada ya en el área de Gorkha, donde encontraremos una cultura virgen. Campamento.



Día 11: Chekamparo – Nile (3.361 m. / 5 h.)

El trekking a la popular aldea de Nile nos llevará unas 5 horas. Al llegar a Chule, el camino asciende una pequeña colina llamada Polgang, desde la que tendremos unas espectaculares vistas al norte y al sur del Tsum Valley. Más tarde encontraremos en medio del camino una stupa, a la que todos los días llegan mujeres ancianas de los pueblos vecinos para recitar sus mantras.

Chule es tierra de campos de cultivo de trigo, patata, mostaza y amaranto. Desde aquí, Nile se atisba como una pequeña isla en medio del río Shiar. Campamento.

Día 12: Nile – Mu Gompa (3.700 m. / 6 h.)

El camino asciende gradualmente. Durante el día podremos ver Rikang Gompa (Monasterio) y Dheron Gompa, así como Mu Gompa, el monasterio más grande de la zona y punto más alto del Tsum Valley. Campamento.

Día 13: Mu Gompa - Rachen Gompa (3.240 m. / 6 h.)

Durante el trayecto hacia Rachen Gompa, atravesaremos campos de pastos de yak. Un camino descendente nos situará en Rachen Gompa, cuya gompa es una de las más famosas escuelas de budismo dedicada a Sakya Pa. En ella se imparten enseñanzas sólo a mujeres, aunque la entrada a los hombres está permitida. Campamento.

Día 14: Rachen Gompa – Dumje (2.440 m. / 7 h.)

Continuamos nuestro progresivo descenso por un amplio valle dedicado al cultivo. Dumje es un asentamiento de casas dispersas cuya principal actividad es la ganadería. Campamento.

Día 15: Dumje – Gumba Lungdang (3.200 m. / 5 h.)

Hoy ascenderemos hasta la aldea de Gumba Lungdang, una de las más antiguas de la zona, que cuenta con poco más de 15 casas distribuidas en terrazas y habitadas mayoritariamente por monjas. En los murales de las casas podremos ver pinturas budistas dedicadas a Guru Padmasambhava, Yara y Buda. Campamento.

Día 16: Gumba Langdang – Ripchet (2.468 m. / 6 h.)

Continuamos perdiendo altura para llegar a la aldea de Ripchet, cuyas viviendas están construidas en piedra y los techos, hechos a base de pinocha. En la aldea hay numerosos Manis (piedras sagradas de oración), Chortens y un pequeño monasterio local. Campamento.



Día 17: Ripchet – Dobhan (1.070 m. / 7 h.)

Jornada larga. Durante unas 7 horas descenderemos 1.000 metros, hasta Dobhan, la confluencia entre el río Shiar Khola, procedente del este, y el Sarpu Khola, procedente del oeste. Desde esta aldea tendremos unas buenas vistas del Ganesh Himal III (7.110 m.). La vegetación en este área está compuesta principalmente por alisos, álamos y pino azul. Campamento.

Día 18: Dobhan – Soti Khola (720 m. / 9 h.)

Continuamos el trekking con una larga caminata para llegar al lecho del Soti Khola, donde acamparemos. Campamento.

Día 19: Soti Khola – Arughat (535 m.)

Desde Soti Khola seguiremos la ruta de la pista durante 4 horas, para llegar de nuevo a Arughat y finalizar así nuestro trekking por el desconocido y bello Tsum Valley. Campamento.

Día 20: Arughat – Katmandú (10 h.)

Después de desayunar, traslado en vehículo privado hasta Katmandú. Alojamiento en el Hotel Radisson.

Día 21: Katmandú

Día libre en la capital de Nepal para realizar visitas culturales y las últimas compras. Alojamiento en el Hotel Radisson.

Día 22: Katmandú – Madrid

Mañana libre. Por la tarde traslado al aeropuerto para tomar nuestro vuelo de regreso a Madrid.

Día 23: Madrid

Llegada a Madrid y fin del programa.



SERVICIOS INCLUIDOS

- Todos los traslados en vehículo privado, aeropuerto-hotel-aeropuerto.
- Alojamiento en el Hotel Radisson, en habitaciones dobles con desayuno incluido. Hotel Radisson.
- Traslado en bus privado Katmandú – Arughat – Katmandú.
- Entrada al Parque nacional y permiso de Trekking.
- Guía local, sherpas, porteadores, cocinero y ayudante de cocina.
- Guía Kora Local de habla inglesa.
- Tiendas para dos personas VE 25 North Face.
- Todo el equipo de campamento: tienda comedor, tienda cocina, tienda toilet, cubiertos, sillas, mesas, esterillas...
- Pensión completa durante el trekking y el traslado a Arughat.
- Seguro de asistencia, incluido rescate en helicóptero si fuera necesario.

SERVICIOS NO INCLUIDOS

- Vuelo internacional Madrid – Katmandú - Madrid.
- Visado de Nepal y tasas de aeropuerto (unos 50€ en total).
- Comidas y cenas en Katmandú.
- Bebidas, propinas, lavandería, teléfono...
- Gastos imprevistos provocados por circunstancias incontrolables, como cancelaciones o retrasos de vuelos, carreteras bloqueadas, condiciones atmosféricas, desastres naturales...
- Cualquier otro gasto no detallado en Servicios Incluidos

Precio por persona: (10-16 pers.) 1.561 € + avión
(4-8 pers.) 1.705 € + avión
(2-3 pers.) 1.895 € + avión

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 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 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 la 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. Las zonas tropical y subtropical 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