

Nepal – trekking do bazy pod Mount Everest



Himalaje to miejsce spotkania nieba z ziemią. To majestatyczne łańcuchy gór, olbrzymie jezory lodowców, huczące wodospady i szemrzące strumienie, szmaragdowe jeziora, dżungla kwitnących wiosną rododendronów, magnolie i orchidee.

Himalaje to również różnorodność kultur i religii. To pałace i świątynie królewskich miast Doliny Katmandu, buddyjskie i lamajskie klasztory. Wszystko to sprawia, iż Himalaje są jednym z najbardziej fascynujących i zadziwiających miejsc na Ziemi. Pragniemy zaprosić Państwa w ten wyjątkowy świat gór, wspaniałej przyrody i niezwykle gościnnych ludzi.



Trekking do bazy pod najwyższą górę świata Mount Everest

Trekking do bazy pod Mount Everest daje możliwość spotkania wpinaczy z całego świata, którzy próbują stanąć na wierzchołku Góry Gór, uczestniczenia w ich życiu bazowym. A może następnym razem zechcesz być jednym z nich?

Wędrówka Doliną Khumbu oferuje niezapomniane widoki na najwyższe szczyty świata: Mount Everest i sąsiadującą z nim Lhotse, na majestatyczną i przez wielu uznawaną za najpiękniejszą himalajską górę, Ama Dablam oraz wiele innych himalajskich gigantów.



Trekking do bazy pod Mount Everest to także poznawanie życia mieszkańców barwnej doliny Solo Khumbu, Sherpów. Podglądanie ich zwyczajów, smakowanie charakterystycznych dla tego rejonu potraw, jak pierożki momo, dalbat(ryż z soczewicą) czy tsampa(rodzaj papki z mąki jęczmiennej), napojów: herbaty tybetańskiej, przygotowywanej w specjalnym mieszalniku z dodatkiem masła z mleka jaka, changu - lekkiego piwa z prosa i ryżu czy mocniejszej rakshi – miejscowego bimbrow.

Wędrówka w stronę Everestu to również wizyta w klasztorze Khumjung, gdzie przechowywane są szczątki legendarnego Yeti, udział w ceremonii Puji w najważniejszym nepalskim klasztorze lamajskim w Tengboche oraz przejście zieloną doliną Thamo słynącą z drzewiastych rododendronów.

Ramowy plan wyprawy turystycznej

Dzień 1	Wylot z Polski
Dzień 2	Przylot do Kathmandu, transfer do hotelu, wspólna tradycyjna kolacja
Dzień 3	Zwiedzanie stolicy Nepalu
Dzień 4	Przelot do Lukli, rozpoczęcie trekkingu do Monjo - 2 815 m n.p.m.
Dzień 5	Wędrówka z Monjo do Namche Bazar - 3 340 m n.p.m.
Dzień 6	Dzień aklimatyzacyjny w Namche
Dzień 7	Trekking z Namche Bazar do Tengboche – 3 860 m n.p.m.
Dzień 8	Przejsie z Tengboche do Dingboche – 4 390 m n.p.m.
Dzień 9	Dzień aklimatyzacyjny w Dingboche
Dzień 10	Wędrówka z Dingboche do Lobuche – 4 930 m n.p.m.
Dzień 11	Spacer na Kala Pattar, zejście do Gorak Shep - 5 160 m n.p.m.
Dzień 12	Trekking do Bazy pod Mount Everest i powrót do Lobuche
Dzień 13	Zejście z Lobuche do Tengboche
Dzień 14	Przejsie z Tengboche do Namche Bazar
Dzień 15	Zejście z Namche Bazar do Lukli
Dzień 16	Powrót do Kathmandu, czas odpoczynku i pamiątkowe zakupy
Dzień 17	Przejazd do Bairini, rafting, przejazd do Chitwan
Dzień 18	Dzień w Chitwan – safari, przejażdżka na słoniach, canoeing
Dzień 19	Powrót do Kathmandu, zwiedzanie Kathmandu
Dzień 20	Śniadanie, zakupy, transfer na lotnisko
Dzień 21	Przylot do Polski

Dzień 1 Wylot z Polski. Spotykamy się na lotnisku w Warszawie. Check in i przelot do Kathmandu, stolicy Nepalu.

Dzień 2 Przyłot do Kathmandu. Po dokonaniu formalności na lotnisku (zakup wize nepalskiej) zostają Państwo przywitani przez naszych nepalskich współpracowników. Następnie transfer do hotelu czas wolny. Wieczorem zapraszamy na nepalską kolację w tradycyjnej miejscowej restauracji.



Dzień 3 Tego dnia wraz z nepalskim przewodnikiem poznajemy kulturę i historię Nepalu. Odwiedzimy jedyne w swoim rodzaju zabytki Kathmandu. Wśród propozycji Swayambunath, kompleks klasztorów i świątyń z jedną z najstarszych z nich - „Świątynią Małą”, tybetańska Stupa Boudhanath, będąca swoistym miejscem spotkań Tybetańczyków oraz Durbar Square, z wieloma monumentami i świątyniami znajdującymi się na Liście Światowego Dziedzictwa UNESCO.

Dzień 4 Przelot do Lukli, lądowanie na małym lotnisku, na którym pionierskie lądowisko wybudował w 1964r Edmund Hillary, pierwszy zdobywca Everestu. Rozpoczęcie trekkingu. Po drodze mijamy nepalskie wioski, malowniczo położone pośród zielonych wzgórz i pól ryżowych. Po około 5 godzinach dochodzimy do Monjo, wioski z bramą do Parku Narodowego Sagarmatha (nepalska nazwa Mount Everestu). W wiosce znajduje się wspaniałabuddyjska Gomba.



Namche Bazar, amfiteatralnie zbudowane miasteczko, było niegdyś centrum handlu wymiennego pomiędzy Tybetem a Nepalem. Tybetańczycy ciągnęli szlakiem karawanowym, przez odległą przełęcz Nangpa La, aby w każdą sobotę wymieniać w Namche sól czy suszone mięso na zboże, ryż, warzywa i jaja. Z czasem miasteczko zmieniło charakter na zdecydowanie turystyczny. Uliczki usiane są przytulnymi hotelikami, cukierniami, sklepami z pamiątkami i produktami outdoorowymi. Jednak nadal, dla zachowania tradycji handlowych, w każdą sobotę odbywa się targ, pomimo tego, że z powodów politycznych szlak karawanowy z Tybetu już nie funkcjonuje.

Ale dzięki wymianom handlowym, wielu Tybetańczyków, głównie ze wschodniego Tybetu, osiedliło się w Namche Bazar. Sherpowie, bo tak nazywa się ta grupa etniczna, słyną z dużej wytrzymałości, odporności na zimno a dzięki temu, że żyją na dużej wysokości, ich organizmy łatwiej przystosowują się do braku tlenu w powietrzu. Ekspedycje mające na celu zdobycie Everestu bardzo często korzystają z ich pomocy podczas swoich wypraw.



Dzień 5 Z Monjo wędrujemy wzdłuż malowniczej rzeki Dudh Kosi. Po drodze po raz pierwszy ukazuje się nam wierzchołek Mount Everestu. Każdego dnia podczas trekkingu będzie przerwa na obiad a także aby napić się pysznej imbirowej herbaty w miejscowych herbaciarniach. Po ok. 4 godz. dochodzimy do Namche Bazar.

Dzień 6 Namche Bazar położone niemalże na wys. 3440m n.p.m. i jest idealnym miejscem na spędzenie tu dwóch nocy w celu przystosowania organizmu do wysokości i zmniejszonej zawartości tlenu w powietrzu. Tego dnia można spędzić czas na obserwowaniu życia miejscowych, odpoczynku w jednej z licznych cukierni i delektowaniu się pysznymi wypiekami.



Dzień 9 Dzień odpoczynku i aklimatyzacji. Zostajemy w Dingboche. Chętni mogą się spacerować pod południową ścianę Lhotse, gdzie znajduje się miejsce pamięci (czorten) trzech polskich himalaistów (Jerzego Kukuczki, Rafała Chołdy, Czesława Jakiela), którzy zginęli podczas wypraw na tę ekstremalnie trudną ścianę czwartego szczytu ziemi. Kukuczka jako pierwszy Polak, a drugi człowiek na świecie zdobył Koronę Himalajów, czyli wszystkie 14 ośmiotysięczniki.

Dzień 10 Koniec słodkiego leniuchowania. Droga do Lobuche jest dość krótka, ale z dużym przewyższeniem. Zaczynamy od zejścia do wioski Dugla, ok. 1 h., potem ok. 2,5h. głównie w górę do miejsca noclegu.



Dzień 7 Zostawiamy już Namche Bazar i idziemy do odległego o ok. 5h. drogi Tengboche. Od dziś wspaniałe widoki Everestu, Ama Dablam, Nuptse i Thamserku towarzyszyć nam będą do samej Everest Base Camp. Tengboche to religijna stolica ludzi z Doliny Khumbu. To tutaj jest słynny buddyjski klasztor - Gompa, w którym można spotkać usypujących mandalę i odmawiających mantrę mnichów.

Dzień 8 Przejście z Tengboche do Dingboche – ok. 4,5h. Tego dnia osiągamy wysokość ponad 4tys. m. Po drodze mijamy malownicze wioski Pangboche, Shomare i Orsho. Gdybyśmy za Pangboche skręcili w prawo doszlibyśmy pod Ama Dablam – ale to może następnym razem ☺



Dzień 11 Dziś coś wspaniałego. Wchodzimy na słynne Kala Pattar (Czarne Skąły), jedno z piękniejszych miejsc widokowych w Nepalu, skąd rozpościera się niezapomniana panorama na południową ścianę Everestu, na Pumori i Nuptse. Po nasyceniu się pięknem otaczającego świata schodzimy do Gorak Shep.

Dzień 12 Docieramy do celu naszej wędrówki – Bazy pod Mount Everestem. To z tego miejsca startują wszyscy Ci, którzy pragną stanąć na najwyższej górze na kuli ziemskiej. W bazie zazwyczaj jest co najmniej kilka dużych wypraw komercyjnych i kilka mniejszych – prywatnych. Czasem bywa tłoczno. Atmosfera w bazie jest jedyna w swoim rodzaju. Po odpoczynku schodzimy do Lobuche.

Dzień 13, Dzień 14, Dzień 15 Zejście z Lobuche do Tengboche, z Tengboche do Namche Bazar i dalej do Lukli

Dzień 16 Wracamy do Kathmandu a następnie spędzamy czas na zasłużonym odpoczynku



Dzień 20 To nasz ostatni dzień w Nepalu. Poranek to ostatnia szansa na pamiątkowe zakupy w turystycznej dzielnicy Thamel. Przed południem transfer na lotnisko.

Dzień 21 Prylot do Polski www.goeverest.pl



Dzień 17 Po śniadaniu ruszamy w kierunku Parku Narodowego Chitwan. Docieramy do Bairini, aby pod okiem doświadczonej kadry przeżyć niezapomnianą przygodę - emocjonujący sptyw rwącą rzeką Nepalu. Po przerwie ruszamy w dalszą drogę i po 1,5h jesteśmy w Chitwan.

Park ten o powierzchni 932km² leży w regionie Narayani i jest jedną z największych atrakcji turystycznych w Nepalu. Został założony w 1973, jako pierwszy park narodowy w Nepalu, od 1984 roku znajduje się na liście światowego dziedzictwa UNESCO. Zachwyca niezwykłą różnorodnością flory i fauny. Park porasta dzungla z potężnymi drzewami sal oraz 7m wysokości trawą słoniową. Jest jednym z niewielu miejsc w Azji, gdzie z taką łatwością można obserwować życie dzikich zwierząt w ich środowisku naturalnym.

Dzień 18 Spędzamy dzień na przejażdżkach na słoniach i bezkrwawym safari. Jeśli będziemy mieli szczęście to spotkamy się z jednym z 600 jednorogich nosorożców indyjskich czy krokodylem błotnym. Możemy też spotkać tygrysa bengalskiego albo panterę.

Dzień 19 Po atrakcjach w Parku wracamy do Kathmandu.



Cena wyjazdu:

\$2160 + cena biletu lotniczego Warszawa – Kathmandu (3000-4000zł)

Cena wyjazdu obejmuje:

- 5 nocy w hotelu 4* ze śniadaniem w Kathmandu w pokojach dwuosobowych, 2 noce w hotelu w Parku Chitwan z pełnym wyżywieniem (bez napojów);
- podczas trekkingu noclegi w lokalnych Lodgach z pełnym wyżywieniem (bez napojów) w pokojach dwuosobowych;
- przeloty Kathmandu-Lukla-Kathmandu;
- wszystkie transfery: lotnisko-hotel, Kathmandu - Bairini - Chitwan – Kathmandu, hotel-lotnisko;
- opiekę przewodnika mówiącego po angielsku;
- pomoc tragarzy podczas trekkingu - 1 tragarz dla 1 osoby, tragarz może nieść do 15kg;
- pozwolenie na trekking, opłaty za wejścia do parku;
- rafting;
- bilety wstępu do ujętych w programie wycieczki obiektów;
- ubezpieczenie,



Cena nie obejmuje:

- nadbagażu w samolocie;
- kosztu wizy nepalskiej (30 USD);
- obiadu i kolacji w Kathmandu;
- ew. dopłaty do pokoju jednoosobowego;
- ew. dodatkowych posiłków i napojów oraz alkoholu;
- napiwków;
- lotu z widokiem na Everest (150 USD).



Zastanawiasz się czy trekking jest dla Ciebie?

Trekking jest dla każdego, kto lubi przebywać pośród natury. Trekking w Nepalu to wędrówka po malowniczych górskich szlakach pośród ośnieżonych szczytów himalajskich gigantów. Nie musisz być osobą super wysportowaną, wystarczy że masz w sobie ducha przygody ☺



Zapraszamy!



Darek



Tamara



Nima



Beni



I cały zespół