

Nepal – trekking do bazy pod Mount Everest – oferta indywidualna 05.04-25.04.2011r.



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	Przelot do Lukli, rozpoczęcie trekkingu do Monjo - 2 815 m n.p.m.
Dzień 4	Wędrówka z Monjo do Namche Bazar - 3 340 m n.p.m.
Dzień 5	Dzień aklimatyzacyjny w Namche
Dzień 6	Trekking z Namche Bazar do Tengboche – 3 860 m n.p.m.
Dzień 7	Przejsie z Tengboche do Dingboche – 4 390 m n.p.m.
Dzień 8	Wędrówka z Dingboche do Lobuche – 4 930 m n.p.m.
Dzień 9	Spacer na Kala Pattar, zejście do Gorak Shep - 5 160 m n.p.m.
Dzień 10	Trekking do Bazy pod Mount Everest i powrót do Lobuche
Dzień 11	Zejsie z Lobuche do Chuckung
Dzień 12	Chuckung – Baza pod Island Peak
Dzień 13	Wejście na Island Peak
Dzień 14	Island Peak - Chuckung
Dzień 15	Zejsie z Chuckung to Tengboche
Dzień 16	Przejsie z Tengboche do Namche Bazar
Dzień 17	Zejsie z Namche Bazar do Lukli
Dzień 18	Powrót do Kathmandu, czas odpoczynku i pamiątkowe zakupy
Dzień 19	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 Przylot 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.



Namche Bazar, amfiteatralnie zbudowane miasteczko, było niegdyś centrum handlu wymiennego pomiędzy Tybetem a Nepalem. Tybetańczycy ciągnęli szlakiem karawanowym, przez odległą przetęcz 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 3 Przelot do Lukli, lądowanie na malutkim 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 Gompa.

Dzień 4 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 5 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 6 Zostawiamy już Namche Bazar i idziemy do odległego o ok. 5h. drogi Tengboche. Od dziś wspaniałe widoki Everestu, Ama Dablam, Nuptse i Thamskeru towarzyszyć nam będą do samej Everest Base Camp. Tengboche to religijna stolica ludzi z Doliny Khumbu. To tutaj jest słynny buddyjski klasztor - Gomba, w którym można spotkać usypujących mandalę i odmawiających mantry mnichów.



Dzień 7 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 8 Wędrówka z Dingboche do Lobuche. 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 9 Dziś coś wspaniałego. Wchodzimy na słynne Kala Pattar (Czarne Skały), 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 10 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 11 Z Lobuche przechodzimy do Chuckung. Po drodze mijamy miejsce pamięci (czorten) trzech polskich himalaistów (Jerzego Kukuczki, Rafała Chołdy, Czesława Jakiela), którzy zginęli podczas wypraw na ekstremalnie trudną południową ścianę czwartego szczytu ziemi Lhotse. Kukuczka jako pierwszy Polak, a drugi człowiek na świecie zdobył Koronę Himalajów, czyli wszystkie 14 ośmiotysięczniki.

Dzień 12 Z Chuckung udajemy się do bazy pod Island Peak. Droga zapewnia nam zapierające dech w piersiach widoki na południową ścianę Lhotse. W bazie po raz pierwszy śpimy w namiotach.



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 Przyłot do Polski



Dzień 13 i 14 Dni te przeznaczamy na wspinaczkę na szczyt Island Peak. Island Peak, szczyt o wysokości 6189m n.p.m., należy do tzw. szczytów trekkingowych. Oznacza to, iż wymaga średniego doświadczenia w we wspinaczkę. Nazwa Island Peak (szczyt-wyspa) wzięła się stąd, że góra widziana z Dingboche wygląda jak samotna wyspa pośród morza lodu.

Island Peak jest doskonałym szczytem, aby od niego rozpocząć swoją przygodę z górami wyższymi. Po udanym wejściu na wierzchołek schodzimy do Chuckung.

Dzień 15, Dzień 16, Dzień 17 Zejście z Chuckung do Tengboche, z Tengboche do Namche Bazar i dalej do Lukli

Dzień 18 Po atrakcjach trekkingowych wracamy do Kathmandu a następnie spędzamy czas na zasłużonym odpoczynku oraz pamiątkowych zakupach.

Dzień 19 Tego dnia wraz z nepalskim przewodnikiem poznajemy kulturę i historię Nepalu. Odwiedzimy jedyne w swoim rodzaju zabytki Kathmandu. Wśród propozycji Swayamabunath, 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.

Cena wyjazdu:

\$2280 + cena biletu lotniczego Warszawa – Kathmandu (3000-4000zł)

Cena wyjazdu obejmuje:

- 3 nocew hotelu 4* ze śniadaniem w Kathmandu w pokojach dwuosobowych;
- podczas trekkingu noclegi w lokalnych Lodgach z pełnym wyżywieniem (bez napojów) w pokojach dwuosobowych;
- przeloty Kathmandu-Lukla-Kathmandu;
- wszystkie transfery: lotnisko-hotel, hotel-lotnisko;
- opiekę polskiego pilota oraz 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;
- 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;



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