

# NEPAL

## Trekking a Kanchenjunga

28 días de viaje / 19 días de trekking  
Para los que buscan jugar en otra liga



Una ruta larga y exigente, con ambiente de expedición, sólo apto para amantes de la alta montaña.

¿Cumples los requisitos?

Bien, entonces sigue leyendo.

El Kanchenjunga con sus 8586 m. es la tercera montaña más alta del planeta es un gigante enorme que se levanta en la frontera entre Nepal y Sikkim.

Su nombre se traduce como "Los cinco tesoros de las nieves" ya que la montaña tiene cinco picos, cuatro de ellos por encima de los 8.450 m.

Este trekking te ofrece la posibilidad de recontracte con la alta montaña, llegar a pequeños pueblos aislados en la inmensidad y buscar los mejores lugares para acampar.

La ruta te llevará a atravesar los bosques de rododendros más bellos de Nepal, a deleitarte con cascadas en cascada y experimentar la más profunda soledad hasta alcanzar zonas con impresionantes vistas a los glaciares suspendidos de la cara norte del Kanchenjunga.

Es una región muy remota, hábitat del panda rojo y refugio del leopardo de las nieves.

Es el trekking más bello que se puede hacer en Nepal pero recuerda, sólo apto para unas pocas personas.

¿Eres una de ellas?

<b>DÍAS</b>	<b>ITINERARIO</b>	<b>ALIMENTACIÓN</b>	<b>ALOJAMIENTOS</b>
<b>1</b>	Vuelos Ciudad de Origen/Kathmandú	.././..	Vuelo
<b>2</b>	Llegada A Kathmandú	.././..	Hotel ****
<b>3</b>	Kathmandú	D/./..	Hotel ****
<b>4</b>	Vuelo Kathmandú/Biratnagar	D/A/C	Lodge
<b>5</b>	Vuelo Biratnagar/Taplejung (1.732 m)	D/A/C	Lodge
<b>6</b>	Suketar (2.400 m)	D/A/C	Lodge
<b>7</b>	Taplejung/Mitlung/Siwan (1.055 m)	D/A/C	Lodge
<b>8</b>	Mitlung/Siwan/Chhiruwa (1.330 m)	D/A/C	Lodge
<b>9</b>	Chhiruwa/Sekathum (1.680 m).	D/A/C	Lodge
<b>10</b>	Sekathum/Amjilosa (2.590 m).	D/A/C	Lodge
<b>11</b>	Amjilosa/Gyable (2.790 m)	D/A/C	Lodge
<b>12</b>	Gyable/Ghumsa (3.540 m)	D/A/C	Lodge
<b>13</b>	Ghumsa/Khangpachen (4.175 m)	D/A/C	Lodge
<b>14</b>	Khangpachen (4.175 m)	D/A/C	Lodge
<b>15</b>	Kangpachen/Lhonak (4.815 m)	D/A/C	Lodge
<b>16</b>	Lhonak/Pangpema (5.140 m)/Lhonak (4.815 m)	D/A/C	Lodge
<b>17</b>	Lhonak/Kangpachen (4.175 m)	D/A/C	Lodge
<b>18</b>	Khangpachen/Ghumsa (3.540 m)	D/A/C	Lodge
<b>19</b>	Ghumsa/Mani Buck (4.290 m)	D/A/C	Lodge
<b>20</b>	Mani Buck/Tcheram (Anda Phedi) (3.870 m)	D/A/C	Lodge
<b>21</b>	Tcheram/Chittre (3.520 m)	D/A/C	Lodge
<b>22</b>	Chittre/Mamangke (1.840 m)	D/A/C	Lodge
<b>23</b>	Mamaqngke/Khesewa (1.955 m)	D/A/C	Lodge
<b>24</b>	Khesewa/Lali Kharka (2.300 m)	D/A/C	Lodge
<b>25</b>	Lali Kharka/Suketar (2.400 m)	D/A/C	Lodge
<b>26</b>	Vuelos Taplejung/Biratnagar/Kathmandú	D/./..	Hotel ****
<b>27</b>	Kathmandú	D/./..	Hotel ****
<b>28</b>	Vuelos Kathmandú/Ciudad De Origen	D/./..	-----

**ALIMENTACIÓN    Desayuno: D    Almuerzo: A    Cena: C**

#### **ITINERARIO PREVISTO:**

##### **DÍA 1.- VUELOS CIUDAD DE ORIGEN/KATHMANDÚ**

Salida en vuelo con destino a Kathmandú.

##### **DÍA 2.- LLEGADA A KATHMANDÚ**

A la llegada, nos esperan en el aeropuerto para el traslado al hotel. Resto del tiempo libre.

##### **KATHMANDÚ**

Es la capital de Nepal y se encuentra en el centro de un prodigioso valle cuyos paisajes, hay que calificarlos entre los más bellos del mundo.

La ciudad, alegre y colorista como pocas, posee bellísimos monumentos y rincones, además de mercados y calles como Makhan Tole, en la que todavía se respira muy profundamente el ambiente de una localidad nepalí de la Edad Media, la plaza Durbar, que situada en el corazón de la antiquísima ciudad, es el núcleo histórico fundamental, y sin duda, el palacio de Kumari, construido en 1.760 como residencia de la diosa viviente en Nepal, con sus bellos balcones y ventanas de madera tallada.

El palacio Real, conocido como Hanuman Dhoka y residencia de la antigua dinastía Malla; la elegante pagoda de Narayana Mandir, los bellísimos edificios en torno a la plaza de Khastamandap y otros muchos lugares de interés harán la delicia de este primer contacto con el país.

Mención aparte merece el templo de Machendranath, santuario erigido en honor del dios de la lluvia, particularmente venerado en un país en que la inmensa mayoría, vive de la agricultura.

En los barrios del sur de la capital mucho menos frecuentados, podrás encontrar viejos santuarios y destaralados edificios que proporcionan un ambiente diferente.

### **DÍA 3.- KATHMANDÚ**

Tendrás el día libre para poder realizar la visita a los pueblos del valle.

#### **PATÁN**

Situada a tan sólo 6 km, es la segunda ciudad del valle en tamaño y un verdadero santuario de arte religioso y profano.

Se extiende al otro lado del río Bagmati y se precia de sus templos y artesanos, además de haber acogido la creación de las bellas obras que decoran la sorprendente plaza Durbar, repleta de la mayor muestra de arquitectura newari de Nepal.

Entre sus monumentos se encuentra el palacio Real, y el templo de ladrillo de dos plantas, Jagannarayan, cuyos techos están surtidos de esculturas en atléticas posturas sexuales.

A corta distancia a pie, en dirección norte desde la plaza, yace el templo Dorado, un monasterio budista custodiado por tortugas sagradas que deambulan por el patio, y el Kumbeshawar, que data de 1392 y está considerado el templo más antiguo de Patan.

En dirección sur, desde Durbar, se extiende una zona de calles de ensueño, flanqueadas por comercios de herreros y objetos de latón. Otros puntos de interés de la urbe incluyen un conjunto de cuatro estupas de hace más de 2.500 años, y el único zoológico del país, que alberga una variedad considerable de rinocerontes, tigres, leopardos y aves.

A las puertas del parque suelen reunirse adivinos y tarotistas que incluso se atreven a identificar en qué animal se reencarnará el viajero.

#### **BHAGDAON**

Conocida también como la vieja Bhaktapur, fue la capital del país durante la dinastía Malla, está situada a 35 km al sureste del centro de Katmandú y puede considerarse la más medieval de las tres urbes principales del valle.

A pesar de su reciente desarrollo, conserva un marcado aire de perpetuidad gracias a la mayor parte de su gloriosa arquitectura de finales del siglo XVII.

La mayoría de sus enclaves de interés pueden visitarse a pie; entre ellos, también aparece otra plaza Durbar, mayor que la ubicada en la capital, con sus propios templos, estatuas y columnas, destacando el palacio de las Cincuenta y Cinco Ventanas.

La segunda plaza en importancia de la ciudad, es Taumadhi Tole que acoge el templo más alto del valle, el Nyatapola, y uno de los mayores centros de peregrinaje: el Til Mahadev Narayan.

A escasa distancia se halla el mercado de alfarería. En dirección este, a través de las sinuosas callejuelas del casco antiguo, yace la plaza de Tachupal Tole, provista igualmente de templos, monasterios y museos de artesanía.

Además de las visitas a los templos, merece la pena observar con detalle los rituales de la vida cotidiana: la colocación del grano para su secado al sol, las familias recogiendo agua o lavando en pilas comunales, los niños jugando, los hilos tintados balanceándose con la brisa o los alfareros trabajando.

### **DÍA 4.- VUELO KATHMANDÚ/BIRATNAGAR**

Vuelo hacia Biratnagar, situada al sureste de Kathmandú, una de las principales ciudades del país, donde pasarás la noche.

### **DÍA 5.- VUELO BIRATNAGAR/TAPLEJUNG (1732 M)**

Vuelo a Taplejung, disfrutando de buenas vistas sobre el Jannu y el Kantchenjunga. Tendrás tiempo libre antes de ir a dormir en por al campamento.

### **DÍA 6.- SUKETAR (2400 M)**

Este día lo dedicarás a la preparación del equipo para el trekking con la vista siempre presente en el macizo del Kantchenjunga.

**DÍA 7.- TAPLEJUNG/MITLUNG/SIWAN (1055M)**

Comienzo de la jornada descendiendo hacia el curso del río Tamur entre bosques frondosos y campos de cultivo hasta llegar a Siwan (1.055 m).

**DÍA 8.- MITLUNG/CHHIRUWA (1330M)**

Te encontrarás con numerosas subidas y bajadas, en la que se cruzan varios puentes colgantes, hasta llegar a Chhiruwa (1.330 m).

**DÍA 9.- CHHIRUWA/SEKATHUM (1680M)**

Cruzarás el río Simbua, proveniente de la cara sur del Kantchenjung y alcanzarás el río Ghunsa, que se origina en la cara noroeste de la misma montaña, para llegar a Sekathum (1.680 m).

**DÍA 10.- SEKATHUM/AMJILOSA (2590M)**

Dura jornada para seguir la estrecha garganta del Ghunsa Khola con numerosas subidas y bajadas, hasta llegar a Amjilosa (2.590 m), donde finalmente acamparás.

**DÍA 11.- AMJILOSA/GYABLE (2790)**

Continuarás el trekking, siguiendo de nuevo la garganta del Ghunsa Khola, hasta Gyable (2.790 m). La necesidad de cruzar arroyos laterales nos obliga a numerosas pérdidas de altura.

**DÍA 12.- GYABLE/GHUMSA (3540M)**

Tras atravesar algunos pequeños poblados llegarás al pueblo de Ghumsa (3.540 m), en el valle principal, habitado por Bothias de origen tibetano y donde se instalará el campamento.

**DÍA 13.- GHUMSA/KHANGPACHEN (4175M)**

Comenzarás a tener magníficas vistas del macizo del Kantchenjunga y en especial del Jannu. La ruta atraviesa algunos desprendimientos, que hacen necesario extremar la atención. Una vez llegues a Khangpachen (4.175 m) acamparás.

**DÍA 14.- KHANGPACHEN (4175M)****Aclimatación**

Esta jornada está dedicada al descanso y a la aclimatación donde estarás acompañado de magníficas vistas del Jannu (7.710 m), Khagpachen (7.903 m) y en general de todo el macizo

**DÍA 15.- KHANGPACHEN/LHONAK (4815M)**

6-7 horas.

Un aéreo camino que sortea algunos deslizamientos nos sumerge en el interior del macizo hasta llegar finalmente a Lhonak (4.815 m), situado en una inmensa llanura rodeada de picos de seis y siete mil metros de altura.

**DÍA 16.- LHONAK/PANGPEMA (5.140 M)/LHONAK (4.815 M).**

De madrugada comenzarás la ascensión hacia Pangpema (5.140 m), lugar utilizado como campo base de las expediciones a la cara norte del Kangchenjunga y situado al borde del glaciar de Yalung.

El camino asciende pausadamente por praderas y poco a poco van apareciendo los altos picos como el Yalung Kang (8.433 m), Kantchenjunga central (8.586 m), Gimmigela (7.350 m), Chang Himal (6.750 m).

Una vez alcanzado el punto alto tocará descender a Lhonak.

**DÍA 17.- LHONAK/ KHANGPACHEN (4175M)**

Hoy disfrutarás de una tranquila caminata de descenso hasta Khangpachen (4.175 m).

**DÍA 18.- KHANGPACHEN /GHUMSA (3540M)**

Continuarás el descenso hasta Ghumsa (3.540 m).





**DÍA 19.- GHUMSA/MANI BUCK (4290M)**

Comenzarás la travesía de los collados, que te llevará hasta la vertiente sur del macizo.

La ruta salva importantes desniveles en medio de un paisaje formidable. Llegarás a Mani Buck (4.290 m), donde pasarás la noche.

**DÍA 20.- MANI BUCK/TCHERAM (3870M)**

Caminarás a una altitud media de cuatro mil metros, cruzando los collados Sinion La (4.660 m), Mirgin La (4.675 m) y por último un innominado collado de 4.720 m.

Desde este último una vertiginosa pendiente te conducirá al pueblo de Tcheram (3.870 m), con buenas vistas del Jannu, Everest, Lhotse y Makalu.

**DÍA 21.- TCHERAM /CHITTRE (3520M)**

Comenzarás el descenso por la vertiente sur del macizo, hasta Chittre (3.520 m), salvando un gran desnivel de subida y bajada.

**DÍA 22.- CHITTRE/MAMANGKE (1840M)**

Continuarás el trekking siguiendo el curso del río Kabeli, hasta llegar a Mamangke (1.840 m). Este valle está poblado por la raza Limbu.

**DÍA 23.- MAMANGKE/KHESEWA (1955M)**

Entre campos aterrizados y cuidados pueblos continuarás la ruta hacia el sur hasta llegar a Khesewa (1.955 m.), donde acamparás.

**DÍA 24.- KHESEWA /LALI KHARKA (2300M)**

Este día la travesía te llevarás por valles laterales lo que obliga a continuos descensos y ascensos hasta llegar a Lali Kharka (2.300 m)

**DÍA 25.- LALI KHARKA (2300M) / SUKETAR**

Disfrutarás de magníficas vistas del macizo del Kantchejunga hasta la llegada a Suketar (2.400 m), punto final del trekking.

**DÍA 26.- VUELOS TAPLEJUNG /BIRATNAGAR/KATHMANDU**

Vuelo a Biratnagar para conectar con el vuelo a Kathmandú.

A la llegada, te estarán esperando para llevarte al ansiado hotel. El resto del día lo tendrás libre.

**DÍA 27.- KATHMANDU**

De nuevo dispondrás del día libre para poder realizar las últimas visitas y compras.

**BODNAT**

Es una viejísima stupa, considerada como la mayor del país y una de las más grandes del planeta, está coronada por una bella torre, donde en cada una de sus caras figuran los ojos de Buda. También actúa como centro de concentración de la considerable población tibetana de Nep

**SWAYAMBUNATH**

Es otra de las joyas de Nepal, conocida sobre todo por ser la sede del monasterio budista más importante del país.

Posee unos cimientos cuya antigüedad se remonta a casi 2.000 años; la elevada estupa central aparece coronada por un bloque dorado que representa los ojos vigilantes de Buda.

En su base cuenta con diversas ruedas de oración que los peregrinos, tras rodear el templo, hacen girar cada vez que se cruzan con ellas.

También es conocida como el templo de los Monos debido a la gran cantidad de ellos que custodian la colina y divierten a visitantes y devotos con sus juegos.

#### PASUPATINAT

Situados también en el valle este conjunto de templos es el segundo centro más importante de peregrinación para los hinduistas, y donde existe un lugar de cremaciones, semejante a los del Ganges.

#### **DÍA 28.- VUELOS KATHMANDU/CIUDAD DE ORIGEN**

Dispondrás de hotel hasta las 12 horas o hasta la hora de ir al aeropuerto para despedirte de Nepal y volver a casa.

Fin de nuestros servicios.

#### **FECHAS DE SALIDA DESDE Madrid y Barcelona**

**sábado, 1 octubre 2022**

**sábado, 5 noviembre 2022**

**Consultar salidas desde otras ciudades**

#### **FECHAS DE SALIDA INDIVIDUALES**

**TODOS LOS DÍAS ENTRE EL 28 SEPTIEMBRE Y 1 MAYO 2023.**

#### **GRUPO MÍNIMO 6 PERSONAS**

#### **PRECIOS POR PERSONA**

GRUPO DESDE 10 PERSONAS

**3.350,00 €**

GRUPO DE 6 A 9 PERSONAS

**3.599,00 €**

SUPL. HAB. INDIVIDUAL

**50,00 €**

-----  
TASAS AÉREAS

-----  
**395 €(APROX)**

#### **SERVICIOS INCLUIDOS**

Vuelos Ciudad de origen/Kathmandú/Ciudad de origen con conexiones intermedias

Vuelos Kathmandú/Bhadrapur/Kathmandú.

Recepción en el aeropuerto.

Traslados especificados.

Alojamiento en hotel de 1º categoría en habitaciones dobles con baño privado y lodges (según cuadro).

Alimentación especificada en el cuadro.

Material de uso colectivo durante el trekking.

Actividades especificadas.

Shidar (guía local) de habla inglesa, porteadores y cocinero.

Permiso de trekking.

Seguro de asistencia en viaje

#### **SERVICIOS NO INCLUIDOS**

Alimentación no especificada en el cuadro.

Equipo personal de trekking.

Saco de dormir.

Visitas y actividades no especificadas en el itinerario.

Guías y visitas en Kathmandú y el valle.

Entradas a los lugares a visitar.

Extras personales, como bebidas, lavandería, teléfono...etc.

Propinas.

Visado.

Tasas de aeropuerto.



Cualquier otro concepto no mencionado como incluido

## **DOCUMENTACIÓN**

Pasaporte en vigor, con una validez mínima de 6 meses

Visado: se tramita en el aeropuerto a la llegada (40 usd aprox. y 2 fotografías).

3 fotografías, para la tramitación del permiso de trekking.

\* Para conocer la situación actual del país consultar la página WEB del Ministerio de Asuntos Exteriores [WWW.MAE.ES](http://WWW.MAE.ES)

## **SANIDAD**

IMPRESINDIBLE consultar cualquiera de los Centros de Vacunación Internacional autorizados ya que pueden ser recomendables vacunas y tratamiento antipalúdico, cuya prescripción deberá realizarse de forma personalizada.

<http://www.msc.es/profesionales/saludPublica/sanidadExterior/salud/centrosvacu.htm>

## **SEGURO**

En este viaje hemos incluido un seguro con AXA de asistencia en viaje con cobertura de cancelación de hasta 2000 € por 34 supuestos especificados en la póliza.

Puedes consultar las condiciones de ambos en nuestra página web:

[www.trekkingyaventura.com/seguros/vipplus2000experience.pdf](http://www.trekkingyaventura.com/seguros/vipplus2000experience.pdf)

## **EQUIPO HUMANO**

Nuestro corresponsal en Nepal, de habla inglesa, está localizable en Kathmandú.

Recepción en el aeropuerto de Kathmandú a la llegada.

Shirdar (guía local), porteadores y equipo de cocina durante el trekking.

El Shirdar es un buen conocedor de la zona, las costumbres y las gentes, y es el que coordinará, la marcha del trekking y del equipo que acompaña.

En todas las salidas existe la posibilidad de viajar con guía de Trekking y Aventura en español, aplicando los suplementos indicados al número de personas inscritas

## **TASAS AÉREAS**

Son impuestos por la utilización de los aeropuertos que se pagan en efectivo, directamente, antes de realizar el embarque.

vuelos nacionales: 170 rupias aprox. (dependiendo del destino).

vuelos internacionales: 1695 rupias aprox. (dependiendo del destino).

## **DIVISAS**

La unidad monetaria es la RUPIA NEPALÍ (NPR).

Puedes consultar la equivalencia en <http://www.xe.com/ucc/es>.

## **PROPINAS**

Es costumbre habitual dar una propina al equipo que nos ha ayudado durante el trekking y gracias al cual habremos logrado nuestros objetivos. Pese a ser una costumbre que podemos no compartir como concepto, debemos darnos cuenta de donde estamos y de lo que ello representa en sus economías y en las nuestras. La cantidad estimada es de unos 50 USD (aprox.) por persona para todo el equipo.

## **CLIMA**

A la hora de viajar a Nepal, se debe tener muy en cuenta el factor climático. La época más apropiada abarca los meses de octubre y noviembre, que marcan el comienzo de la estación seca. Durante este período el clima es agradable, el aire limpio, la visibilidad perfecta y el país se presenta exuberante tras el paso del monzón. Le siguen los meses de febrero y abril: final de la temporada seca. Aunque la visibilidad resulta más deficiente debido al polvo, el clima se mantiene templado y acontece una explosión de colores y belleza protagonizada por las flores. Durante los meses de diciembre y enero el clima y la visibilidad son excelentes pero las temperaturas son extremas en las montañas.

## **EQUIPO Y MATERIAL RECOMENDADO**

EQUIPO DE VIAJE

Ropa cómoda de viaje adaptada a un clima cálido en el sur y frío en el norte.

Zapatillas de deporte/ sandalias de goma/ bañador y toalla de baño.

Bolsa de aseo (incluir toallitas húmedas, crema antisolar de alta protección, protector labial).

Prismáticos y material fotográfico

EQUIPO DE TREKKING

Mochila mediana (de 40 l aprox.)/ saco de dormir de gran resistencia al frío/ botas ligeras de montaña tipo trekking/ calcetines térmicos/ leotardos o termofibra/ pantalón de montaña/ pantalón chubasquero/ camisetas térmicas/ chándal/ forro polar/ plumífero/ chaqueta de Gore-Tex/ capa de agua/ guetres-polainas de nylon/ guantes.

BOTIQUIN

Antibiótico de amplio espectro/ analgésicos (paracetamol con codeína -mal de altura-, Aspirina...)/ antiácido/ antiinflamatorio/ antidiarreico/ antihistamínico/ pomada antibiótica/ pomada antiinflamatoria/ primperán/ desinfectante/ algodón/ tiritas/ venda/ esparadrapo/ bebidas isotónicas.

## RESERVA

1) La reserva se pueden formalizar por teléfono o por correo electrónico a la siguiente dirección:

[info@trekkingyaventura.com](mailto:info@trekkingyaventura.com)

telf. 91 522 86 81

**Datos para reservar:**

- **nombre y apellidos** de la persona que va a viajar (exactos a los del pasaporte) y **número DNI**.
- teléfono de contacto y correo electrónico.
- pasaporte escaneado en color (ó en su defecto una foto del mimos con imagen nítida y sin brillos)

2) Se abonará un depósito del 40% del importe total del viaje por persona. **NO SE CONSIDERA DEFINITIVA LA RESERVA HASTA NO TENER CONSTANCIA DEL CITADO PAGO.**

Se admite

Transferencia bancaria: Banco Santander

ES0600750349460601118121 (BIC): BSCHEMMXXX.

Titular: Trekking y Aventura

Tarjeta de crédito Visa y/o Masterd Card y pasarela de pago seguro, consúltanos tus claves de acceso.

Es necesario que **SIEMPRE APAREZCA EL NOMBRE Y APELLIDOS DE LA/S PERSONA/S QUE VAN A VIAJAR**

3) A continuación de tener constancia de estos trámites, enviaremos un correo electrónico adjuntando el recibo del depósito realizado y un código de cliente que junto con tu número de DNI, permitirá el acceso al Área Reservada de Clientes en nuestra web [www.trekkingyaventura.com](http://www.trekkingyaventura.com), donde podrás actualizar tus datos personales, consultar algunos datos de tu reserva y descargar la documentación en el momento que todo lo tengamos preparado, además podrás comunicarte con nosotros de manera más rápida y eficaz.

En caso que superen los 5 días laborables sin recibir dicha comunicación, por favor CONTACTA CON NUESTRAS OFICINAS DE TREKKING Y AVENTURA. Siempre estamos a tu disposición de lunes a viernes en calle ventura rodríguez 15, 28008 Madrid y en el 91-5228681.

\*Las informaciones contenidas en este dossier, han de tomarse única y exclusivamente a título informativo, estando sujetas a posibles variaciones.

**Viajes Trekking y Aventura declina toda responsabilidad por cualquier circunstancia derivada de una interpretación errónea de la información arriba publicada.**

**Sujeto a las condiciones generales que se encuentran en nuestra web.**

[www.trekkingyaventura.com/condiciones.asp](http://www.trekkingyaventura.com/condiciones.asp)