



TREKKING EN NEPAL

Katmandú, Mulkot, Phakding, Namche Bazaar, Dibuche, Dingboche, Chhukung, Lobuche, Campamento Base Everest, pheriche, Tyanboche y Lukla

Viaje para pasajeros experimentados en trekking, que te llevará hasta el campamento base del Everest.

Día 1 Ciudad de origen - Katmandú

Vuelo de salida hacia Katmandú. Noche a bordo.

Día 2 Katmandú

Llegada a Katmandú. Traslado al hotel. Cena y alojamiento.

Día 3 Katmandú - Mulkot (Media pensión)

Desayuno. Salida por carretera hacia Mulkot, (aprox. 4 horas) Cena y alojamiento. Nota: la distancia desde Mulkot a Ramechhap es una hora media en coche. Los hoteles en Ramechhap son muy básicos por lo tanto aconsejamos quedarse en Mulkot. Cena y Alojamiento en el hotel.

Día 4 Mulkot - Ramechhap - Lukla - Phakding (Pensión completa)

Distancia recorrida: 8 km/ aprox. 3-4 h trekking. Desnivel de ascenso: 230 m. Desayuno. Traslado al aeropuerto muy temprano para salir en vuelo doméstico y volar hasta la diminuta pista de aterrizaje de Lukla situado a 2.840 metros de altura. El vuelo en sí es impresionante. Realizamos una caminata hasta Phakding desde donde empezaremos a contemplar las vistas del pico Kusum Kangaroo (6.369 m); un día fácil para ayudar a la aclimatación. Se trata de un sendero muy concurrido. Almuerzo en un restaurante local. Cena y alojamiento en el lodge.

Día 5 Phakding - Namche Bazaar (Pensión completa)

Desnivel de ascenso: 830 m. Distancia recorrida: 11 km aprox. 5-6 horas de caminata. Desayuno. No es un día largo, el camino asciende suave-

mente hasta la entrada de Parque Nacional de Sagarmatha (Jorsalle). Almuerzo en Jorsalle. Después de cruzar el puente colgante, una subida dura hasta Namche Bazaar. Mientras subimos tenemos nuestras primeras vistas del Everest (8.848 m), Nuptse (7.879 m). Resto del día para disfrutar de la espléndida hospitalidad sherpa. Cena y alojamiento en el lodge.

Día 6 Namche Bazaar (Pensión completa)

Altitud 3.440 m. Después del desayuno, aprovechamos este día para aclimatarnos. Subimos hasta Everest View Hotel, desde donde tenemos una magnífica vista del Monte Everest y Amadablam. Bajamos al Pueblo de Khumjung, visita de la escuela del señor Admen Hillery y visita del monasterio de Khumjung en donde esta una calavera lo que se considera que es del Yeti. Regreso a Namchebazar. Almuerzo. Disfrutaremos la tarde de descanso. Cena y alojamiento en el lodge.

Día 7 Namche Bazaar - Dibuche (Pensión completa)

3.440 m. Trekking a Dibuche (3.867 m.) Desnivel de ascenso: 420 m. Distancia recorrida: 11 km: aprox. 5-6 horas de caminata. Tras el desayuno caminaremos por un sendero muy agradable bajo el elevado pico de Thamserku. Descenderemos hasta el Imja Khola para el almuerzo en Phungitanga, donde hay una serie de ruedas de oración impulsadas por el agua. Por la tarde subiremos de forma constante durante unas 2 horas hasta el Monasterio de Tyanboche y disfrutaremos de las magníficas vistas de los

gigantes del Himalaya, Everest (8.848 m), Nuptse (7.879 m), Lhotse (8.501m), Kangtega y Thamserku. Caminamos 20 minutos más hasta Dibuche. Cena y alojamiento en un albergue local.

Día 8 Dibuche - Dingboche (Pensión completa)

3.867 m. Trekking a Dingboche (4.410 m). Desnivel de ascenso: 550 m. Distancia recorrida: 10,8 km: aprox. 5-6 h trekking. Desayuno y comenzamos el ascenso por el valle del Imja Khola hasta Pangboche (3.930 m). Nos detenemos aquí para el almuerzo en un restaurante local. Continuación hacia el pueblo de verano de Dingboche. Tendremos durante el día un magnífico paisaje del que no se cansa uno de contemplar. Cena y alojamiento en un albergue local.

Día 9 Dingboche - Chhukung (Pensión completa)

4.730 m. 5 horas de trekking. Distancia recorrida: 5 km. Desayuno. Realizaremos una subida hasta Chhukung 4.730 m. El sendero es bastante plano, con pendientes y bajadas constantes. Se sugiere un ritmo lento para un sendero ascendente un poco más difícil. Chhukung Ri ofrece una espléndida vista panorámica del Lhotse, Cho Oyo, Ama dablam, Amphu Lapcha, Baruntse, Makalu, Cholaste, etc. Almuerzo en un restaurante local. Cena y alojamiento en un albergue local.

Día 10 Chhukung - Dingboche - Lobuche (Pensión completa)

5.364 m. Desayuno. Caminaremos hasta Lobuche, la mayor parte del camino es plano hasta

Thukla. El camino después desde Thukla es por roca de glaciar. Almuerzo en un restaurante local. Cena y alojamiento en Lobuche.

Día 11 Lobuche - Campamento Base Everest - Gorekshep (Pensión completa)

Desayuno. Caminata desde Lobuche a Gorekshep (4 horas, altitud 5.140 m). Almuerzo en Gorekshep y continuación de la caminata hasta al campamento Base del Everest (altitud 5.380 m). Disfrutaremos de las vistas del glaciar de Khumbu y regreso a Gorekshep. Alojamiento en un albergue de Gorakshep.

Día 12 Gorekshep - Pheriche (Pensión completa)

Por la mañana temprano excursión a Kala Pattar (altitud 5.550 m), un excelente mirador de la región para ver el Everest. Bajamos al albergue de Gorekshep. Desayuno y continuamos la caminata de 6-7 horas hacia abajo para llegar al pueblo de Pheriche (altitud 4.240 m). Almuerzo en un restaurante local. Cena y alojamiento en un albergue de Pheriche.

Día 13 Pheriche - Tyanboche (Pensión completa)

Desayuno. Caminata de más o menos 4 horas, descendiendo a Tyanboche. También podemos visitar el Monasterio Budista, que es el más grande de Khumbu. Almuerzo en un restaurante local. El monasterio está rodeado de montañas, los yaks pastan en la pequeña pradera y los monjes recitan sus oraciones. Sin duda, este es uno de los lugares más bellos del mundo. Almuerzo, cena y alojamiento en Tyanboche.

Día 14 Tyanboche - Namche Bazaar (Pensión completa)

Desayuno. Caminata de 4 a 5 horas hasta Namche Bazaar. Almuerzo, cena y alojamiento en Namche Bazaar.

Día 15 Namche Bazaar - Lukla (Pensión completa)

Desayuno. Caminata de 7 a 8 horas hacia Lukla (altitud 2.840 m). Caminamos descendiendo hasta Phagding. Almuerzo en un restaurante local. Desde Phagding ascendemos hasta Lukla. Cena y alojamiento en un albergue de Lukla.

Día 16 Lukla - Ramechhap - Katmandú

Desayuno. Salida para tomar el vuelo desde Lukla hasta Ramechhap y continuación por carretera a Katmandú. Llegada y alojamiento.

Día 17 Katmandú

Desayuno. Día libre.

Día 18 Katmandú - Ciudad de origen

Desayuno. Traslado al aeropuerto. Vuelo de regreso. Noche a bordo. (Con algunas compañías aéreas el vuelo es diurno y la llegada será este día en lugar del día siguiente).

Día 19 Ciudad de origen

Llegada.

PRECIO ORIENTATIVO 4.100 €



19 ☀ / 16 ☾

SERVICIOS INCLUIDOS

- Vuelos en línea regular, clase turista.
- Compensación huella de CO2 de todos los vuelos.
- Traslados, visitas y entradas, según itinerario.
- Asistencia a la llegada en los aeropuertos de habla inglesa.
- Alojamiento en hoteles previstos (o similares), en régimen indicado en itinerario.
- 12 almuerzos y 14 cenas según itinerario (sin bebidas).
- Circuito exclusivo para Clientes Icarion. Sherpas (guías de trekking) de habla inglesa durante el trekking.
- Porteadores (normalmente es un porteador por pareja). Permiso de trekking.
- Seguro de viaje.
- Tasas aéreas y carburante.

EXPERIENCIAS DESTACADAS

- Conocer el valle de Katmandú.
- Amanecer en Sarangkot.
- Ir al Santuario de Manakamna en teleférico.

SALIDAS 2026/27

Del 1/4/26 al 31/3/27: diarias

HOTELES (indicados o similares)

Ciudad	Hotel
Cat. (3* y albergues)	
• Katmandú	Lo Mustang
• Mulkot	Akship Resort
• Phakding	Albergue local - Guest House Básico
• Namche Bazaar	Albergue local - Guest House Básico
• Dibuche	Albergue local - Guest House Básico
• Dingboche	Albergue local - Guest House Básico
• Chhukung	Albergue local - Guest House Básico
• Lobuche	Albergue local - Guest House Básico
• Gorekshep	Albergue local - Guest House Básico
• Pheriche	Albergue local - Guest House Básico
• Tyanboche	Albergue local - Guest House Básico
• Lukla	Albergue local - Guest House Básico

A TENER EN CUENTA

Visado de Nepal no incluido.

Posibilidad de tener guía acompañante de habla castellana durante todo el recorrido. Consultar suplemento.

No incluye: Saco de dormir. Alquiler de caballos en casos de ser necesario. Gastos personales como propinas, lavandería, teléfono, fax, permisos de cámara, bebidas o propinas.

No incluye: Cualquier gasto derivado de problemas ajenos a la organización, como desastres naturales, accidentes o evacuaciones médicas.

