



## CAMP DE BASE DE L'EVEREST KALAPATTAR

C'est le grand classique... Accessible à presque tous en respectant les paliers d'adaptation à l'altitude et en marchant tranquillement. En montant sur l'arête du Pumori, vous verrez se lever le soleil sur le mythique sommet de l'Everest. **\*\*Festival de Mani Rimdo au monastère de Tyangboche Novembre**

**Altitude maximum : 5 550 m**

**Saison : octobre-novembre mars-mai**

**Difficulté : Habitué à randonner**



11 jours de trek



KTM/Lukla/KTM

### Itinéraire :

: Arrivée à Kathmandu, *accueil et transfert à l'hôtel Nuit hôtel*

**1 Jour : Lukla (2 840 m) - Phakding (2 800 m) ⌚ 4 +50m -250m**



Pour Lukla. Arrivée à Lukla dans la matinée et départ du trek. Le trek commence par une courte descente vers la vallée de la Dudh-Koshi. A partir du village de Chaunrikarka nous nous dirigeons vers le nord à travers les villages Sherpas où sont cultivés du blé, des pommes de terre, du maïs et des légumes.

**2 Jour : Phakding (2 800m) - Namche Bazar (3 500 m) ⌚ 6 +900m -50m**

Nous longeons tout d'abord la Dudh-Kosi, le chemin monte en pente douce. Nous traversons la rivière à plusieurs reprises, jusqu'à Jorsale (2805 m). Puis nous commençons la longue et raide montée vers Namche-Bazar. Si le temps est clément, nous pouvons voir l'Everest. Nous arrivons à Namche après ce bel effort ! Découverte de ce célèbre village Sherpa.

**3 Jour : Namche Bazar (3 500 m) ⌚ 4**

1ère journée d'adaptation à l'altitude. Excursion à Thamo, ou repos et balade à Namche.

**4 Jour : Namche Bazar (3 500 m) - Deboche (3 710 m) ⌚ 6**

La marche vers Thyangboche est l'une des plus spectaculaires du Népal. Le sentier serpente autour des crêtes et nous pouvons apercevoir clairement l'Everest à l'horizon, avant la descente parmi les splendides forêts de rhododendrons. Puis nous traverserons la Dudh Kosi avant une montée le long d'une crête. Nous sommes en terre bouddhiste, qui respecte toutes les formes de vie, la faune y donc très présente. Nous arrivons ensuite au petit village entourant le monastère de Thyanboche. Belle vue sur l'Everest et d'autres sommets. Encore une petite heure tout en descente nous amenera à notre étape : Deboche.

**5 Jour : Deboche (3 710 m) - Dingboche (4 410 m) ⌚ 5**

Nous commençons, après une courte traversée de forêt, par traverser l'Imja Khola, avant d'entreprendre une légère ascension vers le village de Pangboche (4000 m). Nous pouvons alors faire un petit détour pour visiter le monastère Pangboche, le plus ancien monastère de la région de Khumbu, dont la construction daterait de plus de 300 ans. La vue sur l'Ama Dablam, un des plus impressionnants sommets des Himalayas, est imprenable. Nous traversons la rivière avant de monter jusqu'à Dingboche, situé au pied de l'Ama Dablam.

**\*\*\* Si vous avez assez de temps, nous conseillons, pour une meilleure adaptation à l'altitude, de rester une journée à Dingboche. Beaucoup de belles balades à faire aux alentours.**

**6 Jour : Dingboche (4 410 m) - Lobuche (4 910 m) ⌚ 5**

Nous gagnons de l'altitude, il est important de marcher lentement et à un rythme régulier. Les pentes sont à présent désertes, puisque nous avons atteint le plateau au-dessus de la ligne des arbres. Nous pourrions admirer

le Cholatse et le Lobuche. Puis, par la crête de Dhugla et les moraines, nous marchons en direction du glacier du Khumbu. Nous croisons des empilements de pierres qui ont été érigés en mémoire d'alpinistes ayant perdu la vie à la conquête des hauts sommets de la région, incluant l'Everest. Arrivée à Lobuche ou nous pourrons, depuis une colline au-dessus du village admirer le soleil se coucher sur le Nuptse.

**7 Jour : Lobuche (4 910 m) - Gorak Shep (5 140 m) - EVBC (5 364m) - Gorak Shep** 🕒 3+5 +230m / +224m

Nous marchons en longeant le glacier du Khumbu, puis par un petit sentier vers la moraine rocailleuse qui mène à Gorak Shep. Nous sommes en haute altitude, parmi les glaciers et les plus hauts sommets du monde. Déjeuner. Ceux qui le désirent continueront le trek vers le camp de base de l'Everest. C'est généralement en mars-avril, avant la mousson que les alpinistes se préparent pour tenter l'ascension de l'Everest. Retour à Gorakshep

**8 Jour : Gorakshep - Kalapattar (5 550 m) - Pheriche (4 240 m)** 🕒 6/7 +410m -1 310m

Nous partons à la frontale pour l'ascension de Kala Pattar. « roche noire » appelé aussi Pumori. Depuis ces roches noires au sommet, la vue est mémorable. La plupart des regards se dirigent vers le massif de l'Everest. De nombreuses routes vers le sommet sont visibles d'ici. En-dessous de nous, le glacier du Khumbu serpente vers les cascades glacières. Nous pouvons voir le site où les alpinistes dressent maintenant leur camp de base, mais le lieu original était au lac Camp, maintenant connu sous le nom de Gorak Shep. Nous prendrons le temps de nous imprégner de la grandeur de l'Himalaya, avec une boisson chaude au sommet avant de redescendre à Gorakshep. Nous descendrons ensuite à Pheriche pour notre étape du soir.

**9 Jour : Pheriche (4 240 m) - Phunki Tenga (3 250 m)** 🕒 6 +110m -920m

Nous marchons le long de l'Imja Khola jusqu'à Tengboche et son très célèbre monastère, construit au pied des impressionnants Thamserku (6608m) et Kangtega (6685m). Visite du monastère de Tengboche. Puis, c'est par une descente un peu raide que nous rejoignons la Dudh Kosi à Phunki Tenga notre étape du soir

**10 Jour : Phunki Tenga (3 250 m) - Khumjung (3 780 m) - Jorsale (2 830 m)** 🕒 6/7 +160m -1120m

Petit détour par le village de Khumjung, cher au cœur de Sir Hillary. Puis nous rejoindrons Namche Bazar et enfin le petit hameau de Jorsale.

**11 Jour : Jorsale (2 830 m) - Lukla (2 840 m)** 🕒 5

Retour à Lukla pour votre dernière soirée !

**12 Jour :**  Kathmandu. *Nuit hôtel*

*: Transfert aéroport*

Cet itinéraire est modulable selon le nombre de jours dont vous disposez. N'hésitez pas à nous contacter pour le remodeler.

\*\*\* Il peut arriver, pour cause de mauvaise météo, que le vol soit retardé ou annulé... Vous devez prévoir impérativement 2 journées de sécurité à Kathmandu avant votre vol international. Maintenant il est possible de rejoindre Kathmandu en jeep, bus depuis Lukla, mais il faut compter minimum 2 jours.

- **Trek possible en solo avec un guide qui porte votre sac**
- **Guide francophone** En supplément
- **Transferts aéroport pour vols internationaux** En supplément
- **Visites culturelles** En supplément
- **Hôtels** Namtso Rest house (Avec salle de bain/WC dans la chambre sans petit déjeuner/ Thamel)  
Prince (salle de bain/WC avec petit déjeuner / Chetrapati / 2\*)  
Mandala Boutique (salle de bain/WC avec petit déjeuner/ Chetrapati / 3\*)  
Mi Casa (salle de bain/WC avec petit déjeuner/ Thamel / 3\*)  
Kantipur Temple (salle de bain/WC avec petit déjeuner/Thamel / 3\* charme)



**2 : A partir de 1230 € / personne**

**6 : A partir de 1060 € / personne**

- **En supplément**

Les prix peuvent varier en fonction du taux de change entre l'euro et la devise locale ainsi que les taxes gouvernementales et sont donnés à titre indicatif. Nous vous proposerons un devis <<sur mesure>> dès que

vous serez en **contact avec nous**.

### **Compris :**

- Transports mentionnés au programme.
- Lodge avec pension complète pendant le trekking (petit déjeuner/repas et dîner végétariens, choisis parmi les propositions de votre guide /1 boisson chaude par repas)
- Permis (carte TIMS) et entrées parcs nationaux
- Guide anglophone (ou francophone avec supplément), sherpas (à partir de 5 personnes/ 2 à partir de 8), porteurs (1 porteur se charge de 2 sacs maximum et d'un poids total de 24/28kg)
- Vol KTM/Phaplu et Lukla/KTM pour vous et votre guide. Les porteurs et Sherpas viennent de Saleri.
- Assurance, transport, gîte et couvert équipe locale

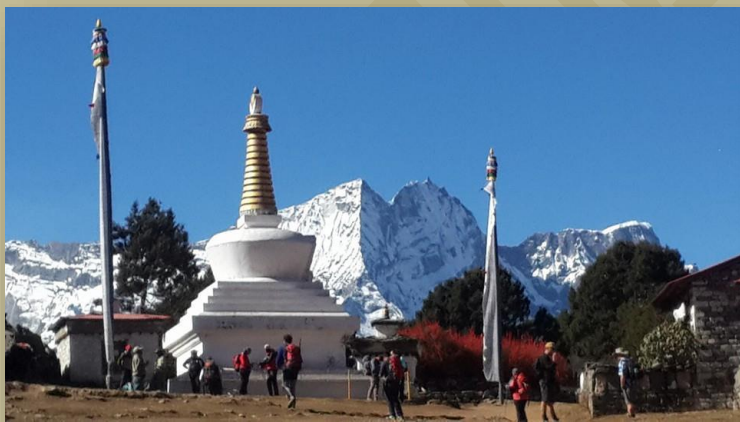
### **A votre charge :**

- Séjour à Kathmandu
- Boissons alcoolisées et sodas pendant le trek
- Douche chaude et recharge de batteries
- Pourboires
- Équipement personnel (duvet, etc.)
- Vol international
- Visa népalais
- Assurance personnelle Très important : Soyez sûr que votre assurance couvre, dans le cas d'accident, tous les frais médicaux, coût d'évacuation par l'hélicoptère et rapatriement par le vol international pour rentrer chez vous.

Si vous souhaitez prolonger votre séjour, nous pouvons vous proposer d'autres activités et nous charger de les organiser pour vous :

Des séjours dans le Terai à Chitwan ou Bardia, découverte de Bhaktapur, Bandipur, de la vallée de Kathmandu ou du rafting et canoning ou des cours de cuisine ou de Yoga, un survol de l'Himalaya ou en ULM à Pokhara

Voir nos propositions détaillées sur le site



**Agence : PARFUM DU NEPAL Trekking & Expedition (P).L.T.D**

**Email: [info@parfumnepal.com](mailto:info@parfumnepal.com)**

**Website: [www.parfumnepal.com](http://www.parfumnepal.com)**