Camp base de l'Everest Classique

Jours:	15
Prix à partir de:	1290 EUR Vol international non inclus
Confort:	★★★☆☆
Difficulté:	★★★☆☆

Les incontournables Trekking

Faites connaissance avec l'Everest et les plus hauts sommets de la Terre: Everest (8848 m), Lhotse (8501 m), Ama Dablam (6856 m), Pumori (7165 m) et Nuptse (7861 m). Découvrez le **Namche Bazaar**, la capitale des Sherpas. Une journée consacrée à une excursion autour de Namche Bazaar pour s'acclimater. Les villages sherpas s'égrènent tel un chapelet bouddhiste. Une fois acclimaté, vous gravissez le **Kala Pattar** (5545 m), belvédère imprenable sur l'Everest et les principaux sommets du haut Khumbu. Retour à Katmandou, pour profiter pendant quelques heures de cette mythique capitale de l'Himalaya.

Jour 1. Bienvenue au Népal !

Katmandou (1330 m)

- Accueil et assistance par notre représentant à l'aéroport international Tribhuvan, à Katmandou.

  Un court trajet en voiture vous mène jusqu'à votre hôtel où vous pouvez vous reposer quelques instants.

Jour 2. Vol pour Lukla et début de notre trek.

Katmandou (1330 m)
150km - 30m
Lukla (2850 m)
8km - 4h
Phakding (2610 m)

- La journée démarre de bonne heure, avec un vol court mais spectaculaire, pour Lukla, point de départ de notre trek. Vous observez les chaînes du Langtang au Jugal Himal, en passant par le Rolwaling, le Gaurisankar et le Menlumtse, avant votre première vision de l'**Everest** : le panorama est à couper le souffle.
- Vous débutez votre trek à la porte de **Khumbu** à l'entrée du village de Lukla. Tout au long de la journée, de nombreux arrêts sont prévus pour aller à la rencontre des habitants, prendre des photos et bien sûr profiter du paysage et de la vue des multiples sommets enneigés, culminant à 6 000 m. Vous passez près de l'énorme pierre de mani (prières) Thado Kosi, puis contournez les nombreux chortens et moulins à prières de Sano.

  Vous disposez d'un après-midi libre. Ceux qui le souhaitent peuvent monter jusqu'à une petite Gompa, dominant le village.

  Vous vous retrouvez pour un apéritif au coin du feu et le repas du soir

Hébergement	Lodge

Jour 3-4. Deux nuits à Namche pour s'acclimater.

Phakding (2610 m)
11km - 6h
Namche (3440 m)

Phakding (2610 m) - Namche (3440 m)

- Après le petit-déjeuner, vous marchez jusqu'au village de Monjo. Le sentier longe la rivière **Dudh Koshi**, traverse le village de Phakding, puis emprunte de nombreux ponts suspendus au-dessus de la rivière. Vous continuez à travers une forêt de pins puis traversez plusieurs petits villages, avant de faire une pause et d'admirer le majestueux Thamserku, culminant au-dessus de nous à 6 623 m.

  Quelques heures plus tard, après avoir de nouveau traversés plusieurs ponts suspendus, vous parvenez au petit village de __Monjo__.
  Déjeuner à Monjo, d'ici vous descendez quelques marches de pierre, empruntez un pont suspendu et, après une courte montée, rejoignez Jorshale - l'entrée du parc national de Sagamartha. Vous pouvez observer la carte en 3D et jeter un œil aux panneaux d'information, pendant que les guides s'occuperont des permis de trek.

  Poursuivant le long de la rivière, vous traversez une zone boisée, puis rocailleuse. Vous traversez plusieurs ponts suspendus, avant de remonter en direction de Top Danda, où vous apercevrez l'Everest pour la première fois. Puis la montée se fait progressive jusqu'à Namche (capitale du pays Sherpa).

Jour 4

- Le début de la journée est consacré à une petite promenade, afin de bien s'acclimater à l'altitude. Après-midi libre pour profiter des boutiques et des cafés de Namche. Tout en déambulant, votre guide vous amènera jusqu'à de merveilleux panoramas et vous pourrez admirer les« rock-stars » du monde himalayen. Prenez-en plein les yeux : surplombant les vallées profondes, **le Lhotse, le Nuptse, l'Everest, l'Ama Dablam** s'offrent au regard.
- Enfin, si vous vous sentez suffisamment en forme, nous pourrons continuer vers les ravissants villages de Khumjung et de Kunde où un dispensaire et une école ont pu être ouverts grâce à la Fondation Sir Edmund Hilary.

Hébergement	Lodge

Jour 5. Trek à Phortse

Namche (3440 m)
10km - 5h
Phortse (3810 m)

Namche (3440 m) - Phortse (3810 m)

- Après un tronçon nettement plus raide, vous arrivez au village de Mong. La vue sur le Thamserku au Sud-est est splendide. Vous amorcez une descente assez raide pour rejoindre et traverser la rivière **Dudh Kosi Nadi** sur une passerelle métallique à 3680m d'altitude. C'est par une montée régulière que vous rejoignez le village de Phortse à 3800m d'altitude.

  Phortse est un village magnifiquement situé sur un plateau entièrement cultivé, où chaque parcelle de terrain est entourée de murs en pierres sèches.

Hébergement	Lodge

Jour 6. Trek à Dingboche

Phortse (3810 m)
6km - 3h 30m
Pangboche (3930 m)
7km - 2h 30m

Phortse (3810 m) - Pangboche (3930 m)

- Montée lente et régulière dans la vallée de Khumbu jusqu'à Pangboche. Vous pénétrez au cœur du haut Khumbu. Le chemin monte régulièrement. Pour parfaire votre acclimatation, il vaut mieux progresser lentement.

  Déjeuner à Pangboche.

Pangboche (3930 m) - Dingboche (4320 m)

- Montée régulière avec quelques courts passages un peu raides. Vues superbes sur **le Kangtenga, le Thamserku et l'Ama Dablam** la "dame blanche", "Mère des Sherpas". Arrivée au hameau de Dingboche (4400m).

Dingboche (4320 m)

Hébergement | Lodge

Jour 7. Trek à Lobuche

Dingboche (4320 m)
8km - 6h
Lobuche (4930 m)

Dingboche (4320 m) - Lobuche (4930 m)

- Un alpage d'altitude monte en pente douce jusqu'à la crête de Thukla, au pied du Lobuche Peak. Une dernière montée raide vous conduit à Lobuche. Devant vous, Nuptse, Pumori, Langtren étalent leurs cimes étincelantes.

Hébergement | Lodge

Jour 8. Trek à Gorakshep et au camp base de l'Everest

Lobuche (4930 m)
5km - 3h
Gorakshep (5140 m)

Lobuche (4930 m) - Gorakshep (5140 m)

- De Lobuche, la piste conduit à la moraine du glacier du Khumbu qu'il faut gravir en zigzaguant. La montée est difficile. Le sommet conique du Pumori apparaît dans toute sa splendeur au nord. La pente s'adoucit alors que la piste débouche sur le grand plat de **Gorakshep** qui compte quelques lodges et des emplacements de camping.

- De Gorakshep, une piste emprunte la crête de la moraine du glacier du Khumbu sur une longue distance avant de descendre sur le glacier lui-même jusqu'au camp de base. Sur le parcours, face à la muraille du Nuptse et juste au-dessus du glacier du Khumbu, un monument a été érigé à la mémoire d'alpinistes et de Sherpas morts sur l'Everest. Au camp de base même, vue sur le Khumbu Icefall mais non pas sur le sommet de l'Everest. Retour à Gorakshep.

Hébergement | Lodge

Jour 9. L'ascension de Kalapatthar (5550 m) et descente vers Lobuche

Gorakshep (5140 m)
2km - 2h
Kalapatthar (5550 m)
7km - 4h
Lobuche (4930 m)

Gorakshep (5140 m) - Kalapatthar (5550 m)

- Le Kalapathar est le point culminant du trek de l'Everest. L'ascension n'a rien de technique mais la dernière partie est difficile à cause de l'altitude. Le sommet offre une vue panoramique exceptionnelle sur l'Everest et d'autres hauts sommets du Khumbu : Nuptse, Lhotse, Makalu, Ama Dablam, Cholatse... et sur le glacier du Khumbu. La vue sur l'Everest y est plus rapprochée que sur le Gokyo Ri.

Kalapatthar (5550 m) - Lobuche (4930 m)

- Retour à Gorakshep pour le déjeuner. Et après le déjeuner, on descend vers Lobuche qui nous prend moins 2 heures.

Hébergement | Lodge

Jour 10. Descente à Tengboche (3860 m)

Lobuche (4930 m)
13km - 4h
Pangboche (3930 m)
4km - 3h
Tengboche (3860 m)

Lobuche (4930 m) - Pangboche (3930 m)

- Belle descente face à l'Ama Dablam. Ça descend légèrement en balcon au-dessus de la tumultueuse rivière. Plus bas à Syomare, un superbe **village en escalier**. Dans la partie haute de Pangboche, où se trouve un monastère qui date du 6eme siècle.

Pangboche (3930 m) - Tengboche (3860 m)

- Après le déjeuner, vous démarrez le trek. Aujourd'hui, vous descendez jusqu'à un pont suspendu puis remontez légèrement dans la forêt en traversant le village de Debuche jusqu'à Tengboche.

Hébergement | Lodge

Jour 11. Trek à Monjo

Tengboche (3860 m)
10km - 7h
Namche (3440 m)
6km - 2h
Monjo (2835 m)

Tengboche (3860 m) - Namche (3440 m)

- **Tengboche** est situé sur une vaste esplanade dominée par le plus célèbre gompa (monastère bouddhiste) du Khumbu. Tous les trekkeurs s'y arrêtent pour en faire la visite. On peut assister aux cérémonies religieuses réunissant moines et lamas.

  La vue sur les hauts sommets du Khumbu loin au nord y est superbe. Vous vous engagez à nouveau dans une longue descente à travers une forêt clairsemée pour rejoindre le fond d'une vallée où vous retrouvez l'Imja Khola que vous longez sur une bonne distance. Vous montez légèrement dans la forêt jusqu'à Kyanjima. Et de Kyanjima vous évoluez sur un terrain plat jusqu'à Namche.

  Déjeuner à Namche

Namche (3440 m) - Monjo (2835 m)

- Après le déjeuner, vous descendez vers Monjo.

Hébergement | Lodge

Jour 12. Trek à Lukla

Monjo (2835 m)
6km - 2h
Phakding (2610 m)
8km - 4h
Lukla (2850 m)

Monjo (2835 m) - Phakding (2610 m)

- Après le petit-déjeuner, vous repartez pour Lukla via un petit sentier de montagne. Vous traversez Banker et arrivez à Phakding où vous déjeunez.

Phakding (2610 m) - Lukla (2850 m)

- Encore 3 heures de marche pour retourner à Lukla. Vous terminez votre trek par une dernière montée avec un dénivelé positif de 200 mètres ! Sur le chemin du retour, vous pourrez vous arrêter boire un verre, éventuellement visiter l'école de Chaurikharka et le monastère de Kyongma.

  C'est alors le moment de dire adieu à votre équipe de trek avant de passer notre dernière nuit dans les montagnes.

Hébergement | Lodge

Jour 13. Retour à Katmandou

Lukla (2850 m)
150km - 30m
Katmandou (1330 m)

Lukla (2850 m) - Katmandou (1330 m)

- Après le petit-déjeuner, vous reprenez un vol pour Katmandou. Un vol court mais spectaculaire avec, par temps clair, une vue imprenable sur les montagnes.
- Arrivée à l'aéroport de Katmandou et transfert vers votre hôtel où vous pourrez vous reposer quelques instants.

Jour 14. Journée libre à Katmandou

Katmandou (1330 m)

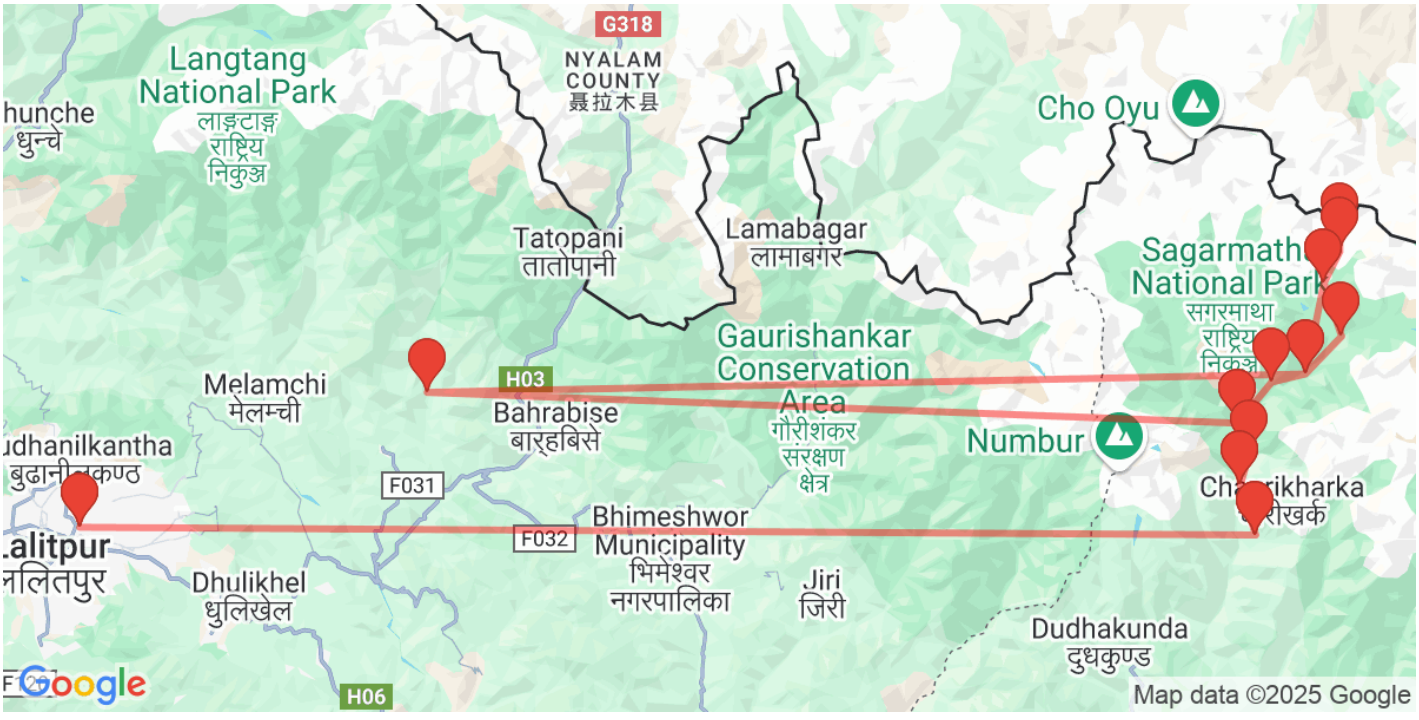
- Aujourd'hui vous avez le choix, vous pouvez profiter de la journée pour vous promener dans Katmandou ou nous demandez une **visite guidée** des principaux sites de la ville. Nous vous offrons la possibilité de participer à une **activité immersive et exclusive** auprès d'un artisan traditionnel. Au programme au choix: cours de cuisine, sculpture, peinture, musique et bien d'autres. Une activité ludique pour toute la famille. Le meilleur souvenir que vous pourrez rapporter!

Jour 15. Bon retour et à bientôt !

Katmandou (1330 m)

- Transfert à l'aéroport international (3 heures avant) pour le départ final en fonction des horaires de votre vol.

Carte itinéraire



Tarif par personne pour un circuit privatisé

1-1	2-2	3-7	8-10
1990 EUR	1490 EUR	1390 EUR	1290 EUR

Inclus

- Les déplacements terrestres décrits dans le programme.
- Les transferts aéroports - hôtel.
- Les vols intérieurs : Katmandou - Lukla A/R.
- 3 nuits en hotel 3* à Katmandou avec petit-déjeuner.
- L'hébergement dans des loges locaux pendant le trek en pension complète
- L'encadrement par un guide népalais anglophone pendant le trek.
- Un porteur pour deux trekkeurs (Maximum 20kg).
- Les frais et assurance quotidienne pour les équipes locales népalaises.
- Les permis de treks nécessaires.
- L'assistance de votre conseiller voyage 24/7.

Non inclus

- L'assurance annulation/interruption de séjour/perte de bagages, l'assistance
- Les vols internationaux
- Les frais de visa 30 USD pour 15 jours
- Les dépenses personnelles: souvenir, boissons, spa, téléphone, etc.
- Les pourboires
- Les repas à Katmandou hors petit-déjeuners