



C.I.C.L. 47-93

NEPAL

Trekking

Vuelta completa a los Annapurnas



Ref: NP_ANNCom (290309)

Este es uno de los clásicos y más gratificantes trekking en Nepal, y posiblemente sea el más famoso del mundo.

Las pendientes Sur de **Manaslu** y las **Cordilleras Annapurna** están fuertemente asentadas y cultivadas, excepto las regiones altas, que soportan frondosos bosques de rododendros y abetos. La mayoría de las tribus que habitan en esta área son **Gurungs**, **Magars**, **Chhetris** y **Newarls**.

Según se gira hacia el Oeste en el valle **Manang** y en la **Cordillera del Annapurna**, se llevan a cabo fuertes cambios, aunque hay pequeños campos que soportan algunas cosechas de mijo y trigo, y pequeños rebaños de cabras y ovejas. Las tribus **Manang** son tradicionalmente una raza de comerciantes, de origen Tibetano y de religión Budista. Su arquitectura y su estilo de vida son bastante diferentes a la de las tribus asentadas en el Sur.

Las etnias **Thakali** y **Mustang** controlan el abundante comercio y el rastro de la peregrinación a lo largo de **Kali Gandaki**, así como el movimiento a través del desfiladero entre **Dhaulagiri** y **Annapurna** hacia las zonas más húmedas, donde de nuevo se pueden encontrar **Gurungs** y **2**.

Durante todo el trekking no hay un sólo día en el cual no se pueda disfrutar de las magníficas vistas de todas las Cordilleras.

*** IMPORTANTE: LEER RECOMENDACIÓN INDICADA AL FINAL ***

Itinerario del Viaje - TOUR PRIVADO

Día 01 Salida de Madrid. Consultar precio para salida desde otros aeropuertos.

Día 02 Llegada a Kathmandú. Recepción en el aeropuerto, traslado al hotel y explicación del programa. Resto de día libre para descansar.

Día 03 Kathmandú. Visitas culturales con guía de habla hispana. Se visita: **Swayambunath** -o Templo de los Monos-, **Bhaktapur** -bonito pueblo Medieval-

Día 04 Kathmandú / Bhulbhule. Se madruga para ir por carretera desde **Kathmandú** a **Dumre**, a través de impresionantes recodos. 3 horas más tarde llegar a **Beshi Sahar**. La mayoría de las personas se quedan a dormir aquí; nosotros preferimos empezar el trekking este día, en una corta jornada, para dormir en **Bhulbhule**; y así despertar del siguiente día en un auténtico pueblo de montaña, sin vehículos...

Día 05 Bhulbhule / Jagat (1314 m) Se cruza un largo puente suspendido para entrar en la gran villa comercial de **Khudi**, habitada por los **Gurungs**. El camino continúa hacia el Norte del valle cruzando varios puentes más y pasando por una multitud de preciosas cascadas. Se pueden ver los montes **Lamjung Himal** (6983 m), **Manaslu** (8156 m) y **Peak 29** (7835 m)

Día 06 Jagat / Dharapani (1943 m) Subida durante todo el día hacia **Taal**, un pequeño pueblo a los pies de una gran cascada. Aquí el camino entra en el distrito de **Manang**.

Día 07 Dharapani / Chame (2713 m). En **Dharapani** se pasa un control donde se sellan los permisos de trekking. Se asciende a través de bosques hacia **Bagarcchap**, para después dirigirse hacia el Oeste, dirección **Manaslu**, formando un espléndido telón de foto; y al **Annapurna II**, el cual aparece ocasionalmente por el Sur. Se continúa a través de bosques de pino y abeto, teniendo para descansar, si el cuerpo lo pide, los caseríos de **Charku**, **Thangje** y **Kuparkoo**.

Día 08 Chame / Pissang (3185 m) Se cruza repetidamente el río pasando a través de los angostos y escarpados lados del cañón. Cerca del pueblo de **Pissang** se corona el camino para tener las primeras vistas del **Valle Manang**, con forma de ancha "U".

Día 09 Pissang / Manang (3351 m). Un día muy tranquilo en el que es habitual encontrarse por el camino varios puestos donde poder comprar recuerdos.

Día 10 Manang. Un necesario día de descanso para aclimatarse. Se explora **Manang**, un pueblo de alrededor de unas 500 casas de tejados planos, muy pintoresco, desde donde se pueden observar escenarios tan espectaculares como el **Annapurna II**, **Annapurna III**, **Gangapurna** y el **Chulu East** al Norte. Por la mañana se hace una excursión a un mirador situado a 3900 m. para aclimatarse.

Día 11 Manang / Letdar. Este día y el siguiente son más tranquilos, para facilitar la aclimatación a la altura, y que el paso del **Thorong La** sea más sencillo.

Día 12 Letdar / Thorong Pedi (4335 m) Una vez llegado a **Thorong Pedi**, recomendamos subir 200 - 300 más para una mejor aclimatación, y descender a **Thorong Pedi** para dormir.

Día 13 Thorong Pehdi / Muktinath (3798 m) Aunque no se trata de un camino técnicamente difícil, hay que tomárselo con calma y tener en cuenta las complicaciones que la altitud y la posible nieve (en invierno) pueden provocar. Después de 4-5 horas se llega hasta la cumbre, donde se disfruta del estupendo escenario del alto **Himalaya**: toda la **Cordillera del Annapurna al Sur**; el **Mukut** (6557 m.) y **Mustang Himal** al Oeste; y el profundo valle **Kali Gandaki** y las cumbres del **Thorungstey Chulu** al Norte. El descenso es escarpado y áspero, pero pronto se disfruta de las excelentes vistas del **Dhaulagiri** (8167 m.) al Sur-Oeste, y del **Damodar Himal** al Norte. Este día se pasa por el punto más alto de todo el trekking, el **Thorong La Pass** (5416 m.)

Excursión el día de aclimatación, en Manang





C.I.C.L. 47-93

NEPAL

Trekking

Vuelta completa a los Annapurnas



Ref: NP_ANNCom (290309)

Día 14 Muktinath / Marpha. El camino desciende rápidamente por el valle, a través de un árido paisaje hasta Jomsom. Después de los últimos días, Jomsom parecerá muy concurrido, de hecho, es el mayor pueblo de la ruta comercial en Kali Gandaki. Hoy se camina hasta Marpha, bonito pueblo.

Día 15 Marpha / Ghasa (1970 m) Los Thakalis son la tribu dominante del valle, interesadamente relacionada a los Gurungs y Magars de las estepas del Sur. Se puede apreciar un fuerte cambio en la vegetación, de árido a frondoso, pasando por ciertos bosques por los que se pueden ver gran variedad de pájaros, monos...

Día 16 Ghasa / Tatopani (1189 m) Gradual descenso hasta Tatopani, atravesando valles, bosques y la bonita cascada Rupse Chhahara. 'Tato' significa caliente, y 'Pani' significa agua. Las dos palabras dan nombre a este pueblo 'Agua caliente', porque en él se encuentran unas fuentes termales donde es posible darse un baño para relajar los músculos después unos días de trekking.



Stupa de Bouddanath - Kathmandú

Día 17 Tatopani / Ghorepani (2793 m) Tras cruzar el Kali Gandaki se asciende hacia el pueblo Magar de Sikha. Después el camino sube hacia Ghorepani. Este día la subida es fuerte, pero merece la pena.

Día 18 Ghorepani / Poon Hill / Ghandrung. Hay que madrugar mucho para andar una hora hacia Poon Hill, desde donde se puede dar testimonio del amanecer. Desde ahí se pueden ver, si el tiempo lo permite, unas treinta cumbres cubiertas de nieve; la Cordillera Annapurna en su totalidad. "Mucha gente recuerda esta vista como la más bonita e impresionante que ha observado". Tras volver al Lodge para desayunar, se inicia el Trekking que nos termina en Ghandrung.

NOTAS, Variantes Y Recomendación

- Este tour es sólo un ejemplo de los muchos circuitos diferentes que se pueden hacer.
- En función del día de salida, es posible que haya que hacer algún ajuste en los días de visita de Kathmandú.
- Consultar cualquier cambio, complementarlo con otras actividades (Rafting, visita Chitwan, India, Bhutan...)
- **Recientemente se ha abierto una pista hasta Muktinath por la que circulan vehículos. Recomendamos finalizar el trekking el día 14, haciendo Muktinath-Jomsom; y volar el día 15 de Jomsom a Pokhara**
- El trekking se puede alargar hasta el Campo Base del Annapurna

Día 19 Ghandrung / Pokhara. Tras unas 4 horas de Trekking se llega a Birethanti, donde se toma el vehículo hasta Pokhara. Al llegar a Pokhara traslado al hotel y resto de día libre.



Thorong La Pass (5416), en Febrero

Día 20 Pokhara. Día libre en Pokhara para disfrutar de este bonito pueblo.

Día 21 Pokhara / Kathmandú. Día de visitas culturales con guía de habla hispana. (Patan -uno de los tres antiguos reinos del actual Valle de Katmandú-, Pashupatinath -Monasterio hinduista de especial importancia para realizar las incineraciones-, y Boudanath -Stupa Budista más grande del mundo-.

Día 22 Kathmandú. Por la mañana, visita de Kathmandú Durbar Square; resto de día libre para hacer las últimas compras.

Día 23 Kathmandú. Tiempo libre hasta la hora de traslado al aeropuerto para tomar el vuelo de regreso a España.

HOTELES RECOMENDADOS

Ciudad	Turista	Primera	Primera Sup
Kathmandú	Harati	Malla	Yak & Yeti
Pokhara	Trek-O-Tel	Shangry La	Fishtail Lodge
Trekking	Lodges de montaña		

Consultar para utilizar otros hoteles.

SERVICIOS INCLUIDOS

- Vuelo Internacional en servicio regular
- Estancia en régimen de alojamiento y desayuno, en habitación doble, en Kathmandú y Pokhara
- Traslados aeropuerto-hotel-aeropuerto
- Visitas en Kathmandú mencionadas en el programa, con guía de habla hispana, transporte y entradas incluido
- Seguro de viaje

Durante el Trekking

- Todos los permisos necesarios
- Guía oficial de Trekking, y todos los porteadores necesarios
- Alojamiento en Lodges
- 3 comidas diarias, 2 platos a elegir por comida (no incluye bebidas ni postre)
- Transporte por carretera al punto de inicio del trekking, y vuelo Pokhara-Kathmandú

SERVICIOS NO INCLUIDOS

- Visado de entrada en Nepal (40 \$)
- Tasas de aeropuertos
- Gastos personales (Propinas, lavandería, teléfono, bebidas...)
- Cualquier servicio no especificado en el apartado "SERVICIOS INCLUIDOS"
- Pago por hacer fotos-video en las visitas