

TREKKING, ALPINISME

ISLAND PEAK I CAMPAMENT BASE DE L'EVEREST EN 20 DIES

Trekking a l'Everest i ascensió a l'Island Peak,
un 6.165 m en ple Himàlaia



NEPAL



Combina el trekking al Campament Base de l'Everest amb el Kala Patthar i l'ascensió a l'Island Peak, de 6.165 m. Una aventura de 20 dies pel Khumbu amb aclimatació, guia d'escalada 1:1 i una autèntica experiència d'alta muntanya al Nepal.

Ver programa en la web

<https://b4experience.com/ca/island-peak-y-campo-base-del-everest-en-20-dias>

MESES RECOMENDADOS

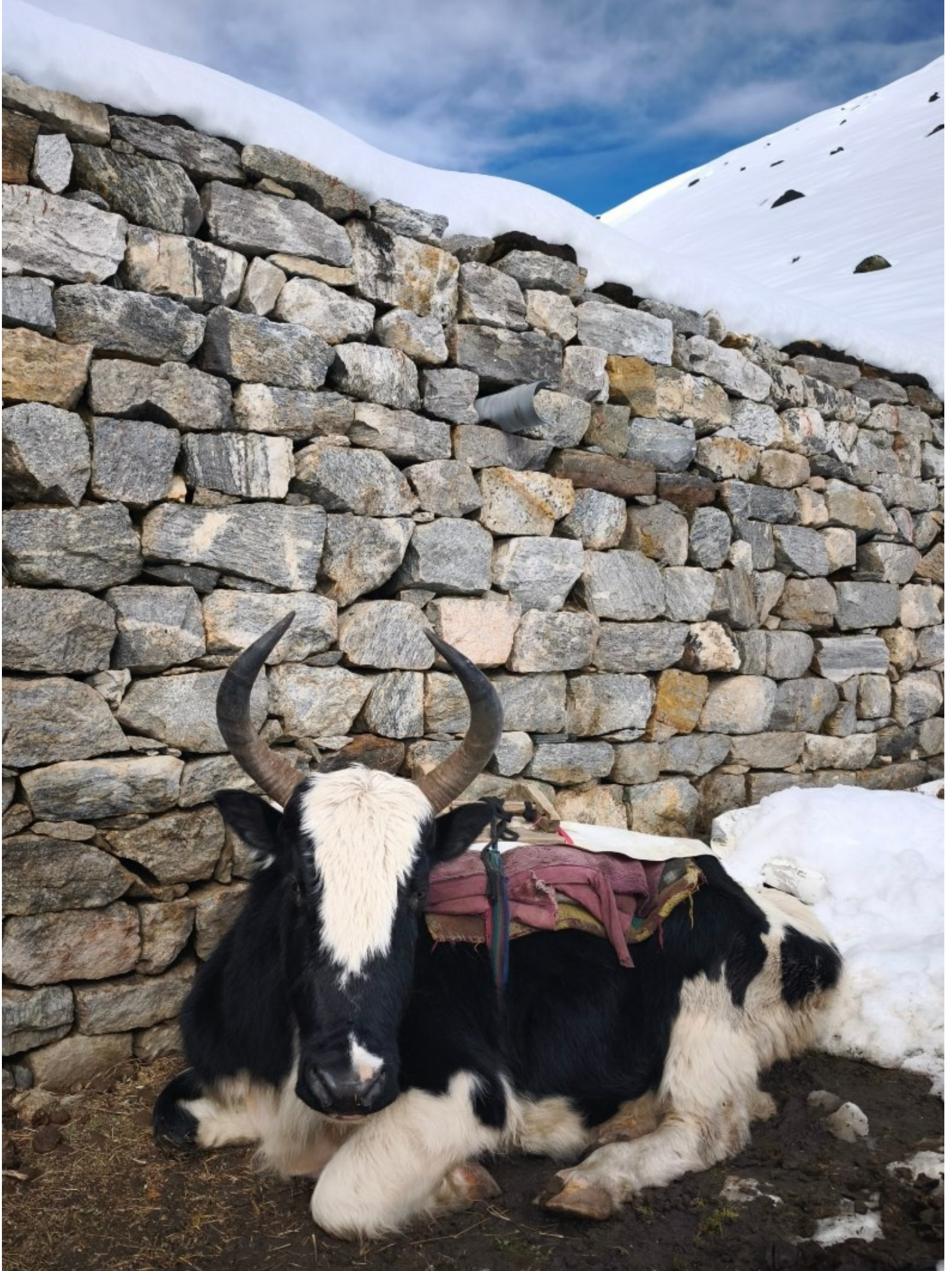
MARÇ, APRIL, MAIG, SETEMBRE, OCTOBER, NOVEMBRE



PRECIOS

Desde 2.650€ /persona

Descuentos por grupos





Highlights

- ARRIBA AL CIM DE L'ISLAND PEAK, A 6.165 M
- ARRIBA CAMINANT AL CAMPAMENT BASE DE L'EVEREST, 5.364 M
- ASCENSIÓ AL KALA PATTHAR, A 5.644 M
- GUIA D'ESCALADA EN RÀTIO 1:1 DURANT L'ASCENSIÓ

Grupo privado

100% personalizable

Desde (Personas)	Categoría	Disponibilidad	Nº días	Precio por pers.
5	Estándar	01/09/2027 15:00:00 - 19/12/2027 16:00:00	20	2.650€
5	Estándar	01/03/2027 14:00:00 - 31/05/2027 15:00:00	20	2.650€
2	Estándar	01/09/2027 15:00:00 - 19/12/2027 16:00:00	20	2.750€
2	Estándar	01/03/2027 14:00:00 - 31/05/2027 15:00:00	20	2.750€
1	Estándar	01/09/2027 15:00:00 - 19/12/2027 16:00:00	20	2.990€
1	Estándar	01/03/2027 14:00:00 - 31/05/2027 15:00:00	20	2.990€

Viaja con tus familiares o grupo de amigos.

*Confirmar disponibilidad en info@b4experience.com / +34 613 03 77 00 / www.b4experience.com

Grupo abierto

Comparte la experiencia con otros viajeros

Fechas	Nº días	Plazas disp.	Precio por pers.
20 de març 2027	20	T:8 O:1 7	2.750€
10 d'abr. 2027	20	T:8 O:0 8	2.750€

*Confirmar disponibilidad en info@b4experience.com / +34 613 03 77 00 / www.b4experience.com



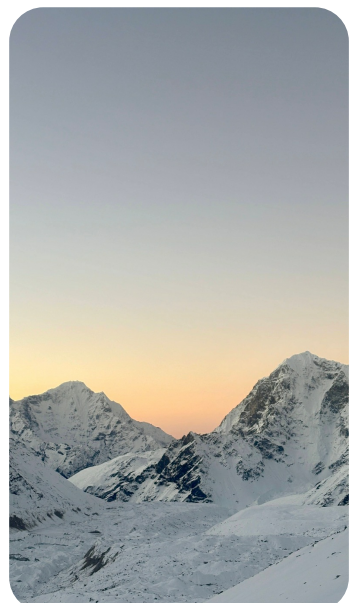
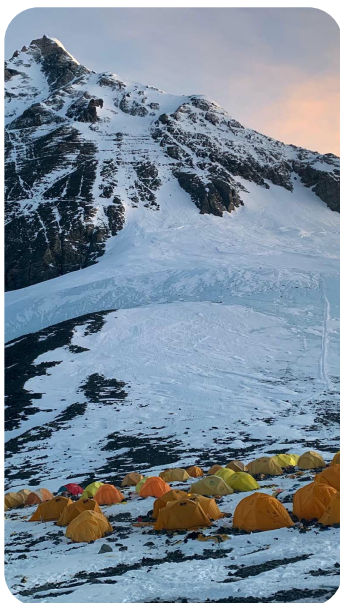
Incluye

- Recollida i trasllats d'aeroport per als vols internacionals i domèstics segons l'itinerari.
- 3 nits d'hotel a Katmandú en règim d'allotjament i esmorzar: 2 abans i 1 després del trekking.
- Sopar de benvinguda a Katmandú.
- Vols domèstics d'anada i tornada a Lukla via Ramechhap, amb les taxes aeroportuàries incloses.
- Transport per carretera entre Katmandú i Ramechhap en cotxe, jeep o furgoneta privada.
- Transport terrestre i aeri necessari per al personal implicat en el trekking.
- Permisos necessaris per al trekking per la regió de l'Everest.
- Taxes del Parc Nacional.
- Taxes del govern local.
- Allotjament en hotel/lodge durant el trekking segons el programa.
- Tres àpats al dia durant el trekking: esmorzar, dinar i sopar.
- Te o cafè durant el trekking.
- Un guia de trekking certificat durant tota la ruta.
- Permís d'ascensió a l'Island Peak de 6.165 m.
- Taxes de gestió de residus.
- Guia d'escalada experimentat durant l'ascensió a l'Island Peak.
- Ràtio d'1 guia d'escalada per participant durant l'ascensió.
- Tendes al Campament Base i High Camp si fos necessari.
- 1 portejador per participant.
- Transport de fins a 25 kg d'equipatge personal per participant.
- Assegurança del personal local que participa a l'expedició.
- Farmaciola de primers auxilis transportada pel guia de trekking.
- Taxes governamentals i costos de servei.
- Certificat d'ascensió en completar el trekking, subjecte a la presentació de fotografies i vídeos com a prova de cim.

No incluye

- Visat d'entrada a Nepal per a 30 dies.
- Vols internacionals (podem gestionar-los).
- Permisos per a drons o filmacions especials.
- Dinars i sopars durant l'estada a Katmandú, excepte el sopar de benvinguda.
- Begudes alcohol·liques.
- Bugaderia.

- Aigua bullida i aigua mineral.
- Productes de forn i altres consums personals.
- Bateriaes addicionals.
- Càrrega de telèfons mòbils durant el trekking.
- Wi-Fi durant el trekking.
- Assegurança de viatge, mèdica i de rescat d'emergència, obligatòria i amb cobertura mínima de 25.000 USD.
- Despeses derivades d'arribades anticipades o sortides posteriors a les previstes.
- Material i equip personal de trekking i ascensió.
- Despeses derivades de possibles retards en els vols des de o cap a Lukla.
- Vol xàrter en helicòpter en cas de retards, disponible amb cost addicional.
- Bonus de cim de 250 USD per participant per al guia d'escalada.
- Propines per al guia de trekking i els portejadors.
- Qualsevol servei no indicat expressament a l'apartat "Inclòs".



Itinerario

DIA 1: ARRIBADA A KATMANDÚ

Arribada a Katmandú, situada a 1.375 m, on comença oficialment el programa. En arribar es duu a terme el servei de recollida previst i el trasllat fins a l'hotel. Aquesta primera jornada està dedicada a instal·lar-te a la ciutat i disposar del temps necessari abans d'iniciar els preparatius del trekking i la posterior aproximació a la vall del Khumbu.

Allotjament: Hotel

DIA 2: PREPARATIUS A KATMANDÚ

Jornada a Katmandú destinada a realitzar els tràmits oficials necessaris i completar les últimes compres abans de partir cap a la regió de l'Everest. El programa inclou aquesta segona nit d'hotel abans del trekking i tanca la jornada amb un sopar de benvinguda, un moment previ a l'inici de la ruta cap al Khumbu.

Allotjament: Hotel

Àpats: Esmorzar + sopar de benvinguda.

DIA 3: VOL A LUKLA I TREKKING A PHAKDING

Comença el viatge cap al cor del Khumbu. El programa preveu el desplaçament fins a Ramechhap i el vol domèstic a Lukla, situada a 2.860 m. A partir d'aquí comença el trekking pròpiament dit, descendint fins a Phakding, a 2.650 m. És la primera jornada a peu i l'inici de l'aproximació progressiva cap a l'Everest.

Allotjament: Lodge

Àpats: Esmorzar, dinar, sopar

DIA 4: TREKKING A NAMCHE BAZAAR

Continuem el trekking des de Phakding fins a Namche Bazaar, situat a 3.440 m. La ruta guanya altura i ens introdueix en una fase important de l'aproximació a l'Everest. Namche serà a més el punt on romandrem durant dues jornades, cosa que permet que el cos s'adapti progressivament abans de continuar cap a cotes superiors.

Allotjament: Lodge

Àpats: Esmorzar, dinar, sopar

DIA 5: EVEREST VIEW POINT I ACLIMATACIÓ A NAMCHE

Jornada d'aclimatació activa des de Namche Bazaar. Farem una caminada fins a l'Everest View Point, situat a uns 3.900 m, abans de tornar novament a Namche per passar-hi la nit. La pujada permet assolir una cota superior durant el dia i tornar després a menor altitud abans de continuar l'itinerari cap a Tengboche.

Allotjament: Lodge

Àpats: Esmorzar, dinar, sopar

DIA 6: TREKKING A TENGBOCHE

Deixem Namche Bazaar i continuem a peu fins a Tengboche, situat a 3.860 m. Seguim avançant per la regió del Khumbu i apropant-nos progressivament a les zones de major altitud del programa. Després de l'aclimatació feta a Namche, aquesta jornada suposa un nou pas en el nostre recorregut cap a Dingboche, Lobuche i el Campament Base de l'Everest.

Allotjament: Lodge

Àpats: Esmorzar, dinar, sopar

DIA 7: TREKKING A DINGBOCHE

La ruta continua des de Tengboche fins a Dingboche, a 4.410 m. Entrem ja en una fase del viatge en què passarem de manera continuada per sobre dels 4.000 metres. Dingboche serà la nostra base durant dues jornades, ja que l'endemà està dedicat específicament a continuar amb el procés d'aclimatació abans de pujar cap a Lobuche.

Allotjament: Lodge

Àpats: Esmorzar, dinar, sopar

DIA 8: ACLIMATACIÓ I ASCENSIÓ AL NAGARJUNG PEAK

Dia d'aclimatació a Dingboche amb una caminada prevista cap al Nagarjung Peak, l'altitud del qual indicada en el programa és de 5.089 m. Després d'assolir una cota considerablement superior, tornarem novament a Dingboche. Aquesta jornada forma part de la progressió d'altura abans de continuar cap a Lobuche i superar posteriorment els 5.000 m.

Allotjament: Lodge

Àpats: Esmorzar, dinar, sopar

DIA 9: TREKKING A LOBUCHE

Reprenem la marxa des de Dingboche i avancem fins a Lobuche, situat a 4.900 m. L'expedició s'acosta així al Campament Base de l'Everest i ens prepara per a una de les jornades principals del trekking. Després de diversos dies de progressió i aclimatació, passarem la nit prop de la barrera dels 5.000 metres abans de continuar cap a Gorakshep.

Allotjament: Lodge

Àpats: Esmorzar, dinar, sopar

DIA 10: GORAKSHEP I CAMPAMENT BASE DE L'EVEREST

Ens dirigim fins a Gorakshep, a 5.140 m, i des d'allà continuem fins al Campament Base de l'Everest, situat a 5.364 m. Un cop completada la visita, tornarem novament a Gorakshep. És una de les grans jornades del programa i permet arribar a un dels destins més emblemàtics del trekking abans d'afrontar l'endemà la pujada a Kala Patthar.

Allotjament: Lodge

Àpats: Esmorzar, dinar, sopar

DIA 11: ASCENSIÓ A KALA PATTHAR I RETORN A LOBUCHE

Des de Gorakshep farem l'ascensió a Kala Patthar, situat a 5.644 m segons el programa. Un cop completada la pujada, iniciarem el descens i tornarem fins a Lobuche, a 4.900 m, on acaba la jornada. Després d'haver visitat el Campament Base de l'Everest, assolirem així una altra de les cotes més elevades de la fase de trekking.

Allotjament: Lodge

Àpats: Esmorzar, dinar, sopar

DIA 12: TREKKING DE LOBUCHE A CHUKUNG

Deixem Lobuche i ens dirigim caminant cap a Chukung, situat a 4.730 m. L'objectiu canvia progressivament del trekking al Campament Base de l'Everest cap a la segona gran part de l'aventura: l'ascensió a l'Island Peak. Chukung constitueix l'etapa prèvia a la nostra aproximació al campament base de la muntanya, que farem l'endemà.

Allotjament: Lodge

Àpats: Esmorzar, dinar, sopar

DIA 13: TREKKING AL CAMPAMENT BASE DE L'ISLAND PEAK

Des de Chukung continuem fins al Campament Base de l'Island Peak, situat a 5.100 m. Deixem enrere l'allotjament habitual en lodges per passar la nit en tenda de campanya. Ens trobem ja al peu de l'objectiu principal de l'ascensió, preparats per afrontar la jornada de cim i assolir els 6.165 m de l'Island Peak.

Allotjament: Tenda de campanya

Àpats: Esmorzar + dinar + sopar

DIA 14: CIM DE L'ISLAND PEAK, 6.165 M

Jornada principal d'alpinisme del viatge. Des del campament de l'Island Peak farem l'intent de cim fins a assolir els 6.165 m. Durant l'ascensió, cada participant disposa d'un guia d'escalada experimentat en ràtio 1:1. Un cop completada l'activitat, baixarem novament fins a Chukung per passar la nit en un lodge.

Allotjament: Lodge

Àpats: Esmorzar, dinar, sopar

DIA 15: DIA DE CONTINGÈNCIA PER METEOROLOGIA

El programa reserva una jornada específica de contingència per afrontar possibles condicionants meteorològics que puguin afectar l'ascensió a l'Island Peak. Aquest marge forma part de la planificació de l'expedició i permet disposar d'una jornada addicional abans d'iniciar el descens definitiu per la vall del Khumbu cap a Pangboche i Namche.

Allotjament: Tenda de campanya, segons programa

Àpats: Esmorzar + dinar + sopar

DIA 16: DESCENS A PANGBOCHE

Iniciem el camí de tornada descendint fins a Pangboche, situat a 3.985 m. Després de les jornades en altitud i l'intent de cim de l'Island Peak, comencem a perdre altitud progressivament seguint l'itinerari de retorn pel Khumbu. L'expedició entra així en la seva fase final, tot i que encara queden diverses jornades de trekking fins arribar a Lukla.

Allotjament: Lodge

Àpats: Esmorzar + dinar + sopar

DIA 17: DESCENS A NAMCHE BAZAAR

Continuem la ruta de descens des de Pangboche fins a Namche Bazaar, a 3.440 m. Tornem a un dels punts ja recorreguts durant l'aproximació inicial, aquesta vegada avançant cap a Lukla. Després de les etapes desenvolupades per sobre dels 4.000, 5.000 i 6.000 metres, continuem perdent altura durant aquesta penúltima part del trekking.

Allotjament: Lodge

Àpats: Esmorzar + dinar + sopar

DIA 18: TREKKING DE NAMCHE A LUKLA

Última gran jornada a peu del programa. Des de Namche Bazaar descendim fins a Lukla, situada a aproximadament 2.800 m segons l'itinerari de retorn. Amb aquesta etapa completem el trekking per la regió de l'Everest i quedem preparats per agafar l'endemà el vol de tornada cap a Ramechhap i continuar posteriorment per carretera fins a Katmandú.

Allotjament: Lodge

Àpats: Esmorzar + dinar + sopar

DIA 19: VOL A RAMECHHAP I RETORN A KATMANDÚ

Des de Lukla agafarem el vol de tornada a Ramechhap. Un cop allà, continuarem per carretera fins a Katmandú fent servir el transport previst en el programa. En arribar ens traslladarem a l'hotel per passar l'última nit del viatge, tancant així el recorregut pel Khumbu abans del trasllat definitiu a l'aeroport l'endemà.

Allotjament: Hotel

Àpats: Esmorzar.

DIA 20: TRASLLAT A L'AEROPORT I TORNADA

Última jornada del programa. A l'hora corresponent es realitza el trasllat des de Katmandú a l'aeroport per agafar el vol internacional de tornada. El servei de trasllat està inclòs d'acord amb l'itinerari, mentre que el vol internacional no forma part del preu. Amb aquesta sortida finalitza l'expedició de 20 dies pel Khumbu.

Àpats: Esmorzar.

Polítiques de pagament i cancel·lació

Reserva inicial: per assegurar la teva plaça, cal fer un pagament inicial del 30% de l'import total del viatge en el moment de fer la reserva.

Pagament final: l'import restant, equivalent al 70% del total, s'ha d'abonar com a màxim 60 dies abans de la data de sortida.

Extres: els costos addicionals del viatge, com ara assegurances, vols o altres serveis opcionals, s'han de pagar en la seva totalitat en el moment de la reserva.

Assegurança de cancel·lació: el client podrà contractar una assegurança de cancel·lació de viatge per poder obtenir el reemborsament de la totalitat de l'import abonat (segons les seves condicions).

L'usuari final podrà desistir del viatge contractat, tenint dret a la devolució de les quantitats abonades, tret de les penalitzacions indicades, però haurà de satisfer a més a l'Agència les quantitats que s'indiquen a continuació un cop confirmat el viatge. Si aquest no es pogués dur a terme per no arribar-se a les places mínimes necessàries, el client podrà conservar el crèdit per a futurs viatges o sol·licitar la devolució íntegra de la reserva.

Política de cancel·lació:

REEMBORSAMENT COMPLET FINS A 24H DESPRÉS DE LA COMPRA

Fins a 90 dies abans del viatge: devolució del 100% de l'import del viatge.

Fins a 45 dies abans del viatge: devolució del 50% de l'import del viatge.

Per a terminis inferiors als descrits en la política de cancel·lació, no s'abonarà l'import ja pagat.

*S'apliquen despeses de gestió de 250€.

* No s'abonaran despeses de cancel·lació de reserves ja emeses. Si hi ha altres despeses no reemborsables ja emeses, tampoc s'abonaran i es descomptaran de l'import a abonar.

*El cost de cancel·lació de vols emesos és del 100% de l'import.

Off Trail S.L. actua en aquest viatge combinat en qualitat de minorista/comercialitzador. En les sortides programades obertes, la realització del viatge requereix un mínim de 2 persones inscrites confirmades, i s'informarà el viatger a través del portal del client quan s'assoleixi aquest mínim per poder confirmar la sortida. En cas de no arribar-se al nombre mínim indicat, l'organitzador podrà cancel·lar el viatge i notificar-ho al viatger dins del termini legal aplicable de fins a 20 dies naturals abans de la sortida. En les sortides privades o viatges a mida, el programa s'entendrà confirmat des de l'acceptació de la reserva, en tractar-se d'un viatge dissenyat específicament per al nombre de persones indicat en el contracte i amb preu ajustat a aquesta configuració. En cas de cancel·lació per no arribar-se al mínim exigít, el viatger tindrà dret al reemborsament íntegre de les quantitats abonades, sense compensació addicional.

Llista de material

Revisarem tot l'equip junts i amb detall abans de l'expedició.

FAQs

Quin nivell tècnic i físic es requereix?

Es requereix experiència prèvia caminant amb grampons i seguretat en terreny nevad. No és escalada vertical, però hi ha trams de corda fixa i aresta exposada. Cal dominar l'ús del Jumar i el ràpel bàsic sota la supervisió del guia. S'aconsella experiència prèvia en trekking d'altura (fins a 5.000 m) i capacitat per caminar 6-8 h diàries; el dia de cim suposa 10-12 h d'esforç continu.

Quin tipus d'allotjament inclou el viatge?

Tres nits en hotel 3★ a Katmandú (habitació doble), lodges senzills però acollidors durant el trekking i tendes d'expedició al campament base i al high camp. Tot el material col·lectiu d'acampada (tendes, matalassos, menjador, cuina) està inclòs.

Quin és el pla d'àpats?

Esmorzar bufet a Katmandú; pensió completa (esmorzar, dinar calent o pícnic i sopar) durant tot el trekking i als campaments d'altura. Aigua calenta per a infusions als lodges i begudes filtrades o bullides al campament base. Es poden preparar dietes especials si s'avisava amb antelació.

Com arribo al punt de partida?

L'aeroport més proper és el Tribhuvan International (KTM) a Katmandú. El vol d'anada i tornada a Lukla ja està gestionat dins del programa.

Què passa si el vol a Lukla es retarda o es cancel·la?

Es preveu un dia de contingència. Si el mal temps bloqueja l'aeroport, dormirem nits extra a Lukla o utilitzarem helicòpter (cost addicional no inclòs) quan la meteorologia millori. El guia s'encarrega de la logística alternativa.

Com es gestiona l'aclimatació?

Seguim la regla "pujar alt, dormir baix", amb dos dies extra a Namche i Chhukung per caminar sense pes, practicar tècnica i afavorir la producció natural de glòbuls vermells. També portem un botiquí amb oxímetre i protocols de detecció precoç del mal d'altura.

Quin pes porta cada participant i què transporten els portejadors?

Portejaran fins a 12 kg de la teva bossa personal. Tu només portes motxilla d'atac (aigua, jaqueta, càmera, snacks). Als campaments, l'equip col·lectiu (tendes, cuina, cordes) és responsabilitat dels portejadors i els guies.

Puc carregar bateries i tenir Wi-Fi durant la ruta?

A Namche i Tengboche hi ha energia solar de pagament (≈300 rúpies/h) i targetes Wi-Fi Everest Link. A partir de Dingboche la càrrega depèn de generadors i el cost puja. Recomanem un powerbank de 10.000 mAh i mode avió per estalviar bateria.

Fa molt fred? Quines temperatures es poden esperar?

A Katmandú, 15-25 °C. A Dingboche les mínimes ronden els -10 °C i al high camp poden baixar fins a -20 °C amb vent. De dia, al sol, se superen els 5 °C. Un sac de dormir de -15 °C confort i una jaqueta de plomes gruixuda són indispensables.

Hi ha equip tècnic disponible al Nepal?

A Thamel es poden llogar grampons, piolet, botes dobles, arnesos i Jumar a preus econòmics. Tot i així, sempre és preferible utilitzar el teu propi material, ja provat. Us facilitem una llista detallada de l'equip obligatori i recomanat en confirmar la reserva.

Quins són els requisits de passaport i visat?

És important tenir un passaport vàlid amb almenys 6 mesos de vigència. Nepal ofereix VISA a l'arribada per a la majoria de països; pots accelerar el procés i evitar cues en aterrar si presentes la sol·licitud en línia a través d'aquest enllaç web oficial. És recomanable verificar la informació a prop de la teva data de viatge. Actualment, els costos del visat de turista de Nepal són els següents: 15 dies: USD 30 30 dies: USD 50 90 dies: USD 125.

És obligatori contractar una assegurança de rescat o evacuació?

El programa no inclou assegurança de viatge, mèdica ni d'evacuació. És obligatori contractar una assegurança que cobreixi rescats en helicòpter i tractament a gran altitud. Podem gestionar-la, consulta'ns.

Cartilla de vacunació

No hi ha cap vacuna obligatòria per viatjar al Nepal. Recomanem consultar amb el teu metge quines vacunes són recomanables.

Propines

Les propines no estan incloses i es lliuren al final del viatge en efectiu (no hi ha datàfon). No és obligatori, però és molt recomanable. Guies: 5 a 10 USD per persona i dia. En trekkings més llargs (com el circuit d'Annapurna o el Campament Base de l'Everest), les propines poden augmentar, arribant a 10-15 USD per persona i dia. Porteadors: 3 a 5 USD per dia i persona. En trekkings més llargs o exigents, es pot considerar augmentar a 5-7 USD. A més, cal pagar 250 USD al guia com a "peak summit bonus" en cas d'arribar al cim.

Diners en efectiu

A Katmandú normalment es pot pagar amb targeta (a restaurants, taxis, botigues de souvenirs... no sempre). A partir d'aquí, ja no hi haurà caixers. És imprescindible portar moneda local. Es poden portar euros o dòlars i canviar-los directament a rúpies a l'aeroport o a Thamel el dia d'arribada. Es recomana portar un mínim de 250€ en efectiu per a les despeses no incloses, com begudes o menjars a Katmandú i per a les propines.



Contacto

info@b4experience.com

www.b4experience.com

+34 613 03 77 00

[Ver programa en la web](#)

