

TREKKING, ALPINISME

TREKKING VALL DE MARKHA I DZO JONGO (6.240 M)

Trekking d'11 dies pel Ladakh amb ascensió al
Dzo Jongo East i travessa del coll de Kongmaru
La.



ÍNDIA



Trekking d'alta muntanya al Ladakh amb dos dies d'aclimatació a Leh, pobles de la vall de Markha, campaments d'altura i ascensió final al Dzo Jongu.

Ver programa en la web

<https://b4experience.com/ca/valle-de-markha-y-dzo-jongo-trek>

MESES RECOMENDADOS

JULIOL, AGOST, SETEMBRE



PRECIOS

Desde 1.300€ /persona

Descuentos por grupos





Highlights

- CIM DE 6.240 METRES AMB VISTES AL KARAKORAM
- RUTA PEL HEMIS NATIONAL PARK
- CULTURA TIBETANA I MONESTIRS MIL·LENARIS
- ALLOTJAMENT SELECCIONAT EN ENTORNS D'ALTURA.

Grupo privado

100% personalizable

Desde (Personas)	Categoría	Disponibilidad	Nº días	Precio por pers.
6	Estándar	15/06/2027 14:00:00 - 30/09/2027 15:00:00	11	1.300€
6	Estándar	15/06/2026 14:00:00 - 30/09/2026 15:00:00	11	1.300€
4	Estándar	15/06/2027 14:00:00 - 30/09/2027 15:00:00	11	1.600€
4	Estándar	15/06/2026 14:00:00 - 30/09/2026 15:00:00	11	1.600€
2	Estándar	15/06/2027 14:00:00 - 30/09/2027 15:00:00	11	1.800€
2	Estándar	15/06/2026 14:00:00 - 30/09/2026 15:00:00	11	1.800€

Viaja con tus familiares o grupo de amigos.

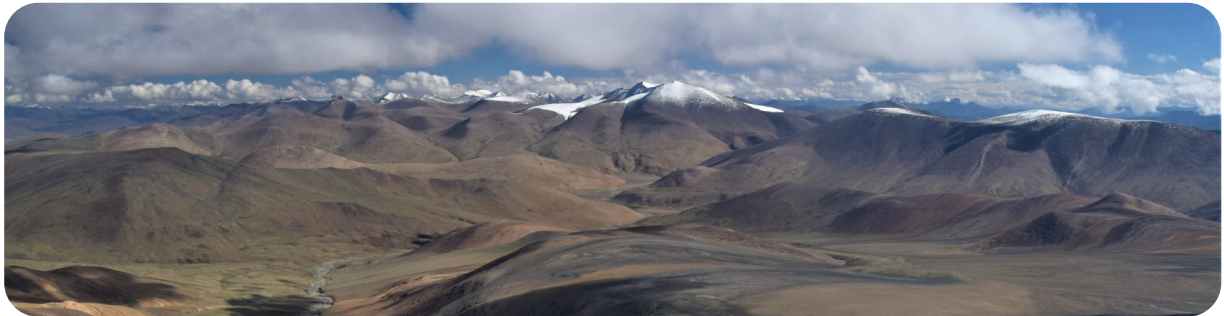
**Confirmar disponibilidad en info@b4experience.com / +34 613 03 77 00 / www.b4experience.com*

Grupo abierto

Comparte la experiencia con otros viajeros

Detalle Viaje	Fechas	Nº días	Plazas disp.	Precio por pers.
✕ No hay grupos abiertos disponibles, sólo grupos privados				

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

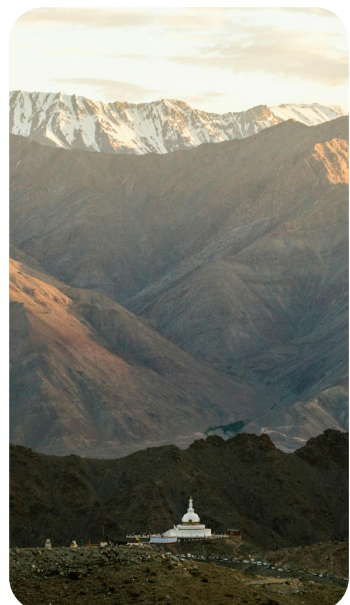


Incluye

- Allotjaments en hotel de luxe, guesthouse i campaments premium
- Tots els àpats durant el trekking
- Transport terrestre durant l'itinerari
- Guies de trekking i personal de suport
- Permisos de trekking i entrada al parc
- Material de seguretat: farmaciola i oxigen
- Equip tècnic per a l'ascensió.

No incluye

- Vols internacionals i nacionals fins a Leh (ho podem gestionar)
- Assegurança de viatge i rescat (ho podem gestionar)
- Material de muntanya personal (lloguer disponible)
- Propines i despeses personals
- Begudes i aperitius fora dels àpats.



Itinerario

DIA 1: ARRIBADA A LEH (3.500 m)

Arribada a l'aeroport de Leh i trasllat a l'hotel de luxe, on comencem l'aclimatació a l'altitud. La resta del dia és lliure per descansar, hidratar-nos i fer un primer passeig suau per la ciutat. Al capvespre, visita opcional a la Shanti Stupa i al Palau de Leh per gaudir de les vistes de la vall.

Allotjament: Hotel de luxe

Àpats: Sopar

DIA 2: ACLIMATACIÓ A LEH

Després de l'esmorzar, sortida amb guia local per visitar els monestirs que envolten Leh. Descubrim Shey, antiga capital reial amb la seva gran estàtua de Buda, i continuem cap a l'impressionant gompa de Thiksey, enfilada en un turó. Retorn a l'hotel per continuar aclimatant-nos i descansar.

Allotjament: Hotel de luxe

Àpats: Esmorzar

DIA 3: LEH → CHILLING → SKIU

Deixem Leh per carretera, passant vora el famós Pathar Sahib Gurudwara i l'espectacular confluència dels rius Indus i Zaskar, porta d'entrada al Hemis National Park. Després d'unes 2-3 hores de trajecte arribem a Chilling, on comencem a caminar. Un trekking còmode ens porta seguint la vall fins al petit poble de Skiu, ja al bell mig del parc.

Allotjament: Guesthouse

Àpats: Esmorzar, dinar, sopar

DIA 4: SKIU → MARKHA

Primera gran jornada de trekking per la vall de Markha. El camí serpenteja entre parets rocoses i trams de vegetació sorprenentment verda per a aquesta regió. Passem per pobles com Sara i Chalak, amb els seus camps en terrasses, i travessem en diversos punts el riu Markha, de vegades caminant pel seu llit. Arribada a l'encantador poble de Markha i allotjament en una homestay seleccionada.

Allotjament: Guesthouse

Àpats: Esmorzar, dinar, sopar

DIA 5: MARKHA → HANKAR

Continuem vall amunt, deixant enrere les últimes cases de Markha i caminant entre chortens i murals de pregàries. A Umlung visitem la seva antiga gompa i, si el temps ho permet, obtenim la primera vista completa del Kang Yatse dominant l'horitzó. El paisatge es torna més obert i mineral abans d'arribar al poble de Hankar, un dels més alts de la vall.

Allotjament: Guesthouse

Àpats: Esmorzar, dinar, sopar

DIA 6: HANKAR → NIMALING

La ruta guanya altura de manera progressiva camí de les àmplies pastures de Nimaling. Deixem enrere les últimes cases per entrar en zona de pastures d'altura on solen veure's iacs i ramats locals. L'ambient es torna plenament d'alta muntanya, envoltats de cims nevats i vistes cap al Kang Yatse. Arribada a l'altiplà de Nimaling i nit en un confortable campament d'altura.

Allotjament: Campament d'altura de luxe

Àpats: Esmorzar, dinar, sopar

DIA 7: NIMALING → CAMPAMENT BASE DZO JONGO

Després de l'esmorzar iniciem una caminada relativament curta però en altura, seguint un pendent suau que ens porta cap a la conca del Dzo Jongo. En unes 2-3 hores arribem al campament base, on ens instal·lem a les nostres tendes. A la tarda fem una caminada d'aclimatació al voltant del campament per millorar l'adaptació a l'altitud. Nit en tendes, pensió completa.

Allotjament: Campament base

Àpats: Esmorzar, dinar, sopar

DIA 8: ENTRENAMENT TÈCNIC I ACLIMATACIÓ

Dia clau de preparació i descans actiu al campament base. Revisem i ajustem tot el material d'ascensió, practiquem l'ús de grampons, corda i arnès, i preparem les motxilles lleugeres per al dia de cim. Fem una breu caminada d'aclimatació pels voltants i acabem d'hora per sopar i descansar, ja que l'ascensió començarà de matinada.

Allotjament: Campament base

Àpats: Esmorzar, dinar, sopar

DIA 9: DIA DE CIM – DZO JONGO EAST (6.240 m)

Sortim del campament base en plena nit per aprofitar les hores de millor estabilitat. La ruta ascendeix per pendents de roca i trams de neu on, segons les condicions, utilitzarem grampons. L'aresta final és aèria però poc tècnica i la corda només sol ser necessària a prop dels 6.000 m. Des del cim gaudim de vistes excepcionals del Karakoram, el Zaskar i l'Himàlaia abans de descendir pel mateix itinerari de tornada al campament base. Jornada llarga de 10-12 hores.

Allotjament: Campament base

Àpats: Esmorzar, dinar, sopar

DIA 10: BASE CAMP → KONGMARU LA → LEH

Últim dia a la muntanya. Recollim el campament i ascendim progressivament fins al coll de Kongmaru La, a més de 5.200 m, des d'on gaudim d'una darrera panoràmica dels grans cims de la zona. El descens inicial és pronunciat i després s'suavitza tot seguint el curs d'un rierol fins arribar a Chogdo. Allà ens esperen els vehicles que ens portaran de tornada a Leh, on gaudim d'una merescuda dutxa i del confort de l'hotel.

Allotjament: Hotel de luxe

Àpats: Esmorzar, dinar

DIA 11: SORTIDA DE LEH

Esmorzar matiner i temps lliure final segons l'horari de vol. Trasllat a l'aeroport a càrrec de l'equip local i fi dels nostres serveis. Comiat de Leh i de l'Himàlaia després d'onze dies d'aventura combinant cultura ladakhi, trekking d'altura i l'ascensió a un sismil accessible però exigent.

Àpats: Esmorzar

Política de pagament i cancel·lació

Reserva inicial: Per assegurar la teva plaça, es requereix 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 assegurances, vols o altres serveis opcionals, s'han de pagar íntegrament 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 condicions de la pòlissa).

L'usuari final podrà desistir del viatge contractat, tenint dret a la devolució de les quantitats abonades, excepte les penalitzacions indicades. No obstant això, haurà d'abonar a l'agència les següents quantitats un cop confirmat el viatge.

Política de cancel·lació 3

- Reemborsament complet dins de les 24 hores posteriors a la compra
- Fins a 60 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: no es realitzarà cap reemborsament.

*S'aplicarà una taxa de gestió de 250 €

*Si existeixen altres despeses no reemborsables ja emeses, tampoc seran retornades i es descomptaran de l'import total a reemborsar

*El cost de cancel·lació de vols ja emesos és del 100% del preu del bitllet.

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, informant-se el viatger a través del portal del client quan s'assoleixi aquest mínim per poder confirmar la sortida. En cas de no assolir-se el 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 al contracte i amb preu ajustat a aquesta configuració. En cas de cancel·lació per no assolir-se el mínim exigít, el viatger tindrà dret al reemborsament íntegre de les quantitats abonades, sense compensació addicional.

Llista de material

- Motxilla de 40 L
- Petate o bossa de viatge.
- Botes d'alta muntanya calentes
- Botes toves de trekking per a les zones baixes.
- Mitjons fins i gruixuts (diversos parells de recanvi).
- Pantalons de muntanya
- Samarretes de màniga llarga i curta
- Jaqueta i pantaló de folre polar o pantaló calent (tipus esquí).
- Jaqueta i pantaló de Gore-tex o similar.
- Jaqueta de plomes.
- Passamuntanyes
- Gorra de sol.
- Guants fins interiors.
- Guants tipus esquí
- Ulleres de màxima protecció solar (2 parells)
- Ulleres de ventisca (tipus esquí).
- Sac de dormir de plomes calent (millor amb cremallera lateral)
- Màrfega aïllant.
- Bastons telescòpics (opcional).
- Crema protectora per a la pell i els llavis d'alta protecció
- Frontal amb abundants piles de recanvi i bombetes.
- Farmaciola personal
- Necesser d'higiene personal, tovallola, paper higiènic, etc.
- Grampons automàtics amb gomes "antiesclops" (per a l'ascensió)
- Piolet (per a l'ascensió)
- Mosquetons de seguretat (per a l'ascensió)
- Arnès (per a l'ascensió)
- GPS (opcional).

FAQs

Quin és el nivell físic i tècnic requerit?

És un viatge exigent en altitud, amb un dia de cim llarg (10-12 h) i passos per terreny de glacera. No és una ascensió gaire tècnica, però cal molt bona forma física, experiència prèvia en alta muntanya, pràctica amb grampons i piolet i soltesa movent-se per neu, gel i pedreres.

Quin tipus d'allotjament s'utilitza durant el viatge?

A Leh dormim en un hotel còmode acuradament seleccionat. Durant la ruta utilitzem allotjaments familiars locals (homestays) als pobles i campaments d'altura equipats amb tendes, matalassos i cuina. La combinació permet viure la cultura local sense renunciar al confort bàsic a la muntanya.

Com s'arriba al punt d'inici del viatge i quin és l'aeroport més proper?

El viatge comença i acaba a Leh, capital de Ladakh. El més habitual és volar primer a Delhi i des d'allà agafar un vol domèstic a Leh. L'equip local organitza la recollida a l'aeroport a l'arribada i el trasllat de tornada l'últim dia, segons els horaris del teu vol. Si ho vols, podem gestionar els teus vols.

Què passa si no arribo al cim del Dzo Jongu?

La possibilitat de fer cim depèn de l'aclimatació, la forma física i, sobretot, de les condicions de neu i meteorologia. La seguretat és prioritària, per la qual cosa el guia pot decidir no continuar. Encara que no s'arribi al cim, el trekking per Markha Valley i Nimaling ja és una gran experiència en si mateixa.

Quines mesures es prenen davant el mal d'alçada?

L'itinerari està dissenyat amb una pujada progressiva, dies d'aclimatació i la tècnica de "pujar més alt i dormir més avall" quan és possible. Es recomana hidratar-se molt, menjar lleuger i comunicar qualsevol símptoma. L'equip porta farmaciola i oxigen, i davant signes seriosos l'única solució eficaç és baixar.

Quin clima puc esperar a Ladakh i a la muntanya?

A l'estiu, Ladakh és sec i assolellat, sense influència directa del monsó. Durant el dia, per sota dels 3.500 m pot fer bastanta calor, mentre que per sobre dels 4.500 m les nits són fredes i es pot arribar a 0 °C o per sota. En altura sempre existeix la possibilitat de vent i neu.

Quin idioma es parla a la zona? Cal saber anglès?

A l'Índia hi ha molts idiomes oficials; a Ladakh es parla ladakhi i hindi, però l'anglès és la llengua habitual per al turisme i l'administració. El guia local es comunica en anglès, per la qual cosa és molt recomanable entendre's almenys en anglès bàsic.

Quina documentació he de portar?

Cal viatjar amb passaport en vigor, amb una validesa mínima de 6 mesos des de la data de tornada, i el visat d'entrada a l'Índia. Es recomana portar també còpia impresa i digital de la pòlissa d'assegurança, bitllets d'avió i, si escau, certificat de vacunació o medicació habitual.

Cal visat per viatjar a l'Índia?

Sí, cal visat per a la majoria de nacionalitats. El tràmit es fa en línia a través de la web oficial del govern indi i s'ha de gestionar, com a mínim, una setmana abans de l'inici del viatge. El viatger és l'únic responsable de portar el seu visat en regla.

Com es transporta l'equipatge durant el trekking?

Durant el trekking, les motxilles grans o els petates es carreguen a mules o portadors. Cada participant camina només amb una motxilla de dia (20–30 L) amb aigua, abric, càmera i una mica de menjar. És important respectar el pes màxim assignat per persona per facilitar la logística i el benestar dels animals.

Què cal saber sobre vacunes i salut a l'Índia?

No hi ha vacunes obligatòries per entrar a l'Índia, però és important tenir actualitzat el calendari bàsic. Poden ser recomanables altres vacunes, la prescripció de les quals s'ha de fer de manera personalitzada en qualsevol dels Centres de Vacunació Internacional autoritzats. En algunes zones pot haver-hi risc de malària per sota dels 2.000 m. Fora de les grans ciutats les condicions sanitàries són bàsiques, per la qual cosa cal extremar les precaucions amb l'aigua i els aliments.

Com es gestiona l'aigua potable durant el trekking?

Durant la ruta es facilita aigua bullida o tractada, i en alguns punts es pot recarregar en fonts segures. És fonamental portar cantimplora o termo i pastilles potabilitzadores si es vol un extra de seguretat. No es recomana beure aigua de l'aixeta ni consumir gel o fruita ja pelada fora dels allotjaments de confiança.

Quines normes d'equipatge s'apliquen als vols?

En els vols internacionals el límit sol ser d'uns 23 kg facturats més equipatge de mà estàndard, però es confirma en emetre el bitllet. En el vol intern a Leh el límit és més estricte: normalment 15 kg facturats i 7 kg de cabina. Qualsevol excés es paga directament a l'aeroport.



Contacto

info@b4experience.com

www.b4experience.com

+34 613 03 77 00

Ver programa en la web

