

ALPINISME

ISLAND PEAK (6 165 M)

Sommet népalais de 6 165 m avec guide et trekking dans la vallée de Khumbu



B4Experience

NÉPAL



Island Peak (Imja Tse), porte d'entrée à l'alpinisme de 6 000 m, combine le mythique trekking de l'Everest avec une ascension technique modérée, des vues spectaculaires et une équipe experte de guides et Sherpas assurant sécurité et apprentissage.

Voir le programme sur le web

<https://b4experience.com/contact-us/>



MOIS RECOMMANDÉS

MARCH, APRIL, MAY, SEPTEMBER, OCTOBER, NOVEMBER



PRIX

Dès 2.700€ / pers.

Réductions pour groupes

Alpinisme

info@b4experience.com / +34 613 03 77 00





Highlights

- ITINÉRAIRE CLASSIQUE DE LA VALLÉE DE KHUMBU
- CAMP SUPÉRIEUR À 5 600 M POUR UNE ACCLIMATATION OPTIMALE
- VUES À 360° SUR L'EVEREST, LE LHOTSE ET L'AMA DABLM DEPUIS LE SOMMET
- SERVICE COMPLET AVEC VOL LUKLA, PERMIS ET MATÉRIEL TECHNIQUE.

Groupe privé

100% personnalisable

À partir de (personnes)	Catégorie	Disponibilité	Nb. Jours	Prix/pers.
1	Standard	01 mars 2026 - 31 mai 2026	17	2.890€
1	Standard	01 sept. 2026 - 30 nov. 2026	17	2.700€

Voyagez avec votre famille ou vos amis.

*Contactez-nous pour vérifier la disponibilité via info@b4experience.com / +34 613 03 77 00 /
www.b4experience.com

Groupe ouvert

Partagez l'expérience avec d'autres voyageurs

Catégorie	Dates	Nb. jours	Places dispo.	Point de départ	Prix / pers.
✖ Pas de groupes ouverts disponibles, uniquement des groupes privés.					

*Contactez-nous pour vérifier la disponibilité via info@b4experience.com / +34 613 03 77 00 / www.b4experience.com

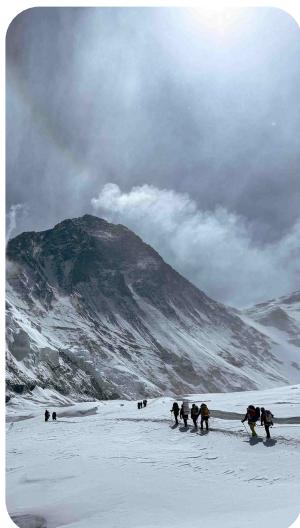
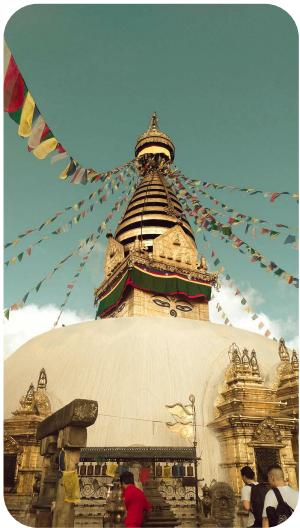


Inclus

- Transferts depuis/vers l'aéroport selon itinéraire.
- 3 nuits en hôtel 3 étoiles à Katmandou avec petit déjeuner.
- Hébergement en lodges/maisons de thé durant le trekking (chambre double partagée ou individuelle).
- 3 repas complets par jour (un plat du menu).
- 3 boissons chaudes par jour (thé ou café).
- Billets d'avion Katmandou–Lukla–Katmandou (aller-retour) avec guide. Si pas de vol direct, transfert en jeep privé de 4 h à Ramechap et vol de là.
- Tous les frais du guide de trekking expérimenté et anglophone.
- Guide d'escalade pour l'ascension de l'Island Peak, tout le matériel technique inclus. Ratio client-guide 1:1
- Permis d'ascension de l'Island Peak et gestion administrative.
- Tous les permis nécessaires (entrée au parc national, taxes d'accès à Lukla).
- Trousse de premiers secours complète.
- Taxe de gestion des déchets.
- Assurance, salaires et indemnités pour sherpas d'escalade, cuisiniers et porteurs.
- Tentes cuisine, repas, toilette et couchage pour campements de base et d'altitude.
- Eau filtrée et aliments spéciaux pour haute altitude durant le trekking.
- Cordes et matériel technique d'escalade pour l'Island Peak.
- Bouteille d'oxygène de 3 litres (pour urgences, à coût nominal).
- Hélicoptère en attente pour secours (coût nominal applicable).
- Dîner de clôture.
- Toutes les taxes exigées par le gouvernement du Népal.

Non inclus

- Taxe de visa d'entrée au Népal.
- Vols internationaux.
- Frais de surpoids bagages.
- Déjeuners et dîners à Katmandou, ainsi qu'en cas de retour anticipé par rapport à l'itinéraire prévu.
- Dépenses personnelles telles que achats, boissons alcoolisées, usage de téléphones satellites, forfaits Internet, eau en bouteille et repas supplémentaires hors pension complète durant le trekking.
- Assurance voyage et secours.
- Nuits supplémentaires à Katmandou pour arrivée anticipée, départ tardif ou retour avant la date prévue.
- Pourboires pour sherpas d'escalade, guides et porteurs.



Itinéraire

JOUR 1 : ARRIVÉE À KATMANDOU

Accueil à l'aéroport et transfert (≈30 min) vers le quartier animé de Thamel. Après-midi libre pour changer de l'argent, s'acclimater à l'ambiance népalaise et, si désiré, faire une première promenade dans les bazars d'artisanat ou visiter la stupa voisine de Swayambhunath avant de se reposer à l'hôtel.

Hébergement : Hôtel 3*

JOUR 2 : PRÉPARATIFS À KATMANDOU

Réunion d'information avec le guide pour revoir le programme et contrôler le matériel personnel. Formalités pour les permis de trekking et derniers achats de matériel technique dans les magasins de Thamel. Après-midi libre pour visiter Durbar Square ou se détendre dans un café avec vue sur les temples. Dîner de bienvenue.

Hébergement : Hôtel 3*

Repas : Petit déjeuner, dîner.

JOUR 3 : VOL VERS LUKLA ET TREK JUSQU'À PHAKDING

Réveil matinal et vol panoramique de 30 min vers le légendaire aérodrome de Lukla (2 840 m) depuis l'aéroport de Ramechap. Rencontre avec les porteurs et début du trekking en suivant la rivière Dudh Koshi entre ponts suspendus et villages sherpa jusqu'à Phakding (2 610 m), où l'atmosphère himalayenne se ressent déjà. Marche douce pour favoriser l'acclimatation.

Hébergement : Lodge

Repas : Petit déjeuner, déjeuner, dîner

JOUR 4 : ASCENSION VERS NAMCHE BAZAAR

Itinéraire ascendant à travers des forêts de pins et de magnolia, croisant plusieurs ponts suspendus, dont le célèbre pont Hillary. Entrée dans le parc national Sagarmatha et montée régulière jusqu'à la capitale sherpa, Namche Bazaar (3 440 m). Premières vues sur l'Everest et le Lhotse si le ciel est dégagé.

Hébergement : Lodge

Repas : Petit déjeuner, déjeuner, dîner

JOUR 5 : JOUR D'ACCLIMATATION À NAMCHE

Randonnée circulaire sans sacs lourds vers l'Everest View Hotel (3 880 m) pour gagner de l'altitude et revenir dormir plus bas. Visite des villages de Khumjung et Khunde, avec leur école fondée par Hillary. Après-midi libre pour le marché tibétain ou le musée du parc.

Hébergement : Lodge

Repas : Petit déjeuner, déjeuner, dîner

JOUR 6 : TREK VERS TENGBOCHE

Départ en longeant le flanc de la montagne avec vues dégagées sur l'Ama Dablam. Descente vers la rivière Imja puis montée finale parmi les rhododendrons jusqu'au mythique monastère de Tengboche (3 867 m). Possibilité d'assister à la cérémonie vespérale des moines avec les huit mille mètres en toile de fond.

Hébergement : Lodge

Repas : Petit déjeuner, déjeuner, dîner

JOUR 7 : TREK VERS DINGBOCHE

Descente initiale en forêt jusqu'à Pangboche pour visiter son ancien gompa, puis chemin exposé au vent remontant la rivière Imja Khola avec vues sur le Nuptse et le Lhotse. Arrivée à Dingboche (4 410 m), où les murs en pierre protègent les cultures de pommes de terre les plus hautes de la vallée.

Hébergement : Lodge

Repas : Petit déjeuner, déjeuner, dîner

JOUR 8 : ACCLIMATATION À DINGBOCHE

Journée d'acclimatation avec randonnée jusqu'au pic Nagarjung (5 089 m).

Hébergement : Lodge

Repas : Petit déjeuner, déjeuner, dîner

JOUR 9 : TREK VERS CHUKUNG

Étape courte mais en altitude, suivant la large vallée glaciaire jusqu'à Chhukung (4 730 m). Après-midi pour se reposer, s'hydrater et admirer la face sud du Lhotse et l'impressionnant Amphu Labu. Le matériel technique est vérifié avant les pratiques du lendemain.

Hébergement : Lodge

Repas : Petit déjeuner, déjeuner, dîner

JOUR 10 : TREK VERS LE CAMP DE BASE ISLAND PEAK (4 970 m)

Progression sur terrain pierreux jusqu'au camp de base, situé sur une clairière au pied du glacier Lhotse. Installation des tentes, dîner tôt et briefing final sur la stratégie d'ascension. Nuit sous un ciel étoilé impressionnant.

Hébergement : Campement complet

Repas : Petit déjeuner, déjeuner, dîner

JOUR 11 : ASCENSION DE L'ISLAND PEAK (6 165 m)

Départ à 2h00 en traversant le glacier avec des crampons. Ascension de l'arête enneigée sécurisée par des cordes fixes menant à une crête aiguë avec vues sur la vallée de Khumbu et les géants Lhotse et Makalu. Photo au sommet et longue descente vers le camp de base ou Chhukung pour célébrer l'exploit.

Hébergement : Campement complet

Repas : Petit déjeuner, déjeuner, dîner

JOUR 12 : JOUR SUPPLÉMENTAIRE / CONTINGENCE

Jour de réserve en cas de mauvais temps ou de retards.

Hébergement : Campement / Lodge

Repas : Petit déjeuner, déjeuner, dîner

JOUR 13 : PANGBOCHE – DESCENTE PAR LA VALLÉE IMJA

Marche détendue à travers des prairies alpines et des ponts en bois jusqu'à Pangboche (3 985 m). Temps pour visiter le monastère local, connu pour sa main présumée de Yéti, et remercier les lamas pour la protection reçue.

Hébergement : Lodge

Repas : Petit déjeuner, déjeuner, dîner

JOUR 14 : NAMCHE BAZAAR – RETOUR PAR LES FORÊTS DE PIN

Descente continue avec vues sur l'Everest qui s'éloigne peu à peu. Traversée du Dudh Koshi et ascension finale vers l'amphithéâtre de Namche ; douche chaude, pâtisseries locales et dernier regard sur le marché de souvenirs.

Hébergement : Lodge

Repas : Petit déjeuner, déjeuner, dîner

JOUR 15 : LUKLA – FIN DU TREKKING

Retour par la vallée, en traversant petites stupas et murs mani jusqu'à Lukla. Après-midi libre pour dire au revoir aux porteurs et trinquer avec une "Everest Beer" célébrant l'expédition.

Hébergement : Lodge

Repas : Petit déjeuner, déjeuner, dîner

JOUR 16 : VOL VERS RAMECHHAP ET TRANSFERT À KATHMANDU

Vol retour depuis Lukla et transfert par la route à Katmandou. Transfert à l'hôtel et temps libre.

Hébergement : Hôtel 3*

Repas : Petit déjeuner

JOUR 17 : TRANSFERT À L'AÉROPORT – DÉPART FINAL

Transfert à l'aéroport international. Fin du voyage.

Repas : Petit déjeuner.

Politiques de paiement et d'annulation

Réservation initiale : Pour garantir votre place, un acompte de 30 % du montant total du voyage est requis au moment de la réservation.

Paiement final : Le solde, équivalent à 70 % du total, doit être payé au plus tard 60 jours avant la date de départ.

Extras : Les coûts supplémentaires du voyage, tels que assurances, vols ou autres services optionnels, doivent être payés en totalité au moment de la réservation.

Assurance annulation : Le client peut souscrire une assurance annulation de voyage pour obtenir le remboursement total de la somme versée (selon ses conditions).

L'utilisateur final peut renoncer au voyage contracté, avec droit au remboursement des sommes versées, sauf pénalités indiquées, mais devra en plus régler à l'agence les montants suivants une fois le voyage confirmé. Si celui-ci ne se réalise pas faute au nombre minimum de participants, le client pourra garder le crédit pour des voyages futurs ou demander le remboursement intégral de la réservation.

Politique d'annulation 3 :

REMBOURSEMENT COMPLET JUSQU'À 24H APRÈS L'ACHAT

Jusqu'à 60 jours avant le voyage, remboursement de 100 % du montant du voyage.

Jusqu'à 45 jours avant le voyage, remboursement de 50 % du montant du voyage.

Pour des délais inférieurs à ceux indiqués dans la politique d'annulation, aucun remboursement ne sera effectué.

* Des frais de gestion de 250 € s'appliquent

* Aucun frais d'annulation ne sera remboursé pour les réservations déjà émises. S'il y a d'autres frais non remboursables déjà émis, ceux-ci ne seront pas remboursés et seront déduits du montant à payer.

* Le coût d'annulation des vols émis est de 100 % du montant.

Liste du matériel

Nous passerons tout l'équipement en revue ensemble et en détail avant l'expédition.

FAQs

Quel niveau technique et physique est requis ?

Une expérience préalable de marche avec crampons et sécurité sur terrain enneigé est exigée. Ce n'est pas de l'escalade verticale, mais il y a des passages de cordes fixes et une arête exposée. Vous devez maîtriser l'utilisation du Jumar et le rappel de base sous la supervision du guide. Une expérience préalable de trekking en altitude (jusqu'à 5 000 m) et la capacité de marcher 6-8 heures par jour sont conseillées ; le jour du sommet représente un effort continu de 10-12 heures.

Quel type d'hébergement est inclus dans le voyage ?

Trois nuits en hôtel 3★ à Katmandou (chambre double), lodges simples mais confortables durant le trekking et tentes d'expédition au camp de base et camp haut. Tout le matériel collectif de camping (tentes, matelas, salle à manger, cuisine) est inclus.

Quel est le plan des repas ?

Petit déjeuner buffet à Katmandou ; pension complète (petit déjeuner, déjeuner chaud ou pique-nique et dîner) pendant tout le trekking et aux camps d'altitude. Eau chaude pour infusions dans les lodges et boissons filtrées ou bouillies au camp de base. Régimes spéciaux possibles si prévenus à l'avance.

Comment rejoindre le point de départ ?

L'aéroport le plus proche est l'aéroport international Tribhuvan (KTM) à Katmandou. Le vol aller-retour vers Lukla est déjà inclus dans le programme.

Que se passe-t-il si le vol vers Lukla est retardé ou annulé ?

Un jour de contingence est prévu. Si le mauvais temps bloque l'aéroport, nous passerons des nuits supplémentaires à Lukla ou utiliserons un hélicoptère (coût supplémentaire non inclus) lorsque la météo s'améliorera. Le guide s'occupe de la logistique alternative.

Comment est gérée l'acclimatation ?

Nous suivons la règle « monter haut, dormir bas », avec deux jours supplémentaires à Namche et Chhukung pour marcher sans poids, pratiquer la technique et favoriser la production naturelle de globules rouges. Nous avons aussi une trousse d'oxymètre et des protocoles de détection précoce du mal d'altitude.

Quel poids porte chaque participant et que transportent les porteurs ?

Ils porteront jusqu'à 12 kg de votre sac personnel. Vous ne portez que le sac d'attaque (eau, veste, appareil photo, snacks). Aux campements, le matériel collectif (tentes, cuisine, cordes) est à la charge des porteurs et guides.

Puis-je recharger mes batteries et avoir du Wi-Fi en route ?

À Namche et Tengboche, il y a de l'énergie solaire payante (≈300 roupies/heure) et des cartes Wi-Fi Everest Link. À partir de Dingboche, la recharge dépend des générateurs et le coût augmente. Nous recommandons une batterie externe de 10 000 mAh et le mode avion pour conserver la batterie.

Fait-il très froid ? Quelles températures attendre ?

À Katmandou, 15-25 °C. À Dingboche, les minima tournent autour de -10 °C et au camp haut peuvent descendre à -20 °C avec du vent. En journée, au soleil, les températures dépassent 5 °C. Sac de couchage confort -15 °C et doudoune épaisse indispensables.

Y a-t-il du matériel technique disponible au Népal ?

À Thamel, on loue crampons, piolets, chaussures doubles, harnais et Jumar à prix économiques. Malgré tout, il vaut toujours mieux utiliser votre matériel déjà testé. Nous fournissons une liste détaillée du matériel obligatoire et recommandé lors de la confirmation de la réservation.

Quelles sont les exigences en matière de passeport et de visa ?

Il est important d'avoir un passeport valide avec au moins 6 mois de validité. Le Népal propose un VISA à l'arrivée pour la plupart des pays, ce qui peut accélérer le processus et éviter les queues à l'atterrissement si vous soumettez votre demande en ligne via ce lien officiel. À votre arrivée, rendez-vous au guichet bancaire de l'aéroport international Tribhuvan avec l'ID d'envoi (page de confirmation) reçu après avoir rempli le formulaire de demande de visa pour le Népal. Payez les frais correspondants en espèces, puis présentez-vous au guichet de l'officier d'immigration avec votre passeport original pour obtenir le visa. Concernant les visas, restez informé, car les politiques d'immigration changent fréquemment. C'est pourquoi il est recommandé de vérifier les informations proches de votre date prévue de voyage. En février 2025, les coûts des visas touristiques pour le Népal sont les suivants : 15 jours : 30 USD 30 jours : 50 USD 90 jours : 125 USD.

Est-il obligatoire de souscrire une assurance secours ou évacuation ?

Le programme n'inclut pas d'assurance voyage, médicale ni évacuation. Il est recommandé de souscrire une assurance couvrant les secours en hélicoptère et les traitements en haute altitude. Nous pouvons la gérer, consultez-nous.

Carnet de vaccination

Aucun vaccin n'est obligatoire pour voyager au Népal. Nous vous conseillons de consulter votre médecin pour les vaccinations recommandées.

Pourboires

Les pourboires ne sont pas inclus et se donnent volontairement à la fin du voyage en espèces (pas de terminal de paiement). Ce n'est pas obligatoire, mais fortement recommandé. Guides : 5 à 10 USD par personne et par jour. Pour les trek plus longs (comme le circuit de l'Annapurna ou le camp de base de l'Everest), les pourboires peuvent augmenter, atteignant 10-15 USD par personne et par jour. Porteurs : 3 à 5 USD par jour et par personne. Pour les trek plus longs ou exigeants, vous pouvez envisager 5-7 USD.

Argent liquide

À Katmandou, on peut généralement payer par carte (dans les restaurants, taxis, boutiques de souvenirs... pas courant). Au-delà, il n'y aura pas de distributeurs automatiques. Il est indispensable d'emporter de la monnaie locale. Vous pouvez emporter des euros ou des dollars et les changer directement en roupies à l'aéroport ou à Thamel le jour de l'arrivée. Il est recommandé d'emporter un minimum de 250 € en espèces pour les dépenses non incluses, comme les boissons ou repas à Katmandou et pour les pourboires.



Contact

info@b4experience.com

www.b4experience.com

+34 613 03 77 00

[Voir le programme sur le web](#)

