

ALPINISME

# AMADABLAM (6.812 M)

---

Amadablam Expedition: Alpine Challenge in the Himalayas.



# NÉPAL



---

Expédition technique à l'Ama Dablam (6.812 m) avec acclimatation progressive, trekking dans le Khumbu, vues sur l'Everest et culture Sherpa. Pour alpinistes expérimentés à la recherche d'un véritable défi en altitude, roche, glace et neige.

*Voir le programme sur le web*

<https://b4experience.com/amadablam-6812-m>



## MOIS RECOMMANDÉS

---

MARCH, APRIL, MAY, SEPTEMBER, OCTOBER, NOVEMBER



## PRIX

---

**Dès 7.450€ / pers.**

Réductions pour groupes







# Highlights

---

- ASCENT VIA SOUTHWEST RIDGE WITH ROCK, SNOW, AND ICE SECTIONS
- GRADUAL ACCLIMATIZATION
- SPECTACULAR VIEWS OF EVEREST, MAKALU, CHO OYU, AND MORE
- SHERPA CULTURE: MONASTERIES, VILLAGES, AND RELIGIOUS CEREMONIES.



# Groupe privé

100% personnalisable

À partir de (personnes)	Catégorie	Disponibilité	Nb. Jours	Prix/pers.
1	Standard	01 mars 2026 - 31 mai 2026	31	7.150€
1	Standard	01 sept. 2026 - 30 nov. 2026	31	7.150€

Voyagez avec votre famille ou vos amis.

\*Contactez-nous pour vérifier la disponibilité via [info@b4experience.com](mailto:info@b4experience.com) / +34 613 03 77 00 / [www.b4experience.com](http://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](mailto:info@b4experience.com) / +34 613 03 77 00 / [www.b4experience.com](http://www.b4experience.com)



## Inclus

- Réception et transfert pour vols internationaux et domestiques selon itinéraire
- 3 nuits d'hôtel à Katmandou avec petit déjeuner en chambre individuelle
- Dîner de bienvenue et d'au revoir dans un restaurant typique népalais à Katmandou
- Vols domestiques aller-retour via Ramechhap (Katmandou – Lukla – Katmandou) avec taxes aéroportuaires. Inclut transfert terrestre (env. 5 h) de Katmandou à Ramechhap
- Transport terrestre et aérien domestique pour toute l'équipe de l'expédition
- Permis officiels pour l'expédition à l'Ama Dablam (6.812 m)
- Officier de liaison du gouvernement du Népal pour la montagne
- Coût de balisage de la voie jusqu'au sommet
- Gestion et taxes des déchets (garbage fee)
- Assurance médicale, altitude et secours en hélicoptère pour le personnel népalais
- Sirdar au camp de base, cuisinier et aides-cuisine
- 3 repas par jour (petit déjeuner, déjeuner et dîner) durant tout le trekking aller-retour
- Repas fraîchement préparés (petit déjeuner, déjeuner, dîner) au Base Camp : cuisine continentale, népalaise, indienne et chinoise, avec boissons chaudes
- Entraînement technique au Base Camp dispensé par le guide : utilisation de cordes fixes, montée et descente en diagonale, marche avec crampons, piolet, usage de l'oxygène, radio, technique de sécurité
- 1 guide de montagne vétérane et expérimenté par groupe. Pour l'ascension au sommet, le ratio client-guide est de 1:1.
- Limite de bagages personnels : jusqu'à 45 kg par participant
- Tente individuelle (type tente box), matelas et oreiller au camp de base
- Équipement commun au Base Camp : tente mess, tente cuisine, tente communications, tente douche, tente WC, tables, chaises, poêle, etc.
- Talkies-walkies pour la communication entre la montagne et le campement
- Accès Internet Wi-Fi au Base Camp (coût supplémentaire)
- Téléphone satellite pour usage en cas d'urgence
- Prévisions météorologiques tout au long de l'expédition
- Bouteilles d'oxygène de secours et régulateurs disponibles au Base Camp (facturés selon usage)
- Trousse médicale complète de premiers secours
- Taxes gouvernementales et frais de gestion
- Certificat officiel de sommet de l'Ama Dablam (6.812 m) en cas de succès.



# ***Non inclus***

- Visa d'entrée au Népal
- Vols internationaux
- Permis d'utilisation de drone ou de filmage spécial
- Déjeuners et dîners pendant le séjour à Katmandou (sauf ceux inclus)
- Assurance médicale et secours en hélicoptère en haute altitude (minimum 50 000 USD) – obligatoire pour tous les participants
- Tout l'équipement technique personnel d'escalade
- Pourboire pour le guide d'escalade : 700 USD, 250 USD pour le cuisinier et assistants (à remettre en espèces au Base Camp)
- Pourboires au guide de trekking et porteurs
- Tout autre service non mentionné dans la rubrique « Inclus ».





# Itinéraire

## DAY 1: ARRIVAL IN KATHMANDU

Arrivée à l'aéroport international de Katmandou. Rencontre avec notre représentant, transfert à l'hôtel. Temps libre pour se reposer, s'acclimater au nouveau fuseau horaire, organiser le matériel. Réunion de bienvenue l'après-midi, présentation de l'équipe, revue initiale de la logistique.

Hébergement : Hôtel 3-5 étoiles

## DAY 2: FORMALITIES AND SHOPPING

Nous effectuons toutes les formalités officielles : permis d'escalade, visa si nécessaire, enregistrement auprès des autorités montagne. Vérification complète des équipements personnels et communs. Temps pour achats des dernières provisions à Katmandou. Briefing technique et de sécurité avec guides locaux.

Hébergement : Hôtel 3-5 étoiles

Repas : Petit déjeuner

## DAY 3: KATHMANDU – RAMECHHAP – LUKLA – PHAKDING

Vol matinal vers Lukla, point d'entrée du sentier du Khumbu. Le vol offre des panoramas spectaculaires sur vallées et montagnes enneigées. Depuis Lukla, début du trekking vers Phakding, franchissant des ponts suspendus, suivant le cours de la rivière Dudh Koshi. Journée facile pour s'acclimater au milieu montagnard.

Hébergement : Lodge / maison de thé

Repas : Petit déjeuner, Déjeuner, Dîner

## DAY 4: TREK TO NAMCHE BAZAAR (≈3,440m)

Étape exigeante avec montée continue. Traversée de forêts de pins et rhododendrons, petits ruisseaux, escaliers naturels en roche, vues sur le parc national de Sagarmatha. Arrivée à Namche Bazaar, centre commercial sherpa, avec marchés, boutiques, ambiance animée. Repos l'après-midi, promenade légère si la fatigue le permet.

Hébergement : Lodge

Repas : Petit déjeuner, Déjeuner, Dîner

#### **DAY 5: ACCLIMATIZATION DAY AT NAMCHE BAZAAR**

Jour important d'adaptation. Randonnée jusqu'à des points de vue proches comme Everest View Point, visite du Sherpa Museum, exploration du village, interaction avec la communauté locale. Activités douces pour aider le corps à s'ajuster à l'altitude.

Hébergement : Lodge

Repas : Petit déjeuner, Déjeuner, Dîner

#### **DAY 6: TREK TO TENGBOCHE (≈ 3.860 m)**

Départ matinal vers Tengboche. Le chemin gagne en beauté : paysages ouverts, vues extraordinaires sur Ama Dablam, Everest, Lhotse, Nuptse. Arrivée à Tengboche, visite du monastère, possible participation à cérémonie bouddhiste. Moment spirituel et panoramique.

Hébergement : Lodge

Repas : Petit déjeuner, Déjeuner, Dîner

#### **DAY 7: PANGBOCHE (≈ 3.985 m)**

Suite du trekking vers Pangboche. La montée est progressive et on sent le passage à des zones plus alpines. Vue possible sur le monastère de Pangboche. Après-midi pour se reposer, vérifier le matériel technique, s'hydrater et se préparer pour les sections d'altitude.

Hébergement : Lodge / maison de thé

Repas : Petit déjeuner, Déjeuner, Dîner

#### **DAY 8: AMA DABLAM BASE CAMP (≈4,450-4,600m)**

Trek de Pangboche au camp de base de l'Ama Dablam, traversant zones alpines, terrain mixte rocheux et petits glaciers. Arrivée au camp de base, installation, organisation du campement, premières discussions techniques sur la sécurité, l'acclimatation et la planification des rotations.

Hébergement : Campement

Repas : Petit déjeuner, Déjeuner, Dîner

#### **DAYS 9-12: CEREMONY, TRAINING AND ACCLIMATIZATION AT BASE CAMP**

Ces jours sont consacrés à une cérémonie religieuse locale, entraînement technique (usage de cordes fixes, pratique aux crampons, orientation, gestion des risques, etc.), promenades douces pour s'acclimater dans la zone du Base Camp. Fondamental pour l'acclimatation avant l'ascension technique.

Hébergement : Campement

Repas : Petit déjeuner, Déjeuner, Dîner



#### **DAYS 13-24: ASCENT PERIOD TO AMA DABLAM (6,812m)**

Rotations entre Base Camp, Camp I, Camp II et éventuellement Camp III selon conditions climatiques. La route devient technique sur des sections rocheuses, neige et glace, avec cordes fixes. Le jour du sommet part du camp le plus haut, ascension de pentes enneigées/rocheuses, retour au Base Camp après le sommet.

Hébergement : Campements d'altitude / Base Camp

Repas : Petit déjeuner, Déjeuner, Dîner

#### **DAY 25: RETURN TREK TO NAMCHE BAZAAR**

Descente par l'itinéraire de montée en passant par les mêmes points intermédiaires, récupération physique, nuit de repos dans un lodge à Namche.

Hébergement : Lodge / maison de thé

Repas : Petit déjeuner, Déjeuner, Dîner

#### **DAY 26: DESCENT TO LUKLA**

Continuation de la descente de Namche vers Lukla, franchissant ponts suspendus, suivant la rivière, passant par des villages comme Phakding, appréciant la descente, arrivée à Lukla et repos.

Hébergement : Lodge

Repas : Petit déjeuner, Déjeuner, Dîner

#### **DAY 27: RETURN FLIGHT TO KATHMANDU**

Vol matinal depuis Lukla retour à Katmandou. Transfert à l'hôtel. Après-midi libre pour se détendre, faire des achats, explorer la ville. Dîner d'au revoir.

Hébergement : Hôtel 3-5 étoiles

Repas : Petit déjeuner

#### **DAY 28: RETURN**

Transfert à l'aéroport quelques heures avant votre vol international. Au revoir avec l'équipe. Fin des services programmés.

Repas : Petit déjeuner

#### **DAYS 29-31: CONTINGENCY DAYS DUE TO BAD WEATHER**

Réservés pour imprévus climatiques ou logistiques à Katmandou. Temps libre pour repos, tourisme, visites culturelles, achats. Flexibilité maximale pour assurer sécurité et respect de l'itinéraire.

Hébergement : Hôtel 3-5 étoiles

Repas : Petit déjeuner.

***Payment and cancellation policy***

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

Paieement final : le solde restant, 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 intégralement payés au moment de la réservation.

Assurance annulation : le client peut souscrire une assurance annulation de voyage pour obtenir le remboursement total des sommes versées (selon conditions).

L'utilisateur final peut annuler le voyage contracté, ayant droit au remboursement des sommes versées, sauf pénalités indiquées, mais devra également régler à l'agence les montants ci-dessous une fois le voyage confirmé. Si le voyage n'a pas lieu faute de nombre minimum de participants, le client peut conserver le crédit pour de futurs voyages 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 décrits dans la politique d'annulation, aucun remboursement du montant déjà payé ne sera effectué.

\* Des frais de gestion de 250 € s'appliquent

\* Aucun frais d'annulation des réservations déjà émises ne sera remboursé. Si d'autres frais non remboursables ont été émis, ils ne seront pas remboursés et seront déduits du montant à payer.

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



## ***Packing List***

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

# FAQs

## **What technical and physical level is required?**

This trip requires previous high-altitude experience (6,000m+), good physical condition, tolerance for prolonged exertion, and the use of fixed ropes, ice, and rock. This is not a "beginner's" trip.

## **What type of accommodation is included in the trip?**

Accommodation includes 3-5 star hotels in Kathmandu, lodges/tea houses during the trek, and camping at Base Camp and High Camp.

## **How are meals organised?**

Except in Kathmandu, you will receive full board: an energy-packed breakfast, a hot lunch or picnic, and a hearty dinner with soup, a main course, and dessert. We include tea/coffee with every meal and treated water. Special diets are possible if requested when booking.

## **How do I get to the starting point?**

You fly to Kathmandu (KTM). On day 3, we travel by road to Ramechhap and take a 20-minute flight to Lukla. All transfers, taxes and formalities are included.

## **Can I hire equipment in Kathmandu?**

Yes. In Thamel, there are shops that rent double boots, crampons, ice axes, harnesses, helmets, and Jumar ascenders at reasonable prices. We recommend bringing your own helmet and boots if you have already tried them. We will send you a detailed list of mandatory and optional equipment when you confirm your place.

## **What weather and temperatures should I expect?**

In spring, the days are sunny and the nights are cold. Kathmandu 15-25 °C; Namche ≈ 0 °C at dawn; high camp -10 °C and feels like -15 °C with wind. Bring a -15 °C comfort sleeping bag and a down jacket. The summit can be windy, but the views are worth it.

## **What happens if the flight to Lukla is delayed?**

There are contingency days (29-31) included for this reason. Any additional expenses during this period are the participant's responsibility.

## **Phone and sim card**

You can purchase a SIM card upon arrival. Each region of Nepal has a different operator. Ask our team which one works in each area. A €15-20 top-up will give you enough data to use WhatsApp when there's coverage. Regular calls are much more expensive.

## **How is acclimatization handled?**

There are specific days for acclimatization at Namche Bazaar, Base Camp, and high camp rotations before the summit attempt.

**Is high mountain rescue insurance mandatory?**

Yes. Although the program includes medical and rescue insurance for Nepalese staff, each participant must purchase their own rescue/evacuation insurance of at least US\$50,000.

**Is it safe to drink water on the route?**

We provide boiled or filtered water at each lodge and water purification tablets to refill water bottles. Avoid ice and raw salads in Kathmandu to reduce the risk of diarrhoea. Bringing your own reusable bottle helps reduce plastic waste in the valley.

**What are the passport and visa requirements?**

It is important to have a valid passport with at least 6 months validity. Nepal has a visa on arrival for most countries. You can speed up the process and avoid queues upon landing by applying online via this official website link. Upon arrival, go to the bank counter at Tribhuvan International Airport with the booking ID (confirmation page) you received when you completed the Nepal visa application form. Pay the applicable fee in cash and, after making the payment, proceed to the immigration officer's counter with your original passport to process the visa. In the case of a visa, stay up to date, as immigration policies change often. That is why it is advisable to verify the information closer to your planned travel date. Currently, as of February 2025, the costs for a Nepal tourist visa are as follows: 15 Days: USD 30 30 Days: USD 50 90 Days: USD 125.





# Contact

[info@b4experience.com](mailto:info@b4experience.com)

[www.b4experience.com](http://www.b4experience.com)

+34 613 03 77 00

[Voir le programme sur le web](#)

