Треккинг к Эвересту через озеро Гокио и перевал Чо Ла

Уровень подготовки

Программа рассчитана на обычных людей, но тем не менее у участников должна быть хорошая физическая форма и готовность проходить 6-7 часов в день.

от 104 069 руб. (1 170 USD)

Ближайшая дата: **28 сентября - 13 октября**
16 дней / 15 ночей
Другие даты:
31 октября - 15 ноября
17 ноября - 2 декабря
11 - 26 апреля 2026
26 апреля - 11 мая 2026

Менеджер тура

Ковалёва Александра
Мобильный: **+7(963) 676-48-26**
E-mail: **agent4@alpindustria-tour.ru**

Отличительная черта маршрута - он кольцевой, а значит, не придется дважды идти по одному и тому же пути. Начнется путешествие с извилистых тропинок, рощ огромных рододендронов и маленьких непальских деревушек. Затем откроется столица шерпов Намче-Базар со всем своим разношерстием, мантрами и радостями городской жизни.

На пути к Эвересту Вы увидите высокогорные озера Гокио с кристальной и очень холодной водой, совершите восхождение на несложную гору Гокио Ри и в награду Вам будет фантастический вид на Нуптзе (7879 м), Лхотзе

(8516 м), Лхотзе Шар (8393 м), Макалу (8475 м) и Эверест (8848 м).

План путешествия

Прибытие в Катманду.
Прибытие в Непал. Встреча в аэропорту Катманду с гидами "Альпиндустрии". Размещение в отеле 3*, отдых, прогулка по улочкам Тамеля. Брифинг, консультации по необходимому снаряжению и одежде.

Катманду (1310 м) - Лукла (2840 м) - Пакдинг (2610 м).

Вылет из Рамичапа (около 4 часов от Катманду) в Луклу на небольшом самолете (около 45 мин полета).

Мы в Гималаях! После ланча, упаковки портерами багажа и последнего короткого инструктажа переход до Пхакдинга (2610 м, около 4 ч). Не сложная живописная тропа мимо деревенек и отдельно стоящих лоджий. В качестве разминки - довольно крутой спуск к реке, далее вдоль берега, мимо пика Кусум Кангру (6367 м), огибая хребет Гат (2550 м). Ужин и ночлег в лоджии.

Пакдинг (2610 м) - Намче Базар (3446 м).
До Намче-Базара (3446 м, около 5-8 часов), путь лежит по долине реки Дудх-Коси. На пути - небольшие поля, водопады и деревни, местами тропа идет через рододендроновый лес (рододендрон - один из символов Непала). Под склонами пика Тхамсерку раскинулось селение Монджо, отсюда начинается территория Национального парка "Сагарматха". От подвесного моста Хилари начинается заключительный утомительный подъем. Примерно на середине подъема впервые мы увидим Эверест. До Намче Базара еще минут сорок. Намче Базар - это удивительное место, столица горного края. Город расположен в амфитеатре на высоте почти 3500м. Здесь есть банк, библиотека, почта, колоритный местный рынок, музей народности шерпа, стоматология и множество мелких лавочек.

Намче Базар (3446 м). Дневка. Акклиматизация.
В этот день делаем акклиматизационный выход с хорошим набором высоты и возвращаемся в Намче Базар. Также в этот день возможна ночевка в Кумджунг.
В течение дня можно посетить местный музей, прогуляться до высокогорного отеля "Эверест Вью Хотел" (3900 м). Если погода будет хорошей, с площадки можно увидеть красавицу гору Ама-Даблам. Обратно, в Намче Базар, будем возвращаться через Кумджунг и зайдем в буддистский монастырь, где хранится скальп йети. За небольшое пожертвование монастырю, смотритель откроет сейф и

покажет этот артефакт.

Намче Базар (3446 м) - Долэ (4110 м).
После дня отдыха продолжаем наш путь к Эвересту. В этот день предстоит затяжной подъем от п. Кемджонг до п. Монг. С правой стороны откроется большой и красивый пик Чолатзе (6335 м). В п. Монг - легкий обед и отдых. Затем - долгий спуск вниз, до п. Пхортсе Танга (3680 м) и долгий подъем до места ночевки, п. Долэ (4110 м). Общее ходовое время 7-8 часов.

Долэ (4110 м) - Мачхерма (4470 м).
Тропа вьется по альпийским лугам, по некрутым склонам, через 2-3 часа - остановка у п. Луза (4360 м). Отсюда открывается вид на пик Контега (6685 м). До места ночевки, п. Мачхерма (4470 м) еще 2-3 часа хода. Продолжаем плавный подъем, слева откроется вид на пик Кьяджо Ри (6186 м). Общий дневной переход будет небольшой и после обеда (для акклиматизации) можно подняться по хребту Кьяджо Ри до высоты 4900 м.

Мачхерма (4470 м) - Гокио (4790 м)
Тропа до п. Гокио петляет между склонами гор и мореной ледника Нгозумба. Ледник Нгозумба, сползающий со склонов массива Чо Ойю, величественный и огромный. Обычно в п.Гокио группы приходят после полудня. Вечером, перед ужином, можно прогуляться к четвертому озеру Гокио (4870 м).

Восхождение на Гокио Ри (5360 м), переход в п. Драгнаг (4700 м).
В хорошую погоду с вершины открывается потрясающая панорама на Чо Ойю (8201 м), ледник Нгозумба, на гиганты Эверест (8848 м), Лхотзе (8516 м) и Макалу (8463 м). После спуска в лоджию и короткого отдыха - переход через ледник Нгозумба в п. Драгнаг (4700 м). Отдых перед непростым днем - перед переходом через перевал Чо Ла (5368 м).

Переход через перевал Чо Ла (5368 м). Драгнаг (4700 м) - Дзонгла (4830 м). Самый тяжелый и продолжительный день треккинга. Ранний выход - в 5-6 утра. Подход под перевальный взлет займет 3 часа, до перевала еще 2-3 часа. Сам перевал Чо Ла несложен, но склон достаточно крут, каменист и местами покрыт смерзшимся снегом. Необходимости в специальном снаряжении, как правило, нет. Спуск с перевала также достаточно крут и проходит сначала по снежнику, затем по сыпухе. На ночь останавливаемся в Дзонгла (4830 м, от перевала около 2 часов). Продолжительность перехода 7-9 часов.

Дзонгла - Лобуче (4910 м) - Горак Шеп (5190 м).
Ранний подъем и завтрак. С утра небольшой набор высоты, далее идем по склону с видом на высокогорное озеро Чола Цо. Далее по "карману" морены ледника Кхумбу с небольшим набором высоты. Далее от Лобуче до Горак Шеп 2-3 часа плавного подъема. Продолжительность перехода 6-7 часов.

Горак Шеп (5190 м) - Восхождение на Кала Паттар (5545 м) - Фериче (4240 м).
Подъем на Кала Паттар (5545 м). С Кала Паттара открывается панорама: Пумори (7145 м), Эверест (8848 м), Нуптцзе (7896 м), Макалу (8463 м), ледопад Кхумбу. Хорошо видны пики Ама Даблам (6856 м), Тамсерка (6623 м) и Кантега (6856 м). В бинокль можно разглядеть самые трудные маршруты, проложенные по Южной стене: "английский" маршрут (Крис Бонингтон, 1975 г) и "русский" маршрут (Евгений Тамм, 1982 г). Так же виден "маршрут первопроходцев" (Тенсинг Норгей и Эдмунд Хилари, 1953 г) через Южное седло, между Эверестом и Лходзе. Возвращение в Горак Шеп и далее спуск в Фериче.

Фериче (4240 м)- Намче Базар (3446 м).
Продолжаем спуск. Дневной переход рассчитан приблизительно на 6 часов. Маршрут идет через поселок Тенгбоче (3860 м), здесь расположен главный монастырь шерпов (направления Нингма тибетского буддизма), он входит в число самых высокогорных монастырей мира. Рядом с монастырем - европейская кондитерская с отличным кофе и большим выбором пирожных… До Намче Базара - еще 2-3 часа ходу.

Намче Базар (3446 м) - Лукла (2827 м).
Переход до Луклы займет около 6-8 часов, т.е., с учетом остановок занимает целый день. В Лукле есть интернет-кафе, настоящий ирландский паб, кондитерские… Цивилизация!

Лукла (2827 м) - Катманду (1310 м).
По плану - перелет в Рамичап и трансфер в Катманду. Трансфер в отель, отдых, свободное время.
В случае нелетной погоды - треккинг или свободное время в Лукле.

Запасной день на случай нелетной погоды.
В случае своевременного перелета в Катманду, можно посетить самые интересные места города: Пашупатинатх - храмовый комплекс, посвященный Шиве, стоит на берегу почитаемой реки Багмати, здесь проходят ритуалы омовения и кремации; Будданатх - одна из самых больших и старых буддийских ступ в мире; Сваямбхунат - маленький городок из буддийских храмов, монастырей и индуистских религиозных сооружений. С вершины холма "Обезьянья гора", где расположен Сваямбунатх, открывается великолепная панорама долины Катманду - красочной зеленой котловины, окруженной величественными горными вершинами.

Вылет в Москву из Международного аэропорта Трибхуван.

Нить маршрута

Катманду — Пхакдинг (2610 м) — Намче Базар (3446 м) — Долэ (4110 м) — Мачхерма (4470 м) — Гокио (4790 м) — пик Гокио Ри (5360 м) — Драгнаг (4700 м) — переходу через перевал Чо Ла (5368 м) — Лобуче (4910 м) — Горак Шеп (5190 м) — Лобуче (4910 м) — Пангбоче (3930 м) — Намче Базар (3446 м) — Лукла (2827 м) — Катманду (1310 м)

В стоимость тура входит

- сопровождение гида Альпиндустрии (для программы с нашим гидом);
- сопровождение местным англоговорящим гидом в Непале;
- все переезды по программе (встреча — проводы в аэропорту, трансфер в день отлета-прилета в Луклу);
- проживание в Катманду в отеле (3*, завтрак включён), 3 ночи, двухместный номер;
- проживание в гестхаусах во время трека;
- разрешение на вход в национальный парк Сагарматха, ТИМС-карта.

В стоимость тура не входит

- авиаперелет в Катманду и обратно
- авиаперелет Рамичап - Лукла - Рамичап + трансфер на аэродром (455 $)
- оформление визы в Непал,в аэропорту Катманду (50$ на срок 16-30 дней), для получения визы в аэропорту нужны 2 фотографии 3х4 см;
- питание в Катманду и на треке (около 65 $ в день);
- страховка для высокогорного треккинга;
- портеры для личного груза (24$ в день. Берут на 12 дней, можно брать одного портера на двоих туристов. Итого 144$ с участника за портера);
- бутилированная вода, душ и зарядка фотоаппаратуры на треккинге;
- чаевые портерам и гидам (портеру 70-100$; гиду 100-150$ с человека;
- вход билеты на экскурсии в Катманду (10-20$);
- аэропортовый сбор в Лукле (до 10$, иногда не берут),
- перевес багажа на внутреннем перелете (норма 10-15 кг багаж, 5-8 кг ручная кладь. Перевес - 1-1,5$ за 1 кг).

Необходимые документы

Действующий загранпаспорт. (Со сроком окончания 6 месяцев на момент выезда из Непала).

Непальская виза — оформляется в аэропорту Катманду. Онлайн заявление на визу можно подать заранее через интернет. За 2 недели до начала тура менеджер присылает инструкцию по заполнению онлайн заявления.
Пермит — специальное разрешение для посещения Национального парка Сагарматха — оформляется сотрудниками Альпиндустрии заранее.
4 фотографии 3х4

СТРАХОВКА
Оформляется нами, цену уточняем перед каждым туром, так как стараемся подбирать лучшие страховые
Страховка покрывает поисково-спасательные работы, вертолетную эвакуацию и последующее лечение

НЕ ОФОРМЛЯЙТЕ СТРАХОВКИ САМИ БЕЗ ПРЕДВАРИТЕЛЬНОЙ КОНСУЛЬТАЦИИ

Дополнительная информация

График прохождения маршрута может меняться. Эти изменения зависят от общего состояния и подготовленности группы, погодных условий и иных причин.
Гид команды приключений также вправе менять график передвижения по маршруту и места ночевок по вышеуказанным причинам.
Участие в этой программе сопряжено с определенными физическими нагрузками. Участники должны находится в хорошей форме, быть готовы к некоторым бытовым неудобствам и продолжительным пешим переходам в горах.

! В случае, если туристы решили закончить программу раньше, им не возмещается оплата за неиспользованные дни, а также они дополнительно оплачивают транспорт, проживание и питание в городах.

Проживание/отели

Проживание в Катманду: двухместное размещение в отеле 3* в Тамеле, туристическом районе Непала
Проживание во время треккинга в лоджиях. Лоджии - каменные постройки по типу горных приютов. Отапливается только общая комната. Питание также в лоджиях, в которых будет жить группа. Условия размещения - двухместные номера.

Транспорт

Перелет Катманду - Лукла - Катманду на самолете
Трансферы из аэропорта и обратно на частном транспорте

Питание

В Катманду питание в кафе или ресторанах с европейской, индийской или непальской кухней
Питание во время трека - завтраки и ужины в лоджиях, обеды и ланчи, в поселках по маршруту треккинга.

Погода

Общепризнанное лучшее время для восхождений и треккинга в Непале — это весна и осень.
Согласно статистике, в мае и сентябре-октябре в Катманду температура +20 +25 °C, на треке выше 3000 м — днем +15+20 °C, ночью +5 +10 °C.
И если в нижней части треккинга можно идти временами в футболке, то чем выше, тем прохладнее будет, особенно ночью. На высоте 5000 м ночью температура может опускаться до -5. Запас тёплой одежды необходим на случай плохой погоды. Возможны осадки в виде дождя внизу и снега выше 4300 м, в горах возможна дневная температура до +16... +18 градусов.

Медицина

Иметь при себе личную аптечку с персональными медикаментами.
Никаких обязательных прививок для посещения Непала не требуется, но нужно быть очень внимательными: не пить сырой воды, не покупать сомнительных напитков и продуктов, тщательно мыть фрукты, овощи, руки.
Можно иметь при себе таблетки diamox/диакарб/гипоксен на случай горной болезни.

Деньги

В Непале лучше всего расплачиваться местными деньгами, рупиями, хотя принимают к оплате наличные USD и EUR, кредитные карты. Местную валюту, непальские рупии, лучше всего обменять в банках или в одном из многочисленных обменных пунктах Катманду, в аэропорту курс существенно ниже. Курс рупии плавающий, ориентировочно 1 USD =133 NRUP. В Непале лучше нигде не расплачиваться банковской картой, т к это небезопасно.

Снаряжение

Перейти в каталог

Одежда

непромокаемая куртка из дышащей мембранной ткани (например Gore-Tex)
□непромокаемые брюки из дышащей мембранной ткани (например Gore-Tex)
□пуховка
□куртка из флиса или полартека (1-2 шт)
□брюки из флиса или полартека (1 шт)
□термобелье (брюки и футболка с длинным рукавом)
□футболки/рубашки с длинным рукавом (2 шт)
□треккинговые штаны
□треккинговые носки
□головной убор от солнца
□теплая шерстяная или флисовая шапка
□перчатки из флиса или полартека
□шарф-труба на шею
□гамаши (бахилы на ботинки. Особенно актуально для зимнего треккинга)

Перейти в каталог

Обувь

треккинговые ботинки на хорошей подошве (не утепленные)
□кроссовки или сандалии.

Перейти в каталог

Бивак

спальный мешок (с температурой комфорта -5...-10В°С)
□тонкий коврик (рекомендуем только для новогоднего треккинга)
□фонарик налобный (комплект запасных батареек)
□сидушка (желательно, но не обязательно)
□рюкзак для снаряжения (70-90 л) или баул
□легкий треккинговый рюкзак (30-45 л)
□накидка от дождя на рюкзак
□солнцезащитные очки (в жестком футляре)
□треккинговые палки
□личная аптечка
□солнцезащитный крем (с высоким фактором защиты)
□гигиеническая губная помада
□полотенце
□мыло, зубная щетка и паста
□запас влажных гигиенических салфеток
□легкий термос (не обязательно)