Восхождение на Айленд Пик и треккинг к Эвересту

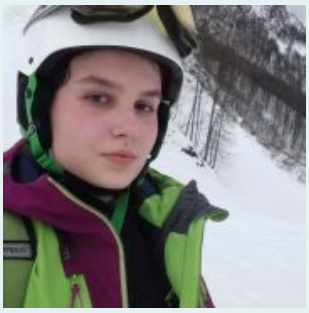
Уровень подготовки

Программа рассчитана на людей, имеющих опыт пребывания на высоте выше 5000 м и минимальный альпинистский опыт

от 165 887 руб. (1 865 USD)

Ближайшая дата: **12 - 29 октября**
18 дней / 17 ночей
Другие даты:
2 - 19 ноября
5 - 22 апреля 2026
24 апреля - 11 мая 2026

Менеджер тура



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

Айленд Пик (другое известное название этой горы "Имджя Це") - это один из наиболее простых и интересных треккинговых пиков района Эвереста. Высота его вершины 6183 м. Восхождение не отличается высокой технической сложностью, но это уже настоящая альпинистская экспедиция. Здесь будет и снег, и высота, и работа на пределе. На протяжении всего маршрута группу сопровождает гид нашей компании и необходимое количество местных гидов по количеству участников. Шерпа расскажет много интересного о местах, которые будет посещать группа.

План путешествия

Прибытие в Катманду.
Прибытие в Непал. За полчаса до посадки взору открывается бархатно-зеленая холмистая котловина долины Катманду, обрамленная с севера сверкающими ледниками гималайских хребтов. Разница во времени между Москвой и Катманду + 2 ч 45 мин. Первое, что вы услышите в Непале - это традиционное приветствие "Намасте", буквально означающее "В Вашем лице я приветствую Бога". Получение непальской визы в аэропорту. Трансфер в отель, размещение. Ужин в ресторане национальной непальской кухни. Ночь в отеле 3*.

Катманду (1310 м) - Лукла (2840 м) - Пхакдинг (2610 м).
Ранний подъем и переезд на аэродром Рамичап (около 4 часов). Перелет в поселок Лукла (2840 м). После завтрака, упаковки портерами багажа и последнего короткого инструктажа - переход до Пхакдинга (2610 м, около 4 ч). Это уже настоящие Гималаи. Начинается путешествие к Эвересту. В этот день путь предстоит совсем не сложный и очень живописный, по тропе, петляющей между деревеньками, отдельно стоящими лоджиями и лесом. 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.

Пхакдинг (2610 м) - Намче Базар (3446 м).
Продолжаем наш треккинг к Эвересту и акклиматизацию перед восхождением на Айленд Пик. От Пахкдинга до Намче-Базара (3446 м, около 5-6 часов), путь лежит по долине реки Дудх-Коси. Миновав поля, водопад и деревни, дорога проходит через лес высоких рододендронов (один из символов Непала). Недалеко от склонов пика Тхамсерку, раскинулось селение Монджо. Отсюда начинается территория Национального парка "Сагарматха". За деревней, лес, сразу за которым подвесной мост Хилари и начало утомительного подъема. После подъема на крутой хребет, открывается первый вид на Эверест, на фоне хребта Нуптсе. Через час дорога приводит в Намче Базар. Намче Базар - это удивительное место, столица горного края. Город расположен в чаше (котловине) на высоте почти 3500 м. Здесь есть банк, библиотека, почта, колоритный местный рынок, музей народности шерпа, стоматология и множество мелких лавочек. Ночь в лоджии.

Намче Базар (3446 м). Дневка. Акклиматизация.
Начинаем работать над адаптацией организма к высокогорным условиям, чтобы избежать так называемой "горняшки". В течение дня можно прогуляться до высокогорного отеля "Эверест Вью Хотел (3900 м). Если погода будет хорошей, то с площадки можно увидеть красавицу гору Ама-Даблам. Обратно, в Намче Базар, будем возвращаться через п. Кумджунг, по пути можно будет выпить чашечку кофе и съесть вкуснейшее пирожное, зайдем в буддистский монастырь, где хранится скальп йети. За небольшое пожертвование монастырю, смотритель откроет сейф и покажет этот артефакт. Ночь в лоджии.

Намче Базар - Тенгбоче (3867 м).
ТРЕК ОТ НАМЧЕ К ТЕНГБОЧЕ, 5-6 часов ходьбы.
После дня отдыха вы полны сил для продолжения путешествия. Маршрут начинается с нескольких коротких спусков и подъемов с великолепным видом гигантских снежных вершин Эвереста, Лхотсе, Ама Даблам, Тамсерку и пика Квангде. Затем примерно двухчасовой переход к небольшому местечку Шанаса. Отсюда спуск к реке Имджатсе и небольшому поселению Пунгитанга. Тропа ведет по горам через лес пихт, голубых сосен, рододендронов, магнолии и берез. После почти двух часов трудного перехода отдых в Тенгбоче, одно из самых красивых мест в Гималаях. Первое, что бросается здесь в глаза это большой монастырь или Гомпа и красивые пики Ама Даблам, Эверест и Лхотце Шар в направлении северо-востока.

Тенгбоче - Дингбоче (4358 м).
ТРЕККИНГ ОТ ТЕНГБОЧЕ К ДИНГБОЧЕ, 5-6 часов ходьбы.
Приятный спуск через пихтовый лес, заросли можжевельника и рододендрона. Великолепный вид гор при подходе к Дебоче (3650 м), молитвенная стена Мани. Путь постепенно поднимается до Панбоче, растительность постепенно исчезает. Вы можете полюбоваться на ледовый пик Имджатсе (6189 м). В Динбоче много небольших пестрых полей с посевами ячменя, гречихи и картофеля, окруженных каменными стенами, защищающими их от ветров и набегов диких животных. Здесь можно найти 10 чайных домиков.Отсюда начинается проход на Чукунг и особо сложный для прохождения маршрут на Макалу и в долину Хинко.

Дингбоче - Лобуче (4928 м).
ТРЕККИНГ ОТ ДИНБОЧЕ К ЛОБУЧЕ, 5-6 часов ходьбы.
В этот день маршрут поворачивает к северу, тропа постепенно поднимается. Прекрасная панорама гор. Далее путь по гребню до Туклы, от которой начинается постепенный подъем и мы достигаем точки с которой открывается вид на гору Пумори. После небольшого отдыха продолжаем путь к Лобуче, где остановимся на ночевку.

Горакшеп (5160 м) и подъем на Калапатар (5640 м).
Ранний подъем и завтрак. 2-3 часа плавного подъема до Горак Шеп (5190 м). После отдыха и легкого обеда - подъем на Кала Паттар (5545 м). С Кала Паттара, эффектно прорисовывается панорама Пумори (7145 м), Эвереста (8848 м), Нуптцзе (7896 м), Макалу (8463 м) и ледопада Кхумбу. Справа 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 в Лобуче. Ночь в лоджии.

Лобуче (4910 м) - перевал Конгма Ла (5535 м) - Чукхунг (4730 м).
В этот день предстоит не простой, но очень интересный переход через перевал Конгма Ла. Перевал осыпной, на спуске местами довольно крутой, но не сложный и очень красивый. Вечером - ужин, отдых и инструктаж по предстоящему восхождению. Именно из поселка Чукхунг стартуют экспедиции на Айленд Пик. Ночь в лоджии.

День отдыха, подготовка к восхождению (резервный день).

Чукхунг (4730 м) - базовый лагерь Айленд Пика (5150 м).
Короткий (3-4 часа) переход от поселка Чукхунг до базового лагеря под Айленд Пиком (5150 м). Ужин и ночевка в палатках.

День восхождения на Айленд Пик (6183 м).
Самый важный день на маршруте!Ранний подъем и выход.
Штурм Айленд Пика начнется с преодоления скального кулуара. Кулуар не сложный. Далее маршрут проходит по скальному гребню, который приводит к вершинному леднику. Ледник проходится в связках, т. к. могут быть трещины (переход 100 м по снежно-ледовому склону 40-45В°). Финишная часть маршрута оборудована перильными веревками. Они здорово помогают на довольно крутом снежном взлете, да и просто добавляют уверенности при выходе на вершину. Непальское название Айленд Пика - Имза-тсе. Далеко внизу лежит одноименное озеро. Совсем не так, как снизу, выглядит красавец Ама-Даблам (6812 м). Спуск в базовый лагерь и далее в Чукхунг. Восхождение со спуском занимает 8-12 часов: около 6-7 часов вверх и 3-4 часа вниз до БЛ.
Ужин и ночь в лоджии.

Чукхунг (4730 м) - Дебоче (3820).
Начало спуска вниз. Длинный день начнется с несложного перехода от Чукхунга в Пангбоче (около 4 часов) и далее на другой берег реки в Дебоче. Ночь в лоджии. дальше пройдем через поселок Тэнгбоче (3860 м). В поселке расположен главный монастырь шерпов направления Нингма тибетского буддизма, он входит в число самых высокогорных монастырей мира. Рядом с монастырем - европейская кондитерская.

Ночь в лоджии.

Дебоче - Намче Базар (3446 м).
6-7 часов в пути по уже знакомой тропе.
Ночь в лоджии.

Намче Базар (3446 м) - Лукла (2827 м).
Переход до Луклы займет около 6-8 часов. В Лукле есть настоящий ирландский паб...
Ночь в лоджии.

Перелет в Рамичап, трансфер в отель в Катманду. Отдых, свободное время.
Ночь в отеле 3*.

Катманду.
Самостоятельная экскурсия по Катманду: Пашупатинатх - храмовый комплекс, посвященный Шиве, стоит на берегу священной реки Багмати, здесь проходят ритуалы омовения и кремации; Будданатх - Одна из самых больших и старых буддийских ступ в мире; Сваямбхунатх - маленький городок из буддийских храмов, монастырей и индуистских религиозных сооружений. С вершины холма "Обезьянья гора", где расположен Сваямбхунатх, открывается великолепная панорама древней долины Катманду.

Вылет домой

В стоимость тура не входит

Авиаперелет в Катманду и обратно

Авиаперелет Рамичап – Лукла – Рамичап + трансфер на аэродром (455$)
Аэропортовые сборы при вылете в Луклу и из Луклы (2-5$. Иногда их отменяют)
Оформление визы в Непал, в аэропорту Катманду (50$ на 16-30 дней), ставится по прилете в а/п Катманду
Питание в Катманду и на треккинге (около 65$ в день)
Альпинистская страховка
Портеры для личного груза на время трека и восхождения (24$ в день*14 дней=336$ за портера)
Аренда индивидуального снаряжение для восхождения (при необходимости)
Бутилированная вода, душ и зарядка аккумуляторов на треккинге
Чаевые портерам и гидам. Портеру 70-100$. Местным гидам 100-150$ (гиду с человека)
Сувениры и алкоголь (100-150$)
Входные билеты на экскурсии (15-20$)

В стоимость тура входит

Сопровождение группы профессиональным альпинистом, гидом Альпиндустрии (только для групп с русским гидом)
Сопровождение местным англоговорящим гидом
Все трансферы по программе (встреча и проводы в аэропорту, трансфер в день отлета-прилета в Луклу)
Проживание в Катманду в отеле 3* (3 ночи, двухместное размещение с завтраком)
Проживание в лоджиях на треккинге
Бивуачное снаряжение во время восхождения (двухместные палатки, газовые горелки, газ, посуда)
Разрешение на вход в национальный парк Сагарматха
Пермит на восхождение на Айленд Пик
Групповое снаряжение для восхождения (веревки, ледобуры)
Продукты для приготовления еды во время восхождения
Трехразовое питание во время проживания в палатках на горе

Необходимые документы

Действующий загранпаспорт, действительный в течении полугода после поездки
Непальская виза оформляется в аэропорту Катманду
Пермит — специальное разрешение для посещения Национального парка Сагарматха (оформляется заранее)
Пермит на восхождение Айленд Пика (также оформляется АльпИндустрией)
4 цветные фотографии размера 3*4 (для визы и пермитов)

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

Безопасность

Каждый турист обязан иметь медицинскую страховку, соответствующую данному типу путешествия.
Окончательное решение по тактике восхождения принимает гид с учетом погоды, состояния маршрута и состояния группы.

Дополнительная информация

Гид вправе менять график передвижения по маршруту и места ночевок по вышеуказанным причинам. Эти изменения зависят от общего состояния и подготовленности группы, погодных условий и иных причин. Участие в этой программе сопряжено с определенными физическими нагрузками. Маршрут рассчитан на людей с нормальной физической подготовкой, владеющих минимальными альпинистскими навыками и опытом походов или треккинга. Нужно быть готовыми к некоторым бытовым неудобствам.

! 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*). На треке проживание в лоджиях по два-три человека в комнате. Лоджии довольно простые, построенные из камня гостиницы, удобства на этаже или на улице. В дни восхождений размещение восходителей в 2-3 местных палатках.

Погода

В мае и сентябре-октябре в Катманду температура +20 +25 °C. На треке выше 3000 м — днем +15 +20 °C, ночью +5 +10 °C. На вершине Айленд Пика (6189 м) температура может упасть до -5 -20 °C.

Питание

Питание на всем протяжении маршрута, как правило, двухразовое утром и вечером, оплачивается туристами в лоджиях на месте. Обеды и ужины в Катманду (ориентировочно 45$ в день), а так же питание на трекинге (50-60$ в день) заказываются и оплачиваются участниками программы самостоятельно.
В дни восхождения на Айленд Пик еду готовит гид вместе с участниками восхождения.

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.

Снаряжение

Перейти в каталог

Одежда

Рекомендации нашего эксперта Сергея Ковалева по одежде и снаряжению можно посмотреть здесь.

- непромокаемая куртка из дышащей мембранной ткани (например Gore-Tex)
- непромокаемые брюки из дышащей мембранной ткани (например Gore-Tex)
- теплая 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
- тёплые носки (1-2 пары)
- головной убор от солнца
- теплая шерстяная или флисовая шапка
- перчатки из флиса или полартека
- теплые рукавицы
- шарф-труба на шею

Перейти в каталог

Обувь

треккинговые ботинки на хорошей подошве (не утепленные) или треккинговые кроссовки (для пешей части маршрута)

- двухслойные альпинистские ботинки
- кроссовки или сандалии (для отдыха на стоянке)

Перейти в каталог

Бивак

спальный мешок (с температурой комфорта -15В°С)

- коврик (каремат)
- фонарик налобный (комплект запасных батареек)
- сидушка
- рюкзак для снаряжения (80-90 л) или баул
- штурмовой рюкзак (35-50 л)
- накидка от дождя на рюкзак
- солнцезащитные очки (с высоким фактором защиты, 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

кружка, миска, ложка, нож
легкий термос для чая на выход

Перейти в каталог

Альпснаряжение

кошки
страховочная система
самостраховка (с двумя усами)
3 карабина с муфтой
каска
жумар
спусковое устройство (восьмерка или реверсо)
ледоруб