Discovery Mountain
Trek & Expedition Pvt. Ltd.

Regd. No. : 161822/073/074
P.O. Box: 24209 | Kathmandu, Nepal
Ph: 01-4811874, 9841816570
sherpachiring00@gmail.com
www. dmountaintreks.com

Mera Peak (6476m)

●Encadrement par un guide de haute montagne
●Sommet du Mera Peak (6476m)
●La traversée du col Zatra la (4580m)

Mera Peak Escalade nous amène au sommet de Mera Peak (6461m), l'un des sommets de trekking les plus recherchés au Népal. Du sommet, les vues incroyables de l'Himalaya sont les nôtres à admirer. Le voyage d'escalade commence à Kathmandu où nous nous préparons pour le voyage après quoi nous volons à Lukla. Nous montons à travers de belles collines et des vallées pour atteindre la région de montagne froide. Situé sur le bord de la célèbre région de Khumbu, Mera Peak Escalade est également une excellente occasion de faire l'expérience de trekking dans la région himalayenne du Népal.

Niveau de Physique:	:	
Taille de Groupe:	:	2 à 12 Personnes
L'Altitude-Max:	:	6476m
Durée:	:	17 Jours
Jours de Marche:	:	14 Jours
Activité:	:	Le Peak
Meilleure Période:	:	MAR | AVR | MAI | SEPT | OCT | NOV

Discovery Mountain
Trek & Expedition Pvt. Ltd.

Regd. No. : 161822/073/074
P.O. Box: 24209 | Kathmandu, Nepal
Ph: 01-4811874, 9841816570
sherpachiring00@gmail.com
www. dmountaintreks.com

JOUR 1 : VOTRE ARIVÉE À KATHMANDOU

A votre arivée à kathmandou Vous êtes Accueillis à l'aéraport puis transfert à l'hôtel et l'après midi temps libre. Dernièrs préparatifs pour le trek. Premièrs immersion dans villée des célèbres temples aux toit en "pagoda".

TYPE D'HÉBERGEMENT : à l'hôtel

JOUR 2 : KATMANDOU – LUKLA – CHUTANGA (3540M)

Vol fantastique entre kathmandou et lukha. Depart de trek en remontant la vallee encaisses de la dudh koshi. Le chemin fait des "montagnes russes" et les premiesr sommetssont déjà visible (kusum khang 6369m) vertes riziers, longues caravans de porteurs et drapeux de priere : bienvenue au Nepal !

HEURES DE MARCHE : 3h 4h
DÉNIVELÉ + : 750m
DÉNIVELÉ – : 80m
TYPE HÉBERGEMENT : en lodge

JOUR 3 : CHUTHENGA (3540M)

Journée d'acclimatation et possibilité de randonnée aux alentours du village.

JOUR 4 : CHUTHENGA – COL DU ZATRWALA (4580M) – TULI KHARKA (4300M)

Montée raide et splendide jusqu'au col d'où vous apercevez le Cho Oyu. Au col les drapeaux de prières annoncent votre entrée en pays Sherpa à forte consonance tibétaine. Vous descendez jusqu'aux alpages de Tuli Kharka (4300 m) pour dormir.

HEURES DE MARCHE : 6h 7h
DÉNIVELÉ + : 990m
DÉNIVELÉ – : 470m
TYPE HÉBERGEMENT : sen lodge

JOUR 5 : TULI KHARKA – KHOTE (3540M)

Vous randonnez à travers des forêts et profitez des rhododendrons et de la faune présente à cette altitude. Suivant la Hinkhu Khola, vous arrivez à Khote où vous pourrez observer des monuments religieux historiques Bouddhiste.

HEURES DE MARCHE : 5h 6h
DÉNIVELÉ + : 380m
DÉNIVELÉ – : 250m
TYPE HÉBERGEMENT : en lodge

JOUR 6 : KHOTE (3540M) – THANGNAG (4260M)

Vous continuez votre progression dans cette partie inhabitée du Khumbu jusqu'à l'alpage de Thangnag situé au pied du Kusum kang Guru (6370m).

HEURES DE MARCHE : 5h
DÉNIVELÉ + : 705m
DÉNIVELÉ – : 30m
TYPE HÉBERGEMENT : en lodge

Regd. No. : 161822/073/074
P.O. Box: 24209 | Kathmandu, Nepal
Ph: 01-4811874, 9841816570
sherpachiring00@gmail.com
www. dmountaintreks.com

JOUR 7 : THANGNAG (4260M)

Journée de repos et d'acclimatation dans ce superbe endroit ou les yacks sont souvent présents. Possibilité de randonnée à la journée avec l'ascension du Tangnack Ri (5000m).

JOUR 8 : THANGNAG (4260M) – KHARE (4895M)

L'environnement est superbe et propice à une courte journée de trek pour achever votre acclimatation. Vous passez le long de la moraine du Dig Glacier venant tout droit du Mera Peak pour arriver à Khare.

HEURES DE MARCHE : 4h
DÉNIVELÉ + : 605m
DÉNIVELÉ – : 10m
TYPE HÉBERGEMENT : en lodge

JOUR 9 : KHARE

Nous avons une journée séparée réservée à l'acclimatation et à l'entraînement de base juste pour mieux nous préparer à l'ascension de Mera Peak. Je vous aiderai d'escalade à peaufiner nos techniques d'escalade de base et à démontrer les meilleures façons d'utiliser nos matériels d'escalade comme le piolet, le harnais, les bottes d'escalade et les crampons. La formation comprendra également l'apprentissage de la meilleure technique d'escalade avec la corde.

TYPE HÉBERGEMENT : en lodge

JOUR 10 : KHARE (4895 M) – MERA LA (5410M) – HIGH CAMP (5650M)

Ce matin vous atteignez le glacier (court passage délicat pour accéder au glacier) et montée, sans difficulté, au Mera La. Vous installez votre camp en contre bas du col sur des terrasses en gravier.

HEURES DE MARCHE : 4h 5h
DÉNIVELÉ + : 750m
DÉNIVELÉ – : 60m
TYPE HÉBERGEMENT : en lodge

JOUR 11 : HIGH CAMP - MERA PEAK (6476M) – KHARE (4895M)

Départ très matinal pour l'ascension du Mera Peak par le versant Nord. Ascension comparable à la voie normale du Mont-Blanc. Longue montée glaciaire régulière sans grande difficulté technique, en général peu crevassées. Les derniers mètres ont d'avantage de pente, autour des 35°. Depuis le sommet, vous découvrez une vue superbe sur l'Everest (8846m), le Lothse (8501m), le Makalu (8475m), le Kangchengjunga (8586m) et le Cho Oyu (8153m).

HEURES DE MARCHE : 9h 10h
DÉNIVELÉ + : 800m
DÉNIVELÉ – : 1600m
TYPE HÉBERGEMENT : en lodge

JOUR 12 : JOUR DE SECURITE MERA PEAK

En cas de retard sur l'itinéraire ou de conditions météorologiques difficiles, vous avez une journée supplémentaire pour réaliser l'ascension du Mera peak. Si vous êtes dans les temps, vous profitez de cette journée à Lukla.

Regd. No. : 161822/073/074
P.O. Box: 24209 | Kathmandu, Nepal
Ph: 01-4811874, 9841816570
sherpachiring00@gmail.com
www. dmountaintreks.com

JOUR 13 : KHARE – KOTHE (3540M)

Nous allons de Khare à Kothe en suivant la même piste que précédemment. Après avoir atteint Kothe, nous célébrons notre succès en essayant des délices et des vins locaux.

HEURES DE MARCHE : 5h 6h
DÉNIVELÉ + : 60m
DÉNIVELÉ – : 1225m
TYPE HÉBERGEMENT : en lodge

JOUR 14 : KOTHE – THULI KHARKA (4300M)

ous commençons notre trek à Thuli Kharka après le petit déjeuner. Nous montons et descendons, traversons plusieurs affluents de l'Inkhu Khola avant d'atteindre un sentier bifurqué à proximité de Taktho. Nous choisissons le sentier sur notre droite et continuons à marcher. Notre sentier passe par un Chorten après lequel nous descendons un sentier escarpé. Ensuite, nous montons à Thuli Kharka et passons par un autre Chorten sur le chemin.

HEURES DE MARCHE : 6h 7h
DÉNIVELÉ + : 840m
DÉNIVELÉ – : 100m
TYPE HÉBERGEMENT : en lodge

JOUR 15 : THULI KHARKA – ZATRA LA (4600) - LUKLA (2840M)

Nous traversons le col de Zatrwa-La à 4.600. Dès que nous franchissons le col, nous sommes accueillis par la vue de la belle vallée de Lukla qui est entourée par Cho Oyu, Kongde Peak, Numbur Himal, Kusum Khangru et d'autres sommets de l'Himalaya. Depuis le col de Zatrwa La, nous descendons jusqu'à Chutang et continuons tout droit vers le village de Lukla. Dans la soirée nous dînons dans l'Himalaya du Népal avec notre equipage

HEURES DE MARCHE : 7h 8h
DÉNIVELÉ + : 395m
DÉNIVELÉ – : 1800m
TYPE HÉBERGEMENT : en lodge

JOUR 16 : VOL – LUKLA – KATHMANDOU

Vol soumis aux aléas climatiques

JOUR 17 : VOTRE DÉPART DE CHEZ VOUS

Transfert à aéraport par le service de Discovery Mountain Trek & Expedition salon de votre program.

Regd. No. : 161822/073/074
P.O. Box: 24209 | Kathmandu, Nepal
Ph: 01-4811874, 9841816570
sherpachiring00@gmail.com
www. dmountaintreks.com

LE PRIX COMPREND

●La corde fixe, la corde principale, mousqueton pendant la période d'escalade selon les besoins
●Tente, tente salle à manger, tente cuisine, équipement de cuisine, matelas, vis à glace et barre à neige
●Visite dans la vallée de Kathmandou des trois sites classés au patrimoine de l'UNESCO
●Pension complète en lodge avec petit déjeuner, déjeuner, diner et thé café
●Pension complète sous tente avec petit déjeuner, déjeuner, diner et thé café
●Accompagnement par un Guide Népalais Francophone professionnel
●1 gros sac type (dubble bag) et tee-shirt de discovery mountain trek
●Pension complète en lodge et sur la tentependant le trek
●Fournitures énergétiques: Fruits secs, Snickers, Mars, Bounty
●Permis pour park de national, khumbu pasang lhamu et times
●Cuisinier, adier de cuisine, assistant de guide pour votre expédition
●Personel assurance pour les guide de haute montagne
● 4 Participants = 1 assistant et 2 participants = 3 porteurs
●Vols domestique du Kathmandou – Lukla – Kathmandou
●L'hôtel 3 étoiles avec petit déjeuners à Kathmandou
●1 carte de trekking et tout les tax locaux
●Transports en véhicule privé salon l'itinéaire
●Trousse médical pour toutes les equips
●Assurance pour tous les equips Népalaise

LE PRIX NE COMPREND PAS

●Les boissons alcoolisées et Coca, Fanta, Sprite et L'eau miniral
●Les billet entrées pour visite dans la vallee à Kathmandou site monument
●Les boissons alcoolisées et Coca, Fanta, Sprite et L'eau miniral
●Le permis de l'ascension en l'autumne 550€ et en printemps 600€ par personne
●Vos assurances de voyage et de trek en montagne
●Les frais de virement sur notre compte bancaire
●Les repas à Kathmandou sauf les petits déjeuners
●L'avion international A/R depuis votre pays
●Le pourboire à la fin de trek pour les equips
●Vos médicaments personnels
●Le visa népalais 40 dollars

HÉBERGEMENT

•Hébergement à l'hôtel 3* à Katmandou: l'hôtel Manaslu, l'hôtel Tibet Ou similaire.
•Un chambre supplément individuel sera fourni sur demande et le prix sera supplimentaire.
•Toutes les chambres sont dotées de 2 lits .
•les lodges pendant le trek.

Regd. No. : 161822/073/074
P.O. Box: 24209 | Kathmandu, Nepal
Ph: 01-4811874, 9841816570
sherpachiring00@gmail.com
www. dmountaintreks.com

REPAS

●Trois repas par jour, aussi variés que possible, vous seront servis. Certains jours de longue marche,
●vous aurez également un complément énergétique de vivres de courses (barres céréalières et/ou fruits secs).
●Petit déjeuner : toasts/pain tibétain/pancake en alternance + beurre/confiture/miel ou avec oeufs
●Déjeuner : un plat principal (riz sauté/nouilles sautés ou pomme de terre).
●Dîner : Une soupe en entrée, plat principal, et des fruits en boite complètent le dîner.
●Un goûter composé de biscuits et thé est pris quand vous arrivez à l'étape.
●Thé et Café sont disponibles à tous les repas (dans la limite de deux tasses par personnes).

L'EAU

●Durant votre séjour les boissons, y compris l'eau minérale, sont votre charge.
●Pour les voyages en camp, de l'eau bouillie est à disposition chaque jour remplir vos gourdes, pendant le trekking.
●Pour les voyages en lodges, vous pouvez remplir vos gourdes d'eau mais il est indispensable de la
●traiter avec des pastilles purifiantes (de micropur ou d'hydrochlonazone) ou acheter de l'eau minérale
●dans les lodges, mais évitez autant que possible l'achat de bouteilles en plastique qu'il faut ensuite recycler.

ENCADREMENT

●Guide népalais francophone ou Anglophonne de Discovery mountain trek.
●Sirdar : c'est le responsable de l'équipe des porteurs, cuisiniers (sur les voyages en tentes) et sherpa.
●Cuisinier et aide cuisiniers : responsable des repas uniquement sur les trekking en tente.
●Sherpa ou assistant guide : en plus du guide francophone, sur nos voyages des assistants guide non francophones sont présents tous les 5 participants. Ils sont chargés d'apporter une aide active aux clients, d'ouvrir ou de fermer la marche et permettent aux participants de marcher à leur propre rythme.
●Porteur : le transport des affaires s'effectue par des porteurs.

ASSURANCE VOYAGE

●C'est une condition à l'adhésion à l'un des voyages du Discovery Mountain que tous les clients être assuré pour les dépenses complètes qui pourraient encourir en raison de problèmes médicaux ou accidents (ce qui comprend l'ambulance aérienne, le sauvetage d'hélicoptère et les coûts de traitement). Veuillez noter que nous n'organisons pas ou ne vendons pas d'assurance.

EQUIPEMENT INDISPENSABLE

●Casquette ou chapeau pour le soleil.
●Un foulard pour protéger le cou.
●Un bonnet.

Regd. No. : 161822/073/074
P.O. Box: 24209 | Kathmandu, Nepal
Ph: 01-4811874, 9841816570
sherpachiring00@gmail.com
www. dmountaintreks.com

●Tee shirts en coton (manches courtes et longues) OU équivalent (chemisettes, tee-shirt en matières techniques à séchage rapide…)
●1 ou 2 sous-vêtements thermiques (T-shirts manches courtes ou longues).
●T-shirts (manches courtes et longues), de préférence en matière technique à séchage rapide.
●1 polaire légère ou équivalent.
●1 polaire chaude ou équivalent.
●Une veste coupe-vent imperméable respirante à capuche de type Gore-Tex.
●1 veste type doudoune compacte pour les pauses ou le soir.
●1 ou 2 shorts longs
●1 pantalon de marche confortable (idéalement avec jambes amovibles).
●1 pantalon de rechange.
●1 sur-pantalon imperméable type gore-tex.
●1 collant ou équivalent pour les nuits.
●1 paire de chaussures de “trekking” imperméables, confortables, avec une tige montante et semelle adhérente (type Vibram).
●1 paire de baskets ou chaussures légères équivalentes pour le soir.
●1 paire de sandales techniques
●Paires de chaussettes épaisses pour la marche
●1 paire de guêtres (facultatif)
●1 paire de gants

MATÉRIEL SPÉCIFIQUE POUR LES ASCENSIONS

●Sac de couchage T° confort -20°C.
●1 drap de sac type polaire.
●1 paire de chaussures de montagne cramponnables
●1 paire de surbottes (si chaussures non typées “hiver”)
●1 baudrier
●1 descendeur ou 1 huit
●3 mousquetons
●1 paire de crampons
●1 poignée autobloquante type Jumar + 1 cordelette diamètre 8mm de 2m
●1 piolet
●1 casque d’alpinisme (obligatoire)
●2 longues en corde dynamique 8mm 1m et démi charque un.

EQUIPEMENT SUR PLACE

●Un caisson hyperbare accompagne tous les circuits qui passent une nuit ou plus au dessus de 4500 m.
●Matériel fourni pour les camps

Regd. No. : 161822/073/074
P.O. Box: 24209 | Kathmandu, Nepal
Ph: 01-4811874, 9841816570
sherpachiring00@gmail.com
www. dmountaintreks.com

●tente 3 places pour 2 personnes.
●tente “mess” pour les repas équipées de chaises et tables ainsi que tous les ustensiles de cuisine.
●tente cuisine utilisée par les cuisiniers.
●tente toilette.

POURBOIRE

●Le pourboire n'est pas une obligation mais doit être laissé à chacun selon son service. Le pourboire qui sont trop importants, compte tenu du niveau de vie général du pays visité, déstabilisent les équilibres économiques locaux.
●Votre guide vous aidera à répartir ce montant entre les equips.

TRANSFERT ET TRANSPORT DES BAGAGES

●Transferts en minibus ou bus privatisé entre Katmandou et les début et fin du trekking.
●Porteurs durant le trek : vous ne portez que vos affaires de la journée.

Meilleur saison pour voyage au Népal

Printemps: Février, Mars, April
Automne: Septembre, Octobre et Nobembre ont meilleur saison.

Automne:

Durant les mois d’octobre et novembre, le ciel est normalement d’un bleu profond, le soleil souvent radieux et la vue sur les montagnes la plupart du temps cristalline, la température pendant la journée est plutôt agréable. C’est une excellente période pour le tourisme et le trekking, même si les températures peuvent être froides, spécialement la nuit dans la région de l’Everest.

Printemps:

De mars à mai, les journées sont ensoleillées et les températures de plus en plus clémentes. La vue sur les montagnes est de moins en moins bonne au fur et à mesure que la mousson approche, mais c’est aussi la période de floraison des rhododendrons, absolument magnifique, spécialement dans la région des Annapurna. zone de l’Annapurna (Manang, Naar, Phu), le Haut-Dolpo et le Mustang. Ailleurs, les chemins sont parfois glissants et souvent infestés de sangsues.

FORMALITÉ

Important : afin d’obtenir votre permis de trekking, il est impératif que vous nous retourniez dès l’inscription la photocopie des 2 premières pages de votre passeport ainsi que celle d’une photo d’identité.

Passeport

Passeport en cours de validité, valable 6 mois après la date de retour, pour les ressortissants français, belges et suisses. Pour les autres nationalités, se renseigner auprès du consulat ou de l'ambassade.

Regd. No. : 161822/073/074
P.O. Box: 24209 | Kathmandu, Nepal
Ph: 01-4811874, 9841816570
sherpachiring00@gmail.com
www. dmountaintreks.com

Si vous voyagez avec vos enfants, sachez que, dorénavant, les mineurs, quel que soit leur âge, doivent eux aussi avoir un passeport individuel. A partir du 15 janvier 2017, l'autorisation de sortie du territoire est rétablie pour les mineurs français voyageant sans au moins l'un de leurs parents. Les mineurs voyageant dans ces conditions devront présenter : carte d'identité ou passeport (selon les exigences du pays de destination) le formulaire d'autorisation de sortie du territoire, signé par l'un des parents titulaires de l'autorité parentale.

Visa

Visa obligatoire pour les ressortissants français, belges ou suisses. Pour les autres nationalités, se renseigner auprès du consulat ou de l'ambassade.
Le plus pratique (et le moins coûteux) est de demander ce visa à l'arrivée, à l'aéroport de Katmandou. Pour cela, munissez-vous d'une photo d'identité et de :

●25 dollars US (ou équivalent euros, billets uniquement), pour un visa de 15 jours (entrées multiples) ;
●40 dollars US (ou équivalent euros, billets uniquement), pour un visa de 30 jours (entrées multiples) ;
● 100 dollars US (ou équivalent euros, billets uniquement), pour un visa de 30 à 90 jours (entrées multiples). Le visa est gratuit pour les enfants de moins de 10 ans. Pour les séjours de moins de 3 jours, les visas gratuits n'existent plus (prendre un visa « 15 jours »)

PHARMACIE

Votre Guide dispose d'une trousse de secours de première urgence pendant le circuit. Cependant, Je vous recommands d'appliquer vos médicaments:

- Médicaments personnels
- Paracétamol
- Diarrhéiques
- Pastilles purifiantes pour désinfecter l'eau
- Double peau pour les ampoules
- Traitement antibiotique à grand spectre
- Crème solaire à forte protection pour les lèvres et la peau
- Collyre pour les yeux
- Crème hydratante pour le traitement des brûlures superficielles (ampoules et coups de soleil)
- Une bande élastique adhésive, une boîte de pansements adhésifs et compresses désinfectantes
- Le Diamox, diurétique puissant peut être adapté au traitement du MAM. Ce médicament doit être prescrit par votre médecin avant de partir en voyage.

TERMES ET CONDITIONS

Discovery Mountain Trek & Expeditions Company est une entreprise de confiance et enregistrée en vertu des lois de l'industrie du tourisme au Népal et accepte vos réservations conformément aux conditions générales.

Discovery Mountain
Trek & Expedition Pvt. Ltd.

Regd. No. : 161822/073/074
P.O. Box: 24209 | Kathmandu, Nepal
Ph: 01-4811874, 9841816570
sherpachiring00@gmail.com
www. dmountaintreks.com

CONDITIONS DE RÉSERVATION

Réservez votre voyage avec Discovery Mountain Trek acceptez les conditions générales de vente. Chaque randonneur est tenu de remplir le formulaire d'inscription. Au moment de l'inscription, Trekker's devra verser un acompte de 25% du coût total pour compléter votre réservation. Veuillez noter que le coût du voyage est nécessaire pour payer à l'avance conformément à la politique de la société. Ce dépôt nous aide à confirmer la réservation d'hôtels à Ville, de vols intérieurs et de tout autre arrangement de voyage pour la réservation finale. En plus du depot avec, nous avons besoin de listes de noms de participants détaillés, identiques à celles du passeport, sexe, nationalité, date de naissance, numéro de passeport, délivrance du passeport / dates d'expiration et profession. Vous devez nous envoyer une copie du passeport, une photo d'identité et un billet électronique par courrier électronique pour tous les voyages au Népal.

ANNULATION DE VOTRE VOYAGE

Si vous devez annuler votre voyage pour quelque raison que ce soit, Discovery Mountain Trek exige une confirmation écrite de votre décision. Le montant que vous nous avez payé sera remboursé selon les conditions suivantes:

- Annulation plus de 35 jours avant votre date de départ: €60 facturés
- Annulation plus de 35 à 19 jours avant votre date de départ: votre acompte, 25% sera débité
- Annulation plus de 18 à 10 jours avant la date de votre départ: 50% seront facturés
- Annulation plus de 9 à 05 jours avant la date de votre départ: 75% facturés
- Annulation moins de 4 jours avant votre départ: 100% du total facture

Je me réserve le droit de réviser les prix pratiqués en toutes circonstances, ou sous la pression de divers facteurs externes, autres que notre contrôle, tels que l'évolution du taux de change, les mesures gouvernementales, etc. taux. En cas d'augmentation mineure des tarifs de vol, des hôtels ou d'autres facteurs connexes, nous ne révisons pas le coût du voyage déjà confirmé et réservé par dépôt.