



Audan Trekking & Expedition

www.audantrek.ch



Mera Peak 6461m

Le Mera Peak^{6461m} & l'Amphu Lapsa ^{5800m}

Le Mera Peak est un des célèbres sommets accessibles au Népal. L'escalade du Mera Peak combinés avec le passage du col de l'Amphu Lapsa rend cette expédition unique. Elle allie l'exigence d'un long trekking avec l'escalade d'un sommet de plus de 6000m. L'équipe d'Audan Trekking vous propose un encadrement méticuleux pour permettre à chaque participant d'avoir une bonne acclimatation pour les sommets et pour que votre expédition se déroule parfaitement bien. Ce sommet et le passage du col de l'Amphu Lapsa selon les conditions météo, sont relativement difficiles, donc moins fréquentés. Ce parcours vous emmène à travers les trois vallées reculées de Hinku, Honku et Imja Tse dans la région de l'Everest - une opportunité fantastique! Même, si techniquement ces sommets ne sont pas difficiles, il ne faut pas sous-estimer les conditions de température, particulièrement froides dans cette région, et bien évidemment la progression de plusieurs jours en altitude à plus de 5000m qui peuvent rendre cette expédition relativement difficile.

Description de l'itinéraire :

Jours 1 et 2 Arrivée à Katmandou et transfert à l'hôtel Nepali Ghar ou similaire.
Jour 3 Journée de préparation établissement des permis et visites.
Jour 4 Vol pour Lukla (2800m.) et trekking jusqu'à Chhutenga (3450m.)
Jour 5 Trekking jusqu'à Kharkateng (3750m.)
Jour 6 Passage du col Zatrwa la (4630m.) Trekking jusqu'à Thuli Kharka (4300m.)
Jour 7 Trekking jusqu'à Khote (3580m.)
Jour 8 Trekking jusqu'à Thangnak (4350m.)
Jour 9 Trekking jusqu'à Khare (5000m.)
Jour 10 Acclimatation à Khare et montée d'un petit sommet (5400m.)
Jour 11 Montée au Mera peak Base Camp (5400m.)
Jour 12 Montée au Camp d'altitude (5780m.)
Jour 13 Montée au Sommet (6461m.) et retour jusqu'à Kongma-Dingma
Jour 14 Trekking jusqu'à Seti Pokhari
Jour 15 Trekking jusqu'à l'Amphu Lapsa Base Camp (5500m.)
Jour 16 Trekking jusqu'à Dingboche (4400m.)
Jour 17 Trekking jusqu'à Namche (3440m.)
Jour 18 Trekking jusqu'à Lukla (2800m.)
Jour 19 Vol pour Katmandou et transfert à l'hôtel Nepali Ghar ou similaire.
Jour 20 Jour de réserve pour les sommets en cas de mauvaises conditions météo.
Jours 21 et 22 Départ vol international pour la Suisse.

Le prix comprend :

Nuits en lodge pendant le trekking avec hébergement standard, 3 repas et boissons (thé)

4 nuits à l'hôtel Nepali Ghar à Katmandou ou similaire avec petit-déjeuner compris.

15 jours en camping avec nourriture et tentes etc.

Vol Katmandou-Lukla, aller et retour.

Tous les permis nécessaires (sommets et trekking).

1 guide UIAGM Sherpa et les porteurs nécessaires, ainsi que l'équipe cuisine.

Les salaires, assurances et l'équipement pour le guide et porteurs.

Les taxes cargo pour le matériel d'expédition et l'équipe accompagnante.

Tous les transports à l'aéroport pour les arrivées et retours en voiture privée.

Visites à Katmandou accompagnées d'un guide francophone.

Toutes les taxes et impôts du gouvernement népalais.

Le prix ne comprend pas :

Vols internationaux et les repas à Katmandou.

Le visa pour le Népal : **40US\$** à obtenir directement à l'aéroport ou à l'ambassade de Genève.

Les boissons et autres extras (Coca, bière, eau minérale en bouteille, chocolats etc.) pendant l'expédition.

Les assurances personnelles rapatriement, annulation etc.

Les coûts en plus engendrés par un changement d'itinéraire.

Non mentionnés dans la proposition

Les pourboires pour l'équipe accompagnante à la fin de l'expédition



LISTE DE MATERIEL (non exhaustive)

1 paire de chaussure de montagne d'altitude, chaude, doublée avec guêtres incorporées ou guêtres style Berghaus
1 paire de chaussure montagne légère ou basket (la plus grande partie du trekking)
1 paire de tongues ou style Crocs
3-4 paires de chaussettes
1-2 pantalon de trekking, 1 short
1 surpantalon gore tex
1 sous pantalon ou collant thermique
2 t-shirts, 1 t-shirt thermique, 1 polaire, 1 veste coupe-vent
1 doudoune, 3-4 caleçons, 1 foulard, 1 paire de gant fin, 1 paire de gant chaud.
1 casquette, 1 bonnet, 1 paire de lunette solaire- verres protection 4, un masque de ski pour le sommet.
1 paire de lunette de soleil de recharge
1 sac à dos de **30 - 40 l**
1 sac marin de transport **70/110 L**
1 sac de couchage **-25°C**
2 bâtons de marche, 1 gourde, 1 thermos, 2 lampes frontales
1 couteau/ appareil photo / matériel personnel
1 linge, 1 savon, 1 brosse à dent + dentifrice
1 boite de pansements, 1 bouillotte
1 tube de crème solaire haute protection, 1 stick à lèvres haute protection.
Papier toilette ou lingettes humides, 1 boite de médicaments
1 boite de micropure etc.