
17 DAYS- EVEREST BASE CAMP WITH ISLAND PEAK CLIMBING

YOUR WORLD. YOUR WAY.
LIFE IS GOING ON.



TRIP INTRODUCTION

การปีนยอดเขาไอซ์แลนด์และเอเวอร์เรส เบสแคมป์เทรอด เป็นประสบการณ์ที่ยอดเยี่ยมในเขตเทือกเขาหิมาลัยของประเทศเนปาล โปรแกรมนี้ถูกออกแบบมาเพื่อให้เหมาะกับนักเดินป่า ที่อาจมีประสบการณ์ในการปีนเขามาก่อนเล็กน้อย หรือไม่มีเลย ระยะเวลาในการเดินทางส่วนใหญ่ ใช้ระยะเวลาสั้น ๆ การปีนไม่มีอุปกรณ์พิเศษและการฝึกอบรมใช้เวลาในการฝึกอบรมไม่นาน เพียงแต่นักปีนเขาต้องมีสภาพร่างกายที่ แข็งแรงดีเยี่ยม และมีการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ

การปีนยอดเขาไอซ์แลนด์ เป็นที่นิยมในเขตเอเวอร์เรส โดยเฉพาะความงามและสูงชันของ ธารน้ำแข็งโลสเช ในฝั่งตะวันตก ในแต่ละปียอดเขาไอซ์แลนด์ แห่งนี้ ต้อนรับนักปีนเขาหลายร้อยคน นอกจากการผจญภัยจากการปีนเขาแล้ว เรายังได้พบกับวัฒนธรรมที่น่าสนใจของชาว เซอร์ปา การเดินป่าสู่เอเวอร์เรสเบสแคมป์ และความงามของหิมาลัยจากยอดเขา กาลาพัตตา อย่างใกล้ชิด

**I READ, I TRAVEL,
I BECOME.**

DEREK WALCOTT



Short itinerary

- 01 เดินทางสู่เมืองกาฐมาณฑุ (1,300 เมตร)
- 02 บินจากเมือง กาฐมาณฑุ (KATHMANDU) ไปเมือง ลุกลา/40 นาทีในการบิน (LUKLA – PHAKDING/2,652M/40 MINUTES FLIGHT) และเดินไปหมู่บ้าน พากดิง 3 - 4 ชั่วโมง
- 03 หมู่บ้าน พากดิง (PHAKDING) ไปหมู่บ้าน นัมเช บาซาร์ (NAMCHE BAZAAR/3440 เมตร) 5-6 ชั่วโมง
- 04 พักปรับสภาพร่างกายที่หมู่บ้าน นัมเช บาซาร์
- 05 หมู่บ้านนัมเชบาซาร์ (NAMCHE BAZAAR) ไปหมู่บ้าน เต็งโบเช (TENGBOCHE/3,870 เมตร/10 กิโลเมตร) 5- 6 ชั่วโมง
- 06 หมู่บ้าน เต็งโบเช (TENGBOCHE) ไปหมู่บ้าน ดิงโบเช (DINGBOCHE/4,360 เมตร/9 กิโลเมตร) 5 - 6 ชั่วโมง
- 07 พักปรับสภาพร่างกายที่ หมู่บ้าน ดิงโบเช (DINGBOCHE)
- 08 หมู่บ้าน ดิงโบเช (DINGBOCHE) ไปหมู่บ้าน ชุกุง (CHHUKUNG/ 4,750 เมตร), ปีนยอดเขา ชุกุงริ (CHHUKUNG RI/ 5,546 เมตร) 6 - 7 ชั่วโมง: (เช้า,เที่ยง,เย็น)
- 09 หมู่บ้าน ชุกุง (CHHUKUNG) ไปไอซ์แลนด์ พิค เบสแคมป์ (ISLAND PEAK BASE CAMP/5,200 เมตร): 3-4 ชั่วโมง



Short itinerary

- 10 ชัยมิตยอดเขาไอซ์แลนด์พีค และกลับไป
หมู่บ้านชุงกู: 10-12 ชั่วโมง:
- 11 เดินข้าม หุบเขา กองมา พาส (CROSS TO
KONGMA LA PASS/ 5,535 เมตร) ไป
หมู่บ้าน โลโบเช (LOBUCHE/ 4,940
เมตร) 7 - 8 ชั่วโมง
- 12 หมู่บ้าน โลโบเช ไปหมู่บ้าน โกรัก
เชบ (LOBUCHE - GORAK SHEP/5,170
เมตร) - เอเวอร์เรส เบสแคมป์ (EVEREST
BASE CAMP/5,364 เมตร/13 กิโลเมตร)
เดินกลับไปหมู่บ้าน โกรักเชบ (GORAK
SHEP) 6-7 ชั่วโมง
- 13 หมู่บ้าน โกรักเชบ-ยอดเขากลาพัทธา
(GORAK SHEP - KALA PATTHAR)
หมู่บ้านเพริเช (PHERICHE/4,280
เมตร/16 กิโลเมตร) 7-8 ชั่วโมง
- 14 หมู่บ้าน เพริเช ไปหมู่บ้าน แพงโบเช-เต็ง
โบเช และนัมเชบাজার (PHERICHE-
PANGBOCHE-TENGBOCHE-NAMCHE
BAZZAR/3,440 เมตร/20 กิโลเมตร) 6 -
7 ชั่วโมง
- 15 หมู่บ้านนัมเช บাজার (NAMCHE
BAZAAR) ไปหมู่บ้าน ลุกลา (LUKLA) 6 -
7 ชั่วโมง
- 16 บินกลับเมืองกาฐมาณฑุ
- 17 เดินทางกลับโดยสวัสดิภาพ อ้อลาเพื่อนเดิน
ทาง



รายละเอียดการเดินทาง

วันที่ 01: เดินทางสู่เมืองกาฐมาณฑุ (1,300 เมตร): (-,-,เย็น)

การเดินทางของเราเริ่มขึ้นในวันนี้ ตัวแทนของบริษัทไทยเนपाल เทราเวลรอรับท่านที่สนามบิน เมื่อเดินทางถึงสนามบินกาฐมาณฑุ หลังจากได้รับกระเป๋าเดินทางแล้วมองหาตัวแทนของเราพร้อมกับป้ายต้อนรับของบริษัทไทยเนपालเทราเวลที่ประตูขาออกของสนามบินตริภูวัน หลังจากนั้นเดินทางไปที่ยังโรงแรมที่พัก หลังจากลงทะเบียนเข้าพักรแล้ว คุณสามารถพักผ่อนหย่อนใจ หรือเดินเที่ยวช้อปปิ้งตามอัธยาศัย ในตอนเย็นเราจัด "งานเลี้ยงอาหารต้อนรับผู้มาเยือน" ที่ร้านอาหารเนपालแบบดั้งเดิมที่ยอดเยี่ยมซึ่งคุณจะเพลิดเพลินไปกับโปรแกรมการแสดงระบำ ของเนपालรวมทั้งอาหารมือพิเศษแบบต้นฉบับเนपालโดยเฉพาะ



วันที่ 02: บินจากเมือง กาฐมาณฑุ (KATHMANDU) ไปเมือง ลุกลา/40 นาทีในการบิน (LUKLA - PHAKDING/2,652M/40 MINUTES FLIGHT) และเดินไปหมู่บ้าน พากดิง 3 - 4 ชั่วโมง: (เช้า,เที่ยง,เย็น)

เราออกเดินทางไปยังเมืองลูกลา ในตอนเช้าตรู่ โดยเครื่องบิน สำหรับการบินครั้งนี้ เป็นการผจญภัยที่น่าตื่นเต้นมาก เพราะสนามบิน เท็นซิง/ฮิลลารี (Tenzing / Hillary) แห่งเมืองลูกลา เป็นสนามบินที่สูงชันที่ตั้งอยู่ด้านข้างของภูเขา หลังจากไปถึงเมืองลูกลาแล้ว เราพบกับลูกหาบที่พร้อมเดินทางไปกับเรา และเริ่มเดินป่าสู่หมู่บ้าน พากดิง และพักค้างคืนที่หมู่บ้านแห่งนี้





และเราเริ่มเข้าสู่อุทยานแห่งชาติสการ์มาทา (Sagarmatha National Park) ที่หมู่บ้าน จอร์ส จนถึงหมู่บ้าน นัมเชบาซาร์ ระหว่างการเดินทาง เราจะเพลิดเพลินไปกับแม่น้ำ และน้ำตก รวมไปถึงสะพานแขวน ฮิลลารี (Hillary Suspension Bridge) และขณะที่เราปีนขึ้นไปสู่หมู่บ้าน นัมเช เราจะได้เห็น ความงดงามของ ยอดเขา กวางเด ยอดกุสุม ยอดเขากานการู ยอดเขาเอเวอร์เรสต์ ยอดเขาโลตเส ยอดเขา ทาวาเช และ ยอดเขาอื่นๆ อีกมากมาย (Kwangde Peak, Kusum, Kangaru, Mt. Everest, Lhotse, Tawache) ที่ต้อนรับเราเข้าสู่หมู่บ้าน นัมเชบาซาร์ และพักค้างคืนที่หมู่บ้านแห่งนี้

วันที่ 03: หมู่บ้าน พากดิง (PHAKDING) ไปหมู่บ้าน นัมเช บาสาร์ (NAMCHE BAZAAR/3440 เมตร) 5-6 ชั่วโมง: (เช้า,เที่ยง,เย็น)

เส้นทางของการเดินทางของเราในวันนี้ เราเริ่มเดินข้าม แม่น้ำ ดุดโคชิ (Dudh Koshi) ระหว่างการเดินทางเราข้ามสะพานแขวนหลายแห่ง และผ่านหลายหมู่บ้านรวมทั้งอารามและ จอเต็น (chortens) เราสามารถเพลิดเพลินกับภาพของภูเขา ทัมเซอร์กู (Thamserku) อย่างใกล้ชิด จากหมู่บ้าน เบ็นการ์ (Benkar) หลังจากนั้น เราจะผ่านจุดตรวจเช็ค ใบอนุญาตเดินป่าของเราที่หมู่บ้าน มอนโจ (Monjo)





วันที่ 04: พักปรับสภาพร่างกายที่หมู่บ้าน นัมเช บาซาร์: (เช้า,เที่ยง,เย็น)



วันนี้เป็นวันพักปรับสภาพร่างกาย การปรับตัวให้เข้ากับสภาพภูมิอากาศเป็นเรื่องสำคัญสำหรับเราในการปรับตัวให้เข้ากับ การเปลี่ยนแปลงสภาพแวดล้อมอย่างค่อยเป็นค่อยไป นอกจากนี้ยังจะช่วยให้เราสามารถป้องกันโรคแพ้ความสูง (AMS) ได้อีกด้วย วันนี้เราเดินทางสู่หมู่บ้าน กุมจุง (Khumjung) ซึ่งเป็นหมู่บ้านเล็กๆน่ารัก เพลิดเพลินไปกับวิวทิวทัศน์ของภูเขาหิมาลัยจากหมู่บ้าน สยางโบเช (Syangboche) หรือเที่ยวชมถนนที่แปลกตาของหมู่บ้าน นัมเช

นอกจากนี้เรายังสามารถเยี่ยมชม ศูนย์นักท่องเที่ยว (Tourist Visitor Center) ซึ่งเราสามารถได้รับความรู้ต่างๆ มากมายที่เกี่ยวข้องกับผู้ที่ปีนยอดเขาเอเวอร์เรสเป็นคนแรก และวัฒนธรรมของชนเผ่า เซอร์ปา ซึ่งจะทำให้เราทำความคุ้นเคยกับชีวิตพืชและสัตว์ในภูมิภาคเอเวอร์เรส ในหมู่บ้านกุมจุง เราสามารถเยี่ยมชมวัดที่มีหิ้งศีรษะของตัวยети (yeti) และเพลิดเพลินกับทัศนียภาพที่น่าทึ่งของภูเขา กองเต ภูเขาทัมเซอร์กู และภูเขาคุมบิลลา (Kongde Thamserku และ Khumbila) ก่อนถึงหมู่บ้านกุมจุง เราต้องปีนขึ้นไปผ่านสายการบินของหมู่บ้าน สยางโบเช หลังจากเพลิดเพลินกับความงามของวิวทิวทัศน์ ของหมู่บ้านแห่งนี้ เราเดินกลับไปยังหมู่บ้านนัมเช และพักค้างคืนที่นี่

วันที่ 05: หมู่บ้านนัมเชบาชาร์ (NAMCHE BAZAAR) ไปหมู่บ้าน เต็งโบเช (TENGBOCHE/3,870 เมตร/10 กิโลเมตร) 5-6 ชั่วโมง: (เช้า,เที่ยง,เย็น)

การเดินทางในตอนแรกจนถึงหมู่บ้าน ปุนกิ (Phunki) เป็นทางเดินได้ง่ายๆ จากที่นี่เราเดินขึ้นไปสู่หมู่บ้าน เต็งโบเช (Tengboche) ซึ่งเป็นที่ตั้งของวัด เต็งโบเช ที่มีชื่อเสียงมาก เป็นอารามใหญ่ที่สุดของภูมิภาคเอเวอร์เรส ตั้งอยู่ภายในอุทยานแห่งชาติ สगरมาทา ซึ่งเป็นมรดกโลกขององค์การยูเนสโก อารามแห่งนี้ตั้งตระหง่านคู่กับทัศนียภาพอันงดงามของเทือกเขาหิมาลัยรวมทั้งภูเขา เอเวอร์เรสต์, นูปเซ, โลตเซ, อามาดาบลัม และ ทัมเซอร์กู (Everest, Nuptse, Lhotse, Ama Dablam และ Thamserku) อาราม เต็งโบเช เปิดทำการเวลา 15.00 น. ดังนั้นถ้าเราไปถึงที่นั่นภายในเวลา 3 โมงเย็น เราอาจพิธีการทางศาสนาพุทธของวัดแห่งนี้ได้ เราพักค้างคืนที่ เต็งโบเช



วันที่ 06: หมู่บ้าน เต็งโบเช (TENGBOCHE) ไปหมู่บ้าน ดิงโบเช (DINGBOCHE/4,360 เมตร/9 กิโลเมตร) 5 - 6 ชั่วโมง: (เช้า,เที่ยง,เย็น)

เส้นทางของเราในตอนแรกเป็นทางเดินลงมาและผ่านป่าอันเขียวขจีของไม้เบิร์ช ต้นสน และป่าดอกไม้กุหลาบพันปี โรโดเดนดรอน ระหว่างทางเดินเราสามารถชมทิวทัศน์ที่สวยงามของ ภูเขา เอเวอร์เรสต์, โลตเซ และ อามาดาบลัม (Mt. Everest, Lhotse และ Ama Dablam) เราเดินลงเนินไปยังหมู่บ้าน ดีโบเช (Debuche) และข้ามแม่น้ำ อิมจา (Imja) ไปถึงหมู่บ้าน แพงโบเช (Pangboche) เราเลือกเส้นทาง แพงโบเช ด้านบนและขึ้นชมทัศนียภาพของเทือกเขาหิมาลัยและอาราม แพงโบเช เราเดินต่อไปยัง หุบเขา อิมจา (Imja Valley) และข้ามแม่น้ำ โลโบเช (Lobuche River) ขึ้นไปยังหมู่บ้าน ดิงโบเช (Dingboche) เป็นหมู่บ้านที่งดงามที่มีทุ่งข้าวบาร์เลย์มันฝรั่งและ ข้าวบัควีต (buckwheat) ที่สวยงามพร้อมทุ่งเลี้ยงสัตว์ที่เรียงรายไปตามทุ่งนาเหล่านั้น



วันที่ 07: พักปรับสภาพร่างกายที่ หมู่บ้าน ดิงโบเช (DINGBOCHE) : (เช้า,เที่ยง,เย็น)

หมู่บ้านดิงโบเช เป็นที่นิยมสำหรับผู้เดินป่าและนักปีนเขาที่เดินทางมุ่งหน้าสู่ภูเขา เอเวอร์เรส (Everest) อามาดาบลาม (Ama Dablam) หรือ ไอซ์แลนด์พีค (Imja Tse) หมู่บ้านแห่งนี้มีทิวทัศน์ที่สวยงามล้อมรอบด้วยกำแพงหินที่ชาวบ้านสร้างขึ้นเพื่อป้องกัน หนาวบาร์เลย์ บัควีท และมันฝรั่งจากลมหนาวและสัตว์กินหญ้า เราใช้เวลาเพื่อปรับตัวให้ชินกับสภาพแวดล้อม โดยการเดินขึ้น Nagarjun Hill หรือ Chukkhung Valley เพื่อชมทิวทัศน์ ของยอดเขา Makalu, Lhotse, Chalotse, Tawache และ Ama Dablam



วันที่ 08: หมู่บ้าน ดิงโบเช (DINGBOCHE) ไปหมู่บ้าน ชุกุง (CHHUKUNG/ 4,750 เมตร), ปีนยอดเขา ชุกุงริ (CHHUKUNG RI/ 5,546 เมตร) 6 - 7 ชั่วโมง: (เช้า,เที่ยง,เย็น)

หมู่บ้านดิงโบเช (Dingboche) เป็นที่ตั้งถิ่นฐานในช่วงฤดูร้อนสำหรับชาวภูเขาในพื้นที่ จากที่นี่เราสามารถมองเห็นภูเขา อามาดาบลาม (Ama Dablam) สันเขา นูปเซ-โลสเช, ทาวาเช และ ชารอสส์ (Nuptse-Lhotse, Tawache และ Chalots)



เราเริ่มต้นการเดินทางวันนี้โดยการเดินผ่านทุ่งหินที่หุบเขา อิมจา โขลา (Imja Khola) เดินข้ามธารน้ำแข็งและเดินเรียบธารน้ำระหว่างทางเดินจะล้อมรอบไปด้วยภูเขาโลสเช (Lhotse) และ ภูเขา อามาดาบลาม (Ama Dablam) ต่อจากหมู่บ้าน ไบบริ (Bibre) ที่เราจะมองเห็นยอดเขาไอซ์แลนด์พีค

เส้นทางข้างหน้าจะถูกตัดกันโดยลำธารน้ำแข็ง จากนั้นประมาณหนึ่งชั่วโมง เราเดินทางถึง หมู่บ้าน ชุกุง (Chhukung) ซึ่งเป็นหมู่บ้านเล็กๆ หลังจากเก็บสัมภาระและรับประทานอาหารกลางวัน เป็นที่เรียบร้อยแล้ว ถ้าอากาศดี ฟ้าสดใส เราเดินขึ้นสู่ยอดเขา ชุกุงริ การปีนเขา ชุกุงริ ช่วยให้ร่างกายของเราปรับสภาพให้ชินกับความสูง ชุกุงริ เป็นยอดเขาที่อยู่เหนือหมู่บ้าน ชุกุง การปีนขึ้นไปบนยอดเขาค่อนข้างยากลำบาก เป็นการท้าทายความแข็งแรงของร่างกาย จากด้านบนเราสามารถมองข้ามหุบเขาเห็นทิวทัศน์ ของ ยอดเขา อามาดาบลาม และยอด อัมปูลาบซา (Amphu Labsa) ได้เด่นชัด เราเดินลงสู่หมู่บ้าน ชุกุง และพักค้างคืนที่นี่



วันที่ 09: หมู่บ้าน ชุกุง (CHHUKUNG) ไป ไอซ์แลนด์พีค เบสแคมป์ (ISLAND PEAK BASE CAMP/5,200 เมตร): 3- 4 ชั่วโมง: (เช้า,เที่ยง,เย็น)

การเดินทางไปยังไอซ์แลนด์พีค เบสแคมป์ เป็นเส้นทางที่ค่อนข้างกาลาดชัน ในตอนแรกเราปีนขึ้นเนินเล็ก ๆ เดินไปทางทิศใต้ แล้วเลี้ยวไปทางตะวันออกสู่แนวหลักของภูเขา จากนั้นเราก็เดินไปตามเส้นทางที่คดเคี้ยว ใต้ปีกด้านใต้ของจากธารน้ำแข็ง โลสเช ถัดไปเราเดินต่อไปตามเส้นทางที่นำร่องไปยังตามลำธาร ไปยัง ภูเขา อัมพูลาฟชา (Amphu Lapcha) ตั้งอยู่ทางทิศตะวันออกเฉียงใต้ เดินข้ามผ่านแม่น้ำ อิมจา และ ธารน้ำแข็ง โลสเช นำไปสู่หุบเขากว้างขวางทางด้านตะวันตกเฉียงใต้ของยอดไอซ์แลนด์พีค หลังจากรับประทานอาหารกลางวัน และพักผ่อนให้หายเหนื่อยแล้ว ไกด์ของเราจะจัดให้มีการฝึกอบรมเกี่ยวกับเทคนิคการปีนเขาและวิธีการที่เหมาะสมในการใช้อุปกรณ์ปีนเขาเช่น การใช้ขวานสับน้ำแข็ง การไต่เชือก และ ใช้รองเท้าสำหรับปีนเขา เป็นต้น

ซึ่งการฝึกอบรมนี้จะรวมถึงการใช้เชือกเพื่อขึ้นและลง แม้ว่าจะไม่จำเป็นต้องมีการฝึกอบรมล่วงหน้า หรือประสบการณ์ปีนเขาสำหรับการปีนเขาไอซ์แลนด์พีคก็ตาม แต่เราเชื่อว่าประสบการณ์การฝึกอบรมบางอย่างจะช่วยเพิ่มความมั่นใจและทักษะการปีนเขาของคุณ เพื่อเพิ่มโอกาสในการปรับการซบมิต สู่ยอดเขาไอซ์แลนด์พีคได้ และเพลิดเพลินไปกับประสบการณ์การปีนเขาได้อย่างเต็มที่ ไม่กั่วงวล เราสามารถใช้เวลาที่เหลือของวันเดินไปไฮนแคมป์ แล้วเดินกลับลงมาหรือพักผ่อนตามอัธยาศัย พักค้างคืนที่ไอซ์แลนด์พีคเบสแคมป์

วันที่ 10: ชับมิตยอดเขาไอซ์แลนด์พีค และกลับไป หมู่บ้านชุกุง: 10-12 ชั่วโมง: (เช้า,เที่ยง,เย็น)



เราตื่นนอนตอนเช้าวันนี้เวลาประมาณเที่ยงคืน และรับประทานอาหารเช้าก่อนเริ่มปีนเขา เป็นเรื่องสำคัญที่เราจะต้องปีนถึงยอดเขาก่อนเที่ยงเพราะในช่วงบ่ายลมแรง อาจกลายเป็นอุปสรรคสำหรับการชับมิต เราเดินออกจากไอซ์แลนด์พีคเบสแคมป์ ไปหลายร้อยเมตร จนเริ่มมองเห็นยอดเขาสูงชัน ผ่านทุ่งหญ้า ไปจนถึงลานหิน เราเริ่มปีนขึ้นเนินสูงแคบ และลาดชัน

จากนั้นเส้นทางจะตามแนวสันเขาซึ่งจะนำไปสู่ธารน้ำแข็งบนยอดเขา ใกล้เคียงชิงเชือกเมื่อจำเป็น ความลาดชันของหิมะสูงชันพาเราไปยังสันเขาสู่ยอดเขา ทั้งเชือกที่ไถ่ชิงและเชือกของงานจะใช้ร่วมกันระหว่างปีนเพื่อความปลอดภัย เราใช้เชือกที่ไถ่ชิงหลังจากประสบความสำเร็จในการปีนเขาบนหิน ความยาวของเชือกมักจะมีความยาว 350 เมตร

อย่างไรก็ตามความยาวของเชือกขึ้นอยู่กับช่วงเวลาและรอยแยกของหุบเขา จะมีรอยแยกใหม่ที่มีความยาวประมาณ 3 และ 4 เมตร เราจะใช้บันไดเพื่อไต่ข้ามรอยแยก จนถึงจุดสูงสุดของยอดเขา หลังจากเฟลิดเฟลินไปกับวิวนยอดเขา เราเดินลงไป ที่ ไอซ์แลนด์พีคเบสแคมป์



วันที่ 11: เดินข้าม หุบเขา กองมา พาส (CROSS TO KONGMA LA PASS/ 5,535 เมตร) ไปหมู่บ้าน โลโบเช (LOBUCHE/ 4,940 เมตร) 7 - 8 ชั่วโมง: (เช้า,เที่ยง,เย็น)

เราออกเดินทางในตอนเช้าเพื่อเดินข้ามหุบเขา กองมา (Kongma La) เราสามารถเดินทางไปตามเนินเขาซึ่งอยู่ทางตะวันตกเฉียงเหนือของหมู่บ้านชุกงูเหนือธารน้ำแข็ง นุปเซ เราเดินขึ้นลงเขา ไปจนถึงจุดข้ามหุบเขา กองมา ก่อนจุดสูงสุดที่มีสัญลักษณ์ของธงภูเขาชาวพุทธ เราจะพบกับทะเลสาบ กองมา สะท้อนน้ำเป็นสีฟ้าสวยงาม หลังจากการไต่จากในอีกฟากหนึ่งแล้วเส้นทางนี้จะมุ่งหน้าไปทางเหนือผ่านธารน้ำแข็งของ คุมบู (Khumbu) ซึ่งถือเป็นการข้ามธารน้ำแข็งที่เดินข้ามยากที่สุด เส้นทางเดินที่ไม่มีสัญลักษณ์ ใดๆ บ่งบอกระหว่างทางเดิน เป็นเส้นทางที่ต้องมีไกด์ผู้ชำนาญทาง หลังจากข้ามผ่านธารน้ำแข็งไปแล้ว เราจะพบหมู่บ้าน โลโบเช ถือเป็นการสิ้นสุดการเดินทางที่ยากลำบากในวันนี้ เราพักค้างคืนที่หมู่บ้าน โลโบเช

TRAVEL FOR THE SOUL



**วันที่ 12: หมู่บ้าน โลโบเช ไปหมู่บ้าน โกรักเชป (LOBUCHE - GORAK SHEP/5,170 เมตร)
- เอเวอร์เรส เบสแคมป์ (EVEREST BASE CAMP/5,364 เมตร/13 กิโลเมตร) เดินกลับไป
หมู่บ้าน โกรักเชป (GORAK SHEP) 6-7 ชั่วโมง: (เช้า,เที่ยง,เย็น)**



เส้นทางไปยัง หมู่บ้านโกรักเชฟ (Gorak Shep) เราเดินผ่าน โปสต์ป้ายพีรามิด หมู่บ้านโกรักเชปเบสแคมป์ ของนักปีนเขาชาวสวิสเซอร์แลนด์ ในการปีนยอดเขาเอเวอร์เรส ในปี 1952 การเดินขึ้นเล็กน้อย พาเราไปยังหมู่บ้าน ทังมา ริจู (Thangma Riju) และทางค่อยๆเปิดกว้างขึ้น เราจะเห็นวิวพาโนรามา 360 องศาของภูเขาที่เต็มไปด้วยหิมะ เดินลงสู่หมู่บ้าน โกรักเชฟ

เราพักเก็บสัมภาระ หลังจากนั้นเดินทางต่อไปยังเอเวอร์เรส เบสแคมป์จาก เส้นทางเดินที่สูงชัน พาเราไปยังแม่น้ำ กิมรอน (Kimrong Khola) หลังจากเดินชันขึ้นไปอีกสู่ หมู่บ้าน ชิเรดานดา (Chere Danda) หลังจากนั้นเป็นการเดิน ลงสู่หมู่บ้าน ชอมรอน (Chhomrong) หมู่บ้านชอมรอน เป็นหมู่บ้านที่สวยงาม ได้ฉายาว่าเป็นหน้าตักของ ภูเขา อันนาปurna ได้ เราสามารถมองเห็นภูเขานี้ได้ชัดมาก ณ หมู่บ้านแห่งนี้

เมื่อเดินถึงเบสแคมป์เราจะมองเห็น เต็นท์ โดดเด่นในสีสดใส กับทุกตัดกับสีเทาหมองคล้ำของภูเขา และสีขาวของหิมะ เราสามารถเพลิดเพลินกับทัศนียภาพที่น่าตื่นตาตื่นใจของ นูปเซ, คุมบัสเช และ ปูโมริ (Nuptse, Khumbuste และ ภูเขา Pumor) จากเบสแคมป์ หลังจากดื่มด่ำกับความงามแล้วเราก็เดินกลับไป หมู่บ้านโกรักเชฟ เพื่อพักค้างคืน



**วันที่ 13: หมู่บ้าน โกรักเชบ-ยอดเขากลาพัทธา (GORAK SHEP - KALA PATTHAR)
หมู่บ้านเพริเช (PHERICHE/4,280
เมตร/16 กิโลเมตร) 7-8
ชั่วโมง: (เช้า,เที่ยง,เย็น)**

เราตื่นแต่เช้าตรู่ประมาณ ตี 4-5 เพื่อเดินขึ้นสู่ยอดเขากลาพัทธา (Kala Patthar) อากาศจะหนาวและมีลมแรง เราก้าวเดินไปตามเส้นทางที่ค่อนข้างสูงชันที่ ขณะที่เรากำลังปีนขึ้นเนินเขาเราสามารถมองเห็นภูเขา ลิงเตเรียน, คุมบัสเซ และ ชางส์เซ (Lingtren, Khumbutse และ Changtse) มุมมองจากจุดสูงสุดของยอดเขา เราสามารถมองเห็นภูเขาที่สูงที่สุดในโลกเอเวอร์เรส รวมไปถึงยอดเขาหิมาลัยอันยิ่งใหญ่อื่น ๆ หลังจากใช้เวลาบนยอดของ กลาพัทธา แล้วเราจะเดินกลับไปที โกรักเชฟ และรับประทานอาหารเช้า หลังจากนั้น เราเดินลงไปยังหมู่บ้าน เพริเช และพักค้างคืนที่หมู่บ้านเพริเช

**วันที่ 14: หมู่บ้าน เพริเช ไปหมู่บ้าน แพงโบเซ-เต็งโบเซ และนามเชบซาร์ (PHERICHE-PANGBOCHE-TENGBOCHE-NAMCHE BAZZAR/3,440 เมตร/20 กิโลเมตร) 6 - 7
ชั่วโมง: (เช้า,เที่ยง,เย็น)**

เราเดินลงมาผ่านเนินเขาที่เต็มไปด้วยต้นกุหลาบพันปี โรโดเดนดรอนและต้นสน ข้ามสะพานข้ามแม่น้ำ ดุโดไปขรี เราเดินลงมาอย่างรวดเร็วผ่านป่าสนที่ อาจพบกับ แพะภูเขา ไก่ฟ้าและสัตว์ป่าอื่น ๆ และนกทั่วไปในพื้นที่ เส้นทางสู่หมู่บ้าน ซานสา (Sansa) จากที่ซึ่งเราสามารถเพลิดเพลินกับทิวทัศน์ของเทือกเขา อามาตาบปลัม, ทัมเซอร์กุ และ นุปเซ (Ama Dablam Thamserku และ Nuptse) เราเดินบนเส้นทางที่คดเคี้ยวตามด้วยการเดินผ่านป่าอีกครั้งก่อนถึง หมู่บ้านนามเช บซาร์ และพักค้างคืนที่นี่



วันที่ 15: หมู่บ้านนัมเช บาซาร์ (NAMCHE BAZAAR) ไปหมู่บ้าน ลุกลา (LUKLA) 6 - 7 ชั่วโมง: (เช้า,เที่ยง,เย็น)

เราลงตามเส้นทางที่มีหินและข้ามสะพานแขวนหลายแห่ง ก่อนที่จะเดินบนเส้นทางราบ อากาศอุ่นขึ้นขณะที่เราเดิน กลับไปตามเส้นทางเดินสู่หมู่บ้านลุกลา ก่อนถึงหมู่บ้าน ลุกลา เป็นการเดินขึ้นครั้งสุดท้าย การเดินทางของเราใน เขตเทือกเขาจะสิ้นสุดลงเมื่อเราไปถึงลุกลา พักค้างคืนที่ หมู่บ้านลุกลา

วันที่ 16: บินกลับเมืองกาฐมาณฑุ (เช้า,-,เย็น)

เราบินกลับไปท่าอากาศยานฯ แต่เช้าตรู่ หลังจากไปถึง ท่าอากาศยานฯ แล้ว เรานำท่านสู่โรงแรมที่พัก คุณอาจ เพลิดเพลินไปกับวันสบาย ๆ โดยการพักผ่อน หรือเที่ยว ช้อปปิ้งย่านถนนทามาเลใกล้บริเวณที่พัก ชื่อของที่ระลึก เพื่อเป็นการเฉลิมฉลองความสำเร็จในการเดินทางของเรา ในตอนค่ำ ไทยเนปาล เทราเวลได้ฉลองการเดินทางที่ ประสบความสำเร็จของเราด้วยอาหารค่ำอำลาเพื่อนร่วม เดินทางของเรา ซึ่งเราสามารถแบ่งปันประสบการณ์ ของ เราในช่วงก่อนเดินทางกลับบ้านในวันรุ่งวันนี้เราพักค้าง คืนที่เมือง กาฐมาณฑุ

วันที่ 17: เดินทางกลับโดยสวัสดิภาพ อำลา เพื่อนเดินทาง: (เช้า,-,-)

เราเดินทางท่องเที่ยวมาจนถึงวันสุดท้ายของการท่องเที่ยว ของเรา ในประเทศเนปาล เรานำท่านเดินทางสู่สนามบิน ตริภูวัน ก่อนเครื่องบินออก 2 ชั่วโมง ทางเราหวังว่าทุก ท่านจะมีความสุข สนุกสนานไปกับการเดินทางท่องเที่ยว ไปกับเรา และกลับมาพร้อมเดินทางกับเราอีกครั้ง





ค่าบริการนี้รวม

- โรงแรมแบบเตี้ยงคู้ ในเมืองกาฐมาณฑุ พร้อมอาหารเช้า
- รถส่วนตัวรับส่งสนามบิน
- ที่พักบนเขาตามที่กำหนดในโปรแกรม
- เติ้นท์ที่พักระหว่างปีนเขา
- อาหารระหว่างเทรคตามที่กำหนดในโปรแกรม (1เมนู/มื้อ)
- ฟอคครัว และเครื่องครัว ทำอาหารระหว่างปีนเขา
- อุปกรณ์สำหรับปีนเขา ทั้งของกรุป และของผู้ปีนเขา
- เทรคกิ้งไกด์พูดภาษาอังกฤษ ที่มีประสบการณ์ ลูกหาบ (ลูกค้า 1 คน น้ำหนักของไม่เกิน 10 กิโลกรัม) รวมค่าแรง ค่าอาหาร ที่พัก ประกันชีวิต
- ใบอนุญาตการเทรค (Local trekking ticket, Park permit, TIMS card, Island Peak climbing permit)
- ค่าภาษีและเอกสารจำเป็นอื่นๆ
- Thai Nepal Traves & Treks duffer bag (คืนเมื่อเทรคเสร็จ)
- ยา (ถือโดยไกด์ผู้นำการเดินทาง)
- ตัวเครื่องบิน กาฐมาณฑุ- ลุกลา-กาฐมาณฑุ รวมภาษีสนามบิน
- ค่าวีซ่าเนปาล

ค่าบริการนี้ไม่รวม

- ค่าตัวเครื่องบินไปกลับเมืองกาฐมาณฑุ
- ค่าประกันการเดินทาง
- น้ำและเครื่องดื่ม เช่น น้ำเปล่า น้ำชา กาแฟ โด๊ก แป๊ปซี่ และเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ อื่นๆ เป็นต้น
- ค่าชาร์จแบตเตอรี่ และน้ำร้อนที่อาบบนเขา
- ค่าน้ำหนักสัมภาระเกิน
- ค่าอาหารมื้อเที่ยง และมื้อเย็น ในเมืองกาฐมาณฑุ รวมถึง ค่าโรงแรม ในเมืองกาฐมาณฑุและเมืองลูกลา ในกรณีที่กลับมาจากเทรคเร็ว หรือช้า กว่าโปรแกรมที่กำหนด
- ทิป สำหรับไกด์ ลูกหาบ และคน ขับรถ โดยทั่วไป 10\$/ลูกค้า/วัน
- ค่าใช้จ่ายส่วนตัว เช่น ค่าโทรศัพท์ ชักแห้ง เครื่องดื่มต่างๆ อาบน้ำร้อนบนเขา ชาร์จแบตเตอรี่ บนเขาข้อปั้ง เป็นต้น
- ค่าใช้จ่ายอันเกิดจาก เครื่องบินดีเลย์/ยกเลิก/หรือเหตุการณ์ทางธรรมชาติ หรือการเมือง ที่ไม่คาดคิดหรือไม่สามารถควบคุมได้



หมายเหตุเพื่อความปลอดภัย:

ความปลอดภัยของคุณเป็นเรื่องสำคัญอย่างยิ่ง ในขณะที่เดินทางกับ บริษัทไทยเนपाल ทราเวล โปรดทราบว่าผู้นำทริปของคุณมีอำนาจในการแก้ไขหรือยกเลิกส่วนใดส่วนหนึ่งของกำหนดการเดินทางถ้าเห็นว่าจำเป็นเนื่องจากปัญหาด้านความปลอดภัย ทางเรา จะพยายามทุกวิถีทางเพื่อให้เป็นไปตามโปรแกรมที่กำหนด แต่อย่างไรก็ตามในการเดินทางบนพื้นที่ห่างไกลความเจริญ และบนเขา เราจึงไม่สามารถรับประกันได้ถึง สภาพของสภาพอากาศ ภัยพิบัติทางธรรมชาติที่ไม่คาดคิด สุขภาพของสมาชิกผู้ร่วมเดินทาง และปัจจัยอื่นๆ ซึ่งสามารถนำไปสู่การเปลี่ยนแปลง กำหนดการเดินทาง ทางผู้นำทริปจะพยายามให้การเดินทางดำเนินไปตามแผน แต่โปรดเตรียมพร้อมที่จะยืดหยุ่นหากจำเป็นต้องเกิดขึ้น

สำหรับบุคคลที่ไม่สามารถเดินทางต่อไปได้จนกว่าจะสิ้นสุดการเดินทาง ไม่ว่าจะด้วยเหตุหรือในกรณีใดๆ ก็ตาม หรือ ในกรณีที่เที่ยวบินล่าช้า / ยกเลิกหลังจากสิ้นสุดการเดินทาง ท่านจะต้องรับผิดชอบค่าใช้จ่ายทั้งหมดของท่าน และโปรดทราบว่าท่านจะไม่มีสิทธิ์ได้รับเงินคืนสำหรับบริการ (เช่น โรงแรมการขนส่งเที่ยวบิน ฯลฯ) ที่รวมอยู่ในแพ็คเกจที่คุณไม่ใช้ในภายหลัง

สำหรับที่พักทั้งหมดบนภูเขา หรือบ้านพักแบบท้องถิ่น ห้องพักรวมจะเป็นแบบ เตี้ยงคู่/ห้อง แบบเตี้ยงสามหรือสี่เตี้ยง/ห้อง ถ้าคุณต้องการห้องเดี่ยว โปรดแจ้งให้ทางเรารทราบ และจ่ายเงินเพิ่มสำหรับผู้ต้องการพักเดี่ยว ใดๆก็ตามมีสถานที่หลายแห่งบนเขาที่ไม่มีเตี้ยงเดี่ยว



หมายเหตุสำหรับเที่ยวบินลูกลา:

เที่ยวบิน จาก กาฐมาณฑุ-ลูกลา-กาฐมาณฑุ มักเกิดความล่าช้า โดยการเลื่อนออกไปของเที่ยวบิน เนื่องจากสภาพอากาศไม่อำนวย ซึ่งการเลื่อนออกไปนี้ อาจจะไม่กี่ชั่วโมง หลายชั่วโมง หรือแม้แต่นอกเที่ยวบิน ในกรณีดังกล่าว คุณจะต้องเตรียมตัวสำหรับการเสียเวลา ในการรอที่สนามบิน และ สำรองวันหยุด ประมาณ 1-2 วัน ในการยืดออกไปของโปรแกรม ในการกลับสู่เมืองกาฐมาณฑุ

สำหรับกรณีที่มีการเลื่อน หรือ ยกเลิกเที่ยวบินในวันเริ่มต้น ของโปรแกรมการเดินทาง ทางบริษัทจะรีบดำเนินการอย่างดีที่สุด ในการจัดหาเที่ยวบิน เที่ยวบินถัดไป หรือเมื่อจำนวนวันในการเดินทางของท่าน ไม่พอ ท่านสามารถเลือกแพคเกจการเดินทางในเส้นทางอื่นแทน เช่น อันนาปุระเบสแคมป์, ลังตัง หรืออื่นๆ หากกรณีที่มีการยกเลิกเที่ยวบิน หลังจากเสร็จสิ้น การเดินทางแล้ว คุณจะต้องรับผิดชอบค่าใช้จ่ายส่วนตัวที่เกิดขึ้นทั้งหมด (เช่น ค่าโรงแรมที่พัก ค่าอาหาร และ ความจำเป็นส่วนตัวอื่นๆ) โปรดทราบว่าท่านจะไม่ได้รับสิทธิ์ในการคืนเงินสำหรับการให้บริการ ใด ๆ ที่รวมอยู่ในแพคเกจที่คุณยังไม่ได้ใช้ในภายหลัง