



**HPD „Zagreb-Matica“ Sekcija društvenih izleta  
NAJAVLJUJE**

# **HIMALAJA - TREKKING MT. EVEREST BASE CAMP STUDENI 2020.**

**TREKKING** je višednevna planinarska hodnja, van urbanih sredina, obično u daleke zemlje.

**KOME JE NAMIJENJEN OVAJ TREKKING?:** Planinarima svih uzrasta, u dobroj kondiciji, koji se ne ustručavaju dugog hodanja i koji žele svoje planinarsko iskustvo okruniti usponom u najviše gorje na svijetu. Poteškoće su hladnoća i visina, no uz dobru obuću i odjeću, pažljivo i disciplinirano provedenu aklimatizaciju te vedar duh, sve je savladivo.

**KOJA JE TEŽINA USPONA?:** Hoda se isključivo po planinarskom putu (izgrađenom za himalajske nosače; sl. 3), nema saji ni stijena, pokoji viseći most (sl. 4), ev. par cm snijega u najvišem dijelu. Hoda se između pet i osam do devet sati svaki dan.

**GDJE SE SPAVA?:** Spava se isključivo u planinarskim kućama, tj. „lođama“, najčešće u dvokrevetnim sobama (u krevetu). Dakle nema šatora, ni karimata, iako doduše nema ni grijanja (sl. 5,6,8).



**ŠTO ĆEMO SVE OBIĆI?:** Kathmandu (tipična azijska prijestolnica sa palačama, hramovima i rikšama, sl.2), aerodrom u Lukli (2840m, gdje avioni slijeću uzbrdo, a uzlijeću nizbrdo), Namche Bazaar (3445m, planinarska prijestolnica svijeta u čudesnom amfiteatru u srcu Himalaja, sl.5), Tengboche (3860m, samostan na najljepšem mjestu svete doline Khumbu), pogled će nam skretati na Ama Dablam (6812m, najljepši vrh na svijetu, sl.6) i južnu stijenu Lhotsea (sa skoro 4km najvišu stijenu na svijetu, sl.7), Ghorak Shep (5165m, najviša planinarska kuća na Himalaji, u kojoj ćemo spavati, sl.8), Kala Pattar (5545m, sl.8, najviša točka našeg putovanja sa moćnim Everestom na dohvat ruke, udaljen samo 9,2km, kao npr. od Kraljičina zdenca do Lisinskog, sl.1), Everest Base Camp (5300m, od kuda kreću ekspedicije na sam vrh, najdalja točka našeg trekkinga, sl.9).

**CIJENA:** Cijena i detaljan plan putovanja biti će objavljeni najkasnije do svibnja 2019., a cijena avionskog prijevoza najkasnije do prosinca 2019. Prijave će se primati do kraja 2019., zbog kompleksne organizacije i cijena. Prijavite se zato što prije.

**VODIČI (informacije i pretprijave):** Tonči Grgasović, planinarski vodič A kategorije, obišao samostalno čitavo područje na koje idemo, email: [tgrgasovic@gmail.com](mailto:tgrgasovic@gmail.com), tel: 098658882

Nenad Igrc, planinarski vodič A i D kategorije, email: [nenoiigr@gmail.com](mailto:nenoiigr@gmail.com), tel: 0989069066