



Baruntse

EXPEDITION

Pokyny a informácie k expedícii BARUNTSE (7129m)



BARUNTSE (7129m),

prekrásny snežný vrchol, ktorý sa nachádza vo východnom Nepále v národnom parku Sagarmata a Barun. Je obklopený najznámejšími a najvyššími vrchmi na svete Mt. Everestom, Lhotse, Makalu a Ama Dablamom

Tento symetrický snehový vrch na severnom konci údolia Hinku, ma štyri hrebene a štyri vrcholy. Na východe je ohraničený Barunským ľadovcom, na juhu ľadopádcom Hinku. Na severo-západe je to ľadovec Imja. Tri hlavné hrebene sú situované medzi týmito ľadovcami

Na vrchol prvýkrát vystúpili Colin Todd a Geoff Harrow juhovýchodným hrebénom v roku 1954.

Základná informácia

Termín: jar 2012 (cca 27.apríl - 30.máj)

Počet účastníkov: minimálne 4 osoby

Expedícia je určená pre: zdatných vysokohorských turistov a horolezcov

Cena : 4900 Eur (pre 4-5 účastníkov), 4600 Eur (6-7 účastníkov) + letenka podľa aktuálnej ponuky (cca od 800 – 1000 Eur)

Rámcový program

1.-2.deň: Doprava letecky z Európy do **Káthmandu** (Nepál)

3.-4.deň: Oddych v **Káthmandu**, príprava na expedíciu, drobné nákupy, administratíva.

5.-12.deň: Letecký presun do **Lukly**, začiatok pochodu do BC pod Baruntse. Prechod cez sedlo **Zatrwala** do oblasti **Mera Peakov**, výstup do sedla **Mera La** v prípade ideálnych podmienok aj aklimatizačný výstup na vrchol **Mera Peaku**, prechod cez údolie **Hinku** až do základného tábora pod **Baruntse**

13.-22.deň: Postavenie dvoch postupových táborov vo výške 5700 a 6500 metrov, zabezpečenie výstupovej trasy fixnými lanami a pokus o výstup na samotný vrchol **Baruntse**

23.-28.deň: Návrat do **Lukly** a odlet do **Káthmandu**

29.-30.deň: V prípade záujmu návšteva historických pamiatok v **Káthmandu**, Opičí chrám - **Swayabunáth**, stupa **Budhanát** (UNESCO), najposvätejší hinduistický chrám **Pashupatináth**, námestie **Durbar Square**, nákupy a zaslúžený oddych.

31.deň: Odlet do Európy



Foto z Mera Peaku

Pokyny a informácie k expedícii BARUNTSE (7129m)

Čo JE zahrnuté v cene

- transfer letisko – hotel a spáť
- 5x hotel v Kathmandu,
- letenka Kathmandu / Lukla / Kathmandu
- expedičné kargo cca 45 kg na hlavu
- nosiči na treku (počet podľa aktuálnej potreby)

- **trek do BC** - ubytovanie v miestnych lodgiach a stanoch
- strava počas treku - (3x denne), prevarená voda na čaj podľa potreby

- **kompletný servis** v BC a ABC (kuchynský a spoločenský stan, kuchár, pomocník, 3x denne strava v ABC, stan a spacia podložka pre každého účastníka samostatne, WC stan,

- **vybavenie výškových táborov** – expedičné stany „North Face V25“ (pre 2-3 osoby), karimatky, snežné kotvy, variče, plyn a nádoby na varenie

- **materiál na zabezpečenie výstupovej trasy** – fixné laná, ľadovcové šroby, osmy + HMS, jumar „šplhadlo“, lezecké karabíny

- **potraviny vo výškových táboroch** (dehydrované potraviny, polievky, sladené mlieka, čaje, ... dohodneme podľa chuti)

- všetky poplatky a formality v Nepále súvisiace s expedíciou (permit za kopec, vstup do národného parku Barun – Makalu, garbage deposit)
- zabezpečenie styčného dôstojníka (Liaison Officer's) - plat, poistenie, strava, ubytovanie, materiálno technické vybavenie)
- satelitný telefón pre potreby leteckej záchrany; pri použití vlastnej SIM karty – sat. telefón k dispozícii
- slovenský sprievodca, ktorý od BC pôsobí a zúčastňuje sa ako poradca pri výstupe
- bakšiš (pre náš expedičný presonal)



Ubytovanie v jednoduchej lodgii



Expedičné stany

Čo NIE JE zahrnuté v cene

- individuálna doprava na a z letiska v Europe
- víza do Nepálu (kupujú sa priamo na letisku, 50 USD)
- hotel v Kathmandu nad rámec 5 nocí (príp. 6 – 7 noc)
- nadváha batožiny do lietadla
- raňajky, obed a večera počas pobytu v KTM
- minerálna voda, alkoholické a nealkoholické nápoje

- **osobná strava vo výškových táboroch** (osobné špeciality napr. slaninka, oškvarky, klobásky, kalorické bomby, vitamínové koncentráty ...), lyžička !!

- **poistenie** (ideálne je OEAV s exp.příplatkom nad 6000m, prípad záchrany vrtulníkom)

- niektoré nadštandardné služby (osobný výškový nosič, kyslíkový prístroj)

- ďalšie služby v priebehu celého pobytu (telefón, internet, dobíjanie baterii v lodgach)

Čo MUSÍ MAŤ vlastné každý účastník !!!

Na spanie je potrebný kvalitný spací vak (komfort -15 až mínus 25 stupňov celzia), 2 ks spací „páperový“ vak (spacák) ... jeden v BC, druhý vo výškových táboroch aby sa nemuseli zbytočne prenášať.

Osobná lezecká a výšková výstroj a výzbroj (da sa dokúpiť v KTM) :

- lezecký uväzok
- výškové topánky (alebo „dulpexy“ skeletové s výškovou gamašou)
- trekkingové boty počas prístupového treku
- turistický cepíny, prilba (podľa uváženie), teleskopické paličky

Oblečenie

- páperový komplet (bunda + nohavice alebo kombinéza) (dá sa dokúpiť v KTM)
- goratexový komplet (bunda + nohavice)
- windstoperovy alebo softshelový komplety (bunda + nohavice) (da sa dokúpiť v KTM)
- fleecové oblečenie (dá sa dokúpiť v KTM)
- rukavice (viac druhov) – paperové (palčiaky), windstoperové
- páperové papuče (dá sa dokúpiť v KTM)
- ponožky – viac druhov (pri zvlhnutí vymeniť za suché – prevencia na omrzliny)
- ruška na tvár (jednoduchá na trek, fleecová do výšok), kukla
- osobné funkčné spodné prádlo, množstvo podľa potreby (do extrémnych podmienok !!!)

Nesmiete zabudnúť na slnečné okuliare s vysokým UV faktorom na hory !!!

- lieky pre svoju osobnú potrebu !!!
- osobná hygiena (za poplatok v lodgiach sa da počas treku osprchovať v teplej vode)

- čelovka a náhradné batérie sú samozrejmosťou, takisto ako náhradné batérie do fotoaparátov, vreckový nožik

V nižších polohách a v Káthmandu využijeme aj krátke nohavice a tričká s krátkymi rukávami a sandále alebo tenisky

Pokyny a informácie k expedícii BARUNTSE (7129m)

Stravovanie

Stravovanie počas pobytu v Káthmandu nie je zahrnuté v cene. Jedlo je v Nepále lacnejšie ako u nás, hlavné teplé jedlo už od 1 eura. Jedlo je neuveriteľne chutné, občas sa nám môže zdať silne okorenené. Stravné počas pobytu v Káthmandu bude vychádzať cca 5 až 10 EUR/deň.

Počas prístupového treku do BC a počas pobytu v ňom je zabezpečená kompletná strava 3 krát denne plus teplé nápoje podľa potreby.

Na dosýtenie doporučujeme dovieŕť zo Slovenska niekoľko kusov údených syrov prípadne klobás alebo slaniny, upozorňujeme ale že musia byť údené a zabalené vo vákuových igelitových obaloch.

V Káthmandu a väčších osadách je nevhodné piť vodu z vodovodu, najbezpečnejšia je balená minerálna voda, ktorá sa dá kúpiť úplne všade (v každej lodgii) od 0,1 do 1 Eura.

Počas treku a pobytu v BC nám naši kuchári prevaria dostatočné množstvo vody na pitie.

Odporúčame vyvarovať sa konzumovaniu sladkostí predávaných na ulici, umývať ovocie vodou z verejného vodovodu, **nepiť** nápoje s ľadom.

V turistických centrách a na treku je tak isto možnosť nákupu alkoholických nápojov, piva, vína a miestnych destilátov. Alkohol, hlavne pivo je podstatne drahšie ako u nás fľaša 0,66 litra cca 200 až 400 rupií (cca 2 až 4 EUR).

Vo výškových táboroch si už budeme variť jedlo a pitie z našich zásob (tie sú v cene)



Ubytovanie

V Káthmandu bude ubytovanie v jednoduchých cestovateľských hoteloch európskeho štandardu v dvoj lôžkových izbách s vlastným WC a sprchou. Počas prístupového treku do BC sa budeme musieť uskromniť, ubytovanie bude v jednoduchších hotelíkoch tzv. lodgiach väčšinou takisto v dvoj lôžkových izbách vo vlastných spacích vakoch, vo výnimočných prípadoch aj pod stanom.

Sprchovanie teplou vodou bude na treku takisto možné. Za príplatok cca 100 až 300 rupií (1 až 3 EUR) Vám bude zohriata voda ktorou sa môžete osprchovať v miestnosti na to určenej. Pozor neočakávajte luxus európskych kúpeľní!!!

V BC bude mať každý účastník samostatný stan a podložkou na spanie.



Doporučené vybavenie OSOBNÉJ Iekárničky

Krém na opaľovanie (s vysokým UV filtrom), balzam na pery (detto)

Lieky proti hnačke: čierne uhlie, SMECTA, Reasec (odporúčame – pozor je výlučne na predpis)

Proti bolestiam: Ibuprofen

Proti zvýšenej teplote: Paralen, Acylpyrín

Na povrchové poranenia: Framykoín zäsyp, Seprenex spray, 2 ks obväzu, náplasti na otlaky

Proti alergickej reakcii: Dithiadén

Vhodné sú aj očné kvapky.

Užívanie antibiotík je vhodné konzultovať s praktickým lekárom. Tí, ktorí trvalo užívajú nejaké lieky, doporučujeme aby si tieto lieky vzali so sebou v dostatočnom množstve.

Zdravotnícke zariadenia sú na úrovni chudobnej krajiny tretieho sveta. **Lekárne** sú však dobre vybavené. **Súkromné zdravotnícke zariadenia** majú prijateľnejšiu kvalitu - vyžadujú však zaplatenie lekárskeho služieb hneď po ich poskytnutí preto je vhodné mať pri sebe hotovosť. Pri obmedzenom množstve finančných prostriedkov je možné požiadať o ošetrovanie v štátnych nemocniciach, avšak ich úroveň zďaleka nedosahuje európsky štandard. **Bezplatné je ambulantné ošetrovanie** (prvá pomoc), za ošetrovanie a predpísané lieky sa musí zaplatiť. Lieky sú však relatívne lacné.

Doporučujeme vziať so sebou veľké množstvo šumivých multivitamínov, šumienok, šumivých nápojov TANG a pod. na ochutenie vody na treku, nakoľko vo veľkých výškach je nevyhnutné vypiť minimálne 4 litre tekutín denne.

Pokyny a informácie k expedícii BARUNTSE (7129m)

Užitočné informácie

Odporúčané vreckové:

Vreckové to je veľmi individuálna záležitosť, no odporúčame cca 350 – 500 EUR v hotovosti.

Kreditné karty: bez problémov sú prijímané hlavné typy (Visa, Mastercard), vždy je však dobré informovať sa dopredu, či je možné danou kartou platiť.

Bankomaty: nachádzajú sa vo väčších mestách v Káthmandu. Pozor v Lukle nie je bankomat !!!

Aktuálny kurz: 1,- EUR je cca 100 nepálskych rupií. USD neodporúčame.

Počasie:

Podnebie je horúce (v Káthmandu cez deň aj 30 stupňov celzia), na treku s pribúdajúcou nadmorskou výškou sa bude postupne ochladzovať.

Cez deň očakávame teploty od 5 do 15 stupňov Celzia v závislosti od nadmorskej výšky a slnečného žiarenia, večer po západe slnka a v noci, zvlášť vo vyšších polohách treba rátať s prízemnými mrazmi. až do – 10 stupňov Celzia.

Pri výstupe na Baruntse treba rátať s dennou a nočnou teplotou -5 až -30 stupňov celzia.



Prechod cez sedlo Mera La

Fotografovanie:

Fotografovať môžete kdekoľvek s výnimkou dôležitých zbrojových podnikov a ďalších strategických stavieb či zariadení, napr. mosty, letiská, kasárne, elektrárne a pod.

V niektorých chrámoch a historických pamiatkach je fotografovanie taktiež zakázané, upozornia Vás na to miestny sprievodcovia a nápisy a tabule zo zákazom fotografovania.

Pri fotografovaní ľudí je potrebné si najskôr vypýtať súhlas fotografovanej osoby, v niektorých prípadoch treba rátať s tým že si fotografovaná osoba bude pýtať za fotografovanie peniaze.

V Nepále nie je problém zakúpiť do fotoaparátov pamäťové karty SD aj XD a takisto si dať po treku vyvolať fotografie.

Roaming:

Od roku 2011 má s Nepálom roamingovú zmluvu zatiaľ iba operátor ORANGE.

Budeme mať k dispozícii nepálsky mobilný telefón, s ktorého bude možné aj počas niekoľkých dní na treku poslať na Slovensko SMS správu, prípadne uskutočniť krátky hovor.

V prípade núdze v miestach bez telefónneho signálu budeme mať k dispozícii satelitný telefón THURAYA.

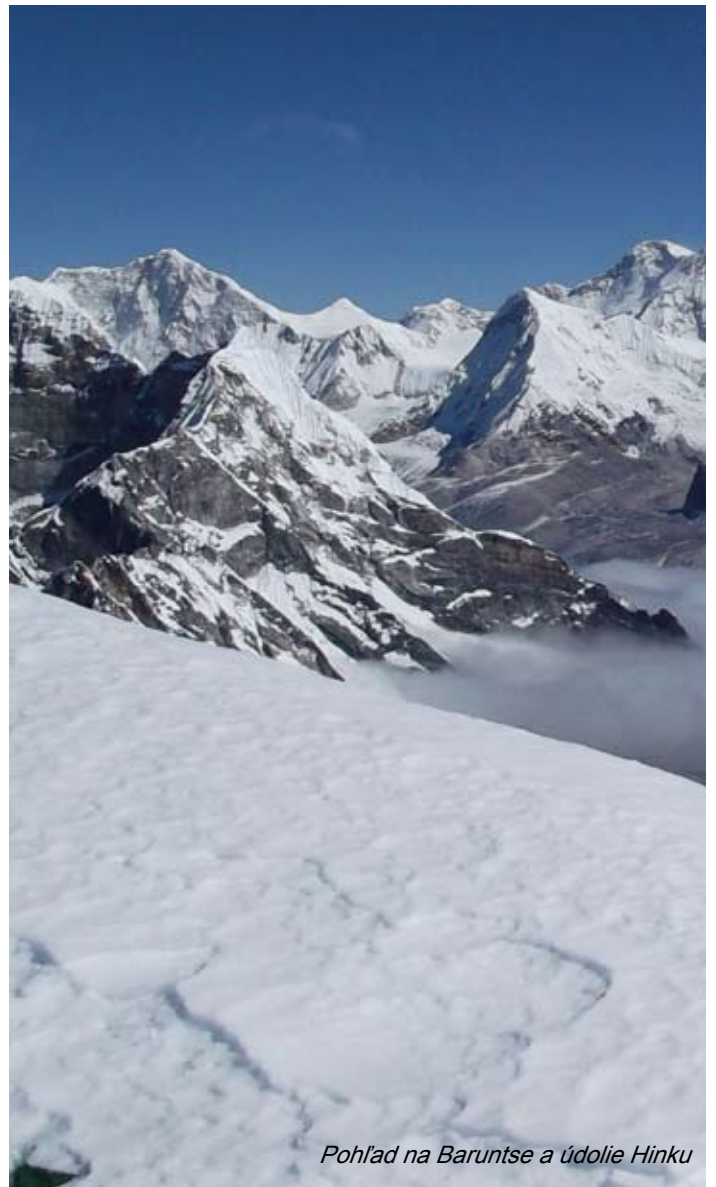
Internetové spojenie:

V mestách a v turistických strediskách je množstvo internetových kaviarní (+ množstvo Wi-Fi možností), s ktorých nie je problém sa spojiť s domovom a poslať e-mail.

Treba rátať s tým že na našom treku a pobyte v BC a na kopci nebudeme mať možnosť spojenia cez mobilnú sieť iba cez satelit.

Elektrické napätie i zásuvky sú rôzne, ale vždy aspoň jedna rovnaká ako u nás, nebudete teda potrebovať žiadne špeciálne zariadenia alebo adaptéry na nabíjanie mobilu, prípadne fotoaparátu.

Na treku v miestnych chatách je takisto možnosť dobitia bateriek elektrikou zo solárnych panelov a malých vodných elektrární, domáci si niekedy účtujú poplatok za nabíjanie 100 až 300 rupií (cca 1 až 3 EUR).



Pohľad na Baruntse a údolie Hinku

Pokyny a informácie k expedícii BARUNTSE (7129m)

Kontakty v Nepále

Slovenská ani Česká ambasáda sa v Nepále nenachádza, najbližšia je až v Dillí v Indii, v Káthmandu je ale slovenský konzulát prístupný aj českým občanom:

Mrs. Zdenka Karky,
Jawalakhel, G.P.O. Box 3664,
tel: 00977/1/521730,
fax: 00977/1/535142
e-mail: kathmandu@honorary.mzv.cz

Slovenská ambasáda v New Delhi:
50-M, Niti Marg,
Chanakyapuri, 110 021 ,
India
Phone: +91 - 11 / 2688 9071, 2611 1075
Fax: 91 - 11 / 2687 7941
E -mail: slovakia@vsnl.com

Honorárny konzulát:
N.K.M. International House 178
Backbay Reclamation,
Babubhai M. Chinai Marg,
Marine Drive Mumbai
PSC: 400 020
India
Telefón: 0091 22 / 2283 8293/94/95
Fax: 0091 22 / 2283 8291
E -mail: amitc@mazdacolours.com

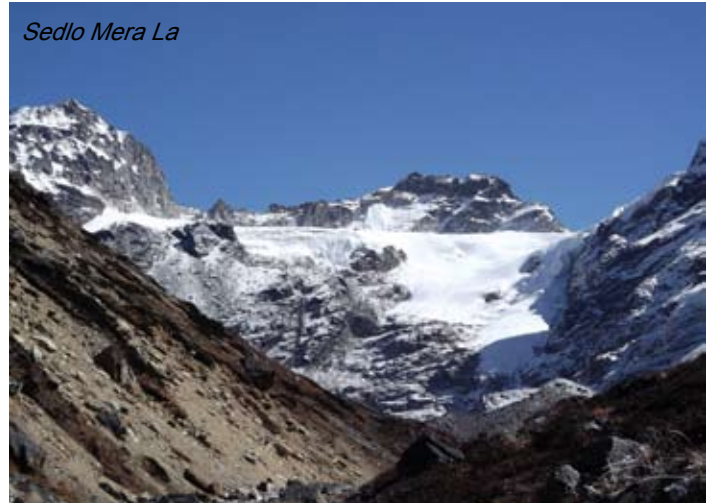
Poistenie

Keďže v cene expedície nie je individuálne cestovné poistenie, doporučujeme Vám sa podľa Vášho uváženia poistiť minimálne štandardným cestovným poistením do zahraničia (svet).

Výborné a osvedčené je poistenie členstvom v **ra-kúskom alpskom klube Alpenverein** s doplnkom na expedície nad 6000 metrov (55 EUR + doplatok, platí na celý rok, možnosť objednania na stránke www.hory.sk)

Poistenie zahrnujúce záchrannú činnosť a zvoz vr-tuľníkom je povinné, inak sa neberie zodpovednosť za účast-níka !!!!

Sedlo Mera La



Tábor C1



Pohľad z C1 do C2



Tábor C2



Pohľad C2 na vrcholovu časť Baruntse

Pokyny a informácie k expedícii BARUNTSE (7129m)

Detailný časový itinerár

1 deň	Odlet z Európy	
2 deň	Príchod do Kathmandu, transfer do hotela	Hotel
3 deň	Kathmandu	Hotel
4 deň	Kathmandu	Hotel
5 deň	Let do Lukly. Trek do Chutanga	Lodge
6 deň	Trek Tuli Karka	Lodge
7 deň	Trek do Kothe	Lodge
8 deň	Trek do Thangnak	Lodge
9 deň	Trek do Khare	Lodge
10 deň	Trek do Mera Peak Base camp	Tent
11 deň	Trek do Seto Pokhari camp	Tent
12 deň	Trek do Mt.Baruntse BC	Tent
13 deň	Lezenie na Baruntse	Tent
14 deň	Lezenie na Baruntse	Tent
15 deň	Lezenie na Baruntse	Tent
16 deň	Lezenie na Baruntse	Tent
17 deň	Lezenie na Baruntse	Tent
18 deň	Lezenie na Baruntse	Tent
19 deň	Lezenie na Baruntse	Tent
20 deň	Lezenie na Baruntse	Tent
21 deň	Lezenie na Baruntse	Tent
22 deň	Lezenie na Baruntse	Tent
23 deň	Trek do Seto Pokhari camp	Tent
24 deň	Trek do Mera Peak Base camp	Tent
25 deň	Trek do Khare	Lodge
26 deň	Trek do Kothe	Lodge
27 deň	Trek Tuli Karka	Lodge
28 deň	Trek do Lukly	Lodge
29 deň	Let do Kathmandu	Hotel
30 deň	Kathmandu	Hotel
31 deň	Odlet do Európy	



Doklady a colné informácie

Na cestovanie do Nepálu potrebujete cestovný pas platný ešte minimálne 6 mesiacov od vstupu do Nepálu, v ktorom musíte mať minimálne dve voľné dvojstránky. Víza sa kupujú priamo na letisku v Káthmandu, treba mať pripravených 40 USD v hotovosti a jednu fotku pasového formátu.

Potvrdenie o očkovaní sa nevyžaduje. Turista môže dovieť cudziu menu až do výšky 10 000,-USD alebo ekvivalent v inej mene v hotovosti. Vyššiu čiastku je potrebné colne deklarovať pri vstupe. Výška dovážanej cudzej meny v cestovných šekoch nie je obmedzená.

Turisti môžu bezcolne dovieť tovar určený na osobnú spotrebu alebo na darčeky, v tejto sume je zahrnutých 200 kusov cigariet alebo 50 cigár a 1 liter alkoholických nápojov. Turisti bez tovaru na preclenie môžu využiť zelené pásmo, ostatní červené pásmo.

Okrem fotiek na víza je nutné mať so sebou ďalšie 7 ks fotografií pasového formátu na trekingové povolenia, 2 krát prefotenú stránku z cestovného pasu (stránka s vašimi údajmi a fotkou), 50 USD v hotovosti na nepálske víza, 2 krát prefotené kartičky poistenia.



Pokyny a informácie k expedícii BARUNTSE (7129m)

Orientačná mapa



Financie

Termín: jar 2012 (cca 27. apríl - 30. máj)
Cena : 4900 Eur (pre 4-5 účastníkov), 4600 Eur (6-7 účastníkov)
+ letenka podľa aktuálnej ponuky (cca od 800 – 1000 Eur)

Číslo účtu: **5024788042 / 0900**

Záloha na letenku: ihneď po stretnutí
Zbytok financii uhradiť do 29.2.2012

Kontakt

ŠTRBA Vladimír
Hodonínska 15, 908 51 Holíč

Tel.č.: + 421 910 905 673
Thuraya: + 88 21 65 20 72 853

Mail: vladostrba@8000.sk