



## EVEREST 8,848 M EXPEDITION SPRING 2023

قله اورست ارتفاع ۸۸۴۸ متر، هیمالیا

کشور مقصد: نپال

مدت برنامه: ۶۵ روز

نوع برنامه: کوهنوردی حرفه ائی کار با برف و یخ

فصل برنامه: بهار

تاریخ حرکت: ۹ فروردین ماه ۱۴۰۲

مهلت ثبت نام: ۱۲۰ الی ۹۰ روز قبل از تاریخ حرکت

درجه سختی صعود: 4E UIAA

نوع خدمات: فول سرویس با خدمات با کیفیت تا قله

اطلاعات: ۳ صفحه

روز شمار برنامه

**روز اول:** پرواز از تهران بسوی یک از کشورهای همجوار سپس پرواز به کاتماندو و استقبال از تیم، اقامت در هتل، ارتفاع ۱۳۲۰ متر

**روز دوم و سوم:** تدارکات برنامه و انجام کارهای اداری و استراحت، اقامت در هتل

**روز چهارم:** صبح زود ترانسفر به فرودگاه و پرواز به لوکلا و ملاقات با شریا و باربرها سپس پیمایش تا فکدینگ ۲۶۱۰ متر و اقامت در لوج ۲/۵ ساعت

**روز پنجم:** بعد از صرف صبحانه آغاز پیمایش و تماشای مناظر زیبا از قله اطراف بسوی نامچه بازار ۳۴۵۰ متر و اقامت در لوج ۶ ساعت

**روز ششم:** روز هم هوایی و گردش در نامچه بازار و اقامت در لوج

**روز هفتم:** بعد از صرف صبحانه آغاز پیمایش بسوی تنگبوچه یا پنگبوچه ۳۹۸۵ متر اقامت در لوج ۶ ساعت

**روز هشتم:** بعد از صرف صبحانه آغاز پیمایش بسوی دینگبوچه به ارتفاع ۴۳۶۰ متر اقامت در لوج ۶ ساعت

**روز نهم الی سیزدهم:** روز هم هوایی و گردش در دینگبوچه و اقامت در لوج

**روز چهاردهم:** بعد از صرف صبحانه آغاز پیمایش بسوی لوبوچه به ارتفاع ۴۹۳۰ متر اقامت در لوج ۶ ساعت

**روز پانزدهم:** بعد از صرف صبحانه آغاز پیمایش بسوی کمپ اصلی اورست به ارتفاع ۵۳۶۴ متر شیمانی در چادر ۵ ساعت  
**روز شانزدهم الی هیجدهم:** روز استراحت و آماده کردن تجهیزات صعود شیمانی در چادر  
**روز نوزدهم الی پنجاه و هفتم:** صعود اورست با هم هوایی های مربوطه در مسیر صعود اورست  
**روز پنجاه و هشتم:** تمامی نفرات برگشت به کمپ اصلی و جمع آوری تجهیزات و پاکسازی محیط کمپ اصلی  
**روز پنجاه و نهم الی شصت و یکم:** برگشت بسوی نامچه بازار از طریق دینگبوچه و تیانگبوچه شیمانی در لوج  
**روز شصت و دوم:** پیمایش بسوی لوکلا و شیمانی در لوج  
**روز شصت و سوم:** پرواز بسوی کاتماندو و ترانسفر به هتل  
**روز شصت و چهارم:** برگزاری جشن صعود در کاتماندو  
**روز شصت و پنجم:** ترانسفر به فرودگاه و پرواز به ایران  
 جهت اطلاع این روز شمار قطعی نیست بستگی به وضعیت آب و هوا و صعود دارد احتمالاً زودتر نیز به پایان برسد

### هزینه هر نفر در قالب فول بکیج

۲۸۰۰۰ دلار

#### خدماتی که شامل هزینه هستند

کلیه ترانسفرها از فرودگاه کاتماندو به هتل و بالعکس با ماشین خصوصی - اقامت در هتل چهار ستاره تاب در مرکز کاتماندو بمدت ۵ شب اتاق دو تخته فقط با صبحانه طبق روز شمار - پرواز داخلی به لوکلا و بالعکس، اقامت در مهمانکده و لوج های عالی بین راهی از لوکلا به کمپ اصلی و بالعکس - تدارکات سه وعده غذای کامل و متنوع با نوشیدنی گرم در مسیر ترکینگ بطور نامحدود - تدارک چادر برای اسکان در کمپ اصلی برای باربر و شرپاها و افسر رابط با زیرانداز - تدارک چادر مانتین هاردور مدل تی ۳ برای هر نفر یک چادر در کمپ اصلی با زیرانداز، کمپ اول، دوم، سوم با زیرانداز مخصوص ارتفاع، در کمپ چهارم یک چادر برای سه نفر - برای هر کوهنورد یک شرپای با تجربه - تدارکات غذایی در کمپ اصلی با تنوع بیشتر با نوشیدنی های گرم و سرد - تدارکات غذایی ارتفاع تا کمپ چهارم و قله - شش عدد کپسول اکسیژن ۴ لیتری با ماسک و رگولاتور نو - مجوز صعود قله اورست - مجوز پارک ملی ساگاراماتا - امکانات و تجهیزات برای افسر رابط در طول برنامه - حمل بار توسط باربرها و یا یک ها از لوکلا تا کمپ اصلی و بالعکس بطور نامحدود - تدارک چادر برای آشپزخانه و انباری - سیستم گرمایی برای چادر غذا خوری در کمپ اصلی - توالی و دوش در کمپ اصلی - بیمه حوادث برای آشپز و کمک آشپز و دیگر پرسنل کمپ اصلی - آشپز و کمک آشپز، تجهیزات آشپزخانه - میز و صندلی در کمپ اصلی - پنل سولار برای روشنایی و ژنراتور برای شارژ باتری دوربین و غیره در کمپ اصلی - ودیعه برای اکولوژی - پرداخت هزینه سهم طناب ثابت در خومبو به اتحادیه کوهنوردی نپال - هزینه ویزیت از پزشک کمپ اصلی خومبو - حمل اجاق و سوخت و غذا چادر و زیرانداز ارتفاع توسط شرپا، بیسیم برای کوهنوردان و شرپاها - تلفن ماهواره ای برای مواقع ضروری - مهمانی شام هنگام ورود و در پایان برنامه با موزیک سنتی بطور زنده توسط شرکت نپالی، کیسه بار هدایی از طرف شرکت نپالی، هدیه سیم کارت نپال

#### خدماتی که شامل هزینه نیستند

بلیت هواپیما تقریباً ۲۵ الی ۳۵ میلیون تومان - عوارض خروج از کشور - ویزای نپال ۵۰ دلار - هزینه تست کرونا هنگام رفت و برگشت در صورت نیاز - تنقلات از ایران - مکالمات تلفنی، خشکشویی و هزینه های شخصی - انعام شرپا جهت صعود قله ۱۲۰۰ دلار تا ۱۵۰۰ دلار متغیر و توافقی می باشد انعام تمامی پرسنل کمپ اصلی ۲۰۰ دلار بوده البته قابل توافق می باشد، حمل بار کوهنورد بین کمپ ها ملزم به پرداخت هزینه مازاد با توافق طرفین، بیمه حوادث و مسافرتی بین المللی پوشش تا سقف ۵۰۰۰۰ یورو - اضافی بار هواپیما بیش از ۳۰ کیلوگرم موقع رفت و برگشت از نپال هر کیلو ۱۲ دلار - اقامت مازاد در کاتماندو - ناهار و شام در کاتماندو هر وعده ۵ الی ۷ دلار - استفاده از مینی بار در اتاق هتل، مصرف هرگونه نوشیدنی بطری شده از لوکلا تا کمپ اصلی و بالعکس - وای فای در لوج ها - هزینه پرداخت اینترنت در کمپ اصلی، دارو و لوازم کمکهای اولیه فردی، هزینه هرگونه امداد رسانی شامل: هلیکوپتر، تیم امداد، پزشک، بیمارستان، دارو و غیره

اعلام زمان انصراف	۶۰ روز مانده به زمان پرواز	۴۵ روز مانده به زمان پرواز	۳۰ روز مانده به زمان پرواز	۲۰ روز مانده به زمان پرواز	۱۰ روز مانده به زمان پرواز	کمتر از ده روز مانده به زمان پرواز
هزینه غرامت برای هر نفر	۱۵ میلیون تومان	۲۵ میلیون تومان	۳۰ میلیون تومان	۴۰ میلیون تومان	۵۰ میلیون تومان	پیش پرداختی قابل برگشت نخواهد بود

### تجهیزات لازم برای صعود: ضمناً تاکید میشود تمامی تجهیزات ذکر شده حتماً قبل از اعزام کنترل گردد.

۱- کوله پشتی بزرگ و راحت جهت حمل تجهیزات شخصی هنگام صعود ۲- کیسه خواب پرفو (یکعدد ۴۵- درجه زیر صفر یا بیشتر جهت کمپ های بالا و یکعدد ۲۵- یا ۳۵- درجه زیر صفر برای شبمانی در کمپ اصلی) ۳- کفش سه پوش سالم ۴- کفش کوهپیمایی نیمه سبک ۵- عینک طوفان و آفتابی از نوع یو وی اصل ۶- تبر یخ کوتاه با بند اطمینان قابل تنظیم ۷- باتوم تلسکوپی خارجی از نوع عالی یک جفت دارای گل برف ۸- کاپشن و شلوار گرتکس ۹- گتر دوپوش زیپدار ۱۰- گرامپون فیکس دار با بند اطمینان دراز جهت راحت سفت کردن ۱۱- صندلی صعود قابل رکلاچ راحت نسبت به سایز کمر از روی پوشاک ضخیم پر قو ۱۲- کارابین پیچ دار سه عدد ۱۳- یومار با تسمه مربوطه یک عدد و لنیارد دو کارابینه ۱۴- سه عدد اسلینگ ۱۵- کلاه پشمی و یا پلار و طوفان و کلاه آفتابی و دستمال گردن ۱۶- دستکش دو انگشتی الیاف گرتکس و یا پر قو از نوع عالی ۱۷- دستکش پنج انگشتی پلار و ویند استوپر دو جفت ۱۸- جوراب پشمی خوب سه جفت ۱۹- کلاه کاسک ۲۰- کاپشن و شلوار پر قو ضخیم (لباس پر قو ضخیم ترجیحاً کمپلت) ۲۱- جوراب پرفو ۲۲- قمقمه و فلاکس ۲۳- مسواک/ خمیردندان/ حوله صورت و حمام ۲۴- لباس بیس دو دست ۲۵- بلوز و شلوار پلار ۲۶- چراغ پیشانی با باتری یدکی ۲۷- دوربین عکاسی و یا فیلمبرداری با باتری و کارت مموری یدکی ۲۸- کرم آفتاب و داروهای ضروری انفرادی ۲۹- کوله ۴۰ لیتری جهت حمل وسایل بهداشتی شخصی و دوربین و غیره تا کمپ اصلی و بالعکس ۳۰- زیرانداز انفرادی ۳۱- صابون و یا پودر رختشویی جهت شستشوی لباس های شخصی، کمکهای اولیه و داروهای شخصی ۳۲- دستمال مرطوب ۳۳- دستمال توالت ۴ بسته

### آمادگی لازم برای صعود:

۱- آماده گی روحی ۲- قدرت بدنی و فیزیولوژی خیلی خوب ۳- داشتن تخصص فنی بالا در روی شبیهای برف سفت توام با یخ ۴- صعود با یومار و فرود با ابزار در یخچالهای شیب دار و دهلیز سنگ و یخ بر روی طناب ثابت ۵- داشتن تجربه صعود قله ۷۰۰۰ متری و یا صعود های طولانی مدت زمستانی و دشوار در ایران ۶- داشتن آموزش های لازمه برای راه رفتن و صعود با گرامپون در شبیهای مختلف و استفاده بهینه از کلنگ کوهنوردی و یومار ۷- آمادگی لازم برای حمل بار شخصی حداکثر تا ارتفاع ۷۸۰۰ متر به وزن ۱۲ الی ۱۸ کیلوگرم ۸- تمرینات لازم در ایران برای داشتن هم هوایی بهتر ۹- مهارت لازم جهت برپایی چادر در ارتفاعات بالا در هوای نا مساعد و استقامت در ارتفاع

### مدارک لازم جهت ثبت نام:

ارسال کپی رنگی از صفحه عکسدار گذرنامه، گذرنامه حداقل با ۶ ماه اعتبار از تاریخ حرکت، دو قطعه عکس سایز پاسپورت همراه آورده شود، کارت کارت واکسن حداقل دو دوز، فایل بیمه نامه، گواهی سلامت از پزشک بزبان انگلیسی با سربرگ رسمی، پیش پرداختی موقع ثبت نام به مبلغ ۲۰۰ میلیون تومان، که با این مبلغ بلیت هواپیما خریداری شده و مابقی جهت پیش پرداختی به شرکت نپال ارسال و از حساب ارزی شرکت کننده کسر خواهد شد، و مابقی در کاتماندو قبل از آغاز برنامه بصورت دلار نقداً دریافت خواهد شد.

موفق و کامیاب باشید

<https://azarkouh.com/mount-everest/>  
[azarkouh@gmail.com](mailto:azarkouh@gmail.com)