Narshing Chowk, Thamel, Kathmandu, Nepal
+977 9823621022 · info@mounteverestgo.com

# Everest dokumentar ekspedition – 21 dage

Rejseplan dag for dag

FRA
**US$2,990**
pr. person

| VARIGHED | MAKS. HØJDE | SVÆRHEDSGRAD | OMRÅDE | GRUPPESTØRRELSE |
|---|---|---|---|---|
| **21 dage** | **5,545 m** | **Svær** | **Everest-Regionen** | **Maks. 6** |

Dates, prices and booking online: https://mounteverestgo.com/da/rejse/everest-dokumentar-ekspedition/

## HØJDEPUNKTER



Omfattende 21-dages filmekspedition, der dækker alle større Khumbu-lokationer.



Three Passes (Renjo La, Cho La, Kongma La) plus Gokyo Lakes and Everest Base Camp.

- Filmvenligt hold med portører uddannet til at bære kameratasker sikkert.
- Solpanelladestationer ved høje lejre for kontinuerlig batteristrøm.
- Sherpa emneinterviews med engelsk oversættelse af vores guide.

## ITINERARY AT A GLANCE

| | | |
|---|---|---|
| **Dag 1** | Ankomst til Kathmandu | 1,400 m |
| **Dag 2** | Produktionsmøde før ekspeditionen | 1,400 m |
| **Dag 3** | Fly til Lukla & Trek til Phakding | 2,610 m |
| **Dag 4** | Trek til Namche Bazaar | 3,440 m |
| **Dag 5** | Akklimatisering i Namche | 3,880 m |
| **Dag 6** | Trek til Tengboche | 3,860 m |
| **Dag 7** | Trek til Dingboche | 4,410 m |
| **Dag 8** | Akklimatisering og vandretur til Nangkartshang | 5,083 m |
| **Dag 9** | Cross Kongma la til Lobuche | 5,535 m |
| **Dag 10** | Trek til Gorak Shep & Everest Base Camp | 5,364 m |
| **Dag 11** | Solopgang ved Kala Patthar | 5,545 m |
| **Dag 12** | Anden Kala Patthar Shoot & Base Camp | 5,364 m |
| **Dag 13** | Cross Cho La til Gokyo | 4,790 m |
| **Dag 14** | Sunrise at Gokyo Ri & Lake filmer | 5,360 m |

| | | |
|---|---|---|
| **Dag 15** | Cross Renjo La til Marlung | 4,210 m |
| **Dag 16** | Trek to Tham | 3,820 m |
| **Dag 17** | Trek til Namche | 3,440 m |
| **Dag 18** | Trek til Lukla | 2,840 m |
| **Dag 19** | Flyv til Kathmandu | 1,400 m |
| **Dag 20** | Post-produktionsmøde og sightseeing | 1,400 m |
| **Dag 21** | Endelig afgang | |

## STEDER DU BESØGER



**Kathmandu** 1,400 m

Kathmandu er hovedstaden i Nepal og porten til hver eneste trekkingregion - en UNESCOs verdensarvsdal med 7 monumentzoner, den eneste internationale lufthavn i landet...



**tengboche** 3,867 m

Tengboche er det åndelige hjerte i Khumbu - stedet for regionens største kloster og et af de mest ikoniske Everest-udsigtspunkter, indrammet af stupa- og...



**Everest Base Camp** 5,364 m

Everest Base Camp (Syd) er den ikoniske destination for den klassiske Everest Trek - en sæsonbestemt teltby på Khumbu-gletsjeren ved foden af det dødelige...



**Kala Patthar** 5,564 m

Kala Patthar (5.545m) er et lille bump på den sydlige højderyg af Pumori, der tilbyder den fineste solopgangsudsigt over Mount Everests top, der kan...



**gokyo** 4,790 m

Gokyo er en lille sæsonbestemt bosættelse ved siden af den hellige turkise Dudh Pokhari (Gokyo-søer) - destinationen for den vestlige Khumbus mest naturskønne alternative...

## INKLUDERET

• Alle afhentninger og fald i lufthavnen i privat køretøj
• Kathmandu Hotel (3 nætter, B&B) med velkomst- og afskedsmiddage
• Indenrigsflyvninger, hvor det er relevant for rejseplanen
• Al landtransport i privat køretøj
• Alle nødvendige tilladelser (TIMS, nationalpark, fredningsområde, begrænset område, hvor det er relevant)
• Tre måltider dagligt (BLD) under turen med te/kaffe
• tehus eller campingplads under turen
• Erfaren engelsktalende trekkingguide og assistentvejledning til grupper på 6+
• Porters (1 pr. 2 vandrere, 15 kg bagage) med fuld forsikring
• Sovepose, dunjakke og taske (refunderbart depositum)
• Førstehjælpskasse, pulsoximeter og nødilt
• Satellittelefon til nødkommunikation
• Alle offentlige og lokale skatter
• Filmvenligt hold med portører uddannet til kameraetuier
• Solar ladestandere ved høje lejre
• Dedikeret base camp ved Gorak Shep i 3 nætter
• Engelsk oversættelse til sherpa-emneinterviews
• Konsultation før ekspeditionen

**Tilladelser: vi ordner det hele**

• Sagarmatha National Park Entry Permit, Khumbu Pasang Lhamu Rural Municipality Entry Permit, TIMS Card. Dronetilladelser arrangeret separat efter anmodning.

## IKKE INKLUDERET

• International flybillet til og fra Kathmandu
• Nepal visumgebyr (USD 30 for 15 dage, USD 50 for 30 dage)
• Rejser og redningsforsikring i høj højde (obligatorisk)
• personligt trekking gear og tøj
• Varme brusere, Wi-Fi, opladning af enheder og alkoholholdige drikkevarer
• Frokost og middag i Kathmandu
• Tips til guide, porter og chauffør (anbefalet 10-15% rejsepris)
• Omkostninger fra uforudsete begivenheder (vejr, flyforsinkelser, ruteændringer)
• kamera og lydudstyr
• Dronetilladelser (USD 500-1000, hvis det kræves)
• Helikopterudvinding (valgfrit, USD 2000-3000)

## HELE REJSEPLANEN

### 01 Ankomst til Kathmandu

**Højde over havet:** 1,400 m **Overnatning:** 3-stjernet hotel

Ankomst- og udstyrskontrol. Aften velkomstmiddag med besætningsbriefing.
**Indkvartering:** 3 Stars Hotel · **Måltider:** Dinner · **Overnight:** Kathmandu (1400 m)

### 02 Produktionsmøde før ekspeditionen

**Højde over havet:** 1,400 m **Overnatning:** 3-stjernet hotel

Heldags produktionsmøde med besætning. Konsultation af lokationsspejder og gennemgang af skudliste.
**Indkvartering:** 3 Stars Hotel · **Måltider:** Breakfast · **Overnight:** Kathmandu (1400 m)

### 03 Fly til Lukla & Trek til Phakding

**Højde over havet:** 2,610 m **Overnatning:** Teahouse eller trekking-lodge

naturskønt fly til lukla. Kort vandring til phakding. Eftermiddagsoptagelser af Sherpa Village Life.
**Indkvartering:** Tea House · **Måltider:** Breakfast, Lunch, Dinner · **Overnight:** Phakding (2610 m)

### 04 Trek til Namche Bazaar

**Højde over havet:** 3,440 m **Overnatning:** Teahouse eller trekking-lodge

krydse hængebroer og klatre til namche. Optagelser ved Hillary Bridge og Namche udsigtspunkter.
**Indkvartering:** Tea House · **Måltider:** Breakfast, Lunch, Dinner · **Overnight:** Namche Bazaar (3440 m)

## 05 Akklimatisering i Namche

**Højde over havet:** 3,880 m **Overnatning:** Teahouse eller trekking-lodge

Sunrise shoot på Everest View Hotel. Sherpa Market Filming. Sherpa interviews med oversættelse.
**Indkvartering:** Tea House · **Måltider:** Breakfast, Lunch, Dinner · **Overnight:** Namche Bazaar (3880 m)

## 06 Trek til Tengboche

**Højde over havet:** 3,860 m **Overnatning:** Teahouse eller trekking-lodge

vandre til tengboche. Eftermiddags klosteroptagelser med tilladelse. Aftensangceremoni.
**Indkvartering:** Tea House · **Måltider:** Breakfast, Lunch, Dinner · **Overnight:** Tengboche (3860 m)

## 07 Trek til Dingboche

**Højde over havet:** 4,410 m **Overnatning:** Teahouse eller trekking-lodge

fortsætte til Dingboche. Solnedgangsoptagelse af Lhotse South Face og Island Peak.
**Indkvartering:** Tea House · **Måltider:** Breakfast, Lunch, Dinner · **Overnight:** Dingboche (4410 m)

## 08 Akklimatisering og vandretur til Nangkartshang

**Højde over havet:** 5,083 m **Overnatning:** Teahouse eller trekking-lodge

Akklimatiseringsvandring med panoramaoptagelse af Makalu.
**Indkvartering:** Tea House · **Måltider:** Breakfast, Lunch, Dinner · **Overnight:** Nangkartshang (5083 m)

## 09 Cross Kongma la til Lobuche

**Højde over havet:** 5,535 m **Overnatning:** Teahouse eller trekking-lodge

Kryds den første af de tre pas (Kongma LA, 5.535m) med dramatiske gletsjerfilm.
**Indkvartering:** Tea House · **Måltider:** Breakfast, Lunch, Dinner · **Overnight:** Kongma La (5535 m)

## 10 Trek til Gorak Shep & Everest Base Camp

**Højde over havet:** 5,364 m **Overnatning:** Teahouse eller trekking-lodge

vandre til Gorak Shep. eftermiddagsoptagelser kl Everest Base Camp Med Khumbu-isfaldet.
**Indkvartering:** Tea House · **Måltider:** Breakfast, Lunch, Dinner · **Overnight:** Gorak Shep (5364 m)

## 11 Solopgang ved Kala Patthar

**Højde over havet:** 5,545 m **Overnatning:** Teahouse eller trekking-lodge

Klatre før daggry til Kala Patthar Til den ikoniske Everest Sunrise-optagelse. Flere tager som lysændringer.
**Indkvartering:** Tea House · **Måltider:** Breakfast, Lunch, Dinner · **Overnight:** Gorak Shep (5545 m)

## 12 Anden Kala Patthar Shoot & Base Camp

**Højde over havet:** 5,364 m **Overnatning:** Teahouse eller trekking-lodge

Anden solopgangsoptagelse kl Kala Patthar med forskellige vinkler. Eftermiddags base camp liv optagelser.
**Indkvartering:** Tea House · **Måltider:** Breakfast, Lunch, Dinner · **Overnight:** Gorak Shep (5364 m)

## 13 Cross Cho La til Gokyo

**Højde over havet:** 4,790 m **Overnatning:** Teahouse eller trekking-lodge

Kryds det andet pas (Cho La, 5.420m) med Glacier-film. ned til gokyo søer.
**Indkvartering:** Tea House · **Måltider:** Breakfast, Lunch, Dinner · **Overnight:** Gokyo (4790 m)

## 14 Sunrise at Gokyo Ri & Lake filmer

**Højde over havet:** 5,360 m **Overnatning:** Teahouse eller trekking-lodge

Klatre før daggry til gokyo ri Til solopgang på Everest, Lhotse, Makalu og Cho Oyu. Sørefleksion filmning.
**Indkvartering:** Tea House · **Måltider:** Breakfast, Lunch, Dinner · **Overnight:** Gokyo (5360 m)

## 15 Cross Renjo La til Marlung

**Højde over havet:** 4,210 m **Overnatning:** Teahouse eller trekking-lodge

Kryds det tredje pas (Renjo la, 5.360m) med det mest dramatiske bjergpanorama på hele turen.
**Indkvartering:** Tea House · **Måltider:** Breakfast, Lunch, Dinner · **Overnight:** Marlung (4210 m)

## 16 Trek to Tham

**Højde over havet:** 3,820 m **Overnatning:** Teahouse eller trekking-lodge

ned til thamte landsby. Eftermiddagsoptagelser ved Thame-klosteret, et af de ældste i Khumbu.
**Indkvartering:** Tea House · **Måltider:** Breakfast, Lunch, Dinner · **Overnight:** Thame (3820 m)

## 17 Trek til Namche

**Højde over havet:** 3,440 m **Overnatning:** Teahouse eller trekking-lodge

vende tilbage til namche Til varme brusere, bageri-godbidder og afsluttende kulturoptagelser.
**Indkvartering:** Tea House · **Måltider:** Breakfast, Lunch, Dinner · **Overnight:** Namche Bazaar (3440 m)

## 18 Trek til Lukla

**Højde over havet:** 2,840 m **Overnatning:** Teahouse eller trekking-lodge

sidste trekking dag tilbage til lukla. Fejringsmiddag med besætningen.
**Indkvartering:** Tea House · **Måltider:** Breakfast, Lunch, Dinner · **Overnight:** Lukla (2840 m)

## 19 Flyv til Kathmandu

**Højde over havet:** 1,400 m **Overnatning:** 3-stjernet hotel

morgenflyvning til Kathmandu. Udstyrsrensning og organisering.
**Indkvartering:** 3 Stars Hotel · **Måltider:** Breakfast · **Overnight:** Kathmandu (1400 m)

## 20 Post-produktionsmøde og sightseeing

**Højde over havet:** 1,400 m **Overnatning:** 3-stjernet hotel

post-produktionsmøde. eftermiddags sightseeing i Kathmandu For ekstra B-Roll.
**Indkvartering:** 3 Stars Hotel · **Måltider:** Breakfast · **Overnight:** Kathmandu (1400 m)

## 21 Endelig afgang

Transfer til den internationale lufthavn for din videre flyvning.
**Måltider:** morgenmad