

3 passes + EBC trek

Trekovanie v Nepále



Ján Košiar

Kedy vycestovať?

Hlavná sezóna:

Október a
november
Marec až máj



Október a apríl najviac
turistov Pekné a stabilné
počasie

Sezóna dažďov:

Jún až
september



Teplo, monzún,
mininum
turistov

Sezóna snehu:

December až
február



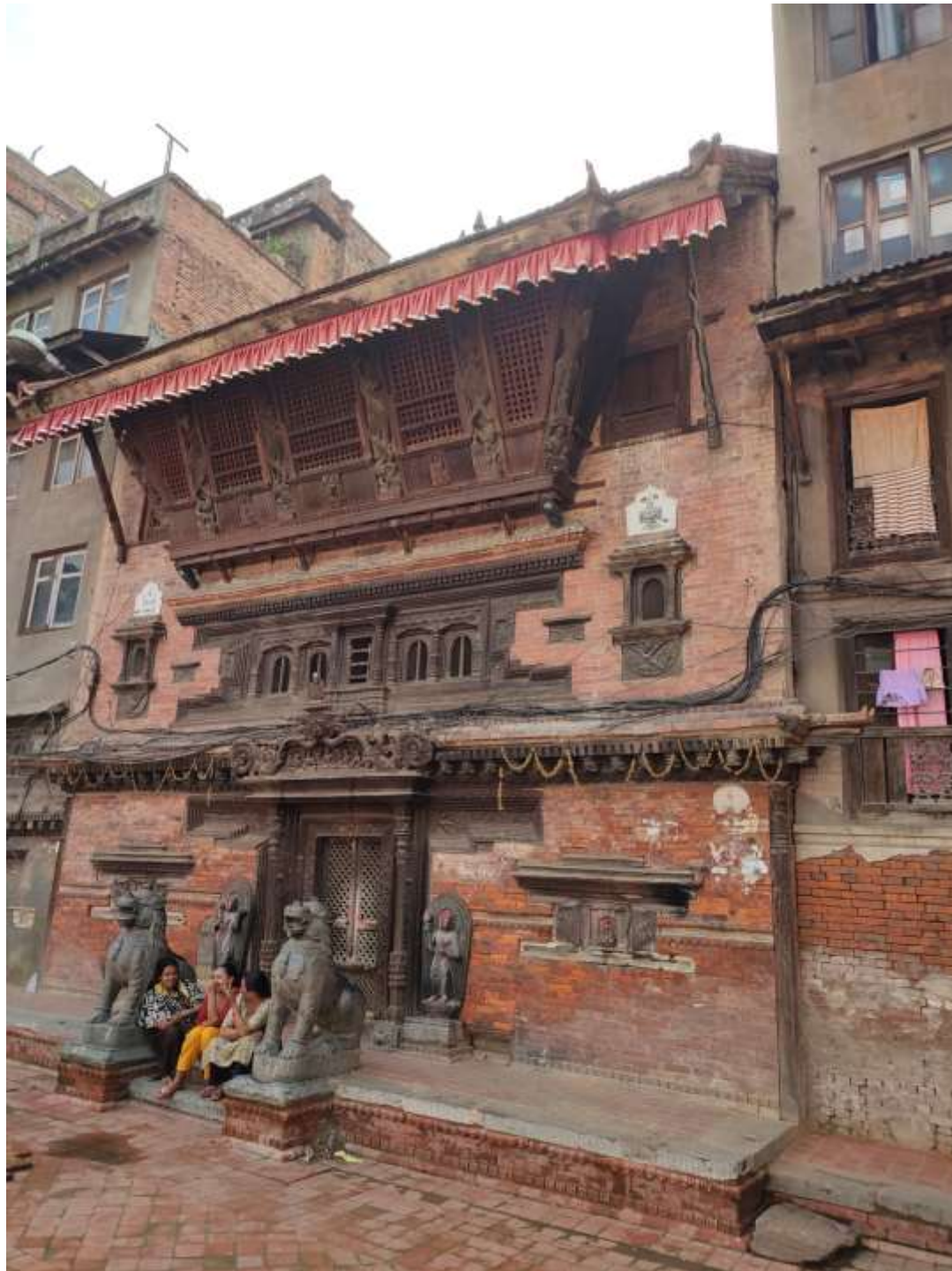
Zima, nikde nikoho a
väčšina ubytovní
zatvorených

Víza na letisku

Kathmandú : hlavné mesto

6 UNESCO pamiatok















Strava – domáca kuchyňa



Národné jedlo: Dal bhat - ryža so šošovicovou polievkou

Typické raňajky



Vplyv Tibetu



Momo – niečo ako naše pirohy



Doprava v krajine







Hádanka: 200 km cesty busom koľko hodín trvá?

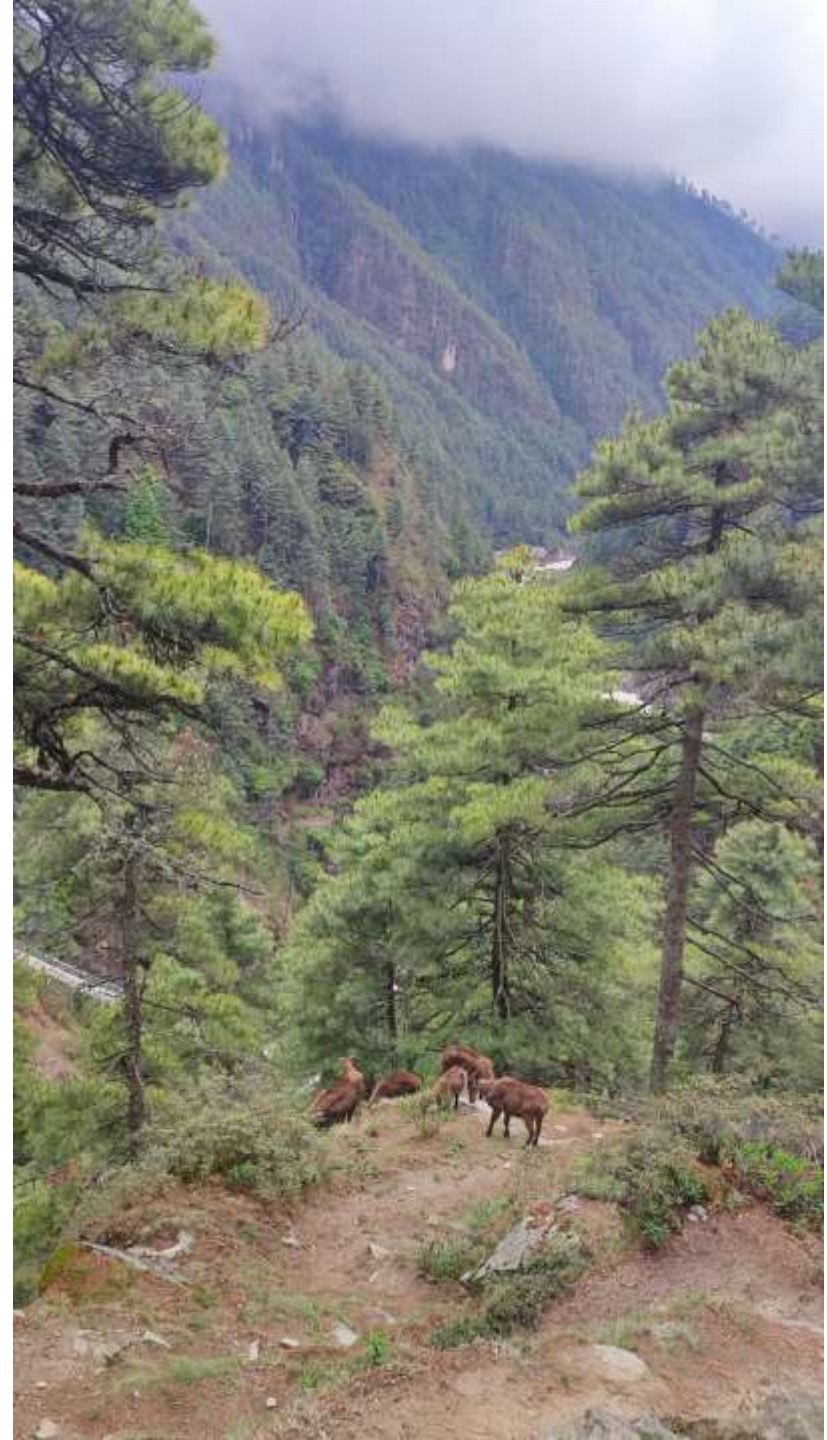
9 hodín

Zver nepálska















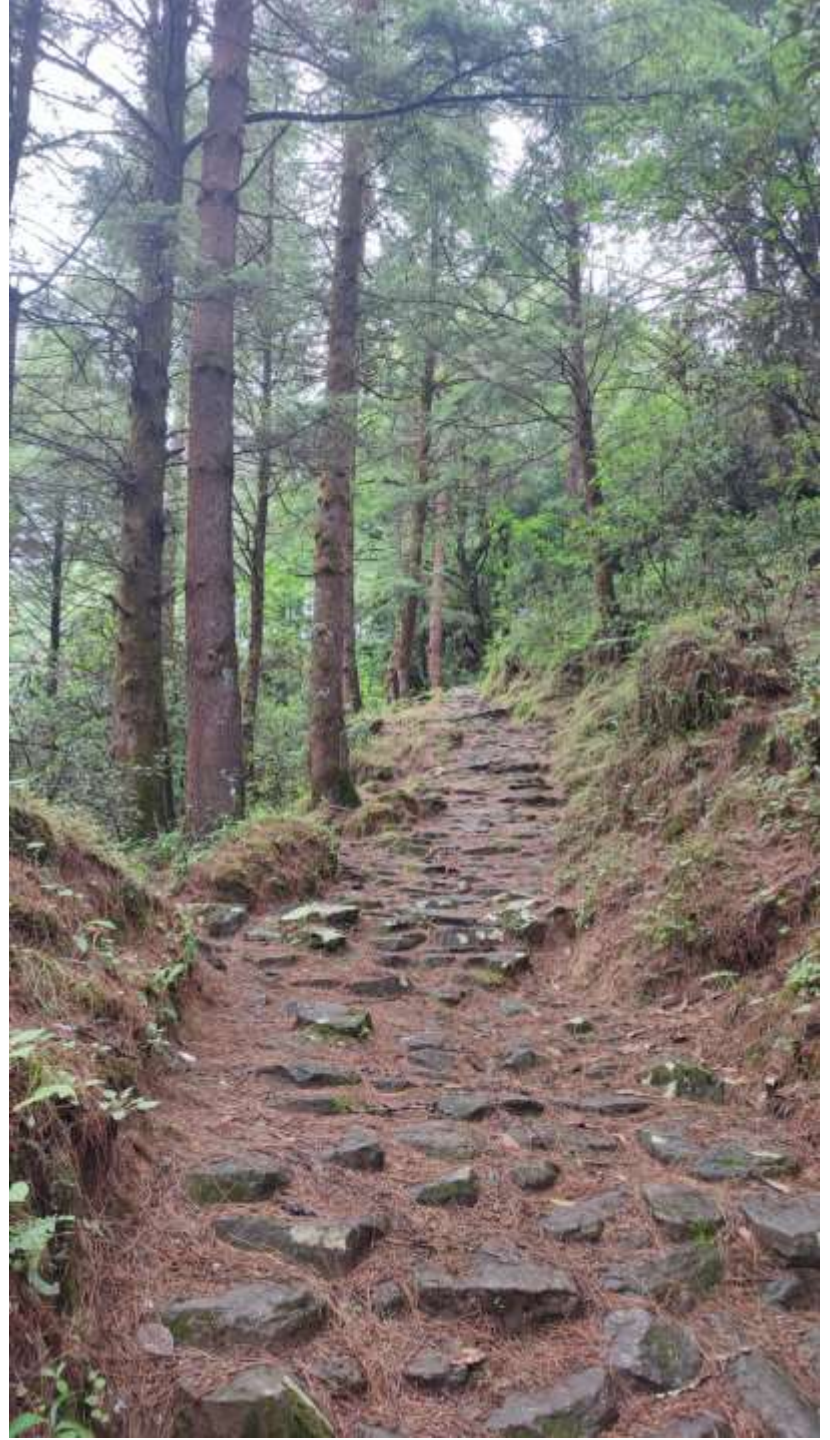
14 vrcholov nad 8000m n.m., 8 Nepál, 5 Pakistán, 1 Tibet

Začiatok treku – z Jiri do Namche



**Pôvodná a prvá trasa pre expedície na Mt. Everest
V nadmorských výškach od 1500m do 3600m n.m.**



























WEL COME TO
EVEREST VIEW
LODGE AND SHERPA
RESTAURANT BENI 7
PHARTYANG





Mt.
Everest





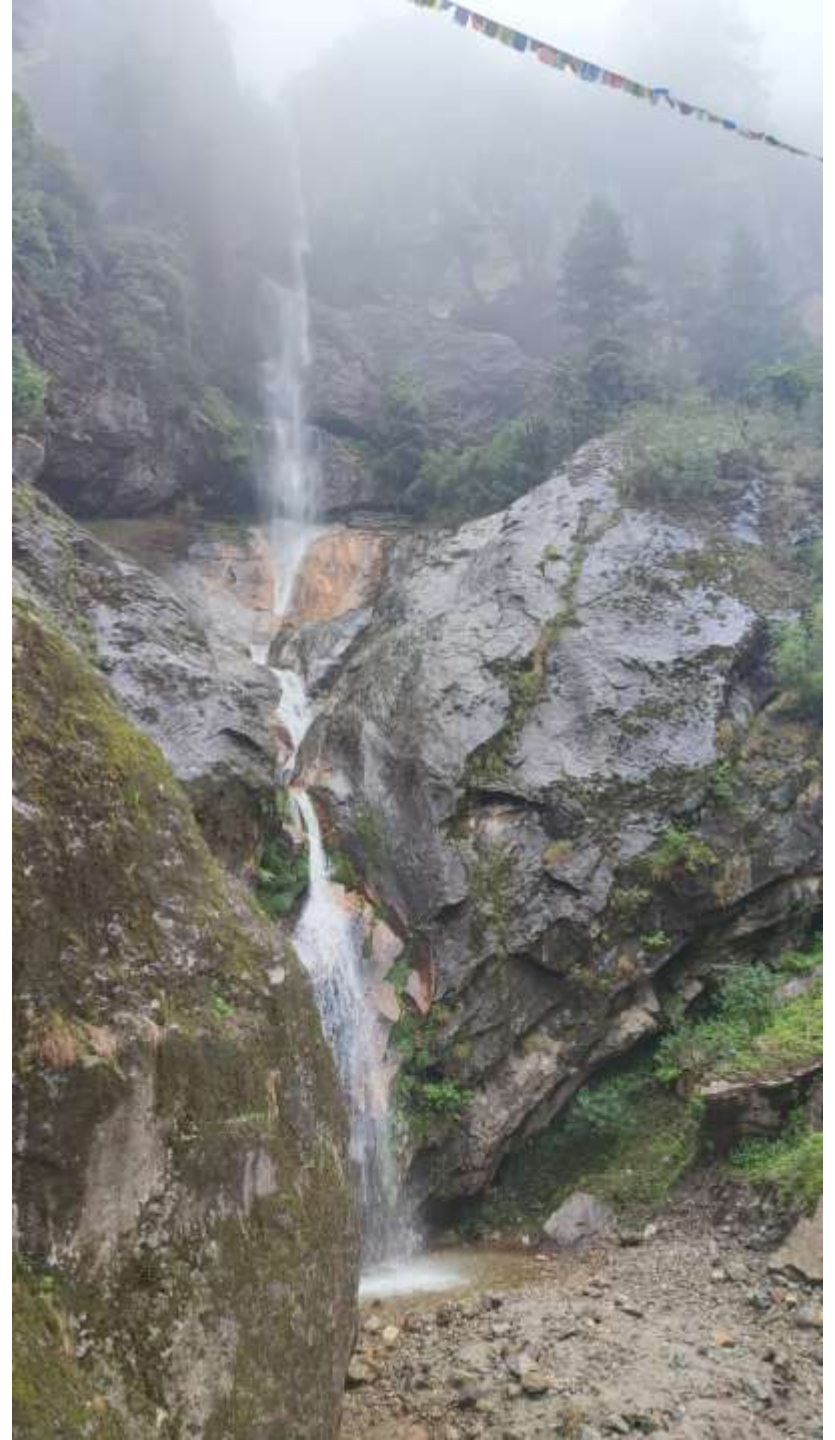
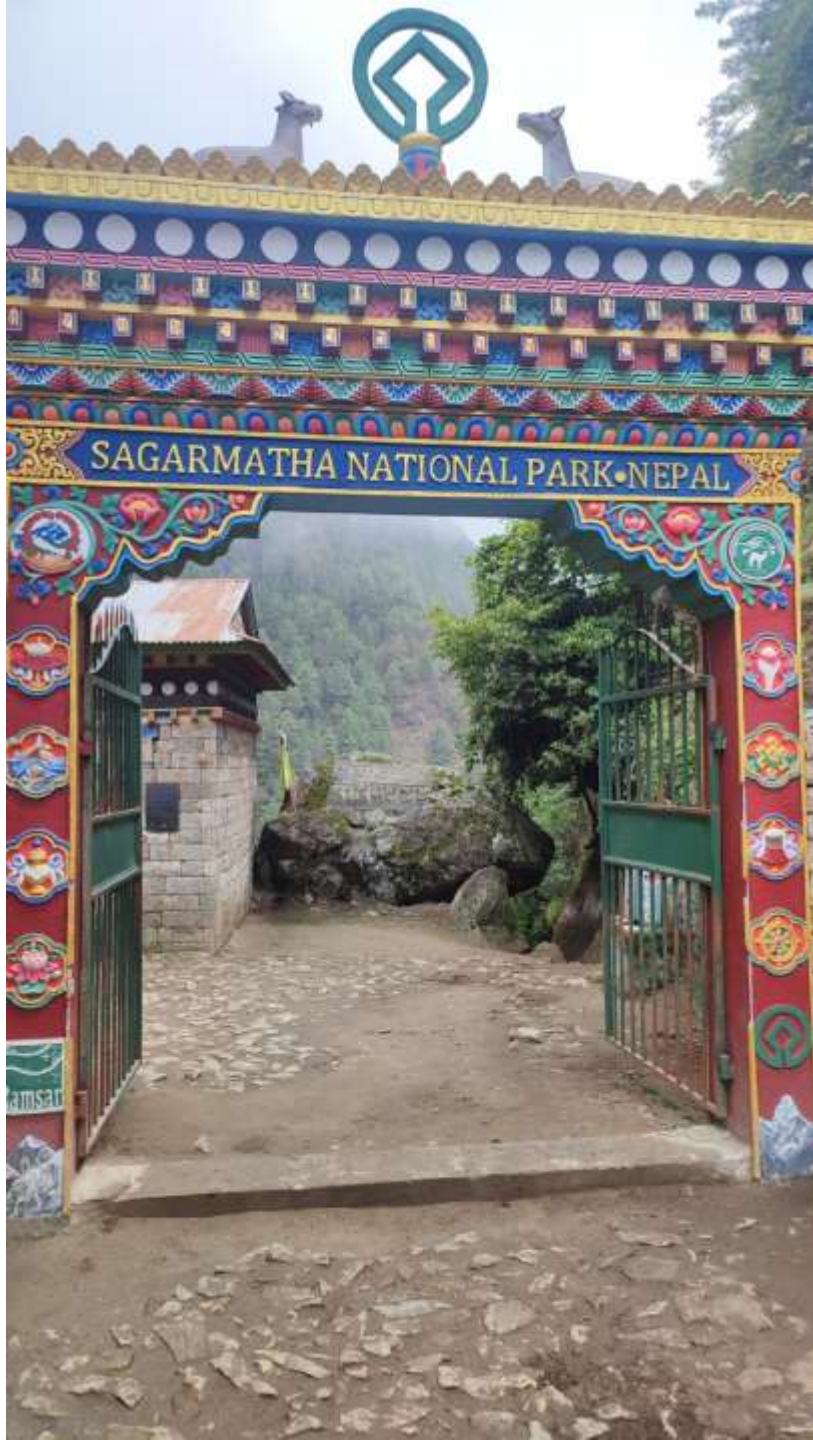












Hillary bridge – nejvyšší visutý most v regioně Everestu



29.5.1953 – Edmund Hillary & Tenzig Norgay

Namche Bazar – hlavné mesto šerpov (3440m n.m.)



Miestni nosiči – bežne vynášajú od 35 do 100kg

















Dzo – kríženec Yaka s kravou







Chukhung – 4730m n.m., 10. deň putovania



Pri výstupe na vrchol hory Chukhung Ri





Chukhung Ri – 5546m n.m.







Lhotse - 8516m



Ama Dablam



Prechod cez prvý priesmyk – Kongma La pass 5535m n.m.

















Khumbu l'adovec



Najvyššie ubytovanie v Nepále a môj najvyššie položený nocľah





Photographed by Karm Taklung Sherpa

TIBET

OXYGEN LEVEL SEA TO SUMMIT

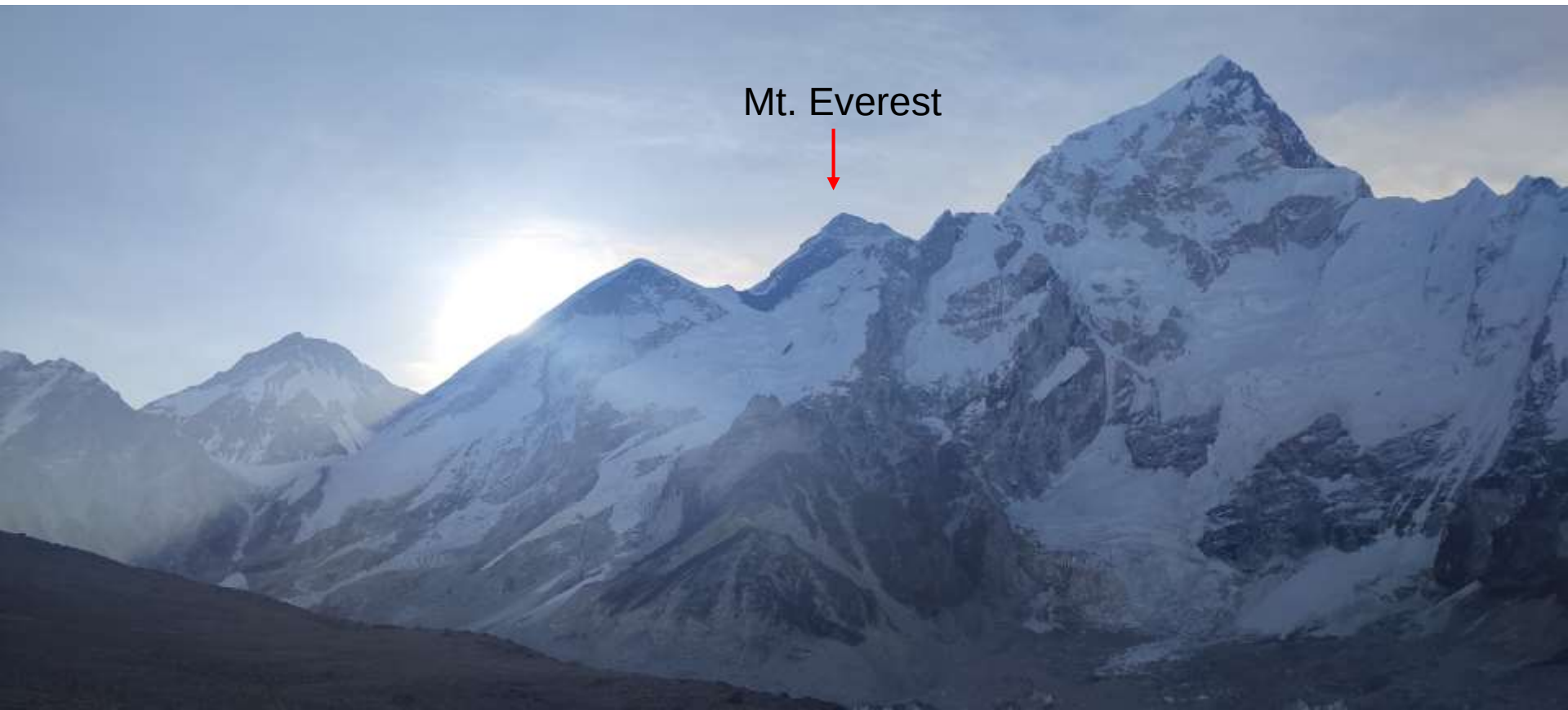
ALTITUDE	O ₂ %
1) Sea level	100%
2) 1000 m / 3281 ft.	88%
3) 2500 m / 8202 ft.	73%
4) 3000 m / 9843 ft.	68%
5) 3500 m / 11,483 ft.	64%
6) 4000 m / 13,123 ft.	60%
7) 4500 m / 14,764 ft.	57%
8) 5000 m / 16,404 ft.	53%
9) 5500 m / 18,044 ft.	50%
10) 6000 m / 19,685 ft.	47%
11) 6500 m / 21,320 ft.	44%
12) 7000 m / 22,966 ft.	41%
13) 8000 m / 26,247 ft.	36%
14) 8848 m / 29,028 ft.	33%

Výstup na Kala Patthar – 5550m n.m.





Mt. Everest









Mt. Everest



Pumori 7161m n.m. - dcéra Everestu







Cez druhý priesmyk – Cho la pass – 5420m n.m.





















Cho la pass







Gokyo 4790m n.m.



Cho Oyu – 8201m n.m.





Prechod cez tretí priesmyk – Renjo La pass – 5360m n.m.











Thame 3820m n.m.



Rodisko Tenzig Norgaya





Lawudo Gompa – 3960m n.m.







A large, dark rock is the central focus, covered in white, stylized Tibetan script. The script is arranged in several horizontal lines, with some characters appearing to be part of a larger, continuous text. The rock is surrounded by green foliage, including small plants and trees, which are visible in the background and foreground. The lighting is natural, highlighting the texture of the rock and the clarity of the white script.











kosiar.jan@gmail.com

