

SparTrek 08/2003
LADAKH - MARKHA VALLEY

Programma e itinerario del trekking

1. VOLO MILANO / DELHI
2. ARRIVO DELHI - pomeriggio libero -
3. VOLO DELHI / LEH (Ladakh, M. 3500) - pomeriggio libero /acclimatazione -
4. LEH - visita della città -
5. LEH - Visite dei Monasteri: Ridzong - Alchi – Likir –
6. LEH – Spitok - Inizio del trekking SPITOK / ZINCHEN 12 km - 4 h ; 3550 m / 3800 m
7. ZINCHEN / YURUCHE 10 km - 6 h ; 3800 m / 4400 m
8. YURUCHE / SKYU 20 km - 7 h ; 4400 m (4940m) 3700 m
9. SKYU / MARKHA 16 km - 8 h ; 3700 m - 3800 m
10. MARKHA / HANKAR 10 km - 6 h; 3800 m / 3950 m
11. HANKAR / NAMLING 9 km - 4 h ; 3950 m / 5000 m
12. NAMLING - acclimatazione / possibilità Kang Yatse B.C. - 5000 m
13. NAMLING / Passo Gongmarula / CHOGDOL 15 km - 8 h ; 5000 m (5200 m) ; 4600 m
14. CHOUDO / MARTESALANG / HEMIS - ultimo giorno del trekking - 7 km - 5 h ; 4600 m / 3500 m
15. Visite dei Monasteri: - Hemis – Shey – Tikse -
16. LEH - giornata a disposizione -
17. LEH (bus privato) / SARCHU
18. SARCHU / MANALI
19. MANALI / CHANDIGARH (o eventuale giorno di riserva)
20. CHANDIGARH - DELHI - in aeroporto -
21. 00 VOLO DELHI / MILANO (> 00.00)