

**NOM DE L'ACTIVITAT:** Trek Spituk-Stok

**Data:** 12-15 d'agost de 2004

**Lloc:** Himalaia (Ladakh, N de l'Índia)

**Participants:** Roger Seco, Elisabet Laia Sa, Núria Teruel, Mònica Romano

**Tipus d'activitat:** excursionisme-trekking

**Comentaris:**

**1r dia Spituk-Shin Chen:**

Comencem el dia visitant la Gompa d'Spituk i després ens desplaceм fins al "trekking point" (inici de la ruta). Després de 2 hores caminant per desert trobem un "green valley", i dos hores més tard arribem a la zona d'acampada al poble de Shin Chen. Allà coneixem l'Anchuk, el nostre mulero, i les nostres 4 mules!

Aquella tarda l'Eli i la Mònica intenten l'ascensió a una muntanyeta que podria haver tingut conseqüències fatals pel component masculí del grup.

**2n dia Shin Chen-Rumbak:**

Comencem a caminar fins a l'entrada del Hemis National Park on paguem la corresponent ecotaxa en "rupies". 5 hores més tard arribada a la zona d'acampada amb vistes a unes crestes espectaculars.

**3r dia Rumbak –Stok La (4900m)-zona d'acampada:**

L'Anchuk ens dibuixa la ruta fins a l'Stok La al terra (ens queda tot clar...).

Gran desnivell, però fàcil. Assolim la cota 4900, la més alta del trekking. Vistes a la serralada de l'Stok Kangri i a la vall de l'Indus. Després de les tradicionals fotos, comencem el descens ràpid. Arribem a la última zona d'acampada.

Aquella nit festa de comiat amb música, ron i l'anchuk ballant.

**4t dia: zona d'acampada-Stok:**

Últim dia: avui ens dutxarem! Comencem el descens fins al poble d'Stok, final del trekking.