



## REAL HIMALAYA holiday & adventure

Real Himalaya Pvt. Ltd. NEPAL

P.O.Box: 8974 CPC 594 Kathmandu

**GRZEGORZGAWLIK.PL**

### ZGŁOSZENIA:

Tel. 696071795

[kontakt@grzegorzgawlik.pl](mailto:kontakt@grzegorzgawlik.pl)

## NEPAL 18dni – WOKÓŁ MANASLU + Gompa i Lodowiec Punggen + Manaslu Base Camp

- Piękny i ciekawy trekking Wokół Manaslu, podziwianie tego ośmiotysięcznika z kilku stron
- Jerzy Kukuczka pisał: „Droga do bazy pod Manaslu prowadzi wzdłuż rzeki Buri Gandaki. Jest to jedna z najpiękniejszych dolin jakie znam”
- Gompa Punggen (4100m) – związana z pierwszymi próbami zdobycia Manaslu
- baza – Manaslu Base Camp (4850m) obok lodowca Manaslu i nad lodowcowym jeziorem Birendra - skąd startują wyprawy.
- klasztor buddyjski w Lho ze słynną panoramą na Manaslu
- pograniczne z Tybetem, tybetańskie grupy etniczne, klasztory
- kilka stref klimatycznych – od subtropikalnej do wysokogórskiej
- obserwacja codziennego życia w Nepalu i w Himalajach
- zabytki i atrakcje Katmandu i Doliny Katmandu

### Najbliższe TERMINY: 10 – 27 październik 2020

- możliwość realizacji wyjazdu **na zamówienie** w terminie ustalonym indywidualnie. Trekking może być realizowany w terminach: marzec-maj, wrzesień-grudzień, a dla miłośników zimy także w styczniu i lutym.
- Możliwe są inne trekkingi i wspinaczki w rejonie Everestu, Annapurny, Dhaulagiri, Manaslu, Kanczendzongi, Langtang, Dolpo, Mustang. Zabytki i kultura Nepalu, Nepal Zachodni, safari w najwspanialszych parkach Nepalu, raftingi. Możliwość organizacji wyjazdów i wypraw do wielu innych wspaniałych miejsc na świecie.

**DLA KOGO:** dla doświadczonych piechurów, bo do przejścia jest ok. 170km. Trasa jest dosyć łagodna i zapewnia dobrą aklimatyzację, maksymalna wysokość 5165m.

**Dokument podróży:** PASZPORT, ważny co najmniej 6 miesięcy

### RAMOWY PLAN TREKKINGU

**Dzień 1)** Rozpoczęcie podróży do Nepalu.

**2)** Przyłot do Katmandu (1300m), wieczorem możliwy spacer po mieście z wycieczką do zabytkowych: Swayambu Stupy i na Durbar Square. Nocleg w klimatycznej dzielnicy Thamel.

**3)** Wczesnym rankiem przejazd autobusem do Arughat Bazar (525m), z pięknymi widokami na góry, rwące rzeki i nepalskie wioski wraz z polami ryżowymi i plantacjami bananów. Podróż zajmie około 8 godzin.

**4)** Pierwszy dzień trekkingu. Na początek przejazd w pobliże Lapu Besi (ok. 850m), skąd pieszo dojdziemy do Tatopani, gdzie znajdują się termalne źródła, ok. 5 godzin.

- 5)** Droga do Jagat (1375m) wzdłuż rzeki Budhi Gandaki Nadi i przez mosty wiszące, w towarzystwie karawan mułów. Trasa zajmie około 5 godzin.
- 6)** Wędrując powoli do góry piękną doliną, na nocleg po 7-8 godzinach dojdziemy do Dyang (Deng 1860m).
- 7)** Ośnieżone himalajskie szczyty będą coraz bliżej nas, dzisiejsza wędrowka do Ghap (2250m) zajmie 4-5 godzin.
- 8)** Cel dnia to Lho (3180m) z cudownym widokiem na Manaslu. Po drodze będzie piękny las z rododendronami kwitnącymi wiosną, w skałach można dostrzec plastry miodu dzikich pszczół. Nie zabraknie niewielkich świątyń buddyjskich z ogromnymi młynkami modlitewnymi i kamiennych bram prowadzących do wiosek. Czas przemarszu to 5-6 godzin, a po drodze w Namrung w lokalnej piekarni można zjeść pyszne słodkie wypieki. Będąc w Lho warto odwiedzić największy klasztor buddyjski na trekkingu położony na wysokości 3300m. Może będzie akurat odbywała się ceremonia religijna – pudza. Wycieczka zajmie 2-3 godziny.
- 9)** Wschód słońca z widokiem na Manaslu (8156m) dostarczy niezapomnianych wrażeń. Opuszczając Lho minimy największy na trekkingu mur tablic modlitewnych - mani. W pewnym momencie odbijemy w lewo, by odbyć wycieczkę aklimatyzacyjną do Gompy Punggen (4100m) koło lodowca o tej samej nazwie. To miejsce jest mocno związane z próbami zdobycia po raz pierwszy Manaslu przez Japończyków (udało im się to w 1956r.). Całość wędrowki do Samagoan (3550m) zajmie 7-8 godzin. Przed jej końcem minimy osadę tybetańskiego ludu Bhotiya, bo nasza trasa będzie przebiegała na pograniczu z Tybetem.
- 10)** Wyjście aklimatyzacyjne do starej bazy - Manaslu Base Camp (ok. 4200m). Ze wspaniałymi widokami na Manaslu, lodowiec Manaslu, jezioro Birendra (3630m) i całą serię złodowaconych himalajskich szczytów. Wędrowka zajmie nam około 6 godzin. By być jeszcze lepiej zaaklimatyzowanym i poczuć oddech 8-tysięcznika spróbujemy dojść do czynnej bazy (4850m – Manaslu BC), co wydłuży wycieczkę o 3-4 godziny. Na nocleg wrócimy do Samagoan.
- 11)** Tego dnia udamy się do obozu Dharmashala (4450m), na nocleg przed kluczowym odcinkiem trekkingu (spać będziemy w wieloosobowych kamiennych pokojach lub w namiotach). Pokonanie dystansu zajmie nam 6-7 godzin.
- 12)** Przed wschodem słońca rozpoczniemy marsz ku przełęczy Larke (Larkya, 5165m – w najwyższym punkcie). Do przełęczy łagodnie po morenach lodowcowych, za przełęczą mocno w dół. Czekają nas wspaniałe widoki na szczyty pasm Manaslu i Annapurny. Po 7-9 godzinach dojdziemy na nocleg do Bimthang (3700m).
- 13)** O świcie będziemy podziwiać główny szczyt Manaslu oraz pasma: Annapurna i Manaslu Himal. Dzisiejszy odcinek, jest jednym z najpiękniejszych na trekkingu. Dzień zakończymy po 6-8 godzinach wędrowki w okolicach Tilche (ok. 2300m).
- 14)** Przed nami około 5-godzinny marsz do Chyamche (1450m) przez Dharapani, gdzie połączymy się ze szlakiem Wokół Annapurny. Wędrowka biegnie częściowo szutrową drogą jezdnią, częściowo pośród pól uprawnych, kwitnących drzew i wodospadów, wzdłuż dużej rzeki Marsyangdi Nadi. Następnie czeka nas zjazd jeepami do Besi Sahar (750m), gdzie zakończymy Trekking wokół Manaslu.
- 15)** Rano wyjedziemy do Katmandu, co zajmie nam około 8 godzin. Później czas wolny, który można przeznaczyć na zakupy pamiątek i spacer.
- 16)** Jeżeli nasz trekking zostanie zrealizowany zgodnie z planem, ten dzień możemy przeznaczyć na zwiedzanie zabytków Doliny Katmandu (lista UNESCO). Zamówionym transportem będzie możliwość dotarcia do trzech miejsc z następujących: miasto Bhaktapur, stupa Bouddanath, stupa Swayambunath,

hinduistyczny kompleks Pasupatinath lub miasto Patan (Lalitpur). Wieczorem, pożegnalna kolacja.

**17)** Wylot z Katmandu (w zależności od dostępności połączeń lotniczych, może on nastąpić wieczorem dnia poprzedniego, a wyjazd trwać dni siedemnaście).

**18)** Przyłot na lotnisko docelowe.

**CENA: 3500zł + 1125USD + bilet lotniczy (minimalna liczba Uczestników: 4)**

**\*Cena biletu lotniczego ok. 2600-3500zł**

**CENA OBEJMUJE:**

- organizację wyjazdu
- opiekę doświadczonego polskiego Lidera, który dopilnuje wszystkiego, pokaże najciekawsze miejsca i o nich opowie
- telefon satelitarny podczas trekkingu, by zawsze był kontakt ze światem
- wspianała przygodę na jednym z najciekawszych trekkingów w Nepalu
  - noclegi w sprawdzonym hotelu w Katmandu (pokoje 2-osobowe z łazienką)
- podczas trekkingu śpimy w lokalnych hotelikach (lodgach), w pokojach dwuosobowych, za wyjątkiem najwyższych noclegów, gdzie obiekty mogą nie dysponować takimi pokojami, w Dharmashala niewykluczony jest namiot (podczas trekkingu potrzebny jest własny śpiwór)
- śniadania i kolacje podczas pobytu w cywilizacji
- dodatkowo lunch w każdy pełny dzień trekkingu, w niektóre dni boks lunchowy
- na trekkingu filtrowana zimna woda do picia bez ograniczeń
- przejazdy Katmandu – Arughat i jeśli droga to umożliwi Arughat – Lapu Besi
- przejazd Chyamche – Besi Sahar – Katmandu
- transfery lotniskowe w Katmandu
- transfery na dworce autobusowe w Katmandu
- prywatny transport po Dolinie Katmandu, by wygodnie zwiedzać zabytki
- wycieczkę po Katmandu
- możliwość pozostawienia niepotrzebnego bagażu w depozycie w Katmandu
- obowiązkową rejestrację TIMS
- specjalne pozwolenie w rejon Manaslu i pozwolenie w rejon Annapurny
- licencjonowanego przewodnika podczas całego trekkingu
- tragarza podczas całego trekkingu (13kg na osobę)
- profesjonalną górską apteczkę

**CENA NIE OBEJMUJE:**

- biletu lotniczego

\*staramy się trzymać dat początkowych i końcowych określonych w ramowym planie podróży, ale ze względu na dostępność biletów lotniczych oraz występujące bardzo duże różnice w cenach biletów może nastąpić przesunięcie dat początkowych i końcowych o 48h (nie dotyczy to wyjazdów „szytych na miarę” gdy ustalono sztywne daty podróży), więcej informacji w UWAGACH

\*wyszukujemy i kupujemy bilety lotnicze kierując się dobrą relacją ceny do szybkiego czasu przelotu i minimalizując liczbę przesiadek, nie pobieramy żadnej prowizji za zakup biletu, płacisz tyle ile kosztuje bilet. Przy wyjazdach „szytych na miarę” istnieje możliwość ustalenia lotniska wg oczekiwań Klienta. Więcej informacji w UWAGACH

- wizy otrzymywanej na lotnisku ok. 40usd
- biletów wstępu do atrakcji 60usd – kwota pobierana przez Lidera po przylocie do Nepalu (jeśli nie zostanie w jakiejś części wykorzystana, zostanie zwrócona)

- ubezpieczenia turystycznego (warto sprawdzić, czy nie mamy go w pakiecie ubezpieczając mieszkanie, dom, samochód), musi obejmować Nepal i trekking, więcej informacji w UWAGACH
- lunchów poza trekkingiem, cena lunchu ok. 3-6usd (ok. 4 lunche)
- napiwków na trekkingu dla Nepalczyków, jest to zwyczaj powszechnie przyjęty lecz nieobowiązkowy ok. 100USD
- istnieje możliwość za dopłatą ostatniego dnia trekkingu zjazd jeepami efektywną drogą z Dharapani do Chyamche
- na trekkingu możliwość skorzystania z ciepłej wody pod prysznicem, ładowanie sprzętu elektronicznego lub korzystanie z WIFI są dodatkowo płatne (od 2usd za usługę, wraz z wysokością ceny rosną), w toaletach należy posiadać własny papier, który można kupić na całym trekkingu
- transportu na lotnisko początkowe/końcowe
- wydatków osobistych i zakupów pamiątek

#### **UWAGI:**

- ubezpieczenie turystyczne – musi obejmować Nepal i trekking wysokogórski, a jeśli mamy chorobę przewlekłą, musi obejmować także takie choroby. **Możliwa pomoc w zakupie ubezpieczenia, w tym** bardzo atrakcyjnego cenowo ubezpieczenia całorocznego obejmujące zagranicę lub dodatkowo Polskę, także z opcją rodzinną do 5 osób, co czyni je jeszcze korzystniejszym cenowo (PZU). Ubezpieczenie obejmuje aktywne uprawianie sportów, aktywną turystykę, w tym sporty wysokiego ryzyka, jak trekkingi i wspinaczkę. Jeśli jesteś zainteresowany, proszę o kontakt.
- na życzenie: dla rodziny / grupy mogą być pokoje kilkuosobowe bez dopłaty, o ile będą dostępne
- istnieje możliwość pokoju 1-osobowego za dopłatą w Katmandu, na trekkingu o ile będzie to możliwe
- jeżeli Uczestnik chce kupić bilet lotniczy samodzielnie (dopasowany do terminarza wyjazdu) prosimy o taką informację
- latamy z Warszawy lub innych polskich lotnisk, ale czasami ze względu na brak połączeń z Polski lub bardzo wysokie ceny, latamy z dużo większego lotniska w Berlinie, w wyjątkowych sytuacjach z innych lotnisk.
- na życzenie możemy kupić bilet lotniczy na określony dzień i z dowolnego lotniska (co może się wiązać z wyższą ceną)
- na życzenie możemy kupić bilet lotniczy na dłuższy okres niż czas trwania podróży (co może się wiązać z wyższą ceną)
- na życzenie możemy kupić bilet obejmujący możliwość dokonywania zmian (np. terminu wylotu/przylotu) lub możliwość jego zwrotu na warunkach określonych przez linię lotniczą (taki bilet jest często dwukrotnie lub kilkukrotnie droższy niż podstawowy bilet ekonomiczny)
- Na rynku istnieją ubezpieczenia od rezygnacji z wyjazdu z przyczyn losowych, warto je rozważyć i kupić
- starając się o wizę na lotnisku są automaty wizowe z funkcją robienia zdjęć, ale proszę zabrać jedno paszportowe/dowodowe (może być wydruk), gdyby automaty nie działały – wtedy takie zdjęcie bardzo przyspieszy procedurę wizową.
- szczepienia – nie ma żadnych obowiązkowych, ale jak wszędzie na świecie warto mieć szczepienie przeciwko żółtaczkę typu A i B, błonicy, tężcowi i polio