

MK 649 INDIE – SIKKIM - BHÚTÁN

CHARAKTERISTIKA AKCE

Dárdžiling s čajovými plantážemi. Dříve nezávislé buddhistické knížectví Sikkim. Kláštery, divoká příroda i safari v bengálských džunglích, sloni i nosorožci...? Zajímavé pevnosti, skvostné buddhistické chrámy, panenské hory, barevné festivaly, turnaje lukostřelby i barvitá příroda Himálaje – to vše je Bhútán. Trefíme dokonce 2 festivaly Bhútánu! Čamové tance, posvátné úkony, rituály i duchovno...

Program je ideální pro milovníky hor, přírody a pohybu. Zahrnuje trek ve vyšších nadmořských výškách (přes 4 000 m), cyklistiku v exotické krajině. Potěší zájemce o buddhismus, netradiční kultury a tradiční způsob života. Kláštery, festivaly i exotické noci dají silné a neopakovatelné zážitky.

Cyklo a potřebný servis zajišťuje bhútánský partner. Zjednodušeně „se vozíme z horských sedel do vzdálených údolí. Někdy i 60 km... převážně z kopce. Na poslední akci byla kola slušné kvality, dokonce nová. Nejsme však v Evropě u svých nablýskaných strojů...

Za nepřízně počasí a jiných okolností může dojít k uzpůsobení programu.

CESTOVNÍ DOKLADY

Potřebujeme platný cestovní pas s minimálně 2 volnými stránkami a 2 fotokopie dvoustrany s osobními údaji. S sebou i 2 aktuální barevné fotografie.

VÍZOVÁ POVINNOST

Cena nezahrnuje vstupní vízum do Bhútánu a tranzitní vízum do Indie.

Pro občany ČR:

- **Bhútán** - Bhútánské vízum se vyřizuje z Čech, ale fyzicky jej obdržíme na letišti v Paro. Je nutné mít kopii pasu. Nejlépe naskenovat a zaslat mailem, pokud jste tak již neučinili. Vízum 1 300 Kč není v ceně.
- **Indie** – dvoustepové indické vízum si lze vyřídit samostatně online na <https://indianvisaonline.gov.in/evisa/tvoa.html>. Cena víza 25 USD či přes CK Livingstone 1 200 Kč není v ceně. Je třeba platný cestovní pas naskenovaný ve formátu PDF, 1x aktuální barevnou fotografii 5x5cm na bílém pozadí (nejedná se o fotografii pasového formátu!) naskenovaná ve formátu JPEG, vízový formulář se vyplňuje online, platí se kartou při podání.

Pokud máte pas jiného státu, je nutné si samostatně ověřit vízovou povinnost navštívených zemí.

CO S SEBOU

Jako hlavní zavazadlo batoh či tašku, důležité je aby s obalem v dešti nepromokla. Na treku využijeme služeb nosičů/koňů, co zavazadla nesou. Za deště se hodí **nepromokavý vak**. Menší batoh na věci přes den (pití, fotoaparát, doklady, náhradní oblečení). Pro odkládání nepotřebných věcí před trekem (depozit v hotelu) jednoduchý vak či tašku. Za zvážení stojí i dalekohled. Klima v horách je variabilní, nutno počítat s rychle se měnícím počasím, nutno kvalitní vybavení. Teplý spacák, nepromokavý kryt na batoh či brašnu. Pláštěnka. Doporučujeme teleskopické trekové hole. Pro nižší polohy lehké kalhoty, trička s krátkým rukávem, kraťasy, kšiltovka, pro vyšší polohy teplé trekové kalhoty, trikot s dlouhým rukávem, fleece mikina, nepromokavá goretexová bunda, péřová bunda na večer. Šátek na krk, teplejší čepice, rukavice, případně návleky. Nejlepší variantou oblékání je tzv. vrstvení: vodě a větruvzdorná, prodyšná svrchní vrstva (s membránou goretex), fleecová bunda, popř. izolace Polartec, prádlo z funkčních materiálů. Kvalitní pohorky, sportovní „kecky“, na přezutí sandály. Víceru ponožek, ochranné návleky. Stany a matrace zajistí partner z Bhútánu.

LED čelovka, radši 2 x. Sluneční brýle, opalovací krém s ochranným faktorem, rychleschnoucí ručník. Kapesní nůž. Lékárničku. Kvalitní nádoba na vodu i přípravu horkých nápojů, např. značky Nalgene. Termosku do vyšších poloh

ADRESA

Livingstone s.r.o.
Dominikánské nám. 5
602 00 Brno

TELEFON

+420 542 214 542
+420 603 877 182

EMAIL A WEB

info@livingstone.cz
www.livingstone.cz

na čaj. Toaletní papír a papírové kapesníčky, vlhčené ubrousky na intimní hygienu. Víno či švestková profilaxe radši v plastu. Dobře poradí v síti prodejen HUDY.

Z domova má smysl vést uzenky či sýry, iontové a rozpustné nápoje, čokolády a tyčinky. Kvalitního jídla však je nejen na treku dostatek.

K elektronickému vybavení (foťáky, kamery, NB či tablety...) určitě power banky, raději více. Na let je vhodné mít nejdůležitější věci (kameru, fotoaparáty, finance, cennosti, apod.) v příručním zavazadle. Není já beru notebook? Budeme si pouštět filmy? Doporučuji vzít na flesh či disku filmy nejen k tématu.

ZDRAVÍ

Obraťte se na centra cestovní medicíny. Jejich síť najdete po celé České republice - Praha, Brno, Ostrava, Olomouc, Plzeň, Zlín, Hradec Králové, Pardubice a další. Adresy na www.ockovacentrum.cz.

Vezměte s sebou platný mezinárodní očkovací průkaz. Doporučujeme, abyste s sebou měli kromě dostatečné zásoby léků, které užíváte, také příruční lékárníčku s léky a potřebami na případné zdravotní obtíže (střevní potíže, bolest, horečka apod.). Nezapomeňte navštívit kromě lékaře i zubaře.

ZDRAVÍ NA TREKU

Nosní sliznice může být přesušená a praská, hodí se zvlhčující a čistící spreje do nosu (Sterimar, Vincentka) či na regeneraci nosní sliznice (PantheNose – nosní mast s bisabolem). Ze studeného vzduchu může vzniknout kašel nebo zánět průdušek – Strepsil pastilky nebo Tantum verde sprej jsou dobrou prevencí. Vezměte hodně vitamínů a minerálních tablet i rozpustných ve vodě. Cibule a česnek lze dokoupit. Prudké sluneční záření a prach působí oční záněty, doporučujeme kapky Ophthalmo – Septonex).

PREVENCE HORSKÉ NEMOCI

Pro treky ve vyšších polohách je důležitá aklimatizace. Pravidlem číslo jedna je nevystupovat rychle do velké výšky a zvolit pozvolné tempo. Po příchodu do cílového místa (v rámci každého dne) se doporučuje po krátké přestávce (ještě před večerí) krátké výlety do vyšších poloh. Nahoře je suchý vzduch, nutný příjem tekutin.

Pokud chcete být maximálně dobře připraveni, vyjedte před odjezdem do Alp a prožijte výšky nad 2 500 metrů. Váš organismus se částečně připraví na „řídký“ himálajský vzduch.

POJIŠTĚNÍ

Cestovat do vzdálených končin bez cestovního pojištění je velké riziko. Pro kvalitu servisu, spolehlivost a rozsah plnění i nadále zůstáváme u ERGO Cestovní Pojišťovny, a.s. V rámci vaší cesty jste informace o možnostech pojištění obdrželi od pracovníků CK již dříve a v případě zájmu bylo pojištění léčebných výloh i případné pojištění storna uzavřeno.

V případě, že se během zájezdu plánujete zúčastnit některé z aktivit jako je rafting, lezení, slaňování, výstup na vrchol vyšší než 3 000 m, potápění, bungee jumping, jízda na koni, apod. NEZAPOMEŇTE si sjednat patřičné připojištění na tyto aktivity!

Více informací o pojištění a pojistné podmínky naleznete v tištěném katalogu, u pracovníků CK nebo na webových stránkách www.livingstone.cz/prakticke-informace/cestovni-pojisteni Pokud se rozhodnete si cestovní pojištění sjednat samostatně, prosíme o sdělení názvu pojišťovacího ústavu a čísla pojistné smlouvy garantovi zájezdu před vaším odletem.

Pojištění proti ztrátě likvidity čili proti úpadku CK, je nutnou samozřejmostí. My jsme pojištěni u ERGO Cestovní Pojišťovny, a.s. Tato pojistka je zahrnuta v cenách našich zájezdů. Doklad o pojištění proti ztrátě likvidity od nás obdržíte na vyžádání. Další informace naleznete na www.livingstone.cz/o-nas/pojisteni-ck

VALUTOVÉ VYBAVENÍ

Místní měna:

- Bhútán: 1 USD = 82,33 BTN (bhútánský ngultrum), 1 EUR = 89,98 BTN

Kurzy na <https://www.oanda.com/currency/converter/>

Nejvýhodnější jsou americké dolary, lze měnit i EUR. Lepší kurz je za bankovky vyšších hodnot (50, 100), každopádně je dobré mít s sebou i pár bankovek malé hodnoty. Ideální jsou USD z roku 2009 a novější. Velkým problémem je mít dolary falešné. Doporučujeme měnit v bance s potvrzením.

Doporučené kapesné od 500 USD.

PLATEBNÍ KARTY:

Platební karty VISA a MasterCard jsou akceptovány v drahých hotelech, restauracích a některých obchodech se suvenýry. Při platbě kartou je většinou účtován poplatek ve výši 5% hodnoty zboží. Bankomaty v Bhútánu nejsou zcela běžné, naleznete je jen ve větších městech (Paro, Thimphu). Poplatky za výběr záleží na vaší bance, doporučujeme předem si jejich výši zjistit. Stejně jako v jiných zemích třetího světa i zde je potřeba dbát zvýšené opatrnosti při použití karet, kvůli jejich možnému zneužití. V Indii je možné využívat bankomaty. Kartou je dobré si vzít jako pojistku, uvedené kapesné cca 600 USD se doporučuje vzít v hotovosti.

SPROPITNÉ

Na konci treku je zvykem ocenit místního průvodce, nosiče a kuchaře s pomocným personálem spropitným. Můžete se domluvit s vaším průvodcem a spropitné předat jeho prostřednictvím všichni dohromady, nebo jej můžete platit každý zvlášť – záleží na vaší úvaze. Doporučená výše spropitného se pohybuje mezi USD 100 – 150 USD/osoba. Záleží především na vaší spokojenosti.

UBYTOVÁNÍ

Bhútán a Indie nabídnou ubytování v turistických hotelích. Na treku využíváme stany pro 2 osoby a matrace, co zajistí bhútánský partner. Nutný je vlastní spací pytel.

DOPRAVA

V Bhútánu budeme jezdit pronajatým mikrobusem s řidičem. Na treku naše zavazadla ponesou nosiči, koně každému asi 15 kg. Doporučujeme balit do nepromokavých vaků. Batoh je vhodné dát do vaku, co chrání proti vlhkosti. V Indii zajištěná vlastní doprava, vozidla řídí místní řidiči.

STRAVA A NÁPOJE

Stravování v Bhútánu je formou plné penze. Na treku se podává čaj a káva i džus. V indické části naší cesty není strava v ceně zájezdu s výjimkou snídaní na některých místech. Stravovat se budeme v místních restauracích.

KLIMATICKÉ PODMÍNKY

Klíma je v Bhútánu vzhledem k výškovým rozdílům odlišné. V nejnižších polohách panuje příjemné subtropické klima, ale v zásadě se střídají čtyři roční období. Období dešťů je do října. Příznivé klimatické podmínky rozdělují roční období na dvě hlavní turistické sezóny - jarní a podzimní. Jarní sezóna začíná v polovině března a končí v květnu. Podzimní sezóna začíná v září a končí v prosinci. Se stoupající výškou teplota klesá. Přes den cca 15-25°C, v noci ve vysokých polohách může teplota klesnout pod nulu. Nutno dobrý spací pytel a teplé oblečení, nepromokavá větrovka, pláštěnka, případně deštník.

JAZYK A NÁBOŽENSTVÍ

Oficiálním jazykem Bhútánu je dzongkă, běžně se lze domluvit v turistických oblastech i anglicky. Největší část obyvatelstva tvoří buddhisté, zastoupení má i hinduistické vyznání.

ČAS

Zapomeňte evropské pojetí a vnímání času. V průběhu akce se můžeme dostat do situací, kdy bude čas gumový a my budeme muset čekat. Obrnit se trpělivostí patří k základním předpokladům výpravy.

Časový posun:

- Bhútán + 5 hod

CELNÍ PŘEDPISY

Bez cla může každá osoba dovést osobní věci, mobil, fotoaparát, videokameru nebo jinou elektroniku určenou pro osobní potřebu, osoba starší 18 let pak také maximálně 1 litr alkoholu v maximálně 2 lahvích.

Bezcelní dovoz cigaret ani jiných tabákových výrobků není povolen v žádném množství, a to ani pro osobní potřebu! Pro osobní potřebu si lze dovést do Bhútánu cigarety v rozsahu maximálně 200 kusů cigaret nebo 50 doutníků nebo 250 gramů jiných tabákových výrobků a podléhá prodejní dani (Sales Tax) ve výši 100% a dovoznímu clu ve výši dalších 100%, přičemž doklad o úhradě (Sales Tax Certificate) musí cestující mít neustále u sebe a v případě kontroly předložit.

Aktuální informace o celních předpisech najdete zde: http://www.mzv.cz/jnp/cz/encyklopedie_statu/index.html

ELEKTŘINA

Elektrické napětí v Bhútánu je 220 V, zásuvky jsou povětšinou totožné s naší normou, takže se dají použít naše spotřebiče a nabíječky. Elektřina nebude po celou dobu treku dostupná. Mějte dostatek baterek do fotoaparátů a videokamer.

TELEFONICKÉ SPOJENÍ A INTERNET

Mezinárodní předvolba: Bhútán +975

Internet je v Bhútánu dostupný v Paro a Thimphu, mezinárodní hovory jsou možné ze všech míst mimo trek. GSM mobilní telefon v Bhútánu nevyužijete, protože žádný z našich operátorů nemá s bhútánským Telecomem roamingovou smlouvu. V Bhútánu je možné zakoupit si místní předplacenou SIM kartu a použít ji ve vlastním telefonu.

NAŠE VÝSTAVY ASIE

Výstava Tajemná Indonésie

Patří k největším svého druhu. Existuje stále i jiný časoprostor – místa zastaveného času! Expozice odhaluje taje Nové Guineje, Indonésie, Pacifiku i Šalamounových ostrovů. Historie poprvé svedla dohromady největší legendy cestování. Inženýři Hanzelka, Zikmund a M. Stingl poprvé společně! Dělí se o zážitky z tajemné Nové Guineje. Rudolf Švaříček odhaluje neznámá etnika, dobrodružství i expedice hluboko v nitru ostrova. Více informací o výstavě naleznete na www.tajemnaindonesie.cz

Výstava Magický Himálaj – do října HRADEC KRÁLOVÉ – MUZEUM VÝCHODNÍCH ČECH

Unikátní expozicí otevírá magický příběh velehor, snové krajiny, ryzích lidí, vzácných zvířat, křehkých náboženství, šokujících obřadů, mýtů a tajemství. Věnuje se nejvyšším horám světa i zajímavému životu pod nimi. Odhaluje neuvěřitelnou pestrost exotických zemí Nepál, Indie, Tibet a Bhútán. Více o výstavě www.magickyhimalaj.cz

Výstava BHÚTÁN – hospital KUKS do konce sezony 2026

PŘÍPADNÉ OTÁZKY RÁDI ODPOVÍME:

LIVINGSTONE, s.r.o., Marešova 14, 602 00 BRNO

telefonicky: 542 214 645

mail: info@livingstone.cz

osobně: po – pá 9.00 – 16.00 hodin

www.livingstone.cz