

## 229 KRÁLOVSKÝ NEPÁL

### CHARAKTERISTIKA AKCE

Nejoblíbenější skladba poznávacího programu v Nepálu. Jedná se o pohodový, fyzicky nenáročný zájezd, který nabídne srovnání odlišných kultur, památek, náboženství a také nenáročný třídní trek. Během cesty budete mít dostatek času poznat jak to nejlepší z přírodních krás, tak i kulturní a náboženské bohatství a tradiční život nepálských obyvatel. Nabízíme bohatou zkušenost a znalost uvedené destinace.

### CESTOVNÍ DOKLADY

Budete potřebovat platný cestovní pas (platnost minimálně 6 měsíců po návratu zpět do České republiky) s minimálně 3 volnými stránkami (pozor, na stránce nesmí být ani propité razítko z předchozích stránek) a fotokopii dvoustrany pasu s osobními údaji (pro případ ztráty nebo krádeže pasu). S sebou vezměte i 2 aktuální barevné fotografie (pro případ ztráty nebo krádeže pasu). Případně si zašlete naskenovanou kopii pasu s osobními údaji na vlastní e-mail, budete ji mít tak vždy k dispozici.

### VÍZOVÁ POVINNOST

Cena zájezdu nezahrnuje vstupní víza do Nepálu.

#### Pro občany ČR:

- **Nepál** - Vízum se vyřizuje po přistání na letišti a stojí 30 USD na 14 dnů, není zahrnuto v ceně zájezdu. Pro tento účel si s sebou vezměte hotovost v dolarech (místní měny, kreditní karty ani šeky se pro tento účel nepřijímají), 1x fotografie pasového formátu.

Pokud cestujete s pasem jiného státu, je nutné si před cestou samostatně ověřit vízovou povinnost do navštívených zemí.

### CO VZÍT S SEBOU

Jako hlavní zavazadlo si doporučujeme vzít velkou sportovní tašku anebo pohodlný batoh, pokud si věci hodláte nést sami (ideálně s bederním pásem a integrovanou pláštěnkou). Budete potřebovat i menší turistický batoh cca 20-30 litrů na věci potřebné přes den (pití, fotoaparát, doklady, náhradní oblečení). Pro odkládání nepotřebných věcí před trekem (depozit v hotelu) doporučujeme přibalit si jednoduchý vak či tašku. Za zvážení stojí i dalekohled. Po dobu treku využijete teplý a lehký spacák (ideálně z kvalitního peří do minusových teplot cca -5 °C – hodnota „komfort“).

V oblečení je nejlepší variantou vrstvení. Pro nižší polohy stačí lehké kalhoty, trička s krátkým rukávem, pokrývka hlavy. Pro vyšší polohy doporučujeme kvalitní trekové kalhoty, spodní vrstvy z pohodlných funkčních materiálů. Další vrstva z hřejivých materiálů př. fleecová mikina. Izolační vrstva z materiálů obecně označovaných jako softshell, případně ještě hřejivá lehoučká bunda z peří nebo syntetiky. Velmi záleží na individuální termoregulaci. Svrchní vrstva chrání před deštěm s kvalitní prodyšnou membránou. Jednou z nejdůležitějších věcí jsou pohodlné „rozslápnuté“ pohorky s membránou. Z dalšího vybavení doporučujeme: čelovku, sluneční brýle s vysokým stupněm ochrany, funkční ručník. V některých částech zájezdu využijete i repelent (NP Chitwan). Kapesní nůž, lékárničku. Doporučujeme i malou termosku

### ZDRAVÍ

S cestami do exotických zemí často souvisí i zvláštní zdravotní opatření. V tabulce níže jsou uvedena pouze nejčastější očkování pro cesty do exotických zemí. Upozorňujeme, že se tento stav může měnit. Očkování doporučená mohou být vyžadována jako povinná a naopak.

Vakcinaci a užívání léků je potřeba konzultovat s odborným lékařem.

- |                  |            |
|------------------|------------|
| • Hepatitida A+B | Doporučené |
| • Břišní tyfus   | Doporučené |

#### ADRESA

Livingstone s.r.o.  
Marešova 14  
602 00 Brno

#### TELEFON

+420 542 214 542  
+420 603 877 182

#### EMAIL A WEB

info@livingstone.cz  
www.livingstone.cz

Se žádostí o odbornou konzultaci se obraťte na specializovaná centra cestovní medicíny. Jejich síť najdete po celé České republice - Praha, Brno, Ostrava, Olomouc, Plzeň, Zlín, Hradec Králové, Pardubice a další. Adresy a kontakty jsou uvedeny na [www.ockovacentrum.cz](http://www.ockovacentrum.cz).

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

### POJIŠTĚNÍ

Cestovat do vzdálených končin bez cestovního pojištění je velké riziko. Pro kvalitu servisu, spolehlivost a rozsah plnění i nadále zůstáváme u ERV Evropské 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 na webových stránkách [www.livingstone.cz/prakticke-informace/cestovni-pojisteni](http://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 ERV Evropské 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](http://www.livingstone.cz/o-nas/pojisteni-ck)

### VALUTOVÉ VYBAVENÍ

Místní měna:

- Nepál: 1 USD = 143.91 NPR (nepálská rupie), 1 EUR = 168.85 NPR

Kurzy místní měny lze orientačně zjistit na <https://www.oanda.com/currency/converter/>

Cenová hladina v navštěvovaných oblastech je zhruba srovnatelná s úrovní cen u nás (některé zboží je i výrazně levnější, což ale rozhodně neplatí o alkoholu). Nepál patří mezi "Mekky" smlouvání. Ceny se mohou lišit násobky. A tam, kde o něco skutečně stojíme (a protějšek to vycítí), astronomická cena se nechce zmenšovat. Vezená suma záleží na tom, zda vás pohltí množství nabízených suvenýrů (zajímavých dřevorezéb, masek, stříbra, látek....), případně zda se rozhodnete absolvovat fakultativní výlet - vyhlídkový let nad Everestem cca 240 USD.

**Na nezbytné výdaje** (vízum do Nepálu 30 USD, vstupy do památkových objektů a na kulturní představení cca 40 USD, stravu, spropitné pro místní řidiče, průvodce cca 80 USD, nápoje) **doporučujeme částku od 450 USD.** V Nepálu je možné využít i bankomaty, minimální částku v hotovosti doporučujeme cca **200 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 jsou běžné v Káthmándú, Pokhaře. Poplatky za výběr záleží na vaší bance, doporučujeme předem si jejich výši zjistit.

### SPROPITNÉ

Na konci cesty je zvykem ocenit místního průvodce/řidiče 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 80–100 USD/osoba. Záleží především na vaší spokojenosti se službami místních a podle toho je nakonec oceníte.

### UBYTOVÁNÍ

Během zájezdu je ubytování zajištěno v hotelech střední turistické kategorie, ve dvoulůžkových pokojích s vlastním sociálním zařízením na pokoji. Ubytovaní je na některých místech zajištěno se snídaní. Na treku v horských lodžích, dvoulůžkové pokoje se společným sociálním zařízením, zde se stravujeme samostatně. Vnímání standardu „hvězdiček“ může být však v exotických destinacích odlišné. Úroveň ubytování a služeb závisí často na místních zvyklostech a mentalitě obyvatelstva. Proto je potřeba někdy počítat s laxnějším přístupem.

### DOPRAVA

Během zájezdu se budeme přepravovat pronajatými vozidly (minibusy). Delší vzdálenost letecky.

### STRAVA A NÁPOJE

V ceně zájezdu je zahrnuta v národním parku Chitwan plná penze, na některých místech snídaně. Po dobu treku snídáme a večeříme v horské lodži, strava není zahrnuta do ceny zájezdu. Na ostatních místech se stravujeme společně v restauracích a jídelnách. Průvodce zájezdu je nápomocen s výběrem jídel. Ve čtvrti Thamel, kde v Káthmádnú bydlíme, je dostatek nejrůznějších krajových restaurací. Můžete počítat s tím, že průměrně za den utratíte cca 35 USD na osobu.

V **Nepálu** se setkávají dvě velké kulinářské kultury, indická a čínská. Prostá kuchyně horských obyvatel je v podstatě regionální variantou severoindické kuchyně a sestává převážně z rýže, luštěnin, okořeněné zeleniny a masa. Často bývá doplněna různými omáčkami. V nížinách se často připravují chlebové placky róti s rozličnými druhy indické směsi koření karí, ale také nejrůznějšími sladkostmi.

**Orientační ceny jídla:** Nepál, Indie – hlavní jídlo v restauraci 5 – 10 USD (dle zvoleného typu stravovacího zařízení)

### KLIMATICKÉ PODMÍNKY

Klima je v **Nepálu** vzhledem k výškovým rozdílům jednotlivých oblastí velmi odlišné. V nejnižších polohách panuje příjemné subtropické klima, ale v zásadě se pravidelně střídají čtyři roční období. Jaro a podzim jsou v jižním a středním Nepálu teplotně velmi podobné našim střeoevropským podmínkám. Období dešťů je od června do září. Příznivé klimatické podmínky rozdělují roční období na dvě hlavní turistické sezóny - jarní a podzimní. Se stoupající nadmořskou výškou přirozeně teplota klesá, často fouká velmi studený vítr.

| KÁTHMÁNDÚ                      |    |    |    |    |     |     |     |     |     |    |    |    |
|--------------------------------|----|----|----|----|-----|-----|-----|-----|-----|----|----|----|
| Měsíc                          | 1  | 2  | 3  | 4  | 5   | 6   | 7   | 8   | 9   | 10 | 11 | 12 |
| Nejvyšší průměrná teplota (°C) | 15 | 17 | 21 | 25 | 26  | 26  | 26  | 26  | 25  | 23 | 20 | 16 |
| Průměrné srážky (mm)           | 17 | 15 | 30 | 37 | 102 | 201 | 375 | 325 | 189 | 56 | 2  | 10 |

### JAZYK A NÁBOŽENSTVÍ

Oficiálním jazykem Nepálu je nepálština, ale běžně se lze domluvit i anglicky. 85% obyvatelstva jsou hinduisté, setkáme se menšinou i s buddhisty a muslimy.

### ČAS

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

**Časový posun:**

- Nepál + 3 a 45 minut hod v době letního času, + 4 a 45 minut hodiny v zimě

### NAŠE VÝSTAVNÍ PROJEKTY Z REGIONU ASIE

#### Výstava Tajemná Indonésie

Tato výstava 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](http://www.tajemnaindonesie.cz)

#### Výstava Magický Himálaj

Tato výstava je unikátní expozicí otevírající 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, jako jsou Nepál, Indie, Tibet a Bhútán. Více informací o výstavě naleznete na [www.magickyhimalaj.cz](http://www.magickyhimalaj.cz)

### VAŠE PŘÍPADNÉ DOTAZY RÁDI ZODPOVÍME:

#### V Brně:

písemně: LIVINGSTONE, s.r.o., Marešova 14, 602 00 BRNO  
telefonicky: 542 214 645  
e-mailem: [info@livingstone.cz](mailto:info@livingstone.cz)  
osobně: po – pá 9.00 – 16.00 hodin

**Naši nabídku najdete na [www.livingstone.cz](http://www.livingstone.cz)**