

## 217 | 219 BORNEO - SARAWAK - SABAH - BRUNEJ

### CHARAKTERISTIKA AKCE

Jedná se o poznávací zájezd určený především milovníkům přírody. Sportovnější částí programu je trek džunglí ke skalním útvarům Pinacles a výstup na Mt. Kinabalu. Čas bude i na zasloužený odpočinek u moře. Nejdelší vzdálenosti překonáme letecky (Kuching - Miri - Gunung Mulu, Kota Kinabalu - Sandakan), ostatní přesuny budeme absolvovat převážně pronajatými vozidly, místním autobusem do Bruneje. Ubytování budeme většinou v hotýlcích střední turistické kategorie - dvoulůžkové pokoje s vlastním příslušenstvím, během treku v NP Gunung Mulu 2x nocleh v jednoduché ubytovně, 1x v domorodém příbytku Iban, 1x v horské chatě během výstupu na Mt. Kinabalu, v jednoduchých chatkách v malebném prostředí NP řeky Kinabatangan. Po dobu treků v NP Gunung Mulu, na Mt. Kinabalu, v NP Kinabagan a během dvoudenního výletu do NP Pulau Tiga je zajištěna plná penze. Do časového harmonogramu akce není zařazen žádný noční přesun. „Poznání“ bude tentokrát pro nás na prvním místě!

### POPIS TREKŮ

#### NÁRODNÍ PARK GUNUNG MULU - PINNACLES

**1.den** Letecky do NP Gunung Mulu. Transfer na hotel. Procházka po visutých lávkách k jeskyním Deer a Lang's., barevná kouzla stalagmitů, jezírek a říček. Západ slunce s miliony netopýrů v nekonečném proudu. Délka výletu cca 2 hodiny. Společná večeře.

**2.den** Po snídani poplujeme cca 3 hodiny motorovou kánoí do výchozího místa treku. Cestou navštívíme jeskyně Clearwater a Wind cave. Tento den půjdeme asi 9 km rozmanitou džunglí (převážně po rovině) do místa označeném "camp 5". Zde budeme večeřet. Spát budeme v jednoduché ubytovně - ve vícelůžkových místnostech vybavených matracemi. (Strava: plná penze).

**3.den** Po snídani nás bude čekat prudký výstup asi 3 hodiny hustým porostem, finálních 30 minut s pomocí 17 kovových žebříků. Zažijeme jeden z životních pohledů. Pro výstup i sestup je určena jedna cesta. Půjdeme tedy odlehčení, pouze s malým baťůžkem. Hlavní zavazadlo si necháme v místě spánku, v kempu. Celkové převýšení druhý den treku je 1 200 m. I když je tento den našim cílem pohled na špičaté vápencové skalní útvary Pinacles, program je volitelný. Ne každý musí vystoupit na vrcholové plato. Jednou z možností je absolvovat pouze část výstupu, či zvolit jednodenní relax v pohádkové džungli spojený s osvěžující koupelí v řece, v místě našeho noclehu. Nocleh v jednoduché ubytovně, tzv. Camp 5. (Strava – plná penze)

**4.den** Podnikneme pochod džunglí po stopách bývalé stezky lovců lebek tzv. Headhunter's trail dále k řece Terikan a Medalam. Před sto lety tuto tajnou stezku používali válečníci kmene Kayan k útokům na obyvatele příbytků Long House – dlouhé chýše pro 80 rodin. Odpolední plavba po řece s vyhlídkou na okolní prales. Nocleh v tradičním příbytku Iban. (Strava – plná penze)

**5.den** Po snídani odjezd přes městečko Limbang do BRUNEJE. (snídaně).

Po dobu programu v NP Gunung Mulu je zajištěna plná penze.

Přestože si bereme na trek všechny věci, neboť se již nebudeme vracet do výchozího místa, je možné absolvovat trek na lehko. Po vzájemné domluvě na místě, je možné využít možnosti letecké přepravy zavazadel do Limbangu (cílové místo treku), které nebudete na treku potřebovat. Tuto možnost, vypravit se na trek pouze s malým zavazadlem vždy většina cestovatelů vítala s povděkem. Symbolický poplatek se hradí až na místě, ve výši cca 25 USD.

#### DVOUDENNÍ HORSKÝ TREK NA MT. KINABALU A ODPOČINEK V TERMÁLNÍCH PRAMENECH

Jedná se o vysokohorskou turistiku. Na trek půjdeme odlehčení, přebytečné věci si můžeme nechat v hotelu ve městě Kota Kinabalu či v úschovně na bráně parku. Vždy bývá upřesněno na místě, průvodcem zájezdu.

**1.den** Poznávací program - návštěva termálních pramenů, příjemný relax v pramenech Poring s léčivou vodou. Společně si zkusíme chůzi po visutých lávkách v korunách pralesních stromů. (Strava: oběd, večeře)

**2.den** Po snídani evidence na bráně parku Mt. Kinabalu nacházející se ve výšce 1 866 m. Délka chůze 4 - 5 hodin do místa spánku, oblast Laban Rata 3 272 m. (Strava: snídaně, obědový balíček, večeře)

#### 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

**3.den** V časných hodinách zahájíme tříhodinový výstup na vrchol, 4 098 m, následně sestup zpět na bránu parku. (Strava: snídaně, oběd) Odpolední návrat do Koty Kinabalu.

Poznámka k průběhu akce: na základě potvrzené rezervace ubytování během výstupu na Mt. Kinabalu (1x nocleh v horské chatě) může být časový harmonogram výletu na Mt. Kinabalu přeskládán, navštívená místa zůstanou zachována dle programu zájezdu.

Během výstupu budeme nocovat 1x v horské chatě, ve vícelůžkovém pokoji se společným sociálním zařízením, 1x v chatkách, ve dvoulůžkových pokojích s vlastním sociálním zařízením. V případě, že se někteří klienti rozhodnou nepokračovat až na samotný vrchol, vyčkají do návratu skupinky a společně sestoupíme do výchozího bodu, na bránu parku. Vracet se budeme stejnou cestou. Po dobu treku je možné využít služeb nosičů (cena za službu místního nosiče cca 45 USD/den). Základní vybavení, které je nutné pro výstup: kvalitní treková obuv, vložka do spacáku, bunda, čelová svítilna, nádoba na čaj. Během treku bude zajištěno stravování, které je v ceně zájezdu.

### CESTOVNÍ DOKLADY

Budete potřebovat platný cestovní pas (platnost minimálně 6 měsíců po návratu zpět do České republiky) s minimálně 2 volnými stranami (pozor, na stránce by nemělo být ani propité razítko z předchozích stránek). Vezměte s sebou fotokopii dvoustrany pasu s osobními údaji a 2 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

**Pro občany ČR i SR:**

- **Malajsie:** bezvízový styk pro turistické pobyty do 90 dnů.
- **Brunej:** bezvízový styk pro turistické pobyty do 90 dnů.

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 můžete vzít buď batoh, nebo cestovní tašku. Je vhodné opatřit si nepromokavý vak na batoh. 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 (přeprava zavazadel do cílového místa treku) doporučujeme přibalit si jednoduchý vak či tašku. Za zvážení stojí i dalekohled. Klimatické podmínky během treku v horách jsou variabilní a je nutné počítat s rychle se měnícím počasím. Proto je potřeba mít kvalitní vybavení.

Pro noclehy v přírodě během treků není nutné brát si vlastní spacák. V oblasti Gunung Mulu je teplo a vystačíte s vložkou do spacáku, případně se na místě za mírný poplatek dá půjčit moskytiéra a přikrývka. Podobné pravidlo platí i při výstupu na Mt. Kinabalu. Chaty, ve kterých budete ubytováni, nabízejí přikrývky. Doporučujeme teleskopické trekové hole. Z oblečení budete pro nižší polohy potřebovat lehké bavlněné kalhoty, trička s krátkým rukávem, pokrývka hlavy (kšiltovka), plavky; pro vyšší polohy teplejší kvalitní trekové kalhoty, tričko s dlouhým rukávem, fleecová či polartecová mikina, nepromokavá goretexová bunda. Kvalitní nepromokavé pohorky, ochranné návleky. Na přezutí lehké tenisky nebo sandály.

Z dalšího vybavení na cestu doporučujeme: LED čelovou svítilnu nebo baterku. Kvalitní sluneční brýle, opalovací krém s vysokým ochranným faktorem, rychleschnoucí ručník, repelent (doporučujeme Predator). Kapesní nůž. Lékárničku. Nádoba na vodu - univerzální plastová lahev, která je vhodná i pro přípravu horkých nápojů. Pokud máte problémy se vstáváním, vezměte s sebou budík.

Pokud si s vybavením nebudete jistí, asi nejlépe vám poradí specializovaní prodavači v síti prodejen [HUDY](#).

K elektronickému vybavení (foťáky, kamery, tablety...) doporučujeme přibalit i kvalitní a odolný obal (proti prachu, vodě, oděru). Předejdete tak jejich případnému poškození. Před vlastním letem je vhodné mít všechny

nej důležitější věci (kameru, fotoaparát, finance, cennosti, apod.) v příručném zavazadle, které si berete s sebou do letadla.

### 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, včetně užívání antimalarik.

- Hepatitida A+B      Doporučené
- Břišní tyfus          Doporučené

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). Konzultaci můžete absolvovat ZDARMA na základě [Konzultační karty](#).

Mimo tato pracoviště se můžete v BRNĚ obrátit na ambulanci cestovní medicíny MUDr. Vladimír Strakrle, Údolní 16 (vchodem lékárny do 1.patra), Brno tel. 545 240 743, [www.strakrle.com](http://www.strakrle.com), v PRAZE na Centrum cestovní medicíny, Havelská 14, Praha 1, tel. 222 094 121, [www.medpharm.cz](http://www.medpharm.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 ceně zájezdu je zahrnuto základní cestovní pojištění BASIC od ERV Evropské pojišťovny a.s., které se vztahuje na úhradu léčebných výloh v zahraničí až do částky 5,4 mil. Kč, zubní ošetření do 24 000 Kč, fyzioterapii do 120 000 Kč a na službu Euro-Center Prague - aktivní asistenci 24 hodin denně (zajištění lékařského převozu a repatriace tělesných ostatků do 1 mil. Kč a přivolání opatrovníka do 150 000 Kč).

K základnímu cestovnímu pojištění BASIC lze prostřednictvím naší cestovní kanceláře dále sjednat připojištění stornopoplátků, zpoždění či ztráty zavazadel, připojištění na vysokohorskou turistiku, apod.

- **LIVINGSTONE za cenu 990 Kč na 31 dní**  
Připojištění na škodu na osobních věcech, zmeškání odjezdu, přerušení cesty, trvalé následky úrazu, nevyužitá dovolená, odpovědnost za škodu na zdraví a majetku.
- **LIVINGSTONE EXTRA za cenu 1 990 Kč na 31 dní**  
Připojištění na pobyt ve výškách nad 3 000 m, na škodu na osobních věcech, zmeškání odjezdu, přerušení cesty, trvalé následky úrazu, nevyužitou dovolenou, odpovědnost za škodu na zdraví a majetku. Součástí tohoto připojištění jsou rizikové sporty a vysokohorská turistika do 6 000 m.
- **STORNO - pouze ze zdravotních důvodů cestujících**  
Za 2,5 % z konečné ceny zájezdu v případě kombinace s připojištěním LIVINGSTONE nebo LIVINGSTONE EXTRA nebo 3,5 % z konečné ceny zájezdu v případě pojištění samostatného storna. Limit plnění je max. 300 000 Kč, spoluúčast 20 %.
- **STORNO PLUS - i z jiných než zdravotních důvodů cestujících** (zdravotní potíže osob blízkých, nezaviněné neobdržení víza, rozsáhlé poškození bydliště apod.)  
Za 5 % z konečné ceny zájezdu v případě kombinace s připojištěním LIVINGSTONE nebo LIVINGSTONE EXTRA nebo 7 % z konečné ceny zájezdu v případě pojištění samostatného storna. Limit plnění je max. 300 000 Kč, spoluúčast 20 %.
- **U akcí zaměřených na vysokohorskou turistiku je nezbytně nutné sjednat si připojištění na vysokohorskou turistiku. ERV Evropská pojišťovna a.s. nabízí připojištění LIVINGSTONE EXTRA, viz**

**informace výše.** V případě, že nemáte zájem o sjednání připojištění na vysokohorskou turistiku prostřednictvím naší CK, prosíme před odjezdem o zaslání potvrzení o sjednaném připojištění na vysokohorskou turistiku (nejlépe kopii vaší pojistné smlouvy, minimálně však název pojišťovny, kontaktní linky pojišťovny a informace o výši plnění). Důrazně doporučujeme si předem u vaší pojišťovny zjistit, jak postupovat v případě pojistné události.

- ☺ 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, bunjee 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](http://www.livingstone.cz/prakticke-informace/cestovni-pojisteni)

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:

- Malajsie: 1 USD = 3,94 MYR (malajský ringit)
- Brunej 1 USD = 1,29 BND (brunejský dolar)

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

Nejvýhodnější měnou jsou americké dolary. Při amerických dolarech platí, že lepší kurz je za bankovky vyšších nominálních hodnot, vezměte s sebou pokud možno 100 dolarové bankovky. V bance si vyměňte pokud možno NOVÉ (vydané po roce 2003) nepoškozené dolarové bankovky. Za starší dolary může být horší kurs nebo je třeba nechtějí vůbec! Ceny v Malajsií jsou srovnatelné s cenami u nás, některé věci lze pořídit i levněji.

**Na nezbytné výdaje doporučujeme částku od 750 USD výše, na 18-ti denní variantu od 550 USD.** Vezená suma záleží na tom, zda vás pohltí množství nabízených suvenýrů, případně zda se rozhodnete absolvovat některou z fakultativních aktivit. Nezbytné výdaje jsou vstupy na kulturní vystoupení, do památkových objektů a jiné aktivity cca 70 USD. Dále počítejte s výdaji za stravu, nápoje, spropitné pro místní průvodce, řidiče a nosiče cca 60 USD, fakultativní aktivity cca 100 USD.

## SPROPITNÉ

Malé spropitné při placení bude velmi uvítáno. Je dobrým zvykem odměnit najaté řidiče, průvodce a případně nosiče spropitným v celkové výši cca 60 USD. Zdvorné je zanechat malý peněžní dar při ukončení návštěvy mešity, chrámu, svatyně nebo domorodé vesnice.

## UBYTOVÁNÍ

Převládají hotýlky střední turistické kategorie, na některých místech s možností osvěžit se v hotelovém bazénu. Jedná se o dvoulůžkové pokoje s vlastním sociálním zařízením, s klimatizací či fénem. V přírodě budeme nocovat ve vícelůžkových pokojích, se společným sociálním zařízením (vyjmenováno níže). Během treku v NP Gunung Mulu: 2x v jednoduché ubytovně v tzv. Campu 5, v domorodém příbytku Iban 1x. Během výstupu na Mt. Kinabalu: 1x v horské chatě. V malebném prostředí NP řeky Kinabatangan: 2x v chatkách, ve dvoulůžkových pokojích. Pro tyto noclehy doporučujeme vložku do spacáku, moskytiéra není nutná.

## DOPRAVA

Delší vzdálenosti překonáme letecky (Kuching - Miri - Gunung Mulu, Kota Kinabalu - Sandakan). Pozemní doprava je řešena převážně pronajatými vozidly. Místní bus využijeme pro přesun do Bruneje, případně do Semporny. Do programu je zařazena plavba lodí v NP Bako, v NP Gunung Mulu k jeskyním Clearwater a Wind

Cave. Transfer po zemi z Bandar Seri Begawan v kombinaci s pozemní dopravou přes Kuala Penyu na Pulau Tiga. Lodní výlet na ostrovy NP Pulau Tiga s plnou penzí. Lodní výlety ke korálovým ostrovům v oblasti Semporna.

### STRAVA A NÁPOJE

Většinou se stravujeme společně v restauracích a jídelnách. Na většině hotelech je zajištěna snídaně, případně je možnost ji dokoupit. Průvodce je nápomocen s výběrem. V ceně zájezdu je zahrnuta plná penze během výstupu na Mt. Kinabalu, treku v NP Gunung Mulu, na safari v NP Kinabatangan a během dvoudenního výletu do NP Pulau Tiga. Není tedy potřeba brát si s sebou žádné věci na vaření v přírodě.

V kuchyni Malajsie se odráží směsice kultur a národností. Nejčastěji se jedná o vlivy čínské, indické, indonéské a thajské kuchyně. Stejně jako u většiny okolních zemí je základní potravinou rýže, velmi často jsou součástí pokrmu nudle. V Malajsii tvoří nezbytnou součást přípravy jídel nejrozmanitější druhy koření - skořice, zázvor, anýz, chilli, kari a mnoho dalších, které u nás ani nejsou známé. Kuřecí maso patří k nejoblíbenějším potravinám. Ryby se připravují většinou vcelku, plněné různými druhy koření, servírují se s rozličnými druhy omáček. Plody moře se servírují zamíchané do rýže či smažených nudlí, v omeletách nebo s různými přílohami. Připravuje se také hovězí a vepřové maso, ovšem existují zde náboženská omezení.

Po celý rok je zde velký výběr tropického ovoce, takže mezi nejčastější nápoje patří kromě vody také čerstvé ovocné šťávy a džusy. Velmi oblíbený je také čaj a káva a to nejen v klasické teplé, ale velmi často v „ledové“ formě. Běžně dostupné jsou také Coca Cola, Fanta a ostatní nealkoholické nápoje tohoto typu. Přesto, že je Malajsie islámskou zemí, je zde alkohol k dostání, cena však bývá vyšší.

Voda z místních zdrojů se nedoporučuje používat ke konzumaci. V obchodech i restauracích dostanete balenou vodu v umělohmotných láhvích a doporučujeme, abyste balenou vodu používali i na čištění zubů. Během celé naší trasy je možné dokupovat pitnou vodu v originál uzavřených plastových lahvích. Na trecích bude možné dokupovat tekutiny na místě, případně doplňovat potřebné množství tekutin čajem.

**Orientační ceny:** smažené nudle nebo rýže 60 – 100 Kč, pivo 80 - 100 Kč, kola 25 Kč, voda (1,5 l) 20 Kč.

### 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  
osobně: po – pá 9.00 – 17.00 hodin

#### V Praze:

Každou středu od 10.30 do 17.30 hodin v prostorách společnosti Orbix/Student Agency, Charles Square Center, Karlovo náměstí 10, 120 00 Praha 2

**Nemáte-li dosud náš katalog zájezdů, napište či zavolejte si o něj, rádi vám ho bezplatně zašleme.**