

236 ČÍNA – TIBET – NEPÁL - INDIE

CHARAKTERISTIKA AKCE

Jedná se o zájezd s důrazem na poznání. Akce je určena především zájemcům o historické památky, kulturu, zvyky a tradice. Upozorňujeme na náročnější způsob cestování. Vzhledem k rozsahu poznávaného území absolvujeme množství přesunů, čekají vás prašné a nekvalitní úseky cest, změny klimatu, stravy a kultur. Letecky překonáme úsek Chengdu – Lhasa. Do časového harmonogramu jsou zařazeny také noční přesuny, více informací v odstavci doprava. Ubytování je zajištěno v hotýlcích turistické kategorie, ve většině případů se jedná o dvouúžlkové pokoje s vlastním příslušenstvím. V Tibetu se budeme pohybovat v místech, kde není příliš rozvinutá turistická infrastruktura, proto počítejte s jednodušším typem ubytováním. Jedna noc bude řešena ve vícelůžkových vybavených stanech u Everest BC.

CESTOVNÍ DOKLADY

Budete potřebovat platný cestovní pas (platnost minimálně 6 měsíců po návratu zpět do České republiky) s minimálně 5 volnými stránkami (pozor, na stránce nesmí být ani propitá razítka 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 vízum do Nepálu, 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 Číny, Nepálu a Indie. Vstupní víza do Číny i Indie si můžete vyřídit buď samostatně nebo využít ke zprostředkování služby naší CK. Poplatek za vízum + 300 Kč za zprostředkování bude zahrnut do kalkulace doplatku ceny za zájezd.

Pro občany ČR:

- **Čína** - Jednovstupové čínské vízum se vyřizuje na ambasádě v Praze.

Adresa ambasády: **Velvyslanectví Čínské lidové republiky**, Pelléova 18, Praha 6 – Bubeneč, 160 00

web: www.chinaembassy.cz

Vízum stojí **3 000 Kč**. K vyřízení je potřeba:

1. Platný pas s min. 2 volnými stránkami (dvoustránkou) pro vízum
 2. 1x čitelná kopie datové stránky pasu (stránka s osobními údaji)
 3. 1x čitelně, kompletně a pravdivě vyplněný formulář, podepsaný žadatelem
 4. 1x současná barevná originální fotografii pasového formátu, nalepit na formulář
 5. kopie zakoupené letenky nebo rezervace: obousměrná letenka do Číny a z Číny (pokud žadatel o vízum cestuje jinými dopravními prostředky, předloží příslušné vysvětlení a potvrzení) - zajistí CK
 6. detailní itinerář cesty po Číně v anglickém jazyce (podle časového sledu, místa, pamětihodností apod., příp. informace o zajištěném ubytování) - zajistí CK
 7. cestovní pojištění na dobu pobytu v Číně – zajistí CK
- **Tibet** - Permit pro vstup do Tibetu se vyřizuje v Číně a **je v ceně zájezdu**
 - **Nepál** - Vízum se vyřizuje po přistání na letišti a stojí 25 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.
 - **Indie** - O jednovstupové indické vízum je **nutné zažádat osobně** na ambasádě v Praze, kde budou odebrány biometrické údaje žadatelům o vízum (otisky prstů, fotografie). Vyzvednutí pasu s vízem již zajistí CK Livingstone.

Adresa ambasády: Velvyslanectví Indické republiky, Milady Horákové 60/93, Praha 7 170 00
consular@india.cz, Telefon: +420-257 533 490, po-pá 9:00-13:00 13:30-17:30

Vízum stojí **2 570 Kč**. K vyřízení je potřeba:

1. Platný pas

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

2. 1x čitelná kopie datové stránky pasu (stránka s osobními údaji)
3. 1x vyplněný on-line formulář, který naleznete na <https://indianvisaonline.gov.in/visa/> - záložka Regular visa application
4. **1x fotografii 5x5cm na bílém pozadí** (nejedná se o fotografii pasového formátu), ta samá fotografie se musí nahrát do vyplněného vízového formuláře
5. Rezervace zpáteční letenky
6. Výpis z bankovního účtu (stačí konečný zůstatek, min. 30 000,-Kč na každý započatý měsíc na osobu).

Za vyřízení víz prostřednictvím naší CK účtujeme poplatek 300 Kč/vízum.

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

CO VZÍT S SEBOU

Vzhledem k charakteru akce je možné cestovat s batohem, taškou i kufříkem na kolečkách. Dále vezměte menší batůžek jako příruční zavazadlo, využijeme jej i během jiných aktivit na zájezdu. Oblečení do teplého počasí (kraťasy, tričko), ale také něco pro chladnější počasí (dlouhé bavlněné kalhoty, mikina). Nenechte se zaskočit nízkými teplotami ve vyšších nadmořských výškách! Není však nutné brát vlastní spacák, na místech noclehů jsou k dispozici přikrývky. Ideálním řešením je vrstvení (termoprádlo, fleec). Přibalte pláštěnku či nepromokavou větrovku. Vhodnou obuv na turistiku (nejsou nutné pohorky), sportovní sandály. Z dalšího vybavení na cestu pokrývku hlavy (i pro vyšší polohy), kvalitní sluneční brýle, opalovací krém s vysokým ochranným faktorem. Repelent. Budík. Doporučujeme vzít si s sebou baterku (čelovku) s náhradními bateriemi. Baterka se hodí i při prohlídkách chrámů k prosvícení zajímavých zákoutí tonoucích ve tmě a stejně tak v nepálských hotelech, když přetížená elektrická síť vypoví službu.

Je zbytečné brát velké množství věcí. Asie je obecně oblastí, kde levně nakoupíte vše, co jste zapoměli.

Upozorňujeme, že pro vstup do některých chrámů je vhodné mít „slušné“ oblečení (ženy delší sukně pod kolena, muži dlouhé kalhoty, nejsou vhodná trička bez rukávu a s velkým dekoltem).

K elektronickému vybavení (foťáky, kamery, tablety...) doporučujeme přibalit i kvalitní a odolný obal (proti prachu, vodě, oděru). Předjedete tak jejich případnému poškození. Před vlastním letem je vhodné mít všechny nejdůležitější věci (kameru, fotoaparáty, finance, cennosti, apod.) v příručním 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.

- 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. 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.patry), Brno tel. 545 240 743, www.strakrle.com, v PRAZE na Centrum cestovní medicíny, Havelská 14, Praha 1, tel. 222 094 121, 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 stornopoplatků, 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 cestujícího**
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 cestujícího** (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 %.
- Vzhledem k tomu, že se v rámci standardního programu zájezdu pohybujete v nadmořských výškách nad 3000 m n.m. a cestovní pojištění BASIC, které je v ceně zájezdu, platí pouze do nadmořské výšky 2999 m n.m., doporučujeme, abyste si sjednali připojištění Livingstone Extra. Také pokud během zájezdu plánujete zúčastnit se některé z aktivit jako je rafting, lezení, slaňování, jízda na koni, apod., nezapomeňte si sjednat připojištění Livingstone Extra na tyto aktivity!

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

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

VALUTOVÉ VYBAVENÍ

Místní měna:

- Čína: 1 USD = 6,34 CNY (čínský yuan), 1 EUR = 7,58 CNY
- Nepál: 1 USD = 107 NPR (nepálská rupie), 1 EUR = 127 NPR
- Indie: 1 USD = 66,48 INR (indická rupie), 1 EUR = 80,62 INR

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

Doporučenou měnou jsou americké dolary či EURa. V bance si vyměňte pokud možno nové nepoškozené dolarové bankovky. Za starší dolary může být horší kurs nebo je třeba nechtějí vůbec! Jinak obecně platí, že směnný kurs je výhodnější za bankovky vyšších hodnot (50, 100 USD). Je dobré mít s sebou i dolarové bankovky nízkých hodnot v celkové hodnotě cca 60 USD.

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 a především Indie 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, případně zda se rozhodnete absolvovat fakultativní výlet - vyhlídkový let nad Everestem cca 207 USD.

Na nezbytné výdaje (vstupy cca 330 USD, nepálské vízum 25 USD, stravu 10-15 USD/den, spropitné pro místní řidiče a průvodce cca 80 USD, nápoje) **doporučujeme částku od 1 050 USD**, u kratší varianty od **900 USD**.

SPROPITNÉ

Na konci cesty je zvykem ocenit místní 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 80–90 USD/osoba. Záleží především na vaší spokojenosti se službami místních a podle toho je nakonec oceníte.

UBYTOVÁNÍ

Během zájezdu je ubytování zajištěno v kvalitních hotelech a ubytovnách místního turistického standardu, ve dvoulůžkových pokojích s vlastním sociálním zařízením na pokoji. Není nutné brát vlastní spacák, na místech noclehů jsou k dispozici přikrývky. 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. V Tibetu není příliš rozvinutá turistická infrastruktura, proto počítejte s jednodušším ubytováním. I zde se však bude jednat o dvoulůžkové pokoje s vlastním příslušenstvím. Jeden nocleh bude zajištěn v tradičních tibetských stanových obydlích u Everest BC (v místních vybavených vícelůžkových stanech – každý stan má 5 lůžek, toaleta je mimo stan).

DOPRAVA

Po Číně se budeme přepravovat lehátkovými vlaky, autobusy a taxíky. Po Tibetu, Nepálu a Indii budeme cestovat částečně pronajatými autobusy, vlaky a místní dopravou. Do časového harmonogramu jsou zařazeny noční přesuny: lehátkovým vlakem Peking – XiAn, XiAn – Chengdu (cca 16 hodin). Z Chengdu do Lhasy poletíme. Místní autobus využijeme na dopravu do města Leshan a zpět do Chengdu. Jízdu po Friendship Highway absolvujeme pronajatými vozidly. **Do delší varianty akce jsou zahrnuty následující přesuny:** Z Káthmándú do Gorakhpuru se přemístíme autobusem pronajatým pouze pro naši skupinu a do Varanásí budeme cestovat lehátkovým nočním vlakem. Indický lehátkový vlak využijeme také z Varanásí do Agry a nakonec do Dillí.

STRAVA A NÁPOJE

Strava není zahrnuta v ceně zájezdu. Většinou se stravujeme společně v restauracích a jídelnách. Průvodce zájezdu je nápomocen s výběrem jídel. Ve většině hotýlků, kde budeme nocovat, je možné zakoupit snídani přímo v hotelové restauraci.

Čínská kuchyně je jednou z nejpestřejších světových kuchyní. Vzhledem k její velikosti se tradičně dělí na čtyři základní oblasti. Pekingská kuchyně na severu (typické jsou těstoviny - nejrůznější plněné taštičky, mazlavé nočky v polévce a hlavně nudle, zelenině vévodí cibule a česnek, masu pak kachní). Šanghajská kuchyně na východě (základem jsou omáčky ze sójových bobů, maso hovězí, vepřové, kuřecí, kachní a rybí, pšeničné placky a bochánky z kynutého těsta). Sečuánská na západě (typickým znakem jsou velmi ostré pokrmy, neobejdou se bez pepře a hlavně papriky). Kantonská na jihu (je nejexotičtější, kromě tradičních druhů masa servírují na talíře s

rýží rafinovaně upravené hady, kočky, žáby i psy). Pro čínskou kuchyni je typická krátká doba přípravy, díky níž si pokrm zachovává vitamíny a minerály. Jídla jsou málo tučná a lehce stravitelná.

Etiketa u stolu v Číně

Jídlo je v Číně převážně společenskou událostí. Jídla se objednávají společně pro celý stůl, takto se také ze stolu společně jí. Objednat si sám pro sebe se považuje za sobecké. Ze společných mís se obvykle nabírá vlastními hůlkami, hůlky by se nikdy neměly svisle zapichovat do rýže, takto se tradičně servíruje jídlo zemřelým předkům. Polévka se jí až na závěr, miska se přiblíží ke rtům a pevný obsah se přistrkuje do úst hůlkami. Jídlo se často konzumuje velmi rychle. I mezi jednotlivými chody se používají zubní párátka. Nepořádek na stole po hostině je běžný a je očekáván. Srkání u stolu, mlaskání a říhání je považováno za znak slušného vychování, bez doprovodných zvuků by se mistr kuchař mohl domnívat, že jídlo hostům nechutnalo.

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 kari, ale také nejrůznějšími sladkostmi. V Káthmándú je v dnešní době velký výběr turistických restaurací, běžně nabízející hranolky, steaky, pizzu a další lahůdky, na které jste zvyklí.

V obou zemích se vyvarujte pití nebalené vody. Nepožadujte ani přidání ledových kostek do nápojů. Také džusy připravované na místě mohou být závadné. V obchodech a restauracích dostanete balenou vodu v plastových láhvích, ovšem pozor na datum výroby! Objednávejte si jen zátkované nápoje – výběr je velký. Doporučujeme, abyste balenou vodu používali i na čištění zubů.

Indická kuchyně je po zásluze považována za jednu z nejchutnějších na světě. Nejchutnější indické pokrmy jsou vegetariánské. Hinduisté nejedí hovězí, muslimové vepřové. Restaurace mají různou úroveň i ceny, mohou být vegetariánské i normální a nabízejí široký výběr jídel. To, čemu se říká v indické kuchyni kari, je vlastně celá řada pokrmů, do nichž se používají varianty směsi koření, které označují názvem masala. Garam masala „pálivá směs“, kombinace mletého černého pepře a dalšího koření, které se přidává na dochucení. Z koření v Indii se nejčastěji používá chili, kurkuma, česnek, zázvor, skořice, kardamom, hřebíček, koriandr – listy i semena – kmín a šafrán.

Velmi populárním nápojem je čaj, je králem nealkoholických nápojů v Číně. Pije se převážně zelený nebo polozelený, fermentovaný černý čaj je vzácný. Čaj se většinou nesladí. Čaj je velmi populární i v Nepálu a Indii, zde hlavně černý, s mlékem a hodně slazený. Svou popularitou dohání čaj pivo, ať už dovozové jako San Miguel, Tuborg nebo Carlsberg, tak místní Everest Beer. Láhev piva o obsahu 0,65 l stojí v obchodě cca 2 USD, v restauraci zhruba 4 USD.

Orientační ceny jídla:

Čína, Tibet - hlavní jídlo v levné restauraci do 80 – 150 Kč

Nepál, Indie – hlavní jídlo v restauraci 5 – 10 USD (dle zvoleného typu stravovacího zařízení)

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.