

## Trekový Ladakh

Objevte jedinečný kout Indie, kde se buddhismus snoubí s nedotčenou přírodou a život místních lidí plyne v rytmu dávných tradic. Ladakh, přezdívaný Malý Tibet, je oázou klidu a autenticity uprostřed majestátních Himálají – krajinou posetou kláštery, stupami a horskými vesničkami daleko od turistického ruchu. Od paláce v Lehu, přes impozantní horský průsmyk Kanski La, po výhledy na majestátní Khang Yase. Šestidenní trek s výstupem na šesti tisícovku Khang Yatse 2.

### 1. - 3. den

Let z Prahy do indického **Dillí**. Dle letového řádu pokračování do **Lehu** (3 550 m), hlavního města **Ladaku**. Po příletu nás čeká odpočinek a aklimatizace ve vzduchu nabitém tibetskou atmosférou. Projdeme historické centrum a navštívíme **palác Leh** – inspiraci pro slavnou tibetskou Potalu.

### 4. den

Ráno vystoupáme na posvátnou **Shangti stupu**, odkud se nám otevrou neopakovatelné pohledy na údolí Indu a město Leh. Poté se vydáme jeepy nebo minibusem ke dvěma nejvýznamnějším klášterům oblasti – **Thiksey** a **Hemis**, kde tiché modlitby, vonné tyčinky a odříkávání manter tvoří autentickou atmosféru živého duchovního centra.

Čtyřdenní trek z Wanly do Alchi

### 5. den

Příjezd do **Wanly**, kde začne naše objevování odlehlých vesnic a dramatických krajin Ladaku s propojením fyzické výzvy, kulturní hloubky a naprostého klidu, jaký dnes v moderním světě téměř nelze zažít. Pokračujeme údolím podél řeky až do **Hinju** (3 785 m). Cesta nás provede ladackými políčky, kde se v kamenných domcích suší ječmen. 16 km, 6 hod, ↑ 639 m.

### 6. den

Z **Hinju** přes impozantní horský průsmyk **Kanski La** (4 948 m), odkud se nám otevrou jedinečné panoramatické výhledy. Sestoupíme do vesničky **Sumda Chemno** (3 975 m), ukryté mezi pastvinami a skalami. Modlitební mani zídky, elektřina je zde vzácná ... 19 km, 8-9 hodin, ↑ 1188 m, ↓ 998 m.

### 7. den

Ze **Sumda Chemno** do **Sumda Choon**. Stezka prochází pastvinami a potoky, řeku je potřeba několikrát překročit. Vesnice samotná je tvořena jen několika domy obklopenými políčky a pastvinami. Ale to, co dělá **Sumda Choon** skutečně výjimečnou, se nachází na skále nad vesnicí – jeden z nejstarších buddhistických klášterů v Ladaku, údajně z 11. století, postavený v době velkého překladatele Rinčhen Zangpa. 13 km, 4-5 hodin, ↑ 417 m, ↓ 525 m

### 8. den

Závěrečný den treku nás čeká strmý výstup do průsmyku **Stakpi La** (5 153 m), odkud sestoupíme skrze horské pastviny až do **Alchi** – známého svým tisíciletým klášterem se vzácnými nástěnnými malbami - bohatě zdobené výjevy z buddhistické kosmologie, portréty bohů, bódhisattvů, nebeských tanečnic a mystických bytostí. Večer návrat do **Lehu**. 11 km, 8 hodin, ↑ 1350 m, ↓ 2035 m.

#### 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

### 9. den

Volný den na odpočinek a nabrání sil na další dny. Možnost výletu do **paláce Shey** s obří sochou Buddhy nebo jen tak bloumat po tržišti v Lehu, kde najdete tradiční ladacké ručně vyráběné zboží, jako jsou **tibetské šperky, textilie, kožešiny...**

Šestidenní trek s výstupem na Khang Yatse 2

### 10. den

Po snídani se vydáme autem do malebné vesnice **Skiu**, odkud začne náš trek. Odpoledne se vydáme pěšky do vesnice **Sara** (3 570 m), kde strávíme první noc obklopeni horami a klidem tohoto odlehlého místa. 3 hod, ↑ 200 m.

### 11. den

Dnes nás čeká nádherný pochod rozlehlým himálajským údolím, kde budeme procházet vesnicí **Markha** a pokračovat přes rozlehlou vesnici **Hankar**, lemovanou úrodnými políčky. Cíl dnešního dne je pastevecká osada **Tahungtse**, 8 hod, ↑ 810 m.

### 12. den

Krátká, ale krásná etapa nás zavede do **Nimalingu**, nejvýše položeného kempu na treku. S výškou 4 500 m n. m. se nám otevře úchvatný výhled na majestátní Khang Yatse (6 400 m). Budeme mít možnost si odpočinout, vykoupat se v přírodním jezírku a připravit se na náročnější dny. 4 hod, ↑ 310 m.

### 13. den

Po krátkém pochodě do **základního tábora Khang Yatse** (5 130 m), který je od Nimalingu vzdálen 2-3 hodiny, se ještě projedme odpolední aklimatizační výstup. Následuje brzká večeře a příprava na půlnoční začátek výstupu na **Khang Yatse 2**. Tento náročný výstup nám zabere 8 hodin, vystoupáme do výšky 6 200 m.

### 14. den

Po půlnočním výstupu nás ráno čeká sestup zpět do základního tábora, dalších 5 hodin. Po krátkém odpočinku pokračujeme do vesničky **Nimaling**, kde si opět užijeme klidné horské prostředí a relaxaci.

### 15. den

Trek přes **Gongmaru La** (5 140 m) do vesnice **Chokdo**. Po náročných dnech se přesuneme autem zpět do Lehu.

### 16. den

Přelet zpět do civilizace, **Dillí**. Zbude ještě trocha času a energie a poznávání tohoto rušného velkoměsta?

### 17. den

Letecký návrat domů.

## Cena zájezdu

### Cena zahrnuje

- Mezinárodní letenka a letištní taxy

#### 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

- Přelet Dillí – Leh a zpět
- Veškeré místní transfery
- 5 x ubytování v hotelu v Lehu se snídaní
- 1 x v hotelu v Dillí se snídaní
- Plná penze během horských treků
- Služby místního certifikovaného průvodce, nosičů a kuchaře
- Permit pro KY2 výstup a ekologický poplatek
- Česky mluvící průvodce

### Cena nezahrnuje

- Vstupní e-vízum do Indie 25 USD (při vyřízení přes CK Livingstone 1 200 Kč)
- Stravování nad rámec programu
- Spropitné pro místní průvodce, nosiče, kuchaře po dobu treků, celkem cca 200 USD/osoba
- Vstupy do památek
- Příplatek za jednolůžkový pokoj na vyžádání
- Cestovní pojištění - rádi však sjednáme prostřednictvím ERGO Cestovní Pojišťovny, nejlépe **oslovte garanta zájezdu** přímo při objednávce. Nutno mít pojištění pro vysokohorskou turistiku.

### Velikost skupiny

Cestujeme v malých skupinkách. Malá skupinka znamená více poznání, větší zážitky a lepší organizaci programu s maximálním využitím času. Dbáme na individuální přístup ke každému z vás.

**Skupina 10-16 osob na tento zájezd.**

### Náročnost cesty

Horská treková akce určená především zájemcům o přírodu a vysokohorskou turistiku. Během treku dbáme na postupnou aklimatizaci. Pro treky není nutný stan a karimatka, nutný je pouze vlastní kvalitní a teplý spacák. Není také třeba si brát mačky a cepín, pro snadnější sestup doporučujeme trekové hole. Denní úseky jsou zhruba 6-8 hodin. Nejvyšší zdolaný vrchol je Khang Yatse, 6 200 m. n. m.

### Míra komfortu

Během zájezdu je v „civilizaci“ ubytování zajištěno v hotelech turistické kategorie, dvoulůžkové pokoje s vlastním příslušenstvím. Během treku bude úroveň ubytování odlišná, budeme nocovat v jednoduchých stanech s matrací, je třeba mít vlastní kvalitní spacák. Jídlo připravují místní kuchaři. Po dobu treku budeme mít k dispozici nosiče či muly, jdeme nalehko. Mimo treku se většinou stravujeme společně v restauracích a jídelnách, průvodce je nápomocen s výběrem jídel.

#### 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