Tibet - Nepál

Mystický Kailás je nejdůležitější hora světových náboženství. Třídenní trek kolem posvátného vrcholu. Zářivě modré jezero Manasarovar. Tajemné království Guge, hliněná architektura. Bönistické kořeny říše Žamžung. Atraktivní západní Tibet. Nekonečné divoké prostory, skalní pouště i polopouště. Everest i nejvýše položená silnice světa Friendship Highway. Město bohů Lhasa. Nepálský trek dobře aklimatizuje. Starobylé paláce Káthmándú a údolí dřevěných chrámů.

1. - 2. den

Letecky do Nepálu, metropole **Káthmándú** mísí odlišné kultury. Největší stúpa **Boudanát**. Tibetské komunity, kora i slavný malíř Nepálu, dobrý kamarád. Buddhistické svatyně i rooftop vysoko nad komplexem. Gháty v **Pashupatináth** na řece **Bagmátí**, svatí muži, nejsvětější lokace hinduistů. Na silné zážitky se nezapomíná ... Vyhlášený **Thamel** pestrých možností.

3. den

Káthmándú, vybavování víz a permitů. Atrakce údolí dřevěných chrámů s památkami UNESCO. Náměstí **Durbar**, palác panenské bohyně **Kumárí**, chrámy a névárské dřevořezby. Legendární **Freak Street**. Opičí hora a věhlasný **Swayambhunath**, zdroj energie či královské náměstí **Patán**. Putování atypickým Nepálem do **Dhunche** a první drobný výšlap?

4. - 6. den

Atraktivní trek k nejposvátnějšímu jezeru **Gosaikunda**. Klíčové lokace **šivaistů** a místa **šamanských rituálů**. Ochutnáme i věhlasnou oblast **Langtang** a hlavně dobře aklimatizujeme. Tradiční **sýrárna** a jačí delikatesy. Spíme v lodžích se skvělou nepálskou kuchyní. Možnost využít služeb nosičů, hory vychutnáme nalehko.

7. den

Loučení s Nepálem, jízda 25 km k tibetské hranici v **Keyrung**. Zážitek překonávání hranice velké Číny a oblíbeného Tibetu. Připravená auta přenáší **tibetskou náhorní plání** s intenzivními vjemy. **Saga** na břehu řeky **Dargye Tsangpo** je zastávka poutníků cesty ke **Kailás**.

8. den

Fascinující krajinou k mystické vodní ploše **Manasarovar** (4 558 m) s ikonickými kláštery. **Nejposvátnější jezero** propojuje odlišné symboly, kontrastuje blízkému „jezeru hříchů“ **Rakas Tal**. Významné chrámy poutníků, úchvatný klášter **Chiu Gomp**a s božími panoramaty. Posvátná místa **Guru Rinpoče** u břehů Manasarowar.

9. den

Tisíce posvátných kamenů s rytinami a stovky zvířecích reliktů, jezerní výjevy i příjemné termály v **Tirthapori**. I Padmasambhava si zde dopřál koupel. Tajemný prehistorický klášter **Gurungam** je skvost náboženství **Bon** v horním toku řeky **Sutlej**. Krajina s tajemnými jeskyněmi září barvami. Citadela **Khardong** na stolové hoře má grandiózní historii. Fascinující přírodní útvary **Kyunlung**, kouzla řeky **Sutlej** a barevné scenérie.

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

10. den

Království Guge je cestovatelská lahůdka hliněných paláců i duchovní architektury. Magický **Tholing** s kláštery a unikátními freskami. **„Hliněný prales“** evokuje Grand Canyon. Fantastické výtvory řeky **Sutlej**.

11. den

Královský **Tsaparang** dominuje na vrcholu skal, vzdušný **Letní i Zimní palác**, působivé fresky, jeskyně dávné historie. Dosažení **nejzápadnější výspy** odlehlého Tibetu. Centrum poutníků **Darchen** s výhledy magické hory. Kuchyně variant jačího masa. Příprava na trek, aranžmá jaků...

12. den

Třídenní poutní okruh kolem nejposvátnější hory **Kailás**. **Kora** symbolizuje cestu životem, smrtí i bardo, stav mezi smrtí a novým životem. Vše začíná u brány **Tarbočhe**, výšlap k prvotnímu klášteru **Chuku** 4 820 m, finalizace u kláštera **Dirapuk** 4 910 m. (20 km, 6 – 7 h chůze, 300 m↑). Prý nejkrásnější místo světa? Nocleh v horské ubytovně.

13. den

Druhý den treku výstup do nejvyššího sedla **Dolma-La** (5 630 m). Klíčová lokace magického okruhu s překlenutím nové mízy. Klášter **Dzutulpuk** (4 835 m) s místy **Padmasambavy**. (18 km, 7 – 10 hod. chůze, 580m↑, 850m↓). Nocleh v horské ubytovně.

14. den

Poslední den treku planinou **Barkha** dotočíme okruh k **Darchenu**. Výhledy sedmitisícové **Nanda Devi**. Magie téměř osmitisícové **Gurla Mandata** (7 894 m). Stylové tibetské jídelny. (11 km, 3 – 4 hod., 200m↓) Autem do **Drongpa** či **Saga**.

15. den

Jízda k základnímu táboru **Everestu**. Odlišný střední Tibet a blízkost osmitisícovky **Shisha Pangma**. Fotogenické výhledy na písečné duny. Střecha světa plná zajímavých míst.

16. den

Výprava k BC **Everest**, **Rongbuk** je nejvýše položený klášter světa parádních výhledů. Oslní masivní stěna **Everestu**? Tak krásně dominantu z nepálské strany spatřit nelze...Blízkost osmitisícové **Čo Oju**, věhlasné horolezecké **Tingri**, šance na finální **termály**.

17. den

Přejezd do města **Sakya** a slavný klášter školy **sakyapa**, jedno ze čtyř center tibetského buddhismu. **Modrá země Sakya** obaluje svatyně i parádní budovy pevnostní architektury. **Největší duchovní knihovna světa**.

18. den

Druhé největší město Tibetu **Shigatse** zdobí vyhlášený klášter **Tashi Lhunpo** a **sídlo pančenlámů**, obrovský komplex svatyní, hrobka 10. pančenlamy, zlacená socha **Maitrea**, největší odlitá socha světa?

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

19. den

Nejzachovalejší staré město **Gyantse**. Místa tradic a klášter **Pelkor Chöde**. Dominanta pevnosti na skaliskách. Mohutná stúpa **Kumbum** s lamaistickým pantheonem. Vysokohorské průsmyky **Friendship Highway** s doteky ledovců. **Jezero Štírů Jamdrok Tso** nebesky modré vody. Dojezd do hlavního města **Lhasy** a starobylého Tibetu, kontrasty metropole jiné atmosféry.

20. den

Lhasa různých pohledů. **Chrám Jokhang** s drahokamy zdobeným Buddhou, stylová kouzla slunce nad střechami starého města. Výstup k branám **Potaly, sídla dalajlámů** klenotnice náboženských a řemeslných skvostů. Letní palác **Norbulinka**, odkud prchl 14. dalajláma do exilu. Klášter **Drepung**, jehož opati byli prvními dalajlamy. Obrovská klášterní kuchyně. **Klášter Nechung** s nejvyšším mediem **orakulum**. Fantastické fresky evokují peklo. Obrovské muzeum či klášter **Sera** (Zahrada růží) a meditující „tleskající“ mniši v emotivní disputaci? **Večerní show**. Tepající živé tržnice.

21. - 22. den

S poutníky naposledy projdeme posvátný **okruh Barkhor**, finální fenomén plazivé chůze. Tradiční **lodě z jačích kůží** na matce řek? Legendární **modrý Buddha**? **Letiště Lhasy** tvoří samostatný příběh, letecký návrat přes Peking domů.

Cena zájezdu

Cena zahrnuje

- Doprava pronajatými vozidly, mikrobusy
- Permity v Nepálu
- Permity v Tibetu – Kailás, jezero Manasarovar, Guge
- Ubytování v hotelech a lodžích převážně se snídaní, na treku skromnější ubytování bez snídaně, v Tibetu 2 x v ubytovnách
- Český průvodce
- Místní průvodci dle potřeb

Cena nezahrnuje

- Mezinárodní letenka (Praha - Káthmandú, Lhasa - Peking - Praha) cca 35 000 Kč
- Vstupní vízum do Nepálu 30 USD, do Číny cca 160 USD
- Stravování
- Vstupy do památek v Nepálu
- Vstupy na území Tibetu cca 180 USD
- Spropitné

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

- Služby nosičů na treku Langtang
- Služby nosičů/ převoz zavazadel na treku Kailás
- Povinné připojištění na vysokohorskou turistiku
- Příplatek za jednolůžkový pokoj, pouze na některých místech, na vyžádání
- Cestovní pojištění - rádi však sjednáme prostřednictvím ERGO Cestovní Pojišťovny, nejlépe **oslovte garanta zájezdu** přímo při objednávce

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 8-12 osob na tento zájezd.

Náročnost cesty

Akce pro milovníky treků, historických památek a místních tradic. V Nepálu nás čeká třídenní trek k jezeru Gosai Kunda, během kterého se budeme správně aklimatizovat, denní úseky jsou rozumné. Nocujeme v horských ubytovnách, kde se budeme i samostatně stravovat. V Tibetu trek kolem posvátné hory Kailás, předpokládá se dobrá fyzická kondice. Pro snadnější sestup doporučujeme trekové hole. Stan, karimatka ani vybavení pro vaření nejsou potřeba, nutný je pouze vlastní kvalitní a teplý spacák. Jako dopravu budeme využívat pronajatá vozidla (mikrobusy). Poznání bude na prvním místě!
Trek kolem hory Kailás
Poutníci přijíždí do Darchenu za jediným cílem, vykonat pouť, či alespoň spatřit nejposvátnější horu Asie. Součástí pouti je rituální obejití této hory - tzv. kora, dlouhá asi 52 km, během které se překonává sedlo ve výšce 5 630 m. Výchozím místem je vesnička Darchen, kde si odložíme přebytečné věci. Na trek půjdeme odlehčeni. Pro trek je možné využít služeb nosičů nebo zaplatit převoz džípy. Během treku se budeme stravovat z vlastních zásob. V ubytovnách bývá možnost zakoupit si nudlovou polévku a čaj.

Míra komfortu

Ubytování bude zajištěno ve městech v hotýlcích ve dvoulůžkových pokojích s vlastním příslušenstvím. Po dobu poznávacího okruhu v Tibetu v jednodušších ubytovnách (někdy vícelůžkové pokoje). V Tibetu během treku kolem Kailáse budeme nocovat v ubytovnách nebo nomádském stanu (2x), během treku v Nepálu v horských hotýlcích. Stan, karimatka ani vybavení pro vaření nejsou potřeba, nutný je pouze vlastní kvalitní a teplý spacák.
Během pobytu se stravujeme společně v místních restauracích a jídelnách, průvodce je nápomocen výběrem restaurace. Na třídenním treku kolem Kailáse se budeme stravovat z vlastních zásob, v místech spánku bývá obvykle možnost zakoupit si nudlovou polévku, základní teplé jídlo, čaj. Po dobu treku v Nepálu v horských hotýlcích.