

NEPÁL A MUSTANG – TREK DO ZAKÁZANÉHO KRÁLOVSTVÍ

18 dní/17 nocí

Den 1

- Přílet do Kathmandu
- Přivítání na letišti
- Transfer na hotel
- Zbytek dne odpočinek
- Nocleh v hotelu v Kathmandu

Den 2

- Snídaně



- Dopoledne – prohlídka Kathmandu a Swayambhunath
- Kathmandu známé také jako Kantipur je hlavním městem nepálského království
- Návštěva Chrámu žijící bohyně, která přijímá pozdravy svých stoupenců z balkónu své chrámové rezidence.
- Chrám Kasthamandap – od něhož je i odvozeno jméno Kathmandu, o kterém se předpokládá, že je vyroben ze dřeva jediného stromu a náměstí Durbar se svou spoustou chrámů je možno přehlédnout z paláce Hanuman Dhoka, který dříve býval sídlo královské rodiny.



- Swayambhunath je buddhistická stupa vzdálená asi 4 km od chrámu. Předpokládá se o ní, že je asi 2000 let stará. Stupu tvoří jednodílná polokoule vystavěná z cihel a hlíny. Ta

nese impozantní kuželovitou věž zakončenou špicí z měděných plátů. Základna věže nese ze všech čtyř stran malované vševidoucí Buddhovy oči.

- Celý kopec se stupou je mozaikou dalších malých chrámů a pagod
- Odpoledne – návštěva Pashupatinath + Bodhnath



- Chrám Pashupatinath leží asi 5 km od Kathmandu – je to jeden z nejposvátnějších hinduistických chrámů zasvěcený bohu Šivovi. Nchází se uprostřed bujné zeleně na břehu posvátné řeky Bagmati. Chrám je vybudován ve stylu pagody s pozlacenou střechou a bohatě zdobenými stříbrnými dveřmi. Návštěvníci si mohou chrám prohlídnout z východního břehu řeky Bagmati. Samotný vstup do chrámu je ale přísně zakázán pro všechny nehinduisty.
- Chrám je cílem každoroční pouti na den svátku Shivaratri, který bývá na přelomu února a března. Za chrámem pak jsou situována kremační ohniště.



- Bodhnath je významná stupa zhruba 11 km od Kathmandu. Je to jedna z největších stup tohoto “nepálského” stylu na světě. Na každou světovou stranu z ní shlíží jeden pár očí, které podle pověsti mají dohlížet na chování a prosperitu lidí. Tato stupa byla vybudována králem Man Devou a zasvěcena bohyni Mani Jogini. Je vystavěna na osmiúhelníkové základně a vybavena kruhy pro modlící se. Svatyně je obklopena přibytky buddhistických mnichů.
- Nocleh v hotelu v Kathmandu

Den 3

- Snídaně
- Transfer na letiště
- Vnitrostátní přelet do Pokhary
- Transfer na hotel



- Prohlídka města Pokhara
- Odpoledne vyjíždka lodí po nádherném jezeře Phewa



- Jezero Phewa je největší atrakcí Pokhary. Veslování loďkou po jezeře je relaxací, kterou je možné strávit krásné odpoledne. Toto jezero je největším jezerem v celém údolí Pokhara a druhým největším v Nepálu. Jezero je obklopeno kopci Sarangkot a Kasikot a na jezeře je vybudován i chrám ve stylu pagody. Další atrakcí jsou odrazy hory Machhapuchhre a hřebenu Annapurny v křišťálově čisté vodě jezera. Při projížďce po jezeře lze pozorovat i několik druhů ryb.
- Chrám Bahari je nejvýznamnější památka Pokhary. Je vybudován na ostrůvku téměř uprostřed jezera jako dvoupodlažní pagoda zasvěcená bohyni Ajima převtělenému do podoby divokého kance, ochránkyni reprezentující ženskou sílu Shakti. Přívrženci této bohyně navštěvují chrám hlavně v sobotu a přivázejí přes jezero samce různých zvířat a drůbeže jako oběť a pro požehnání.
- Nocleh v hotelu v Pokhara

Den 4

- **TREK 3-4 HODINY**
- Snídaně časně ráno
- Transfer na letiště



- Vnitrostátní přelet do Jomsom
- Přivítání průvodci na letišti – po krátké přípravě pak začátek treku.

- Zhruba tři a půl hodiny chůze přímo nasever od Jomsomu leží malebná vesnička Kagbeni.
- Hned za Jomsomem přejdeme po malém zavěšeném můstku a pak se vydáme přímo na sever po břehu řeky Kaligandaki. Stezka je kamenitá nebo písčitá a vede téměř po rovině, takže chůze je velmi snadná a zajímavá. Zároveň se otevírají nádherné výhledy na Dhaulágiri (8167 m) a Tukuče (6920 m) na západě a Nilgiri (6940 m) a celý masiv Annapurny na jihu a jihozápadě.



- Nocleh v kempu v Kagbeni

Den 5

- **TREK 5-6 HODIN**
- Snídaně
- Hned za vesnicí začíná „zakázaná oblast“ – pro vstup do ní je třeba zvláštní povolení. Průvodci zde vyplní potřebné formality pro vstup do horního Mustangu.
- Stezka pokračuje dále po východním břehu Kaligandaki, která překonává několik horských hřebenů, jak směřuje na sever. Když lidé kmene Lo přivádějí své oně na trh do Kagbeni, jedou obvykle přímo dolů středem říčního údolí a často na koni přeskakují nebo brodí tok řeky.
- Vesnice Tangbe je situovaná na východním břehu nad řekou ve výšce asi 2930 m nad mořem.
- Vrchol Nilgiri, který v Kagbeni dominoval jižnímu obzoru se tyčí stále hrozivěji nad vstupem do údolí.
- Vesnice Chhuksang je vzdálena dalších asi 90 minut chůze od Tangbe ve výšce 2020 m.
- V celé této oblasti se nachází pět vesnic – Chele, Gyakar, Chhuksang, Tangbe a Tetang. Obývají je lidé kulturně i tradicemi jednotné skupiny, kteří se nazývají Gurungové.



- Pro další trek stezka opouští údolí řeky Kaligandaki a začíná strmě stoupat skalnatou úžlabinou do Chele ve výšce 3030 m. Kultura místních lidí se mění z gurungské vesnice na kulturu tibetských kmenů skupiny Lo. Domy místních lidí mají obvykle

nade dveřmi beraní rohy a často tam uvidíte i proutky zkřížené do tvaru kříže a obetkané vlnou pěti barev do diamantového vzoru. Ty se nazývají „zor“ a mají sloužit k tomu, že do své pahučiny zychytávají zlé duchy, kteří by mohli ohrožovat obyvatele domu. Vstoupili jsme do oblasti se silným tibetským vlivem

- Nocleh ve stanovém kempu

Den 6

- **TREK 5-6 HODIN**

- Snídaně
- Začátek cesty z Chele je prudké stoupání na skalní útes až ke kamenné mohyle ve výšce 3130 m nad mořem. I potom výstup pokračuje pracným táhlým stoupáním po úbočí nádherného hlubokého kaňonu beze stromů i bez vody až do průsmyku ve výšce 3540 m, kde je další kamenná mohyla.
- Zde stezka začíná pozvolna a táhle klesat k několika čortenům na hřebeni. Sestup pak i dále pokračuje až na pohodlnou stezku do Samaru, která běží osikovým lesíkem ve výšce 3290 m. Zde bylo odjakživa velmi důležité místo k odpočinku pro karavany koní.



- Hřeben Anapurny s dominujícím vrcholem Nilgri je stále dobře vidět daleko na jihu.
- Cesta pokračuje výstupem na hřeben nad Samarem a následným sestupem do soutěsky. Přitom mineme nápadný červeně, černě, žlutě a bíle zbarvený čorten (všechny barvy pocházejí z místních hornin).
- Stezka přechází do dalšího údolí s porostem jalovcových stromů, křížuje potok a znovu stoupá na hřeben až do výšky 3800 m. Mineme jeskyni se sochami Guru Ringpoche a Padmasambhave. Legenda praví, že kdyby se ulomila jakákoli část sochy, tak znovu sama doroste. Od jeskyně začíná strmý výstup roklí do Shyangmochenu.
- Nocleh ve stanovém kempu

Den 7

- **TREK 4-5 HODIN**

- Z Shyangmochenu cesta zvolna stoupá kolem políček až do středu údolí. Běží pod osadou Tema Gung a pod dalším čortenem. Následuje vytvalý výstup terminální část údolí až do sedla Nyi La ve výšce 3950 m – nejvyššího bodu celého treku. Toto sedlo tvoří přirozenou jižní hranici území Lo.



- Asi půl hodiny cesty pod sedlem dojdeme na křižovatku, kde se dáme doleva směrem do Ghami.
- Nocleh ve stanovém kempu v Ghami

Den 8

- **TREK 4-5 HODIN**
- Z Ghami stezka klesá mezi modrošedými a červenými útesy přes údolí až k ocelovému mostu přes Tangmar Chu.
- Potom mívá snad nejdelší a nejhezčí zeď „mani“ v Nepálu.



- Následuje výstup do dalšího sedla až do výšky 3600 m a pak stezka lehce klesá do Tsarangu ve výšce 3520 m.
- Nocleh ve stanovém kempu v Tsarangu

Den 9

- **TREK 3-4 HODINY**
- Na začátku stezka z Charangu klesá asi 100 m a přechází řeku Charang Chu. Potom opět strmě stoupá po sklanatém podloží až ke kamenné mohyle na hřebenu naproti vesnici zhruba ve výšce 3580 m. Za hřebenem se dostáváme do údolí Thong.
- Krátký sestup nás dovede na planinu ve výšce 3480 m, kde překročíme potok.



- Následuje výstup až na náhorní plošinu s městem Lo-Manthang. U jižní zdi města je nutno překonat zavlažovací kanál.
- Nocleh ve stanovém kempu v Lo-Manthang

Den 10-11

- Volný program na pěší výlety po okolí Lo-Manthang



Den 12

- **TREK 4-5 HODIN**
- Celodenní návrat stejnou cestou do Tsarangu
- Nocleh ve stanovém kempu v Tsarangu

Den 13

- **TREK 5-6 HODIN**
- Stezka z Tsarangu jde podél řeky asi 2 hodiny a potom překrčuje řeku vytékající z jednoho z posvátných jezer Damodar Kunda. Přes řeku není žádný most – je nutné se zout a přebrodit ji.
- Po přebrodění řeky stezka stoupá do horského sedla ve výšce 3370 m a překračuje vrchol hory Tange, který je bez jakéhokoli porostu (beze stromů i bez trávy).
- Nocleh ve stanovém kempu na Tange

Den 14

- **TREK 6-7 HODIN**
- Trek začíná chůzí po příjemné stezce, která trvá asi hodinu. Poté následuje přechod řeky bez mostu – brod.
- Po překročení řeky stezka šplhá do svahu až dosáhne horského průsmyku Cacho La. Z tohoto bodu se otevírá nádherný výhled na horské vrcholy jako Dhaulagiri, Nilgri, Tukuče, Tilicho a Thorong. V této výšce je možno pozorovat i horské ovce a řadu druhů alpských rostlin.



- Ze sedla stezka klesá do Pa Khola, pak následuje krátký výstup a opět klesání až do vesnice Tetang. Během sestupu po příkrém svahu se otevírají nádherné výhledy na okolní hory.
- Nocleh v kempu v Tetang

Den 15

- **TREK 5-6 HODIN**
- Z tetangu stezka stoupá až do sedla Gnyu – tento výstup zabere asi tři a půl hodiny. Po celé trase můžeme obdivovat nádherné panorama Himalájí a krásné zelené údolí plné himalajských květin.
- Ze sedla Gnyu lze přehlédnout celou oblast Muktinath, kam lze pohodlně dorazit cca za dvě hodiny.



- Muktinath je důležité poutní místo jak pro buddhisty, tak pro hinduisty. Nejposvátnější místo leží v nevelkém lesíku a stojí tam buddhistická gompa a chrám Vishnu Mandir ve tvaru pagody. V chrámu je posvátný obraz boha Višnu. Kolem chrámu je zeď se 108 chrličů ve tvaru kravské hlavy z nichž vytéká posvátná voda.



- Ještě posvátnější je voda, která pramení přímo ze skály ve starobylém chrámu tibetského typu Jwala Mai nedaleko pagody. Uvnitř tohoto chrámu (gompa) za potrhaným závěsem jsou drobné přírodní vývěry plynu, které jsou podstatou věčných posvátných plamínek právě kolem pramene vody. Ta je pak tím, co činí celé místo tak významným.
- Často zde je možné vidět tibetské ženy, které zde vyrábějí typické pokrývky hlavy se zasazenými tyrkysy vyjadřující pokoru před touto svatyní.
- Nocleh ve stanovém kempu v Muktinath

Den 16

- **TREK 3-4 HODINY**
- Poslední den treku

- Po snídani stezka pokračuje údolím přes vesnici Jharkot, kde je možno navštívit stejnojmenný klášter. Je to centrum tibetské přírodní medicíny a zároveň sloužil i jako stará pevnost pro tuto vesnici.
- Při další cestě se otevírá výhled na údolí Kaligandaki a vesnici Kagbeni – vstupní bránu do Mustangu.



- Projdeme skrz Eklo Bhatti, kde lze sledovat s velkým překvapením výsledky lidského snažení v tomto koutu světa, který je tak odlehlý a osamělý.
- Po příchodu do Jomsom účastníci i průvodci treku oslaví jeho konec
- Jomsom je jedno z velmi mála míst v Nepálu, kde člověk může obdivovat himalájské vrcholy z takové blízkosti a zároveň z naprosto bezpečné výšky pouhých 2685 m nad mořem. Tak vysoké štíty jako jsou Nilgiri, Dhaulagiri a celý hřeben Annapurny se zdají být téměř na dosah.
- Jomsom není jen jednou z nejpobulárnějších základen pro treky, ale také vstupní branou do „Horského království Mustang“ uvnitř hinduistického království Nepál. Je také výchozím místem pro poutníky směřující do chrámu Muktinath
- Nocleh ve stanovém kempu v Jomsom

Den 17

- Poslední snídaně připravená průvodci treku, rozloučení
- Přelet do Pokhary a následně do Kathmandu
- Transfer na hotel
- Nocleh v hotelu v Kathmandu

Den 18

- Snídaně
- Transfer na letiště
- Odlet

Orientační cena na osobu:

Ubytování ve pětihvězdičkovém hotelu v Kathmandu a Pokhaře:

2 účastníci bez doprovodu 54 000,- Kč, s českým doprovodem 81 000,- Kč
 3 účastníci bez doprovodu 51 500,- Kč, s českým doprovodem 67 000,- Kč
 4 účastníci bez doprovodu 49 000,- Kč, s českým doprovodem 61 500,- Kč
 5 účastníků bez doprovodu 49 000,- Kč, s českým doprovodem 59 000,- Kč
 6 účastníků bez doprovodu 49 000,- Kč, s českým doprovodem 57 500,- Kč

7 účastníků bez doprovodu 49 000,- Kč, s českým doprovodem 56 000,- Kč
8 účastníků bez doprovodu 49 000,- Kč, s českým doprovodem 55 500,- Kč
9 účastníků bez doprovodu 49 000,- Kč, s českým doprovodem 55 000,- Kč
10-14 účastníků bez doprovodu 46 000,- Kč, s českým doprovodem 51 000,- Kč
15-19 účastníků bez doprovodu 44 000,- Kč, s českým doprovodem 47 000,- Kč

Ubytování ve čtyřhvězdičkovém hotelu v Kathmandu a Pokhaře:

2 účastníci bez doprovodu 51 000,- Kč, s českým doprovodem 76 500,- Kč
3 účastníci bez doprovodu 49 000,- Kč, s českým doprovodem 65 500,- Kč
4 účastníci bez doprovodu 46 000,- Kč, s českým doprovodem 57 500,- Kč
5 účastníků bez doprovodu 46 000,- Kč, s českým doprovodem 55 500,- Kč
6 účastníků bez doprovodu 46 000,- Kč, s českým doprovodem 54 000,- Kč
7 účastníků bez doprovodu 46 000,- Kč, s českým doprovodem 53 000,- Kč
8 účastníků bez doprovodu 46 000,- Kč, s českým doprovodem 52 000,- Kč
9 účastníků bez doprovodu 46 000,- Kč, s českým doprovodem 51 500,- Kč
10-14 účastníků bez doprovodu 43 000,- Kč, s českým doprovodem 47 500,- Kč
15-19 účastníků bez doprovodu 41 500,- Kč, s českým doprovodem 44 500,- Kč

Ubytování ve tříhvězdičkovém hotelu v Kathmandu a Pokhaře:

2 účastníci bez doprovodu 50 500,- Kč, s českým doprovodem 76 000,- Kč
3 účastníci bez doprovodu 48 000,- Kč, s českým doprovodem 64 000,- Kč
4 účastníci bez doprovodu 45 500,- Kč, s českým doprovodem 57 000,- Kč
5 účastníků bez doprovodu 45 500,- Kč, s českým doprovodem 55 000,- Kč
6 účastníků bez doprovodu 45 500,- Kč, s českým doprovodem 53 500,- Kč
7 účastníků bez doprovodu 45 500,- Kč, s českým doprovodem 52 000,- Kč
8 účastníků bez doprovodu 45 500,- Kč, s českým doprovodem 51 500,- Kč
9 účastníků bez doprovodu 45 500,- Kč, s českým doprovodem 51 000,- Kč
10-14 účastníků bez doprovodu 42 500,- Kč, s českým doprovodem 47 000,- Kč
15-19 účastníků bez doprovodu 40 500,- Kč, s českým doprovodem 43 500,- Kč

Ceny jsou platné pro období 2011-2012.

Ceny se v průběhu tohoto mohou měnit při změně kurzu české koruny vůči euru o více než 20%.

Cena zahrnuje:

- Transfer z/na letiště
- Vnitrostátní přelety
- Pozemní doprava klimatizovaným vozem (Kathmandu)
- Místního anglicky mluvícího průvodce pro prohlídky měst
- Český doprovod za příplatek – viz ceník
- Ubytování v hotelích podle itineráře – tři noci v Kathmandu a jednu noc v Pokhaře se snídaní
- Třináct nocí (čtrnáct dnů) ubytování ve stanech po dobu treku – plná penze
- Kempové vybavení
- Veškeré vstupy a místní poplatky

Cena nezahrnuje:

- Mezinárodní letenku
- Speciální povolení k treku po Mustangu (485 euro na osobu – může se měnit) – **bude vybíráno po přeletu na letišti**
- Nápoje
- Možnost jízdy na ponících nebo mulách po dobu treku
- Evakuaci v případě nouze
- Stravu kromě uvedené v itineráři
- Cestovní pojištění
- Věci osobní potřeby