

## Tibet - Nepál

**Zásadní svátek buddhismu SAGA DAWA, oslava narození Buddha a barevné rituály. Mystický Tibet se pootevívá! Kailás je nejposvátnější hora světa, okruh posvátné kory nej zážitek. Mystéria a syrová realita srdce duchovna. Střecha světa opět tajemně neznámá. 2 zajímavé země v jedné akci. Hinduistický Nepál i mahajánový Tibet. Langtang trek dobře aklimatizuje. Evokace Harerovy knihy *Návrat do Tibetu* láká. Vstoupíme do záhadné oblasti zase jinými vrátky!**

### 1. - 2. den

Letecky do Nepálu, **Káthmándú**. Největší stúpa **Boudhanát**. Tibetské komunity a první ochutnávky Tibetu. Posvátná kora i nejslavnější malíř Nepálu, dobrý kamarád. Buddhistické svatyně i rooftop vysoko nad komplexem. Atrakce údolí dřevěných chrámů. Vyhlášený Thamel s pestrým životem. Vybavení permitů.

### 3. den

Opičí hora a věhlasný **Swayambhunath**, zdroj energie. Magický chrám s nej výhledy. **Chandragiri** - panoramatické výhledy od Anapuren až k Everestu. Unikátní lanovka do vyšších poloh.

### 4. - 8. den

Putování atypickým Nepálem, 7 h, 120 km jízdy do **Syabrubesi**, 1 460 m.n.m. Vodní elektrárna **Chilime**. Atraktivní **trek Langtang** je vhodnou aklimatizací. Ze **Syabrubesi** vystoupáme do osad Langtang, poznáme silná místa **Bamboo, Lama hotel**... Pastviny jaků, kláštery i příjemné osady. Vrcholíme u kláštera **Kyanjin Gompa**, 3 817 m. Tradiční **sýrárna** poskytne jačí delikatesy. Na treku spíme v lodžích a užíváme nepálskou kuchyni. Nosiči nesou zavazadla. Po treku dojedeme 25 km k tibetské hranici v **Kerung**.

### 9. - 11. den

Připravená auta nás vezou fascinující krajinou až k mystické vodní ploše **Manasarovar** (4 558 m) s mnoha kláštery. **Nejposvátnější jezero** propojuje odlišné symboly. Významné chrámy poutníků. **Chiu Gompa** - úchvatný klášter s nej panoramaty. Centrum poutníků **Darchen** s výhledy na magickou horu. Aranžmá jaků a nákladu. Příprava na trek.

### 12. - 14. den

**Třídenní poutní okruh** kolem nejposvátnější hory **Kailás**. Kora symbolizuje cestu životem, smrtí i bardo ke znovuzrození. Mysteriózní místa nebeského pohřebiště. Klášter **Diraphug** (5 050 m). Druhý den výstup do nejvyššího sedla **Dolma-La** (5 630 m) magického okruhu. Klášter **Dzutulpuk** (4 835 m) - mystická lokace Padmasambhavy. Tajemné jeskyně **Guru Rinpočeho**. Poslední den treku planinou **Barkha** dotočíme okruh finálně až k **Darchenu**. Výhledy na sedmitisícovou **Nanda Devi**. Magie **Gurla Mandata** (7 894 m). Džípy vyrazíme na velkou cestu na východ.

#### 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

### 15. - 16. den

Odlišný **střední Tibet** a blízkost osmitisícovky **Shisha Pangma**. Putování náhorní plošinou. Střecha světa plná zajímavých míst. Stylové tibetské jídelny. Fotogenické výhledy na **písečné duny**. Vesnice **Lhaze** s křižovatkou legendární Everest Highway. **Shigatse** - druhé největší město Tibetu. Tržiště artefaktů. Vyhlášený klášter a **sídlo pančenlámů**, obrovský komplex svatyní **Tashi Lhunpo**. Nejkrásnější staré město Tibetu **Gyantse**. Místa tradic a klášter **Pelkor Chöde**. Dominanta pevnosti na skaliskách. Mohutná stúpa **Kumbujm** s nepřeborným počtem bohů lamaistického pantheonu. Vysokohorské průsmyky s doteky ledovců vyhlášené **Friendship Highway**. **Jezero Štírů Jamdrok Tso** s nebesky modrou vodou. Dojezd do hlavního města **Lhasy**.

### 17. - 18. den

Intenzivní poznávání „města bohů“ Lhasy. Hlavní „atrakce“ dle vhodné konstelace. Ubytování v srdci starého města. **Chrám Jokhang** s drahokamy zdobeným Buddhou, atmosféra starobylého Tibetu. S poutníky projdeme posvátný **okruh Barkhor**. Fenomén plazivé chůze. Odlišné kuchyně a stylový západ slunce nad střechami starého města. Výstup k branám sídla dalajlámů Potaly, „klenotnice náboženských, uměleckých a řemeslných skvostů“. Letní sídlo dalajlámů **Norbulinka**, odkud uprchl 14. dalajláma do exilu. **Klášter Sera** (Zahrada růží) a meditující „tleskající“ mniši v emotivní disputaci. **Klášter Drepung**, jehož opaté byli prvními dalajlamy. Obrovská klášterní kuchyně. **Klášter Nechung** spojen s nejvyšším mediem – orakulum. Fantastické fresky evokují peklo. Tepající živá tržnice. Barevné taneční vystoupení.

### 19. - 20. den

Letecký návrat z Lhasy přes Peking domů.

## Cena zájezdu

### Cena zahrnuje

- Doprava pronajatými vozidly, mikrobusey
- Permits v Nepálu
- Permits v Tibetu - Kailash (47 USD), jezero Manasarova (47 USD), Guge (44 USD)
- Ubytování v hotelech a lodžích, na treku skromnější ubytování, v Tibetu 2 x v ubytovnách
- Český průvodce
- Místní průvodci dle potřeb

### Cena nezahrnuje

- Mezinárodní letenka - ( Praha - Káthmandú, Lhasa - Peking - Praha) cca 37 000 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

#### 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

- Spropitné
- Služby nosičů na treku Langtang - cca 25 USD/den
- Služby nosiču na treku Kailás - cca 65 USD/den
- Povinné připojištění na vysokohorskou turistiku
- Příplatek za jednolůžkový pokoj, pouze na některých místech, na vyžádání
- Fakultativní aktivity
- Cestovní pojištění - rádi však sjednáme prostřednictvím ERV Evropské pojišťovny, nejlépe **oslovte garanta zájezdu** přímo při objednávce

## Fakultativní aktivity

- Let k Mt. Everestu cca 210 USD

## 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 čtyřdenní trek Langtang 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. Je potřeba počítat s chladnějším počasím. 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 odlehčení. Pro trek je možné využít služeb nosičů, (přibližná cena na den cca 30 USD/den, pro převoz zavazadel najmout si koně). 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 nomádkém 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 třídením 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.

### 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