

BLIŽŠÍ INFORMACE + PRAKTICKÉ RADY K ZÁJEZDU

- **Nepál: Krásy himálajských velikánů a nejhezčí části Annapurna treku - pro běžné turisty**
č. záj. 637

CK si vyhrazuje právo na úpravu programu s ohledem na povětrnostní, klimatické podmínky a uskutečnění místní přepravy.

1. Odjezdy – čtěte pozorně!

Čas odletu bude upřesněn nejpozději v pokynech na cestu 10–14 dní před zájezdem.

2. Doprava na zájezdu

V ceně zájezdu je letecká přeprava Praha - Káthmándú – Praha (s minimálně jedním přestupem). V ceně jsou také zahrnuté místní transfery potřebné k naplnění programu.

3. Ubytování

Ubytování je na tomto zájezdu zajištěno 5x v hotelech ve 2lůžkových pokojích s vlastním příslušenstvím (z toho 4 noci v Kathmandu a 1 noc v Bandipuru). Během treku je 7x ubytování zajištěno v jednoduchých horských chatách/lodžích také ve 2lůžkových pokojích. Lodže mají sdílená sociální zařízení a sprchy.

CK si vyhrazuje právo změnit místa ubytování dle aktuální situace.

Příplatek:

1/1 pokoj - povinný při nedoobsazení pokoje samostatně cestujícím účastníkem stejného pohlaví

Tento příplatek zaručuje samostatný pokoj v hotelích. Během treku se budeme snažit zajistit jednolůžkové pokoje, pokud to bude možné, avšak některé odlehle horské lodže mohou mít omezenou kapacitu. V takových případech je nutné sdílet pokoj s dalším účastníkem, přičemž výše příplatku zůstává stejná.

4. Stravování

Ve dnech s ubytováním v hotelu – zajištěna je snídaně a ostatní stravování je vlastní. Průvodce vám doporučí místní restaurace. Při treku je zajištěná jednoduchá plná penze (snídaně, oběd, večeře).

Servírovaná **snídaně** během treku – výběr z několika možností.

Servírovaný **oběd** (zastávka během treku) + **večeře** – také výběr z více možností

Variety pokrmů jsou velmi podobné ve všech lodžích.

Nápoje nejsou v ceně.

Voda – na většině míst **není** pitná. Je důležité pít pouze balenou nebo převařenou vodu a nepít nápoje s ledem. Voda a nealkoholické nápoje v plastových lahvích jsou běžně k dostání.

5. Počasí a teplota

Rána a večery v Nepálu mohou být chladné (v horských oblastech teploty i kolem bodu mrazu), zatímco přes den může být v horách slunečno a příjemné teplo (až 25 °C). V nižších polohách (Káthmándú, Bandipur atd.) se dají přes den očekávat příjemné letní teploty kolem 20–28 °C.

6. Zavazadla na trek a služby místních nosičů

Během treku zůstanou vaše kufry bezpečně uložené na ubytování v Káthmándú. Věci potřebné na trek si přebalíte do cestovních vaků („bagů“), které ponese nosič – **jeden vak vždy sdílí dvojice účastníků.**

Hmotnostní limit je 8,5 kg na osobu a prosíme o jeho striktní dodržení z úcty k práci místních nosičů.

Na denní potřeby (svačina, voda, fotoaparát, bunda) je nezbytné mít vlastní malý batoh, který si ponesete sami. Služby nosičů jsou zahrnuty v ceně zájezdu.

7. Důležité osobní věci na trek

Kvalitní a pohodlné outdoorové oblečení pro pohyb v horách (pláštěnku, waterproof lehkou bundu, teplejší převou bundu, funkční prádlo, pokrývku hlavy proti slunci, čepici proti zimě, dobrý ochranný krém a sluneční brýle, outdoorové kalhoty i kraťasy). Oblečení si vezměte dostatek, aby vám vždy zbylo suché na převlečení. Doporučujeme kombinaci oblečení, které se dobře vrství, abyste mohli přidávat vrstvy v případě chladu, a naopak ubírat vrstvy při oteplení přes den.

Obuv – **kvalitní proslápnuté pohodlné pohorky** a lehké tenisky/boty do lodží na přezutí večer (do pohorek kvalitní trekové ponožky).

Na věci, které potřebujete během dne (svačina, voda, fotoaparát, bunda) doporučujeme **malý batoh (20–30 l).**

Velmi důležité je mít s sebou **kvalitní spacák** (v lodžích jsou sice i přikrývky, ale jelikož teplota v noci může klesat k 0 °C, tak pro tepelný komfort doporučujeme spací pytel alespoň do -10 °C).

Další **doporučené (nepovinné)** vybavení pro větší komfort při treku:

- **Lehké rukavice** na rána a večery (mohou být i tenké fleecové).

- **Hřejivá vložka do spacáku** (tzv. liner) – zvyší tepelný komfort a udržuje spacák čistý.
- **Powerbanka** – v horských lodžích nebývá vždy spolehlivý zdroj elektřiny, případně nabíjení může být zpoplatněno.
- **Teleskopické trekové hole** - pro větší stabilitu a podporu při chůzi v horském terénu.
- **Tenký šátek nebo multifunkční nákrčník (Buff)** – ochrana před prachem, větrem i sluncem.

Vaši **osobní lékárníčku** doporučujeme vybavit těmito léky:

proti průjmům – Immodium kapsle, Endiform tablety, živočišné uhlí, Reasec

proti bolestem kloubů, hlavy – Ibuprofen tablety

proti zvýšené teplotě – Paralen tablety, Acylpyrin tablety, Panadol

na povrchová poranění – Framykoin zásyp, Septonex spray, obinadla, náplasti (vhodné i náplasti na puchýře)

proti alergické reakci při bodnutí hmyzem – Dithiaden tablety, Fenistil

proti nevolnosti v dopravních prostředcích – Nokinal tablety

Užívání antibiotik je vhodné konzultovat s praktickým lékařem. Těm, kteří trvale užívají nějaké léky, doporučujeme, aby si tyto léky vzali s sebou v dostatečném množství.

Očkování do Nepálu není povinné. Bližší informace najdete na <http://www.ockovani-zahranici.cz/>.

Zásuvky: V Nepálu je elektřina o napětí 230 V / 50 Hz, takže většina evropských přístrojů funguje bez adaptéru. V hotelech v Kathmandu lze nabíjet bez potíží, v horských chatách obvykle také, ale často za poplatek. Převládají zásuvky podobné těm evropským, výjimečně se můžete setkat s typem se třemi kulatými kolíky. Někdy zástrčky nedrží úplně pevně, proto se může hodit malá rozdvojka. Powerbanka je užitečná pro případy, kdy elektřina není dostupná.

Časový posun: V létě je místní čas posunut o +3:45 hod, v zimě o +4:45 hod oproti středoevropskému času.

8. Zabalení zavazadel

Informace o hmotnostních limitech zavazadel pro leteckou přepravu budou uvedeny v pokynech k zájezdu.

9. Cestovní doklady

Ke vstupu do země je třeba platný cestovní pas ČR s platným vízem. **Platnost pasu musí být nejméně 6 měsíců po návratu!!**

Nepálské vízum – průvodce vám pomůže ho zajistit po přiletu na letiště v Kathmandu za **50 USD**.

V případě ztráty či odcizení pasu během zájezdu doporučujeme před cestou oskenovat stranu pasu s fotografií a osobními údaji a nechat si jí uloženou v mailu – v případě řešení vydání nového prozatímního pasu to usnadní ambasádě práci s ověřováním Vaší totožnosti. V elektronické podobě je to nejjistější, jak mít kopii pasu neustále k dispozici. Kromě scanu pasu určitě

udělat alespoň 2 kopie pasu na papír. Vzít si s sebou pro jistotu 2 pasové fotografie.

!!! Zkontrolujte před odjezdem, že máte svůj vlastní cestovní doklad při sobě. !!!

10. Pojištění

Upozorňujeme, že všichni klienti jsou povinni vyjet do zahraničí pouze s platným pojištěním léčebných výloh.

Pojištění není zahrnuto v ceně zájezdu. Je možno si ho připlatit společně se zakoupením zájezdu (nejpozději do tří dnů od sepsání smlouvy). Pojištění stornovacích poplatků nelze sjednat samostatně, tj. bez sjednání pojištění starifem na celou dobu pobytu v zahraničí.

Cestovní kancelář Mayer & Crocus má uzavřenou rámcovou pojistnou smlouvu s pojišťovnou UNIQA a.s.

Kompletní podmínky pojištění najdete na www.ckmayer.cz/pojisteni.

Všichni naši klienti jsou pojištěni pod stejným číslem smlouvy. Číslo smlouvy je uvedeno na bílé kartičce pojištění, kterou obdržíte společně s pokyny.

Doporučujeme s sebou mít finanční rezervu pro případ uhrazení léků apod. na místě (proti dokladu pak pojišťovna v ČR tuto částku uhradí).

Pojištění zahrnuje (maximální plnění):

Věková hranice pojištěných zákazníků není omezena. Pojištění léčebných výloh platí mimo území České republiky. Neplatí pro území toho státu, jehož je pojištěný státním občanem nebo má-li na tomto území trvalý nebo přechodný pobyt.

- Pojištění léčebných výloh a asistenčních služeb v zahraničí do výše 15 000 000 Kč

- náklady na repatriaci pojištěného do výše 15 000 000 Kč

- náklady na předčasný návrat z pojištěné cesty do výše 300 000 Kč

- náklady vzniklé ztrátou cestovních dokladů do výše 300 000 Kč

- náklady vzniklé zpožděním zavazadel do výše 5 000 Kč

- náklady vzniklé zpožděním letu do výše 5 000 Kč

- Zachraňovací náklady do výše 4 500 000 Kč

- Úrazové pojištění – 300 000 Kč v případě smrti následkem úrazu, 600 000 Kč v případě trvalých následků úrazu

- Úrazové pojištění – nemocniční odškodné (hospitalizace v zahraničí) – 600 Kč / den

- Pojištění odpovědnosti za škodu na zdraví a věci třetí osoby – 5 000 000 Kč

- Pojištění zavazadel - 40 000 Kč

- Pojištění storna zájezdu (80%) - maximálně 105 000 Kč

- Pojištění nevyužitých dovolených – 105 000 Kč

- Pojištění nákladů souvisejících s nařízenou karanténou (u ubytování až do výše 2 500 Kč / os. / den, do max. 30 000 Kč, náklady na dopravu max. 20 000 Kč.)

- Pojištění storna zájezdu z důvodu nařízené preventivní karantény (80%) – maximálně 105 000 Kč.

Pojištěný je povinen neprodleně po škodné události (nejpozději následující pracovní den) stornovat u organizátora objednaný zájezd. Pokud dojde k prodlení ve stornování, je pojišťovna oprávněna uhradit pouze stornovací poplatky vypočtené ke dni, kdy objednaný zájezd mohl být neprodleně stornován.

Při pojistné události v zahraničí je třeba kontaktovat asistenční službu v Praze - **tel: +420 296 333 696**, kde

oznámité, k jaké pojistné události došlo a asistenční služba Vám poradí, jak dále postupovat.

11. Místní měna a orientační odhad osobní útraty

Místní měna: Nepálské rupie

Kurz nepálských rupií: 100 NPR = cca 15 Kč
(srpen 2025).

Nepálské rupie se dají vyměnit buď v Káthmándú na letišti nebo ve městě za USD (americké dolary) nebo EUR. Platit platební kartou se na většině místech nedá. Je však vhodné ji s sebou mít pro případ potřeby výběru místní měny z bankomatu.

V Nepálu je obvyklé dávat nosičům a místním průvodcům spropitné jako poděkování za jejich práci a pomoc s přepravou zavazadel. Doporučená částka je přibližně 10–20 USD na osobu pro nosiče a asi 10 USD pro místní průvodce. Spropitné můžete dle uvážení dát také provozovatelům dalších služeb, které využijete.

Denní útrata velmi záleží na potřebách a preferencích každého cestovatele. Průměrně se dá odhadnout, že člověk utratí za stravování přibližně do 15 USD za den ve dnech treku (za nápoje, občerstvení navíc) a asi 30 USD za den mimo trek (základní jídlo a nápoje).

Tedy: (6x 30 USD + 7x 15 USD) + 50 USD za vízum + spropitné.

Celkem pouze na potraviny a vízum doporučujeme asi **340 USD/os.**

(Dále je vhodné mít rezervu na suvenýry, spropitné, dodatečné vstupné atd.)

V ceně zájezdu jsou vstupy do hlavních památek (Swayambhunath Stupa, Pashupatinath Temple, Boudhanath Stupa, Bhaktapur Durbar Square, Patan Durbar Square).

12. Počet klientů nutných k odjetí

Zájezd se uskuteční v případě přihlášení alespoň 8 klientů (skupina nebude větší než 15 klientů).

Zájezd může CK zrušit minimálně 21 dní před odjezdem.

Garant zájezdu:

CK MAYER + CROCUS s.r.o.

Heydukova 1589/6, 18000 Praha 8

tel: 241 432 483

Pohotovostní mobilní telefon: **777 75 85 84**

slouží pro urgentní dotazy a změny v den odjezdu zájezdu a v nutných případech po dobu zájezdu. Veškeré ostatní dotazy volejte v pracovní době na výše uvedené pevné linky.

Program zájezdu

1. den: Odlet z Prahy.

2. den: Přílet do [KÁTHMÁNDÚ](#). Transfer do hotelu.

3. den: [KÁTHMÁNDÚ](#) - prohlídka starobylého náboženského komplexu SWAYAMBHUNATH - známý také jako Opičí chrám, který je jedna z nejznámějších památek Káthmándú zapsaná na seznamu světového dědictví UNESCO. Chrám PASHUPATINATH - jeden z nejvýznamnějších hinduistických poutních míst v Nepálu.

Tento chrám se nachází na břehu řeky Bagmati, je zasvěcený Pánu Šivovi a je známý svou krásnou architekturou a úžasným okolím. Poté návštěva stúpy BOUDDHANATH - další památky zapsané na seznamu světového dědictví UNESCO, která se nachází asi 11 km od centra a severovýchodního okraje Káthmándú. Byla postavena v 5. století a je obklopena věřícími, kteří 108krát otáčejí modlitebními mlýnky a recitují okouzující mantry. Návrat do hotelu.

4. den: Přejezd do Besisaharu (820 m). Trek do CHAMJE (1430 m).

Po snídani transfer do Besisaharu (přibližně 5–6 hodin). Po příjezdu do Besisaharu bude zahájen trek do CHAMJE. Cesta zpočátku povede podél řeky Marshyangdi, bude procházet bujnými zelenými lesy a malými vesnicemi. Po cestě se překoná několik visutých mostů a vodopádů, což zajistí malebný charakter treku. Po přibližně 5–6 hodinách chůze se dorazí do vesnice CHAMJE, kde bude zajištěno přenocování v místní lodži (=himalájská horská chata).

5. den: Trek z CHAMJE (1430 m) do DHARAPANI (1860 m) přes TAL (1700 m) - cca 6-7 hodin.

Den začne přechodem řeky Marsyangdi a následným stoupáním po strmější stezce do vesnice TAL. Odtud bude trasa vést krásnými lesy a malými vesničkami, kolem vodopádů a potoků. Po přibližně 6–7 hodinách chůze se dorazí do DHARAPANI, kde bude zajištěno přenocování v místní lodži.

6. den: Trek do CHAME (2670 m) - cca 5-6 hodin.

Tento den bude na programu trek do CHAME, správního centra okresu Manang. Trasa povede hustými borovicovými a dubovými lesy, které nabídnou nádherné výhledy na okolní hory. Cestou se bude procházet několika malými vesnicemi, z nichž každá je jedinečná svou kulturou a tradicemi. Po přibližně 5–6 hodinách chůze se dorazí do CHAME, kde bude zajištěno přenocování v místní lodži.

7. den: Trek do Horního Pisangu (3300 m) - cca 6-7 hodin.

Cílem tento den bude HORNÍ PISANG, malá vesnice na kopci s výhledem na údolí řeky Marsyangdi. Stezka povede krásnými borovicovými a rododendronovými lesy a nabídne nádherné výhledy na vrcholy Annapurny a Pisangu. Po přibližně 6–7 hodinách chůze se dorazí do Horního Pisangu, kde bude zajištěno přenocování v místní lodži.

8. den: Trek do Ngawalu (3660 m) - cca 5-6 hodin.

Ráno bude pokračovat trek směrem k vesnici NGAWAL, která je známá tradiční architekturou a panoramatickými výhledy na okolní hory - včetně ohromujících vrcholů Annapurny. Trasa povede krásnými lesy a malými vesnicemi, z nichž každá je jedinečná svou kulturou a tradicemi. Po přibližně 5–6 hodinách chůze se dorazí do Ngawalu, kde bude zajištěno přenocování v místní lodži.

9. den: Trek do Manangu (3540 m) - cca 5-6 hodin.

Následující úsek povede do Manangu, malebného městečka ležícího ve výšce 3540 metrů. Trasa povede krásnými údolími a malými vesničkami, odkud se naskytnou nádherné výhledy na okolní hory. Po přibližně 5–6 hodinách chůze se dorazí do Manangu, kde bude zajištěno přenocování v místní lodži.

10. den: Trek zpět do Dolního Pisangu (3200 m) - cca 4-5 hodin.

Trasa povede zpět úchvatnou krajinou a bujnými lesy údolí Manang, přičemž se bude procházet malými vesničkami. Po příchodu do Dolního Pisangu lze strávit večer prohlídkou vesnice nebo odpočinkem v chatě. Přenocování bude zajištěno v místní lodži.

11. den: Transfer zpět do Besisaharu (820 m), cesta do Bandipuru (1030 m) - cca 4-5 hodin jízdy.

BANDIPUR - půvabná newarská vesnice ležící na vrcholu kopce s nádherným výhledem na okolní kopce a údolí. Večer je možné strávit prohlídkou vesnice, návštěvou místního trhu nebo odpočinkem v hotelu. Přenocování bude zajištěno v hotelu v Bandipuru.

12. den: Cesta zpět do [KÁTHMÁNDÚ](#).

Po snídani v hotelu v Bandipuru transfer zpět do Káthmándú. Cesta bude trvat přibližně 4-5 hodin v závislosti na dopravě a stavu silnic. Odpočinek na hotelu v Káthmándú.

13. den: Po snídani v hotelu v Káthmándú bude následovat výlet do Bhaktapuru, známého také jako „město oddaných“. [BHAKTAPUR](#) je domovem mnoha starobylých chrámů, paláců a náměstí a pyšní se bohatým kulturním dědictvím. Bude zde možnost prohlédnout slavné městské náměstí Durbar, které je zapsáno na seznamu světového dědictví UNESCO, a kde se nachází Palác 55 oken, Zlatá brána a Národní galerie umění. Následovat bude přejezd do PATANU, dalšího starobylého města proslulého svým uměleckým dědictvím. Náměstí PATAN DURBAR je rovněž zapsáno na seznamu světového dědictví UNESCO a nachází se zde mnoho chrámů, paláců a muzeí. Na náměstí lze prohlédnout Zlatý chrám, chrám Krišny a Patanské muzeum, které sídlí v bývalém paláci. Návrat na hotel.

14. den: Transfer na letiště. Odlet zpět do ČR. Dle letového řádu je možné, že přílet bude až **15.den**.