



Pravdzine Podróże

ANNAPURNA CIRCUIT trekking

Kraj: Nepal

Liczba dni: 20

Zobacz on-line: <http://kiribaticlub.pl/340/>

Trekking wokół Annapurny uważany jest za jeden z najpiękniejszych szlaków na świecie. Pokonanie 211 kilometrów i przekroczenie przełęczy Thorung La (5416 m n.p.m.) to konkretne wyzwanie, ale cudne widoki po drodze wynagrodzą wszelkie trudy. Trasa uwzględnia odpowiednią aklimatyzację, a w trakcie trekkingu jesteście pod opieką doświadczonego lokalnego przewodnika. Himalajom bardziej niż innym górcom należy się szacunek - dlatego bardzo dobra kondycja fizyczna jest wymagana.

PROGRAM WYPRAWY:

1 DZIEŃ - PRZYLOT DO KATMANDU

Przylot do Katmandu. Odbiór z lotniska, transfer do hotelu i zakwaterowanie. W zależności od godziny przylotu, jeszcze tego dnia odbędzie się spotkanie organizacyjne, na którym zostaniecie przygotowani do trekkingu, oraz wieczorem powitalna kolacja połączona z pokazem kulturalnym. W przypadku późnego przylotu spotkanie i kolacja odbędą się następnego dnia.

2 DZIEŃ - KATMANDU: ŚWIĄTYNIE, STUPY I PLACE

Zwiedzanie stolicy Nepalu - zobaczycie między innymi: plac Katmandu Durbar, Pashupatinath - najbardziej znaną hinduską świątynię w Nepalu, znajdującą się na wzniesieniu nad miastem buddyjską świątynię Swayambhunath, nazywaną także "Świątynią małp" ze względu na ich liczną tutaj obecność, Bodhnath - największą w tej części świata stupę buddyjską i miejsce pielgrzymkowe wielu Tybetańczyków. Ostatnie przygotowania do trekkingu, skompletowanie stroju, omówienie trasy.

3 DZIEŃ - PRZEJAZD DO BESISAHAR

Transfer na dworzec i przejazd turystycznym autobusem z Kathmandu do Besisahar (760m n.p.m.) - ok. 7 godzin jazdy. Trasa wiedzie przez doliny i góry, oferując piękne widoki. Po zakwaterowaniu czas wolny, odpoczynek.

4 DZIEŃ - TREKKING DZIEŃ 1: BAHUNDANDA

Pierwszy dzień trekkingu. Trekking do Bahundanda (1398m n.p.m.). Czas marszu ok. 6.5 godziny. Początek trasy wiedzie przez subtropikalne lasy i tarasy uprawne. Po dotarciu do Khudi i Bhulbhule zobaczycie 60-metrowy wodospad, a przy sprzyjającej pogodzie również szczyty Manaslu (8156m), Himchuli oraz Nagdi Chuli. Po przekroczeniu mostu linowego na rzece Nagdi trasa wiedzie w górę do Bahundanda. Po drodze miniecie wsie mniejszości etnicznych Gurung oraz Tamang.

5 DZIEŃ - TREKKING DZIEŃ 2: CHAMJE

Trekking z Bahundanda do Chamje (1410m n.p.m.). Czas marszu ok. 5-6 godzin. Po śniadaniu powędrujecie w dół do Syange (1070m n.p.m.), skąd zacznie się trudniejszy szlak. Po przekroczeniu mostu na rzece Marsyangdi podążycie wzdłuż rzeki do wsi Jagat. Ponownie wspinając się dotrzecie do Chamje.

6 DZIEŃ - TREKKING DZIEŃ 3: BAGARCHHAP

Trekking z Chamje do Bagarchhap (2080m n.p.m.). Czas marszu ok. 6.5 godziny. Dzisiaj przekroczycie granice dystryktu Manang. Skalisty szlak wiedzie w dół do rzeki Marsyangdi, a po jej przekroczeniu ponownie wspina się po nabrzeżu aż do wsi Tal. Mijając pola uprawne ruszycie dalej, schodząc w dół

i znów wspinając się pod górę, aż do wsi Dharapani, i dalej do Bagarchhap. Tutaj możecie zobaczyć kamienne domy lokalnych Tybetańczyków, uprawy orchidei i charakterystyczne kolorowe flagi modlitewne.

7 DZIEŃ - TREKKING DZIEŃ 4: CHAME

Trekking z Bagarchhap do Chame (2720m n.p.m.). Czas marszu ok. 5 godzin.

Po śniadaniu zaczniecie podejście do Danaque, skąd rozpościera się piękny widok na górę Manaslu. Dalej miniecie wieś Tyanga i pójdziecie widokową drogą, z której widać Lamjung Himal, Annapurna II i Annapurna IV. Szlak wiję się w górę i dół, i wymaga kilkukrotnego przekraczania rzeki. Będzie też okazja wymoczyć się w gorących źródłach.

8 DZIEŃ - TREKKING DZIEŃ 5: PISSANG

Trekking z Chame do Pissang (3060m n.p.m.). Czas marszu ok. 5 godzin.

Dalszy szlak wiedzie stromo w górę przez las liściasty. Przekroczycie dwa mosty, a gdy szlak w końcu skręci zobaczycie skałę Paungda Danda, wystającą z rzeki na 1500 metrów.

9 DZIEŃ - TREKKING DZIEŃ 6: MANANG

Trekking z Pissang do Manang (3540m n.p.m.). Czas marszu ok. 5 godzin.

Z Pissang wyruszycie po śniadaniu. Dwie drogi prowadzą stąd do Manang - na północ lub na południe od rzeki Marsyangdi. Droga północna jest dłuższa i trudniejsza, za to oferuje widoki na Annapurnę i wiedzie przez interesujące wsie. Trasa południowa wymaga mniej wspinania. Obie trasy łączą się w Mungji, skąd szlak wiedzie przez Bryanga do Manang.

10 DZIEŃ - TREKKING DZIEŃ 7: AKLIMATYZACJA

Dzień odpoczynku w Manang i czas na aklimatyzację.

Tego dnia możecie zrobić krótki wypad na grzbiet górski w pobliżu lodowca Gangapurna lub podejść do jaskini znajdującej się nad wsią Manang. Nocleg w Manang.

11 DZIEŃ - TREKKING DZIEŃ 8: LETDAR

Trekking do Letdar (4230m n.p.m.). Czas marszu ok. 5-6 godzin.

Po wyjściu z Manang zaczniecie podejście do Letdar. Miniecie Tenki Manang, pokonacie dolinę Jarsang Khola, przejdziecie przez trawiaste tereny ponad granicą drzew, gdzie przy odrobinie szczęścia spotkacie jaki i konie, aż dotrzecie do Yak Kharka, Stąd już tylko godzinne podejście do Letdar na nocleg.

12 DZIEŃ - TREKKING DZIEŃ 9: THORANG PHEDI

Trekking do Thorang Phedi (4441m n.p.m.). Czas marszu ok. 4 godzin.

Niech nie zwiedzie Was łagodny początek szlaku, opadający w dół do rzeki - dalsza część trasy wiedzie przez urwisko. Zatrzymacie się w Thorang Phedi lub w górnym Thorang Phedi na nocleg.

13 DZIEŃ - TREKKING DZIEŃ 10: PRZEŁĘCZ THORUNG-LA - MUKTINATH

Trekking do Muktinath (3760m n.p.m.) przez przełęcz Thorung La (5416m n.p.m.). Jest to najwyższy położony punkt podczas tego trekkingu. Czas marszu ok. 8 godzin.

Dzień zaczniecie możliwie najwcześniej, aby dotrzeć do przełęczy przed 10 rano (ok. południa na przełęczy bardzo mocno wieje). Mimo iż podejście jest strome, jest względnie łatwe. Należy liczyć ok. 4h marszu pod górę. Z przełęczy rozciąga się spektakularny widok na Annapurnę i Dhaulagiri. Stąd zaczniecie 4-godzinne zejście do Muktinath w dystrykcie Mustang. Niepozorna świątynia Muktinath jest świętym miejscem dla hinduistów i buddystów i co roku przyciąga tłumy pielgrzymów.

14 DZIEŃ - TREKKING DZIEŃ 11: MARPHA

Trekking z Muktinath do Marpha (3500m n.p.m.). Czas marszu ok. 6 godzin.

Schodzicie do doliny Kaligandaki i przez nabrzeże świętej rzeki Kaligandaki. Dalej dojdziecie do Jomson, w którym znajduje się najniebezpieczniejsze lądowisko świata. Marpha leży w dystrykcie Mustang i słynie z sadów jabłoniowych.

15 DZIEŃ - TREKKING DZIEŃ 12: GHASA

Trekking z Marpha do Ghasy (2010m n.p.m.). Czas marszu ok. 6 godzin.

Kontynuujecie zejście do doliny rzeki Kaligandaki aż do Ghasy, Szlak oferuje widoki na Annapurnę, Nilgiri, szczyty Dhaulagiri i Tukuiche, oraz lodospad Dhaulagiri. Idąc wzdłuż rzeki Kaligandaki zaczniecie oddalać się od gór.

16 DZIEŃ - TREKKING DZIEŃ 13: TATOPANI

Trekking z Ghasy do Tatopani (1190m n.p.m.). Czas marszu ok. 4 godzin.

Szlak schodzi w dół, przechodzi przez podwieszany most i prowadzi do wodospadu Rupse aby w końcu dotrzeć do najgłębszego przełomu rzeki na świecie (mierzonego od poziomu rzeki do szczytu Annapurny). W Tatopani możecie zrelaksować się w gorących źródłach.

17 DZIEŃ - TREKKING DZIEŃ 14: GHOREPANI

Trekking z Tatopani do Ghorepani (3194m n.p.m.). Czas marszu ok. 7-8 godzin.

Podążacie górnym szlakiem, stromo pod górę, do wsi Sikha. Dalej przez las dotrzecie do Ghorepani, skąd znowu będziecie mieli widok na Annapurnę i Dhaulagiri.

18 DZIEŃ - TREKKING DZIEŃ 15: POON HILL - NAYAPUL - POKHARA

Trekking z Ghorepani do Poon Hill, a następnie do Pokhary (1890m n.p.m.).

Pobudka przed świtem i wyjście na lekko (ok. 1 godz.) na punkt widokowy Poon Hill, gdzie będziecie obserwować wschód słońca i Himalaje w porannym świetle. Powrót do Ghorepani i po śniadaniu pokonacie ostatni odcinek trekkingu - do Nayapul. Stąd przejazd do Pokhary (ok. 7 godzin). Zakwaterowanie w hotelu i odpoczynek.

19 DZIEŃ - PRZEJAZD DO KATMANDU

Przejazd turystycznym autobusem do Katmandu (ok. 7 godzin). Zakwaterowanie i czas wolny. Wieczorem pożegnalna kolacja.

(Istnieje również opcja wydłużenia pobytu w Pokharze.)

20 DZIEŃ - WYLOT

Transfer na lotnisko i wylot.

CENA NIE OBEJMUJE:

- biletów lotniczych do Nepalu (Warszawa - Katmandu - Warszawa od ok.3000 PLN)
- kosztów wizy: ok. 40 USD
- biletów wstępu w Katmandu: ok. 30 USD
- zwyczajowych napiwków
- wyżywienia poza trekkingiem: ok. 20 USD dziennie na osobę
- wydatków osobistych, dodatkowych napoi itp.
- obowiązkowej składki na Turystyczny Fundusz Gwarancyjny: 13 PLN/os.
- opcjonalnie: opieki pilota Kiribati Club