



## Royal Mountain Travel

PO Box 8720 Durbar Marg (Yak & Yeti Hotel entry road)

KATHMANDU NEPAL

Tel: +977-1-4215364/5

Fax: +977-1-4215372

katmandu@mail.wplus.net

http://www.royal-mt-trek.ru

## Королевство Мустанг - Непал

### Программа

1	прибытие в Катманду	1300m	
2	Катманду		
3	переезд в Покхару	915m	6 ч
4	перелет в Джомсом	2720m	20мин
	трек в Кагбени	2900m	3½ ч
5	Челе	3200m	6 ч
6	Гилинг	3510m	6 ч
7	Чаранг	3650m	5½ ч
8	Ло Манатанг	3730m	5 ч
9	Ло Манатанг		
10	Ло Манатанг		
11	Маранг Ла	4353m	
	Гими	3690m	7 ч
12	Самар	3700m	6 ч
13	кагбени	2900m	5 ч
14	Муктинат	3750m	3½ ч
15	Джомсом	2720m	5 ч
16	перелет в Покхару	915m	20мин
	переезд в Катманду	1300m	6 ч
17	вылет из Катманду		

Стоимость: USD 935  
Авиа билет: USD 134  
Покхара-Джомсом-Покхара  
Специальный пермит: USD 920  
сезон: апрель - ноябрь

Маршрут может быть организован для индивидуальных групп более 2 участников.

Трек проходит на высоте около 4000м с дневными переходами по



### В стоимость включено:

- Проживание в Катманду и Покхаре двухместное, завтрак
- Переезды туристическим автобусом
- Авиа билет Покхара-Джомсом-Покхара
- Пермит и вход в Национальный Парк
- Палатки, матрасы, спальные мешки
- Англоговорящий гид
- Повар и помощник
- Портеры или мулы из расчета 15кг на 1 туриста
- Полное питание в треке
- Баул для груза
- Аптечка
- Трансферы
- Экскурсия в Катманду с англоговорящим гидом
- Ужин в национальном ресторане

### В стоимость не включено:

- Персональные расходы
- Питание в Катманду и Покхаре
- Въездная виза в Непал
- Аэропортовые сборы
- Персональная страховка
- экстренная эвакуация
- чаевые гида и водителей
- любые непредвиденные расходы связанные с обстоятельствами форс-мажор

### Тайны древнего Королевства Ло

Путешествие в Мустанг или Ло - королевство внутри королевства - это одно из наиболее захватывающих и мистических приключений в Непале. Мустанг расположен на северо-западе Непала севернее массивов Аннапурны и Дхаулагири, на границе с Тибетом. До 1991 года Мустанг был закрыт для посещения туристов, только получив персональное разрешение (благословение) Далай Ламы и Короля Непала, можно было посетить эту скрытую от посторонних глаз святыню буддизма.

В настоящее время в оазисе Ло проживает около 8000 человек, охраняющих тайны древних манускриптов, в которых есть указания на приход Будды Майтрейи. Столица королевства находится на высокогорном плато (около 4000м), скрытом за семью перевалами, горными реками и глубокими ущельями.

### Достопримечательности

- Столица Непала - Катманду
- Покхара - город на берегу озера Фева
- Священный Муктинат - храм пяти стихий
- Королевство Мустанг
- Массивы Аннапурн и Даулагири
- Действующие монастыри

В случае экстренной необходимости маршрут может быть изменен по ходу. Ответственным за любые изменения является гид, сопровождающий группу. Все отклонения от маршрута без санкции гида и Royal Mountain Travel оплачиваются туристами





## Ваши расходы

В Непале принимают к оплате наличные USD и EUR, тревел чеки и кредитные карты. Местную валюту - непальские рупии вы можете обменять в аэропорту, в банках или любом обменном пункте. В Катманду и Покхаре в среднем вы можете потратить на питание от 5\$ за одно посещение, в треке рассчитывайте на 10-12\$ в день. Если вы курите и употребляете алкогольные напитки, ваши расходы могут существенно возрасти. Необходимое количество рупий на трек необходимо обменять до начала трека в Катманду или Покхаре.

## Чаевые

Вознаграждение вашего гида и портеров по окончании трека - вопрос вашего желания и возможностей.

## Климат

Можно выделить четыре основных времени года:

**Зима:** декабрь-февраль - холодно, но воздух очень прозрачный

**Весна:** март-май - заметное потепление погоды, цветение рододендронов, возможны туманы, в мае сухо и жарко

**Лето:** июнь-август / сезон дождей / - дождь идет каждый день, цветут альпийские луга

**Осень:** сентябрь-ноябрь - самый благоприятный период для трека, теплая устойчивая погода, чистое небо. В любое время года высокогорное солнце обманчиво и непредсказуемо, можно получить солнечные ожоги даже в прохладный ветреный день.

Даже при легком ветре рекомендуется надевать защитные куртки (накидки) и маски, которые предохранят от мельчайших частиц пыли и песка.

месяц	мин. t	макс. t	осадки
январь	2,7	17,5	47
февраль	2,2	21,6	11
март	6,9	25,5	15
апрель	8,6	30	5
май	15,6	29,7	146
июнь	18,9	29,4	135
июль	19,5	28,1	327
август	19,2	29,5	206
сентябрь	18,6	28,6	199
октябрь	13,3	28,6	42
ноябрь	6	23,7	0
декабрь	1,9	20,7	1

## Здоровье

Для посещения Непала не требуется специальная вакцинация, однако, мы рекомендуем проконсультироваться со своим лечащим врачом и заготовить необходимые лекарства. Медицинские услуги в Непале ограничены в горных районах. Если вы носите очки, лучше иметь при себе запасную пару.

## Горная болезнь...

Любой человек, путешествующий выше 2500м. может испытывать легкие симптомы горной болезни. Первыми признаками являются головная боль, повышенная утомляемость, бессонница, потеря аппетита, потеря жидкости организмом и отечность. При появлении таких признаков следует остаться на этой высоте до полной акклиматизации организма. Необходимо употреблять от 2-х до 4-х литров жидкости в день. Если симптомы не проходят и состояние ухудшается, следует немедленно спускаться. Иногда даже 300м. могут сыграть решающую роль. Планируя свое путешествие, оставьте запасные дни на акклиматизацию на высоте 3700м. и 4300м. После 4000м. старайтесь не подниматься более чем на 500м. за один день. Вы можете неадекватно оценивать свое состояние, поэтому всегда следуйте советам сопровождающего гида или местных жителей.

## Список необходимых вещей

- спальный мешок
- х/б вкладыш в спальный мешок
- пончо от дождя и ветра или непродуваемый/непромокаемый костюм, зонт
- термос или походная бутылка для питьевой воды
- маленький рюкзак для однодневного перехода
- пластиковые пакеты для упаковки личных вещей и мусора
- хорошие солнцезащитные очки
- солнцезащитный крем SPF 25-30
- полотенце, салфетки/носовые платки, маска от пыли
- глазные капли и капли в нос
- фонарик и запас батареек к нему
- зажигалка или спички
- походный нож
- персональная аптечка
- аспирин с витамином С, другие жаропонижающие
- средства от головной боли
- средства от расстройства желудка
- трекинговые ботинки и легкая обувь на смену
- теплые вещи
- шапка, шарф и рукавицы
- головной убор от солнца и ветра



## Что такое трекинг

Трекинг - это пешеходная прогулка по горным тропам с палатками или с ночёвками в деревенских гостиницах / лоджиях. Трекинг даёт вам уникальную возможность насладиться панорамами гималайских вершин и ближе познакомиться с культурными традициями, бытом и религиозными праздниками местных жителей, испытать свои силы и возможности.

На маршруте все дни отличаются друг от друга сложностью и продолжительностью перехода. Стандартный день трека начинается в 7 утра. Ваш багаж уже должен быть подготовлен до завтрака, так как портеры выходят раньше. В 8 утра вы выходите на маршрут, чтобы избежать полуденной жары и послеобеденного ветра. Как правило в районе полудня вы останавливаетесь на перекус и короткий отдых. К 4 часам дня вы уже должны быть на месте ночевки.

## Что вы несете

Багаж, который вы отдаете портеру не должен превышать 15 кг. Ваш небольшой рюкзак для дневных переходов должен быть рассчитан на самое необходимое в пути - камера, вода, дополнительная одежда на случай дождя или похолодания, крем от загара, туалетная бумага, другие персональные принадлежности

## Страховка

Ваша персональная страховка должна помимо стандартного набора покрывать расходы по эвакуации из горных районов

## Визы и пермиты

Однократные въездные визы в Непал могут быть оформлены в аэропорту и на любой границе. Виза действительна 60 дней, стоит 30\$. Необходимо иметь 1 фото. Туристическая виза может быть продлена на 90 дней. Разрешение на посещение Королевства Мустаг оформляется в Катманду за 7 дней

Royal Mountain Travel,  
Nepal

Tel: +977-1-4215364

[katmandu@mail.wplus.net](mailto:katmandu@mail.wplus.net)

<http://www.royal-mt-trek.ru>