



Непал: Дыхание Гималаев и горячие источники

УТ

Продолжительность: 10 дней / 9 ночей

Даты проведения: 2006 г.

Маршрут: Катманду (Дарбар, Сваямбуднатх, Патан, Киртипур, пещера Падмасамбхавы) — Покхара (озеро Фева, Барахи) — Наяпул — Гандрук — Джину Дана — горячие источники — Сяули Базар — Покхара (водопад Деви, пещера Шивы, Саранкот) — Катманду (Пашупатинатх, Боуднатх)

Туроператор  **АС-ТРЕВЕЛ** приглашает вас посетить вершину мира,  [Непал](#), чтобы почувствовать дыхание Гималаев, проникнуть в их безмолвную силу и открыть для себя горячие источники, наполненные целебной энергией.



Это не просто путешествие, это шанс воссоединиться с природой и восстановить гармонию тела и духа. Здесь, среди величественных гор, горячие источники Гималаев дарят вам не только физическое тепло, но и очищение на глубоком уровне. Погружение в эти термальные воды — это момент восстановления, медитации и внутреннего просветления. Ощутите, как каждый вдох наполнен свежестью горных вершин, а с каждым шагом приближаетесь к состоянию полной гармонии!

Программа тура

День 1: Катманду

Прилет в *Катманду*, столицу Непала (1400 м). Встреча в аэропорту с традиционными приветственными шарфами *хада* – символом уважения и доброжелательности.

Трансфер в отель.

Прибытие и размещение в отеле.

Катманду – центр искусства и ремесел, место, где оживают традиции и история Непала, а улочки наполнены атмосферой восточной загадочности и гостеприимства.

Вечерняя прогулка по старым улочкам, знакомства с атмосферой города.

Ночь в отеле.

День 2: площадь Дарбар – ступа Сваямбуднатх – город Патан

Завтрак.

Экскурсии: на площадь *Дарбар* – комплекс дворцов и храмов, объект Всемирного наследия ЮНЕСКО.

К буддийской ступе *Сваямбуднатх* (возрастом более 2 тыс. лет) – одному из старейших и самых почитаемых буддийских храмов Катманду. Храм находится на вершине холма с панорамными видами на долину Катманду, известен своей величественной ступой с золотым шпилем, молитвенными барабанами и живой атмосферой буддийской культуры.

В древний город *Патан* (*Лалитпур*) – один из древнейших городов Непала. Город славится своей богатой культурой, архитектурой и ремесленными традициями. Посещения: Дворцовой площади и Королевского Дворца, включая храмы: Кришны Мандир, Вишну и Шивы, Рудра Варна Махавихар и храм Тысячи Будд (Маххабудда), Золотой храм (Будды), Мангал базара и др.

Ночь в отеле.

День 3: город Киртипур – пещера Падмасамбхавы

Завтрак.



Экскурсии: в город *Киртипур* – это неварский город на холмах югу-западу от Катманду, известный своей богатой историей, культурой и традиционной непальской архитектурой. Городок очаровывает узкими улочками, старыми домами с резными фасадами зодчества и древними храмами. Киртипур сохраняет атмосферу прошлых веков, здесь можно увидеть древние ступы, монастыри и ремесленные мастерские, а сами жители, одетые в традиционные национальные костюмы и работающие на античных ткацких станках.



К пещере *Падмасамбхавы* – священное место для буддистов, связанное с легендарным мастером тибетского буддизма *Гуру Римпоче*, который, по преданию, медитировал здесь. Пещера расположена на склонах холма с потрясающими видами на долину Катманду, создавая атмосферу умиротворения и духовного настроения.



Ночь в отеле.

День 4: Катманду – Покхара – озеро Фева

Завтрак.

Выезд на горный курорт *Покхара* (ок. 6 ч., 827 м) – один из самых живописных городов Непала, находящийся у подножия величественных Гималаев. Город стоит на берегу озера *Фева*, в водах которого отражаются вершины *Аннапурна* и *Мачапучаре* (6977 м).



Покхара известна своей умиротворенной атмосферой, зелеными холмами, водопадами и пещерами, а также как отправная точка в регион *Аннапурны*.

После мини-отдыха, прогулка на лодке по озеру *Фева* – одному из самых волшебных впечатлений в Покхаре. Тихое скольжение лодки по изумрудной глади озера, звуки природы и легкий горный ветер придают этому месту особое чувство покоя и гармонии. В центре озеро находится маленький остров с храмом *Барахи*, куда можно подплыть и ощутить атмосферу древних традиций Непала.

Ночь в отеле.

День 5: Покхара – трекинг Наяпул – Гандрук

Завтрак.

Переезд в *Наяпул* (1070 м, ок. 2 ч.). Маршрут пройдет через живописные деревушки с прекрасной природой, террасами полей и незабываемыми видами на горы, включая

Аннапурну. Отсюда мы отправимся в долину *Гандрук* (1940 м, ок. 6 ч.) через несколько живописных деревень. *Гандрук* – это небольшая деревня в долине на пути к базовому лагерю *Аннапурны*. Трекинг по этому маршруту часто выбирают те, кто хочет насладиться гималайской дикой природой Непала.



Посещение: Музей народа Гурунг (1998 г.) – посвящен культуре, истории и традициям гурунг, одного из этносов, населяющих горные районы Непала. Отсюда открывается великолепный вид на несколько пиков: *Аннапурна Южная* (7219 м). Она одна из наиболее выдающихся вершин в этом регионе, ее снежные склоны и острые пики создают потрясающий вид.

Ночь в лодже.

День 6: трекинг Гандрук – Джину Дана – горячие источники

Завтрак.

Мы продолжаем путь до *Джину Дана* (1700 м, ок. 4 ч.) – это небольшая деревушка и живописное место в районе *Аннапурна*. Путь пройдет через красивые хвойные леса с волшебными видами на горные реки, что делает маршрут особенно незабываемым.

Джину Дана находится в живописном месте с зелеными лесами, террасами полей и горными пиками. Здесь можно познакомиться с жизнью местных жителей и их традициями, а также глубже понять культуру горных народов Непала.

Это место предлагает потрясающие виды на *Аннапурну*, *Гангапурна* (7455 м), *Аннапурна Южная* (7219 м). Атмосфера спокойная, и вы можете насладиться тишиной природы, ароматом хвойных лесов, чистым горным воздухом и простотой жизни местных жителей.



Горячие источники находятся в прекрасном месте вдоль реки *Моди*. Они обладают лечебными свойствами и могут исцелить при различных заболеваниях, включая мышечные боли и усталость. Вокруг источников открывается живописный вид на горы, реки и хвойные леса. Это создает уникальную атмосферу для отдыха и медитации. Прекрасное место, чтобы восстановить силы, насладиться природой и почувствовать себя как часть непальского горного мира.

Встреча заката.

Вечером любимы звездами, наслаждаемся тишиной и непальским чаем!

Ночь в лодже.

День 7: трекинг Джину Дана – Сяули Базар – Покхара – водопад Деви – пещера Шивы

Рассвет в Гималаях!

Горячие источники.

Завтрак.

Трекинг в *Сяули Базар* (1200 м, ок. 2 ч.) – это маленькая деревушка, где местные жители живут традиционным образом. Здесь можно увидеть типичные каменные дома, сельское хозяйство и повседневную жизнь горных народов. Маршрут проходит через деревушки и изумрудные террасы полей. Пейзажи открываются потрясающие – вдоль реки Моды и с видом на прекрасные горы.

Выезд в *Покхару* (ок. 2 ч.) и трансфер в отель.

Прибытие, размещение в отеле.

После мини-отдыха, экскурсии: *водопад Деви* – одно из самых впечатляющих природных чудес, где потоки воды с грохотом уходят в глубокое подземное ущелье.

Пещера Шивы – священное место, посвященное индуистскому богу Шиве. Пещера расположена недалеко от водопада Деви, а ее подземные залы украшены сталактитами и сталагмитами, создавая таинственную атмосферу.

Лагерь тибетских беженцев – это живое свидетельство культуры, стойкости и духовной силы тибетцев. Здесь можно увидеть, как мастера вручную ткут знаменитые ковры, создают изделия из шерсти и серебра, а также посетить буддийские храмы. Вечерняя прогулка по старым улочкам, знакомства с атмосферой города.

Ночь в отеле.

День 8: Покхара – форт Саранкот – Катманду

Утром пешая прогулка до форта *Саранкот* (ок. 2 ч.) – живописный холм и одна из лучших смотровых точек региона. С вершины открываются панорамные виды на долину Покхары, озеро *Фева* и пики Гималаев: *Аннапурна* (8091 м), *Мачапучаре* (6993 м) и *Дхаулагири* (8167 м). Особенно впечатляют рассветы и закаты: солнце окрашивает горные пики в золотые и розовые цвета, создавая незабываемую атмосферу.

Возвращение в отель.

Завтрак.

Выезд в Катманду (ок. 6 ч.).

Сказочные горы и обворожительная природа, изумрудные террасы и орхидеи порадуют вас на всем пути.

Прибытие, размещение в отеле.
Отдых.

Ночь в отеле.

День 9: храм Пашупатинатх – ступа Боуднатх

Завтрак.

Экскурсии: в храмовый комплекс *Пашупатинатх* (VII в.) – один из самых священных индуистских храмов, посвященный *Шиве*, объект Всемирного наследия ЮНЕСКО.

Храм известен своей уникальной архитектурой, золотыми крышами и множеством священных *гхат*. Храм является центром паломничества для индуистов со всего мира, где можно наблюдать ритуалы, фестивали и духовные практики.

К буддийской ступе *Боуднатх* (V в.) – одной из самых больших ступ в мире, центру тибетской культуры. Ступа прославилась по всем Гималаям, благодаря своей способностью исполнять желания и благословлять.

Свободное время для покупок сувениров и наслаждения атмосферой города.

Ночь в отеле.

День 10: Катманду

По желанию полет над Гималаями (доп. плата: \$290 на чел., время полета ок. 1 ч.).

Во время полета вы увидите высочайшие вершины мира: Эверест (8848 м), Макалу (8463 м), Лхотце (8516 м), Шиша-Пагма (83 м) и др.

Возвращение в отель.

Завтрак.

Освобождение номера в 12:00.

Трансфер в аэропорт и вылет из Катманду.

Завершение программы



Стоимость тура на чел.

- группа от 2 чел.: 146 286 р. (\$**1548**)
- группа от 4 чел.: 134 946 р. (\$**1428**)
- группа от 6 чел.: 123 606 р. (\$**1308**)
- группа от 8 чел.: 112 266 р. (\$**1188**)

Внимание: все материалы и цены, размещенные на сайте и данном предложении, носят справочный характер и не являются ни публичной офертой, определяемой положениями ст. 437 (2) ГК Российской Федерации, ни рекламой. Актуальную стоимость уточняйте у менеджера. Предложение предназначено для юридических лиц. Оплата производится только в рублях, по курсу компании, опубликованному на сайте actravel.ru на день полной оплаты. Для справки цена указана в USD.

В стоимость включено

- ✓ Размещение в отелях 3★ в двухместных номерах
- ✓ Размещение в лоджах во время трекинга
- ✓ Завтраки в отелях и лоджах
- ✓ Трансферы по программе
- ✓ Экскурсии с русскоговорящим гидом по маршруту
- ✓ Одно катание на лодке по озеру Фева в Покхаре (ок. 1 ч.)
- ✓ Разрешение для района Аннапурны
- ✓ Все входные билеты по маршруту.

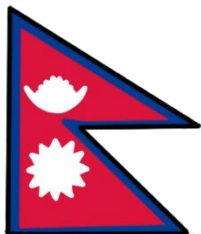
В стоимость не включено

- Международный перелет
- Непальская виза (по прилету в аэропорту): US\$30 на чел. (15 дней)
- Медицинская страховка (оформляется заранее)
- Обеды и ужины в Катманду, Покхаре и во время трекинга (от \$10 на чел. 1 за раз)
- Напитки
- Носильщики во время трекинга
- Чаевые: гиду, водителю, носильщикам и т. д.
- Все прочие расходы, не указанные в программе
- Расходы при непредвиденных ситуациях, связанных со стихийными бедствиями.

Примечания

Для приготовления разрешения на посещение Аннапурны потребуется:

- копия паспорта (по электронной почте)
- 2 цветные фото паспортного размера



ТУРОПЕРАТОР
АС-ТРЕВЕЛ



больше предложений

все предложения

РТО №001262 в Едином федеральном реестре туроператоров
Вернадского просп., д. 37 корп. 1Б, Москва, 119415, Россия
тел.: +7 495 740-29-89; сайт: actravel.ru; mail: ac@actravel.ru

