





УТ

Продолжительность: 14 дней / 13 ночей

Даты проведения: 2006 г.

Маршрут: Катманду (Дарбар, Сваямбуднатх, Боуднатх) — Покхара — Татопани (Бени Базар, Галешор Махадев, термальный источник) — Кагбени (Марфа, Муктинатх) — Гами (Тангбе, Челе, Самар, Ранчхукан-Чунгси) — Царанг (Ло Гекхар, Красная Гомпа, дворец) — Ло-Мантанг (Драгкар-Тегчен Линг Гомпа, Джампа Гомпа, Тхупчен Гомпа) — долина Чхосер (пещера Шиджа Джонг, Нипху Гомпа, Гхарпху) — Тингкар (дворец Таши Гефель) — Царанг — Лури Гомпа — Гилинг — Самар — Чуксанг — Татопани — Покхара (озеро Фева) — Саранкот — Катманду

Туроператор  **АС-ТРЕВЕЛ** приглашает вас найти свою Шамбалу в мистическом  [Непале](#). В сокровенную обитель богов тысячелетиями шли жрецы, монахи и мудрецы. Пройдите и вы через Врата в Тайны Гималаев и откройте для себя Верхний Мустанг – мир, где великие горы, древние монастыри и загадочные крепости хранят секреты веков.



На джипах вы пересечете живописные перевалы и долины, посетите скрытые пещеры, священные святилища и деревушки, где время будто остановилось. Каждый день – новое открытие: древние дворцы королей, монахи в медитации, наскальные рисунки и легенды, которые до сих пор живут в этих землях. Этот тур – погружение в историю, культуру и мистику Мустанга, редчайший шанс увидеть мир, который долго оставался скрытым от посторонних глаз.

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, 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 – ступа Боуднатх

Завтрак.

Экскурсии: на площадь *Дарбар* – комплекса 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.



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.



Ночь в отеле.

День 3: Катманду – Покхара – Татопани (1190 м, 192 км, ок. 5 ч.)

Завтрак.

Трансфер в аэропорт и полет в *Покхару* (25 мин., 860 м) – один из самых живописных городов Непала, находящийся у подножия величественных Гималаев.

Город стоит на берегу озера *Фева*, в водах которого отражаются вершины *Аннапурны* и *Мачапучаре* (69993 м). Покхара известна своей умиротворенной атмосферой, зелеными холмами, водопадами и пещерами, а также как отправная точка в регион Аннапурны.

Прибытие и выезд в *Татопани* – красивую небольшую деревню рядом с горной рекой и природными горячими источниками. Вы можете принять ванну в горячем источнике, которая расслабит и наполнит природной энергией.

Осмотр достопримечательностей: самый длинный подвесной мост – соединяет район Баглунг и Парват, является самым длинным и высоким мостом в Непале.



Бени Базар (800 м) – районный центр Мьягди, вместе слияния рек *Калигандаки* и *Мьягди*, а также известен как «ворота в Мустанг». Из соседних деревень *Бени* можно увидеть завораживающую красоту разнообразных снежных вершин хребта *Аннапурны*. Отсюда видно более десятка пиков хребта *Дхаулагири*, таких как *Аннапурна*, *Нилгири*, *Чурайн*, *Манапати*, *Гурджа*.

Храм *Галешор Махадев* (950 м) – известный храм, посвященный *Шиве*. Внутри храма находится лингам Шивы, высеченный из черного камня.

Горячий источник (1100 м) – природный источник, обладающий целебными свойствами. Лечебный эффект горячих источников из-за высокого содержания минералов в воде делает их целебными. Причинами появления природных горячих источников являются тектонические движения глубоко под поверхностью земли, которые производят геотермальную энергию, образующую горячие источники.

Ночь в гест-хаусе.

День 4: Кагбени (2900 м) через Муктинатх (3800 м, ок. 6–7 ч.)

Осмотр достопримечательностей:

Марфа (2700 м) – красивая деревушка, которая пережила переход к нынешнему времени. В названии «Мар-», означает «трудолюбивый», и «-фа» – «люди». Селение считается «яблочной столицей» страны, здесь производят бренди «Марфа» и джемы из местных горных фруктов. Над деревней возвышается монастырь *Ньингма*, из которого открывается прекрасный вид на окрестности и долину реки *Гандаки*. Над монастырем находится *чортен*, нарисованный на скале, и несколько небольших каменных чортенов на уступах внизу. На южной окраине Марфы, на противоположном берегу реки Гандаки, находится лагерь тибетских беженцев и *Гомпа Чхайро*, первый монастырь *Ньингма*, основанный в районе Мустанга.



Храм *Муктинатх* (3800 м) - известное место паломничества как буддистов, так и индуистов.

Для индуистов Муктинатх – священное место спасения. Они верят, что купание в здешних водах и 108 священных источниках, гарантирует спасение после смерти. Говорят, что индуистский бог *Брахма* зажег вечный огонь, горящий в Муктинатхе.



А для буддистов Муктинатх – место, куда приходил медитировать великий мудрец *Гуру Ринпоче (Падмасамбхава)*, принесший буддизм в Тибет. Этот район является идеальным местом для поиска окаменелых аммонитов (*Шалиграм*), которые встречаются в верховьях реки *Калигандаки*.

Эта часть Непала населена *гурунг*ами и *магара*ми в нижних регионах реки, *тхакали* вокруг Джомсома и людьми с сильными тибетскими корнями, *лопа*, вокруг Муктинатха и выше в Мустанге.

Ночь в гест-хаусе.

День 5: Гами (3510 м, 205 км, ок. 6 ч.)

Осмотр достопримечательностей:

Тангбе (3040 м) – небольшая деревушка в округе Мустанга, расположена на мысе с видом на ущелье *Гандаки* между *Каббени* и *Чусангом*. Жители деревни Тангбе называют себя «тангбетани». Большинство тангбетани носят фамилию «*Гурунг*», а некоторые используют «Тангбетани» или «Тангбе». Тангбетани были описаны как коренные жители Непала, проживающие в районе *Барха-Гаун* в Мустанге. Внешне они напоминают *Лхобу* и находятся под влиянием тибетской культуры. У них есть свой уникальный язык, называемый «*серке*», что означает «золотой язык». А также своя уникальная одежда, украшения, традиционные культурные песни, которые поют во время праздника.



Челе (3050 м) – маленький поселок, находится на древнем пути торговли солью между Тибетом и Непалом. Люди Челе в основном тибетские буддисты, и у них есть свой уникальный язык и обычаи, которые сохранились на протяжении веков. Деревня известна своим захватывающими дух видами на окружающий горный массив Гималаев. В деревне есть несколько *чортенов* (буддийских святынь) и стен *мани* (каменные стены с молитвами), которые были построены вдоль торгового пути. Его потрясающая природная красота, богатое культурное наследие и дружелюбное сообщество делают его обязательным местом посещения для всех, кто путешествует по Верхнему Мустангу.

Самар (3660 м) – небольшой поселок Верхнего Мустанга, этот регион, нетронутый внешними культурами на протяжении многих веков.

Поход в пещерный монастырь *Ранчхукан* (монастырь *Чунгси*), расположенный на пути к Верхнему Мустангу.

Пещера *Ранчунг* – популярное место паломничества Мустанга как для индуистов, так и для буддистов.

Считается, что *Гуру Римпоче* медитировал в этой пещере примерно в VIII веке. Именно монастырь, где медитировал *Падмасамбхава*, находился над пещерой. Пещера также связана с индуистским богом *Шивой*. Считается, что это место, где он медитировал во время своего путешествия на *Кайлас*. На стенах пещеры Рангчунг есть много

естественно созданных образов божеств, они выглядят как самовозникшие. На противоположной стороне пещеры можно увидеть естественную фигуру целующихся людей в скале стены. Местные жители веками использовали эти пещеры как место поклонения, медитации и уединения.



Гами (3510 м) – скрытое поселение в отдаленной части района Мустанга. Уникальная культура, архитектура и природная красота поселка делают ее обязательным местом посещения для гостей. Богатая история, древние монастыри и традиционный образ жизни делают ее незабываемой для посетителей, которые хотят погрузиться в местную культуру и узнать о традиционном образе жизни народа Гами. Путешественники, которые посещают деревню Гами в Мустанге, могут испытать теплое гостеприимство местных жителей и узнать больше об уникальной культуре и традициях этого отдаленного Непала.

Ночь в гест-хаусе.

День 6: Царанг (3560 м, 12 км, ок. 4 ч.)

Осмотр достопримечательностей:

Монастырь *Ло Гекхар* (*Гхар Гомпа*) (3950 м, ок. 2 ч.), являющийся одним из самых значительных объектов культурного и религиозного наследия Мустанга. Построен в VIII в. еще до Самья Гомпы в Тибете. Это крупный структурный комплекс, включающий многочисленные чортены, раскинувшиеся на плодородном склоне с несколькими природными источниками.

Царанг (3560 м) (дворец и монастырь) – красивое историческое место, расположенное в районе Мустанг недалеко от реки *Калигандаки* в окружении величественных гор. Деревушка известна своей древней архитектурой, богатой культурой и уникальным бытом ее жителей. Его богатая история и культура, потрясающая архитектура и красивые пейзажи делают его уникальным и незабываемым для путешественников. Буддийские чортены (ступы), святы стены мани, священные флаги,



монастырь, дворец, традиционные дома с плоскими деревянными крышами, узкие улочки с каменными плитами и окружающий ландшафт являются достопримечательностью этой деревни.

Главной достопримечательностью является древний монастырь, известный как *Красная Гомпа*, построенный в XIV веке. Внутренние стены монастыря украшают прекрасные фрески, статуи и мандалы, изображающие жизнь Будды и других божеств. Монастырь считается одним из старейших и наиболее важных монастырей Верхнего Мустанга.

Старинный дворец местного короля «Дворец Царанг», построенный в XVI веке. Дворец является прекрасным образцом традиционной тибетской архитектуры с замысловатой резьбой по дереву и красочными фресками. Царанг известен своей архитектурой, побеленными домами, узкими улочками и замысловатой резьбой на дверях и окнах.

Ночь в гест-хаусе.

День 7: Ло-Мантанг (3810 м, 12 км, ок. 2 ч.)

Осмотр достопримечательностей:

Посещение 3 главных монастыря в *Ло-Мантанге* (*Драгкар-Тегчен Линг Гомпа*, *Джампа Гомпа* и *Тхупчен Гомпа*)

Монастырь *Тхупчен* основан в XV в. третьим королем *Ло, Таши Гоном*. Он построен из местного камня, глины и дерева. Внутри старинные настенные росписи, золотая вязь. Монастырь Тупчен имеет длину 37,2 и ширину 24 м. В монастыре есть древние настенные буддийские росписи, выполненные оттенками бирюзы, малахита, корицы и золота. Его структура, древние настенные росписи, статуи, львиные головы и делают это святое место более привлекательным и интересным для посещения.



Драгкар-Тегчен Линг Гонпа (Чоде Гомпа) основанный в XIII в. в Ло-Мантанге, построен в период правления короля *Ама Пала*. Это школа *Сакья-па*, самые известные и крупнейшие монастыри верхнего Мустанга. В этом монастыре также живут самые высокопоставленные *ламы* этого региона. Сейчас этот монастырь работает как школа для монахов. В том же комплексе есть монастырский музей, где можно исследовать древние, исторические, культурные и религиозные артефакты, включая писания веры *Бон-по*.

Монастырь *Джампа Лаканг* построен в начале XIV в. королем Ангоном Сангпо, на плато на высоте 3840 метров над уровнем моря в Ло-Мантанге, бывшем королевстве Ло. Трехэтажный монастырь, построенный на площади 42 м в длину и 24 в ширину, с высотой 16 м и главным входом, выходящим на восток.

Ночь в гест-хаусе.

День 8: восточная долина Ло-Мантанга (Чхосер)

Осмотр достопримечательностей:

Пещера *Шиджа Джонг (Чхосер)* – одна из самых загадочных и удивительных пещер в Верхнем Мустанге, которая находится недалеко от границы с Китаем (Тибет). Тайны небесных пещер Непала привлекают внимание археологов со всего мира. Верхний Мустанг – один из лучших образцов пещерной цивилизации. Это 5-этажное здание на скале. Он состоит из более чем 40 комнат, а также многочисленных лестниц, ведущих на другой этаж. Окна тоже есть, а с 5-го этажа видно трансгималайскую землю долины *Чхосер*. Из окна пещеры Джонг открывается потрясающий пейзаж долины Чхосер и окружающих гор. Это искусственная пещера, которую создали во время Тибетской войны. Поскольку долина находилась под угрозой, люди, жившие в Чхосере и соседних деревнях, прятались там, спасаясь от жестокости. Во времена X в. частые войны заставляли жителей деревни прятаться в пещерах вместе со своими семьями. В 1400-х годах пещеры использовались для медитаций, складов и военных смотровых площадок, отражающих пещерную цивилизацию древних людей.



Пещерный монастырь *Нунху Гомпа (Ло-Нифу)* – буддийский монастырь, частично встроенный в скалу с еще большим количеством пещер. Под монастырем находится здание в полоску белого, цвета охры и синего цвета. Объединенных здания впечатляют и есть несколько ступенек, ведущих к главному монастырю с глинобитными стенами, окрашенному красной краской. Действительно, именно эта красная краска, покрывающая глиняные кирпичи, которые затем разбрызгиваются по скале, создает впечатление, будто они одно целое.

Монастырь Гхарпху – находится в восточной долине Ло-Мантанга, где можно увидеть отпечаток стопы Гуру Ринпоче.

Возвращение в Ло-Мантанг.

Ночь в гест-хаусе.

День 9: горячие источники – Тингкар – Царанг (3560 м, ок. 2 ч.)

Осмотр речной долины и возвращение в Ло-Мантанг.

После обеда осмотр достопримечательностей:

Тингкар (Тинггар) – самая популярная деревня в долине Чхонхуп, западная долина Ло-Мантанг. Эта деревня расположена на склоне холма с видом на соседние деревни и поля. Вид на Тингкар со стороны Пхува-гаона похож на формирование Поталы в Лхасе, Тибет.

Дворец Таши Гефель (летний дворец раджей) был построен примерно в XV веке первым королем Мустанга, королем Амадом Палом. Дворец построен из глины, камня и дерева и имеет девять углов. Настенные росписи и надписи написаны шрифтом Ранджана. Главный вход во дворец находится на востоке. Дворец окрашен белой известью. Во дворце хранится коллекция текстов, таких как Канджур, Тенджур, Астха Сахасрика Праджняпарамита и Сатасахасрика Праджняпармита. Стена вокруг дворца и города действует как крепость.

Царанг (Чаранг) является второй по величине деревней во всем регионе Мустанга. Деревня когда-то была важной остановкой для древних караванов, которые когда-то опасно курсировали между Тибетом и Индией, перевоза большое количество соли. В настоящее время Чаранг – это мирное, безмятежное место, где можно «почувствовать духовность». Деревушка похожа на оазис в пустыне, с тщательно ухоженными террасами, добавляющими зелень к бесплодному горному пейзажу с оттенками коричневого, охристого, желтого и черного. Яркие молитвенные флажки развеваются на прохладном ветру. Тибетские буддийские стены чорتنгов и мани (молитвы) окружают деревню с домами в типичном стиле «Мустанг», которые образуют лабиринт узких, выложенных камнем улочек и побеленных глинобитных и каменных домов с плоскими крышами, которые так идеально сочетаются с окружающим ландшафтом.

Ночь в гест-хаусе.

День 10: Лури Гомпа – Гилинг (3340 м) – Самар (3660 м, ок. 4 ч.)

Лури Гомпа – красивый исторический буддийский монастырь, находится в регионе Верхний Мустанг. Монастырь высечен в скалах из песчаника и представляет собой впечатляющее архитектурное чудо. Весь комплекс Лури Гомпа состоит из ряда соединенных между собой пещер, чорتنгов и молитвенных флажков. Пещеры украшены с многочисленными изящными фресками, изображающими жизнь Будды и его учение, школа *Ньингма Каргьюпа* тибетского буддизма. Стены и потолок этого монастыря украшены множеством картин XIV в. или даже раньше. Таинственный Монастырь Лури – одно из лучших мест для достижения сиддхи посредством медитации. Чортен внутри пещерного монастыря Лури, украшенный восемью благоприятными символами и четырьмя божествами-хранителями. Дом содержит изображения Намгьяла, Кхадчери, Ваджрасаттвы и Локешвары в 4 направлениях на восток, запад, север и юг соответственно. Есть также много изображений лам, восьми сиддхов и мандалы. Это исторический религиозный объект и культурное наследие Мустанга.



Гилинг – это большая деревня, в которой есть священный монастырь и школа *Шри Джанаджьоти*. Город Гелинг (3340 метров) в Верхнем Мустанге расположен под скалистой горой и разделен на две части с монастырем в центре: справа школа, а слева жилой район.

Самар - это небольшая деревушка Верхнего Мустанга.

Ночь в гест-хаусе.

День 11: Чуксанг (2980 м) – Татопани (1190 м, 235 км, ок. 6 ч.)

Поездка в *Чуксанг* и осмотр монастыря через реку *Калигандаки*. Красивая старейшая настенная живопись монастыря. Возвращение в Калопани или Татопани.

Чуксанг (*Чхусанг*) – небольшое поселение, расположенное в районе Мустанга. Деревня Чхусанг лежит на слиянии рек *Наршинг* и *Кали-Гандаки* между *Тангбе* и *Челе*. Это село окружено богатыми полями ячменя, пшеницы, гречки, гороха, горчицы, яблоневыми садами, абрикосами и другими доступными фруктами. Она известна своими потрясающими пейзажами, традиционной культурой и теплым гостеприимством. Эта деревня расположена в живописной долине и окруженной высокими горами и красными скалами, множеством небесных пещер. Чуксанг известен своей потрясающей природной красотой, уникальной культурой и древней архитектурой. Жители деревни Чуксанг в основном происходят из общин: Гурунг, Лова и Такали, которые живут в этом регионе на протяжении нескольких поколений.

Ночь в гест-хаусе.

День 12: Покхара (860 м, 192 км, ок. 5–7 ч.)

Покхара – «ворота Аннапурны», где многие путешественники находят свою Шангри-Лу. Спокойная красота города была предметом вдохновения для многих писателей и путешественников. Его чистейший горный воздух, впечатляющий фон заснеженных пиков, голубые озера и окружающая зелень делают его «Жемчужиной Гималаев», местом с удивительным природным расположением. Благодаря великолепному хребту Аннапурны, образующему фон, и безмятежности группы из 9 озер с тремя основными: *Фева*, *Руна* и *Бегнас* – Покхара является отличным местом для отдыха.



Прибытие, размещение в отеле.

Прогулка на лодке по озеру *Фева* – одно 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 озера находится маленький остров с храмом *Барахи*, куда можно подплыть и ощутить атмосферу древних традиций Непала.

Ночь в отеле.

День 8: Покхара – форт Саранкот – Катманду (1300 м)

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, Мачапучаре (6993 м) и Дхаулагири (6167 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.

Свободное время для покупок сувениров и наслаждения атмосферой города.

Ночь в отеле.



День 14: Катманду

Завтрак.

Освобождение номера в 12:00.

Трансфер в аэропорт и вылет из Катманду.

Завершение программы

Стоимость тура на чел.

- при группе от 2 чел.: 407 106 р. (\$**4308**)
- при группе от 3 чел.: 320 355 р. (\$**4068**)
- при группе от 4 чел.: 339 066 р. (\$**3588**)

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

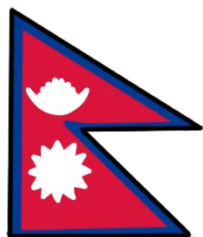
- ✓ Размещение в отеле 3 ★ в двух-/трехместном номере с завтраком (Катманду, Покхара)
- ✓ Размещение в гест-хаусах по маршруту в Мустанге
- ✓ Разрешение для национальных парков Аннапурны и Мустанга
- ✓ Экскурсии с русскоговорящим гидом в долине Катманду
- ✓ Англоговорящий гид в Мустанге
- ✓ Одно катание на лодке по озеру Фева в Покхаре (ок. 1 ч.)
- ✓ Трансферы по программе
- ✓ Авиаперелет: Катманду – Покхара + Катманду – Покхара (для горного гида)
- ✓ В Мустанге полный пансион (завтрак/обед/ужин – фикс меню, 3 чашки чая/кофе в день)
- ✓ Все входные билеты по маршруту.

Оплачивается дополнительно

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

Примечания

- Для визы необходимо 1 фото (3×4)
- Для приготовления разрешения нужно: (паспортная копия 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

