

### *Guida al viaggio:*

Sacrificata tra l'altopiano del Tibet e l'ostica catena del Dhaulagiri, la regione nepalese di Dolpo è una delle aree abitate più selvagge e meno conosciute del mondo; aperta agli stranieri all'inizio degli anni Novanta è una terra da visitare in punta di piedi e con il massimo rispetto. Tutto ciò vale un po' per tutto il mondo ma in modo particolare per questa regione ed ancora più particolarmente per questo distretto, Shey Gompa, rimasto da sempre segreto al mondo occidentale. L'itinerario è, come ovviamente si può capire, di grande interesse paesaggistico e soprattutto etnografico ed è anche di un certo impegno fisico soprattutto per le quote che vengono raggiunte. È questo un itinerario sicuramente inconsueto la cui fattibilità però sarà soggetta alla "volontà" del Ministero del Turismo nepalese e quindi potrà subire delle modifiche.

#### **Quando partire:**

Il clima nepalese è condizionato dai monsoni che interessano il Paese da maggio a settembre con piogge più o meno intense e continue. I periodi ideali per recarsi in Nepal sono quelli che precedono o che seguono il monzone. In ottobre e novembre il sole splende praticamente tutti i giorni, l'atmosfera è particolarmente limpida. Da dicembre a marzo il tempo è stabile, l'aria frizzante e le temperature più basse; in questo periodo è ideale visitare i parchi del sud del Nepal, effettuare trekking a basse quote, visitare Kathmandu e la valle di Pokhara. Escludendo il periodo monsonico, il clima del Nepal è tendenzialmente temperato, con cielo quasi sempre sereno; nelle alte valli e soprattutto durante i mesi invernali, la temperatura può abbassarsi notevolmente.

#### **Organizzazione trekking:**

Durante le giornate di cammino i pasti vengono preparati con prodotti locali. A una colazione di tipo occidentale seguono un pasto freddo o box lunch (a metà giornata) e una cena calda al campo. I materiali comuni e l'equipaggiamento dei partecipanti viene trasportato da yak e/o portatori; alla fine di ogni tappa i bagagli vengono riconsegnati ai relativi proprietari (i partecipanti devono portare solo un piccolo zaino personale con il necessario per la giornata). La gestione locale del trekking è affidata alla nostra agenzia corrispondente che mette a disposizione del gruppo una guida parlante inglese e i portatori

#### **Dove dormiamo:**

Per il pernottamento durante il trek forniamo tende biposto, materassini, tenda mensa con tavoli e sedie, piatti, posate. Kathmandu e nelle città principali hanno una struttura alberghiera varia e di buon livello.

#### **Bene a sapersi:**

Camminare lungo i sentieri, effettuare trasferimenti su polverose piste sterrate, dormire in tenda o in alberghetti semplici e spartani, non sono esperienze di tutti i giorni ma rappresentano situazioni che sicuramente ognuno può affrontare e vivere con serena tranquillità. Sono sufficienti una buona condizione fisica, un equipaggiamento adeguato, spirito di adattamento e collaborazione, il resto viene da sé: il piacere di osservare spettacolari paesaggi al ritmo del proprio passo, esplorare la natura, assaporare il silenzio della solitudine.

- 1°/2°giorno*     **Milano - Kathmandu**  
Partenza per Kathmandu con voli di linea; all'arrivo nella capitale nepalese sistemazione in albergo.
- 3° giorno*     **Kathmandu - Nepalganji (400 m)**  
Volo per Nepalganji con superbe panoramiche su Manaslu, Annapurna e Dhaulagiri. Nepalganji, anonima cittadina nella pianura del Terai, a pochi chilometri dal confine indiano è un caotico e umido villaggio di frontiera. Sistemazione in modesto albergo. Trattamento: pensione completa
- 4° giorno*     **Nepalganji - Juphal (2.500 m) - Dunai (2.200 m)**  
Con un piccolo aereo si vola su Juphal dove avviene l'incontro con lo staff nepalese. Ha inizio il trekking riservato a buoni camminatori, con tappe impegnative e spesso con il superamento di passi d'alta quota. Il circuito avviene in senso antiorario come vuole la tradizione Bon. Dalla pista dell'aeroporto una ripida discesa porta a Dunai la capitale amministrativa del Dolpo. Pernottamento in lodge. Trattamento: pensione completa
- 5° giorno*     **Dunai - Hanke (2.700 m)**  
Dopo aver superato il primo posto di controllo si costeggia la riva destra del torrente Bheri fino alla sua confluenza con il Suli Gad. Si risale la valle omonima su buon sentiero fino al minuscolo insediamento di Hanke. Pernottamento in tenda. Trattamento: pensione completa.
- 6° giorno*     **Hanke - Reji (2.750 m)**  
Superato un altro posto di controllo si risale al piccolo villaggio di Sepka. Il sentiero supera alcune volte il torrente passando da una parte all'altra della stretta valle del Suli Gad tra foreste lussureggianti. Dopo un'ultima risalita si scende presso il piccolo villaggio di Reji posto tra conifere in una vasta zona pianeggiante. Pernottamento in tenda. Trattamento: pensione completa.
- 7° giorno*     **Reji - lago Phoksdumdo**  
Superato un altro ponte sul Suli Gad, il sentiero sale dolcemente fino al posto di controllo e sede del Parco Nazionale di Phoksumdo; il Parco ospita uno dei più interessanti ecosistemi himalayani ed è popolato da specie rare come il "leopardo delle nevi" e il "bharal". Il sentiero sale ripido, fra una vegetazione che a poco a poco sta cambiando, raggiungendo una serie di terrazze che dominano la vallata e la splendida cascata che scende dal Lago Phoksumdo. Con una breve discesa si raggiunge il villaggio di Ringmo. Si pone il campo sulla sponda del lago. Pomeriggio dedicato alla visita del villaggio ed all'antico Gompa bon-po posto in splendida posizione sulla sponda del lago. Nel film, "Himalaya, l'infanzia di un capo", le spettacolari immagini di questi luoghi e soprattutto l'aereo sentiero a mezza costa sul lago, fanno da sfondo all'emozionante ed avventuroso viaggio di Tinklé, capo carovana dell'alto Dolpo, in viaggio verso il sud. Pernottamento in tenda. Trattamento: pensione completa.

- 8° giorno*      **Phoksdumdo - Campo Nord (3.700 m)**  
Questa prima tappa porta nel Dolpo proibito, un sogno che si è avverato solo da pochi anni. E' certamente una delle più belle tappe del percorso, il sentiero, fra i più spettacolari dell'Himalaya, procede intagliato lungo la parete occidentale del lago sospeso sulle acque color turchese. Ripercorrerlo sembra far parte di quel mondo di nomadi-carovanieri che si affidano solo alla loro capacità e al volere degli Dei. Il libro, "carovane del Nepal", coglie con belle immagini, gli aspetti più vibranti di questa vita impossibile. Pernottamento in tenda. Trattamento: pensione completa.
- 9° giorno*      **Campo Nord - C.B. Gandla Là (4.850 m)**  
Si risale la valle del torrente Phoksumdo Khola, immissario del lago e la tortuosità del fiume e le gole che lo delimitano costringono ad effettuare parecchi guadi per poter proseguire; lungo il percorso, si stagliano le cime innevate del Kanjalaruwa, una catena di montagne, non eccessivamente alte, sui 6.500 metri, ma selvagge e costituiscono la propaggine montuosa più a nord dell'Himalaya. L'ultima parte del percorso segue la riva destra del torrente e porta ai piedi del passo Gandla Là. Pernottamento in tenda. Trattamento: pensione completa.
- 10° giorno*      **Gandla Là - Shey (4.500 m)**  
Una lunga e faticosa salita, la quota si fa sentire senza dubbio, permette di raggiungere il passo Gandla Là, segnato dall'immancabile moltitudine di bandiere di preghiere che fluttuano al vento. Si scende verso il piccolo monastero di Shey il più importante nella regione dell'alto Dolpo. La tradizione porta a credere che la reincarnazione del monastero di Shey provenga direttamente da Milarepa, uno degli uomini santi della tradizione lamaista e sul conto del quale vi è una ricca aneddotica. Pernottamento in tenda. Trattamento: pensione completa.
- 11° giorno*      **Shey**  
Intera giornata dedicata alla visita del gompa di Shey e dei dintorni, ripercorrendo il percorso che i pellegrini compiono intorno al monte Riou Doukta, "la montagna di cristallo". La quantità di vene quarzifere fa assumere colori tenui alla montagna, specie al tramonto e questo contribuisce ad accrescerne il mito. In questa regione vivono gli ultimi esemplari del leopardo delle nevi, un animale in via d'estinzione. "Il leopardo delle nevi" è un interessante racconto, tra reportage e naturalismo, che ben descrive l'area e la vita di questa gente nell'arco di un anno, il tempo delle ricerche su questo raro animale. Pernottamento in tenda. Trattamento: pensione completa.
- 12° giorno*      **Shey - Namgung (4.550 m)**  
Facile tappa in salita lungo una stretta valle, tra pascoli di yaks e capre. È possibile, nel periodo autunnale, incontrare carovane di yak che si muovono tra il Tibet e l'alto Dolpo trasportando sale, cereali e raccolti. Si prosegue poi verso il colle Sela Là (5094 m). Dal passo si gode uno splendido panorama sul Tibet. Si scende per un facile sentiero, poi si affronta la parte più difficile del percorso per giungere a Namgung, villaggio situato in una piccola valle laterale. Pernottamento in tenda. Trattamento: pensione completa.

- 13° giorno*      **Namgung - Saldang (4.000 m)**  
Si sale fino al Saldang La, da cui si ha un'eccezionale panoramica sulla valle dove in fondo appare in un angusto canyon, adagiata su uno spiazzo, la terrazzata Saldang. E' uno dei villaggi più caratteristici, quasi a picco sulla valle, le case saldate tra di loro ed abbracciate al monastero quasi a protezione dall'incalzare dei venti che soffiano da nord e, spazzando ogni cosa sul loro cammino, s'infrangono sui fianchi angusti delle vallate. Pernottamento in tenda. Trattamento: pensione completa.
- 14° giorno*      **Saldang - Yangjir (4.000 m)**  
Si discende la valle di Nang-Khong lungo un sentiero che, con vari saliscendi, percorre la riva sinistra del torrente. Lungo il percorso si attraversano i villaggi di Tiling e Kyi con i loro numerosi e caratteristici chorten. Giunti alla confluenza con il Panzang Khola, lo si attraversa e si raggiunge, in salita, il superbo monastero di Yangjir. Pernottamento in tenda. Trattamento: pensione completa.
- 15°/16° giorno*      **Yangjir - Shimen (3.850 m) – Tingkyu (4.110 m)**  
Il sentiero percorre la valle del Panzang Khola sino al villaggio di Shimen, si risale quindi lungo la riva sinistra del torrente incontrando i piccoli insediamenti di Phug e Tsam prima di giungere a Tingkyu, villaggio strategico posto lungo la carovaniera che proviene dal Tibet attraversando il passo Marium Là. Pernottamento in tenda. Trattamento: pensione completa.
- 17°/19° giorno*      **Charka (4.110 m)**  
Tre giorni sono necessari per risalire la valle del Keheng Khola fino al Passo di Charka si scende quindi al villaggio di Charka. Nel periodo estivo spesso è necessario guardare i molti fiumi che s'incontrano e che le nevi ingrossano. È la parte più difficile e stancante del percorso, con pochi incontri, praticamente desolata, seppur affascinante nei suoi colori irreali. Pernottamento in tenda. Trattamento: pensione completa.
- 20°/23° giorno*      **Kagbeni (2.900 m) - Jomsom (2.720 m)**  
Tre giorni per giungere a Kagbeni posta nella valle del Kali Gandaki. Lungo l'itinerario si supera il passo Sandak Là (4290 m) e si fa tappa nei villaggi di Sandak e Tiri. Ridiscendendo lungo la pittoresca gola della Kali Gandaki si perviene a Jomsom dove termina il trekking. Pernottamenti in tenda e lodge (Kagbeni e Jomson). Trattamento: pensione completa.
- 24° giorno*      **Jomsom - Pokhara - Kathmandu**  
Il trasferimento sino a Pokhara è in aereo e in coincidenza si vola per Kathmandu. Pernottamento in albergo. Trattamento: pernottamento e prima colazione.
- 25°/26° giorno*      **Milano**  
Mattinata a disposizione e nel pomeriggio trasferimento in aeroporto e rientro in Italia con voli di linea.

|  |  |
|--|--|
| <b>NEPAL – Alto Dolpo – Shey Gompa</b> | <b>26 giorni</b>                                   |
| <b>Date di Partenza:</b>               | <b>15 maggio – 14 settembre 2024</b>               |
| Quota individuale di partecipazione:   | Euro   |
| Minimo 8 partecipanti                  | 5.200 (escluse tasse aeroportuali)                 |
| Voli Milano/Kathmandu e ritorno        | a partire da 1.100 euro (tasse e bagaglio inclusi) |
| Supplementi:                           |  |
| Camera Singola                         | 300  |
| Tenda singola                          | 500  |

#### La quota comprende:

- ✓ voli Kathmandu/Nepalgunji/Juphal e Jomson/Pokhara/Kathmandu – franchigia bagaglio 10 kg
- ✓ trasferimenti da/per gli aeroporti in Nepal
- ✓ trasferimenti interni in aereo o via terra come da programma
- ✓ sistemazione in camera doppia in Hotel 3\* a Kathmandu e Nepalgunji con trattamento di prima colazione
- ✓ trekking come da programma con servizio di guida locale di lingua inglese
- ✓ trasporto bagaglio personale (max 16 Kg) materiali comuni
- ✓ vitto (colazione, box lunch e cena) e sistemazione in tenda
- ✓ special trekking permit (\$500) e park fees
- ✓ assicurazione annullamento/interruzione viaggio, assistenza, rimborso spese mediche e bagaglio

#### La quota non comprende:

pasti principali a Kathmandu – bevande – mance – extra di carattere personale – visti – tutte le tasse aeroportuali all'estero – assicurazioni personali – tutto quanto non menzionato alla voce "La quota comprende". Mance: sono gradite e consigliate per guide e portatori ed è da prevedere circa 40/50 euro per partecipante.

**NB:** I servizi sono stati quotati al cambio e tariffe aeree al 05.01.2024.

Eventuale adeguamento sarà comunicato 21 giorni prima della partenza.

#### Attenzione

Desideriamo informare che tutti i vettori aerei nepalesi sono stati recentemente iscritti nella lista delle compagnie considerate "Black list" dalla EU poiché non rispondenti ai requisiti richiesti. In alcuni casi l'iscrizione in detta lista avviene anche a seguito di mancata possibilità di verifica diretta da parte degli organi preposti. I vettori sopra citati operano in ogni caso su una rotta in cui non esistono altri vettori. Per maggiori informazioni vi segnaliamo in ogni caso il sito dell'enac.

Particolari condizioni di ritardo o cancellazioni dei voli interni, problemi di viabilità, danni meccanici ai mezzi di trasporto e hotel in overbooking, possono determinare variazioni nello svolgimento dei servizi previsti e possono essere modificati a discrezione dei vari fornitori locali con servizi di pari categoria o di categoria superiore.

Il verificarsi di cause di forza maggiore quali scioperi, avverse condizioni atmosferiche, calamità naturali, disordini civili e militari, sommosse, atti di terrorismo ed altri fatti simili non sono imputabili all'organizzazione. Eventuali spese supplementari e prestazioni che per tali cause dovessero venir meno non potranno pertanto essere rimborsate. Inoltre l'organizzazione non è responsabile del mancato utilizzo di servizi dovuto a ritardi o cancellazioni dei vettori aerei.