

### *Guida al viaggio:*

Splendido trekking in Nepal, nella regione dell'Annapurna, semplice e a basse quote (altitudine massima raggiunta 2000 metri), alla portata di chiunque sia in buono stato di salute.

Questo trekking è adatto a chi abbia voglia di fare una primissima esperienza di trekking al cospetto delle più belle e alte vette himalayane del Nepal, pur non essendo un trekker, volendo rimanere a quote non troppo elevate e non volendo rinunciare alle piccole comodità. I pernottamenti, infatti, sono in accoglienti alberghetti in stile nepalese che offrono il comfort di un hotel turistico, regalando al contempo panorami himalayani mozzafiato. Si tratta di sistemazioni piacevoli nell'architettura che mettono a disposizione camere a due letti con servizi privati, sala da pranzo e terrazza panoramica.

Questo itinerario alla portata di tutti permette di inoltrarsi nell'area protetta del Parco dell'Annapurna, tra le due valli della Marsyandi e della Kali Ghandaki. Camminerete al cospetto di uno tra i più bei "ottomila himalayani", il primo ad essere scalato tra le altre vette himalayane da una spedizione francese nel 1950.

Seguendo facili itinerari si attraversano foreste di rododendri giganti, tipici villaggi costruiti con argilla e paglia di riso, fiumi, vallate profonde, ponti sospesi, sentieri di pietra. Dalle foreste emergono le grandi montagne circostanti: Dhaulagiri, Annapurna e Machapuchhare.

Un'esperienza delle montagne del Nepal incredibile e alla portata di tutti, godendo di sistemazioni e posizioni panoramiche in un contesto unico al mondo!

Il trekking si compie con il supporto di sherpa e portatori ed è pensato per chi ami vivere a contatto con la natura, senza essere un camminatore d'eccezione. La quota massima raggiunta è 2.000 metri.

### **Partenze internazionali di gruppo garantite con minimo 4 partecipanti**

#### **Quando partire:**

Il clima nepalese è condizionato dai monsoni che lo interessano da maggio a settembre, con piogge più o meno intense e continue. I mesi da marzo a maggio e da ottobre a dicembre, quindi prima e dopo i monsoni, sono i periodi migliori per effettuare un trekking in Nepal. Il periodo post-monsonico solitamente permette di avere cieli tersi e condizioni meteo più stabili, mentre la primavera offre l'incanto della fioritura dei rododendri alle quote più basse, oltre a giornate più lunghe in termini di ore di luce. Questo periodo è ideale per visitare i parchi del sud del Nepal, effettuare trekking a basse quote, visitare Kathmandu e la valle di Pokhara. In entrambi i periodi, comunque, il clima è piacevole e garantisce buone condizioni per camminare, anche se può diventare caldo nelle ore centrali della giornata. Sopra i 3000 metri, al tramonto del sole (attorno alle 17.30 circa), la temperatura esterna cala parecchio, con un'escursione termica importante, fino a raggiungere 0° C o anche scendere al di sotto. Nonostante questi siano i periodi migliori, rimane comunque un certo margine di imprevedibilità, per cui possono verificarsi brevi piogge o inaspettate neviccate.

#### **Organizzazione trekking:**

La gestione locale del trekking è affidata alla nostra agenzia corrispondente che mette a disposizione del gruppo una guida di montagna parlante inglese, guide sherpa (in funzione del numero di partecipanti complessivi) e portatori. I materiali comuni e l'equipaggiamento dei partecipanti sono trasportati dai portatori. Alla fine di ogni tappa i bagagli sono riconsegnati ai relativi proprietari: i partecipanti devono portare solo un piccolo zaino personale con il necessario per la giornata. A una colazione di tipo occidentale seguono un pasto freddo (a metà giornata) e una cena calda al lodge.



Nepal

## ANNAPURNA COMFORT TREK

Dove dormiamo:

**Si pernotta in confortevoli lodge, strutturati come alberghetti, in stile nepalese, a basso impatto ambientale, posti lungo il percorso in luoghi spettacolari.** Le sistemazioni offrono camere doppie decorate in stile nepalese con servizi privati. Il comfort offerto è quello di un hotel turistico. A Kathmandu si pernotta in hotel 4\*, a Pokhara in hotel 3\*.

Bene a sapersi:

Per entrare in Nepal occorre un visto che si otterrà in loco, presentando il passaporto con validità residua di almeno 6 mesi dalla data di uscita dal Paese e due fototessere. Il costo è di \$25 per un soggiorno fino a 15 giorni e di \$40 per un soggiorno fino a 30 giorni. Il pagamento deve essere effettuato in contanti. Sono accettati sia dollari, sia euro.

Non ci sono vaccinazioni obbligatorie. Raccomandate vaccinazioni contro difterite, tetano, tifo ed epatite A e B. Si consiglia comunque di verificare con il proprio medico o un centro vaccinazioni.

Una stima del denaro necessario durante questo viaggio è attorno ai \$300 circa o equivalente in euro, da cambiare in valuta locale, per le spese non coperte e per quelle personali (escluse le mance). Si consiglia poi di calcolare circa €50/60 complessivi (da cambiare in rupie nepalesi) per le mance ai portatori e a tutto il personale impegnato nel trekking. Il denaro può essere cambiato tranquillamente all'arrivo a Kathmandu. Consigliamo di portare il denaro in contanti. In alternativa, si può prelevare da uno sportello bancomat a Kathmandu, usando la propria carta bancomat o la propria carta di credito.

**1°/2° giorno Milano - Kathmandu**

Partenza da Milano per Kathmandu con voli di linea, secondo il piano voli definito. Arrivo nel primo pomeriggio del giorno successivo nella capitale nepalese. Dopo aver sbrigato le formalità di entrata, trasferimento privato e sistemazione in albergo 4\* (Yak & Yeti o similare). Tempo a disposizione. Incontro con il resto del gruppo per cena (in ristorante locale). Pernottamento in hotel.

**3° giorno Kathmandu**

Giornata dedicata alla visita di Kathmandu e dei suoi dintorni. La città è nota per la sua caratteristica architettura: pagode a tetti sovrapposti, palazzi in legno scolpito e in cotto, templi dagli esuberanti ornamenti e affollatissimi bazar. Mezza giornata di visita con guida locale parlante inglese per vedere il Tempio delle Scimmie (Swayanabath), Pashupatinath, il complesso religioso più vasto del Nepal, sebbene alcuni templi siano chiusi agli occidentali, la centralissima Durbar Square e Boudhanath, il più grande stupa buddista presente in Nepal. Al termine, resto della giornata a disposizione, per continuare le visite per conto proprio o rilassarsi in hotel. Incontro alla sera per la cena in ristorante locale. Pernottamento in hotel. Trattamento di mezza pensione (colazione e cena).

**4° giorno Pokhara (820 m) – Birethanti (1.150 m)**

Trasferimento in aeroporto al mattino presto per il volare a Pokhara, seconda città del Nepal e punto di passaggio obbligato per tutti i trekking della zona. Durante il volo di circa 30 minuti, potremo ammirare le catene del Langtang, del Makalu e dell'Annapurna. Atterrati a Pokhara, prenderemo un veicolo che in circa un'ora di tragitto ci porterà all'inizio del trekking. Seguiremo un sentiero che si snoda ai piedi della catena dell'Annapurna, con belle vedute sulla valle circostante di Pokhara. Scenderemo poi verso il Mountain Lodges of Nepal, nella valle di Modi Khola, dove pranzeremo e dove ci fermeremo per la notte. Nel pomeriggio, per chi lo desidera, ci sarà la possibilità di camminare fino al villaggio di Birethanti. In alternativa, potrete rilassarvi e riposarvi al lodge, dedicarvi al birdwatching o fare qualche giro nelle vicinanze. Pernottamento in lodge di lusso (Mountain Lodges of Nepal). Trattamento di pensione completa.

**5° giorno Birethanti (1.150 m) - Ghandruk (2012 m)**

Dopo colazione lasciamo il lodge e riprendiamo a camminare, incontrando lungo il percorso piccole fattorie, camminando lungo la riva destra del fiume Modi Khola, in direzione nord. Saremo accompagnati nel corso della camminata dalle vedute impressionanti della sacra vetta del Machhapuchhre, che si staglia dritto davanti a noi. Ben presto ci ritroveremo a risalire la valle e ancora più in su verso le montagne. Il sentiero passa tra piccoli insediamenti, campi terrazzati dove si coltiva il riso e foreste, mantenendo sempre una bella vista di tutta la valle circostante. Arrivo presso l'Himalaya Lodge a Ghandruk, all'incirca nel primo pomeriggio, dove pranzeremo con un piatto caldo. Resto del tempo libero per godersi le fantastiche vedute del massiccio dell'Annapurna, godibili dal lodge. Pernottamento in lodge di lusso (Ker and Downey Himalaya Lodge). Trattamento di pensione completa.

**6° giorno Ghandruk - Landruk (1.565 m)**

Dopo una bella colazione, ripartiamo alla volta di Landruk. Scendiamo fino al ponte sul Modi Khola per poi salire il fianco sinistro della montagna fino al villaggio Gurung di Landruk, attraverso un ripido sentiero tra campi terrazzati. Il sentiero è lastricato con pietre di mica, talvolta anche a gradinata. Caratteristici lungo il percorso sono i “chautara”, piattaforme di pietra a due gradoni, costruite attorno agli alberi per offrire ai portatori un sedile in ombra su cui appoggiare il carico. Arrivo a Landruk, dove potremo godere di altre grandi vedute sulla catena dell’Annapurna. Pranzo al lodge, per poi ripartire con la nostra guida per una visita di questo piacevole villaggio. Pernottamento in lodge di lusso (Mountain Lodges of Nepal). Trattamento di pensione completa.

**7° giorno Landruk - Majhgaon (1.400 m)**

Dopo colazione lasceremo Landruk e la valle di Modi Khola, in direzione sud, passando per pittoreschi villaggi e fattorie, con alle spalle l’Annapurna. Il percorso è piuttosto breve e si arriva al Ker & Downey Gurung Lodge, nei pressi di Majhgaon, in tempo per il pranzo. Il lodge ha camere che offrono viste spettacolari sulla valle circostante e sulle montagne. Pomeriggio libero per rilassarsi al lodge o per visitare per conto proprio i villaggi circostanti. Pernottamento in lodge di lusso (Mountain Lodges of Nepal). Trattamento di pensione completa.

**8° giorno Majgaon (1400 m) - Dhampus (1.525 m)**

Dopo colazione riprendiamo il cammino, passando per il villaggio di Patlekhhet, un insediamento ancora completamente preservato. Ci ritroveremo poi a camminare nella foresta subtropicale, con orchidee, rododendri e magnolie. Sosta al villaggio di Pothana, dove vivono molti commercianti tibetani che vendono i loro souvenir. Da qui si scende sul fianco sinistro della montagna fino a Dhampus, dove arriveremo in tempo per il pranzo presso il lodge (Ker & Downey Basanta Lodge), da dove si può ammirare l’intera catena dell’Annapurna. Nel pomeriggio, per chi lo desidera, camminata opzionale al villaggio di Dhampus. Pernottamento in lodge di lusso (Mountain Lodges of Nepal). Trattamento di pensione completa.

**9° giorno Dhampus - Pokhara**

Ormai il trekking volge al termine. Dopo una bella colazione, scenderemo per la collina facendo una camminata di circa un’ora e mezza. Poco oltre Phedi arriviamo al punto in cui incontriamo la strada. Da qui riprendiamo l’auto per rientrare a Pokhara, percorrendo un tragitto di circa mezz’ora. Durante il trasferimento, potremo scegliere di effettuare una sosta ad un campo di rifugiati tibetani, dove si trova un interessante complesso di templi. Arrivo a Pokhara e sistemazione in hotel 3\* con piscina (Hotel Barahi o similare). Situata lungo le sponde del lago Phewa Tal, uno dei più grandi laghi nepalesi, Pokhara è una cittadina molto rilassante e tranquilla, con piacevoli negozi, caffè e bar, potendo continuare a godere delle belle viste dell’Annapurna, anche se a maggiore distanza. Dopo pranzo, tempo libero a disposizione per visitare liberamente questa affascinante cittadina. Si può scegliere in alternativa di effettuare un breve trekking per raggiungere lo “Stupa della Pace”, per poter ammirare tutto il lago dall’alto. Altra opzione è scegliere un giro in barca. Rientro in hotel, cena e pernottamento. Trattamento di pensione completa.

*10° giorno***Pokhara - Bandipur**

Dopo colazione partenza al mattino abbastanza presto per il trasferimento in auto (di circa due ore) lungo la Pokhara Highway verso Kathmandu. All'incirca a metà strada si devia e si raggiunge il villaggio newari di Bandipur. Le alte case tradizionali che si affacciano sulle vie del centro riportano indietro nel tempo e differenziano molto questa cittadina dagli altri luoghi in Nepal. È come se, così isolata sul suo crinale, Bandipur avesse respinto gli effetti dello sviluppo economico e turistico, mantenendo un'integrità e una sobrietà che le conferiscono un fascino unico. Pranzo presso l'Old Inn e incontro con la guida locale che ci accompagnerà per una visita del villaggio di Bandipur, le cui origini risalgono a diverse centinaia di anni fa, durante il regno Magar di Tanahun. Un tempo era una tappa obbligata sulla strada di scambi commerciali tra India e Tibet. Con la sua architettura del XVIII secolo e le sue strette viuzze, è davvero un posto piacevole dove trascorrere alcune ore. Effettueremo poi una breve camminata, scendendo verso una valle caratterizzata da un insieme di foresta e terreni agricoli con fattorie, durante la quale incontreremo diversi piccoli insediamenti e scuole. Gli ultimi 40 minuti di cammino ci porteranno ad affrontare una ripida salita per raggiungere il nostro lodge (Three Mountain Lodge), Cena e pernottamento al lodge. Trattamento di pensione completa.

*11° giorno***Ker and Downey Three Mountain Lodge (Bandipur)**

Saremo svegliati da un tè o un caffè servito in camera da letto. Se il cielo è sereno e terso, potremo sederci nella veranda per la colazione e goderci le viste spettacolari del Dhaulagiri, dell'Annapurna I e del Makalu. La giornata sarà interamente dedicata a delle escursioni con una guida locale parlante inglese, grazie alle quali apprezzerete la vita rurale di questo angolo di Nepal rimasto ancora intatto. La mattina faremo una breve camminata per visitare due scuole locali. In alternativa, potremo scegliere di raggiungere a piedi un punto di vista panoramico posto più in alto, dal quale potremo godere di una vista di grande bellezza, grazie allo splendore delle vette himalayane che fanno da cornice verso nord e a Chitwan e il Taraj, in direzione sud. Rientro e pranzo presso il lodge. Pomeriggio di nuovo con la guida per la visita di alcuni villaggi nelle vicinanze, dove potremo incontrare alcuni Gurkha. Questa è un'area poco visitata e per questo ancora di grande fascino. Pernottamento al lodge. Trattamento di pensione completa.

*12° giorno***Bandipur - Kathmandu**

Dopo colazione cammineremo dal lodge fino a Bandipur, da dove prenderemo l'auto per il trasferimento fino a Kathmandu (circa 3 ore di guida), seguendo la Prithvi Highway. Sistemazione in hotel e tempo per rinfrescarsi e per un breve riposo prima di incontrarsi per la cena in ristorante locale. Pernottamento (Yak & Yeti o similare). Trattamento di pensione completa.

*13° giorno***Kathmandu**

Intera giornata a disposizione per visitare individualmente la città. Trattamento di mezza pensione (colazione e pranzo).

*14° giorno***Kathmandu - Milano**

Trasferimento privato in aeroporto in tempo per prendere il volo di rientro in Italia. Arrivo a Milano in giornata. Nessun pasto incluso.

**ANNAPURNA COMFORT TREK**

<b>NEPAL – Annapurna Comfort Trek</b>	<b>14 giorni</b>
<b>Date di partenza:</b>	<b>19 marzo 2026 – 09 aprile – 11 ottobre – 03 novembre</b>
Quota individuale di partecipazione:	Euro
Minimo 4 partecipanti	2.850 (esclusi voli intercontinentali)
Voli internazionali Milano/Kathmandu	a partire da 1.100 (tasse bagaglio inclusi)
Supplementi:	
Camera Singola	su richiesta

**La quota comprende:**

- ✓ voli domestici Kathmandu/Pokhara (bagaglio da imbarcare 10 kg + 5 kg bagaglio a mano)
- ✓ trasferimenti da/per gli aeroporti in Nepal
- ✓ trasferimenti interni via terra come da programma
- ✓ sistemazione in camera doppia con servizi in hotel 4\* a Kathmandu
- ✓ pernottamento a Pokhara in hotel 3\*
- ✓ sistemazione in lodge di lusso durante il trekking (Mountain Lodges of Nepal) e a Bandipur (Three Mountain Lodge)
- ✓ trattamento di pensione completa, tranne i giorni 2 (solo cena) e 14 (solo colazione)
- ✓ trekking come da programma con servizio di guida locale di lingua inglese
- ✓ trasporto bagaglio personale (max 12/14 Kg) e materiali comuni durante il trekking
- ✓ visite come da programma con guida locale parlante inglese
- ✓ trekking permit e park fees
- ✓ assicurazione annullamento/interruzione viaggio (sui servizi a terra), assistenza, rimborso spese mediche e bagaglio

**La quota non comprende:**

voli internazionali di linea Milano/Kathmandu e ritorno in classe economica – tasse aeroportuali – pasti non menzionati – bevande, mance, extra di carattere personale – visti – tasse d'imbarco all'estero – assicurazioni personali – tutto quanto non menzionato alla voce "La quota comprende".

**NB:** i servizi sono stati quotati al cambio e tariffe aeree al 03.11.2025. 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 su una rotta in cui non esistono altri vettori. Per maggiori informazioni vi segnaliamo in ogni caso il sito dell'Enac. Particolari condizioni di ritardi 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.