

„Homohibernatus”- Zbyszek Bąk  
03-226 Warszawa ul.Toruńska 72/3  
tel. 0 507169993  
NIP: 524-262-90-98  
[WWW.homohibernatus.eu](http://WWW.homohibernatus.eu), homohibernatus@wp.pl

„Posłuchaj głosu swojego serca, przeżyj przygodę swojego życia”



## PLAN WYPRAWY

Region: Nepal, Chiny, Azja  
Obiekt: Tybet  
Termin: IV, V, IX, X  
Czas trwania: 18 dni  
Grupa: 10 osób

### Informacje:

Tybet dawniej składał się z trzech prowincji (Amdo, Kham, Ü-Cang i miał powierzchnię około 2,5 mln km<sup>2</sup>. Tybet położony jest na średniej wysokości około 4000-5000 metrów nad poziomem morza. Od południa i zachodu jest ograniczony przez Himalaje, Karakorum oraz masyw Pamiru, od północy przez Kunlun, Ałtyn-tag oraz Nan Shan. Rozciągłość równoleżnikowa Tybetu wynosi około 2500 km. Na jego terenie biorą początek takie wielkie rzeki jak Jangcy, Brahmaputra, Indus, Mekong oraz mniejsze – Saluin, Satledź, Kali Gandaki, Trisuli, Manas, Subansuri. Stolicą Tybetu jest Lhasa. Tybetańczycy posługują się językiem tybetańskim, w większości są buddystami, mają wielowiekową kulturę i tradycję.



Większą część Tybetu zajmuje Wyżyna Tybetańska – najbardziej rozległy płaskowyż świata, wzniesiony średnio powyżej 4000 m n.p.m. Naturalną jej granicę od południa tworzy łańcuch Himalajów, którego głównymi grzbietami biegnie w zasadzie faktyczna granica państwowa Chińskiej Republiki Ludowej. Wzniesione w niektórych miejscach powyżej 8000 m n.p.m. góry tworzą dużą barierę klimatyczną i komunikacyjną. W obrębie samej Wyżyny Tybetańskiej wyróżnia się zazwyczaj trzy części: zachodnią, południową i wschodnią. Południowa część Wyżyny Tybetańskiej rozciąga się pomiędzy Himalajami a łańcuchem Transhimalajów. Panują tam najbardziej korzystne warunki dla gospodarki człowieka. Główną „osią” tej części Tybetu jest dolina Brahmaputry. W dolinie tej rzeki oraz w szerokich dolinach jej dopływów skupia się praktycznie cały obszar uprawny Tybetu (ok. 0,5% powierzchni regionu) i większa część jego ludności. Klimat jest stosunkowo chłodny, ze względu na duże wzniesienie nad poziom morza, jakkolwiek łagodniejszy niż w północnej i centralnej części wyżyny, gdzie dużą rolę odgrywa bariera Transhimalajów, przekraczających 6000-7000 m (najwyższy szczyt Nienczen Tangla) i osłaniających dolinę Brahmaputry od północy. W Lhasie, położonej na wysokości 3600 m n.p.m. średnia temperatura w styczniu wynosi 0°, w lipca 17°, w dolinach temperatury są wyższe. Ilość opadów, około 1500 mm rocznie (w Lhasie 1630 mm), jest wystarczająca dla potrzeb rolnictwa. Dominuje tam uboga roślinność wysokogórska. Jedynie w dolinach rzek występują nieduże lasy i zarośla



### **Program:**

Z Warszawy lecimy do Katmandu stolicy Nepalu. W Nepalu spędzamy 1-2 dni na załatwienie wiz.

Zwiedzamy Katmandu i okolice. Przejazd do Tybetu.

Samą granicę przechodzimy pieszo i przesiadamy się do samochodów terenowych, którymi dojeżdżamy do Nhylam.

Kolejny dzień to odpoczynek w celach aklimatyzacyjnych w Nhylam, które położone jest na wyżynie Tybetańskiej, można zdobyć szczyt 4300m.

Kolejny dzień to przejazd do Saga. Po drodze odpoczynek nad jeziorem Paikotsu.

Kolejny dzień to przejazd do Paryang. Docieramy do naszego celu Góry Kailash.

Spacer wokół jeziora Manasowar.

Odpoczywamy następnego dnia nad brzegami jeziora.

Kolejny dzień to krótki podjazd do Shersun skąd rozpoczynamy naszą wędrowkę.

Pierwszy dzień to podejście do Dirapuk. I znowu kolejny dzień wędrowki wokół naszej Góry podejście do Zutulpuk

Koło się zamyka i poprzez Horczu wracamy na Manasowar. Wracamy do Nepalu tą samą trasą, która tym razem zajmie nam 3 dni nocując po drodze w Paryang, Saga i Nhylam. W Katmandu odpoczywamy. Kolejny dzień to wylot do kraju. Za dopłatą jest możliwość połączenia trekkingu ze zwiedzaniem Lhasy



**Koszt -11 500 zł.**

W koszt wliczone: przelot do Katmandu, noclegi (w Katmandu hotel, w Tybecie głównie namioty), wyżywienie (na trekkingu 3 posiłki dziennie, w pozostałych przypadkach śniadanie i obiadokolacja), ubezpieczenie, organizacje wyprawy, zezwolenia na wstęp do Tybetu, zezwolenie na Kailash, przejazdy w Nepalu i Tybecie, koszty kucharzy, przewodników, tragarzy, koszty jaków, koszty transportu 4x4, dodatkowy samochód ze sprzętem.

W koszt nie wliczone: Wizy: indyjska 180 zł, nepalska 50 - 60 \$, tybetańska 60 \$, napiwki, alkohol, nadbagaż.

**Porady:**

**Procedura opłat:**

Zaliczkę w kwocie 5000 zł należy wpłacić na 60 dni przed wyjazdem, reszta na 15 dni przed wyjazdem

**Potrzebne dokumenty:**

Paszport , wizy

**Transport:**

Samolot, jeepy

**Zakwaterowanie:**

Hotele, zajazdy

**Jedzenie:**

Restauracje i bary, przygotowujemy sami posiłki na kuchenkach turystycznych, w górach jedzenie liofilizowane.

**Załoga:**

Jeden przewodnik z doświadczeniem alpejskim na 10 osób

**Zdrowie i ubezpieczenie zdrowotne:**

Uczestnicy objęci są ubezpieczeniem alpinistycznym.

**Pogoda:**

Z powodu wysokości i dużej ilości śniegu często bardzo silnie operuje słońce

**Ekstra wydatki:**

Alkohol, pamiątki.

**Osobiste wyposażenie:**

buty trekkingowe,  
skarpety ciepłe - 5 par  
skarpety inne  
spodnie polar 150,  
spodnie (ortalion, goretex itp.),  
spodnie typu safari z odpinanymi nogawkami,  
sandały lub inne lekkie buty,  
polar 200- 2 sztuki,  
sweter puchowy lub lekka puchówka,  
kurtka na wiatr i deszcz (najlepiej goretexowa),  
rękawice polarowe - 2 pary,  
rękawice chroniące przed wiatrem (np. łapawice gortexowe lub rękawice narciarskie),  
czapka,  
kapelusz lub czapka na słońce,  
kije teleskopowe,  
śpiwór,  
karimata lub materac samo pompujący,  
folia NRC,  
przybory toaletowe,  
papier 2 rolki,  
plecak duży (najlepiej 70 l),  
plecak mały (najlepiej 40 l),  
czołówka, termos 0,7-1 l,  
okulary lodowcowe,  
ksero paszportu

