

## **Nepal: Kathmandu Valley Trekking - 5 dagen – reiscode NT.02**



<b>Startdata</b>	: alle dagen van het jaar mogelijk
<b>Beste reistijd</b>	: tussen 1 februari en 1 juni en tussen 1 oktober en 15 december
<b>Zwaarte</b>	: licht
<b>Duur trekking</b>	: 5 dagen
<b>Maximale hoogte</b>	: 2195 meter
<b>Accommodatie</b>	: lodge/hotels/homestay
<b>Vervoer</b>	: auto
<b>Start- en eindpunt</b>	: Kathmandu

### **Reisbeschrijving**

Een héle mooie trektocht door de prachtige Kathmandu-vallei. Je wandelt door dorpjes, trekt over de heuvels, langs rijstterrassen en jungle en maakt kennis met het kleurrijke leven op het Nepalese platteland. Tijdens de trekking is er extra aandacht voor de cultuur van de Tamang- en Newari-bevolking. Langs de route zul je kleine tempeltjes tegen komen waar de locals offers brengen aan hun goden. Je logeert één dag bij een lokale familie thuis. Een bijzondere belevenis en een perfecte kans om het échte Nepalese leven te ervaren! Tijdens de trekking heb je bij helder weer een geweldig uitzicht over de magnifieke bergpieken van de Himalaya.

### **Dag tot dag beschrijving**

O = inclusief ontbijt, L = inclusief lunch, D= inclusief diner

#### **Dag 1: Kathmandu via Sundarijal (1350m) naar Chisopani (2140m)**

Reistijd: ca. 1 tot 2 uur

Wandeluren: ca. 4

Je wordt opgehaald bij je hotel en reist samen met je gids per auto naar Sundarijal. Hier start de trekking. De eerste anderhalf uur loop je bergopwaarts, dwars door het Shivapuri National Park. Het gebied wordt gedomineerd door uitbundige jungle. Deze regio staat bekend om haar grote verscheidenheid aan vogels. En ook vind je er zoogdieren zoals apen, luipaarden, zwarte Himalaya-beren, vossen, herten en vliegende eekhoorns. De kans dat je deze zoogdieren tegen komt is overigens klein. De dieren leven diep in de jungle. Vanuit het Tamang-dorp Mulkharka heb je een geweldig uitzicht op de Kathmandu-vallei achter je. De vrouwen van de Tamang zien er prachtig uit met hun grote oorkingen en vaak ook een neusring door het middenbeen. Vanaf Borlang Bhanjyang loop je bergafwaarts naar Chisopani. Je overnacht in een eenvoudige lodge.

#### **Dag 2: Chisopani naar Nagarkot (2175m) (O)**

Wandeluren: ca. 5 tot 6

Je wandelt in ca. 2,5 uur door het National Park naar Chauki Bhanjyang. Hier kun je een lunch nemen. Vervolgens wandel je in ca. drie uren naar Nagarkot. Je komt door kleine dorpjes, trekt over de heuvels, komt langs landbouwveldjes en jungle en maakt kennis met het kleurrijke leven op het Nepalese platteland. Langs de route zul je kleine tempeltjes tegenkomen die de plaatselijke bevolking gebruikt voor het brengen van offers aan hun goden. Nagarkot ligt in de Kathmandu-vallei en is één van de beste plaatsen in de vallei om de besneeuwde pieken van de Himalaya's te zien. Bij helder weer heb je een magnifiek uitzicht op o.a. de Ganesh Himal en de Langtang range. Je verblijft in een hotel.



### **Dag 3: Trekking van Nagarkot naar Dhulikhel (2195m) (O)**

Wandeluren: ca. 5

Bij helder weer is het een aanrader om voor het kriebelen van de dag op te staan. De zon op zien komen over de immense pieken van de Himalaya is een bijzondere belevenis. Vandaag gaat de trektocht voornamelijk heuvelafwaarts. Je trekt weer door een mooie omgeving. Langs kleine riviertjes en dorpjes als Dulalgaon en Bule. Als je het leuk vindt om meer te weten te komen van het leven van de lokale bevolking, vraag je gids dan gerust om voor je te tolken. Nepali zijn gastvrije mensen en vinden het leuk als je belangstelling hebt voor hun leven. Na Nala gaat de trail weer omhoog, nog even 'klimmen' richting Dhulikhel, dat op een heuvel ligt.

Dhulikhel is een oud Newari-stadje en ligt ca. 30 kilometer ten oosten van Kathmandu. De oude kern heeft haar traditionele sfeer goed weten te bewaren, het is leuk om hier even rond te kijken. Er staan een aantal oude Newari-huizen en je vindt er verschillende interessante tempels. Bij helder weer heb je vanuit Dhulikhel weer prachtige uitzichten op de Himalaya zoals Lakpa (6966 m), Gauri Shankar (7145 m) en Langtang (7324 m). Je overnacht in een hotel.

### **Dag 4: Trekking van Dhulikhel via Namu Buddha naar Panauti (1520m) (OD)**

Wandeluren: ca. 5

Vandaag gaat de trek voortdurend omhoog en weer omlaag totdat je in Namu Buddha bent. De stupa van Namu Buddha is een belangrijke pelgrimsplaats voor boeddhisten. Er is niet veel over bekend. De legende vertelt dat een Boeddha op deze plek een tijgerin tegen kwam. De tijgerin kon geen prooi vinden voor haar uitgehongerde jongen. Uit compassie met de dieren gaf de Boeddha zichzelf als voedsel aan de tijgers. Natuurlijk breng je ook een bezoek aan het grote klooster van Namu Buddha.

Vervolgens loop je door naar het Newari-stadje Panauti. Je logeert hier bij een gastvrije lokale familie. Een homestay bij een Nepalese familie is een bijzondere belevenis en een perfecte kans om het échte Nepalese leven te ervaren! Je gastfamilie zal er alles aan doen om het je naar de zin te maken. Het is goed om je te realiseren dat de homestay alleen geschikt is voor mensen die bereid zijn zich aan te passen aan het dagritme, de eenvoudige levensstandaard en de (on)mogelijkheden van de familie.

Panauti ligt zo'n 25 kilometer ten zuidoosten van Kathmandu. Het dorp is gebouwd op de plek waar twee heilige rivieren samen komen. Het volksgeloof wil dat er, diep onder de grond, nog een derde heilige rivier door Panauti stroomt. Op dit kruispunt van rivieren staan een aantal middeleeuwse tempels en oude koningshuizen die de moeite van het bezichtigen meer dan waard zijn. Tegen zonsondergang hangt er een bijna magische sfeer. In de avond kun je als je wilt je gastfamilie helpen bij het bereiden van de maaltijd. Gezellig!

### **Dag 5: Trekking van Panauti naar Chamkharka en reis terug naar Kathmandu (OL)**

Wandeluren: ca. 3-4

Reistijd: ca. 1 uur

Je ontbijt in de homestay bij je gastfamilie. Je krijgt een picknick lunch mee voor onderweg, en gaat weer op pad voor een mooie laatste trekking dag. Je loopt vandaag door de heuvels richting Chamkharka, één van de Newari-dorpjes in de Kathmandu-vallei. De mensen van de Newari-stam staan bekend om hun houtsnijwerk. Je hebt alle tijd om rond te kijken. Met een beetje geluk kun je ook zien hoe de locals hun eigen wijn maken. Via een mooie route loop je



terug richting Panauti. Hier word je opgehaald en samen met je gids per privé-vervoer terug gebracht naar Kathmandu. Een bijzondere ervaring rijker!

### **Prijs van deze reis**

<b>Aantal reizigers</b>	<b>1 persoon</b>	<b>2 personen</b>	<b>3-7 pers</b>	<b>8-14 pers</b>
<b>Prijs per persoon</b>	€ 425	€ 270	€ 250	€ 220

<b>Toeslag éénpersoonskamer</b>	€ 75
---------------------------------	------

\* Toeslag éénpersoonskamer geldt vanaf twee reizigers en wordt NIET extra berekend bij één reiziger.

### Prijs optioneel

<b>Sherpa/drager (max 15 kg)</b>	€ 110 voor de hele trekking
----------------------------------	-----------------------------

### Prijs inclusief

- Al het vervoer over land in Nepal zoals genoemd in de reisbeschrijving:  
dag 1: privé-vervoer hotel Kathmandu - Sundarijal  
dag 5: privé-vervoer Panauti – hotel Kathmandu
- Twee overnachting in eenvoudige hotels op basis van tweepersoonskamers (éénpersoonskamers bij één reiziger), inclusief ontbijt.
- Eén overnachting in eenvoudige lodge op basis van tweepersoonskamers (éénpersoonskamers bij één reiziger), inclusief ontbijt.
- Eén overnachting in homestay, op basis van tweepersoonskamers (éénpersoonskamer bij één reiziger), inclusief ontbijt en diner
- Picknicklunch op dag 5
- Trekking permit
- Registratiebewijs (TIMS)
- Entree Shivapuri National Park
- Engelsprekende trekking gids, inclusief alle maaltijden, overnachting, vervoer, materialen, salaris en verzekeringen voor de gids
- Tijdens de hele reis lokale reisbegeleiding beschikbaar (24/7 per telefoon)
- Garantie SGR
- Garantie Calamiteitenfonds

### Prijs exclusief

- Persoonlijke uitgaven (telefoonrekening, fooi, wassen kleding, overige maaltijden, etc.)
- Persoonlijke verzekeringen (o.a. ziektekosten en repatriëring)
- Entree tempels en kloosters
- Boekingskosten € 30,- per boeking (inclusief bijdrage Calamiteitenfonds)
- Uitgaven en kosten die niet genoemd staan onder 'prijs inclusief'

Onze reisbestemmingen liggen buiten de 'westerse wereld', zodat je in contact komt met andere gebruiken, culturen en mentaliteiten. Dat maakt onze reizen extra interessant, maar houd er rekening mee dat sommige dingen anders zijn dan thuis. Eten, hotels, vervoermiddelen en infrastructuur verschillen in nogal wat landen van wat wij in Nederland en België gewend zijn. Je kunt een driesterrenhotel in India niet vergelijken met een Nederlands driesterrenhotel en een bus in Vietnam biedt minder beenruimte dan een Europese touringcar. Als je van tevoren rekening houdt met dit soort zaken, dan zal eventueel oponthoud of ongemak niet vervelend zijn. Houd er rekening mee dat vanwege het avontuurlijke karakter van onze reizen en onvoorziene omstandigheden (een weg kan onbegaanbaar raken, een vervoermiddel kan kapotgaan of een binnenlandse vlucht heeft vertraging) het voor kan komen dat we, ondanks zorgvuldige planning vooraf, toch genoodzaakt zijn een dagindeling of programmaonderdeel aan te passen. Een programmawijziging gebeurt zoveel mogelijk in overleg met de reizigers maar de uiteindelijke beslissing ligt bij de reisbegeleiding.

Op deze overeenkomst is de SGR-garantieregeling van toepassing. Je vindt de voorwaarden op [www.sgr.nl/garantieregeling](http://www.sgr.nl/garantieregeling). Op verzoek stuurt SGR deze voorwaarden kosteloos toe. Op deze overeenkomst is eveneens de garantieregeling van Stichting Calamiteitenfonds Reizen van toepassing. Deze voorwaarden vind je op [www.calamiteitenfonds.nl/garantieregeling](http://www.calamiteitenfonds.nl/garantieregeling). Op verzoek stuurt SCR deze voorwaarden kosteloos toe.

