

נפאל בסתיו: טרק בהימליה ברכס האנאפורנה

וסיור באתרי המורשת הנפאלית

כללי:

הנופים המדהימים והאתגריים בטרק, מפצים על המאמצים בדרך, המפגש עם אתרי המורשת הנפאלית הינו מרגש ומרתק במיוחד. מכלול זה יוצר חוויה חד פעמית ובלתי נשכחת.



משלחת שבתי בן-שם לנפאל הימלאיה אנפורנה 10.2023

אימון בהרי ירושלים



סעודה ושאלות ותשובות באימון בהרי ירושלים

שיטוט חופשי בסמטאות הצבעוניות והתוססות ברובע תאמל בו ניפגש עם נפאלים ועם תיירים מכל העולם. זה גם הזמן לקניות.

4. מידע על נפאל. מידע נוסף ניתן לקרא באינטרנט וגם ב-Lonely Planet

מסלול הטיול:

1. ת"א קטמנדו. נצא מתל-אביב בצהרים. חניית ביניים ב"דובאי". והמראה ל"קטמנדו" ונחיתה מוקדם בבוקר.
2. טיסה קטמנדו – "פוקארה". 30 דקות. "פוקארה" החלפת כסף. השלמת ציוד ולבוש. ביקורים מרכז זיכרון לטיבת העצמאית, בשוק עבודות יד נשים טיבטיות, במערה קדושה, במפל דיוויס, בשוק מקומי ונסייר בחוף אגם "פוקארה". למעוניינים אטרקציות ריחוף מעל האגם, אומגה ועוד ואחרון חביב ארוחת ערב לחוף האגם.

-1-

שבתי בן-שם טלפקס: 04-6336783 052-2692286

mail: tastzfon@netvision.net.il website: www.worldtreks.co.il



טיסה ל"ג'ומסום" בין העננים ומתחת להרים

יום 3. התחלת הטרק: טיסה מ"פוקארה" ל"ג'ומסום", 2,720 מ'. 30 דקות. ארוחת בוקר ארוזה במלון מקומי. נסיעה באוטובוס ל"טוקצה" 2,590 מ'. מ"טוקצה" צעידה "קאלאפאני" 2,530 מ'. 11 ק"מ, 5 שעות. נצעד בינות לכפרים. לקראתינו יעלו יקים, כפרים וכפריות הנושאות משאות על ראשן. מסביבנו נופים ירוקים ושדות מעובדים. נצעד במעלה וגם במדרגות וילווה אותנו נהר קאלי גאנדאקי המשופע במפלים ובבריכות. היום נגיע ל"קאלאפאני".



שדה התעופה ב"ג'ומסום" 2,720 מ'

יום 4. צעידה מ"קאלאפאני" ל"גאסה" 2,010 מ', 8 ק"מ, 6 שעות. נצעד לצידו של נהר קאלי גאנדאקי. בדרך המתפתלת בינות לכפרים של בני "תאקאליס" נתרשם מהארכיטקטורה המיוחדת ומשיטת העיבוד החקלאי האופינית להם. "גאסה" הוא כפר אקולוגי המשופע בצמחיה ירוקה.

יום 5. צעידה מ"גאסה" ל"דאנה" 1,440 מ'. 8 ק"מ, 6 שעות. נסיעה מ"דאנה" ל"טאטופאני" 1,190 מ'. 6 ק"מ, חצי שעה. את הדרך ל"טאטופאני", אפשר לצעוד.

היום נלך לצידו של הקניון של נהר קאליגאנדאקי בינות להרים הגבוהים אנאפורנה 1, 8,091 מ'. דהולאגירי 8,168 מ'. בין נופים עוצרי נשימה. נחצה את הנהר על גשרי כבלים. נחצה פלגים הפורצים מהסלע ונצפה במפל ענק 140 מ' גובה. גם נהיה עדים להפיכת הדרך לכביש בינלאומי המוביל לסין. מובן השם "טאטופאני" הוא מים חמים. ואכן במקום ברכות מי מעין חמים לרחצה. **הביאו בגדים.**



בדרך מ"ג'ומסום" ל"קאלאפאני" 2,650 מ'

יום 6. נסיעה מ"טאטופאני" ל"ציטרי" 2,390 מ'. 11 ק"מ, 3 שעות. צעידה מ"ציטרי" ל"גורופאני" 2,860 מ', 8 ק"מ, 3 שעות. בבוקר נעלה על הג"פים ונטפס 1,200 מטר בדרך שהיא לפעמים בוצית ולעיתים יש לחלץ את הג'יפים. הפיצוי הוא בעמקים המוריקים המוקפים בהרים ירוקי עד ובהם מבצבים בתי האיכרים. נגיע ל"ציטרי" נעלה למסעדה מקומית ונסעד ממאכלי גברת נדיבה. נחל לעלות ל"גורופאני". הדרך מובילה בינות לחורשות סבוכות, מדרגות מקומיות ומבועי מים. גם נראה את עץ ה"רודנדרום" שהפרח שלו הוא הפרח הלאומי של נפאל.



מסדר בוקר ב"קאלאפאני" 2,530 מ'



בדרך מ"קאלאפאני" ל"גאסה" 2,250 מ'

יום 7. יום מנוחה. למעוניינים צעידה לתצפית וחזרה, 4 ק"מ, עליה 300 מטר. 3 שעות.

יום 8. צעידה מ"גורופאני" ל"פון היל" 3,210 מ'. וחזרה, 3 שעות. נסיעה מ"גורופאני" ל"פוקארה" 820 מ', 6 שעות. נשכים לפנות בוקר ונעלה ל"פון היל" לצפות בזריחה העוצרת נשימה, בה השמש מכה על ראשי ההרים המושלגים סביבנו המתנשאים לגבהים מעל 8,000 מטר. לאחר ארוחת הבוקר נעלה על הג'פים וניסע ל"פוקארה".

יום 9. טיסה מ"פוקארה" ל"קטמנדו" נגיע לקטמנדו עוד לפני הצהרים. משדה התעופה נצא לסיור מודרך באתרי המורשת ה"נפאלית", אתר שריפת המתים "פאשופאטינאת" המשולב עם מקדשי הפריון "לינגאם" "יוני". נסייר סביב הסטופה הגדולה בעולם "בודהאנאת" בית תפילה לשלום. באתר זה נבקר בסטודיו של ציירי אייקונים קדושים. נסיים מוקדם ויש לנו זמן לשוטט ב"תאמל" התוסס, הצבעוני, עם מאות החנויות ואלפי המבקרים.

יום 10. היום נסייר בבירה הקודמת והיפיפיה "פאתאן" עם ארמון המלך, ומקדשיו והילדה שמכהנת כ"אלה". נמשיך לאתר המקדשים "סווימבאנאת" הקרוי גם "מקדש הקופים", המשופע באין ספור מקדשים בנוי על הר גבוה וממנו נשקף מראה מרהיב של קטמנדו. אחר הצהרים פנוי לשוטט ולחקר של "תאמל". בערב נסיעה לשדה התעופה הבינלאומי ב"קטמנדו".

יום 11. טיסה חזרה לארץ. נמריא לישראל קצת לאחר חצות וננחת בארץ בשעת הצהרים.

סוף הטיול: "טרק באנאפורנה וסיורים באתרי המורשת הנפאלית"

התארגנות, ציוד והתנהלות בטרק

1. לינה ואוכל בטרק. האכסון ב- Tea Houses אותנטיים, שהם בתי אבן, בתוך הכפרים הקטנים צמוד לבתי התושבים. ומתם היא בסיסית כרמת בתי התושבים. ב- Tea Houses נקבל ארוחות בוקר וארוחות ערב נפאליות טיפוסיות (בריאות ומותאמות למאמץ). לעתים אין חשמל או מים חמים ויש להצטייד בהתאם.
2. לוח זמנים יומי בטרק. ארוחת בוקר 06:30. התחלת הליכה משעה 07:30 ויש להתארגן בהתאם. הגעה ליעד היומי בשעות אחר הצהריים. לאחר התמקמות באכסניה ומקלחות, זמן להעלאת חויות על הכתב, להתרועעות עם החברים, להתרגעות עם עצמך, לקריאת ספר טוב. זאת תוך השתלבות בנוף המדהים והמרתק של יערות הגשם והפסגות המושלגות של הרי ההימליה הצופות עליך בשתיקה. ארוחת ערב כנהוג בכפרים, בשעה 18:30 והתארגנות לשינה ב-20:00.



מ"קאלאפאני" ל"גאסה" סועדים בבית כפרי 2,100 מ'



בדרך מ"גאסה" ל"דאנה" 1,720 מ'

3. השלמת ציוד. לפני הטרק נשהה יום בפוקארה, שיוקדש להשלמת ציוד לטרק ולסוירים באתרים. הרחוב הראשי בפוקארה, משופע בחנויות המתמחות בכל הציוד הדרוש לטרק (נעליים לא בטוח). שם אפשר להשלים קניות של ציוד הדרוש לטרק. כמו כן לקנות מזכרות אוטנטיות. וגם להחליף כסף. **פרטים, מה ואיך ולמה, ימסרו בפגישות לפני הטיול.**

4. התארגנות לטיול טרק. למשתתפים יועברו הנחיות בקשר, להוצאת ויזה במידה וצריך, רשימה מומלצת של ציוד, לבוש, תרופות, ביטוחים הכרחיים, תרופות ומסמכים דרושים וכן מה לקחת לטרק.

עלויות, תאריכים, שינויים:

1. יציאה בתאריך 28.10.24 לפנות בוקר, חזרה בתאריך 07.11.24 בלילה.
2. התחלת הטרק בתאריך 10.10.23, סיום הטרק בתאריך 04.11.24.
3. **עלות הטיול לאדם בחדר זוגי:**
 א' 6-9 משתתפים: \$ 3,280. תוספת ליחיד בחדר \$ 1,250.
 ב' 10-15 משתתפים: \$ 2,940 תוספת ליחיד בחדר \$ 960.
 ג' 16-20 משתתפים: \$ 2,760. תוספת ליחיד בחדר \$ 770.
 המחירים מבוססים על מחיר של \$ 1,100 לכרטיס טיסה לקטמנדו ומחיר של \$ 372 לשלוש טיסות פנימיות וישתנו בהתאם לשינוי במחיר.

4. העלות כוללת:

טיסה מישראל לנפאל. טיסות מקטמנדו לפוקארה, מפוקארה לג'ומסום ומפוקרה לקטמנדו, כולל מיסי נמל וביטחון. העברות משדה תעופה ולשדה.
בקטמנדו ובפוקארה, לינות בקטמנדו ובפוקארה, במלון ברמת תיירות כולל ארוחת בוקר. סיורים בקטמנדו עם מדריך נפאלי מוסמך דובר אנגלית וכל הכניסות לאתרים. טיפ למדריך המקומי. כל סוגי הרשיונות הנדרשים לטרק. עזרה בהפעלת סידורי חרום שיופעלו על ידי חברת הביטוח של המטייל.
בטרק: לינות. מורה דרך מקומי צמוד בעל רשיון ממשלתי, סבלים, טיפים למדריך ולסבלים.

5. העלות אינה כוללת:

ויזה לנפאל. ויזה להודו במידה ונצטרך. **ביטוח רפואי (חייב להכיל, חיפוש, איתור וחילוץ).** ביטוח נוסעים, כולל: שינויים בלוח הטיסות, ביטולים עקב אירועי טבע, כח עליון, הנחיות רשויות וכו'. ארוחות צהרים וערב ב"קטמנדו" וב"פוקארה". כל הארוחות בטרק (לצהרים להביא, פירות יבשים, אגוזים, חטיפי אנרגיה, או: לקנות אוכל בדרך, לאכול במסעדה מקומית). מס יציאה מנפאל אם יידרש. משקאות בזמן הארוחות, כביסה, תשלום עבור מקלחת במקרים שהמקלחת אינה נמצאת בחדר, שיחות טלפון, קניות אישיות וכל שימוש או



מפל "טאטופאני", גובהו 140 מ'

צורך אישי אחר. תשר למדריך/מלווה ישראלי, נהוג שכל משתתף מעניק \$ 5 ליום. הוצאות נוספות כגון, לינות, ארוחות נוספות בקטמנדו/ואו בהרים, או כל הוצאה שהיא עקב יציאה ו/או חזרה מוקדמת או מאוחרת מקטמנדו לטרק ומהטרק לקטמנדו מכל סיבה שהיא.

6. שינויים:

יתכנו שינויים במחיר עקב העלויות הקשורות לשינויים במחירי כרטיסי הטיסות, כפי שיקבעו על ידי חברות התעופה, או כל גורם אחר.

יתכנו שינויים בתוכנית עקב אילוצים ומגבלות בלתי צפויים. כגון לוח טיסות, מזג אוויר, הנחיות רשויות וכו'.

7. דמי ביטול:

א' - מההרשמה ועד רכישת כרטיסי הטיסה אין כל חיוב על ביטול.

ב' - מרכישת כרטיסי הטיסה ואילך, דמי הביטול הם:

ב1' - במקרה של ביטול ומחליף יצא לטיול במקום

המבטל, דמי הביטול יהיו רק הקנסות של חברות התעופה מישראל לנפאל וחברות הטיסות הפנימיות בנפאל.

ב2' - במקרה של ביטול ולא ימצא מחליף,

דמי הביטול הם:

ב21' - 6-9 משתתפים \$ 1,248.

ב22' - 10-15 משתתפים \$ 950.

ב23' - 16-20 משתתפים \$ 738.

הטיול, כולל הטרק והסיורים, יתקיים במתכונתו הנוכחית בהתאם לרשום לעיל.



מ"טאטופאני" ל"צ'יטרי" 2,390 מ'



שלווה ב"פון היל" 3,210 מ'



ביער הגשם מ"צ'טרי" ל"גורופאני" 2,860 מ'



פון היל 3,210 מ'



בודהאנאת, הסטופה הגדול בעולם



"פשוּפאטינאת" מקדש שריפת הגופות



הילדה האלה "קומארי" ב"פאטאן"



אתר המקדשים ב"פאטאן"

-7-

שבתי בן-שם טלפקס: 04-6336783 052-2692286
mail: tastzfon@netvision.net.il website: www.worldtreks.co.il



תופסים שלוה ב"גורופאני" מול פסגות רכס ה"אנאפורנה"

-8-

שבתי בן-שם טלפקס: 04-6336783 052-2692286
mail: tastzfon@netvision.net.il website: www.worldtreks.co.il