

Guida al viaggio:

Non a caso descritto come il più popolare dei lunghi trekking himalayani, il periplo dell'Annapurna offre all'escursionista la straordinaria varietà dei suoi paesaggi, delle sue popolazioni e dei suoi modi di vita. Sono 16 giorni di cammino che permetteranno di compiere il giro completo del formidabile massiccio dell'Annapurna, risalendo la valle di Marsyangdi e discendendo la spettacolare Kali Gandaki, toccando villaggi Gurung, Tibetani, Manang e Thakali, ciascuno con una propria atmosfera ed un proprio stile di vita. Un percorso che si snoda sempre su mulattiere e buoni sentieri, facilmente percorribili e dove, soprattutto nella parte bassa, in primavera i grandi rododendri offrono un aspetto vario e spettacolare della flora himalayana. Il trekking offre alcuni dei panorami più straordinari di tutta l'Himalaya e consente, al tempo stesso, di conoscere un'ampia regione del Paese: dalle verdi e lussureggianti vallate del sud agli aridi altipiani a nord del massiccio che introducono la regione tibetana. Questo itinerario è però qualcosa di più di un semplice trekking, entra in una valle del tutto sconosciuta ai più dove la cultura tibetana è ancor oggi intatta. Un trekking dei tempi passati.

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 periodi ideali per recarsi in Nepal sono quindi quelli che precedono o che seguono il monzone. In ottobre e novembre il tempo è di norma buono con l'eccezione di una perturbazione che può essere anche molto veloce che annualmente interessa l'Himalaya e la cui intensità può rendere problematica l'effettuazione d'alcuni alti passi per neve. Da novembre e dicembre il sole splende praticamente tutti i giorni, l'atmosfera è particolarmente limpida, ideale per fotografare. Da gennaio a marzo il tempo è stabile, l'aria frizzante e le temperature più basse; questo periodo è ideale anche per visitare i parchi del sud del Nepal, effettuare trekking a basse quote, visitare Kathmandu e la valle di Pokhara. Aprile e maggio sono due mesi particolarmente ideali per il trekking per il clima più temperato in quota e per le giornate, in pratica le ore di luce, più lunghe.

Organizzazione trekking:

Durante le giornate di cammino i pasti sono preparati con prodotti locali. Ad una colazione di tipo occidentale seguono un pasto freddo o box lunch, a metà giornata, il tè all'arrivo al campo e una cena calda. I materiali comuni e l'equipaggiamento dei partecipanti sono trasportati da portatori o da animali come yak. Alla fine di ogni giornata i bagagli sono 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 trekking si utilizzano i lodge che si trovano lungo il percorso. In alcuni trekking, quasi sempre quando è compresa la salita di una montagna, il pernottamento è in tenda, fornita assieme al materassino dall'Organizzazione. È utile avere quindi un buon sacco piuma. Kathmandu e le 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 secondo il piano di volo scelto e all'arrivo nella capitale nepalese, dopo le formalità di ingresso, trasferimento e sistemazione in albergo. Situata a 1350 m, Kathmandu è posta al centro dell'omonima valle e si estende su di un'area di cinque chilometri quadrati. La città è nota per la sua caratteristica architettura: pagode a tetti sovrapposti, palazzi di legno scolpito e in cotto, templi dagli esuberanti ornamenti e affollatissimi bazar come Durbar Square o il trafficato Thamel, punto d'incontro di tutte le genti che visitano il Nepal. Negli ultimi tempi il traffico si è fatto caotico così la gente preferisce la tranquillità dei centri vicini come Bhaktapur, Patan, Kirtipur un tempo sedi di re e perciò ricche di storia e di templi. A sera la vista della valle assume colori irreali se vista dalla collina di Swayambhunath, sede dei più antichi templi del Nepal con lo sfondo delle bianche vette del Lirung. La città ha un che di magico ancor oggi, forse è la sua storia, forse la sua gente, povera ma dignitosa, ricca d'interiorità e alla quale non manca mai il sorriso.

3° giorno

Besishar (823 m)

Lasciata Kathmandu si procede verso sud ovest lungo la Kathmandu - Pokhara Highway e dedicata al re Prithvi che unificò il Nepal. La strada è un continuo saliscendi attraverso le alte colline pre-himalayane scolpite dalle risaie a terrazza. A Gorkha, antica capitale di un piccolo regno locale, si devia verso nord fino a Besishar dove si pernotta.

4° giorno

Jagat (1.320 m)

Si inizia il trekking seguendo un buon sentiero verso nord e dopo aver raggiunto e superato Khudi, sul torrente omonimo, si giunge a Nayagaon, primo paese buddista con popolazione Gurung. La valle ora si restringe e i campi coltivati lasciano il posto alla foresta. Il sentiero intagliato nella roccia costeggia dall'alto il fiume Marsyangdi e superata Bahundanda, villaggio d'etnia Cetri, si risale fino a Jagat, un piccolissimo villaggio alle cui spalle già s'intravedono le alte vette del massiccio dell'Annapurna.

5° giorno

Dharapani (1.900 m)

Proseguendo tra le gole della Marsyangdi la valle si apre verso Tal in un'atmosfera tipicamente tibetana. Il pernottamento è a Dharapani e poco lontano, all'imbocco di una valle che conduce direttamente in Tibet, si staglia il bellissimo villaggio di Tonje.

6° giorno

Koto (2.700 m)

Per giungere a Koto si attraversano splendidi boschi di rododendri e conifere e in prossimità di Latomanang, si assiste allo spettacolo di una cascata che si getta nella Marsyangdi Kola. A Koto si prosegue per circa due ore sino al primo campo.

7° giorno

Dharmashala (3.230 m)

La valle è veramente selvaggia e il fiume con le sue gole la rende inaccessibile. Ci sono diversi attraversamenti su ponti sospesi e la tappa termina al villaggio di Methang o se la tappa può sembrare lunga si può campeggiare a Dharmashala ai lati di una grande cascata.

8° giorno

Naar Phedi (3.690 m)

È il punto di accesso al villaggio principale della valle e qui la gente ha più relazioni con il Tibet che con il Nepal. La fisionomia degli abitanti è tipicamente tibetana, nomadi d'estate e i loro spazi sono gli altipiani tibetani. Il villaggio ha il suo monastero e i segni della religiosità buddista. Muri mani e chorten annunciano la presenza del divino.

9°/10° giorno **Kyang - Phu (4.746 m)**

Due giorni per raggiungere Phu, il più remoto villaggio della valle. È un altro mondo, fuori dagli itinerari turistici questa gente conserva la semplicità e il loro modo di vita dei tempi antichi. Chorten, il monastero e le terrazze di orzo che brillano al sole e contrastano con l'ocra delle montagne. Questo è il Tibet che ognuno di noi conserva con un indelebile ricordo. Tappa intermedia a metà valle.

11° giorno **Phu**

Giornata tra le genti di questo isolato mondo.

12°/13° giorno **Naar (4.110 m)**

Lunga tappa che si ripercorre a ritroso sino a Naar Phedi e poi si risale sino all'altro importante villaggio di Naar. Il giorno successivo giornata libera nel villaggio o per eventuale recupero.

14°/15° giorno **Kangla La (5.306 m) – Nawal (3.660 m)**

La valle ora è d'alta montagna, il sentiero sale ed è raramente percorso se non dalle carovane dei tibetani in autunno e primavera. È l'area del leopardo delle nevi e dei bharal, le capre azzurre. La prima tappa termina nelle vicinanze del lago glaciale sotto il passo e, scollinato questo il giorno successivo, si segue la lunga morena e successivamente il fondo valle che porta, dopo una lunga discesa, al villaggio di Nawal poco lontano dal sentiero principale della Marsyandy.

16° giorno **Manang (3.500 m)**

Il paesaggio tipicamente alpino lascia il posto ad un ambiente più arido tipico dell'alta quota. Il primo villaggio sul sentiero è Braga, bellissimo centro con le case dai tetti piatti in stile tibetano ed un monastero ben conservato. La gente del posto è principalmente tibetana, arrivata qua durante l'invasione cinese del 1959. Si prosegue fino a Manang che fu uno dei centri più importanti per il commercio tra Nepal e Tibet. I Manangi hanno caratteristiche tipiche delle genti tibetane, sono molto religiosi e sebbene il commercio con il Tibet non passi più da queste valli hanno conservato innato il senso dei loro padri. A Manang fanno cornice montagne impressionanti come il Gangapurna (7.455 m) e il Tilicho Peak (7.134 m).

17°/18° giorno **Phedi - Muktinath (3.800 m) - Jomson**

Tra villaggi che si mimetizzano nel paesaggio desertico si attraversano pascoli per yak. In questa zona l'unica risorsa è la pastorizia (anche i campi di patate ben presto scompaiono). Raggiungiamo infine Phedi, dopo una faticosa salita lungo un buon sentiero. Secondo le condizioni di innevamento si deciderà a quale ora iniziare la salita al Thorong Lā (5.415 m) che, se effettuata di notte, permetterà di raggiungere la cima all'alba e di godere una vista spettacolare che spazia sino all'Annapurna I. La salita al passo non comporta difficoltà tecniche anche se la quota e la lunghezza del percorso possono far sentire un certo affaticamento. È una tappa lunga e impegnativa ma ampiamente ripagata dal panorama e dai paesaggi che si incontrano. Rapida discesa fino a Muktinath, luogo da secoli sacro ai buddisti e agli induisti, meta di grandi pellegrinaggi. All'arrivo in jeep si raggiunge Jomson in un'ora di pista. Pernottamento in lodge.



Nepal
VALLE DI NAAR PHU
A NORD DELL'ANNAPURNA

19° giorno

Pokhara - Kathmandu

Nella mattinata volo per Pokhara e sistemazione in albergo. Pokhara è una cittadina situata tra le colline pre-himalayane posta sulle rive del lago Pewha Tal. All'arrivo volo in coincidenza per Kathmandu e trasferimento in albergo.

20° giorno

Kathmandu - Milano

Trasferimento in aeroporto e rientro in Italia con voli di linea.

NEPAL –Valle di Naar Phu	20 giorni
Date di Partenza:	12 aprile – 14 maggio – 11 settembre – 8 ottobre 2019
Quota individuale di partecipazione:	Euro
Minimo 6 partecipanti	2.990 (escluse tasse aeroportuali)
Tasse aeroportuali	da definire al momento dell'emissione dei biglietti aerei (circa 350 euro a persona)
Supplementi:	
Camera Singola	280
Volo Alta Stagione (ottobre)	250 a persona

La quota comprende:

- ✓ trasporto aereo internazionale Milano/Kathmandu e ritorno in classe economica
- ✓ voli interni Jomson/Pokhara/Kathmandu con franchigia bagaglio da imbarcare di 10 kg
- ✓ trasferimenti da/per gli aeroporti in Nepal
- ✓ trasferimenti interni in via terra come da programma
- ✓ sistemazione in camera doppia in Hotel 3* a Kathmandu (trattamento di prima colazione)
- ✓ trekking come da programma con servizio di guida locale di lingua inglese
- ✓ trasporto bagaglio personale (max 16 Kg) e materiali comuni
- ✓ vitto (colazione, box lunch e cena)
- ✓ sistemazione in tenda e lodge dove possibile
- ✓ special trekking permit (\$200) 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 – tasse aeroportuali – tasse d'imbarco 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 05.01.2019. Eventuale adeguamento verrà 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 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.