

### *Guida al viaggio:*

Da molti è definito il più bel trekking del Nepal, una fama recente dato che sino a pochi anni fa questa regione era proibita agli occidentali. Il percorso è lo stesso seguito dagli alpinisti sin dai primi tentativi di salita del Manaslu, uno degli ottomila della terra di più fascino. La suggestione di questo percorso sta nella varietà di culture che s'incontrano, un mosaico di genti che l'isolamento ha preservato da influenze occidentali. A Larkya, ai confini con il Tibet, la gente ha più dimestichezza con i mercati cinesi che con Kathmandu e ancor oggi carovane di yak attraversano gli alti passi del Tibet per commerciare. L'incredibile varietà culturale della regione che affascino l'esploratore Gansser negli anni '50, è tuttora intatta e il fatto che l'area sia tuttora *restricted*, cioè limitata ad un numero ben preciso di escursionisti per anno accompagnati da un ufficiale di collegamento, ne preserva l'integrità. L'itinerario, data la sua lunghezza, è per buoni camminatori, con capacità alpinistiche che possono essere d'aiuto nell'attraversamento del passo di Larkya.

#### **Quando partire:**

Il clima nepalese è condizionato dai monsoni che interessano il Paese da maggio a settembre con piogge più o meno intense e continue. I periodi ideali per recarsi in Nepal sono quelli che precedono o che seguono il monzone. In ottobre e novembre il sole splende praticamente tutti i giorni, l'atmosfera è particolarmente limpida. Da dicembre a marzo il tempo è stabile, l'aria frizzante e le temperature più basse; in questo periodo è ideale visitare i parchi del sud del Nepal, effettuare trekking a basse quote, visitare Kathmandu e la valle di Pokhara. Escludendo il periodo monsonico, il clima del Nepal è tendenzialmente temperato, con cielo di solito sereno; nelle alte valli e soprattutto durante i mesi invernali, la temperatura può abbassarsi notevolmente.

#### **Organizzazione trekking:**

Durante le giornate di cammino i pasti sono preparati con prodotti locali. A una colazione di tipo occidentale seguono un pasto freddo o box lunch (a metà giornata) e una cena calda al campo. I materiali comuni e l'equipaggiamento dei partecipanti sono trasportati da 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). 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:**

Durante il trek dormiamo in lodge. È il modo migliore per affrontare questo trekking, perché permette un minimo di servizi particolarmente graditi nella parte più alta del percorso dove oltre alla fatica vi è il problema della quota. Kathmandu e le città principali hanno una struttura alberghiera varia e di livello occidentale.

#### **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. È sufficiente 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 in accordo al piano voli scelto; all'arrivo nella capitale nepalese, disbrigo delle formalità di frontiera e trasferimento in albergo.

3° giorno

**Arughat Bazar (570 m) – Sati Khola (710 m)**

Dopo colazione lungo trasferimento in auto per Gorka lungo la Kathmandu - Pokhara Highway, intitolata al re Prithvi, il sovrano che unificò il Nepal. La strada lascia la valle di Kathmandu e si snoda attraverso le alte colline pre-himalayane scolpite dalle risaie a terrazza. Gorkha è una cittadina assai abitata che fu un tempo, l'antica capitale di un piccolo regno locale. In un continuo saliscendi si perviene a Khanchow da dove inizia una discesa repentina che porta ad inoltrarsi nella foresta sub-tropicale della valle del Budhi Gandaki. Si prosegue fino a Sati Khola dove si pernotta in modesto lodge.

4° giorno

**Machhi Khola (900 m)**

Il sentiero prosegue sul lato destro del fiume tagliando verdi terrazze fittamente coltivate. È un'area abitata da popolazioni Gorka e Gurung, contadini che dalle incisioni nei fianchi della montagna ricavano terrazze e aree seminate con un lavoro di cesello da architetti. Il clima continua ad essere caldo-umido e quindi è consigliato anticipare alle prime ore del mattino la partenza. Pernottamento in lodge.

5° giorno

**Jagat (1.250 m)**

Si cammina sempre a basse quote, il caldo si fa sentire e non manca di certo qualche spruzzo d'acqua anche nel periodo secco. A Tatopani un ponte sospeso porta sull'altro lato del fiume che si segue sino a Lauri dove un ulteriore ponte porta a Jagat, piccolo villaggio con un posto di polizia. Pernottamento in lodge.

6° giorno

**Deng (1.920 m)**

Il sentiero scende un ripido pendio sin quasi sul fiume, si attraversano il Pangour Khola e il Bhalu Khola per poi attraversare su un ponte sospeso il Bhuddi in località Serdibas. Da qui s'iniziano a vedere le montagne dell'Himalaya tra le quali spicca il 7000, Shringi Hinmal. L'area è abitata da gente di etnia Gurung, coltivatori, buddisti con una forte impronta tibetana. Sono tra i migliori portatori in Nepal sia per la conoscenza del territorio di montagna che per la loro forza. Pernottamento in lodge.

7° giorno

**Namru (2.660 m)**

Man mano si sale, calpestando le piste degli antichi mercanti che utilizzavano questo percorso per entrare nell'arido altipiano tibetano avvicinandoci al confine, l'influenza del buddismo si fa più importante e lo testimoniano i sempre più numerosi gompa e muri di preghiera (muri mani) nei pressi dei villaggi. Il sentiero è un lungo saliscendi dapprima attraverso campi coltivati ad orzo e poi lasciati a pascolo per gli yak, attraversando più volte il fiume. Pernottamento in lodge.

8° giorno

**Lho (3.150 m)**

Il sentiero lascia il letto del fiume e sale ripido per circa 500 m fino ai pascoli verdi che circondano Lho superando alcuni villaggi con il loro monastero come a Li. Appaiono le prime vette innevate: il monastero ed i muri a secco di Lho sono dominati dall'imponenza della parete nord del Manaslu. La catena del Manaslu appare in tutta la sua imponenza e fanno da corona altri settemila come il Ngadi Chuli, l'Himal Chuli e il North Peak. L'area ha ormai caratteristiche d'alta quota, pascoli e vette e a nord a non molti chilometri il mitico Tibet. Pernottamento in lodge.

9° giorno

**Sama Gompa (3.530 m)**

Il sentiero in costante salita permette di ammirare l'imponenza delle vette dell'Himalaya. Si giunge fino a Sama da dove, una breve discesa porta al monastero. Da non perdere lo spettacolo dell'alba sul Manaslu da una cresta sovrastante il campo. Il campo base della montagna è a poche ore dal monastero tanto che questo è un luogo dove gli alpinisti ritornano per riposare. Pernottamento in lodge

10° giorno

**Samdo (3.875 m)**

La tappa non è lunga ma è resa faticosa dall'altezza e dal dislivello Qui s'incrocia il sentiero che va verso il Tibet a nord. Al piccolo bazar del villaggio è possibile trovare materiali e vitto cinese lasciato dai contrabbandieri o dai pellegrini che periodicamente arrivano e proseguono verso Kathmandu. Pernottamento in lodge.

11° giorno

**Larkye Phedi (4.460 m)**

Si prosegue salendo verso il passo con ambienti via via sempre più severi. I ghiacciai sembrano lambire il percorso e l'imponenza del Manaslu fa presagire quasi un contatto fisico. Questa miscela fa dimenticare gli sforzi che servono per giungere alla Guest House posta alla base del Larkya Là. Pernottamento in lodge.

12° giorno

**Larkya La (5.213 m) - Bimtang (3.850 m)**

Sicuramente questo è il passaggio chiave più delicato e spettacolare del trekking. Le variabili condizioni di neve del passo possono costituire un problema. Spesso il Larkya Là, in discesa, è un nevaio piuttosto ripido, dove bisogna prestare molta attenzione. Il percorso sale lentamente lungo la cresta di una morena che delimita l'omonimo ghiacciaio, quasi a perdersi tra i sassi. In tre o quattro ore si giunge al culmine del Larkya Là, ad oltre cinquemila metri di quota da dove si ha una spettacolare visione dell'Himalaya. Da qui è possibile ammirare una serie di spettacolari vette di settemila metri che si perdono nell'altipiano tibetano. Lasciato il nevaio e lanciato un ultimo sguardo al massiccio del Manaslu si ridiscende per morena fino a Bimtang prestando attenzione ai sassi e ad eventuali nevai ghiacciati. Pernottamento in lodge.

13° giorno

**Tilje (2.300 m)**

La tappa è lunga ma tutta in discesa. Il paesaggio diventa più verde, ricompaiono i pascoli e nei pressi di Bimthang ci s'inoltra in una vegetazione più fitta che nasconde definitivamente le cime del Manaslu. Pernottamento in lodge.

14° giorno

**Jagat (1.300 m)**

Si prosegue sempre in discesa su sentiero sempre via via più battuto fino a giungere nella "metropoli" di Darapani seguendo il corso del fiume Dudht Khola. Proseguendo verso nord si sale a Manang e quindi al Thorong Pass, girando a sud si scende a Jagat, villaggio gurung inserito in un anfiteatro di grandi terrazze coltivate a riso. Pernottamento in lodge.

15° giorno

### **Kathmandu**

Dopo colazione trasferimento a Besishar e successivamente in sei/sette ore rientro a Kathmandu. 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 in 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.

16°/17° giorno

### **Kathmandu - Milano**

Trasferimento in aeroporto e rientro in Italia con voli di linea in accordo al piano di volo scelto.

NEPAL – Around Manaslu	17 giorni
Date di Partenza:	23 marzo – 20 aprile – 19 ottobre – 16 novembre 2019
Quota individuale di partecipazione:	Euro
Minimo 8 partecipanti	2.500 (escluse tasse aeroportuali)
Minimo 4 partecipanti	2.750 (escluse tasse aeroportuali)
Tasse aeroportuali	da definire al momento dell'emissione dei biglietti aerei (circa 300 euro a persona)
Supplementi:	
Camera Singola in albergo	250
Volo alta stagione (ottobre e aprile)	250 a persona

#### La quota comprende:

- ✓ trasporto aereo internazionale Milano/Kathmandu e ritorno in classe economica
- ✓ trasferimenti da/per gli aeroporti in Nepal
- ✓ trasferimenti interni via terra come da programma
- ✓ sistemazione in camera doppia in Boutique Hotel 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 lodge durante il trekking
- ✓ 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 sarà comunicato 21 giorni prima della partenza.

#### Attenzione

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.