

www.circulodecooperacion.org
www.nepalsocialtreks.com

Viajar a Nepal
Domingo 16 de Noviembre a Sábado 29
de Noviembre de 2014

VIAJE SOLIDARIO EN NEPAL 2014





11/09/ नमो भगवते वासुदेवाय
11/3/15 नमो भगवते वासुदेवाय
Bambay

R 813
GUBA M. D.

Post and Forest
MUSK
DEALER
OBTAINED FROM
THE
Himalayas
"NEPALI"
CALCUTTA.

SAHU MAH
FUR AND MUSK MERCHANT
5, LOWER CHITPORE ROAD, CALCUTTA.
श्री बाबू साहू माह
फर और मुस्क
5, लोअर चिटपोर रोड, कलकत्ता

11/09/ नमो भगवते वासुदेवाय
11/3/15 नमो भगवते वासुदेवाय
Bambay

Post and Forest
MUSK
DEALER
OBTAINED FROM
THE
Himalayas
"NEPALI"
CALCUTTA.

SAHU MAH
FUR AND MUSK MERCHANT
5, LOWER CHITPORE ROAD, CALCUTTA.
श्री बाबू साहू माह
फर और मुस्क
5, लोअर चिटपोर रोड, कलकत्ता



VIAJA A NEPAL EN NOVIEMBRE 2014
SÉ SOCIAL. SÉ RESPONSABLE. SÉ SOLIDARIA.

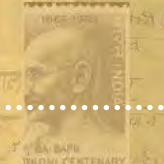
14
DÍAS
EN NEPAL

10
PERSONAS

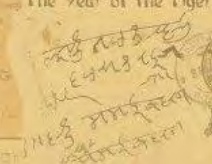
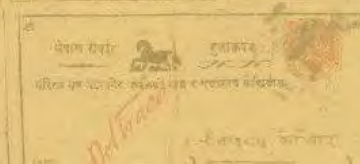
850
€

श्री बाबू साहू माह
फर और मुस्क
5, लोअर चिटपोर रोड, कलकत्ता

NEPAL
Nepal
Kathmandu



11/09/ नमो भगवते वासुदेवाय
11/3/15 नमो भगवते वासुदेवाय
Bambay



¿De qué va esto?

UN TOUR ASEQUIBLE POR NEPAL

La ONG **Círculo de Cooperación al Desarrollo** y la agencia de viajes nepalí **Nepal Social**, nos hemos unido para proponeros un viaje de dos semanas a Nepal que no os dejará indiferentes. Para empezar, por lo barato que es: 850€. Y por todo lo que te espera: visitas a los monumentos budistas e hinduistas más importantes del mundo, las montañas del Himalaya, los pueblos medievales, místicos, históricos, y los proyectos sociales. Además, se mantendrá al menos una reunión con los voluntarios permanentes de **Círculo de Cooperación** y se visitarán los proyectos en los que colabora.

VISITA A PROYECTOS

El objetivo de estas visitas es informar y sensibilizar a los viajeros y las viajeras solidarias sobre el trabajo que realiza la organización y su futura proyección. Parte del coste del viaje, que correspondería a comisiones de agencia, se destinará a la mejora de estos proyectos.

VIAJE DE SENSIBILIZACIÓN

Para hacer el viaje todavía más social, diariamente se realizan dinámicas de grupo para que comprendas los problemas que azotan a Nepal, de modo que el grupo pueda no sólo conocer lo más bello del país desde los ojos de un turista, sino desde los de un cooperante, conociendo las diferentes razones que provocan un lento desarrollo, proponiendo soluciones y escuchando la opinión del resto de viajeros y viajeras participando en minigrupos de discusión.

RESPETO POR EL ENTORNO

Promovemos un viaje sostenible, solidario y responsable con la fauna, flora, la comunidad, y el entorno en general. Por eso, las actividades de ocio con elefantes han sido descartadas, ya que fomentan el maltrato a animales. Harás una ruta cargada de naturaleza, espiritualidad y conocerás cientos de culturas y etnias, el país de las sonrisas que contrastan con unas bajas condiciones de vida que sitúan al país en la lista de los menos desarrollados del mundo, según la ONU.

2

Ayudarás a que los proyectos crezcan

Nepal Social ha renunciado a su comisión de agencia. Quieren que una parte de los costes del viaje vaya directamente a proyectos sociales. Que la misma agencia de viajes local sea la contraparte directa también supone un ahorro para ti, y esto rebaja mucho el precio del viaje. ¡Es social, y es solidario!

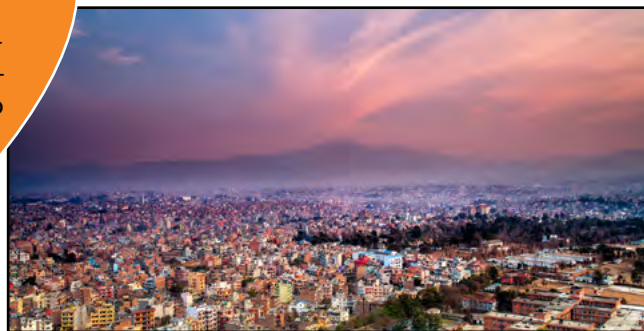
850€

El 35% de lo que pagas se destina a los proyectos para la protección de la infancia y el acceso a la educación para niños y niñas en riesgo de exclusión social

14 días

14 días y 13 noches que disfrutarás al máximo en Nepal

1



Llegada a Katmandú

Llegarás a la capital de Nepal, y se hará la bienvenida al grupo y el traslado al hotel. Reunión explicativa de todo el programa de viaje, los lugares de visita y el trekking. Éste es un día perfecto para aprovechar para pasear por el centro de Thamel, el barrio turístico de la ciudad y hacer algunas compras de preparación para el trekking. Cena con el equipo de **Círculo de Cooperación**.

2



Visita por Katmandú

Después del desayuno, nos desplazaremos en coche para visitar los templos de Swyambhunath y Boudhanath. Swyambhunath es una Chaitya budista con unos 2.000 años de antigüedad. Boudhanath es una de las estupas más grandes del mundo, construida en el siglo V.



El reino de Bhaktapur y visita a proyecto

Después del desayuno, saldremos del hotel en dirección al antiguo reino de Bhaktapur, Patrimonio de la Humanidad por la UNESCO, a unos 40 minutos de Katmandú. Lo primero que haremos será visitar durante dos horas la escuela en la que trabaja **Círculo de Cooperación** y después pasearemos por la preciosa e histórica ciudad medieval de Nepal.



Tras conocer la escuela Saraswati English School, visitaremos Bhaktapur Durbar Square. Esta plaza es una de las obras maestras del valle de Katmandú, destacan algunas de las mejores artes medievales de Nepal. La plaza principal de la ciudad contiene innumerables templos así como maravillosas obras de arte: Puerta del León, la estatua del Rey Bhupatindra Malla, el Templo de Bhairavnath, la Galería de arte de Dattatreya Plaza, el Golden Gate, el Templo de Batsala, el Templo de Nyatapola, la Plaza de los Alfareros y la campana de los Perros ladrones. La pieza central es el Palacio de las 55 ventanas construido por el Rey Yakshya Malla en el siglo XVII. Pasaremos la noche en Bhaktapur.



Trekking a Langtang de siete días

Saldremos en jeep hacia Dhunche en un viaje de unas ocho horas. La carretera de Katmandú a Trisuli Bazar es muy buena, después la carretera empeora un pelín hasta Dhunche (a 1950 metros). El tiempo de caminata dura aproximadamente seis horas. Pasaremos noche en Lodge.



“Durante este trekking de siete días entrarás en contacto con la naturaleza y tendrás el privilegio de ver con tus propios ojos las montañas más altas del planeta”



Syabrubeshi - Lama Hotel (2410 m.)

Andaremos seis horas. Descendiendo por la cresta de la montaña, pasados los campos, las casas y a través de un bosque alcanzamos Ghopche. Cruzaremos un tradicional puente colgante. Descenderemos por el bosque hasta el río Langtang para cruzar hacia otro bosque. Llegaremos a Lama Hotel (2380 m.). Interesante nombre... Noche en Lodge.



Lama Hotel - Langtang village (3500 m.)

Andaremos cinco horas en varias subidas entre bosques de rododendros y robles. Este será un día de camino agradable y fácil en comparación al resto. Noche en Lodge.



Kyanjin Gomba - Lama Hotel (2410 m.)

El senderismo comenzará de madrugada hacia el pico Kayinging Ri, desde donde se disfrutarán vistas espectaculares e inigualables de la cordillera del Himalaya de Langtang, donde nos encontramos. Volveremos a Kyanjin Gomba para desayunar y regresar a Lama Hotel. Una oportunidad única de ver el camino desde otra perspectiva igual de bonita. Andaremos siete horas. La ruta es bastante plana y de bajada. Noche en Lodge.



Lama Hotel - Syabrubesi y Syabrubesi - Gorkha

El sendero de salida de Lama Hotel hacia Syabrubesi nos lleva casi totalmente cuesta abajo al río Langtang que cruzaremos a través del puente colgante. La ruta sigue en un bosque espectacular de rododendros hasta llegar a Syabrubesi. El tiempo de caminata dura unas cinco horas. Noche en Lodge.

Pronto en la mañana siguiente saldremos de Syabrubesi en jeep hacia Gorkha Bazaar, el pueblo más importante de la zona donde hay una gran mezcla de gente procedente de los valles cercanos. Durante el viaje de unas cinco horas se podrá disfrutar del espectacular paisaje de los valles, montañas y campos de arroz de la zona central del país. En el camino, haremos una parada en un templo típico.



Gorkha - Pokhara

Después del desayuno saldremos de Gorkha en dirección a Pokhara, otra de las ciudades principales de Nepal. Considerada también la ciudad paraíso del país desde donde se pueden observar unas hermosas vistas de los picos más famosos de la cordillera del Himalaya, incluyendo el Annapurna II (8091m.) o el famoso Machhapuchare,

(Fish Tail- cola de pescado) de 6993 metros. Después de aproximadamente cuatro horas y media llegaremos al hotel en Pokhara, haremos el check in en el hotel. La tarde será libre para poder descansar, acomodarse, hacer algunas compras, pasear a la orilla del lago Phewa o cenar en uno de los magníficos restaurantes de la zona.

Alojamiento: Hotel LakeStar



Visitas por Pokhara

Por la mañana, daremos un paseo de una hora y media hasta llegar al World Peace Pagoda, una enorme estupa budista en la cima de una colina en la orilla sur del lago Phewa. Además de ser un gran espectáculo en sí mismo, se puede ver el santuario del gran lago y todo el valle de la ciudad de Pokhara. Visitaremos la Cascada de Davi, localmente conocida como Patale Chhahgo,

es una cascada impresionante. Cuenta la leyenda que una pareja suiza se bañaba en el arroyo Pardi Khola, justo por encima de la cascada. Una inundación repentina de la presa Fewa barrió a la Sra. Davi y desapareció misteriosamente en un tunel por debajo de la cascada. Desde entonces se le ha llamado la cascada de Davi en honor a la Sra. Davi. Además, visitaremos templos, mercados, cuevas sagradas, y una zona de exiliados tibetanos, junto a un imponente monasterio budista. Alojamiento: Hotel LakeStar

13

Pokhara - Kathmandu

Durante la mañana puedes contratar una actividad en parapente que sobrevuela el lago Phewa. A media mañana, saldremos de Pokhara para regresar a la capital. Durante el camino, podremos disfrutar del increíble cambio de paisaje a medida que nos acercamos a Katmandú. Desde los grandes campos de arroz del altiplano, sus grandes bosques de bambú y su vegetación totalmente tropical va desapareciendo a través de los valles hacia bosques de pinos y rododendros hasta llegar al caos ordenado de la ciudad de Katmandú. Llegada al mediodía/tarde, habrá tiempo libre.

14

Salida de Katmandú

Día libre para últimas compras y prepararse para la salida. 3 horas antes de la salida del vuelo de regreso, haremos el check out del hotel y se os llevara al aeropuerto. Despedida.

Condiciones del viaje

FECHAS EN NEPAL

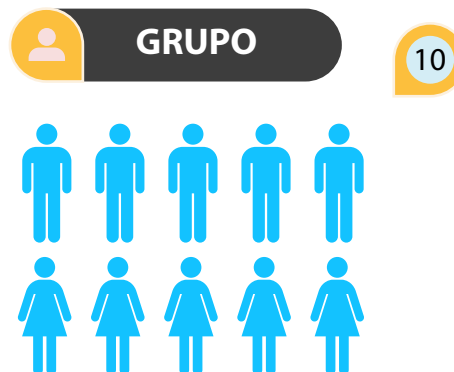
14 días y 13 noches

Domingo 16 a Sábado 29 de NOVIEMBRE de 2014

PRECIO

850€

Si el viajero o viajera quiere permanecer más tiempo en el país y realizar otras actividades, el equipo de Nepal Social estará encantado de daros algunas ideas y ayudaros con las gestiones a un buen precio.



INCLUIDO EN EL PRECIO

~Tour en las ciudades:

- Traslado a/desde aeropuerto a hotel.
- Hotel en ciudades en habitación doble, con desayuno.
- Visita guiada por las ciudades con todas las entradas y visitas con guía a los centros culturales, históricos y Patrimonios de la Humanidad.
- Cena de bienvenida en Katmandú.

~Durante el trekking:

- Pensión completa durante todo el trek.
- Té y café, durante el viaje.
- Alojamiento en casa de té/lodge durante el trek.
- Transporte privado hacia y desde los puntos de partida.
- Guías profesionales locales de habla hispana con amplia experiencia y acreditados por el gobierno Nepali.
- Kit Integral de Primeros Auxilios.
- Tarjeta TIMS para la región (Langtang)
- Porteadores necesarios para llevar todo el equipo.
- Seguro adecuado para todo el personal contratado.
- Mapa de trekking para cada caminante.

NO INCLUIDO EN EL PRECIO

- Visado de Nepal (25\$, equivalente en €).
- Pasaje aéreo internacional e impuestos del aeropuerto, cargos por exceso de equipaje. El billete aéreo costará tentativamente entre 650 € y 850 €, dependiendo de la antelación de la compra y el aeropuerto de salida desde España.
- Almuerzo y cena en las ciudades. (Excepto bienvenida).
- Bebidas en la ciudad o agua mineral o bebidas alcohólicas en el trek.
- Gastos personales, como ducha de agua caliente, carga de batería, teléfono, etc.
- Evacuación médica en caso de emergencia.
- Los gastos incurridos debido a accidentes, deslizamientos de tierra, huelgas, disturbios políticos, etc.
- Seguro de viaje: Aseguraros de tener los dos seguros médicos y de evacuación antes de venir a Nepal para cualquier tipo de aventura.
- El suplemento por habitación individual es de 200 € para la totalidad del viaje.

Reserva de plaza

DEPÓSITO EN ESPAÑA

300€

Primero, deberás realizar una transferencia a **Círculo de Cooperación** en la cuenta de Kutxabank **2095 5039 90 9112977530**.

EN NEPAL

550€

El resto de los costes del viaje serán entregados en mano y en euros a la agencia de viajes Social-trek a la llegada al país.

Para reservar tu plaza debes hacer la transferencia de 300€, esta cantidad será devuelta en caso de que finalmente el viaje tuviera que cancelarse por falta de viajeros y viajeras. En caso de que el grupo no llegue a las tres personas, el viaje se cancelará. En caso de que fueran 3 personas, se pagaría un suplemento de 145€. A partir de tres personas se mantendrá el pago de 850€. Cuando tengamos confirmación del grupo, se solicitará el justificante de los billetes de avión. Los viajeros y viajeras serán aconsejados sobre qué vuelos sería mejor comprar. Tras realizar el pago del depósito o fianza, envía un correo a viajesolidario@circulodecooperacion.org, con asunto "RESERVA DE PLAZA", y adjunta estos documentos:

- Pasaporte escaneado.
- Justificante de la transferencia bancaria.

Si necesitas más información, no dudes en contactar con Maite Lacamara, nuestra chica de la agencia **Nepal Social**: viajesolidario@circulodecooperacion.org, podéis llamarle a 648035810 o pasaros por la tienda BAMANE, dirección: C/ Fray Luis de leon, 21, Mataró, y si quieres información relativa a los proyectos de **Círculo de Cooperación** contacto con el equipo en info@circulodecooperacion.org



Otros gastos

Los gastos que no están incluidos en el programa del viaje no suponen una cifra muy elevada, para tu referencia:

- Comer y beber en Nepal: baratísimo. El precio de la comida dependerá de las necesidades de cada persona, pero en general una comida no supera los 3-4 €, y si se come en restaurantes de comida local será alrededor de 1€. Un refresco cuesta alrededor de 40 céntimos, una botella de agua grande 15 céntimos y una cerveza de medio litro 3€.
- Propinas: en Nepal no es necesario dejarlas, ya que el coste por servicio está generalmente incluido en la cuenta.
- Visitas: algunas visitas no programadas en el plan de actividades podrían hacerse durante el tiempo libre. Las entradas a los monumentos adicionales, en total, no deberían exceder los 20 €.
- El visado de 15 días cuesta 25\$, deberá pagarse en el aeropuerto en Dólares o en el equivalente en Euros.
- Vuelo sobre los Himalaya: alrededor de 140 €.
- Parapente en Pokhara: alrededor de 55 €.

Los viajeros y viajeras confirmados recibirán un documento explicativo en su correo electrónico, con sugerencias, consejos de viaje, etc. Recuerda que el precio que pagas por el viaje incluye pensión completa para el trekking, y desayuno en todos los hoteles de ciudad. Esto quiere decir que tendrás muy pocos gastos en Nepal.

Si necesitas más información, no dudes en contactar con Maite Lacamara, nuestra chica de la agencia **Nepal Social**: viajesolidario@circulodecooperacion.org, podéis llamarle a 648035810 o pasaros por la tienda BAMANE, dirección: C/ Fray Luis de León, 21, Mataró, y si quieres información relativa a los proyectos de **Círculo de Cooperación** contacto con el equipo en info@circulodecooperacion.org



www.circulodecooperacion.org
www.nepalsocialtreks.com

Viajar a Nepal
Noviembre 2014

Viajar para aprender Aprender para ayudar

