

# Nepál pro každého

Nepál

22. 3. 2025 - 4. 4. 2025

## Program zájezdu

### 1. den

letecký přesun do **Nepálu**

### 2. den

ubytování v hlavním městě **Káthmándú**, návštěva buddhistické svatyně **Svajambhúnáth** ☞  
přezdívané Opičí chrám

### 3. den

prohlídka metropole **Káthmándú** (královský palác, náměstí Durbar ☞, příbytek živé bohyně Kumáří, hinduistické stupňovité chrámy), spalovací gháty na řece **Bagmátí** v **Pašupatináthu** ☞, procházka přes kopeček okupovaný svatými muži a opicemi, okolo mnoha desítek nejrůznějších hinduistických chrámů k buddhistické stúpe **Bódnáth** ☞

### 4. den

možnost vyhlídkového letu k **Mt. Everestu** ☞ (8848 m), chrámy a královské paláce v **Pátanu** ☞ a **Bhaktapuru** ☞, odjezd na vyhlídku **Nagarkót** na okraji káthmánského údolí, ubytování

### 5. den

pozorování východu slunce přímo z terasy hotelu či vyhlídkové věže nad **Nagarkótem** s výhledy až k **Mt. Everestu**, procházka lesem po hřebeni k chrámu **Čangu Naraján** ☞, návrat do královského **Káthmándú**

### 6. den

cesta do vesnice **Sauraha** na hranici národního parku **Čitvan** ☞, procházka tradiční vesnicí kmene Thar, kulturní vystoupení

### 7. den

plavba na dřevěné kanoi po řece **Rapti**, pozorování ghaviálů a krokodýlů, pěší safari s průvodcem (možnost spatřit medvěda, opice, nosorožce), koupání slonů, výprava do džungle na slonech s velmi vysokou šancí pozorovat nosorožce

### 8. den

odjezd do **Pokhary**, ubytování

### 9. den

malebné městečko **Pokhara** v podhůří **Himálaje**, plavba přes jezero **Phewa**, výstup lesem k **Pagodě míru**, sestup k vodopádům **Déví** a procházka zpět do Pokhary

### 10. den

úžasný výhledy na posvátnou horu **Mačhapučháré**, masiv osmitisícových **Annapuren** a **Dhaulágirí** z vyhlídky **Sarangkot**, odjezd do zapomenutého romantického městečka **Bándípur** na vrcholku kopce

### 11. den

cesta přes zajímavé historické městečko **Górkha** (výstup k palácovému komplexu Gorkha Durbar, procházka Hanumanovou soutěskou, vyhlídka na paláce s Himálajemi v pozadí), v podvečer příjezd do Damanu

### 12. den

východ slunce na vyhlídce **Daman** (nejpanoramatičtější výhledy na Himálaje), dopoledne procházka okolní přírodou, odpoledne návrat do **Káthmándú**

### 13. den

závěrečný den v **Káthmándú** (dokončení prohlídky, volno na výhodné nákupy ve čtvrti Thamel), odlet do **Prahy**

### 14. den

návrat do **ČR**

**Cena zahrnuje:** zpáteční letenku do Káthmándú včetně všech poplatků, místní dopravu, ubytování, snídaně, program v Čitvanském národním parku s 2x plnou penzí a služby průvodce.

**Ubytování:** 11x hotel (dvoulůžkové pokoje s příslušenstvím).

**Doprava:** minibus, autobus, taxi, loď, slon.

**Stravování:** 11x snídaně, 2x oběd, 2x večeře, jinak individuální za pomoci průvodce.

**Služby za příplatek:** 9x jednolůžkový pokoj 4500 Kč, Pojištění léčebných výloh 624 Kč, Pojištění Prémium STORNO 1188 Kč.

**Cena nezahrnuje:** nepálské vízum 30 USD, vyhlídkový let k Mt.Everestu cca 270 USD, vstupné cca 80 USD.

**Poznámka:** zájezd je určený pro ty, kteří chtějí navštívit Nepál, dotknout se Himálaje, ale nechtějí, nebo nemohou vyrazit na trek. Pěší výlety jsou bez zavazadel, vzdálenost do 10 km, bez velkého stoupání.

## 1. Příprava na cestu

### 1.1. Doklady

**Platný cestovní pas** (s platností ještě minimálně **6 měsíců po návratu zpět do ČR**). Je nutné, abyste v pase měli alespoň **1 volnou dvoustránku** (vízum Nepál). Vezměte s sebou také **2 fotografie pasového formátu** (1x pro nepálské vízum, 1x pro případ ztráty) a kopii datové stránky cestovního pasu a noste jí na odděleném místě (případně si jí uložte do emailu).

**Před cestou doporučujeme registrovat se v databázi [DROZD](#) českého MZV.**

### 1.2. Víza

Občané ČR **potřebují pro vstup do Nepálu platné vstupní vízum**. Toto vízum není součástí ceny zájezdu.

Klienti si ho vyřizují a hradí individuálně po příletu na letiště v Káthmándú, poplatek je ve výši **30 USD**. Vyřízení víza je možné urychlit předregistrací na stránkách nepálského imigračního úřadu <http://online.nepalimmigration.gov.np/tourist-visa>

### 1.3. Pojištění

Protože podmínkou účasti na zájezdu je mít uzavřené platné cestovní pojištění, nabízíme vám jeho sjednání jako službu za příplatek u našeho partnera pojišťovny UNIQA a.s., v rámci uzavření Smlouvy o zájezdu. Více na <https://www.alvarez.cz/pojisteni>

Upozorňujeme, že případné lékařské ošetření může být požadováno uhradit hotově a zpětně je propláceno pojišťovnou v ČR. Pro tento případ si s sebou vezměte finanční rezervu. V případě návštěvy lékařského zařízení CK nehradí náklady spojené s dopravou.

## 1.4. Preventivní zdravotní opatření

Doporučujeme:

- ověřit si platnost očkování proti **tetanu, záškrtu a obrně**
- očkování proti **břišnímu tyfu a žloutence typu A, B** (doporučeno)
- preventivní prohlídka u zubního lékaře

Pro cestu do Nepálu není vyžadován mezinárodní očkovací průkaz. Podrobné informace o očkování a cenách jednotlivých vakcín se dozvíte na hygienické stanici a v centrech cestovní medicíny.

## 1.5. Kapesné a místní měna

**Měna: nepálská rupie (NPR)**, orientační kurz: **1 USD = 138 NPR, 1 EUR = 143 NPR, 100 NPR = 18 Kč**

Doporučuje se směňovat peníze postupně dle potřeby, směnárny jsou dostupné všude v Káthmándú a Pokhaře a vymění vám i valnou většinu měn západní Evropy či Blízkého východu. Zbývající rupie je možné vyměnit zpět na letišti před odletem po předložení dokladu o výměně. Ve všech velkých městech je možnost výběru z bankomatů.

**Kapesné:** budete potřebovat na nákup potravin, jídla v restauracích, fakultativní akce, vstupné do památek a na případný nákup suvenýrů. Měna, kterou je vhodné mít s sebou, jsou **americké dolary nebo eura**. **Minimální částka** postačující k pokrytí veškerých nákladů spojených s výše uvedeným programem je **300 USD** či ekvivalent v eurech. Výše kapesného nezahrnuje možnost fakultativního hodinového letu k Mt. Everestu, jehož cena je cca 270 USD.

Pro neočekávané případy doporučujeme mít s sebou ještě finanční rezervu nejlépe na platební kartě (doporučujeme karty VISA, MasterCard).

## 2. Informace o zájezdu

### 2.1. Doprava

Během zájezdu se budeme přepravovat pronajatým mikrobusem.

### 2.2. Ubytování

Během zájezdu bude ubytování 12x zajištěno v místních turistických hotelech. Jedná se o jednoduše zařízené 2 lůžkové pokoje s příslušenstvím.

**Adresa prvního hotelu: Exotic House, Dhobichaur-17, Saat Chowk, Kathmandu, Postal Code: 44600. Telefon: 00977 1 4264698**

### 2.3. Stravování

V ceně zájezdu jsou zahrnuty snídaně a také 2x oběd a 2x večeře. V ostatních případech je stravování individuální. S výběrem jídla vám ochotně pomůže průvodce. Z domova si nemusíte brát velké zásoby, doporučujeme maximálně trvanlivý salám, müsli tyčinky či kousek čokolády, vhodnou dezinfekci žaludku v podobně oblíbeného alkoholu.

**Voda:** Raději nepijte vodu z neznámých zdrojů. Doporučujeme kupovat pouze nápoje v uzavřených plastových lahvích s neporušeným uzávěrem. Nikdy nepijte vodu z vodovodu a nevyužívejte ji ani k čištění zubů. Balená pitná voda je běžně ke koupi, stejně jako slazené limonády.

**Jídlo:** Na ulici si jídlo vybírejte pečlivě. Jezte teplá a čerstvá jídla, vyhněte se salátům, nevařenému

masu a rybám. Ovoce a zeleninu si raději před požitím důkladně omyjte nebo oloupejte.

Hlavní jídlo v levné místní restauraci stojí 100 - 200 NPR, v restauraci zaměřené na cizince 500 - 1000 NPR.

Alkohol je v Nepálu relativně drahý v porovnání s cenami jídla a nealkoholických nápojů. Pivo lze v obchodě koupit od 250 NPR, v restauracích a barech stojí 350 - 600 NPR.

### **Orientační ceny potravin:**

balená voda 1l	od 30 NPR
pizza	od 600 NPR
sušenky	od 50 NPR
čaj	od 20 NPR

## **2.4. Výše vstupného**

### **Orientační ceny vstupného v NPR**

Náměstí Durbar v Káthmándú	1 000
Chrámové náměstí Pátan	1 000
Chrámové náměstí Bhaktapur	1 800
Stúpa Svajambhúnáth	200
Pašupatináth	1 000
Stúpa Bódnáth	400
Zlatý chrám v Patanu	50
Čangu Naraján	400

**Celkem cca 70 USD. Let k Everestu cca 270 USD.**

## **2.5. Počasí a časový posun**

V březnu/dubnu je v Nepálu příjemné počasí s průměrnými nejvyššími / nejnižšími teplotami v Káthmándú kolem 26°C/14°C. Na vyhlídkách Nagarkot a Daman očekávejte denní teploty do 22°C, naproti tomu v NP Chitwan bude přes den mnohem tepleji, okolo 30°C. Často bývá opar, který omezuje viditelnost. Občas může sprchnout, nejpravděpodobněji v noci či večer, čímž se nádherně vyčistí vzduch a viditelnost značnělepší.

**Časový posun oproti ČR:** 3:45 h v době letního času, resp. 4:45 v době zimního času.

## **2.6. Jazyk**

Úředním jazykem Nepálu je nepálština. **V turistických oblastech Nepálu se lze dobře domluvit anglicky.**

## **2.7. Elektrická síť a komunikace**

**Elektřina:** napětí 220-240 V, frekvence 50 Hz. V hotelech ve velkých městech i ve větších vesnicích je k dispozici el. proud o napětí 220 V. Různé typy zásuvek. Adaptéry se dají koupit v ČR nebo na místě. Většinou se dají použít naše zástrčky. Síť je přetížená a Nepál nemá dostatek elektřiny, takže výpadky proudu jsou časté; je dobré se vybavit baterkou.

**Telefonování:** Čeští operátoři Telefonica O2, T-Mobile i Vodafone mají v Indii partnera. Na ceny a aktuální dostupnost sítě se informujte u poskytovatele služeb. Mobil musí být třípásmový. Pokud si budete chtít zakoupit místní SIM kartu, je **nutné v obchodě vyplnit žádost a dodat pasovou fotografii a kopii pasu.** Ceny telefonování i dat jsou s místní SIM velmi nízké. Cca 200 Kč za balíček 3GB dat.

**Internet:** Ve většině hotýlků a v turistických restauracích je k dispozici WI FI. S jejím rozvojem v podstatě vymizely internetové kavárny.

**Pošta:** Nevhazujte pohledy do poštovních schránek (velké riziko ztráty), ale raději zajděte přímo na poštu a zde u přepážky pohlednici podejte. Rovněž většina hotelů vám poslání za malý poplatek zprostředkuje. Další možností je nechat si poslat pohled přímo z místa nákupu. Pošta je obvykle do Evropy doručena za 7-10 dní. Nádherné pohledy (převážně hor) jsou běžně k dostání v obchůdcích, rovněž tak známky.

**Doporučené mobilní aplikace:** Whatsapp (komunikace), **Mapy.cz (stáhněte si offline mapy Nepálu přímo do telefonu)**, XE.com (aktuální kurzy měn), Překladač Google (offline slovníky, při online připojení překládá na živo texty pomocí fotoaparátu)

## 2.8. Důležitá upozornění

- Nedoporučujeme na sebe upozorňovat ukazováním peněz na veřejnosti, nevhodným chováním a oblečením.
- Nikdy nechodte raději sami, zvláště v rizikových oblastech.
- Po celou dobu zájezdu s vámi bude přítomen český průvodce znalý místních poměrů, proto je vhodné dbát jeho rad a pokynů.
- Každý turista - cestovatel by si měl uvědomit, že je v zemi pouze hostem a očekává se, že se přizpůsobí místním zvykům.

### **Pokyny pro předcházení krádežím:**

Přestože životní podmínky místního obyvatelstva nejsou většinou jednoduché, nehrozí v Nepálu akutní nebezpečí okradení. Proti možným drobným krádežím doporučujeme se zabezpečit takto: ukládáním cenných věcí (pas, peníze, letenka) do tzv. „money beltu“. Jedná se o speciální ledvinku, která se umístí pod oblečení. Pro případ přepadení je dobré mít na lehce dostupném místě malou sumu peněz (např. 20 USD), se kterou by se zloděj spokojil.

## 2.9. Celní předpisy

### **Je zakázán dovoz a vývoz nepálských rupií.**

Platí zákaz dovozu i vývozu narkotik, zbraní, lihovin. Povoluje se pouze dovoz věcí osobní potřeby, **200 ks cigaret**, 50 ks doutníků, max. **1,15 litru alkoholického nápoje**, 12 plechovek piva, dalekohled, kamery s max. 12 filmy, fotoaparátu s max. 15 filmy. Jiné předměty jsou zpravidla bezcelně propuštěny v případě, že jejich hodnota nepřesahuje 800 NPR.

Při odletu (odjezdu) ze země jsou prováděny prohlídky turistů s cílem zamezit a odhalit vývoz a pašování drog, starožitností a drahých kamenů. Bezcelně lze vyvézt ze země jen to, co bylo do Nepálu dovezeno, a suvenýry.

Častokrát jsou však turistům nabízeny jako suvenýry starožitnosti, na jejichž vývoz platí přísný zákaz. V případě pochybností, zda nejde o starožitnost, je možné se obrátit na nepálský archeologický úřad (Department of Archeology, National Archives Building, Ram Shah Path, Kathmandu, telefon: 009771/215358).

Vedle starožitností **je dále zakázáno vyvážet** drahokamy a polodrahokamy, **jakékoli předměty ze živočichů** (včetně kůží, loveckých trofejí).

Cla se pohybují v rozmezí 10-20% z hodnoty zboží.

Informace ohledně létání s dronem naleznete zde: <https://drone-laws.com/drone-laws-in-nepal/>

## 3. Před cestou

### 3.1. Jak se zabalit

Na **lehko**. Vhodné zavazadlo pro tuto cestu je nepromokavá **cestovní taška Ortlieb s kolečky a popruhy**, kterou je možné případně nést i jako batoh. Bližší informace naleznete zde: <https://www.alvarez.cz/zavazadla>, batoh, kufr či cestovní taška, vše o velikosti do 60 l a menší batůžek. Velké zavazadlo bude většinu času na hotelích nebo v zavazadlovém prostoru při přesunech, zatímco s malým batůžkem budete podnikat výlety.

**Hlavní zavazadlo (max váha 20 kg)**, které je přepravováno v zavazadlovém prostoru letadla a odbaveno až do finální destinace, doporučujeme před odbavením nechat zabalit do ochranné folie (cca 160 Kč na Letišti Praha), a **zamykat pouze zámky s certifikací TSA**. **Doporučujeme nabalit zavazadlo tak, abyste ho na kratší vzdálenost (cca 500 m) unesli!**

**V příručním zavazadle (max. 7 kg**, povolené rozměry: 55x35x25 cm) mějte připraveny věci, které budete potřebovat během cesty, **všechny cennosti, doklady, životně důležité léky, baterie a elektroniku, která musí být nabitá a funkční**, jinak hrozí její zabavení při bezpečnostních kontrolách na letištích. Do příručního zavazadla také patří **všechny lithiové baterie (telefony, laptopy, e-cigarety, powerbanky...)**.

Nezapomeňte, že bezpečnostní předpisy nepovolují vzít s sebou na palubu letadla nůžky, nožičky a jiné ostré předměty. Dále vodu, nápoje, polévky, sirupy, krémy, pleť. mléka, oleje, parfémy, spreje, gely, šampóny, nádoby pod tlakem (laky na vlasy, pěn. tužidla, pěna na holení), pasty, směsi tuhých a tekutých materiálů a jakékoliv další přípravky podobné konzistence. Ty prosím umístěte při balení do hlavního zavazadla. Do kabiny letadla je pouze povoleno malé množství tekutin (do 100 ml). Všechna tato balení musí být umístěna v jednom průhledném znovuzavíratelném průhledném plastovém sáčku o maximálním objemu 1 litr na osobu.

**Více o bezpečnostních pravidlech naleznete na <https://prg.aero/bezpecnostni-pravidla>**

Zřídka se stává, že zavazadlo dorazí do místa příletu opožděno o několik dní. Pro tyto mimořádné situace je dobré mít s sebou v příručním zavazadle také základní hygienické potřeby a prádlo na dobu cca 3 dní.

### 3.2. Co s sebou

Základním pravidlem je brát toho s sebou co nejméně, neboť většinu věcí si lze v případě nutnosti na místě dokoupit. Navíc počítejte s tím, že vám do zavazadla budou přibývat suvenýry a dárky.

Volba oblečení závisí na vašem teplotním komfortu a místě pobytu. Do Nepálu jsou nejlepší **bavlněné oděvy** zakrývající tělo před sluncem, hmyzem a případnými zvědavými pohledy. Doporučujeme také **funkční prádlo**, které se snadno udržuje a rychle po vyprání usychá, **mikina s dlouhým rukávem** (například fleece), kratasy, dlouhé kalhoty. Vše si samozřejmě můžete i dokoupit na místě - Káthmándů a Pokhara jsou nákupní ráj turistického oblečení a vybavení, kde lze napodobeniny značkového zboží koupit za velmi výhodné ceny. Na nohy budete potřebovat především **lehkou obuv** (sportovní sandály) a **kvalitní tenisky**. Není třeba brát těžké trekové boty.

Na ochranu proti slunci vezměte **sluneční brýle** s UV filtrem, **pomádu na rty** a **krém na opalování** taktéž s UV faktorem, **pokrývku hlavy**. Nezapomeňte s sebou **repelent** proti komárům. Z našich zkušeností je nejlepší Autan, běžně dostupný v lékárnách či drogeriích. Na místě lze zakoupit běžné toaletní potřeby (šampón, mýdlo, zubní pasta). Vhod přijdou také **špunty do uší**, desinfekce na ruce či zvlhčené ubrousky. Pro případ výpadků proudu doporučujeme **baterku**, dále **kryt na batoh** (zabrání ušpinění či zaprášení věcí a chrání je před průnikem vody do batohu). Bude se hodit také **kapesní nůž** a **šňůra** na pověšení prádla.

### 3.3. Doporučené vybavení lékárničky

Vaši osobní lékárničku doporučujeme vybavit těmito léky:

- proti průjmům - Immodium kapsle, Ercefuryl tablety, živočišné uhlí, Hylak forte
- proti bolestem kloubů, hlavy - Ibuprofen tablety
- proti zvýšené teplotě - Paralen tablety
- na povrchová poranění - Framykoin zásyp, Septonex spray, obinadla, náplasti
- proti alergické reakci při bodnutí hmyzem - Dithiaden tablety, Fenistil gel
- proti nevolnosti v dopravních prostředcích - Nokinal tablety
- léky, které pravidelně užíváte, si vezměte s sebou v dostatečném množství
- užívání antibiotik konzultujte s lékařem

### 5.1. Kontaktní český úřad

#### **Velvyslanectví Dillí - Embassy of the Czech Republic**

50-M, Niti Marg, Chanakyapuri, 110 021 New Delhi

Telefon: +91/11 2415 5200

Fax: +91-11-2415 5270

Nouzová linka: +91 9910999460

E-mail: newdelhi@embassy.mzv.cz

Konzulární úsek: delhi.consular@gmail.com

Web: www.mzv.cz/newdelhi

Vedoucí úřadu: PhDr. Eliška ŽIGOVÁ (funkce VZÚ)

Provozní hodiny úřadu: pondělí - pátek 07.45 - 16.15, pondělí - čtvrtek 09.00 - 11.00

Úřední hodiny pro veřejnost: úterý 09.00 - 11.00, 13.30 - 15.00

#### **Nepál - Honorární generální konzulát Káthmándú**

Building No. 494, Ganeshman Singh Path, Tripureshwor, Káthmándú

Tel.: +977 142 595 28

Email: kathmandu@honorary.mzv.cz

Vedoucí úřadu: Vishnu Kumar Agarwal (funkce honorární generální konzul)

Provozní hodiny úřadu: pondělí - pátek 10.00 - 18.00