



- Vandring i Mustang - ”Ett bortglömt kungadöme med levande tibetansk kultur”



Mustang foto, Swed-Asia Travels

Mustang - ”det förbjudna landet” på den tibetanska högplatån som under 400 år var ett självständigt kungarike införlivades med Nepal under slutet av 1700-talet, fungerade som ett kungadöme fram till 2008. Till följd av dess isolerade läge och restriktioner mot besökare har områdets tibetanska kultur och traditioner bevarats väl. Så sent som 1992 öppnades Mustang för utländska besökare och fortfarande krävs specialtillstånd och lokala guider för besökare.

Huvudstad i riket Mustang var Lo Manthang, ännu omgiven av en medeltida stadsmur. Mustangs sista kung var Jigme Dorje Palbar Bista (född 1933), en direkt nedstigande ättling i 25 generationer av kungar tillbaka till 1300-talet. I Mustang blir dina möten och upplevelser med den tibetanska kulturen genuin.

DAG 01: Ankomst till Kathmandu, Nepal (beläget på 1.338m höjd)

Personal från Swed-Asia Travels lokalkontor möter upp utanför flygplatsterminalen för transfer till inbokat hotell.

Det lilla bergslandet Nepal med huvudstaden Kathmandu ligger på Himalayas södra sluttningar, inklämt mellan Indien och Kina. I skydd av höga berg och inte minst på grund av Drakoniska Ranahärskare var Kathmandudalen isolerad från omvärlden fram till år 1950. Landet välkomnade sina första utländska turister så sent som 1968. Här i Nepal har utvecklats en egenartad kultur som varken turister, biståndsgivare eller övrigt utländskt inflytande hunnit förändra särskilt mycket.

Övernattning på Hotel Manang eller liknande

DAG 02: Kathmandu

Sightseeing i Kathmandudalen enligt individuell överenskommelse. Tillsammans med vår personal arrangerar ni idag ert specialtillstånd som krävs innan inresa i Mustang. (möjligt endast vardagar)

Övernattning Hotell Manang eller liknande

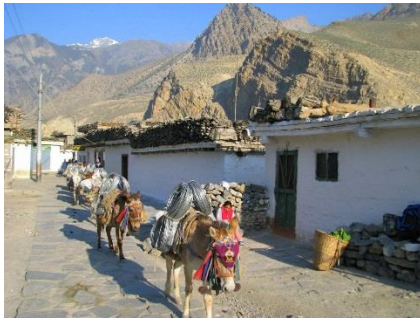
DAG 03: Kathmandu - Pokhara

Transport till inrikesflygplatsen, därefter flyg till Pokhara (beläget på 970m höjd). Flygresan tar 25 minuter och ni sätter er på höger sida i planets färdriktning för en magnifik vy över Annapurnamassivet.

I det subtropiska Pokhara odlas bananer, citroner, apelsiner, papaya, mango och kaktusfrukter. Intill sjön Phewa Lake och med en panoramavy av Annapurna massivet är Pokhara en av de vackraste platser att besöka... Nepals totala folkmängd är ca 30 miljoner, varav ca 300 000 är koncentrerade i Pokhara-dalen. Ni checkar in på ett familjärt hotell i utkanten av det populära ”Lake Side” och intill sjön Fewa Lake.

Tillsammans med er bergsguide genomgång av er vandring, samt eventuell sightseeing efter önskemål.

Övernattning Pokhara



Jomsom



Kali Gandaki River



Kagbeni by

DAG 04: Pokhara – Jomsom – Kagbeni (2.810m)

På morgonen flyger ni upp till den tibetanska platån och staden Jomsom (2.700m). Flygresan tar 30 minuter. Jomsom ligger utmed "Annapurna Circuit" och har en charmig atmosfär med stenbelagda smala gator med livlig trafik av packåsnor, mopeder och människor. Här 2700 meters höjd blåser det ständigt in kraftiga och saltmättade vindar från den tibetanska högplatån. Efter klockan 10.00 är det omöjligt att landa med flygplan i Jomsom eftersom de kraftiga vindarna tar över flygplatsen.

Höjden i Jomsom är inte tillräckligt hög för att framkalla höjdsjuka men därför en perfekt plats att påbörja er vandring på 3-4 timmar till Kagbeni.

Först en enkel lunch... därefter börjar er utmanande vandring mot den tibetanska högplatån.

Övernattning i Tea House, Kagbeni

DAG 05: Kagbeni – Chele

Från Kagbeni vandrar ni idag längs den delvis uttorkade floddalen Kali Gandaki River fram till Chele (3.030 m höjd). Vandringen tar ungefär 6 timmar och ni tar er fram i ett omväxlande landskap med odlingar av korn, bovete och obesprutade äppelodlingar. Framåt eftermiddagen lämnar ni dalen och kommer in i områden med bevarad tibetansk kultur och unik arkitektur.

Övernattning i Tea House

DAG 06: Chele – Geling

Efter en natts välbehövlig vila i Chele och en stadig frukost börjar ni en 7-8 timmars vandring fram till Geling (3.570 m). Vandringen går upp och ner genom ett bergigt landskap samtidigt som ni blickar upp mot de snöhöljda höga bergen.

Övernattning i Tea House

DAG 07: Geling – Charang

Idag vandrar ni från Geling till Charang (3560m höjd). Ni är nu inne på de kanske mest intressanta delarna under vistelsen i Mustang. Ni passerar den höga bron som tar er över floden Tangmar Chu. Efter att ni passerat ett bergspass på 3.600m höjd går det nu nerför mot Charang där buddhistiska tempel och tibetanska munkar hälsar er välkomna.

Övernattning i Tea House

DAG 08: Charang – Lo Manthang

Den här dagen startar ni tidigt från Charang och efter 6-7 timmar kommer ni fram till Mustangs lilla huvudstad Lo Manthang (3.840m). Kung Ama Pal grundade kungadömet Lo år 1380. Efter att ni passerat över en hög bro kommer ni in i Tholung dalen på gränsen mellan Charang och Lo Manthang. Er vandring går genom ett dramatiskt landskap på den tibetanska högplatån, förbi isolerade byar och genom vackra dalgångar...

Övernattning i Tea House

DAG 09: Lo Manthang (3.840m)

Ni spenderar hela dagen med att vandra runt i Lo Manthang. Här finns tre stora tempel Jampa Lhakhang, Thubchen Gompa och det intressanta Chodey Gompa som uppfördes 1710 av kungen av Mustang. Folket i Mustang kallar sitt land för "Kingdom of Lo" (Lo Manthang är översatt "övre Mustang").

Huvudstaden är omgiven av en medeltida stadsmur och har (år 2011) 569 invånare.

Ett annat intressant besök kan ni företa på Raja's Palace. I den lilla stadens centrum finns några kaffeställen och välsmakande restauranger.

Övernattning i Tea House



Bilder Mustang, foto för Swed-Asia Travels

DAG 10: Lo Manthang – Ghami (3.520m)

Idag passerar ni två mindre byar. Vandringsleden går nu uppför och när ni är uppe på höjden får ni en sista glimt av Lo Manthang. Ni passerar byn Tamar innan ni till slut når fram till den branta stigen som leder fram till dagens slutmål, Ghami. Cirka 6 timmars trek.

Övernattning i Tea House

DAG 11: Ghami - Samar (3.520m)

Idag tar vandrigen cirka 6 timmar innan ni till slut kommer fram till Samar som är en vacker plats omgiven av gamla tempelruiner.

Övernattning i Tea House

DAG 12: Samar – Kagbeni

Idag kliver ni ut från området "Restricted area" i Mustang - och efter cirka 5 timmars vandring anländer ni åter till Kagbeni (2.810m).

Övernattning i Tea House

DAG 13: Kagbeni – Jomsom

Under vandringen tillbaka till Jomsom möter man vanligtvis mulåsnor i mängd, lastade med varor från tibetanska högplatån. Gods, livsmedel etc transporteras från Jomsom och upp till befolkningen i de högre regionerna med åsnor, jakar eller av mänskliga bärare. Människorna i området tillhör i huvudsak *Bon-po*, en religion besläktad med tibetansk buddhismen.

Övernattning i Tea house nära flygplatsen

DAG 14: Jomsom – Pokhara

Tidigt på morgonen går flyget från Jomsom till Pokhara. Ni flyger genom Himalayas dalgångar och ser vid klart väder sex av världens högsta berg under den korta spektakulära flygningen.

Övernattning på hotell utmed- eller i närheten av Lake Side

DAG 15: Pokhara

Den här dagen är till för avkoppling och egna utflykter.

Övernattning på hotell utmed- eller i närheten av Lake Side



DAG 16: Pokhara - Kathmandu

Idag flyger ni tillbaka till Kathmandu (1.338m). Vår lokala personal möter upp på flygplatsen med bil i Kathmandu. Resten av dagen fri för egna strövtåg.

Övernattning Hotel Manang eller liknande i Thamel, Kathmandu

DAG 17: Kathmandu

Sista dagen ni tillbringar i Kathmandu för egna aktiviteter, alternativt sightseeing med vår guide enligt ert önskemål. Ni förbereder er för hemresan och hinner med "en sista minuten shopping" i stadens gränder.

Övernattning Hotel Manang eller liknande i Thamel, Kathmandu

DAG 18: Kathmandu – Hemresa...

– Upphämtning på hotell för transport med bil till flygplatsen. Ni bör infinna er på flygplatsen tre timmar innan flygets avgång.

PRIS FÖR RESANS ARRANGEMANG ENLIGT INDIVIDUELL FRAMTAGNING. DISKUTERA ERA ÖNSKEMÅL OCH TIDPUNKT FÖR RESAN MED OSS FÖR EXAKT PRIS.

FÖLJANDE INGÅR I KOSTNADEN FÖR LANDARRANGEMANG

- Upphämtning på flygplatsen i Kathmandu transfer med privatbil till inbokat hotell
- Boende på hotell i Kathmandu inklusive frukost
- Sightseeing/stadsrundtur i Kathmandu med engelsktalande guide, transport och entréer.
- Inrikesflyg Kathmandu - Pokhara - Kathmandu
- Boende på hotell inklusive frukost i Pokhara
- Inrikesflyg Pokhara – Jomsom – Pokhara tillsammans med er bergsguide.
- Under trekking Jomsom-Mustang ingår övernattningar i "tehus"
- Under trekking Jomsom-Mustang ingår samtliga måltider (frukost, lunch, middag)
- Vandringskarta över Annapurna och Mustang
- Samtliga tillstånd ingår för vandring i Annapurna och övre Mustang (Special Permit US\$ 500 p/p)
- Engelsktalande guide samt bärare under vandringen
- Försäkring och måltider *för er guide och bärare under er vandring*
- Reseinformation, information och genomgång av packning, utrustning
- Individuellt informationsmöte/besök erbjuds hos Swed-Asia Travels i Strängnäs

INGÅR INTE I RESANS KOSTNAD:

- Internationellt flyg till/från Nepal tillkommer separat (Swed-Asia Travels bokar gärna)
- Visum till Nepal
- Lunch och middagar under dagar i Kathmandu och Pokhara
- Personlig sovsäck bör medtagas, men kan hyras av arrangören på plats.
- Ev önskade vandringsstavar ingår inte, men kan inhandlas i Kathmandu eller Pokhara
- Extra kostnad tillkommer under vandringen för dusch med *varmvatten*
- Drinks till guide och bärare vid avslutad vandring
- Personlig reseförsäkring (OBS helikopterräddning, sjukvård och hemtransport måste ingå i din egen reseförsäkring)
- Avbeställningsskydd
- Måltidsdryck, mineralvatten eller övriga drycker ingår inte.
- Extra kostnader som *kan* uppstå vid *hastigt uppkomna- och oförutsedda förändringar* av resplanen vid t.ex jordskred, land-ras, strejker eller plötsligt uppkomna politiska oroligheter.