

To nejlepší ze severního Pákistánu

Pákistán

19. 9. 2019 - 7. 10. 2019

Program zájezdu

1. den

letecký přesun do **Pákistánu**

2. den

přílet do **Láhaury** (návštěva muzea, dělo Zam Zama, Anarkali Bazar, večerní food street)

3. den

pokračování prohlídky starobylého města (Láhaurská pevnost 🕌, mešita Bádšáhí, bazar s krásnou mešitou Wazir Khan, Šalimárské zahrady 🕌), podvečerní výlet na **ceremoniál stahování vlajek** na hranicích s **Indií**

4. den

celodenní přejezd do **Péšávaru** se zastávkou v druhém největším solném dole na světě **Khewra**

5. den

fascinující **Péšávarské** staré město s uličkami řemeslníků a obchodníků (bazar **Qissa Khawani**, mešita **Mahabat Khan**, staré čajovny), pozůstatky buddhistického kláštera **Takht-i-Bhai** 🕌, cesta přes průsmyk **Malakand** do údolí **Svát**

6. den

buddhistická stúpa **Šingardar**, dech beroucí cesta nově postaveným tunelem pod průsmykem **Lowari** (3118 m) do městečka **Ayun**, přestup do terénních aut a odjezd do údolí **Bumburet** (hlavní ze tří údolí obývaných unikátním kmenem Kalašů s vlastním náboženstvím, zvyky a kulturou)

7. den

procházka údolím **Bumburet**, návštěva Muzea kalašské kultury, školy, vesnice a hřbitova, výlet do údolí **Rumbur** s další zajímavou vesnicí s typickou architekturou

8. den

zastávka ve městě **Čitrál** (mešita, pevnost, zajímavý bazar), jízda terénními auty do osady **Mastuj** s výhledy na zasněžené vrcholky **Hindúkuše** s nejvyšší horou **Tirich Mir** (7708 m), procházka k pevnosti

9. den

cesta údolím **Laspur** do sedla **Šandur** (3738 m) s nejvýše položeným hřištěm na polo a dále kolem řeky **Gilgit** na východ **Phanderským** údolím do osady **Gupis**

10. den

odjezd do správního střediska **Gilgit** (Karga Buddha vytesaný do skalní stěny, prohlídka bazaru a historického mostu), přestup na autobus a vyhlídková jízda po **Karákóramské silnici** vybudované navzdory přírodě v neprostupném terénu nejvyšších světových hor **Himálaje** a **Karákóramu**, příjezd do bývalého velehorského království **Hunza**

11. den

hlavní město **Karimabád** (pevnosti Baltit a Altit, malebná vesnice **Ganish** s tradičními domy a krivolakými uličkami), podvečerní výjezd do **Duikeru** a pozorování západu slunce nad masivem **Rakaposhi** (7788 m) a vrcholem **Ultar** (7388 m)

12. den

jízda dále na sever po KKH národním parkem **Khunjerab** až do průsmyku **Khunjerab** (4733 m) na hranici s **Čínou**, návrat do **Horní Hunzy**, historické městečko **Gulmit**

13. den

pěší výlet přes visuté dřevěné mosty nad řekou **Hunza** v Passu a Husseini a na vyhlídku na ledovec **Passu**, návrat do Gulmitu

14. den

cesta po KKH k **Raikhotskému mostu** a dál terénními auty odvážně vedenou cestou ve stěně kaňonu do vesnice **Tato**, pěšky **Raikhotským údolím** do místa s nejkrásnějším výhledem na **Nanga Parbat** (8126 m) v pohoří **Himálaj - Fairy Meadows** (3300 m, výstup 700 m, 3 hod.)

15. den

túra nalehko po téměř alpských loukách okolo pastevecké osady **Beyal** a nad ledovcem **Raikot** do **Nanga Parbat BC** (4000 m, výstup 700 m, cca 7 hod.), památník obětem z Nanga Parbatu

16. den

cesta džípy zpět na **Karákóramskou silnici** a dále minibusem přes sedlo **Babusar** (4170 m) do **Naranu** v **Kaghanském údolí** (v jarním termínu po KKH do Beshamu)

17. den

návrat z hor do plání **Pandžábu**, prohlídka archeologického naleziště v **Taksile** 🏛️, příjezd do **Islámábádu**

18. den

prohlídka moderního hlavního města **Islámábád** (mešita Šáha Faisala, vyhlídka Daman-e-Koh, staré bazary v Rávalpindí, nákupy suvenýrů)

19. den

návrat do **ČR**

Cena zahrnuje: letenku do Láhauru a zpět z Islámábádu včetně všech poplatků, místní dopravu, ubytování, snídaně, vstupné dle programu, služby místního a českého průvodce.

Ubytování: 14x turistický hotel či penzion (dvoulůžkové pokoje s příslušenstvím), 2x dvoulůžková chatka s WC.

Doprava: pronajatý minibus a terénní auta.

Stravování: 16x snídaně, jinak individuální za pomoci průvodce.

Služby za příplatek: Pákistánské vízum 1200 Kč, 16x jednolůžkový pokoj 6500 Kč.

Cena nezahrnuje: spropitné pro řidiče a průvodce cca 50 USD.

1. Příprava na cestu

1.1. Doklady

Budete potřebovat platný **biometrický** cestovní pas (platnost minimálně 6 měsíců po návratu zpět do České republiky). Pro případ jeho ztráty si s sebou vezměte jeho fotokopii nebo si jeho scan uložte do e-mailu. Hodit by se mohla případně i pasová fotografie.

1.2. Víza

Občané **ČR potřebují pro vstup do Pákistánu platné vstupní vízum**. Toto vízum není zahrnuto v ceně zájezdu, ale je možno si ho zajistit prostřednictvím naší CK za cenu 1 000 Kč.

1.3. Pojištění

Všichni účastníci zájezdu jsou automaticky pojištěni souhrnným cestovním pojištěním, které zahrnuje pojištění léčebných výloh v zahraničí do výše až 3 000 000 Kč, z toho 20 000 Kč na neodkladné zubní ošetření. Výše uvedené pojistné se nevztahuje na provozování vysokohorské turistiky (nad 3500 m) a raftingu. Součástí pojištění je také zákonné pojištění pro případ úpadku CK. Pojistné kartičky obdržíte od CK při nástupu na zájezd. Pojištění jsme pro vás připravili ve spolupráci s Českou pojišťovnou a.s.

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

- 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 Pákistánu není třeba speciální očkování a 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:

pákistánská rupie (PKR), orientační kurz: 1 USD = 155 PKR

Směnu na pákistánské rupie je nejlépe provést s průvodcem během zájezdu v místních směnárnách. Pokud vám zbydou na konci zájezdu rupie, není problém je vyměnit zpět na dolary na letišti před odletem.

Kapesné:

Kapesné budete potřebovat na nákup potravin, jídla v restauracích, na případný nákup suvenýrů a bakšiš pro řidiče a místního průvodce. Měna, kterou je vhodné mít s sebou, jsou AMERICKÉ DOLARY. **Minimální částka** postačující k pokrytí veškerých nákladů spojených s výše uvedeným programem je asi **200 - 300 USD**. Pro neočekávané případy doporučujeme mít s sebou ještě finanční rezervu nejlépe v podobě platební karty VISA CLASIC nebo MASTERCARD. Výběr z bankomatů je možný ve všech velkých městech (která jsou ale pouze na začátku a na konci zájezdu). Platby kartou u obchodníka zvykem nejsou.

2. Informace o zájezdu

2.1. Doprava

Během cesty po Pákistánu se budeme přepravovat pronajatým mikrobusem a v horách jeepy od místní CK.

2.2. Ubytování

Během zájezdu budeme bydlet ve městech v hotelích cca 3* místního standardu, v horách pak v menších hotýlcích a penzionech turistického standardu ve dvoulůžkových pokojích s příslušenstvím. Dvě noci strávíme v horských chatkách s vlastní toaletou, ale se společnou sprchou. Tam si pro pocit

domácího pohodlí a hygieny doporučujeme vzít s sebou lehký a skladný spací pytel (nejlépe cyklospacák o váze max. 800 g). Lze jej nahradit také hygienickou vložkou do spacáku. V hotelech jsou k dispozici ručníky, nejsou ale nejsou v horských chatkách. Doporučujeme přibalit vlastní. Toaletní papír pákistánci nepoužívají a ačkoliv na většině hotelů je na záchodech k dispozici, mimo hotely většinou ne. Pokud nechcete přejít na místní systém očisty, doporučujeme vzít vlastní.

2.3. Stravování

Snídaně jsou zahrnuty v ceně zájezdu. S výběrem ostatního jídla a restaurací vám ochotně poradí průvodce. Jídlo v Pákistánu je levnější než v ČR a proto se budete moci bez problémů stravovat v místních restauracích a kupovat si potraviny na tržnicích či v obchodech. Tradiční pákistánské pokrmy jsou vydatné na maso a olej, jako příloha se podává rýže či chlebové placky. V mnoha restauracích je k ceně jídla připočítána service charge ve výši cca 10%, v některých dražších také speciální taxy.

Nealkoholické nápoje se v navštívených místech prodávají doslova na každém rohu, avšak nákup alkoholických nápojů je podmíněn speciální licencí pro nemuslimské cizince, kteří mohou zakoupit velmi drahý alkohol v barech pětihvězdičkových hotelů.

S sebou si můžete přibalit musli tyčinky nebo sušenky, které se budou hodit během treku. Nemuslimským cizincům je dovoleno dovézt do Pákistánu i výrobky z vepřového masa, přibalit si tedy můžete i oblíbený salám.

Voda: Raději nepijte vodu z neznámých zdrojů – voda z vodovodů není pitná. Doporučujeme kupovat pouze nápoje v uzavřených plastických lahvích s neporušeným uzávěrem.

Jídlo: Ovoce a zeleninu si před požitím raději důkladně omyjte nebo oloupejte.

Protože Pákistán je muslimskou zemí, nesetkáte se v restauracích s vepřovým masem. To však v plné míře nahrazuje skopové.

Orientační ceny potravin a jídla v PKR:

Hlavní jídlo v restauraci	400 - 700
Polévka v restauraci	200 - 250
Balená voda 1,5 litru	60 - 70
Coca-cola a podobné nápoje 1,5 litru	150
Čaj	50
Káva v restauraci	150
Sušenky	40 - 50
Banány 1kg	100
Jablka v horách 1 kg	50
Mango 1 kg	200

2.4. Výše vstupného

Vstupné je v ceně zájezdu. Během zájezdu zaplatíte pouze pár set rupií za focení či filmování. Nicméně je zvykem odměnit bakšišem řidiče mikrobusu a jeepů, a také místního průvodce. Na to si připravte cca 50 USD. Při cestě na Fairy Meadows můžete využít služeb nosiče, a nebo se nechat vyvézt koníkem. Za toho zaplatíte cca 20 USD.

2.5. Klima, počasí a časový posun

Během našeho zájezdu můžete očekávat teplé, až horké počasí s minimem srážek v nížinách, ale

může se ještě projevit doznívající monzum prudkým deštěm. Denní teploty 30 - 38 °C, noční 23 - 28 °C. V horách bude vzhledem k nadmořské výšce chladněji, zvláště večer a v noci s teplotami okolo 15 - 25 °C.

Časový posun je oproti ČR **+3 hodiny v době letního.**

2.6. Jazyk

Úředními jazyky v Pákistánu jsou urdština a angličtina, dále je na celém území Pákistánu rozšířeno mnoho dalších mateřských jazyků jako paňdžábština, paštunština, sindhština... Anglicky se dorozumíte v jisté míře téměř všude.

2.7. Elektrická síť a komunikace

Napětí: 230V, frekvence: 50 Hz, výjimečně i jiná soustava.

Elektrické zásuvky: jsou několikerého typu - nejčastější podle staré britské normy, na 3 kulaté kolíky, které jsou však o něco silnější než evropské, takže české zástrčky mohou být v zásuvce „volné“ a kontakt nedokonalý. Dalšími typy jsou zásuvky shodné s českými. Síť je často přetížená, takže mohou nastat výpadky proudu; je dobré se vybavit baterkou. Adaptér není potřeba.

Telefonování: O2, T-Mobile i Vodafone mají v Pákistánu své roamingové partnery. Pokrytí mobilním signálem je na velmi dobré úrovni ve městech, pouze v odlehlých oblastech může docházet k výpadkům. Ceny hovorů a SMS vám sdělí váš operátor.

Internet: Mnohé kavárny, restaurace a hotely nabízejí připojení k internetu prostřednictvím WiFi. Rychlost není nijak závratná, ale k přijímání a odesílání emailů je dostačující.

Pošta: Známky na pohledy se prodávají na poštách, stojí pouhých 50 PKR a doručení do ČR trvá 2 - 3 týdny.

Doporučené mobilní aplikace: Whatsapp (komunikace), Mapy.cz (stáhněte si offline mapy navštívené země 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

CK si vyhrazuje právo na změnu programu v souvislosti s neočekávanými událostmi.

Doporučujeme provést registraci v projektu **Dobrovolné registrace občanů České republiky při cestách do zahraničí** (DROZD) na stránkách [Ministerstva zahraničí](#)

Důrazně doporučujeme dbát pokynů průvodce a místní cestovní kanceláře, se kterou zájezd organizujeme.

Místní zvyklosti:

Pákistán je islámská země, v níž je třeba ctít místní zvyky a respektovat určité zákazy vyplývající z tohoto náboženství. Především je třeba být na veřejnosti vhodně oblečen (muži dlouhé kalhoty, ženy zahalené celé tělo) a chovat se s respektem a v duchu místních tradic. To znamená především vyvarovat se fyzického kontaktu s opačným pohlavím (i s vlastním partnerem). Dále je zvykem, že muži a ženy se koupají odděleně a ženy se navíc koupou oblečené. Vhodným chováním si vysloužíte úctu místních obyvatel, o kterých se říká, že patří mezi nejprívětivější a nejprátelštější na světě.

Fotografování: Pokud je v muzeích, památek či mešit zakázáno, jsou na to návštěvníci upozorněni mezinárodně srozumitelnými piktogramy. Nesmí se fotografovat žádné vojenské objekty, či prostory ani stavby strategického významu a už vůbec ne vojáci a policisté. Místní obyvatele fotografujte s citem a zcela jistě až po dovození, ne každému může být váš zájem příjemný. V případě pochybností se nejprve zeptejte místního průvodce.

Oblečení:

V Pákistánu si velice potrpí na tradiční oblečení, tak bychom neměli dělat ostudu. Po příletu se vydáme na místní bazar a zájemci si ho budou moct zakoupit. Nechte doma českými turisty oblíbené kostičkované kalhoty, případně „oblečení na dotrhání a vyhození“.

Muži: chodí v dlouhých širokých kalhotách a dlouhých košilích, toto tradiční oblečení se jmenuje šalwar kamíz. Uvidíte však sami, že jiné oblečení tam není běžné a mohlo by místní pohoršovat. Košile nebo trika by měly mít rukávy ideálně pod lokty, když ne dlouhé, nebo u triček s krátkým rukávem alespoň co nejdelší možný rukáv.

Ženy: nemusí mít na hlavě šátek, ale je to vřele doporučováno, dlouhou sukni až po kotníky a na nejposvátnějších místech i ponožky na zakrytí kotníků, dlouhou blůzu s dlouhými rukávy. Na uchycení šátku se také hodí sponky, vše se dá na místě dokoupit, místní přátelské ženy vám rády poradí. Na posvátných místech a do mešit vám na místě půjčí a provedou náležité zahalení. **Zásada je tedy mít dlouhé rukávy, nohavice, vrchní část oděvu bez výstřihu a zahalení hlavy šátkem.**

Pokyny pro předcházení krádežím:

Přestože životní podmínky místního obyvatelstva nejsou většinou jednoduché, nehrozí v navštívených oblastech akutní nebezpečí násilného přepadení. Proti možným drobným krádežím doporučujeme se zabezpečit takto: ukládáním cenných věcí (pas, peníze, letenka) do tzv. „moneybeltu“. Jedná se o speciální ledvinku, která se umístí pod oblečení. Lze ji koupit v prodejnách sportovních potřeb; <https://www.4camping.cz/p/ledvinka-pinguin-waist-security-pocket-l/>. V této souvislosti důrazně nedoporučujeme na sebe upozorňovat ukazováním peněz na veřejnosti, nevhodným chováním a oblečením. Snažte se spíš svým zevnějškem a chováním zapadnout mezi místní obyvatelstvo.

2.9. Celní předpisy

Celní předpisy dovolují bezcelní dovoz oblečení a předmětů osobní potřeby v množství přiměřeném délce pobytu. Cizincům se toleruje dovoz vepřového masa a výrobků z něj v množství přiměřeném pro krátkodobou osobní spotřebu.

Pákistán je islámskou zemí, ve které platí **zákaz dovozu alkoholu**. Nákup alkoholu pro nemuslimy je možný na základě zvláštního povolení a pouze v barech luxusních hotelů.

Při vstupu do Pákistánu není povinná výměna peněz.

Předepsané léky vezměte v originálním balení a množství odpovídá předepsané osobní spotřebě. Dovoz a vývoz valut do výše odpovídající hodnotě 10 000 USD není třeba deklarovat.

Limity dovozu alkoholu a tabáku: cigarety (200 ks) nebo tabák (500 g) nebo doutníky (25 ks), alkohol zakázán!!!

Při vývozu jsou kontroly zaměřeny zvláště na držení a přepravu drog. Naprostý zákaz platí pro vývoz veškerých zvířat a rostlin.

3. Před cestou

3.1. Jak se zabalit

Na lehkou. 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>, nebo menší kufr, nebo batoh do 60 litrů a malý batůžek. Hlavní zavazadlo bude většinu času na hotelích nebo v zavazadlovém prostoru při

přesunech, zatímco s malým batůžkem budete podnikat výlety.

Hlavní zavazadlo je přepravováno v zavazadlovém prostoru letadla a odbaveno až do finální destinace a jeho **váha nesmí překročit 23 kg**. Toto zavazadlo je možné před odbavením nechat zabalit do ochranné folie (cca 160 Kč na Letišti Praha). **Zavazadla doporučujeme zamykat pouze zámky s certifikací TSA.**

V příručním zavazadle (max. 8 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 do 100 Wh).

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). Každé takovéto balení musí být umístěno v jednom průhledném uzavíratelném igelitovém 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 přiletu 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

Zmíněnou cestovní tašku / kufr na kolečkách / batoh a batůžek pro výlety, vhodnou obuv na turistiku (postačí kvalitní nízké trekové boty), trekové sandály, oblečení do teplého počasí – trička / košile s dlouhým rukávem – ochrání vás před bodavým hmyzem, případně funkční prádlo, a do chladnějšího počasí – fleesovou mikinu nebo svetr, dále kalhoty, větrovku, šátek, ručník, pokrývku hlavy, sluneční brýle, krém na opalování, sprej proti bodavému hmyzu (komáři), hygienické potřeby (nezapomeňte toaletní papír) a léky (pokud pravidelně užíváte), baterku / čelovku, univerzální kapesní nůž, fotoaparát, pláštěnku / deštník, mobilní telefon (pro případnou nouzovou komunikaci s průvodcem), redukci do zásuvky. Malý skladný spacák, a nebo vložku do spacáku.

Pro případ přeprání prádla nezapomeňte šňůrku, kolíčky a prací prášek. Základní hygienické potřeby (šampón, mýdlo) a léky jsou většinou běžně k sehnání.

3.3. Doporučené vybavení lékárníčky

Vaši osobní lékárníčku 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 do příručního zavazadla na palubu letadla
- užívání antibiotik konzultujte s lékařem