Ladakh a Kašmír

Indie

15. 9. 2023 - 2. 10. 2023

Program zájezdu

1. den
letecký přesun do **Dillí**

2. den
výprava do starého města, úzké uličky plné řemeslníků a obchodníků, mohutná **Páteční mešita**, monumentální **Červená pevnost**, centrum moderního města **Connaught Place**

3. den
přelet do **Lehu** (3500 m) - hlavního města **Ladakhu** přezdívaného „Malý Tibet“ (aklimatizační odpočinek, prohlídka starého města)

4. den
nejfotografovanější klášter **Tikse** na vrcholu kopce, bývalé hlavní město **Šéj** s letním palácem královské rodiny, oficiální sídlo ladacké královské rodiny se vznešeným palácem **Stok**, malebný klášter **Spitok**, návrat do **Lehu**

5. den
přesun po nejvyšší silnici světa přes sedlo **Khardung La** (5359 m) do údolí **Nubra**, úžasná krajina u řeky **Shyok** a **Nubra** se zasněženými vrcholky hor, písečnými dunami, baktrijskými velbloudy i zelenými oázami, klášter **Diskit** (restaurovaný českými dobrovolníky a velká socha Buddhy)

6. den
jízda pouštním kaňonem řeky **Shyok** po nově vybudované silnici k největšímu himálajskemu jezeru **Pangong** (4250 m) s tyrkysovou brakickou vodou

7. den
cesta přes sedlo **Čhang La** (5289 m) do údolí Čemrej, návštěva turisty opomíjeného kláštera **Čemrej** trůnícího na kuželovitém břidlicovém kopci, rozlehlý klášter **Hemiš** ukrytý na konci údolí, pro zdatné možnost výstupu k maličkému klášteru **Gotsang** s meditační jeskyní, návrat do **Lehu**

8. den
dokončení prohlídky Lehu (královský palác - předlohy paláce Potála ve Lhase, výhled na město), cesta údolím řeky **Indus**, vyhlídka na soutok s řekou **Zanskar**, zbytky kláštera **Basgo** s unikátní historickou sochou Buddhy, 25 m vysoká socha sedícího **Buddhy Majtréji** v klášteře **Likir**, fantastické fresky z 11. století v klášteře **Alčí**, zelená oáza **Lamayuru** s jedním z nejstarších klášterů v Ladakhu

9. den
ranní bohoslužba při prohlídce kláštera Lamayuru, celodenní přejezd přes **Kargil** a nehostinný průsmyk **Zodži La** (3529 m) do úchvatného zeleného **Kašmírského údolí**, ubytování v bývalém mughalském letním sídle **Šrínagar** na hausbótu

10. den
projížďka lodí po jezeře **Dál** na tradičních šikárách, plovoucí zahrady, návštěva plovoucích trhů s desítkami šikár naplněných různorodým zbožím, výroba koberců, geometrické **Mughalské zahrady**, nádherné dřevěné mešity zdobené tradičním kašmírským papírmašem

11. den
výlet do horského střediska **Gulmarg**, obklopeného hustými lesy a svěžími loukami, možnost

projížďky na koních nebo čtyřkolkách, v případě provozu možnost vyjet lanovkou až těsně pod vrchol **Apharwat** (3980 m)

12. den
celodenní jízda horami až do města **Jammu** nad řekou Tavi

13. den
přesun do centra tibetského buddhismu **Dharamšala** (rezidence současného dalajlamy klášter Dip Ce-Čok, muzeum tibetského exilu, minikora k tibetské knihovně a tibetskému exilovému parlamentu)

14. den
procházka cedrovými háji k vodopádu **Baksunáth** v podhůří **Himálaje**

15. den
cesta paňdžábskými pláněmi do nejposvátnějšího poutního města sikkhů **Amritsar**, návštěva ceremonie **uzavírání indicko-pákistánské hranice**

16. den
návštěva **Zlatého chrámu,** pozorování posvátných obřadů, snídaně v největší jídelně světa, kde denně vaří pro 100 000 lidí, sikhské muzeum, odpoledne cesta vlakem do **Dillí**

17. den
okružní prohlídka **Nového Dillí** - Indická brána, třída Rajpath, areál **Qutab Minar** s nerezavějícím sloupem a obrovským minaretem, Lotosový chrám, **Humajúnova hrobka**, poslední nákupy

18. den
návrat do **ČR**

Cena zahrnuje: zpáteční letenku do Dillí včetně všech poplatků, přelet Dillí - Leh, místní dopravu, ubytování, snídaně a služby průvodce.
Ubytování: 11x turistický hotel, 2x luxusní zařízené stany, 3x hausbót (vše dvoulůžkové s příslušenstvím).
Doprava: pronajatý minibus, taxi, rikša, vlak.
Stravování: 12x snídaně, 2x večeře, jinak individuální za pomoci průvodce.

Služby za příplatek: Indické vízum 1000 Kč, 16x jednolůžkový pokoj 10500 Kč, Pojištění léčebných výloh 1386 Kč, Pojištění Prémium STORNO 2394 Kč.

Cena nezahrnuje: vstupné cca 100 USD.

1. Příprava na cestu

1.1. Doklady

Platný cestovní **pas** (platnost minimálně **půl roku po návratu zpět do ČR**). Je nutné, abyste v pase měli alespoň 1 volnou dvoustránku. Vezměte s sebou také 2 fotografie pasového formátu (povolení do určitých částí Ladakhu) a několik fotokopií datové stránky cestovního pasu (pro povolení do určitých částí Ladakhu, kontroly v Kašmíru a také pro případ ztráty - nosit jí na odděleném místě, případně si jí také uložte do emailu).

1.2. Víza

Občané ČR **potřebují pro vstup do Indie platné vstupní vízum**. Tato víza nejsou součástí ceny zájezdu.

Indické vízum je možno zajistit prostřednictvím naší CK za cenu 1000 Kč. Klienti, kteří si vyřízení víza objednali, tak ho obdrží při odbavení v Praze na letišti.

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 Indie 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:

indická rupie (INR), orientační kurz: **1 USD = 82 INR, 1 EUR = 89 INR, 100 INR = 27 Kč**

Doporučuje se směnit větší množství peněz v Dillí a dále postupně dle potřeby. Ve 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 400 USD** či ekvivalent v eurech.

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 cesty budeme cestovat místní veřejnou dopravou, ale především pronajatým minibusem, kterým projedete celý Ladakh i Kašmír. V Dillí a Amritsaru vyzkoušíte také místní taxíky a rikši a z Amritsaru do Dillí pojedeme vlakem. Ve vlaku lze zakoupit jednoduché občerstvení.

2.2. Ubytování

Během zájezdu bude ubytování 10x zajištěno v místních turistických hotelech. Jedná se o jednoduše zařízené 2 lůžkové pokoje s vlastním příslušenstvím. Dále 2x ve vybaveném stanu s postelemi, vlastní koupelnou a záchodem, 3x na hausbótu ve Šrinagaru - jednoduše zařízené kajuty s vlastním příslušenstvím a v klášteře Hemiš 1x v jednoduché klášterní ubytovně se společným sociálním příslušenstvím. 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 prostěradlem na přikrytí.

2.3. Stravování

V ceně zájezdu je zahrnutá 15x snídaně. Se stravováním a výběrem jídla vám ochotně pomůže průvodce. Jídlo je v Indii relativně levné, proto se budete moci bez problémů stravovat v místních restauracích a kupovat si potraviny na tržnicích či v obchodech. Z domova si nemusíte brát velké zásoby, doporučujeme maximálně trvanlivý salám, müsli tyčinky či oplatky a 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.

Indie – hlavní jídlo v levné restauraci 100 – 200 INR

Alkohol je v Indii relativně drahý v porovnání s cenami jídla a nealkoholických nápojů.

Orientační ceny potravin:

INDIE	
balená voda 1l	od 20 INR
Coca-Cola 2l	od 80 INR
ovocný džus 1l	od 100 INR
pivo	od 300 INR
místní rum 0,2l	100 INR
mléko	30 INR
chlebová placka	20 INR
jogurt	30 INR
sušenky 100g	od 10 INR
čaj	10 INR
ovoce, zelenina 1kg	20 - 30 INR
rajčata 1kg	50 INR

2.4. Výše vstupného

Celkem cca 100 USD. V některých klášterech se neplatí vstupné, ale je zvykem věnovat "donation", tedy dar na provoz kláštera. Počitejte také se spropitným pro místní průvodce a především pro řidiče minibusu, který se o vás bude starat několik dní.

2.5. Počasí a časový posun

Indie

Klima v Indii závisí na vzdálenosti od rovníku a konkrétních geomorfologických podmínkách. Na severu v Himalájích je vysokohorské (nepříliš teplá léta a dlouhé chladné zimy), na většině území tropické monzunové (velmi horká léta a mírné zimy) a na západě pouštní (horko bez srážek po celý rok). Obvykle se rozlišují tři roční období: „léto“ od března do června, „období dešťů“ (jihozápadní monzun) od června do konce září a „zima“ (severovýchodní monzun) od září do března. Během monzunu bývá ve dne 27–34 °C, až 100% vlhkost vzduchu a několikrát denně se opakují vydatné

srážky, přičemž nejvíce prší na jihu.

V Dillí bude po příletu ještě horko a dusno a lze očekávat dozvuky monzunů, je tedy možný déšť. V Ladakhu by již pršet nemělo, ale bude výrazně chladněji, především večer a v noci, kdy ve vysokých nadmořských výškách u jezer může v noci mrznout!. V Kašmiru by mělo být příjemné klima s teplými dny a chladnějšími večery. V Dharamsale to bude obdobné, ale může být zataženo a deštivo. V Amristrasu pak bude opět horko.

Časový posun: oproti ČR +3:30 hodin v době letního času.

2.6. Jazyk

V severní Indii je úředním jazykem standardní hindština (ovládá ji přes 40 % obyvatelstva), angličtina je druhým úředním jazykem. **Nejdůležitějším jazykem pro národní, politickou a obchodní komunikaci je angličtina.**

2.7. Elektrická síť a komunikace

Indie

Elektřina: elektrické napětí je 230 V, 50 Hz, výjimečně i jiná soustava. 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 a zásuvky podle nové britské normy se třemi hranatými kolíky. Doporučujeme si přibalit adaptér. Síť je přetížená, výpadky proudu jsou zde běžné. V některých regionech Ladakhu je elektřina vyráběná generátorem a ten funguje jen během večera a na noc je vypnutý.

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. V Kašmíru z bezpečnostních důvodů není možné registrovat v síti telefony s předplacenou kartou a často nefungují ani zahraniční SIM karty.

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

Pošta: Poštovní služby fungují, poštovní schránky pro zahraničí jsou červené. Známky lze koupit na poště. Známka na pohled stojí cca 20 rupií. Otevírací doba pošt je obvykle ve všední dny 10.00–17.00, v sobotu 10.00–12.00; velké pošty i do 20.00.

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

- Nedoporučujeme na sebe upozorňovat ukazováním peněz na veřejnosti, nevhodným chováním a oblečením.
- Nikdy nechoďte raději sami, zvláště v rizikových oblastech.
- Do vlaku je dobré mít s sebou zámek na kolo (připevnění zavazadla), dobrou psychologickou zábranou proti nenechavcům jsou i visací zámky na zipu batohu.
- 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 Indii nebezpečí přepadení. Na vlakových nádražích se však vyskytují kapsáři. 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. Lze ji koupit v prodejnách sportovních potřeb; https://www.4camping.cz/c/batohy-a-tasky/doplnky-k-batohum/penezenky/. 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

Indie:

Existují omezení dovozu a vývozu valut nad 10 000 USD a nesmí se dovážet ani vyvážet indická měna.

Dovoz: Beze cla je možno do Indie dovézt **věci osobní potřeby** zahrnující: používané věci, fotoaparát či videokameru, notebook, dalekohled, radiopřijímač apod. pokud tyto věci budou zase vyvezeny. Dále je možno dovézt jiné předměty či **dárky v hodnotě do 750 Rs, 200 cigaret nebo 50 doutníků a 1 litr alkoholu**. V případě, že se jedná o předměty, jež by mohly být sporné při vývozu z Indie, vyplatí se je vyplnit na formuláři TBRE (Tourist Baggage Re-Export Form) a nechat si jej potvrdit celníky. Ostatní věci podléhají clu. **Přísný zákaz dovozu a používání satelitních telefonů!!!**

Vývoz: Bez vývozního povolení lze z Indie vyvézt všechny věci, jež byly do Indie dovezeny jako věci osobní potřeby a dále veškeré nakoupené suvenýry. Zakázán je vývoz zvířecí kůže, slonoviny, loveckých trofejí, zlatých mincí, zlata a drahých kovů v jiné formě než klenoty (na vývoz zmíněného zboží lze získat povolení od příslušných indických orgánů). Rovněž je zakázán vývoz starožitností starších 100 let, rukopisů a dokumentů starších 75 let.

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

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 baťoh. 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 na přelet Dillí - Leh je 15 kg!!!, na mezinárodní lety 40 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, nožíky 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 znovuuzavíratelném průhledném plastovém sáčku o maximálním objemu 1 litr na osobu.

V Indii platí zákaz přepravovat v příručním i odbaveném zavazadle zápalky a zapalovače. To se vztahuje jak na vnitrostátní přelet, tak na odbavení do Evropy.

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 Indie jsou v tomto období vhodné především rychleschnoucí 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) a rozhodně **dlouhé kalhoty**. **Vhodná je také lehká péřová bunda a teplé ponožky pro pobyt ve vysoké nadmořské výšce**. Většinu věcí lze dokoupit na místě za velmi výhodné ceny, ale velké velikosti se nedají sehnat. Na nohy budete potřebovat především **lehkou uzavřenou sportovní obuv, a také sandály či žabky, které po promáčení nebudete muset sušit**. Je zbytečné vozit pohorky.

Na ochranu proti slunci vezměte **sluneční brýle** s UV filtrem, **pomádu na rty** a **krém na opalování** s vysokým 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 (šampon, mýdlo, zubní pasta). Vhod přijdou také **špunty do uší**, desinfekce na ruce či zvlhčené ubrousky. Nezapomeňte **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. Doporučujeme přibalit i lehký a skladný spacák či vlastní prostěradlo na přikrytí. **Nezapomeňte si deštník!!!**

3.3. Doporučené vybavení lékárničky

Vaši osobní lékárničku doporučujeme vybavit těmito léky:

- proti průjmu – 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: consular_delhi@mzv.cz
Web: www.mzv.cz/newdelhi
Vedoucí úřadu: Ing. Milan HOVORKA (funkce VZÚ)
Provozní hodiny úřadu: pondělí - pátek 08.00 - 16.30
Úřední hodiny pro veřejnost: pondělí - pátek 09.00 - 11.00