

Mongolsko - země pastevců

Mongolsko

8. 6. 2015 - 24. 6. 2015

Program zájezdu

1. den

letecký přesun do mongolské metropole **Ulánbátaru**

2. den

Ulánbátar (Suchbátarovo náměstí s nově vystavěným Churálem, Národní muzeum historie, Muzeum mongolských dinosaurů, chrám Čojdžina lámy s výstavou masek pro rituální tanec *cam*, podle možnosti Zanabazarovo muzeum umění a jelení kameny), nejposvátnější mongolský klášter **Gandan** s 26 metrů vysokou sochou Buddhy, večerní prohlídka města

3. den

odjezd terénními auty do oblasti **Střední Gobi** - poustevnické obydlí **Bagagadzryn čulú**

4. den

nenáročný výstup na legendární horu **Bagagadzryn úl** (1768 m), pod níž pásł podle legendy své koně samotný **Čingischán**, pouštní chrámové ruiny **Ongín chíd** ze 17. století na obou březích občasné řeky **Ongín gol**

5. den

návštěva světoznámého pohřebiště dinosaurů **Bayanzag** v červeně zbarvené poušti **Gobi** (množství zkamenělin, dinosaurí vejce)

6. den

několikakilometrová ledová rokle **Jolyn Am** (pozorování orlů, supů, svišťů a v případě velkého štěstí sněžných levhartů)

7. den

národní park **Gurvansajchan**, možnost vyjíždky na velbloudech pod 300 m vysokými písečnými přesypy **Chongoryn Els**, pozorování západu slunce z vrcholu

8. den

někdejší vzorné město mongolského socialismu **Arvajchér** (klášter Gandanmuncaglan se sbírkou tibetských thangk)

9. den

cesta horskou silnicí s velkým množstvím dravců do údolí řeky **Orchon**

10. den

vulkanické údolí **Orchonu** ☞ se stejnojmenným největším mongolským vodopádem na přítoku nejdelší mongolské řeky (možnost projíždky na koních)

11. den

průjezd **centrálním pohořím Changaj**, relaxace v horkých minerálních pramenech **Cencher**

12. den

záhadný skalní masiv **Tajchar čulú** s prastarými tibetskými a ujugurskými nápisy

13. den

romantická krajina kolem vulkanických jezer **Terchincagán** a **Ögii** v národním parku **Chorgo** (výstup na stejnojmenný vyhaslý kráter, pěší turistika po okolních vrcholcích, koupání, možnost rybaření)

14. den

zaniklá sláva bývalého hlavního města Čingischánovy říše **Karakorumu** 🏰, návštěva kláštera **Erdenedzú** 🏰 (Drahokamový Buddha, 108 buddhistických stúp, želvy ohraničující bývalé vnější zdi velkoměsta, falický kámen chránící mnichy před pokušením)

15. den

písečné „duny všech Mongolů“, návštěva národního parku **Hustai** (koně Převalského, svišti), návrat do **Ulánbátaru**, dokončení prohlídky města (Zimní chrám Bogdchána, vyhlídka z budovatelského památníku Zajsan, možnost nákupu suvenýrů, tradiční mongolské trhy Narantúl)

16. den

odlet a **návrat do ČR**

Cena zahrnuje: letenku do Ulánbátaru a zpět včetně všech poplatků, místní dopravu, projíždku na koních a velbloudech, ubytování, 12x polopenzi a služby průvodce.

Ubytování: 11x jurta (vícelůžková), 3x hotel (dvoulůžkové pokoje, obvykle s příslušenstvím).

Doprava: pronajaté terénní mikrobuse UAZ, velbloud, kůň, taxi.

Stravování: 12x polopenze v průběhu cesty, obědy a stravování v Ulánbátaru individuální za pomoci průvodce.

Služby za příplatek: Mongolské vízum 2000 Kč.

Cena nezahrnuje: vstupné cca 100 USD.

Poznámka: Je třeba vzít v úvahu fakt, že v Mongolsku téměř neexistují zpevněné komunikace. Jízda je proto fyzicky náročnější, ovšem dopravní prostředky jsou plně uzpůsobené místním podmínkám. Mongolsko je jednou z nejméně osídlených zemí světa a tomu odpovídá i hustota dostupných služeb. Hygienické možnosti jsou omezené, stravování základní.

1. Příprava na cestu

1.1. Doklady

Budete potřebovat platný **cestovní pas** (s platností ještě minimálně 6 měsíců po plánovaném návratu zpět do České republiky) a fotokopii jeho hlavní dvoustrany (pro případ ztráty cestovního pasu).

Dále **1 fotografii pasového formátu** (4x3 cm) k nalepení do příletové karty.

1.2. Víza

Není třeba vstupní vízum za účelem turistiky a pobytem kratším než 30 dní.

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
- užívání antimalarik konzultujte se svým lékařem

Pro cestu do Mongolska 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: mongolský tugrik (1 MNT), orientační kurz: 1 USD = 1960 MNT (1000 MNT je cca 13 Kč).

Kapesné: Kapesné budete potřebovat na nákup potravin, jídla v restauracích, vstupné do památek a na případný nákup suvenýrů. Měna, kterou je vhodné mít s sebou, jsou **AMERICKÉ DOLARY**. **Minimální částka** postačující k pokrytí veškerých nákladů spojených s výše uvedeným programem je **asi 400 USD**. Pro neočekávané případy doporučujeme mít s sebou ještě finanční rezervu nejlépe v podobě platební karty VISA CLASIC nebo MASTERCARD (nedoporučujeme zlaté karty – výběr je mnohdy nemožný). Výběr z bankomatů je omezený pouze na Ulánbátar a Mandalgobi, proto je dobré vyměnit většinu peněz hned po příletu v Ulánbátaru.

2. Informace o zájezdu

2.1. Doprava

Během zájezdu budeme využívat terénní jeepy a ruské vozy UAZ, v Ulánbátaru autobusy městské hromadné dopravy.

2.2. Ubytování

V Ulánbátaru je ubytování zajištěno ve vícelůžkových (většinou 5-7) rodinných pensíoních se společným, velmi dobře udržovaným sociálním zařízením a koupelnou. Mimo Ulánbátar je nocleh v prostorných, nejčastěji 5 lůžkových jurtách. Přestože je často jurta vytopená a k dispozici teplé deky, je nutností mít s sebou klasický spacák, noci mohou být velmi chladné.

2.3. Stravování

V ceně zájezdu je zahrnuta 11x polopenze. Jídlo v Mongolsku je velmi levné, v Ulánbátaru není problém se dobře najíst v čistých, dobrých restauracích už za 4 – 6 dolarů, v malých bistrech dokonce za 2 – 3 dolary. V hlavním městě funguje řada restaurací, které nabízejí západní jídlo. Na venkově je jídelna o něco méně, ale mongolští řidiči – průvodci o nich dobře vědí a budou v nich stavět. Také vám s výběrem jídla ochotně pomůžou. V odlehlých oblastech je však nabídka poměrně omezená, přesto jsou pokrmy vždy čerstvě připravovány. Navíc v každém menším mongolském městě funguje alespoň jeden obchod, kde lze nakoupit potraviny, nápoje, sladkosti, pivo apod. Z domova si nemusíte brát zásoby jídla. Doporučujeme maximálně trvanlivý salám, muesli tyčinky, vhodnou dezinfekci žaludku v podobně oblíbeného alkoholu.

Voda: Raději nepijte vodu z neznámých zdrojů. Doporučujeme kupovat pouze nápoje v uzavřených plastických 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. (Během zájezdu je nutno udržovat stabilní zásobu pitné vody pro krizové případy.)

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.

Orientační ceny potravin a jídla:

hlavní jídlo v restauraci	3500-7000 MNT
hlavní jídlo v občerstvení	2500-3500 MNT
búdz (plněný knedlík)	400 MNT
chušúr (placka s masem)	400 MNT
cujvan (nudle s masem)	2500 MNT
čajové sušenky (500 g)	1800 MNT
sútej čaj (čaj s mlékem)	150 MNT
balená voda (1,5 litru)	1000 MNT
pivo (obchod)	1500 MNT
pivo (restaurace)	2500 MNT
ajrag (0,5 litru)	800 MNT

2.4. Výše vstupného

Vstupné do chrámů a památek je nízké (cca 2 - 5 USD/vstup). **Celkem vstupné cca 30 USD.**

2.5. Klima, počasí a časový posun

Mongolsko - kontinentální klima, období léta od května do září, kdy denní teploty se mohou vyšplhat k 20 °C, avšak v na noc se silně ochladí.

Průměrné minimální a maximální teploty a srážky na vybraných lokalitách:

	červen	
Ulánbátar	8 - 21 °C	40 mm
Dalanzadgad	12 - 26 °C	20 mm
Arvajchér	8 - 23 °C	35 mm

Časový posun je oproti ČR **+7 hodin** v době letního času.

2.6. Jazyk

Úředním jazykem v Mongolsku je **mongolština**, druhým nejrozšířenějším jazykem je **ruština**. Anglicky se částečně domluvíte v Ulánbátaru.

2.7. Elektrická síť a komunikace

Napětí: 230V, frekvence: 50 Hz

Elektrické zásuvky: stejné jako v ČR.

Telefonování:

O2, T-Mobile i Vodafone mají v Mongolsku své roamingové partnery. Pokrytí mobilním signálem je na dobré úrovni, pouze v odlehlých oblastech může docházet k výpadkům. Před cestou se ujistěte, že máte aktivován roaming, frekvence 900 / 1800 MHz stejná jako v ČR. Ceny hovorů a sms vám sdělí váš operátor.

Inertnet:

Internetové kavárny jsou dostupné v hlavním městě Ulánbátaru. Cena za 1 hodinu cca 1 - 1,5 USD.

Pošta:

Známky na pohledy se prodávají na poštách, stojí cca 1,5 USD a doručení do ČR trvá 2 – 3 týdny.

2.8. Důležitá upozornění

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

Místní zvyklosti:

Ženám nehrozí v Mongolsku nepříjemnosti vyplývající z evropského stylu oblékání, ale očekává se, že buddhistické chrámy nebudou navštěvovat v minisukních. Raději by měly nosit dlouhou sukni nebo kalhoty a mít zakrytá ramena. K tomuto účelu výborně poslouží šál či šátek.

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; <http://www.4camping.cz/p/ledvinka-penguin-waist-security-pocket-l/>. Pro případ přepadení je dobré mít na lehce dostupném místě malou sumu peněz (např. 10 USD), se kterou by se zloděj spokojil. 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.

Nikdy nechodte raději sami, zvláště v hlavním městě po setmění. Ulánbátar je notoricky známý díky velkému množství kapsářů. 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. Po Mongolsku nás budou doprovázet také místní průvodci hovořící rusky a někteří i anglicky.

2.9. Celní předpisy

Celní předpisy dovolují bezcelní dovoz oblečení a předmětů osobní potřeby v množství přiměřeném délce pobytu. Předepsané léky vezměte v originálním balení, nejlépe i s lékařským předpisem a množství odpovídat předepsané osobní spotřebě.

Limity dovozu alkoholu a tabáku: alkohol 3 litry, cigarety 2 kartony.

Je zakázán vývoz starožitností bez příslušného povolení.

3. Před cestou

3.1. Jak se zabalit

Na lehkou. Vhodné zavazadlo pro tuto cestu je **batoh do 60 litrů a malý batůžek cca 20 litrů**. V žádném případě nedoporučujeme cestovní tašky, nebo kufry - špatně se přenášejí. Velký batoh bude většinu času na hotelích nebo v zavazadlovém prostoru při přesunech, zatímco s malým batůžkem budete podnikat výlety.

V hlavním zavazadle, které je přepravováno v zavazadlovém prostoru letadla a odbaveno až do finální destinace, je zakázáno přepravovat propanbutanové kartuše (např. do vařiče) a **jeho váha nesmí překročit 20 kg**. Toto zavazadlo doporučujeme před odbavením nechat zabalit do ochranné folie. V příručním zavazadle (max. 8 kg, povolené rozměry: 55x35x25 cm) mějte připraveny věci, které budete potřebovat během cesty, všechny cennosti, elektroniku, doklady...

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.

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

Základním pravidlem je cestovat nalahko. Většinu věcí si můžete v místě pobytu koupit, stravovat se lze z místních zdrojů za ceny nižší nebo srovnatelné s ČR. Počítejte s tím, že do zavazadla budou přibývat suvenýry, kterým se neubráníte. Není potřeba brát velké množství oblečení. „Laundry service“, tedy prací služba, je k dispozici pouze v hlavním městě.

Volba oblečení závisí na vašem teplotním komfortu a místě pobytu. Do Mongolska jsou nejlepší bavlněné oděvy, zakrývající tělo před sluncem, popř. hmyzem. Doporučujeme také funkční termoprádlo (Moirá, Klimatex), které se snadno udržuje a rychle po vyprání usychá. **Během zájezdu je nutno očekávat veškeré druhy počasí,** od veder po mrazy, od sucha po dlouhotrvající deště a prudké bouřky. **Noci jsou v Mongolsku i v létě velmi studené,** výjimkou nejsou teploty pod nulou a ranní poprašek sněhu, proto nezapomeňte na teplejší, nepromokavou bundu, tričko, mikinu s dlouhým rukávem (například fleece). Na nohy budete potřebovat především lehkou obuv (sportovní sandály) a kvalitní tenisky. **Není třeba brát těžké trekové boty.**

Na ochranu proti slunci rozhodně vezměte sluneční brýle s UV filtrem, pomádu na rty a krém na opalování, pokrývku hlavy. Doporučujeme také pláštěnku (lze koupit na místě). Nezapomeňte s sebou repelent proti komárům. Z našich zkušeností je nejlepší Autan běžně dostupný v lékárnách či drogeriích. I v menších místech **na mongolském venkově lze zakoupit běžné toaletní potřeby** (šampon, mýdlo, zubní pasta, toaletní papír). Pro případ časného ranního vstávání doporučujeme mít budík, dále pak baterku / čelovku (časté výpadky elektrického proudu či jeho úplná absence), visací zámek (alespoň se 2 klíči), kryt na batoh (zabrání ušpinění či zaprášení věcí a chrání je před průnikem vody do batohu). Bude se hodit také kapesní nůž. Samozřejmostí jsou také šicí potřeby, nepropustné igelitové tašky. Rovněž je nutno **počítat s omezenou hygienou, obzvláště v poušti Gobi je voda vzácná.**

Fotografové by měli zvážit zvýšenou zásobu baterií/akumulátorů vzhledem k omezeným možnostem dlouhodobějšího dobíjení.

Veškeré cennosti (pas, peníze a letenku) doporučujeme uložit do speciálního opasku (tzv. money belt – lze zakoupit v prodejnách sportovních potřeb). Menší sumu peněz pro denní použití (cca 5 - 10 USD v místní měně) mějte uloženou na snadno dostupném místě (pouzdro na krk, ledvinka).

Pokud se věnujete rybolovu je možné si s sebou přibalit menší rybářský prut. Mongolské řeky patří k nejčistším na světě a jsou plné ryb. (během zájezdu je možnost rybolovu omezená, nejoblíbenější lokality jsou daleko na S a SZ země)

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 zázyp, 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