



PROGRAM: EVENTYRLIGE NEPAL OG BHUTAN

🍴 12 frokoster, 6 lunsjer og 11 middager inkludert

Dag 1

Avreise Norge

🍴 Matservering på flyet

Avreise med Qatar Airways om ettermiddagen. Vi mellomlander i Doha og etter et lite opphold går reisen videre mot den nepalske hovedstaden, Kathmandu.

Dag 2

Ankomst Kathmandu, Nepal

Tibetanske bønnerop, en kjent stupa og Buddhas øyne

🍴 Frokost, lunsj, middag

Velkommen til Nepal! Vi lander i Kathmandu om morgenen lokal tid.

Fra Norge til Nepal - forbered deg på et artig kultursjokk når vi i dag skal få en smakebit av fargerike Kathmandu. Her går det moderne og tradisjonelle hånd i hånd - travel og utmattende til tider samtidig hektisk og levende med en god dose lukter, støy, liv og røre. En by så verdt å besøke. Vi sjekker inn på hotellet og legger fra oss bagasjen før vi begynner dagens sightseeing program.

En perfekt start på oppholdet vårt er den mektige stupaen Boudhanath, en av de største stupaene i verden med sine 40 høydemetre og en diameter på 100 meter. Mange tibetanske munkar som har flyktet fra Tibet, har slått seg ned rundt Boudhanath. Det skaper en egen atmosfære når deres tibetanske bønnerop fyller luften. Vi lar dette sette stemningen for alle opplevelsene som venter oss på denne store turen. En stupa er en type gravhaug med relikvier, og er et symbol for Buddha og Nirvana og noe vi kommer til å bli godt kjent med i dagene som kommer. Ta gjerne en ekstra titt på øynene til Buddhaen som er malt i røde, hvite og blå farger.

Lunsj på en lokal restaurant før vi besøker Durbar Square som er et historisk sted for kongelige der kongene i fortiden ble kronet. Det er overfylt med gamle templer og palasser som gjenspeiler den kongelige historien og det religiøse og kulturelle livet til mennesker.

Før dagens sightseeing i Kathmandu er over blir det en Rickshaw (sykkeldrosje) rundt i Thamel.

Middag på hotellet.

Dag 3

Kathmandu

Hverdagsliv i Patan og tradisjonell arkitektur i Bhaktapur

☺ Frokost, middag

Dagens høydepunkter er utflukt til både Patan og Bhaktapur.

Patan er et av de historiske kongedømmene i Kathmandudalen. Denne ettermiddagen tar vi turen hit. Håndverk av kobber, sølv og bronse har lange tradisjoner og det er god kvalitet på varene de selger i gatene her. På Patan Durbar Square kan vi suge til oss historien og kanskje besøker vi det flotte, gamle Mallapalasset. I de trange og herlig kaotiske gatene får vi et unikt innblikk i hverdagslivet til lokalbefolkningen.

Lunsj på en lokal restaurant(ikke inkl.)

Bhaktapur er den best restaurerte av byene i dalen. Hele bysentrum står på UNESCOs verdensarvliste – intet sted er den tradisjonelle arkitektur og byplanlegging så fint å beundre som her.

Middag på hotellet.

Dag 4

Nepal - Bhutan

Lær å lage tradisjonell mat hos en bhutansk familie

☺ Frokost, lunsj, middag

Etter frokost sjekker vi ut av hotellet og reisen fortsetter til flyplassen der vi skal fly til det hemmelighetsfulle og myteomspunne Bhutan. Ved ankomst Paro spiser vi lunsj på en lokal restaurant før vi sjekker inn på vårt hotell.

Flyreisen til annerledeslandet Bhutan inkluderer, hvis været står oss bi, praktfull utsikt over Mount Everest, Mount Kanchenjunga, det hellige bhutanske fjellet Jumolhari og Jichu Drake-fjellkjeden.

I Bhutan er luften klar, arkitekturen egenartet, religionen særegen og alltid tilstede, og kunsten er førsteklasses. Landet har aldri vært kolonisert og de er stolte av tradisjonene og kulturen sin.

Paro ligger i et nydelig dalføre omtrent 2000 meter over havet - og er et godt første møte med Bhutan. Paro-dalen er en av landets vakreste der den ligger blant grønne terrasser

og rustikke gårdshus. Bhutanske gårdshus er fargerike og dekorative – og byggene er helt uten spiker! Dyktighet og tradisjoner ivaretas også på dette området.

Om kvelden besøker vi en familie hvor vi skal lære tradisjonell matlaging og kanskje kan vi også delta litt underveis? Vi får et unikt innblikk i en ren og uspolert kultur når vi er så heldige å få komme inn i et privat hjem. Maten i Bhutan er uålet, her er det rene råvarer og gode oppskrifter tuftet på tradisjonell mat som gjelder, den er kortreist og smakfullt krydret.

Dag 5

Paro og klosteret Tigerredet

Vandre til Bhutans mest spektakulære kloster

🍴 Frokost, lunsj, middag

I dag venter en av Bhutans store og fascinerende severdigheter Taktsangklosteret, The Tiger's Nest. Tigerredet ligger på vel 3000 moh og cirka 900 meter over Paro-dalen. Klosteret er Bhutans mest spektakulære og hellige kloster. Som kastet inn i fjellsiden ligger det der - omgitt av skog og med forgylte spir er det unektelig et syn for guder. Det er bygget på sakral jord, akkurat der Bhutans buddhistiske grunnlegger Guru Rinpoche, sies å ha ankommet landet fra det nordlige Pakistan ridende på ryggen til en drektig tiger. Rinpoche innførte buddhismen i Bhutan – og i Tibet, og klosteret er et viktig valfartssted.

Belag deg på grytidlig frokost og tidlig avreise for dagens utflukt. Du får noen valg i dag, men godt fottøy er uansett viktig. Vi organiserer alt på plass den dagen, slik at alle finner den turen som passer for seg. Du kan gå eller få hesteskys fra parkeringsplassen og opp til første utsiktspunktet som ligger ca. 50 minutter oppover. Herfra kan du gå litt videre til fots ca. 40 minutter til tehuset som gir en flott utsikt opp til Tigerredet. Går du opp til tehuset, beregn cirka 1,5 timer på det, og det samme ned igjen.

Ønsker du å gå hele veien opp til klosteret og ned igjen, bør du beregne mellom 5-6 timer. Terrenget er bratt og ulendt, men omgivelsene er spektakulære. Se nærmere informasjon om turen nederst i programmet.

*Om du ikke ønsker å være med til Tiger's Nest denne dagen byr vi på et alternativt program: Turen går til passet Chele (ca. 1 times kjøretur) som ligger 3988 moh og som er et av de høyeste passene i Bhutan. Turen i seg selv er som et botanisk paradys med ubeskrivelig vakre utsikter blant annet til de hellige fjellene Jomolhari og Jichu Drake. Denne utflukten er et absolutt høydepunkt av dette vakre eventyrlandet som bader i bønneflagg, magiske fjell og nydelig vegetasjon dersom du ikke ønsker å vandre hele eller deler av veien opp til **Tigerredet**.*

Uansett valg, vi møtes til felles lunsj på en lokal restaurant.

På vei tilbake til hotellet gjør vi et stopp ved Paro Rinpung Dzong fra 1646., nok et fantastisk vitnesbyrd på arkitekturen i Bhutan. Dette er både kloster, borg og administrasjonssenter. Scener fra filmen "Lille Buddha," ble spilt inn her og Dzong huser også nasjonalmuseet med bhutanske kunstsatter og antikviteter.

Før vi spiser middag på hotellet kan du enten utforske mer av Paro eller bli med en kort kjøretur bort til den lokale bueskytterplassen i landsbyen for en demonstrasjon av bueskyting arrangert under oppsyn av lokale profesjonelle. Og du er selvfølgelig også velkommen til å prøve deg!

Dag 6

Paro - Punakha

Punakha Dzong – klosteret mellom to elver

🍴 Frokost, lunsj, middag

Etter frokost setter vi kursen videre, vi skal til Punakha, Bhutans tidligere hovedstad. Veien svinger seg mot fjellpasset "Douchu La" på over 3000 meter. Risterrasser byttes med fargerike bønneflagg. I godt vær har vi herifra en flott utsikt mot Gangker Punsum, Bhutans høyeste fjell på 7570 moh. Vi stopper for noe varmt å drikke og for å nyte utsikten.

Både klima og vegetasjon endrer seg når vi kjører nedover til «bare» 1250 moh. - til Punakha. Vi tar en kort vandretur (1 times tid) til helligdommen Chimi Lhakang. Dette er tempelet for fruktbarhet som ble bygget på 1400-tallet av den "gale munken", Drukpa Kunley. Klosteret er enkelt, men inneholder et kjent symbol i tre og ibenholt for guden Shiva som passes på av munkene som bor i klosteret.

På ettermiddagen venter landets vakreste kloster Punakha Dzong som ble bygget i 1637. Landets første konge ble kronet her i 1907. Klosteret ligger flott til mellom de to elvene Po Chu og Mo Chu og med jakaranda-trær rundt. Munker blir ofte anbefalt å tilbringe vinteren i dette klosteret da regionen har et spesielt godt klima.

Underveis spiser vi lunsj på en lokal restaurant , før vi etter hvert ankommer hotellet vårt. Middag på hotellet.

Dag 7

Punakha - Thimphu

Gå på oppdagsferd i hovedstaden

☺ Frokost, lunsj, middag

Vi spiser frokost og sjekker ut. Vi skal snart kjøre videre til Thimphu, landets hovedstad som ligger på 2320 moh. Thimphu ble hovedstad i 1961 og har i dag omtrent 50 000 innbyggere. Landets spesielle arkitektur, levestil og kultur gjenspeiles i alle byens store og små gater.

Denne ettermiddagen kan du føle på stemningen i gatene, beundre innbyggerne i deres fargerike og flotte drakter, og utforske shoppingmulighetene i de tradisjonelle håndverksbutikkene og bodene.

Lunsj underveis på en lokal restaurant og middag på hotellet.

Dag 8

Thimphu

Kulturskatter og folkeliv

☺ Frokost, lunsj, middag

Thimphu er en liten storby, en hovedstad uten trafikklys og med kun tre rundkjøringer! Det er mye å se, og vi skal forsøke å få med oss det aller meste. Gode sko er nødvendig i dag når vi etter frokost skal besøke markedet, nasjonalbiblioteket med eldgamle manuskripter og en kunst- og håndverkskole,

Vi bør rekke innom tekstilmuseet med sine flotte tekstiler og Changangkha Lhakhang, tempelet som ligger ovenfor Thimphu og hvor mange kommer for å få velsignet barna sine og for å snurre bønnehjulene. Innvendig finner vi flotte fresker på mur og skrifter i gull.

Om ettermiddagen besøkes Kongedømmets eldste Dzong, Simtoka, lite og personlig. Vil i løpet av dagen kunne se landets nasjonaldyr takin, en geite-antilope?

Og for ikke å glemme, Postmuseet som er en interessant reise i Bhutans postsystem og frimerker.

Lunsj spiser vi underveis på en lokal restaurant. Middag på hotellet.

Dag 9

Thimphu - Paro - Kathmandu - Pokhara

Oppdag livet i byen ved innsjøen

☺ Frokost, middag

I dag forlater vi eventyrlandet Bhutan, men det gjenstår så mye mer av reisen vår! Først en times kjøring til Paro. Siden vi har tidlig avreise får vi medbragt frokost fra hotellet som vi spiser i bussen. Vi flyr tilbake til Kathmandu og ved ankomst Kathmandu tar vi et nytt fly videre til Pokhara.

Hvilke kontraster Nepal byr på! Pokhara er en koselig by som ligger veldig vakkert til ved den store innsjøen Phewa med Himalaya-massivet som bakteppe.

Vi sjekker inn på hotellet, rusler kanskje litt rundt i byen og bare nyter at vi er i en av Nepals vakreste byer. Her finnes et utall små butikker med alskens varer i tillegg til et stort utvalg kaféer og restauranter, så hvorfor ikke sette deg ned og betrakte dagliglivet som passerer?

Middag på hotellet.

Dag 10

Pokhara

Himalaya i soloppgang, fossefall, Shiva-hule og båttur

☺ Frokost, middag

På morgenkvisten, tidlig, tidlig, kjører vi opp i fjellene – og med et panorama uten like foran oss: Annapurna og Dhaulagiri massivene i nord er enorme. Målet vårt er Sarangkot fra hvor vi skal se soloppgangen. Dette blir en aldri lei av! Pokharas mest berømte utsiktspunkt gir oss herlig utsyn over store deler av Himalaya. Er det klarvær kan vi se Dhaulagiri 8167 moh., Manaslu 8156 moh. og Machhapuchhare 6993 moh. så vår egen fjellheim blir "liten" i forhold.

Vel tilbake på hotellet, smaker det med frokost!

I dag skal vi bli bedre kjent med Pokhara og hva byen har å by på. Vi skal oppleve det unike fossefallet Davis Fall og Shiva-hulen som huser en helligdom dedikert til Lord Shiva, en viktig hinduisk gud. Vi besøker også et tibetansk marked hvor de lokale selger sine håndverksprodukter.

På ettermiddagen tar vi turen ut på vannet. Lake Phewa er den største innsjøen i Pokhara og midt her ute ligger templet Bindibasini. Herfra har vi mulighet til oppleve alt det vakre rundt oss fra et annet perspektiv. Om været er klart i dag, kan vi også se sju av verdens høyeste fjell - på en gang. Værguder, stå oss bi!

Middag på hotellet.

Dag 11

Pokhara

Nyt dagen for deg selv

☺ Frokost, middag

Etter frokost har du dagen fri til å benytte deg av hotellets fasiliteter som svømmebasseng, ta en spa behandling (mot tillegg i pris), oppleve mer av Pokhara eller bare slappe av. Spør den lokale guiden og/eller reiseleder om tips til ting du kan se og gjøre.

Middag på hotellet.

Dag 12

Pokhara - Kathmandu

424 trappetrinn, hellig tempel og rampete apekatter

☪️ Frokost, middag

Frokost må vi ha og i dag forlater vi fjell, innsjøer og fin utsikt til fordel for storbyen Kathmandu med alt det innebærer av byliv. En liten smakebit har vi fått allerede, nå går vi grundigere til verks. Akklimatisert og uten jetlag er det lettere å være en del av denne virvelvinden av en by. Kathmandu byr på så mye og er så mye.

Ved ankomst Kathmandu sjekker vi inn på hotellet og så får vi med oss tempelet Swayambhunath Stupa – det er mange trappetrinn for å komme seg til toppen av templet, men vi lover at det er vel verdt strevet! Det forgylte spiret har Buddhas øyne på toppen. Her er vi omringet av uskikkelige apekatter, så pass på...

Om kvelden møtes vi til felles middag med autentisk dans og musikk fra ulike områder i Nepal. Det blir latter og fortellinger etter en herlig tur og ubeskrivelige (natur)opplevelser i Bhutan og Nepal. Lukk øynene, og vips er du tilbake i Bhutan eller Pokhara hvor fjell ikke bare er et substantiv, men et større begrep som du aldri blir lei av å tenke tilbake på.

Dag 13

Kathmandu og hjemreise

☪️ Frokost

☪️ Matservering på flyet

Så er vi kommet til siste dagen i Nepal for denne gang. Du har morgenen fri til egne aktiviteter fram til midt på dagen.

I god tid før avgang er vi på flyplassen for innsjekking til Norge med Qatar Airways. Avgang om ettermiddagen via Doha.

Dag 14

Ankomst Norge

☪️ Matservering på flyet

Videre reise fra Doha om natten med ankomst Oslo Lufthavn tidlig om morgenen.