



## Namaste Nepal

Aventura, cultural e étnica. 12 de viagem. Visitas no vale de Kathmandu, safari no Parque Nacional de Chitwan, visita a aldeias Himalaias.



### Testemunho

Luisa P

- 22/11/2012 16:42:51

Guardo as recordações desta viagem nos dias melhores da minha vida ao lado da Birmania ( Highlights de Myanmar)



### Descrição

Namaste é a saudação nepalesa! E com ela saudamos esta viagem que alia aventura, conforto, cultura e descoberta. Conhecer a essência do Nepal sem fazer vários dias a pé não é fácil mas não impossível.

Com efeito esta viagem alia a aventura de um safari num dorso de um elefante ou a descida de um rio em canoa tradicional para observar crocodilos com o conforto de um hotel em Kathmandu ou em Chitwan onde pode partir descontraído para as visitas culturais a locais classificados património da humanidade e ainda a descoberta de um povo magnífico que tem um orgulho tremendo em ser nepalês pois os locais edificados pelo homem no vale de Kathmandu quase se podem assemelhar à magnificência da Cordilheira dos Himalaias, para muitos e para nós Papa-Léguas, um dos locais mais belos da Terra. Namaste além de ser a saudação também é usada quando nos despedimos mas com um sentido de até já. Que certamente irá sentir porque depois de visitar este país, quererá certamente voltar. Namaste



### Itinerário detalhado - Legenda (P: Pequeno almoço A: Almoço J: Jantar)

#### DESTINO

Nepal.

#### TIPO

Cultural, Natureza, .

#### DURAÇÃO

12 dias

#### DIFICULDADE

Nível 1

#### CONFORTO

Nível 3

Dia	Itinerário	Alojamento	Refeições
1	Voo cidade de origem - Kathmandu	-	-
2	Chegada a Kathmandu	Hotel	J
3	City tour em Kathmandu	Hotel	P
4	City tour Patan, Bhaktapur e Nagarkot	Hotel	P
5	Voo para Pokhara. Kande e passeio para Salyan (região dos Annapurna)	Casa Local	P - J
6	Passeio em Salyan Kande - Sarangkot - Pokhara	Hotel	P
7	Pokhara □ Parque Nacional de Chitwan	Lodge	P - A - J
8	Parque Nacional de Chitwan	Lodge	P - A - J
9	Chitwan National Park □ Bandipur	Hotel	P
10	Bandipur - Kathmandu	Hotel	P
11	Voo de regresso	-	P
12	Chegada à cidade origem	-	-



## Dia-a-Dia

### 1: Voo cidade de origem - Kathmandu

Partida em voo para Kathmandu com escalas intermédias. Noite em voo.

### 2: Chegada a Kathmandu

Chegada a Kathmandu, tramitação do visto de entrada e assistência no aeroporto. Transporte para o hotel, check-in e tempo livre. Jantar de boas-vindas.

A região do vale de Kathmandu (<http://pt.wikipedia.org/wiki/Catmandu>) caracteriza-se por ser o centro histórico, cultural e político do Nepal. Com efeito as suas principais cidades: Kathmandu, Patan e Bhaktapur detêm uma forte tradição artística e arquitetónica e muito contribuíram para o elevado prestígio cultural do vale de Kathmandu.

Após o check-in no hotel, poderá explorar em tempo livre alguns mercados de especiarias de Ason ou conhecer as ruas medievais da antiga Kathmandu caracterizadas pela cultura Pewari.

Visitar o palácio da criança sagrada Kumari ou entrar na Praça monumental de Durbar, classificada pela Unesco, ([http://en.wikipedia.org/wiki/Basantapur\\_Durbar\\_Square](http://en.wikipedia.org/wiki/Basantapur_Durbar_Square)) será sem dúvida, um dos atrativos deste dia que será realizado a pé.

\* A duração da visita e os locais visitados dependerão das horas de chegada do voo e do check-in no hotel.

### 3: City tour em Kathmandu

Pequeno-almoço.

City tour de um dia em Kathmandu, visitando os templos de Swayambhunat, Boudhanath (<http://en.wikipedia.org/wiki/Boudhanath>) e Pashupatinath.

Regresso ao hotel e tempo livre.

### 4: City tour Patan, Bhaktapur e Nagarkot

Hoje iremos acordar cedo para explorarmos as cidades monumentais de Patan e Bhaktapur, situadas no Vale de Kathmandu.

Depois do pequeno-almoço, iremos em veículo privado (cerca de 45m) até Patan.

Patan, situada a 5 km a Sudeste de Kathmandu, também é conhecida como Lalitpur, tem uma longa e profícua história. Os seus principais pontos de interesse são o complexo do palácio Real (nota para os edifícios notavelmente esculpidos em madeira pela cultura Newari); a praça Durbar que apesar das feridas da guerra e do sismo de 1934, mantém a sua imponente monumentalidade. Além dos seus palácios e templos Budistas e Hindus, Patan tem um vasto historial em peças de madeira e os seus artífices são dos melhores que já povoaram o vale de Kathmandu. A cidade transpira uma atmosfera multi religiosa, fruto da junção das duas principais religiões do Nepal, a Hindú e Budista e impressiona todos os visitantes pelo seu carisma e monumentalidade.

Bhaktapur, situa-se nas margens do rio Hanumante e foi a capital do vale de Kathmandu até ao monarca Prithvi Narayan Shah, um antepassado do atual rei.

Esta cidade sempre foi um local de paragem obrigatória ao longo da sua história, nela moraram homens e mulheres famosas, reis e príncipes e ainda é para muitos a morada dos deuses, como comprovam os seus belos templos.

Destacam-se alguns monumentos como o templo/pagode de Nyatapola, o templo Dattareya e a praça Durbar, também o anciano palácio real e o Pujari Math que contém lindíssimos pormenores de madeira lavrada pelos artífices Newari.

Um projeto de restauro com fundos alemães embelezou esta cidade com uma atmosfera medieval (lojas de artesanato, casas restauradas com frisos em tijolo e madeira) que se completa com as escolas de pintura de Mandalas que podemos encontra

espalhadas pelas suas ruelas.

Ida para o hotel via Nagarkot. O hotel está localizado a 1 hora de condução de Nagarkot e tem vistas fantásticas para a cordilheira nas montanhas Himalaias. Situado numa aresta de uma encosta virada a nordeste do vale de Kathmandu a 2175 metros de altitude proporciona vistas quase a 360° para as montanhas Himalaias, ar fresco e uma grande tranquilidade.

A tarde será realmente muito especial e poderá dar um pequeno passeio para conhecer as redondezas e usufruir das vistas.

#### **5: Voo para Pokhara. Kande e passeio para Salyan (região dos Annapurna)**

Acorde cedo para usufruir de um nascer-do-Sol maravilhoso!

Pequeno-almoço e ida em veículo para o aeroporto de Kathmandu para voarmos para a segunda maior cidade do Nepal, Pokhara.

O voo terá uma duração de cerca de 35 minutos. À chegada a Pokhara (<https://pt.wikipedia.org/wiki/Pokhara>), a nossa equipa nepalesa estará à sua espera para o levar de automóvel privado até Kande. Desde esse local faremos uma caminhada de 3 horas até à aldeia de Salyan, onde conheceremos uma autêntica aldeia nepalesa e o quotidiano dos seus habitantes. Ficaremos alojados nas casas locais onde uma família nos servirá de guias e cozinhará as refeições tipicamente nepalesas, não faltando o tradicional Dal Bhat tharkari (Arroz com lentilhas e legumes).

Este dia terá a preciosa oportunidade e conhecer bem de perto a vida e o quotidiano das gentes da região dos Annapurna (<http://pt.wikipedia.org/wiki/Annapurna>).

#### **6: Passeio em Salyan Kande - Sarangkot - Pokhara**

Pequeno-almoço e regresso a pé a Kande, ida em veículo até Sarangkot e depois Pokhara. Durante o trajeto terá magníficas vistas dos Himalaias.

Chegada ao hotel em Pokhara e tempo livre para explorar as margens do lago Pwea Tal e usufruir da sua tranquilidade.

#### **7: Pokhara □ Parque Nacional de Chitwan**

Pequeno-almoço e ida em veículo privado para o Parque Nacional de Chitwan ([http://pt.wikipedia.org/wiki/Parque\\_Nacional\\_Real\\_de\\_Chitwan](http://pt.wikipedia.org/wiki/Parque_Nacional_Real_de_Chitwan)). A viagem tem a duração de cerca de 6 horas ao longo do rio Trishuli, com efeito, rumamos na direção sul até chegarmos ao Parque Nacional de Chitwan, classificado pela Unesco em 1984 de Património da Humanidade.

Foi em tempos uma reserva de caça dos monarcas nepaleses mas hoje em dia é um exemplo de sucesso na conservação da natureza, permitindo para muitos viajantes, uma das mais incríveis experiências de contato com a natureza do planeta Terra.

A área do parque é constituída por um total de 932 quilómetros quadrados de vegetação, alternada com lagos, regiões húmidas e florestas tropicais proporcionando as condições ideais para o habitat de uma panóplia de fauna e avifauna, entre os quais o impressionante tigre-de-Bengala e o carismático rinoceronte.

Durante a época de Invernada é um deleite observar os numerosos bandos de aves migradoras que passam uma temporada no parque antes de regressarem aos seus locais de nidificação.

A reserva natural é a casa de uma grande variedade de animais selvagens desde os já citados rinoceronte e tigre-de-Bengala, passando por várias espécies de ungulados, leopardos, ursos asiáticos, javalis, golfinhos-de-água-doce, crocodilos e mais de oitocentas espécies de aves.

Após a chegada e o check-in no lodge, será servido o almoço enquanto ouviremos o briefing acerca das atividades dos próximos dois dias.

Neste dia ainda irá visitar a área de tratamento e criação de elefantes onde nos darão algumas explicações e curiosidades acerca deste fabuloso animal. Caso haja disponibilidade, poderá dar um pequeno passeio.

Depois estará em tempo livre para aproveitar as fantásticas instalações do lodge e ir para o quarto descansar ou ir ao bar beber uma bebida refrescante antes do jantar.

#### **8: Parque Nacional de Chitwan**

Neste dia acordaremos ainda antes do nascer-do-sol para realizarmos um safari no dorso de um elefante em plena selva! O safari terá uma duração de cerca de 2 horas e regressaremos ao lodge para tomarmos o pequeno-almoço. Atenção que apesar de ser uma memorável experiência pode ser um pouco cansativa.

Depois do pequeno-almoço iremos descer o rio Rapti em canoas tradicionais para observarmos a vida aquática do parque nacional que se espalha ao longo das suas margens. Facilmente veremos algumas espécies de crocodilos e dependendo da altura do ano, poderemos observar os elefantes a banharem-se nas águas calmas e límpidas de Chitwan.

Durante a tarde, iremos visitar uma aldeia de etnia Tharu e depois do jantar no lodge, assistiremos a um espetáculo com danças culturais realizadas pela população local, onde poderemos igualmente participar.

#### **9: Chitwan National Park □ Bandipur**

Hoje iremos acordar cedo para mais uma vez, realizarmos uma visita-safari ao parque, regresso ao lodge para tomarmos o pequeno-almoço.

Check-out e ida em veículo privado para Bandipur.

Bandipur é um verdadeiro tesouro nacional, arreigada como um «lenço de seda» nas escarpas acima de Dumre, esta pequena cidade é um museu vivo da cultura Newari.

Os seus habitantes parecem terem vivido, durante séculos, afastados do restante território do Nepal e 70% das casas e construções são de traça tradicional Newari, compostas por madeira esculpida e gravada e telhados de xisto quase suspensos.

Noite em hotel.

## 10: Bandipur - Kathmandu

Pequeno-almoço e ida de automóvel para Kathmandu através de uma paisagem lindíssima (4horas), chegada e check-in no hotel. Tempo livre para visitarmos a cidade e efetuarmos as últimas compras.

## 11: Voo de regresso

À hora marcada, transporte para o aeroporto e voo com destino à cidade de origem (escalas intermédias).

## 12: Chegada à cidade origem

Chegada à cidade de origem e fim dos serviços da Papa-Léguas.



### Datas de partida & Preços do programa de terra

---

28/07/2018 - € 1.500  
05/08/2018 - € 1.500  
05/10/2018 - € 1.500  
01/11/2018 - € 1.500  
29/11/2018 - € 1.500

Preço do Voo desde: € 1000,00



### Extensões

---

Não tem.



### Suplementos

---

Suplemento quarto individual: € 250,00



### Notas

---

**Nota 1\*\*** Eletricidade

Corrente eléctrica: 230 V

Frequência: 50 Hz

Tipo de tomada/s, consulte: <http://electricaloutlet.org/>

**Nota 2\*\*** Fuso horário padrão Kathmandu: UTC/GMT +5:45 horas

**Nota 3\*\*** Para informações acerca do custo de vida <http://www.numbeo.com/cost-of-living/>

**Nota 4\*\*** Informações sobre o Nepal <http://www.secomunidades.pt/web/guest/listapaises/NP>



### Inclui

---

- Guia de língua inglesa;
- Todos os transferes (veja as condições particulares);
- Alojamento em hotéis (quarto duplo) em Kathmandu, Nagarkot e Kantipur;
- 1 dia de caminhada na região dos Annapurna e noite em casa local na aldeia de Sallyan;
- 2 noites/ 3 dias safari elefante e barco no Parque Nacional de Chitwan;
- Visitas de acordo com o itinerário;
- Refeições de acordo com o itinerário;
- Voo Kathmandu - Pokhara;
- Seguro e assistência em viagem.



### Exclui

---

- Voos internacionais;
- Visto de entrada no Nepal, cerca de 30 euros;
- As entradas nos locais a visitar em Kathmandu, Patan e Baktapur;
- Todos os extras pessoais (bebidas, lavanderia, internet, etc.);
- Todas as atividades e visitas opcionais;
- Qualquer tipo de gratificação;

- Qualquer item não mencionado como incluído.

## **Actividades opcionais**

Valor das entradas em Kathmandu e Vale de Kathmandu ( Rúpias nepalesas)

Bhaktapur	NPR 750
Patan Durbar Square	NPR 250
Golden Temple	NPR 25
Patan Museum	NPR 250
Pashupatinath	NPR 250
KTM Durbar Square	NPR 200
Syambhunath	NPR 100
Boudhanath	NPR 100
Changu Narayan	NPR 75

Valores sujeitos a alterações.



## **Equipamento**

A lista de equipamento varia com as épocas do ano/ altitude e actividades. Informe-se acerca das condições climáticas. Como regra geral, é imperativo que leve o essencial para reduzir o peso do seu saco de viagem.

### **Cabeça:**

- Chapéu-de-sol;
- Gorro;
- Óculos de sol;
- «Buff» ou lenço multiusos;

### **Tronco:**

- Primeiras camadas térmicas: Tronco;
- T-shirts;
- Forro polar; casaco;

### **Mãos:**

--

### **Pernas:**

- Calças convertíveis em calções;
- Calças casual para a cidade;

### **Pés:**

- Botas de caminhada leves ou sapatos desportivos ou sandálias para uso nas cidades;
- Saco maleável ou trolley semi-rígido. Será conveniente que o seu equipamento seja acondicionado num saco maleável, que facilita o seu manuseamento e transporte;
- Roupas de viagem;

### **Estojo de higiene\*\***

- Toalha sintética de trekking - pack towel
- Sabonete de mãos anti-bacteriano
- Bolsa de documentos e dinheiro (com apoio no pescoço)
- Mochila de dia.
- 1 Cantil com capacidade para 2 L. Beba sempre muita água, não espere por ficar sequioso para o fazer. Na montanha o ar é mais seco, e além disso a exposição prolongada ao sol e ao vento contribui para uma maior perda de água.

Tenha sempre presente que necessita de estar bem hidratado, e que desta maneira terá uma melhor recuperação da fadiga muscular.

- Lanterna frontal e pilhas alcalinas de substituição
- Kit básico de primeiros-socorros
- Máquina fotográfica

**\*\*Estojo de higiene:** material de banho; protector solar; protector labial; toalhetes; repelente de insectos com dett; lenços de papel, dodots papel higiénico.



## Documentação

---

Passaporte em vigor com uma validade mínima de 6 meses a contar da data prevista de saída do Nepal.

Visto: a tramitar no aeroporto à chegada. 2 fotografias formato passaporte, (sem muita diferença com a fotografia do passaporte) e 30 euros. Não são válidas fotocópias a cor.

Aconselhamos que leve uma fotocópia do passaporte e/ou digitalize-o e envie para um endereço electrónico baseado na web, para o ter disponível através desta via.

Para mais informações, consulte [www.secomunidades.pt](http://www.secomunidades.pt)



## Condições Particulares

---

Passaporte em vigor com uma validade mínima de 6 meses a partir da data de saída do Nepal.

Visto: a tramitar no aeroporto à chegada. 2 fotografias formato passaporte, (sem muita diferença com a fotografia do passaporte) e 30 euros. Não são válidas fotocópias a cor.

### Transferes

O Viajante que não adquira os voos à Papa-Léguas, pode não ter assegurado os transferes de chegada e partida caso os seus voos não sejam exatamente iguais aos voos reservados para o grupo.

Se o Viajante optar por reservar à Papa-Léguas os transferes para os voos por si comprados, implica o pagamento adicional dos mesmos que variam consoante o país de destino e o programa efetuado.

© 2018 PAPA-LÉGUAS, Viagens e Turismo, Lda.

Rua Conde de Sabugosa, 3F 1700-115 Lisboa Portugal

Telefone: 00 351 21 8452689/90 . Fax: 00 351 21 8452693 . RNAVT: 2275 . RNAAT 67/2014

[www.papa-leguas.com](http://www.papa-leguas.com)