



**Prawdopodobnie jeden z najłatwiejszych trekkingów w Nepalu. Idealny dla osób które dopiero rozpoczynają swoją przygodę z górami!**

## **Data**

20 października – 4 listopada 2026

## **Trasa**

Kathmandu, Boudhanath, Pokhara, 10-dniowy trekking: Muktinath – Tatopani – Poon Hill – Naya Pul, Pokhara - rafting na Rzece Trisuli (fakultatywnie), Bhaktapur, Kathmandu



[wyprawy.transazja.pl/muktinath](http://wyprawy.transazja.pl/muktinath)

**16 dni**  
**nepal**  
**MUKTINATH TREKKING**



# 16 dni nepal MUKTINATH TREKKING

## Główne Atrakcje

- Zasmakuj Himalajów w czasie 10-dniowego, malowniczego trekkingu w regionie Annapurny,
- Zobacz dwa ośmiotysięczniki: Dhaulagiri i Annapurna I,
- Poczuj różnorodność przyrodniczą: od surowych himalajskich hal, przez piętro lasów iglastych, liściastych po tropikalne lasy strefy zwrotnikowej.
- Spotkaj się z mieszkańcami gór: od kamiennych wiosek pogranicza Tybetu po niżej położone wioski grup etnicznych Thakali, Magar i Gurung,
- Odwiedź drugą, najważniejszą świątynię hinduistyczną Nepalu - położoną wysoko w Himalajach **Świątynię Muktinath**,
- Zobacz **Bhaktapur** - jedno z trzech królewskich miast **Doliny Kathmandu**, w którym czas niemal zatrzymał się,
- Zobacz religijne symbole Nepalu: **Stupę Boudhanath**, **Świątynię Małą** oraz hinduistyczną **Świątynię Pashupatinath**,
- Doświadcz **raftingu na himalajskiej rzece** (fakultatywnie),



16 dni  
**nepal**  
MUKTINATH TREKKING



## Dzień 1

### Lecimy do Nepalu

Wylot z Warszawy do Kathmandu.  
Liczymy na połączenie Fly Dubai, ale  
dopuszczamy możliwość przesiadki w  
Dosze lub New Delhi.



[wyprawy.transazja.pl/muktinath](http://wyprawy.transazja.pl/muktinath)

## Dzień 2

### Kathmandu

#### Przyłot do Kathmandu, wolne popołudnie na zakupy przed trekkingiem

Przyłot do stolicy Nepalu wczesnym popołudniem, przejazd do hotelu, zakwaterowanie. Wolny wieczór, będzie można przeznaczyć na **uzupełnienie wyposażenia przed trekkingiem** w górach. Nocleg w Kathmandu, kolacja we własnym zakresie.



16 dni  
**nepal**  
MUKTINATH TREKKING



**Dzień 3**

## Kathmandu - Pokhara

Zwiedzanie Boudhanath, przejazd do Pokhary

Po śniadaniu, odwiedzimy największą w Nepalu, buddyjską **Stupę Boudhanath** - jedną z architektonicznych wizytówek Nepalu. Następnie przejazd prywatnym pojazdem w stronę nepalskiego odpowiednika Zakopanego - **miasta Pokhara**. Zajmie on w sumie około 6-7 godzin i będzie wiódł bardzo malowniczą drogą przecinającą kolejne pasma niższych Himalajów.



[wyprawy.transazja.pl/muktinath](http://wyprawy.transazja.pl/muktinath)

16 dni **nepal**  
MUKTINATH TREKKING

Lot do Jomsom



[wyprawy.transazja.pl/muktinath](http://wyprawy.transazja.pl/muktinath)

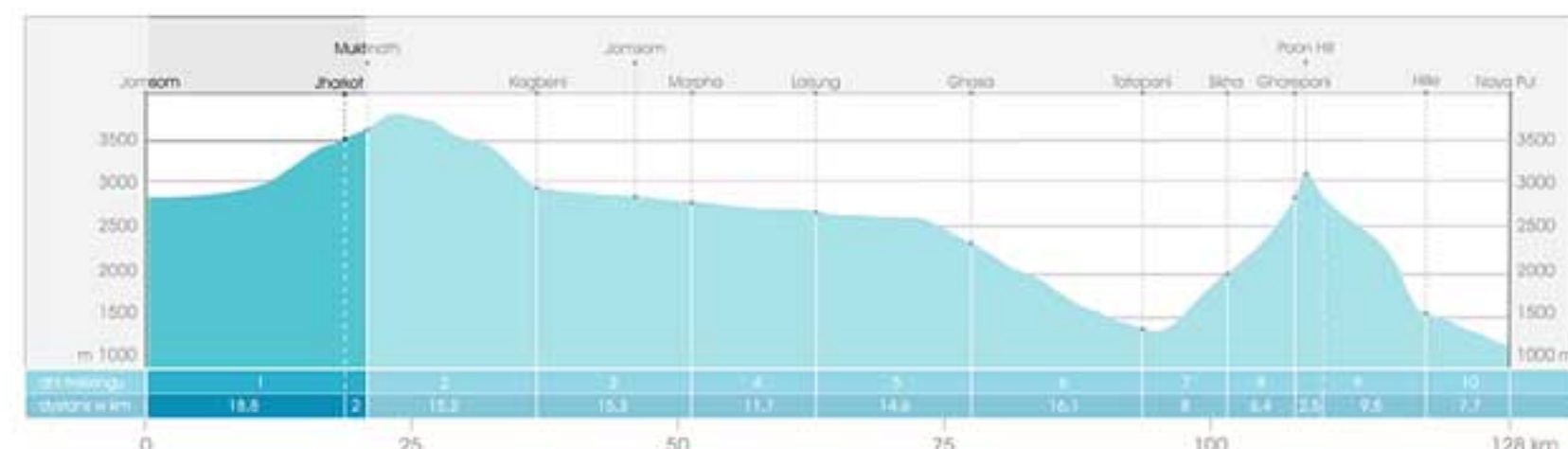


# Dzień 4

## 2720m 3518m 3730m Pokhara - Jomsom - Jharkot - Muktinath przelot do Jomsom, przejazd do Jharkot, trekking do Muktinath

1 dzień trekkingu, około 1 godzina marszu.

Poranny przelot samolotem z Pokhary na **ładowisko w Jomsom** (2720 m n.p.m.). Następnie przejazd samochodami terenowymi do **wsi-fortecy Jharkot** (3518 m n.p.m.). Później - w ramach aktywnej aklimatyzacji - marsz bez plecaków do miasteczka **Muktinath** (3730 m n.p.m.). Zakwaterowanie, nocleg.



16 dni  
**nepal**  
MUKTINATH TREKKING



wyprawy.transazja.pl/muktinath

16 dni  
**nepal**  
MUKTINATH TREKKING

## Świątynia Muktinath

To dla wyznawców hinduizmu i buddyzmu druga najważniejsza świątynia Nepalu, będąca celem odwiecznych pielgrzymek.



[wyprawy.transazja.pl/muktinath](http://wyprawy.transazja.pl/muktinath)



# Dzień 5

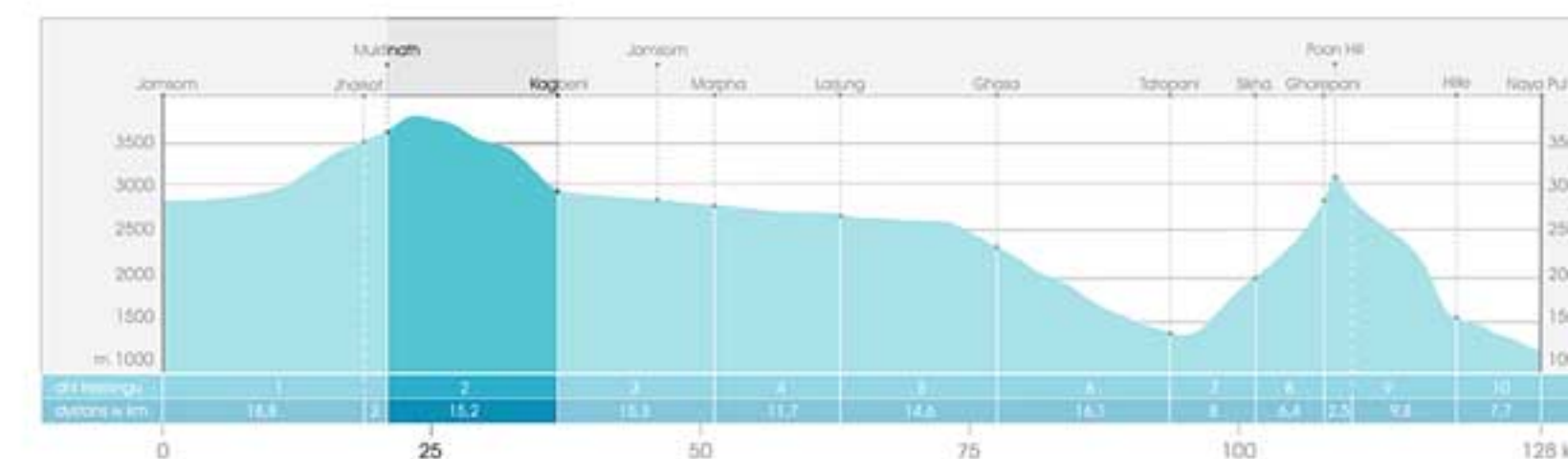
3730m

2800m

## Muktinath - Jhong - Kagbeni

2 dzień trekkingu, około 5-7 godzin marszu.

Wizyta w **Świątyni Muktinath** - dla wyznawców hinduizmu i buddyzmu drugiej najważniejszej świątyni Nepalu, będącej celem odwiecznych pielgrzymek. Następnie niespieszny spacer po malowniczej okolicy. Odwiedzimy zrujnowany **tybetański fort w Jhong** i kamienne wioski okolic Muktinath. Następnie łatwy technicznie marsz, niemal 1000 metrów w dół, z Muktinath do Kagbeni, malowniczymi, rozległymi terenami prowadzącymi do Doliny Kali Gandaki - dużo tybetańskich wpływów, panoramiczne widoki, dobrze widoczny **Masyw Dhaulagiri** (8167m n.p.m - siódmy, najwyższy szczyt świata). Nocleg w **"kamiennym mieście" Kagbeni**. Miasteczko stanowi faktyczne wrota do tajemniczego królestwa Mustang.



16 dni  
**nepal**  
MUKTINATH TREKKING



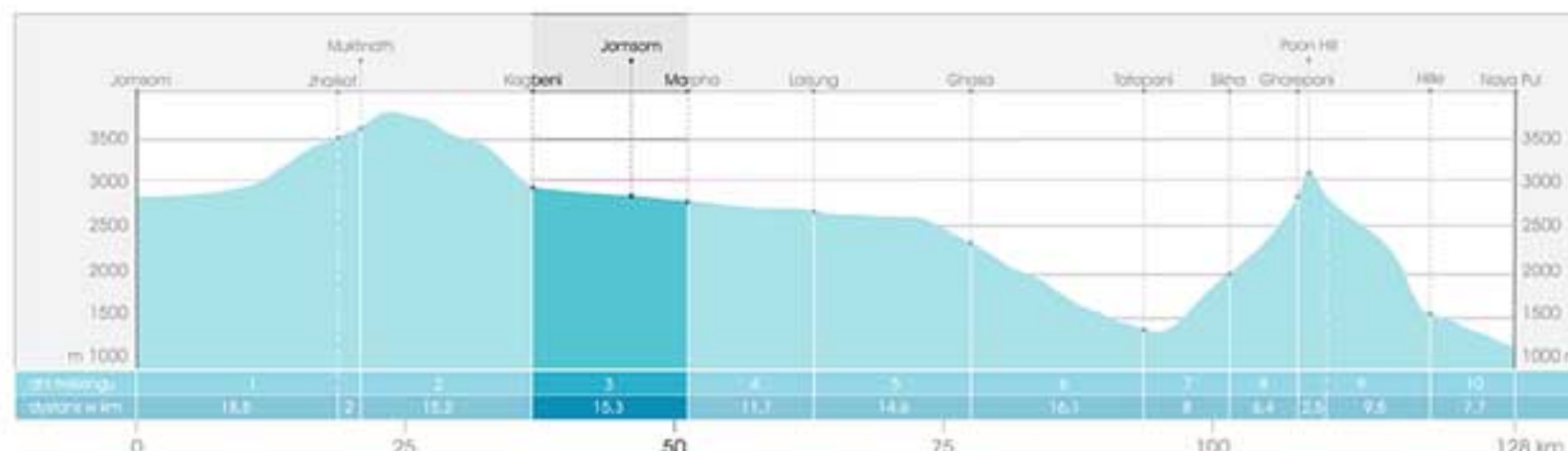
wyprawy.transazja.pl/muktinath

## Dzień 6

2800m      2720m      2670m  
**Kagbeni - Jomsom - Marpha**

**3 dzień trekkingu, około 5-6 godzin marszu.**

Będziemy maszerować rozległą doliną rzeki Kali Gandaki, czasem wręcz jej suchym korytem. Wspaniale widoczny będzie szczyt **Nilgiri**. Po dotarciu do **Jomsom** odpoczniemy, zjemy obiad. Na koniec dnia dotrzemy do malowniczej wsi **Marpha** - słynącej z bielonych ścian budynków, górującej nad wsią potężną Gompą (buddyjski klasztor) oraz doskonałych przetworów z jabłek.





wyprawy.transazja.pl/muktinath

# 16 dni nepal MUKTINATH TREKKING



## Dzień 7

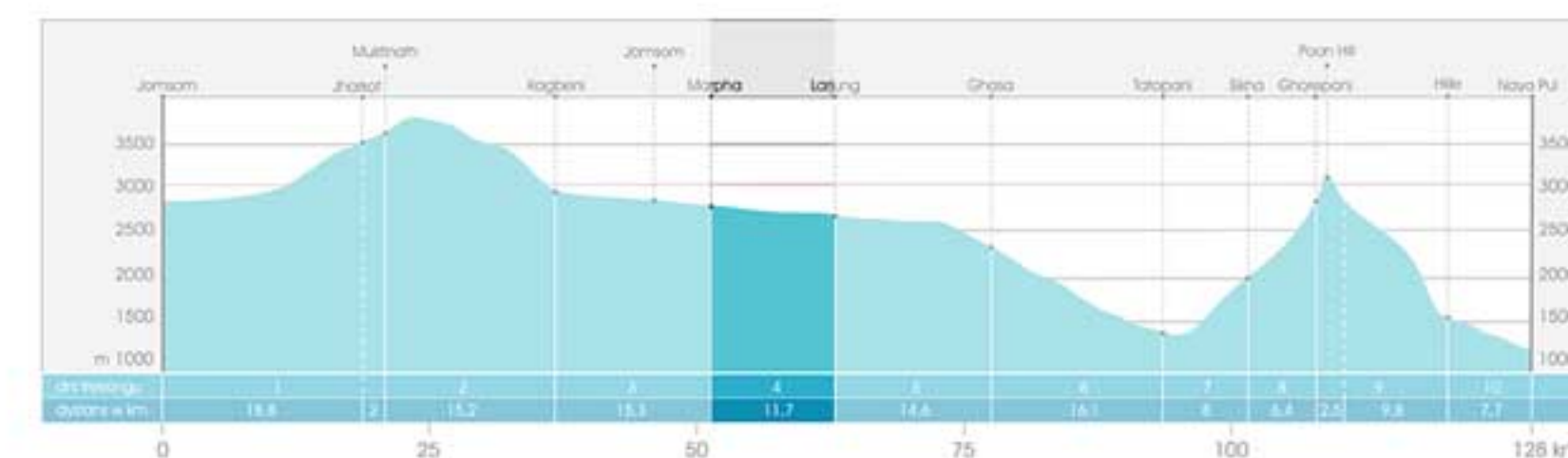
2670m

2570m

### Marpha - Larjung

4 dzień trekkingu, około 5 godzin marszu

Opuścimy piętro himalajskich hal i wkroczymy w piętro lasu iglastego. Łatwy marsz w dół, nierzadko wyschniętym korytem rzeki, kilka przepraw przez **wiszące mosty**. Nocleg w dużej wsi Larjung.

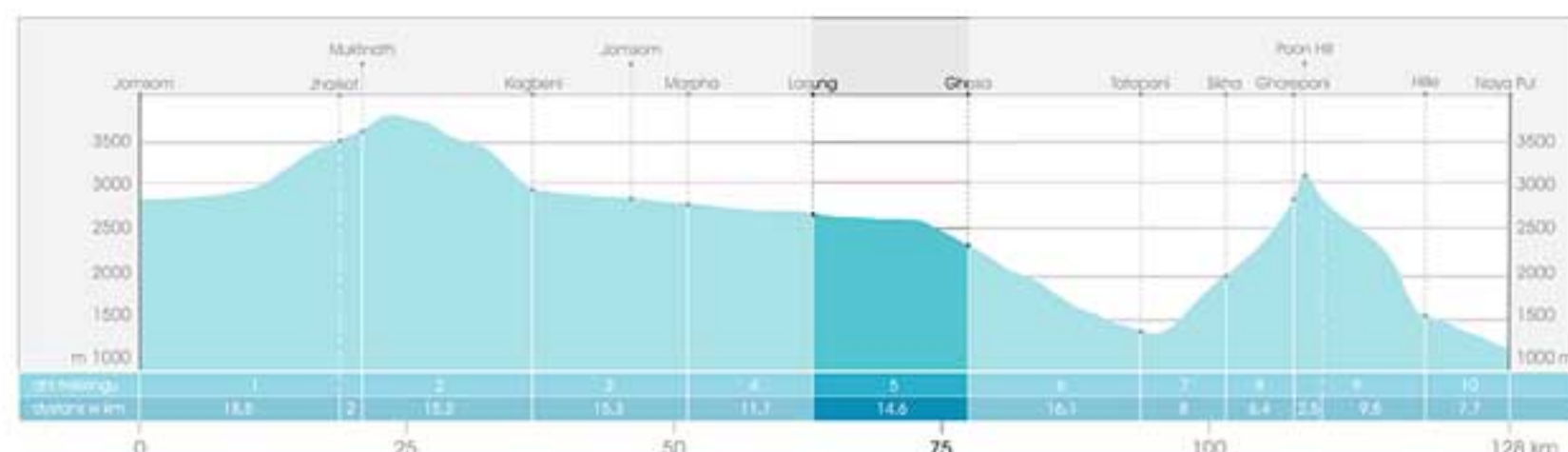


## Dzień 8

2570m 2010m  
**Larjung - Ghaza**

**5 dzień trekkingu, około 5 godzin marszu**

Na początek dnia piękna panorama **Dhaulagiri** (8167m n.p.m. - siódmy, najwyższy szczyt świata), a w drugiej połowie dnia widok między innymi na **Annapurnę I** (8091m n.p.m. - dziesiąty, najwyższy szczyt ziemi). Do tego spokojny marsz w dół, częściowo po lesie oraz łąkach. Tego dnia wkroczymy w piętro lasów mieszanych. Nocleg we wsi **Ghaza**.



# 16 dni nepal MUKTINATH TREKKING



## Dzień 9

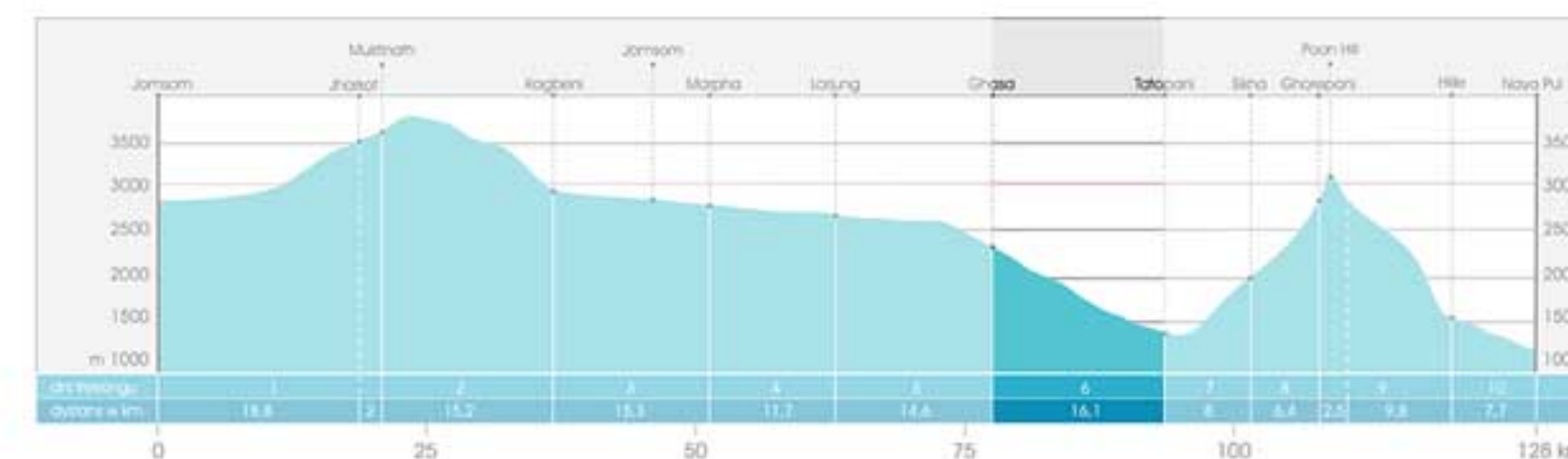
### 2010m 1200m Ghaza - Tatopani

#### 6 dzień trekkingu, około 4 godzin marszu

Dość łagodnym szlakiem prowadzącym w coraz głębszej dolinie Kali Gandaki, zejdziemy w bardziej tropikalne rejony. Pojawia się tropikalne kwiaty oraz bambusy. Za "naszymi plecami" cały czas będzie dobrze widoczny, ośnieżony szczyt **Nilgiri** (7061m n.p.m.), a po drodze miniemy efektowny, **wysoki wodospad**. Po dotarciu do **Tatopani** będzie nas czekać relaksująca **kąpiel w gorących źródłach** znajdujących się nieopodal rzeki. Zamieszkamy w tropikalnym ogrodzie z drzewami oblepionymi cytrynami, mandarynkami i papajami.



wyprawy.transazja.pl/muktinath



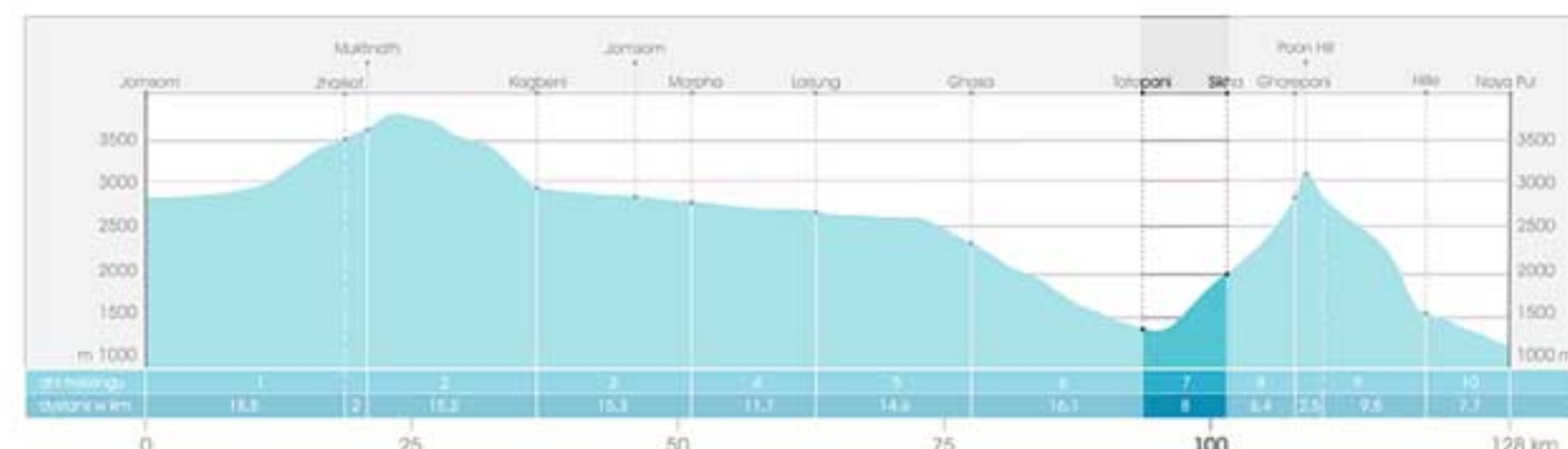
# Dzień 10

1200m 1935m

## Tatopani - Sikha

7 dzień trekkingu, około 4 godzin marszu

Dzień o tyle trudny, że czeka nas dość strome podejście do wsi **Sikha**. W około 4 godziny pokonamy ponad 700 metrów różnicy wysokości. Wynagrodzeniem za to będzie widok na malownicze **tarasy uprawne**.



16 dni  
**nepal**  
MUKTINATH TREKKING



wyprawy.transazja.pl/muktinath

# 16 dni nepal MUKTINATH TREKKING



## Dzień 11

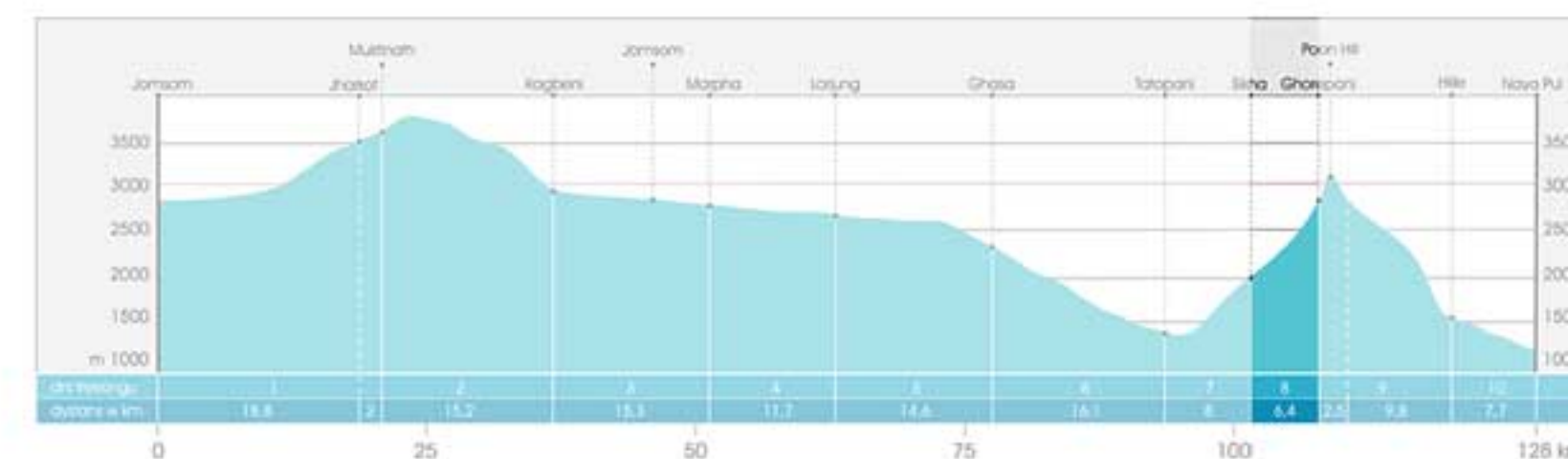
1935m      2870m  
**Sikha - Ghorepani**

### 8 dzień trekkingu, około 5 godzin marszu

Chyba najtrudniejszy dzień trekkingu. Będziemy mieli do pokonania prawie 1000 metrów pod górę. Wynagrodzeniem za to będzie widok na cały Masyw Dhaulagiri (8167m n.p.m) oraz siedmiotysięczniki wchodzące w skład masywu Annapurny. Nocleg we wsi Ghorepani, położonej na wysokości prawie 3000m. Dla chętnych 2-godzinny spacer na zachód słońca, na **punkt widokowy Poon Hill**.



wyprawy.transazja.pl/muktinath





wyprawy.transazja.pl/muktinath

# 16 dni **nepal** MUKTINATH TREKKING

## Dzień 12

2870m      3210m      1500m  
**Ghorepani - Poon Hill - Ulleri - Hille**

**9 dzień trekkingu, około 5-6 godzin marszu**

Wschód słońca przywitamy na punkcie widokowym Poon Hill (3210m). Rozpościera się z niego pełna panorama tej części Himalajów. Widoczne są: masyw Dhaulagiri (8167m), Annapurna I (8091m), Annapurna Południowa (7219m), święta góra Machhapuchhare (6967m), masyw Nilgiri i kilka innych. Po śniadaniu ruszymy w dół. Przed końcem dnia, za wsią Ulleri będziemy zmagać się z tzw. "kamienną klatką schodową" czyli 3280 kamiennymi schodami prowadzącymi do wsi Tikhedhunga. Nocleg we wsi Hille.

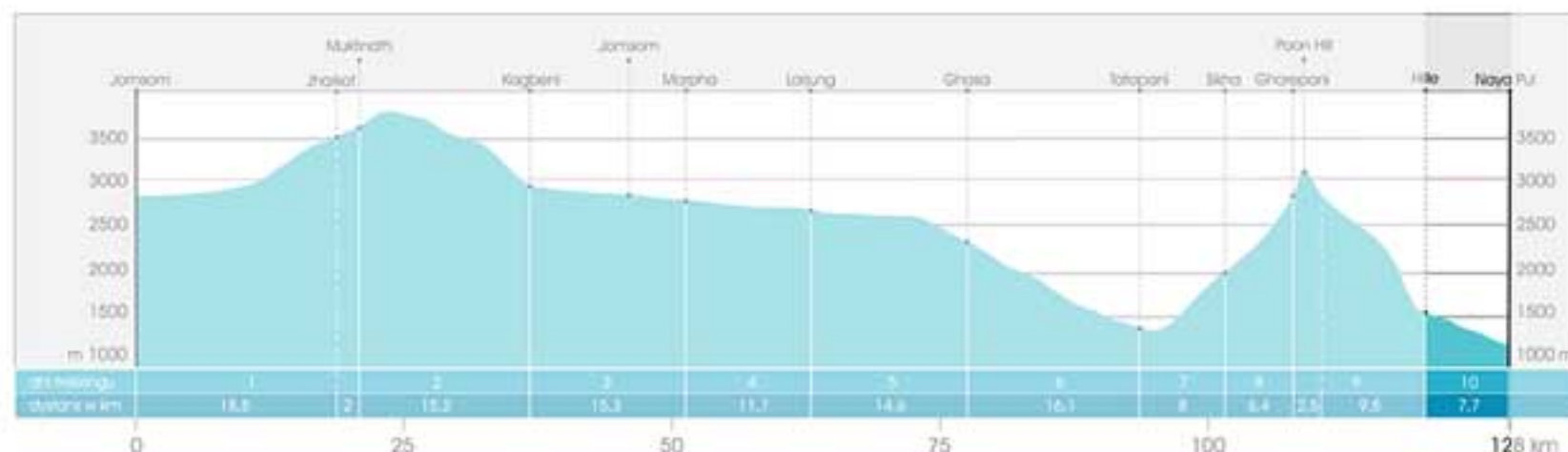


# Dzień 13

1500m 1070m  
**Hille - Naya Pul - Pokhara**

10 dzień trekkingu, około 2-3 godzin marszu

Bardzo wczesne wyjście i marsz w dół, którego symbolicznym końcem jest postawienie stopy na asfaltowej drodze prowadzącej do Pokhary. W **Naya Pul** odbierze nas samochód i zawiezie do **Pokhary**, do hotelu. Kolacja we własnym zakresie, nocleg w Pokharze.



16 dni  
**nepal**  
MUKTINATH TREKKING

**Dzień 14**

## Pokhara - Kathmandu

Przejazd do Kathmandu, zwiedzanie Świątyni Małp

Poranny wyjazd z Pokhary do Katmandu. Przejazd zajmie około 5-6 godzin. Po przyjeździe do stolicy, odwiedzimy jeszcze Świątynię Małp - Swayambunath. Wieczorem czas wolny w Kathmandu. Kolacja we własnym zakresie, nocleg.



[wyprawy.transazja.pl/muktinath](http://wyprawy.transazja.pl/muktinath)

16 dni

**nepal**

MUKTINATH TREKKING



## Rafting



[wyprawy.transazja.pl/muktinath](http://wyprawy.transazja.pl/muktinath)

W czasie przejazdu z Pokhary do Kathmandu, mniej więcej w połowie drogi, będzie można wziąć udział w raftingu - spływie pontonami po Rzece Trisuli. Jego zwieńczeniem będzie obiad w uroczym obozie położonym nad samą rzeką.



## Dzień 15

### Kathmandu - Bhaktapur Zwiedzanie Świątyni Pashupatinath oraz miasteczka Bhaktapur

Wczesnym porankiem zwiedzanie najważniejszej hinduistycznej świątyni kraju - poświęconej bogowi Shiwie - Pashupatinath. Później przejazd do miasta Bhaktapur - jednego z trzech królewskich miast w Dolinie Kathmandu - zwiedzanie Durbar Square, świątyń i architektury pałacowej Newarów. Powrót do Kathmandu, kolacja we własnym zakresie, nocleg.



[wyprawy.transazja.pl/muktinath](http://wyprawy.transazja.pl/muktinath)

16 dni  
**nepal**  
MUKTINATH TREKKING



16 dni  
**nepal**  
MUKTINATH TREKKING



**Dzień 16**

## Kathmandu - Warszawa

Wylot z Kathmandu w godzinach porannych. Przylot do Warszawy tego samego dnia, zakończenie imprezy.



[wyprawy.transazja.pl/muktinath](http://wyprawy.transazja.pl/muktinath)

**Cena** 8 200 PLN + 900 USD

### Cena zawiera

- Przelot na trasie Warszawa - Kathmandu - Warszawa, z przesiadkami,
- Przelot na trasie Pokhara - Jomsom,
- Wszelki transport na terenie Nepalu realizowany prywatnym pojazdem,
- Zakwaterowanie w pokojach 2-osobowych w Kathmandu i Pokharze,
- Zakwaterowanie w prostych, nieogrzewanych, 2-3 osobowych izbach na trekkingu,
- Wyżywienie według planu opisanego w programie (4 śniadania),
- Opiekę polskojęzycznego pilota oraz przewodnika,
- W czasie trekkingu opiekę lokalnego przewodnika górskiego (anglojęzycznego),
- Wydanie pozwolenia na trekking w regionie Annapurny (TIMS),
- Bilet wstępu do ACAP (Annapurna Conservation Area Project),
- Bilety wstępu do zwiedzanych obiektów,
- Ubezpieczenie zdrowotne (KL, NNW),
- Obowiązkową składkę na Ubezpieczeniowy Fundusz Gwarancyjny

Cena przelotu zakłada bilet do kwoty 5000 PLN od osoby. Wyższa od założonej cena biletu lotniczego będzie skutkować koniecznością dopłaty przez uczestnika różnicy, pomiędzy ostateczną ceną biletu, a gwarantowanym poziomem 5000 PLN.

### Cena nie zawiera

- Wizy turystycznej do Nepalu 30 US\$ /os.,
- Wyżywienia nieopisanego w programie, min 300 US\$.
- Obowiązkowych napiwków dla nepalskiej obsługi: 60 US\$ od os.,
- Prywatnego ekwipunku związanego z trekkingiem w górach,
- Elementów nie opisanych w programie,
- Wszelkich wydatków natury prywatnej

### Opcjonalnie

- Rafting (spływ pontonami) na Rzece Trisuli: 50 US\$ /os. (przy minimum 6 osobach)



Ten folder nie jest ofertą sprzedaży w rozumieniu prawa handlowego. Wszelkie prawa do tekstu i użytych w folderze zdjęć są zastrzeżone.

16 dni  
**nepal**  
MUKTINATH TREKKING



wyprawy.transazja.pl/muktinath

Prawdopodobnie jeden z  
najłatwiejszych trekkingów w Nepalu.  
Idealny dla osób które dopiero  
rozpoczynają swoją przygodę z górami!

# ODWIEDŹ NEPAL!



[wyprawy.transazja.pl/muktinath](http://wyprawy.transazja.pl/muktinath)

16 dni  
**nepal**  
MUKTINATH TREKKING