

# TYBET

## TAJEMNICZY DACH ŚWIATA

15 DNI

*Odwiedź dwa obszary kulturowego Tybetu w czasie jednej wyprawy:  
Amdo i Tybetański Region Autonomiczny!*



**Długość wyjazdu:** 15 dni

**Trasa:** Dwa obszary kulturowego Tybetu w czasie jednej wyprawy:

**Region Amdo:** Labrang (Xiahe), Repkong (Tongren), Xining,

**Tybetański Region Autonomiczny (TAR):** Lhasa, Tsetang, Jumbu Lhakang, Samye, Jezioro Yamdrok, Gyantse, Sakya, Rongbuk, okolice bazy pod Mt. Everest, Shigatse, Lhasa

### TERMIN WYJAZDU

16-30 maja 2025 daty ostateczne, nie ulegną zmianie

### GŁÓWNE ATRAKCJE

- ❖ **Dwa obszary kulturowego Tybetu** w czasie jednej wyprawy: Amdo i Tybetański Region Autonomiczny,
- ❖ **Wszystkie największe klasztory** tybetańskiej tradycji Gelug (żółtych czapek),
- ❖ **Pałac Potala** – zimowa rezydencja Dalajlamów w Lhasie,
- ❖ Przejazd **koleją trans-tybetańską** (najwyżej na świecie położoną linią kolejową) z Xining do Lhasy,
- ❖ Pobyt nieopodal **bazy pod Mt. Everest**,
- ❖ Klasztor Rongbuk – **najwyżej na świecie położony klasztor**,
- ❖ Klasztor Tseway – unikalny - bo należący **do tradycji Bön**,
- ❖ Zamek Jumbu Lhakang i Dolina Yarlung – **kolebka państwowości tybetańskiej**,
- ❖ **Klasztor Samye** - najstarszy na terenie Tybetu,
- ❖ **Święte Jezioro Yamdrok** z jego turkusowymi wodami,
- ❖ **Klasztor Sakya** – historyczna siedziba szkoły Sakya Pa, a architektonicznie **forteca w stylu mongolskim**,
- ❖ Klasztor Pelkhor Choede, stupa Gyantse Kumbum i Forteca w **uroczym miasteczku Gyantse**,
- ❖ **Największe na świecie malowidło o charakterze religijnym** w Muzeum Tybetu w Xining,
- ❖ Klasztor tradycji Bön – **Yungdrungling**,
- ❖ **Klasztor Samding (nowość w 2025)**,
- ❖ **Główne zabytki Lhasy:** Świątynia Jokhang, Ulica Barkor, klasztory Drepung i Sera oraz Letni Pałac Norbulinka.

## OD AUTORA: DLACZEGO TYBET?

Prawdopodobnie każdy z nas ma jakieś wyobrażenia na temat Tybetu. Ośnieżone, górskie szczyty, mnisi w odizolowanych klasztorach intonujący buddyjskie mantry, kudłate jaki pasące się na bezkresnych pastwiskach, czy wyidealizowane obrazy z filmowych produkcji typu „Siedem lat w Tybecie”. Na dźwięk wyrazu „Tybet” mało kto pozostaje obojętny, bo Tybet jawi się jako mistyczna kraina zamknięta przed światem, nieograniczona przestrzeń dostępna tylko wielkim marzycielom, kraina niemal zakazana, odludna, bezkresna i odległa.

Jednak Tybet to twór zupełnie realny. Geograficznie i przyrodniczo to nieprzychylnie człowiekowi miejsce. Nie bez przyczyny nazywany jest często „Dachem Świata”. Teren ciągnący się ze wschodu na zachód na długości ponad 2500 km, położony średnio na wysokości 4000-5000 m. n.p.m., od południa i zachodu otaczają majestatyczne górskie łańcuchy Himalajów, Karakorum i Pamiru. Na jego terenie biorą początek wielkie rzeki Azji, jak Jangcy, Brahmaputra, Indus czy Mekong.

Tybet to równocześnie jeden z najciekawszych, najbardziej tajemniczych i trudno dostępnych zakątków Azji. Od zawsze rozpałał wyobraźnię podróżników, wędrowców i pielgrzymów. Przez wieki skutecznie unikając zbyt bliskich kontaktów ze światem zewnętrznym wytworzył wyjątkową i oryginalną kulturę zdominowaną przez tybetańską odmianę buddyzmu, będącą połączeniem buddyzmu wywodzącego się z Indii z lokalnymi, dawnymi wierzeniami Bön.

Tybet nigdy w swojej historii nie był państwem jednorodnym. Poszczególne regiony różniły się między sobą nie tylko przyrodą, ale również językiem, kulturą czy codziennością życia. Spajała je za to religia. Współczesny Tybet nie jest niepodległym krajem. W 1949 roku został włączony do Chin i tylko niewielka część dawnego terytorium stanowi teraz Tybetański Region Autonomiczny. Pozostały obszar został włączony do sąsiednich chińskich prowincji.

Jako że regiony Tybetu zawsze mocno różniły się między sobą, a wydarzenia z II połowy XX wieku jeszcze bardziej pogłębiły te różnice, należy traktować Tybet jako cel przynajmniej kilku, różnych wyjazdów. Myli się ten, kto będąc w samej Lhasie chce uznać Tybet za „zaliczony”. I o ile daleki jestem od twierdzenia, że nasza wyprawa pokaże „cały” Tybet, to pokaże dwa jego różne oblicza. Tak skonstruowałem trasę, aby uczestnicy mogli doświadczyć dwóch obszarów kulturowego Tybetu: Amdo - północno-wschodniej części dawnego Tybetu oraz Tybetańskiego Regionu Autonomicznego (TAR) ze stolicą w Lhasie, z którym to wiążą się wszystkie popularne skojarzenia związane z Tybetem. W ten sposób przygotowana trasa pozwala również na niemal podręcznikową aklimatyzację do najwyższych wyniesionych obszarów które chcę pokazać uczestnikom.

Tybet nie jest zakazaną krainą! Jest tylko trochę trudniej dostępnym regionem świata, jednak bezwzględnie wartym uwagi i poznania. Spotkajmy się zatem na „tybetańskim dachu świata”.

*Krzysztof Stępień*  
 autor trasy

## CO ODRÓŻNIA NASZ PORGAM OD INNYCH OFERT?

- ❖ **Jako jedyni w Polsce** odwiedzamy z naszymi uczestnikami dwa obszary kulturowego Tybetu w czasie jednej wyprawy: Amdo oraz Tybetański Region Autonomiczny,
- ❖ Umieściliśmy w programie podróż kolejną trans-tybetańską, **ale jako jedyni w Polsce** ograniczyliśmy czas podróży o połowę, zawężając przejazd tylko do najbardziej wartościowego fragmentu,
- ❖ Przy planowaniu trasy położyliśmy duży nacisk na **właściwą aklimatyzację do dużych wysokości**. Trasę rozpoczynamy poniżej 3000m i stopniowo przygotowujemy się do pobytu w wyżej położonych regionach. W efekcie przyjazd do Lhasy nie powinien być bardzo uciążliwy dla organizmu,



- ❖ Świadomie ograniczyliśmy zorganizowane zwiedzanie Lhasy do najbardziej istotnych miejsc, **pozostawiając dużo czasu wolnego** na swobodne poruszanie się po mieście i chłonięcie jego niezwyklej atmosfery,
- ❖ Jako nieliczni **nocujemy w Sakya** – uważając to miejsce za niezwykle ciekawe i warte spędzenia czasu,
- ❖ Świadomie nie zapewniamy obiadów i kolacji w drugiej połowie wyjazdu. Jadamy wówczas w lokalnych restauracjach, samodzielnie zamawiając potrawy (oczywiście chętnie w tym pomagamy). **To pozwala jeszcze bardziej zbliżyć się do ludzi, wejść z nimi w interakcję** – a przy okazji jeść potrawy które już się poznało i polubiło w pierwszej części wyjazdu. Taki zabieg sprawdził się już w czasie naszych poprzednich pobytów w Tybecie i Chinach.
- ❖ Ponadto staramy się nie powielać programów innych operatorów,
- ❖ Każdą trasę budujemy zawsze w oparciu o własne doświadczenia i sprawdzenie jej na miejscu,
- ❖ Jesteśmy doskonale przygotowani merytorycznie do przybliżenia Chin i Tybetu. Nasze wyjazdy słyną z **wysokiej jakości narracji**. Doceniło to m.in. **Wydawnictwo Pascal** powierzając nam aktualizację swojego przewodnika po Chinach oraz zlecając napisanie **mini-przewodników po Pekinie i Szanghaju**.

### STOPIEŃ TRUDNOŚCI WYJAZDU

Łatwy, jednak dość intensywny wyjazd o charakterze objazdowym, związany z przebywaniem na dużych wysokościach, dostępny dla każdego **między 18 a 65 rokiem życia**. Podróż odbywać się będzie wyłącznie prywatnym autobusem lub mikrobusiem, a chodzenie ograniczać się będzie tylko do pieszego poruszania się po zwiedzanych obiektach. **Nie jest to wyprawa trekkingowa**. Przeciwwskazaniami do wyjazdu są schorzenia zdrowotne uniemożliwiające przebywanie na wysokości powyżej 3000 m n.p.m., czy problemy z krążeniem. Uczestnicy muszą być przygotowani na to, że spędzą dużo czasu w autobusie.

### CZYTAJĄC, ZWRÓĆ UWAGĘ

- ❖ Nie jest to formuła trampingowa,
- ❖ Nie jest to trekking!
- ❖ **Polski przewodnik** przez całą podróż,
- ❖ Bogata narracja w języku polskim,
- ❖ Nie będziemy korzystać z publicznych autobusów,
- ❖ Podana niżej cena jest całkowitą, bez dodatkowych, czy ukrytych opłat.

### ZAKWATEROWANIE W CZASIE WYJAZDU

Jakość, lokalizacja oraz wystrój hoteli są dla nas ważne. W doborze hoteli kierujemy się w tym przypadku ich lokalizacją. Wymagamy, aby hotele znajdowały się w najbardziej dogodnej do zwiedzania lokalizacji, w bezpośredniej bliskości interesujących miejsc. Równocześnie staramy się, aby hotele nie były banalne i swoim wystrojem i stylistyką uzupełniały wrażenia z pobytu w Tybecie. W lokalnej nomenklaturze oznaczone są one jako hotele 3\*. Posiadają 2-osobowe, przestronne, dobrze umeblowane pokoje, z klimatyzacją, telewizorem i łazienką wyposażoną w jednorazowe akcesoria do mycia.

Planujemy pobyt w poniższych hotelach. W przypadku braku możliwości zakwaterowania w wyżej wymienionych obiektach, zostaną one zastąpione innymi, o podobnym standardzie oraz lokalizacji.

- ❖ **Labrang**: [Overseas Tibetan Hotel](#) 3\*
- ❖ **Lhasa**: Fliport Garden Hotel oraz Tibet Gang-Gyan 3\*
- ❖ **Samye**: Samye G.H. 3\*
- ❖ **Gyantse**: Gyantse Jiangyuan Hotel. 3\*
- ❖ **Sakya**: Sakya Yuan Mansion Hotel \*3
- ❖ **Rongbuk**: bardzo proste schronisko, ale z widokiem na Mt. Everest
- ❖ **Shigatse**: Shiga Yangcha Grand Hotel 3\*

## RAMOWY PROGRAM WYJAZDU

#	TRASA	PLAN DNIA	POSIŁKI
Dzień 1	Warszawa	✚ Wylot do Chin	-
Dzień 2	<a href="#">Lanzhou - Labrang</a>	✚ Przyłot do <b>Lanzhou</b> ✚ Przejazd prywatnym autobusem do Labrang / Xiahe	O, K
Dzień 3	<a href="#">Labrang - Repkong</a>	✚ Zwiedzanie <b>miasta klasztornego Labrang</b> i <b>Pagody Gongtang</b> ✚ Przejazd na pastwiska Ganja ✚ Zwiedzanie: <b>Tseway – klasztoru tradycji Bön</b> ✚ Krótki spacer w wąwozie na granicy Gansu i Qinghai ✚ Przejazd do Repkong / Tongren	Ś, O, K
Dzień 4	<a href="#">Repkong - Xining</a>	✚ Zwiedzanie <b>klasztorów Rongwo</b> oraz <b>Wutong</b> ✚ Przejazd do Xining ✚ Zwiedzanie <b>Muzeum Tybetańskiego</b> w Xining ✚ Rozpoczęcie podróży <b>koleją trans-tybetańską do Lhasy</b>	Ś, O, K
Dzień 5	<a href="#">Xining - Lhasa</a>	✚ <b>Przyjazd do Lhasy</b> późnym popołudniem ✚ Transfer do hotelu w Lhasie	-
Dzień 6	<a href="#">Lhasa - Tsetang - Samye</a>	✚ Przejazd prywatnym autobusem do Tsetang ✚ Zwiedzanie <b>Pałacu Jumbu Lhakang</b> ✚ Przejazd do Samye, ✚ Zwiedzanie <b>Klasztoru Samye</b> ✚ Nocleg w Samye	O
Dzień 7	<a href="#">Samye – Jezioro Yamdrok - Gyantse</a>	✚ Przejazd wzdłuż brzegów <b>Jeziora Yamdrok</b> ✚ Zwiedzanie <b>Klasztoru Samding</b> ✚ Oglądanie <b>lodowca na Przełęczy Karo La</b> ✚ Przyjazd do Gyantse, nocleg	Ś
Dzień 8	<a href="#">Gyantse - Sakya</a>	✚ Zwiedzanie <b>Klasztoru Pelkhor Choede</b> i <b>fortecy Gyantse</b> ✚ Przejazd do Sakya, nocleg	Ś
Dzień 9	<a href="#">Sakya – Mt. Everest - Rongbuk</a>	✚ Zwiedzanie <b>Klasztoru Sakya</b> ✚ Przejazd do podnóża <b>Mt. Everest</b> ✚ Zwiedzanie <b>Klasztoru Rongbuk</b> ✚ Nocleg w Rongbuk	Ś
Dzień 10	<a href="#">Rongbuk - Shigatse</a>	✚ Przejazd do Shigatse ✚ <b>Kora dookoła Klasztoru Tashilhunpo</b> (opcjonalnie)	Ś
Dzień 11	<a href="#">Shigatse - Lhasa</a>	✚ Zwiedzanie <b>Klasztoru Tashilhunpo</b> ✚ Przejazd w kierunku Lhasy ✚ Zwiedzanie <b>Yungdrungling - klasztoru tradycji Bön</b> ✚ Przyjazd do Lhasy, nocleg	Ś
Dzień 12	<a href="#">Lhasa</a>	✚ Zwiedzanie: <b>Pałacu Potala, Klasztoru Drepung, Klasztoru Jokhang</b> oraz <b>Placu Barkhor</b>	Ś
Dzień 13	<a href="#">Lhasa</a>	✚ Czas wolny w Lhasie ✚ Dla chętnych, możliwe dodatkowe wycieczki do: <b>Klasztoru Ramoche</b> i <b>Pałacu Norbulinka</b>	Ś
Dzień 14	<a href="#">Lhasa</a>	✚ Przejazd na lotnisko w Gonggar, wylot do Polski	Ś
Dzień 15	Warszawa	✚ Przyłot do Warszawy	-

## SZCZEGÓŁOWY PROGRAM WYJAZDU

### DZIEŃ 1, WYLOT Z POLSKI

Przelot do Lanzhou (*wym. Landzhou*) w środkowych Chinach, z jedną przesiadką w Pekinie.

### DZIEŃ 2, PRZYLOT / LANZHOU – LABRANG / XIAHE (2930M.)

#### OBIAD, KOLACJA

Po lądowaniu w Lanzhou (stolicy chińskiej prowincji Gansu) obiad, a następnie transfer prywatnym autobusem do **Labrang / Xiahe** (*wym. Siahe*) – pierwszej enklawy tybetańskiej w regionie Amdo. Po przyjeździe na miejsce kolacja i nocleg w hotelu.

- ❖ **Labrang** (tyb.) / **Xiahe** (chiń.) – niewielka miejscowość w regionie Amdo (północno-wschodnia część historycznego Tybetu), obecnie należąca do chińskiej prowincji Gansu. Położona na wysokości ponad 2930 m n.p.m. Znajduje się w niej buddyjski klasztor Labrang – szósty najważniejszy klasztor szkoły Gelug (żółtych czapek). Xiahe jest zamieszkałe przez Tybetańczyków, Chińczyków Han i chińskich muzułmanów Hui. Jest typowym przykładem pogranicza chińsko-tybetańskiego i przenikania się kultur oraz handlu. Miejscowość dzieli się na 3 części - nowoczesną dzielnicę chińsko-muzułmańską przechodzącą w tybetańską, klasztor Labrang i tybetańską wioskę znajdującą się za klasztorem.



Młynki modlitwne w Klasztorze Labrang, Xiahe

### DZIEŃ 3, LABRANG / XIAHE (2930m.) – REPKONG / TONGREN (2480m.)

#### ŚNIADANIE, OBIAD, KOLACJA

Dzień zaczniemy od zwiedzania **Miasta Klasztornego Labrang**. Później odwiedzimy efektowną **Pagodę Gongtang** (Złotą Pagodę). Następnie zjemy obiad, po którym opuścimy Xiahe i udamy się prywatnym autobusem do Repkong / Tongren. Trasa będzie prowadzić przez bardzo malownicze tereny pastwisk **Ganja**. Po drodze odwiedzimy unikalny **Klasztor Tseway**, zerkniemy z oddali na otoczoną murem **wioskę-fortecę Bajiao** z 2000 letnią historią i **przespacerujemy się wąwozem** na granicy prowincji Gansu i Qinghai (jeśli warunki pogodowe na to pozwolą). Kolacja i nocleg w Repkong / Tongren.



Klasztor Tseway należący do tradycji Bön

- ❖ **Klasztor Labrang** - jeden z sześciu najważniejszych klasztorów szkoły Gelug (żółtych czapek) tybetańskiego buddyzmu. Założony w 1709 roku, jest najważniejszym klasztorem buddyzmu tybetańskiego poza Tybetańskim Regionem Autonomicznym. Jako jeden z nielicznych, klasztor uniknął większych zniszczeń w czasie rewolucji kulturalnej. Obecna liczba zamieszkujących go mnichów – około 1200 - stanowi jedynie ułamek ich liczby sprzed rewolucji. Można powiedzieć, że całe miasteczko Xiahe „żyje” wokół klasztoru, czyniąc je w dużej mierze miastem klasztornym.
- ❖ **Klasztor Tseway** – unikalny - bo należący do tradycji Bön - klasztor zlokalizowany nieopodal wioski Bajiao.

- ❖ **Bajiao** – wioska-forteca z 2000 letnią historią, otoczona doskonale zachowanym murem obronnym w kształcie wielokąta. Niegdyś był to cesarki garnizon wojskowy na granicy z Tybetem, z czasem przekształcony w wioskę, zamieszkałą po dziś dzień.



Bajiao – wioska-forteca z 2000 letnią historią

#### DZIEŃ 4, REPKONG / TONGREN (2480m.) - XINING (2275m.)

##### ŚNIADANIE, OBIAD, KOLACJA

Po śniadaniu udamy się na zwiedzanie **Repkong / Tongren**. Odwiedzimy **Klasztor Rongwo** oraz **Wutong**, by następnie, po obiedzie, ruszyć dalej w kierunku stolicy prowincji Qinghai – Xining (*wym. Sining*). Odwiedzimy **Muzeum Tybetu**, mieszczące największą na świecie thankę. Następnie, po kolacji udamy się na dworzec kolejowy, skąd **pociągiem trans-tybetańskim** odjedziemy do Lhasy. Nocleg w pociągu.

- ❖ **Klasztor Rongwo** – to największy klasztor Repkongu, należący do szkoły Gelug (żółtych czapek) tybetańskiego buddyzmu, założony w 1341 roku przez Rongwo Samten Rinpoche. Obecnie jest silnym ośrodkiem naukowym, kształcącym między innymi w zakresie praktyk i pism tantrycznych.
- ❖ **Klasztor Wutong** – klasztor znany głównie z monastycznej kolekcji wielowiekowych malowideł Thangka.
- ❖ **Największa na świecie thanka** – to tybetańskie malowidło o charakterze religijnym, malowane na materiale. Znajduje się w Muzeum Tybetu w Xiningu. Ma 618 metrów długości i 2,5 metra szerokości, co czyni ją najdłuższą thanką na świecie. Pracowało nad nią 400 artystów przez 4 lata, natomiast prace przygotowawcze zajęły pomysłodawcy aż 23 lata.



Największa na świecie thanka, Xining

#### DZIEŃ 5, XINING (2275m.) – PRZEJAZD KOLEJĄ TRANSTYBETAŃSKĄ DO LHASY

##### BRAK POSIŁKÓW

Poprzednią noc i niemal cały dzień spędzimy podróżując **pociągiem trans-tybetańskim**. Pokonamy tym samym **najwyżej położony szlak kolejowy na świecie**. Przejazd odbywać się będzie w wagonach z miejscami leżącymi. Podróż na dach świata zajmie nam około 21 godzin. Na dworzec kolejowy w **Lhasie** dotrzemy wczesnym wieczorem. Nocleg w hotelu w Lhasie.

- ❖ **Kolej trans-tybetańska** - linia kolejowa Qinghai-Tybet - słusznie uznawana za dzieło sztuki inżynierskiej początku XXI wieku - łączy chińskie miasto Xining w prowincji Qinghai, z Lhasą - stolicą Tybetańskiego Regionu Autonomicznego. Budowę rozpoczęto 8 lutego 2001. **Jest to najwyżej położony szlak kolejowy na świecie**. Na trasie znajduje się 30 stacji kolejowych, a jego długość wynosi 1895 km i biegnie m.in. przez przełęcz Tanggula na wysokości 5072 m n.p.m. Na szlaku znajduje się również najwyżej położony tunel kolejowy na świecie na wysokości 4905 m n.p.m., ma on długość 1338 metrów. Ponad 80% całej trasy znajduje się na poziomie wyższym niż 4000 m n.p.m., a 550 km znajduje się w strefie wiecznej zmarzliny.



Kolej trans-tybetańska

**DZIEŃ 6, LHASA (3650m.) – TSETANG (3580m.) – SAMYE (3550m.)**
**OBIAD**

Tego dnia naszym celem nie będzie sama Lhasa, lecz **Samye**. Po wyjeździe z Lhasy udamy się najpierw do Tsetang – czwartego największego miasta Tybetu, celem zameldowania się w lokalnym biurze bezpieczeństwa. Następnie udamy się do zamku **Jumbu Lhakang** w **Dolinie Jarlung**, uważanego za kolebkę państwowości tybetańskiej. Później, po obiedzie, pojedziemy do Samye. Na miejscu zwiedzimy **Klasztor Samye** - najstarszy na terenie Tybetu. Kolacja i nocleg w hotelu w Samye.

❖ **Dolina Jarlung** - uznawana jest za kolebkę narodu tybetańskiego. To obszar gdzie już dwa tysiące lat temu zaczęło prosperować królestwo, z którego następnie rozwinęło się państwo i kultura dzisiejszego Tybetu.

❖ **Zamek Jumbu Lhakang** - zgodnie z tradycją był pierwszym murowanym budynkiem w Tybecie oraz siedzibą aż 33 królów Jarlungu, w wielkiego Songtsena Gampo, który w VII wieku zjednoczył Tybet, uczynił buddyzm religią państwową i przeniósł stolicę królestwa do Lhasy.

❖ **Klasztor Samye** - jest najstarszym buddyjskim klasztorem w Tybecie. Zbudowany w czasach imperium tybetańskiego, około roku 779. Klasztor był jednym z głównych założeń planu ustanowienia buddyzmu w Tybecie religią państwową. Jest uznawany za jeden z najpiękniejszych klasztorów w kraju i symbol narodowej tożsamości Tybetańczyków.



Zamek Jumbu Lhakang



Klasztor Samye

**DZIEŃ 7, SAMYE (3550m.) – JEZIORO YAMDROK (4550m.) - GYANTSE (4000m.)**
**ŚNIADANIE**

Po opuszczeniu gościnnego Samye ruszymy okrężną, górską drogą w kierunku **Gyantse**, oglądając po drodze święte i malownicze zarazem **Jezioro Yamdrok** oraz **lodowiec na Przełęczy Karo La** (5036m.). W połowie dnia zajrzemy jeszcze do unikalnego **Klasztoru Samding**. Obiad i kolacja w lokalnych restauracjach we własnym zakresie. Nocleg w hotelu w Gyantse.

❖ **Jezioro Yamdrok** (Yamdrok Tso) - jest jednym z trzech świętych jezior Tybetu (obok Manasarovar i Nam Tso). Położone na wysokości 4450 metrów n.p.m., ma 72 km długości, niezwykle intensywny turkusowy kolor wody i jest malowniczo otoczone szczytami gór.

❖ **Przełęcz Karo La** – to malownicza przełęcz nieopodal Jeziora Yamdrok. Wznosi się na wysokość 5036m. n.p.m. Można z niej oglądać majestatyczny Lodowiec Nojinkangsang Karo.



Jezioro Yamdrok

- ❖ **Klasztor Samding** – to prawdopodobnie najpiękniej położony na naszej trasie klasztor. O jego unikalności stanowi fakt, że jest to jedyny klasztor w Tybecie, którego zwierzchnikiem jest kobieta-przeor.

## DZIEŃ 8, GYANTSE (4000m.) – SAKYA (4300m.)

### ŚNIADANIE

Dzień rozpoczniemy zwiedzaniem **Klasztoru Pelkhor Choede** oraz niezwyklej stupy **Gyantse Kumbum**. Następnie wejdziemy jeszcze na szczyt **Fortecy Gyantse**, z której to rozpościera się fantastyczny widok na okolicę. Postaramy się też wygospodarować trochę **czasu wolnego na zakupy** w tym przyjemnym miasteczku. Następnie ruszymy do **Sakya** – prawdopodobnie najpiękniejszego i najbardziej tybetańskiego miasteczka w Tybetańskim Regionie Autonomicznym. Obiad i kolacja w lokalnych restauracjach we własnym zakresie. Nocleg w hotelu w Sakya.

- ❖ **Gyantse** – to jedno z najbardziej urokliwych i zarazem najmniej chińskich miast na terenie Tybetu. Leży na wysokości ok. 4000 metrów n.p.m., w pobliżu drogi łączącej Katmandu i Lhasę.
- ❖ **Klasztor Pelkhor Choede** - został wybudowany w XV wieku jako zespół kilkunastu klasztorów należących do wszystkich czterech szkół Buddyzmu Tybetańskiego. Klasztor słynie z najwyższej w Tybecie stupy Kumbum, mierzącej 35 metrów wysokości, od wewnątrz ozdobionej tysiącami buddyjskich murali.
- ❖ **Forteca Gyantse** - górujący nad miastem fort zbudowany w XIV wieku. Zasłynął z wojny obronnej Tybetańczyków przeciwko Brytyjczykom w 1904 roku. Z fortu rozciąga się piękny widok na okolicę.
- ❖ **Klasztor Sakya** - to najbardziej unikalny architektonicznie klasztor w całym Tybecie, historyczna siedziba tradycji buddyjskiej o tej samej nazwie. Jego Wielka Świątynia to faktycznie **forteca w stylu mongolskim**. Budowę klasztoru dla buddyjskiej szkoły sakya rozpoczęto w 1073. Szkoła ta powstała w czasach buddyjskiego odrodzenia, a Sakya Gompa stała się jej głównym klasztorem do 1959.



Klasztor Pelkhor Choede



Forteca Gyantse

## DZIEŃ 9, SAKYA (4300m.) – RONGBUK I OKOLICE BAZY POD MT. EVEREST (5100m.)

### ŚNIADANIE

Po śniadaniu zwiedzimy **Klasztor Sakya** – historyczną siedzibę tradycji buddyjskiej o tej samej nazwie. Następnie wyruszymy autobusem w kierunku **podnóża Mt. Everest**. Trasa będzie wiodła początkowo tzw. „**autostradą przyjaźni**” – drogą prowadzącą do granicy z Nepalem. Później, licznymi serpentynami wejdziemy **na punkt widokowy** zlokalizowany na wysokości ponad 5200m., z którego to – przy dobrej pogodzie – rozpościera się wspaniała **panorama na Himalaje** – w tym na przynajmniej **4 ośmiotysięczniki**. Po kolejnych 2 godzinach jazdy



Klasztor Sakya



dotrzemy do stóp najwyższej góry świata, do **Klasztoru Rongbuk**. Obiad i kolacja w lokalnej restauracji we własnym zakresie. Nocleg w bardzo prostym schronisku przy Klasztorze Rongbuk.

❖ **Mt. Everest Base Camp** - jest miejscem u podnóża najwyższej góry świata, po tybetańskiej stronie, skąd wyruszają w kierunku szczytu wszystkie wyprawy wspinaczkowe prowadzone od strony Chin. Himalaiści zdobywają tutaj aklimatyzację i czekają na dobrą pogodę. Położony jest na wysokości 5200 metrów n.p.m. **My, co prawda do samego obozu wejść nie możemy, ale zanocujemy jakieś 8km bliżej** – co z całą pewnością nie wypłynie negatywnie na widok na północną ścianę najwyższej góry świata.



Mt. Everest

❖ **Klasztor Rongbuk** - Najwyżej położony klasztor na świecie, należący do tybetańskiej szkoły Nyingma. Rozpościera się z niego fantastyczny widok na północną ścianę Mt. Everest.

**Uwaga:** ze względu na często zmieniającą się sytuację polityczną w regionie, nie jesteśmy w stanie gwarantować noclegu przy Klasztorze Rongbuk. Jeżeli w czasie naszego pobytu władze uniemożliwią nocowanie w tej okolicy, to będziemy musieli wczesnym popołudniem opuścić podnóżę Mt. Everest, przejechać do Tingri i tam zanocować.

## DZIEŃ 10, RONGBUK (5100m.) - SHIGATSE (3800m.)

### ŚNIADANIE

Tego dnia dużo czasu spędzimy w autobusie. Musimy bowiem przemieścić się z podnóża Mt. Everest do Shigatse – drugiego największego miasta Tybetu. Po dotarciu na miejsce – celem rozprostowania nóg – przyłączymy się do pielgrzymów okrążających rytualnie potężny **Klasztor Tashilhunpo** (opcjonalnie, w zależności od chęci uczestników i godziny dotarcia do hotelu). Obiad i kolacja w lokalnych restauracjach we własnym zakresie. Nocleg w hotelu w Shigatse.

❖ **Klasztor Tashilhunpo** – to buddyjski zespół klasztorny, położony w pobliżu tybetańskiego miasta Shigatse. Należy do szkoły Gelug. Został zbudowany w roku 1447 przez Gendun Drupa, pierwszego Dalajlamę. Klasztor ten stanowił tradycyjną siedzibę kolejnych Panczenlamów. W okresie największej świetności w klasztorze mieszkało 4000 mnichów, obecnie zaledwie kilkuset.



Droga do Mt. Everest

## DZIEŃ 11, SHIGATSE (3800m.) - LHASA (3650m.)

### ŚNIADANIE

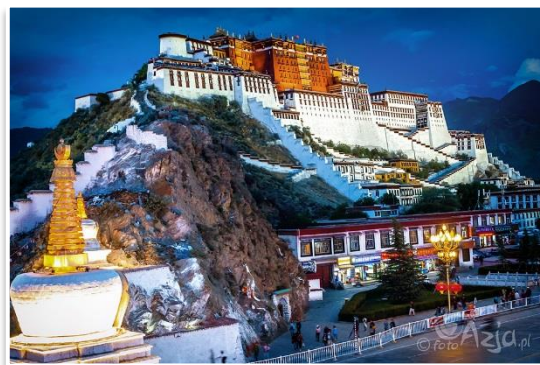
Dzień rozpoczniemy od wizyty w **Klasztorze Tashilhunpo** w Shigatse. Następnie autobusem pojedziemy w kierunku Lhasy. Po drodze zatrzymamy się jeszcze w **Klasztorze Yungdrungling** – unikalnym, bo należącym do tradycji Bön. Późnym popołudniem dotrzemy do dawnej stolicy Tybetu i zarazem najważniejszego miasta regionu – **Lhasy**. Tego dnia odwiedzimy jeszcze po raz pierwszy tętniący życiem, handlem i



Klasztor Tashilhunpo w Shigatse

pielgrzymami **Plac Barkhor** i **dzielnicę tybetańską**. Obiad i kolacja w lokalnych restauracjach we własnym zakresie. Nocleg w hotelu w Lhasie.

- ❖ **Lhasa** – niegdysiejsza stolica Tybetu, a obecnie stolica Tybetańskiego Regionu Autonomicznego. Według tradycji, w VII wieku król Songcen Gampo ustanowił miasto swoją stolicą, a w XVII wieku stało się siedzibą Dalajlamów.
- ❖ **Plac Barkhor** – handlowa ulica starej Lhasy, otaczająca Świątynię Jokhang. Jest to faktyczne serce tradycyjnej Lhasy, idealne miejsce do podglądania życia mieszkańców oraz pielgrzymów.



Pałac Potala, Lhasa

## DZIEŃ 12, LHASA (3650m.)

### ŚNIADANIE

Całodniowe zwiedzanie miasta. Odwiedzimy przede wszystkim **Pałac Potala** – zimową rezydencję nominalnych władców Tybetu do 1959, największy klasztor Lhasy – **Drepung** oraz najważniejszą świątynię Tybetu – **Jokhang**. Obiad i kolacja w lokalnych restauracjach we własnym zakresie. Nocleg w hotelu w Lhasie.

- ❖ **Pałac Potala** – zimowa rezydencja władców Tybetu. To najwyżej usytuowanym (3700 m n.p.m.) pałac na świecie. Wznosi się ponad 90 metrów nad miastem, zajmując południowe zbocza Marpo Ri (Czerwonej skały) na długości ok. 1,5 km. Składającą się z 13 kondygnacji budowle wzniesiono z gliny, kamieni i drewna bez użycia gwoździ. Pałac podzielony jest na zewnętrzny Potrang Karpo (Biały Pałac) o świeckim charakterze, zawierający również prywatne pomieszczenia dalajlamy, oraz wewnętrzny Potrang Marpo (Czerwony Pałac), religijne centrum Tybetu, mieszczące groby 8 z 14 dalajlamów.
- ❖ **Klasztor Drepung** – Jeden z trzech wielkich klasztorów-universytetów Gelug w Tybecie. Drepung jest największym z tybetańskich klasztorów. W czasach swojej świetności był największym klasztorem na świecie, spośród wszystkich religii. Założony w 1416 r. przez bezpośredniego ucznia Tsongkhapy, założyciela szkoły Gelug.
- ❖ **Świątynia Jokhang** – najstarsza buddyjska świątynia w Tybecie, wzniesiona ok. roku 641 w Lhasie przez pierwszego władcę okresu imperialnego króla Songcen Gampo. Jest jednym z najświętszych miejsc buddyzmu tybetańskiego, którego znaczenie dorównuje funkcji katedry w kulturze zachodu. Jest to jeden z głównych celów pielgrzymek tybetańskich buddystów oraz kluczowe miejsce w historii i kulturze Tybetu.



Klasztor Drepung, Lhasa



Świątynia Jokhang

## DZIEŃ 13, LHASA (3650m.)

### ŚNIADANIE

Dla wszystkich tych, którzy będą już mieli przesyt świątyń, dzień pozostawimy **do własnej dyspozycji**. Można będzie przeznaczyć go na spacer czy zakupy. Dla pozostałych osób, będzie istniała możliwość zorganizowania odpłatnej wycieczki do **Klasztoru Ramocze** i letniej rezydencji Dalajlamów – **Pałacu Norbulinka**. Szczegółowy program pozostawimy do ustalenia z zainteresowanymi osobami. Obiad i kolacja w lokalnych restauracjach we własnym zakresie. Nocleg w hotelu w Lhasie.



Plac Barkhor

- ❖ **Letni Pałac Norbulinka** – wzniesiony w drugiej połowie XVIII w. przez VII Dalajlamę, służył jako letnia rezydencja kolejnych Dalajlamów aż do powstania antychińskiego w 1959 roku.
- ❖ **Klasztor Ramocze** - jeden z najważniejszych klasztorów Lhasy. Budowę klasztoru przypisuje się chińskiej księżniczce Wencheng, żonie króla Tybetu Songcena Gampo, która wprowadziła buddyzm do Tybetu. Świątynia poświęcona była Buddzie "Dżoło", którego wyobrażenie przywiozła księżniczka do Tybetu.

## DZIEŃ 14, LHASA (3650m.)

### ŚNIADANIE

Po śniadaniu pożegnamy Lhasę i pojedziemy na **lotnisko Gonggar**, skąd polecimy samolotem do Polski, z jedną przesiadką w Pekinie.

## DZIEŃ 15, PRZYLOT DO POLSKI

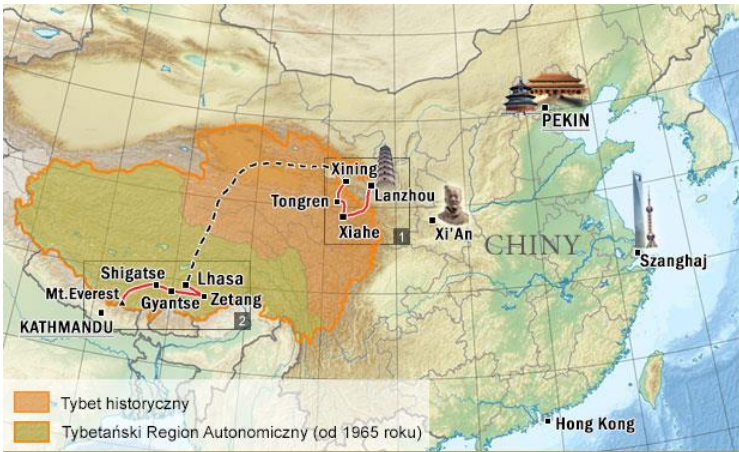
Przyłot do Polski, zakończenie wyjazdu.

## ORGANIZATOR WYJAZDU

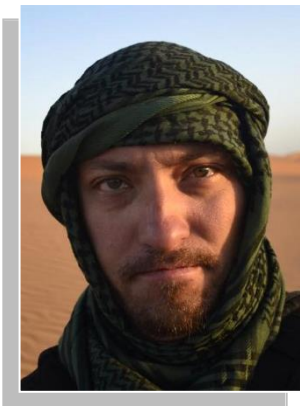
### TRANSAZJA Krzysztof Stępień

z siedzibą w Pruszkowie przy ulicy **Kubusia Puchatka 8/34, 05-800 Pruszków**, NIP 534-206-00-25, REGON 366981342, wpisana do Rejestru Organizatorów Turystyki i Pośredników Turystycznych Województwa Mazowieckiego pod numerem 1887 oraz posiadająca gwarancję ubezpieczeniową Organizatora Turystyki o numerze M526320, wydaną przez Signal Iduna, ważną do 19 kwietnia 2025 roku. Zachęcamy do zapoznania się z poniższymi dokumentami:

- ❖ [Certyfikat Gwarancji Ubezpieczeniowej Organizatora Turystyki](#),
- ❖ [Wpis do Rejestru Organizatorów Turystyki i Pośredników Turystycznych Województwa Mazowieckiego](#)
- ❖ [Wpis do Centralnej Ewidencji Organizatorów i Pośredników Turystycznych](#)


 szczegóły: <http://wyprawy.transazja.pl/tybet>


## PROWADZENIE WYJAZDU



**Krzysztof Stępień** – Geograf, podróżnik, specjalizujący się w krajach Azji. Właściciel biura podróży TRANSAZJA. Podróżuje regularnie od 2003 roku. Odwiedził do tej pory 29 krajów w samej tylko Azji, spędzając tam łącznie ponad 4 lata. Bardzo regularnie zagląda do Chin i Nepalu. Kulturowy obszar Himalajów traktuje jako "swoje miejsce na Ziemi". Ukończył Geografię na Uniwersytecie Warszawskim, pisząc pracę magisterską na temat osadnictwa we Wschodnim Nepalu. W 2013 roku współorganizował i prowadził "karawanę na skraj Tybetu" - wyprawę do nepalskiego Upper Dolpo. W 2017 zorganizował i poprowadził wyprawę, której celem było piesze przejście przez Himalaje z Nepalu do Zachodniego Tybetu.

Eksplorował Zachodni Tybet, razem z pielgrzymami obszedł świętą Górę Kailash. W 2018 roku Wydawnictwo Pascal powierzyło mu zadanie aktualizacji przewodnika po Chinach. W 2019 roku nakładem tego samego wydawnictwa ukażą się dwie – już bardziej autorskie pozycje – mini przewodnik po Pekinie oraz mini przewodnik po Szanghaju. Największy sukces - wjazd i przejechanie całego Tybetu na początku zimy. Największe podróżnicze zaskoczenie – Pakistan. Najnowsze zauroczenie: Afryka-off-road.



## CENA WYJAZDU

**8 500 PLN + 1 840 EUR**

oraz dodatkowo:

**50 EUR** - obowiązkowe napiwki dla lokalnych pilotów i kierowców

## TERMIN WYJAZDU

16-30 maja 2025 daty ostateczne, nie ulegną zmianie

## CENA OBEJMUJE

- ❖ Przelot na trasie Warszawa-Lanzhou oraz Lhasa-Warszawa z przesiadkami <sup>a)</sup>,
- ❖ Pozwolenie na wjazd do Tybetańskiego Regionu Autonomicznego,
- ❖ Zakwaterowanie w pokojach 2-osobowych o standardzie 3\* (w ocenie organizatora), z prywatnymi łazienkami,
- ❖ Jeden nocleg w bardzo prostym schronisku w Rongbuk,
- ❖ Posiłki opisane w planie wyjazdu (10 śniadań, 4 obiady, 3 kolacje),
- ❖ Opiekę polskiego pilota i przewodnika,
- ❖ Równoczesną opiekę lokalnego, anglojęzycznego pilota,
- ❖ Przejazd pociągiem z Xining do Lhasy w klasie sypialnej – przedział dla 6 pasażerów, imienne łóżko z pościelą,
- ❖ Wszystkie pozostałe transfery prywatnym autobusem lub mikrobusem,
- ❖ Wstępy do wszystkich opisanych w programie obiektów,
- ❖ Osobiste pojemniki z tlenem dla przeciwdziałania chorobie wysokościowej,
- ❖ Ubezpieczenie turystyczne KL, NNW,
- ❖ Obowiązkową składkę na Turystyczny Fundusz Gwarancyjny

a) Cena przelotu zakłada bilet do kwoty 6200 PLN od osoby. Wyższa od założonej cena biletu lotniczego będzie skutkować koniecznością dopłaty przez uczestnika różnicy, pomiędzy ostateczną ceną biletu, a gwarantowanym poziomem 6200 PLN.

## CENA NIE OBEJMUJE

- ❖ Obowiązkowych napiwków dla lokalnych pilotów, kierowców i bagażowych w kwocie **50 EUR od uczestnika**,
- ❖ Wyżywienia nieuwzględnionego w powyższym planie: 2 śniadania, 9 obiadów i 10 kolacji,
- ❖ Wyżywienia nieuwzględnionego w programie wyjazdu,
- ❖ Wyżywienia w czasie przesiadek w portach lotniczych,
- ❖ Dopłaty do pokoju jednoosobowego na życzenie uczestnika pragnącego korzystać z pokoju samodzielnie: EUR 540,
- ❖ Ewentualnych opłat za filmowanie lub robienie zdjęć,
- ❖ Elementów nieopisanych w powyższym programie,
- ❖ Wszelkich wydatków natury prywatnej

## OPCJONALNE, DODATKOWO PŁATNE ATRAKCJE

- ❖ Lhasa, dodatkowe zwiedzanie: Klasztor Ramocze i letnia rezydencja Dalajlamów – Pałac Norbulinka. Szczegółowy program pozostawimy do ustalenia z zainteresowanymi osobami. Orientacyjna cena to około 30 US\$

**JESTEŚ ZAINTERESOWANY(A) – WYŚLIJ WSTĘPNE ZGŁOSZENIE !**