

NEPAL - KATHMANDU E TREKKING AO CAMPO BASE DO ANNAPURNA

DURAÇÃO	DIFICULDADE	A PARTIR DE
13 dias / 12 noites	Radical (4/5)	US\$ 1.970,00

Um dos trekkings mais famosos do mundo!

DIA A DIA

1º Dia - KATHMANDU: Chegada em Kathmandu, recepção e traslado para o hotel. Restante do dia livre para descanso e pernoite. Sem refeições inclusas; Pernoite em Kathmandu.

2º Dia - KATHMANDU / BHAKTAPUR / KATHMANDU: Após o café da manhã, visitaremos Durbar Square, Swoyambhunath e Bhaktapur. Nossa primeira parada, a Kathmandu Durbar Square, é um complexo de palácios, pátios e templos. Este local é tombado pela UNESCO e é palco, até os dias de hoje, de cerimônias do governo local. Seguiremos, então, para Swoyambhunath Maha Chaitya, o principal monastério budista do Nepal no topo de uma colina, de onde teremos uma vista maravilhosa da cidade. Por fim, iremos para a cidade histórica de Bhaktapur, que era um reino independente até a unificação do Nepal. Das cidades do vale de Kathmandu, é a mais medieval e explorar suas estreitas ruelas e a sua Durbar Square é uma experiência inesquecível. No final do dia, retorno a Kathmandu, acomodação e pernoite em hotel. Café da manhã; Pernoite em Kathmandu.

3º Dia - KATHMANDU / POKHARA: Após o café da manhã, partimos para Pokhara em um voo panorâmico avistando as lindas montanhas da Cordilheira dos Himalaias. Cercada por montanhas por todos os lados e brindada por um enorme lago, é impossível não se apaixonar por Pokhara! Beleza, paz e tradição de seu povo, em grande parte, tibetano, fazem de Pokhara um destino ímpar. Chegada e acomodação no hotel para pernoite. Café da manhã; Pernoite em Pokhara.

4º Dia - POKHARA / GHANDRUNG: Após o café da manhã, sairemos de carro até Birethanti, onde começamos nosso trekking. A caminhada hoje será de, aproximadamente, 7h para chegarmos a Ghandrung, com uma incrível vista de Machhapuchre (Fishtail - 6.993m), Annapurna sul (7.219m) e Hiunchuli (6.441m). Chegando a Ghandrung, acomodação em lodge de montanha. Para aqueles que tiverem interesse, podemos visitar o museu de cultura Gurung, grupo étnico do Nepal e conhecer sua cultura e estilo de vida. Altitude máxima: 1.940m Distância do trekking: 10km Tempo estimado de caminhada: 7h Café da manhã, almoço ou lanche de trilha e jantar; Pernoite em lodge de montanha.

5º Dia - GHANDRUNG / CHHOMRONG: Após o café da manhã, começaremos o trekking em direção a Chhomrong, passando por Deurali e Kimrung Khola. Chhomrong é a maior vila Gurung e considerada o ponto de entrada e saída para o Campo Base de Annapurna. De Chhomrong teremos uma vista bem mais

próxima dos picos de Hiunchuli e Machhapuchre. Altitude máxima: 1.951m Distância do trekking: 10km Tempo estimado de caminhada: 6h Café da manhã, almoço ou lanche de trilha e jantar; Pernoite em lodge de montanha.

6º Dia - CHHOMRONG / HIMALAYA HOTEL: Após o café da manhã, seguimos por 3h até Kuldi Ghar, de onde começa uma descida até chegarmos ao vale. Passamos pelos campos de pastagem de Tomo até a garganta de Panchen Barah, onde encontramos uma pequena trilha e um templo. Em seguida subimos até o Himalaya Hotel para nosso pernoite. Altitude máxima: 2.920m Distância do trekking: 12km Tempo estimado de caminhada: 7h Café da manhã, almoço e jantar; Pernoite em lodge de montanha.

7º Dia - HIMALAYA HOTEL / ANNAPURNA BASE CAMP: Após o café da manhã, começamos nossa caminhada passando por lindas florestas de rododendros e bambu. A parte final do trekking nos leva ao incrível Campo Base de Annapurna, com uma vista de 360 graus que inclui Annapurna I (8.091m) & III (7.555m), Machhapuchre (6.993m), Varhha Shikar (7.647m), Khansar Kang (7.485m) e inúmeros outros picos que parecem uma tela de neve e gelo. O Campo Base é mundialmente conhecido como "Santuário Annapurna", justamente por ser completamente rodeado por montanhas. Chegada e acomodação em lodge. Altitude máxima: 4.200m Distância do trekking: 11km Tempo estimado de caminhada: 7h Café da manhã, almoço ou lanche de trilha e jantar; Pernoite em lodge de montanha.

8º Dia - ANNAPURNA BASE CAMP / BAMBOO: Aconselhamos acordar bem cedo para assistir ao incrível espetáculo do amanhecer no Campo Base de Annapurna, coroado com as montanhas douradas! Após o café da manhã, descemos em direção a Bamboo para pernoite. Altitude máxima: 2.335m Distância do trekking: 14km Tempo estimado de caminhada: 6h Café da manhã, almoço ou lanche de trilha e jantar; Pernoite em lodge de montanha.

9º Dia - BAMBOO / LANDRUNG: Após o café da manhã, nosso trekking começa com uma subida até Chhomrong e depois descemos até o rio Modi. Continuamos a descida por caminho fácil até chegarmos à vila de Landrung, do povo Gurung, para nosso pernoite. Altitude máxima: 1.780m Distância do trekking: 13km Tempo estimado de caminhada: 7h Café da manhã, almoço ou lanche de trilha e jantar; Pernoite em lodge de montanha.

10º Dia - LANDRUNG / PHEDI / POKHARA: Após o café da manhã, começamos nosso último dia de trekking com uma subida até Deurali, mas depois descemos até Pothana, Dhampus e enfim Phedi, onde encontraremos o carro para levar-nos a Pokhara. Chegada em Pokhara e tarde livre para um merecido descanso! Altitude máxima: 850m Distância do trekking: 14km Tempo estimado de caminhada: 7h Café da manhã e almoço; Pernoite em Pokhara.

11º Dia - POKHARA / KATHMANDU: Após o café da manhã, traslado em horário apropriado para embarque para Kathmandu. Chegada em Kathmandu e restante do dia livre. Café da manhã; Pernoite em Kathmandu.

12º Dia - KATHMANDU / PATAN / KATHMANDU: Após o café da manhã, visitaremos Pashupatinath, Boudhanath Stupa e Patan Durbar Square. Começaremos visitando Pashupatinath, o maior templo hindu do Nepal, dedicado ao Deus Shiva, que atraia milhares de devotos. Em seguida, seguiremos para a Estupa Boudhanath, o maior templo budista do Nepal. Após o almoço, iremos para Patan, uma das mais famosas cidades do Vale de Kathmandu. Muito conhecida por seus templos hinduístas e budistas, pelo antigo palácio, além da arte e artesanato do povo Newari. No final do dia retorno a Kathmandu, acomodação e

pernoite em hotel. Café da manhã; Pernoite em Kathmandu.

13º Dia - KATHMANDU / ORIGEM: Após o café da manhã e check out no hotel, teremos o dia livre para os últimos passeios pela cidade. Em horário apropriado, traslado para o aeroporto para embarque com destino à cidade de origem. Café da manhã; Sem pernoite incluso. A programação acima poderá sofrer modificações devido a fatores climáticos, de acesso ou que possam interferir na segurança dos participantes.

O QUE ESTÁ INCLUSO

Inclui - 12 noites de hospedagem em apto duplo ou lodge (trekking) com café da manhã; - Pensão completa durante o trekking; - Traslados em todos os aeroportos em serviços privativos, com acompanhamento de representante falando inglês; - Todos os traslados terrestres em serviços privativos, em carro com ar condicionado e motorista falando inglês; - Passeios privativos em Kathmandu conforme descritos no roteiro com acompanhamento de guia local falando inglês; - Todas as entradas dos monumentos visitados durante o roteiro; - Voo interno Nepal (Kathmandu / Pokhara / Kathmandu); - Permissão de trekking e taxa de conservação de Annapurna; - Carregador durante o trekking (15 kg por pessoa); - Guia de trekking falando inglês no Annapurna; - Brindes exclusivos Pisa Trekking; - Assistência 24 horas no Brasil por telefone. Não inclui - Parte aérea - Brasil / Kathmandu / Brasil; - Taxas de embarque; - Gastos pessoais como telefonemas, lavanderia, refeições não inclusas, bebidas, gorjetas etc.; - Passeios e massagens opcionais; - Visto e vacina para o Nepal (a documentação necessária deve ser providenciada diretamente pelo passageiro); - Seguro viagem - Recomendamos o World Nomads - www.worldnomads.com.br; - IRRF referente a remessas ao exterior. Consulte seu agente de viagens sobre esse valor; - Qualquer outro item não mencionado como incluso.

PONTOS DE INTERESSE

- Um roteiro para o Nepal com ótimo custo x benefício, onde você conhecerá um pouco da cultura e fará um dos trekkings mais procurados do mundo; - Viagem perfeita para quem deseja conhecer pequenos vilarejos e contemplar as belas montanhas do Himalaia; - Trekking de 7 dias muito especial até o acampamento base do Annapurna, um dos mais famosos do mundo; - Durante o trekking dormiremos em confortáveis lodges de montanha e todas as alimentações inclusas; - Roteiro com saídas diárias a partir de 1 pessoa e guias locais falando inglês; - Uma viagem transformadora por um país que tem muito a nos ensinar; - 2 noites em Pokhara, uma das cidades mais astral de todo Nepal, cercada por montanhas e um enorme lago; - 2 dias de passeios culturais em Kathmandu para que conheça os principais templos e monastérios da cidade. Saídas diárias a partir de 1 pessoa.

O QUE LEVAR

- 1 bolsa pequena tipo "marinheira" ou mochila (de preferência que possa ser fechada com cadeado) para deixar com os carregadores. Poderá pegar chuva e sujar devido as condições da trilha e manuseio por parte dos carregadores; - 1 mochila pequena de nylon reforçado para carregar seus pertences (câmera fotográfica, anorak, cantil etc.) durante as caminhadas; - 1 mala ou mochila para guardar pertences no hotel de Pokhara, enquanto estamos no trekking; - Saco de dormir para pelo menos -5°C (pode ser

alugado em Kathmandu, efetuar a reserva no ato da compra do pacote); - Lanterna pequena (headlamp) e pilhas ou baterias extras; - 1 cantil de 1 litro ou garrafa de plástico pequena descartável; - Álcool gel e/ou lenços umedecidos (para higiene pessoal durante a caminhada); - Bota ou tênis de caminhada pré-amaciado; - 1 par de tênis ou 1 papete; - 1 anorak (capa de nylon com capuz resistente à água e ao vento); - 1 ou 2 casacos tipo "Pile" ou Fleece; - 2 calças tipo suplex ou nylon; - 2 blusas de suplex ou camisetas de manga longa; - 1 par de luvas e gorro de lã ou fleece (podem ser adquiridos na viagem); - 3 ou 4 camisetas de manga curta (de preferência tecido tipo "dryfit" que não retém água); - 1 shorts e/ou bermuda (pode ser aquele modelo de calça-shorts); - Meias: quatro pares de lã e quatro de fibra (CoolMax) p/ caminhada (evitar algodão, pois retém água); - 1 boné e óculos para sol; - Medicamentos particulares e materiais de higiene pessoal em pequenas embalagens; - Filtro solar para rosto e lábios e repelente contra insetos; - Hidratante para evitar o ressecamento da pele (frasco bem pequeno para a trilha); OPCIONAIS: - Máquina fotográfica, flash, tripé, filmes, filmadora, fitas, livros, além de baterias e pilhas extras, pois estas duram menos no frio; - 1 par de tornozeleiras para quem tiver tendência a "virar" o pé; - Alimentos energéticos (ex.: chocolates, barras de granola, frutas secas etc.); - Hidrosteril ou cloro para purificar a água durante a trilha; - Adoçante (para quem preferir substituir açúcar); - Cajado para auxiliar na caminhada ou bastão de trekking; - Camisetas ou qualquer coisa com paisagens do Brasil, brinquedos ou qualquer outra lembrança para presentear aquelas pessoas que, sem dúvida, você vai encontrar e querer agradecer de alguma forma. ATENÇÃO: Acondicionar todos os itens em sacos plásticos, inclusive o sleeping, para evitar que se molhem em caso de chuva. Toda a bagagem (inclusive sleeping) que será levada pelos carregadores durante o trekking deve pesar até 15 kg.

INFORMAÇÕES IMPORTANTES

IMPORTANTE: com relação às novas taxas sobre transações internacionais, os valores descritos no site não as incluem, estando sujeitos a alterações. - Passaporte deverá ter validade mínima de 6 meses além do término da viagem. - Vistos: • O visto de turista pode ser aplicado online com pelo menos 15 dias de antecedência a sua chegada, mas também é possível fazê-lo na chegada ao aeroporto de Kathmandu. O taxa do visto é de US\$ 50 e deve ser pago no aeroporto, recomendamos levar essa quantia em espécie. Link para o preenchimento do formulário para aplicar o visto: <https://nepaliport.immigration.gov.np/> - Vacinas: • Para os destinos deste roteiro, é necessário o Comprovante Internacional de Vacinação de Febre Amarela (cartão na cor amarela); • Para a vacinação, em São Paulo favor procurar o Hospital das Clínicas, já que eles fornecem o Certificado Internacional na hora. Endereço: Av. Dr. Enéas de Carvalho Aguiar, 155 – Centro de Imunização – Medicina do Viajante. • É recomendável entrar em contato com o Centro de Medicina dos Viajantes dos principais hospitais de cada cidade. Os centros têm contato com a Organização Mundial da Saúde e informam quais as doenças e epidemias que podem ocorrer em cada país além de indicar quais as medidas profiláticas (vacinas ou outras formas de prevenção) a serem tomadas para cada destino. No caso deste serviço não estar disponível em sua cidade, consulte o seu médico ou o hospital da sua região para obter maiores informações; • Mais informações podem ser encontradas nos sites abaixo: <https://www.gov.br/pt-br/servicos/obter-o-certificado-internacional-de-vacinacao-e-profilaxia> <http://www.cives.ufrj.br/> - Vistos: • O visto de turista pode ser aplicado online com pelo menos 15 dias de antecedência a sua chegada, mas também é possível fazê-lo na chegada ao aeroporto de Kathmandu. O taxa do visto é de US\$ 50 e deve ser pago no aeroporto, recomendamos levar

essa quantia em espécie. Link para o preenchimento do formulário para aplicar o visto:
<https://nepaliport.immigration.gov.np/> • No caso do Butão, o visto é obrigatório e será requerido diretamente pela Pisa Trekking assim que a reserva for confirmada.

Pisa Trekking — Trekking e Aventuras pelo Brasil e o Mundo · pisa.tur.br

Documento gerado em 21/07/2026. Valores e datas sujeitos a alteração; consulte-nos para confirmação.