



## Program - Indija: Ladak

---

14 dni

Trasa poti: Leh in izleti do budističnih samostanov – jezero Pangong – reka Zanskar (rafting) - Markha valley trek (5 dni) – kolesarjenje s Khardung Laja – New Delhi (slum tura)

Leteli bomo preko Delhija in kar takoj naprej v Leh. Zaradi aklimatizacije prve dni ne bomo pretiravali, pač pa si ogledovali Mali Tibet, kot imenujejo pokrajino okoli Leha, ki se imenuje Ladak. Smo v budističnem delu Indije, zato si za začetek ogledamo njihove samostane (gompe) in kapele (stupe). V programu so Shanti stupa, palača nad Lehom ter večji samostani kot so Shey, Tikse in Hemis.

Za malo razburjenja bo poskrbel rafting po reki Zanskar, ki je ravno pravšnji tudi za začetnike (stopnje 3+ so najbolj divje brzice). Za tiste, ki želite več adrenalina, pa uredimo rafting po spodnjem toku reke Indus (stopnja 4+). Če voda ni tvoj element, priporočamo počitek v Lehu.

Za dva dni se potem z jeepi odpravimo na t.i. jeep safari do jezera Pangong, svetega tibetanskega jezera. Ponovno vstopimo v tipično ladaško visokogorsko puščavsko pokrajino, v zelene doline ter v presunljivo lepoto jezera Pangong, v svet nomadov in tišine. Ker je dolina Nubra bolj ali manj podobna, nima pa tako presunljivega zaključka, dajemo prednost temu izletu.

Sledi 5dnevni treking po dolini reke Markhe, kjer prečimo tudi 5.250 metrov visoki prelaz. Ta trek je najpopularnejši v Ladaku (nič čudnega, saj je res lepo), a ga kljub temu ni za podcenjevati. Hodili bomo od 4-7 ur na dan. Zadnji dan je malo bolj naporen, saj se najprej povzpemo na več kot 5.200 metrov visoki prelaz, potem pa kar 5 ur hodimo navzdol proti koncu trekinga. Spimo pri domačinih, na tako imenovanem »home stay treku«, kjer nam poleg nočitve pripada večerja, zajtrk in kak čapati (palačinka iz vode in moke) za na pot čez dan. Na treku je možno najeti konje, ki nosijo prtljago, kar tudi toplo priporočamo (doplačilo). To uredimo mi.

Po treku sledi gorsko kolesarski spust z najvišjega cestnega prelaza na svetu (Kardung La, 5600 metrov). Gor gremo z jeepi, navzdol pa s kolesi. Cesta je ovinkasta in položna, a vseeno je potrebno biti pazljiv, predvsem zaradi prometa. V spodnjem delu se umaknemo s ceste in se zapeljemo skozi vasi okoli Leha v sam Leh.

Potovanje zaključimo z letom iz Leha v Delhi, kjer prespimo in imamo tako en del časa za izlet v slume Delhija.

Potovanja zaradi višine ne priporočamo srčnim in pljučnim bolnikom.

### Program po dnevih

---

**Dan 1** Let na destinacijo

**Dan 2** Notranji let Delhi - Leh, orientacijski sprehod po mestu (Shanti stupa, palača), nočitev Leh

Na začetku našega prihoda na višino 3.500 mnm ne smemo pretiravati. Počivati pa tudi ni fajn. Zato naredimo sprehod, obiščemo stupo Shanti in kraljevo palačo.

### **Dan 3** Izlet z jeepi po okoliških budističnih samostanih: Shey, Tikse, Hemis, nočitev Leh

V enem dnevu si z jeepi ogledamo tri najbolj pomembna budistična svetišča okoli Leha in se spoznamo s filozofijo budizma v Ladaku. Obiščemo samostane Shey, Tikse in Hemis.

### **Dan 4** Rafting po reki Zanskar(stopnja 3+), nočitev Leh

Ta dan je ponovno namenjen aklimatizaciji in sicer na izletu v sotočje rek Zanskar in Indus. Rafting po reki Zanskar je primeren tudi za začetnike, je pa vseeno stopnje 3+, kar pomeni da premore tudi brzice, ki poženejo adrenalin po žilah.

Za adrenalinske džankije lahko uredimo alternativo: rafting v spodnjem toku Indusa, stopnja 4+.

V kolikor te rafting ne zanima, imaš en frej dan za aklimatizacijo v Lehu.

### **Dan 5** Izlet z jeepi na jezero Pangong, nočitev ob jezeru

Iz Leha se na jeep turi poženemo v breg, v visokogorsko puščavsko pokrajino, prečimo prelaz ali dva, srečamo nomade in prispemo do svetega jezera Pangong Tso, ki leži na meji s Tibetom.

### **Dan 6** Povratek v Leh, nočitev Leh

Jezero Pangong nam služi kot aklimatizacija, hkrati pa je eno izmed dveh večjih in za turiste zanimivejših jezer okoli Leha (drugo je Tso Moriri). Zapustimo mir in tišino svetega jezera in se vrnemo v vrvež Leha.

### **Dan 7** Prevoz do startne točke za trek, 5 ur hoje, 100 višinskih metrov, nočitev pri domačinih Skyu (V, Z)

Prevoz do Chilinga ali celo ene vasi naprej, začetek treka, hoje okoli 5 ur. Višine praktično ne pridobimo skoraj nič.

### **Dan 8** Trek Skyu - Markha, 6 ur hoje, 400 višinskih metrov, nočitev pri domačinih Markha (V, Z)

Ta dan nadaljujemo s hojo ob reki Markha vse do osrednje vasi te doline, ki se imenuje tako kot dolina sama, Markha. V celem dnevu se povzpemo za le 400 višinskih metrov.

### **Dan 9** Trek Markha - Hunder, 5 ur hoje, 300 višinskih metrov, nočitev pri domačinih Hunder (V, Z)

5 ur hoje do naslednje vasi, prečimo tudi reke (zato je potreben start v zgodnejših urah, da reke ne narastejo preveč).

### **Dan 10** Trek Hunder - Nyimaling, 5-6 ur hoje, 700 višinskih metrov, nočitev v šotorih na ravnici Nyimaling na 4.700 mnm (V, Z)

Ta dan se povzpemo na 4.700 mnm, kjer tudi prespimo. Nyimaling je pašnik, kamor domačini iz celotne doline ženejo živino na pašo. Tu se domačini na nekaj tednov menjajo in skrbijo za živino iz cele doline.

Proti koncu dneva naredimo še aklimatizacijski vzpon v bližnji breg (vse skupaj 2 uri) na 5.000 mnm. V smislu aklimatizacijskega pravila walk high, sleep low.

**Dan 11** Trek Nyimaling (4.700 mnm), prelaz Kongmaru La (5.250 mnm), Shang Sumdo, 7 ur hoje, prevoz do Leha, nočitev Leh

Dan začnemo s počasnim tempom in se postopoma bližamo prelazu Kongmaru La (5.250 mnm). Po dobrih dveh urah do prelaza, sledi dolg pet urni spust do konca našega treka. Od tu se potem odpravimo z jeepi do Leha.

**Dan 12** Kolesarski spust z najvišjega cestnega prelaza na svetu, nočitev Leh

Kolesarski spust z najvišjega cestnega prelaza na svetu (Khardung La, 5.600m). Na prelaz nas zapeljejo z jeepi/kombijem, z njega pa se potem po cesti okoli 4 ure spuščamo 2.000 metrov nižje v Leh.

**Dan 13** Let Leh - Delhi, ogled sluma Delhija, transfer na letališče in let proti domu

Ta dan skušamo čimbolj zgodaj zapustiti Leh, da bi imeli čim več časa za ogled osrednjega dela Delhija, ki se imenuje Paharganj. Gremo pa tudi na turo po slumu Delhija. Proti večeru transfer na letališče, od koder letimo proti domu.

**Dan 14** Let proti domu in pridemo domov