

Rondreis NEPAL - 16 dagen

INP 6 - 18 16

Rondreis NEPAL - 16 dagen

Hoog in de Himalaya

INP 6 - 18 16

Uitgebreide routebeschrijving

Route



Dag tot dag schema

	Vervoer	Route	Overnachting
1	Vliegtuig	Vertrek	Vliegtuig
2	Bus, Vliegtuig	Aankomst Kathmandu – Bhaktapur	Bhaktapur
3	Bus	Bhaktapur – Pharping	Pharping
4	Bus	Pharping – Panauti	Panauti
5	Bus	Panauti – Manakamana – Bandipur	Bandipur
6		Bandipur	Bandipur
7	Bus, Te voet	Bandipur – Dhampus	Dhampus
8		Dhampus	Dhampus
9	Bus, Te voet	Dhampus – Pokhara	Pokhara
10		Pokhara	Pokhara
11	Bus	Pokhara – Chitwan Nationaal Park	Chitwan Nationaal Park
12		Chitwan Nationaal Park	Chitwan Nationaal Park
13	Bus	Chitwan Nationaal Park – Kathmandu	Kathmandu
14		Kathmandu	Kathmandu
15		Kathmandu	Kathmandu
16	Bus, Vliegtuig	Vertrek Kathmandu – Aankomst	Aankomst



Dag 1 Vertrek

Je vliegt naar Kathmandu, waar je de volgende dag arriveert (tijdstip afhankelijk van de luchtvaartmaatschappij waarmee je vliegt). Na aankomst staat er een transfer klaar die je naar het hotel brengt. Je rondreis Nepal is van start gegaan!

ECHT OP REIS TIP

Local Impact Score

Bij het samenstellen van onze reizen zoeken we naar manieren om de negatieve effecten van toerisme te beperken en positieve bijdragen aan bestemmingen en lokale gemeenschappen te stimuleren. Om inzichtelijk te maken welk deel van onze uitgaven en de uitgaven van onze reizigers bij de lokale gemeenschap terecht komt, hebben wij een Local Impact Score ontwikkeld. De Local Impact Score van deze reis is: **75**

Lees meer over de Local Impact Score.



Dag 2 Aankomst Kathmandu – Bhaktapur

Vanaf het vliegveld reis je naar Bhaktapur, het kleinste en meest schilderachtige stadje van de drie Koningssteden in de Kathmanduvallei. Het centrum oogt als één groot, levend openluchtmuseum en ademt een middeleeuwse sfeer. Door kronkelende straten en steegjes slenter je langs tempels en over pleinen. De gebouwen op het **Durbar plein** zijn sprookjesachtig. De bevolking is bezig met het hoeden van vee, het draaien van potten of een ritueel in een tempel. Voor het kopen van **houtsnijwerk en Nepalese poppen** is Bhaktapur de aangewezen plaats. Het entreegeld voor Bhaktapur is inbegrepen in je reissom.

ECHT OP REIS TIP

Duurzaam gecertificeerd

Voor reisorganisaties die duurzaam en verantwoord willen ondernemen bestaan er verschillende certificeringsmogelijkheden. **Travelife Certified** is een erkende duurzaamheidsstandaard voor reisondernemingen. Het certificeringsproces kent een strenge procedure met onafhankelijke audits. Je kunt er hier meer over lezen. Koning Aap is **Travelife Certified**!



Dag 3 Bhaktapur – Pharping

Pharping is een rustig plaatsje aan de rand van de Kathmanduvallei, met een aantal Tibetaanse kloosters waar je heerlijk van de rust, stilte en het uitzicht kunt genieten. Je overnacht in het guesthouse van het **Neydo Tashi Choeling-klooster** (onder voorbehoud van wijzigingen). In het klooster, dat in 2006 werd gebouwd, wonen en studeren zo'n 200 monniken.

Wie wil kan naar Dakshinkali, de tempel waar Kali vereerd wordt, **een godin die vooral bloed nodig heeft**. Eén van haar meest geliefde verschijningsvormen is Dakshinkali, oftewel 'Kali van het zuiden'. Het is de gedaante waarin de bloeddorstige godin de Kathmanduvallei beschermt. Het kleine altaar, waar vooral op dinsdag en zaterdag eindeloos veel kippen en geiten geofferd worden, ligt verborgen in een kloof aan een bergbeek. Vroeger bracht men zelfs mensenoffers aan Kali.

Houd er rekening mee dat je Dakshankali niet bezoekt op de 'topdagen' zoals tijdens festivals.



Dag 4 Pharping – Panauti

De Kathmanduvallei is het prachtige hart van Nepal. Het is een fotogenieke omgeving met vruchtbare rijstvelden, tempels, kloosters en markten die aan alle zijden omgeven worden door bergen. Eén van de dorpen in de vallei is Panauti, een oud Newari-stadje met enkele fraai bewerkte tempels uit de 13de eeuw. De Indreshwar Mahadev Tempel is wellicht de indrukwekkendste. Er heerst een religieuze sfeer. In september wordt in Panauti het Chariot festival gehouden. De beelden van goden worden dan in karretjes door de straten gedragen. **Saddhoe's en bedevaartgangers** worden ook naar het dorpje getrokken wanneer (eens in de 12 jaar) het Sankranti festival wordt gevierd.

ECHT OP REIS TIP

Logeren bij de mensen thuis

In Panauti slaap je in een eenvoudige *homestay*, **bij mensen thuis**. De groep zal verdeeld worden over diverse families. Dit verblijf biedt de mogelijkheid om kennis te maken met het dagelijkse leven in Panauti en de omgeving.



Dag 5 Panauti – Manakamana – Bandipur

Je reist via Manakamana naar Bandipur. Manakamana bereik je vanuit het gehucht Cheres per kabelbaan. Vanuit de kabelbaan (van Zwitserse makelij) heb je een prachtig uitzicht over het dal van de Trisuli-rivier, de (rijst)terrassen en de bergen in de omgeving. In Manakamana bevindt zich de tempel **Manakamana Mandir**, waar pelgrims in grote getalen (met name op feestdagen) naar toe gaan om offers (met name geiten, hanen, eenden en duiven zijn populaire slachtoffers) te brengen aan de godin Bhagwati. Deze incarnatie van Parvati, de metgezellin van oppergod Shiva, doet wensen uitkomen (hoopt men) en pasgetrouwden bidden hier voor het krijgen van een zoon. De tempel is alleen toegankelijk voor hindoes.

Je rijdt verder naar Bandipur, halverwege de Prithwi Highway van Kathmandu naar Pokhara. Bandipur is een leuk **authentiek plaatsje met 18de eeuwse architectuur**. Het is een voormalig handelscentrum van de Newari-bevolking en gelegen op 1000 meter hoogte.



Dag 6 Bandipur

Vrije dag. In het charmante Bandipur lijkt de tijd te hebben stilgestaan. **Je waant je in de middeleeuwen**. Het is nog niet heel toeristisch, er is nauwelijks gemotoriseerd verkeer en de mensen zijn er buitengewoon aardig. Kinderen groeten reizigers met de ‘namaste’ groet, met de handjes netjes voor de borst gevouwen. Behalve genieten van het prachtige uitzicht over de centrale Himalaya en de Marsyangdi Vallei kun je **heerlijk wandelen door de omgeving**. Je kunt bijvoorbeeld een circa 3 uur durende wandeling maken naar de Siddhu Gufa-grot (neem een zaklamp mee). De **rotsformaties en kalkstenen** zijn prachtig en onbeschadigd. In de diepe grot kun je **vleermuizen** tegenkomen. Ook kun je de Gurungche Hill beklimmen, waar je bij de Thani Mai tempel van het uitzicht op de omgeving en op Bandipur kunt genieten.

ECHT OP REIS TIP

‘Meet the locals’

Als je je inleest in de geschiedenis, politiek en cultuur van het land maakt dat het contact met de lokale bevolking een stuk makkelijker (en leuker!). Draag gepaste kleding waarbij je respect toont voor de lokale gebruiken en bevolking. Leer ook een paar woorden in de taal van het land, je zult zien hoe makkelijk je contact maakt!



Dag 7 Bandipur – Dhampus

Je reist na het ontbijt naar Phedi, waar je start aan een mooie meerdaagse trekking. Vanuit Phedi wandel je (in circa 2½ à 3 uur) via stenen trappen en over smalle paadjes, door mooie bossen met rododendrons en **groene terrasvelden** naar Dhampus, dat ligt op een hoogte van 1795 meter. Na aankomst kun je vanaf de groene heuvelkam de prachtige omgeving verkennen. Mocht je niet **van Phedi naar Dhampus** willen wandelen, dan kun je (op eigen kosten) het traject afleggen met een lokale jeep. Let op: het wordt, gezien het slechte pad, een oncomfortabel ritje. *NB: Je hebt twee pasfoto's nodig voor het permit voor de tweedaagse trekking (Annapurna Conservation Area). Je kunt deze het best al vanuit Nederland/België meebrengen.*

Het uitzicht vanaf Dhampus omvat de zuidelijke toppen van het **Annapurna Massief**, inclusief de 6993 meter hoge Machhapuchhre (Fishtail Mountain). Door boeddhisten wordt deze 'Vissenstaart' beschouwd als de zetel van de Boeddha van het oneindige licht, Amitabha, en door hindoes als verblijfplaats van de god Shiva. De Nepalese koning Mahendra kondigde in 1964 een verbod op het beklimmen van de heilige berg af, waardoor Fishtail één van de prominentste bergen ter wereld is die nog nooit werd beklommen.



Dag 8 Dhampus

Dhampus is rustig en sereen, een goede plek om te ontspannen. De **zonsopkomst en -ondergang** zijn (uiteraard bij helder weer) prachtig. Dhampus is behalve een pittoresk uitkijkpunt ook een prima dorp om het dagelijks leven van de dorpelingen te ervaren.

Wie wil wandelen, kan mee door de uitlopers van het Annapurna Massief naar het dorpje Pothana op 2150 meter. Een korte trekking, qua zwaarte 'gemiddeld'. De wandeling voert omhoog door bossen en biedt mooie uitzichten op spectaculaire uitzichten op de **met sneeuw bedekte bergtoppen**: Dhaulagiri, Annapurna en Machhapuchhre. Ook is het mogelijk om naar Australian Camp te wandelen.

ECHT OP REIS TIP

Proef de smaken van Nepal

Een reis door Nepal is ook een kennismaking met de lokale keuken. Probeer onderweg eens een typisch Nepalees gerecht, zoals *dal bhat* (linzen met rijst en bijgerechten), *momo's* (gevulde deegpakketjes), *sel roti* (een traditioneel rijstgebak) of een van de vele vegetarische currygerechten die je in het land tegenkomt. Zo ontdek je nieuwe smaken, ingrediënten en eetgewoonten en maak je op een andere manier kennis met de Nepalese cultuur.



Dag 9 Dhampus – Pokhara

Je wandelt bergafwaarts, terug naar Phedi en reist dan verder naar Pokhara. Het stadje is bijzonder schilderachtig gelegen aan het **blauwgroene Phewa-meer**, waaraan je diverse tuinterrassen treft. Lekker om weer even terug te zijn in de 'bewoonde wereld'. Er is een ruime keuze aan restaurants en winkels. Een boottochtje over het meer is een prima manier ter ontspanning. Vanaf Pokhara heb je bij helder weer goed zicht op de besneeuwde pieken van het Annapurna Massief.

ECHT OP REIS TIP

Draag in hotels je steentje bij

Ook in je hotel kun je bewust omgaan met water en energie. Denk eraan om bij het verlaten van je kamer elektrische apparaten uit te schakelen, opladers uit het stopcontact te halen en de airco uit te zetten. Let ook op je waterverbruik tijdens het tandenpoetsen en douchen. Zo kun je helpen het verbruik van water en energie te beperken en onnodig afval te voorkomen.



Dag 10 Pokhara

Vrije dag. Je kunt een mooie dagwandeling maken langs bergdorpjes in de directe omgeving. Een aanrader is ook de zonsopkomst te aanschouwen vanaf het **uitzichtpunt bij Sarangkot** en van daaruit door de bossen en de rijstvelden weer af te dalen naar het meer. Behalve wandelen is er nog veel meer te doen in Pokhara. Zo kun je **per fiets een verkenningstocht** door de nabije omgeving maken. Hier liggen onder andere verschillende hindoeïstische en boeddhistische tempels, de Devi-watervallen en Tibetaanse tapijtweverijen. Natuurlijk is er ook altijd nog de mogelijkheid om lekker te luieren aan de oevers van het meer of op één van de vele terrasjes.



Dag 11 Pokhara – Chitwan Nationaal Park

Vandaag vervolg je je Nepal rondreis naar het **Chitwan Nationaal Park.** Je overnacht in de omgeving van het reservaat.

Chitwan is het eerste natuurreservaat van Nepal, het werd in 1973 aangelegd. Het park ligt in het centrale gedeelte van de Terai en beslaat een oppervlak van 93.200 ha. De flora en fauna van Chitwan behoren tot de meest gevarieerde in Azië. De vegetatie wordt gedomineerd door wilgen, die zo'n 70 procent van het landoppervlak in beslag nemen. De overige 30 procent is een mozaïek van beboste grienden, hoog grasland, meren, moerassen, rivieren en beken. Het gebied staat vooral bekend om de naar schatting 600 **Indiase neushoorns** en circa 120 tijgers.

ECHT OP REIS TIP

Respect in het wild – Tips

Tijdens deze reis door Nepal reis je in een gebieden waar het wild de 'baas' is. Je kunt zelf ook bijdragen aan het behoud van kwetsbare ecosystemen evenals de veiligheid van jezelf en anderen:

- Maak zo min mogelijk geluid.
- Fotografeer zonder flits.
- Behoud voldoende afstand tot de dieren, blijf binnen je jeep of bus.
- Geef wild voorrang en achtervolg dieren nooit; respecteer hun natuurlijke gedrag.
- Wil je nog meer weten over hoe je respectvol kunt omgaan met wild tijdens je reis? Lees hier meer in onze blog.



Dag 12 Chitwan Nationaal Park

Vrije dag. Je kunt lopend met een ranger, per jeep of per **boomstamkano** het natuurgebied verkennen. Naast de Indiase neushoorn kun je hier nog meer fascinerende fauna spotten, zoals het luipaard, de tijger, de viskat, de moeraskat, jakhalzen, vossen, civetkatten, marters, otters, de lippenbeer, wilde zwijnen, diverse hertensoorten en apensoorten als de langoer en het resusaapje. De **moeraskrokodil, Gangesdolfijn en Gangesgaviaal** voelen zich thuis in het zompige gedeeltes van het natuurreservaat. Ook vogelaars kunnen hun hart ophalen in het park. In het gebied zijn meer dan 450 vogelsoorten gesignaleerd.

Let op: Tijdens de moessonperiode (ongeveer juni tot en met september) is Chitwan National Park gesloten voor safariactiviteiten. Safari's zijn in deze periode wel mogelijk in de bufferzone rond het park, het gebied rondom het nationale park waar ook veel wilde dieren leven. De kans is zeer groot dat je ook hier een scala aan wildlife tegenkomt. De gebruikelijke safariactiviteiten in het nationale park zelf worden doorgaans eind september hervat, afhankelijk van de toestand van de wegen en paden.

ECHT OP REIS TIP

Souvenirs uit Nepal

Tijdens je reis door Nepal kom je op veel plekken **handgemaakte producten** tegen, zoals houtsnijwerk, handgeweven textiel, schilderingen, sieraden en traditionele gebruiksvoorwerpen. Een souvenir kan een mooie herinnering zijn aan je reis én aan de mensen, tradities en ambachten die je onderweg tegenkomt.

Neem de tijd om rond te kijken op lokale markten en in kleine winkels. Je vindt er vaak producten die kenmerkend zijn voor de regio en die iets vertellen over de cultuur en het dagelijks leven in Nepal. Wil je meer weten over souvenirs en lokale producten die je tijdens je reis kunt tegenkomen? Kijk dan op deze blog.



Dag 13 Chitwan Nationaal Park – Kathmandu
Je reist naar Kathmandu, waar het een gezellige chaos is van **rinkelende fietsriksja's**, aanhoudende straatventers, verdwaalde koeien, dragers met ondenkbare lasten op hun rug, toeterende bussen en bedelende sadhu's. Onontkoombaar zijn ook de vele, vele winkels. De **wijk Thamel** puilt ervan uit, maar ook meer verscholen in achterafstraatjes kom je ze tegen. Behalve souvenirshops vind je in de hele stad gezellige restaurantjes, waar je niet alleen goed Nepalees en Indiaas, maar ook Japans, Thais, Chinees, Italiaans en Mexicaans kunt eten. Vaak zijn deze eetgelegenheden uitgerust met een dakterras of een tuin, waar het heerlijk is om even bij te komen van een drukke dag en jezelf te verwennen met een lekker stuk appeltaart.

ECHT OP REIS TIP
Het mooiste plaatje
Wil je fotograferen? Neem dan de omgeving in je op en houd rekening met de lokale bevolking. De landen die je bezoekt zijn vaak fotogeniek, ook vanwege de mensen. Een paar tips: vraag toestemming, laat de foto zien die je gemaakt hebt en fotografeer met respect! En vergeet vooral niet af en toe achter je lens vandaan te kijken, geniet van alles om je heen!

Kijk voor een mooie indruk van onze Nepal rondreis eens op het tabblad **impressies**.



Dag 14 Kathmandu
Vrije dag. Bij de **stoepa van Bodnath** kun je net als de Tibetaanse pelgrims aan de gebedsmolens draaien en zo je gebeden de wereld in slingeren. Vlakbij liggen de tempels van **Pashupatinath** en de *ghats* (trappen) aan de heilige Bagmatirivier. Vanaf de overkant van de rivier heb je een goed zicht op de rituelen die zich op de trappen bij het water afspelen. Hier vinden dagelijks lijkverbrandingen plaats. In Pashupatinath hangen meestal verschillende *saddhoes* rond. Deze halfnaakte **bedelmonniken met dreadlocks** poseren graag (tegen een kleine donatie) voor een foto.

ECHT OP REIS TIP
Toe aan wat ontspanning?
Bezoek dan het **Avata Wellness Center** voor yogalessen, meditatie, massage en/of de spa. Ook kun je hier terecht voor heerlijke vegetarische en veganistische gerechten. Kijk voor meer info op: avatawellness.com



Dag 15 Kathmandu

Vrije tijd in Kathmandu. Zie wat je nog wilt zien en doe wat je nog wilt doen. Je laatste dag (*) in Kathmandu is namelijk een feit. Het indrukwekkende **Durbar-plein** van Kathmandu staat vol met **tempels, paleizen en pagodes**. Stuk voor stuk zijn ze voorzien van de meest verfijnde houtsnijwerken. Aan het Durbar-plein bevindt zich ook de tempel van de **Kumari, de 'Levende Godin'**.

** Let op: Afhankelijk van je definitieve vluchtschema reis je vandaag nog naar de luchthaven voor je terugvlucht. Je komt dan op dag 16 thuis aan.*

ECHT OP REIS TIP

Gebruik minder wegwerpplastic onderweg

Een navulbare waterfles en herbruikbare tas nemen weinig ruimte in en kunnen helpen het gebruik van wegwerpplastic tijdens je reis te verminderen. Door waar mogelijk herbruikbare alternatieven te kiezen voor plastic flesjes, tasjes en rietjes, beperk je de hoeveelheid afval die je onderweg produceert. **We.Feel.Responsible.**



Dag 16 Vertrek Kathmandu – Aankomst
Afhankelijk van je definitieve vluchtschema vertrek je vandaag naar de luchthaven voor de vlucht terug naar Nederland of België, waar je deze dag ook landt.

FESTIVALREIZEN
Tijdens vertrekdatum 21 februari 2027 bezoek je het SHIVARATRI FESTIVAL in Pashupatinath (Kathmandu).
Tijdens vertrekdatum 9 maart 2027 bezoek je het HOLI FESTIVAL in Pokhara.
Tijdens vertrekdatum 1 september 2027 bezoek je het INDRA JATRA FESTIVAL in Kathmandu.
Tijdens vertrekdatum 18 oktober 2027 bezoek je het TIHAR FESTIVAL in Kathmandu.

De reisroutes tijdens festivalreizen kunnen worden aangepast. Bijvoorbeeld Dakshinkali kan dan niet worden bezocht. Voor meer informatie over de diverse festivals kun je kijken naar het kopje 'Festivals' onder het tabblad 'Meer reisinfo'.

ECHT OP REIS TIP
Volgende keer dichter bij huis?
Hopelijk heb je volop genoten van je avontuur in Nepal! Ben je alweer aan het dromen over een volgende reis? Ook dichter bij huis valt er veel te ontdekken. Europa biedt een grote variatie aan bestemmingen, van sfeervolle steden en pittoreske dorpjes tot indrukwekkende natuurgebieden. Bovendien is voor veel Europese bestemmingen minder reisafstand nodig dan voor verre reizen. Misschien ontdek je wel nieuwe favoriete plekken dichter bij huis.

Aanvullende informatie

Wat is inclusief?

- internationale vluchten inclusief ruimbagage
- alle transport met airconditioned (mini)bus
- overnachtingen in hotels en guesthouses
- alle ontbijten
- verblijf in ‘homestay’ in Panauti met ontbijt, lunch en diner
- lokale Engelstalige reisbegeleiding
- trekking gids Dhampus
- trekking permit
- bagagevervoer Dhampus
- kabelbaan Manakamana
- entreegeld Bhaktapur
- luchthavenbelastingen
- brandstofheffing

Wat is exclusief?

- overige maaltijden
- optionele excursies
- overige entreegelden
- fooien
- visum
- boekings(dossier)kosten
- bijdrage Calamiteitenfonds (enkel op Nederlandse reizen of voor reizigers met Nederlandse nationaliteit)
- consumentenbijdrage SGR € 5,- per persoon (enkel op Nederlandse reizen)
- reis- en annuleringsverzekering

Attentie

* Let op: neem 2 pasfoto’s mee voor het permit in de Annapurna-regio!

Zakgeld

400

Optionele Excursies

Kathmandu - Bergvlucht naar Mount Everest

Een van de beste manieren om dicht bij de Himalaya en vooral de Mount Everest te komen is het nemen van een bergvlucht. Tijdens de één uur durende vlucht heb je (met helder weer!) een indrukwekkend uitzicht op de bergtoppen, zoals 's werelds hoogste bergtop Mount Everest (8848 m) en andere Himalayatoppen als Gauri Shankar (7134 m), Nuptse (7855 m), Lhotse (8516 m), Amadablam (6812 m), Chamlang (7319 m), Makalu (8463 m) en Cho Oyu (8201 m). De vliegtuigen nemen een beperkt aantal passagiers mee zodat iedereen een raamplaats heeft. Houd er rekening mee dat je bij bewolkt weer een minder goed zicht hebt op de Himalaya en dat niet alle raampjes even helder zijn.

Excursietijd (onder voorbehoud; in overleg met de reisbegeleiding):
05.30 uur - Vertrek naar de luchthaven
07.00 uur - Mountain Flight (ongeveer een uur)
08.00 uur - Transfer terug naar het hotel

Inbegrepen: vervoer naar de luchthaven, rondvlucht
Niet inbegrepen: op het vliegveld betaal je de airport tax van 200 Nepalese rupee p.p. (bedrag onderhevig aan veranderingen)

NB: De prijs voor deze excursie is sterk aan veranderingen onderhevig! Let op: de Europese Unie heeft alle Nepalese luchtvaartmaatschappijen op de 'Zwarte lijst' geplaatst. Ook de luchtvaartmaatschappij waar gebruik van wordt gemaakt voor de optionele 'mountain flight'. We vragen je daarom een Waiver (Afstandsverklaring) te tekenen. Zonder deze verklaring is het niet mogelijk deel te nemen aan deze optionele vlucht. Je reisbegeleider zal je ter plaatse de Waiver overhandigen.

NB: Koning Aap heeft als uitgangspunt dat we ter plaatse - om milieuredenen - geen gebruik maken van regionale of binnenlandse vluchten. Toch wordt in Nepal de mogelijkheid aangeboden om een bergvlucht naar de Mount Everest te maken, omdat de hoogte van deze bergketen zo imposant is.

Kathmandu – Durbar Square, Pashupathinath & Patan

De stadstour door Kathmandu voert je langs de bekendste plekken van de stad. Je bezoekt Durbar Square (hét centrale plein van de stad) en Pashupatinath (de heiligste plek voor de Nepalese hindoes aan de rivier Bagmati). De zusterstad van Kathmandu, Patan, ligt vergroeid aan de hoofdstad. Voor zover dat mogelijk is, heeft het oude gedeelte van de stad een nog grotere dichtheid aan tempels en kloosters dan de hoofdstad. Patan (lokaal bekend onder de naam Lalitpur) is veel rustiger dan Kathmandu en een verademing na de drukte van die stad. Je bezoekt in Patan het Durbar Square met zijn vele tempels. Toegangsprijzen zijn bij deze excursie niet inbegrepen. De genoemde prijs geldt bij een minimum van 6 deelnemers; bij minder deelnemers wordt een toeslag gevraagd.

Excursietijd (onder voorbehoud; in overleg met de reisbegeleiding):
09.30 uur - Vertrek vanaf het hotel in Kathmandu
16.30 uur - Einde sightseeing

Inbegrepen: vervoer en Engelstalige gids
Niet inbegrepen: entreegelden, lunch, cameratoeslagen en fooi

Kathmandu – Nepalese kookles

In het hart van Kathmandu volg je een kookdemonstratie in het boutique hotel 'Traditional Comfort', dat in Newari stijl is opgetrokken. Je leert van de 'chef' over de ingrediënten die gebruikt worden in de Nepalese keuken en hoe gerechten als dumplings (momo's), 'chicken curry' (kukhura ko masu ko jhol), groente curry (tarkaari) of 'kalo dal' (linzengerecht) worden geprepareerd. Liefhebbers kunnen een handje helpen bij de bereiding. Na de demonstratie volgt een diner.

Inbegrepen: kookles, maaltijd
Niet inbegrepen: drankjes, fooi

Kathmandu - Rafting Trisuli rivier (met openbaar vervoer)

Je gaat raften op de rivier Trisuli. Een tocht op een rubberboot op de wild stromende rivier tussen de bergen is een

adembenemende ervaring! De Trisuli verandert in een kolkende massa tijdens de moesson.

Deze excursie zal worden uitgevoerd op 'join in' basis, met openbaar vervoer. Dat betekent dat ook andere reizigers (buiten je Koning Aap groepsgenoten) kunnen deelnemen. *NB: de doorgang van deze optionele excursie is afhankelijk van de waterstand.*

Excursietijd (onder voorbehoud; in overleg met de reisbegeleiding):
06.30 uur - Pick-up vanaf je hotel in Kathmandu
10.30 uur - Aankomst bij het startpunt voor het raften
11.00 uur - Start van het raften (circa 2 à 3 uur)
13.00-14.00 uur - Vertrek terug naar Kathmandu
17.00-18.00 uur - Aankomst Kathmandu

Inbegrepen: openbaar vervoer, rafting
Niet inbegrepen: lunch, drankjes, fooi

Kathmandu - Rafting Trisuli rivier (met privé vervoer)
Je gaat raften op de rivier Trisuli. Een tocht op een rubberboot op de wild stromende rivier tussen de bergen is een adembenemende ervaring! De Trisuli verandert in een kolkende massa tijdens de moesson. De genoemde prijs geldt bij een minimum van 6 deelnemers; bij minder deelnemers wordt een toeslag gevraagd. *NB: de doorgang van deze optionele excursie is afhankelijk van de waterstand.*

Excursietijd (onder voorbehoud; in overleg met de reisbegeleiding):
07.30 uur - Vertrek van het hotel naar Fishling
10.30 uur - Aankomst bij Fishling, het startpunt voor het raften
11.00 uur - Start van het raften (circa 2 à 3 uur)
13.00-14.00 uur - Vertrek terug naar Kathmandu
16.00-17.00 uur - Aankomst Kathmandu

Inbegrepen: privé vervoer, rafting
Niet inbegrepen: lunch, drankjes, fooi

Informatie over het land

Nepal

Bevolking

Nepal heeft een oppervlakte van 147.000 km² (ruim 4 maal Nederland, 5 maal België) en telt naar schatting 30,5 miljoen mensen, waarvan de meerderheid in de Kathmanduvallei en de laaggelegen Terai woont. Vanwege de bevolkingsdruk in de vruchtbare delen van het land, migreert een toenemend aantal Nepalezen naar omliggende landen, zoals India, Bhutan en Bangladesh en zelfs naar de Emiraten.

Bevolking van Nepal: De bevolking van Nepal heeft kenmerken van de Europese- en Mongoolse rassen en is etnisch terug te voeren tot een combinatie van Indiase, Tibetaanse en Birmese culturele achtergronden. De verschillende etnische groeperingen zoals de Gurung, Sherpa, Newari, Magar, Tharu, Tamang en Bhotia houden in meer of mindere mate vast aan hun eigen taal en tradities.

Cultuur

Je begroet Nepalezen, zowel bij informeel als formeel bezoek, door de handen bij elkaar te vouwen en ‘namaste’ of (bij een belangrijk persoon) ‘namaskar’ te zeggen. Door het hoofd hierbij lichtjes te buigen toon je respect voor de ander.

Omgangsvormen in Nepal: In een aantal gevallen zoals bij groeten, eten, geld geven of aannemen, iemand aanraken moet je dat vooral niet met je linkerhand doen. Bedenk dat toiletpapier een recente westerse uitvinding is die bij de meeste Nepalezen onbekend is. Ook de voeten, die in contact staan met de aarde, zijn onrein en ook letterlijk ‘laag bij de grond’. Raak dus niemand met je voet, stap niet met je benen over iemand heen en leg nooit je sokken dicht bij iemands hoofd (het gebruik van sokken drogen boven een haardvuur ligt soms erg gevoelig). Het hoofd is het hoogste en heiligste lichaamsdeel. In traditionele gebieden zal men het niet waarderen wanneer je kinderen over de bol aait. Gelukkig zorgt onze lokale agent tijdens een trektocht op een Nepal rondreis goed voor je dragers.Ze hebben goed schoeisel, warme kleding en een slaapzak bij zich.

Kleding in Nepal: Blote kleding wordt als aanstootgevend beschouwd. Zeker bij bezoek aan heilige plaatsen en/of tempels kun je je beter niet met shorts of een kort rokje vertonen. Daarnaast is het gebruikelijk dat je schoenen bij de ingang achterlaat. Hindoetempels dien je zonder hoofdbedekking te betreden. Ook als je op trektocht bent dien je er rekening mee te houden dat de bewoners in de bergen niet gewend zijn aan zomertopjes en dergelijke.

Duurzaamheid

Groen in Nepal

In samenwerking met onze lokale agenten steunt Koning Aap een aantal projecten met een financiële bijdrage. Ook onze reizigers dragen een steentje bij. Een groot (en groeiend) aantal deelnemers geeft via het boekingsformulier een donatie aan een van onze projecten. Je kunt onze projecten al steunen met een bedrag vanaf € 10. Koning Aap verdeelt daarnaast samen met zusterorganisatie Shoestring jaarlijks een bepaald bedrag aan onze diverse projecten wereldwijd: klik hier voor meer informatie.

Project Shree Secondary Schools (Nepal)

Waar zet dit project zich voor in? Onze lokale agent in Nepal helpt een aantal scholen met leerkrachten, schoolbibliotheken en computers.
Waar gaan de donaties naartoe? Wij steunen dit project door in de Shree Secondary Schools zorg te dragen voor de kozijnen en ramen. Het is moeilijk studeren als het koud is en regent! Het meubilair (oud en in slechte staat) verdient de komende jaren ook meer aandacht. Net als 'nieuwe' computers! Op deze middelbare school krijgen zo'n 700 kinderen in de leeftijd van 6 tot 16 jaar les.

Eten en drinken

Eten in Nepal: Het nationale gerecht van Nepal is *dal bhat tarkari*. Het bestaat uit rijst met linzen en groente, meestal in een curry. Bij bijzondere gelegenheden wordt vlees van kip, geit of buffel toegevoegd. De op toeristen ingestelde restaurants in de steden en op de populaire wandelroutes hebben een ‘internationaal’ menu, met gerechten als pizza,

lasagna of tortilla. Daarnaast zijn er de meer authentieke Nepalese, Indiase en Tibetaanse eethuizen. Een aanrader zijn *momo's*, een Tibetaans gerecht, dat bestaat uit bolletjes vlees of gebakken groenten in een omhulsel van deeg dat kort gestoomd wordt.

Drinken in Nepal: De nationale drank is *chai* (spreek uit: tsjai), thee, die normaal gesproken melk en suiker bevat. Als je thee zonder suiker wilt vraag je om '*chini na rageko chai*' en zonder melk '*dudh na rageko chai*'. In Kathmandu, Pokhara en op populaire routes in de bergen kun je tegenwoordig een latte of cappuccino met uitzicht op Everest of Annapurna bestellen.

Feestdagen en festivals

Nepal staat bekend om zijn grote aantal feesten en festivals, verspreid over het hele jaar. Er gaat geen week voorbij of er wordt wel ergens een feest gevierd. Het is belangrijk er rekening mee te houden dat de data van religieuze feestdagen ieder jaar veranderen. Dit komt omdat deze gerelateerd zijn aan de maankalender in tegenstelling tot onze (op de zon gebaseerde) tijdrekening.

Feesten in Nepal: Tijdens *Holi* wordt de komst van de lente gevierd. Het is een vrolijk feest waarbij iedereen elkaar onderspuit met gekleurde vloeistof of gekleurd poeder. Toeristen worden dan niet gespaard! Bijzonder om mee te maken is *Macchendranath* (april/mei). Tijdens dit spectaculaire feest, dat duizenden toeschouwers trekt, wordt het beeld van Macchendranath, de regengod van de Kathmandu-vallei, door de straten van Patan voortgetrokken op zijn achttien meter hoge strijdwagen.

Dashain: *Dashain* is het belangrijkste feest voor de Nepalezen. Het is het feest van de vruchtbaarheid en van de overwinning van goed over kwaad. *Dashain* geldt voor veel hindoes als het begin van een nieuwe periode. Vandaar dat ze huizen schilderen en opknappen en nieuwe kleding kopen. Als toerist merk je niet zo veel van het feest. Wel valt het op dat er overal primitieve schommels met lange palen worden gebouwd. Daarnaast ligt het openbare leven door alle feestelijkheden zo goed als stil.

Lichtfeest: *Tihar*, ook wel *Diwali* genoemd is het feest van het licht en duurt vijf dagen. Licht is namelijk het belangrijkste kenmerk van dit feest. Overal worden olielampjes buiten gezet om het huis, de winkel of de straat te verlichten. En er wordt veel geofferd aan Laxmi, de godin van welvaart en voorspoed. Op de markten van Kathmandu en Pokhara worden gedurende Tihar typisch Nepalese vruchten, voedsel, snoepgoed en goudsbloemen verkocht. Vooral in de avonduren zijn de markten hier erg sfeervol.

Fooien

Een fooi, in Nepal ook wel *baksheesh* genoemd, geef je om iemand te belonen of als je iets speciaals van iemand gedaan wilt hebben. In hotels verwacht het personeel een fooi voor het brengen van de bagage naar de kamer en voor het verlenen van kleine diensten. In de bergen is fooi niet gebruikelijk waar het gaat om de betaling van de maaltijd of overnachting. Een beloning voor een extra dienst is echter wel gebruikelijk.

Personeel van restaurants rekent in Nepal op een fooi, 10 tot 15 procent van de rekening. In duurdere restaurants worden zowel servicekosten als VAT (verkoopbelasting) in rekening gebracht. In goedkope uitspanningen is fooi een onbekend verschijnsel.

De reisbegeleiders, lokale (berg)gidsen en chauffeurs die voor Koning Aap werken verwachten een fooi, mits ze hun werk naar voldoening gedaan hebben. Een richtbedrag voor je Nederlandstalige reisbegeleider is € 2,00 à € 3,00 per reiziger per dag. Als je reis begeleid wordt door een lokale Engelssprekende reisbegeleider is het richtbedrag voor een fooi € 2,00 à € 3,00 per reiziger per dag (bij groepen tot 10 personen). Voor groepen vanaf 11 personen is het richtbedrag voor een fooi € 2,00 per reiziger per dag.

Dragers en gidsen tijdens een trektocht door de bergen verwachten een fooi als ze hun werk goed gedaan hebben. Voor dragers is een fooi van € 1,50 per reiziger per dag een goede richtlijn voor groepen tot 10 personen. Bij groepen vanaf 11 personen geldt een richtlijn van € 1,00 per reiziger per dag. Voor gidsen (of en eventuele '*assistant guides*') tijdens de trektocht is een fooi van 1 euro per reiziger per dag (bij groepen tot 10 personen) een goede richtlijn. Voor groepen vanaf 11 personen is het richtbedrag voor een fooi € 0,75 per reiziger per dag.

Een richtbedrag voor de chauffeur is afhankelijk van de grootte van de groep, denk aan € 1,00 à € 2,00 per persoon per

dag (voor groepen tot 10 personen), of € 1,00 bij groepen vanaf 11 personen. Soms is er een bijrijder, voor hem is een fooi van € 1,00 per persoon per dag een mooi adviesbedrag.

Op familiereizen gelden andere richtbedragen. Als je reis begeleid wordt door een lokale Engelssprekende reisbegeleider is het richtbedrag voor een fooi € 3,00 tot € 5,00 per gezin per dag (bij groepen tot 3 gezinnen). Voor groepen met meer dan 3 gezinnen is het richtbedrag voor een fooi € 2,00 tot € 4,00 per gezin per dag.

Land en landschap

Het landschap van Nepal wordt gedomineerd door het hoogste gebergte ter wereld, de Himalaya, waarvan de hoogste bergketen het land grotendeels afgrendelt van Tibet met toppen zoals de Mount Everest - bij de Nepalezen bekend als Sagarmatha (8848 m), Manaslu (8156 m) en de Lhotse (8516 m).

Geografie van Nepal: Parallel aan de Himalaya loopt aan de zuidkant de Mahabharat, een bergketen met toppen tot boven de 3000 meter. Tussen deze twee ketens bevindt zich de Pahar, heuvelland dat wordt doorsneden door veel rivieren en enkele kleine, vlakke valleien, waaronder de Kathmanduvallei, het kloppend hart van Nepal, gelegen op zo'n 1500 meter. Ten zuiden van de Mahabharat ligt de jongste en laagste heuvelrug van Nepal, Sivalik genaamd, met toppen tot 1200 meter. Er tussenin liggen stukken laagvlakte, waar dichte jungle steeds verder plaats maakt voor rijstvelden. Voorbij deze heuvels gaat Nepal over in de Terai, een laagvlakte die onderdeel is van de Ganges laagvlakte van India.

Afwisselend landschap in Nepal: Vanwege de grote hoogteverschillen bestaan er veel klimaatzones relatief dicht bij elkaar. Daardoor is er een grote variatie aan natuur. Er zijn grote gebieden waar ijs en sneeuw eeuwig heersen en zeldzame diersoorten zoals de sneeuwluipaard voorkomen. Maar daarnaast zijn er jungles en grasvlaktes waar het 's zomers 40° C kan worden en waar neushoorns en wilde buffels rondlopen. Daartussen vinden we naald- en rododendronbossen en alpenweiden waar wilde geiten zwerven. Slechts een vijfde deel van het land is in cultuur gebracht, vooral in de vorm van prachtige terrassen waar voornamelijk rijst wordt verbouwd.

Religie

Nepalezen zijn overwegend hindoe (81 procent). In de hogere gelegen delen van het land en aan de Tibetaanse grens wonen boeddhisten die ongeveer 11 procent van de bevolking uitmaken. In de Terai woont een moslimminderheid (4 procent). In de praktijk bestaat de godsdienstbeleving in Nepal uit een mix van hindoeïsme en boeddhisme.

Hindoeïsme in Nepal: Het hindoeïsme is een van de oudste religies ter wereld. De hindoes hebben geen bijbel, wel veel verschillende heilige teksten. De oudste zijn de *Veda's*: vier verzamelingen lofzangen, gebeden, regels en offers en spreuken die dateren van 3500 jaar geleden. De godenverering is heel belangrijk in het hindoeïsme. De meeste hindoes geloven in een oppergeest Brahma, de schepper. Samen met Vishnu (de beschermer) en Shiva (de verwoester) vormen ze de drie-eenheid. Maar het hindoeïsme kent nog duizenden andere goden, waarvan velen reïncarnaties zijn. Vaak staan ze ergens voor, zoals de populaire Ganesh (te herkennen aan het olifantenhoofd), de god voor wijsheid en kennis en Hanuman, de apengod die bekend staat om zijn trouw.

Kastensysteem: Typerend voor het hindoeïsme is het kastensysteem, de indeling van de bevolking in een hiërarchie van overgeërfde sociale klassen. Alles draait daarbij om het begrip 'zuiverheid'. Officieel bestaat het kastenstelsel niet meer, maar de invloed ervan op de samenleving is nog altijd groot. De laagste status hebben de kastenlozen die tegenwoordig dalits worden genoemd. Zij oefenen de onreine beroepen uit zoals rioolreiniging en lijkverbranding.

Vermenging van hindoeïsme en boeddhisme in Nepal: Sinds eeuwen heeft er in Nepal een intensieve vermenging van hindoeïsme en boeddhisme plaatsgevonden. Allerlei spirituele elementen werden uitgewisseld en tegenwoordig is in sommige gevallen niet meer te achterhalen of een godheid van hindoeïstische of boeddhistische oorsprong is. Menig religieus festival wordt in Nepal door zowel boeddhisten als hindoes gevierd en aanhangers van beide religies bezoeken soms dezelfde heiligdommen. In Kathmandu ligt het pagodetempeltje van de hindoe godin Harati, beschermster tegen kinderziekten, pal naast de boeddhistische stoepa van Swayambunath.

Taal

Hoewel de verschillende bevolkingsgroepen ieder hun eigen taal hebben, wordt het Nepalees (*Nepali* of *Parbatiya*) beschouwd als de gemeenschappelijke taal. Met name op plaatsen waar veel toeristen komen, spreekt men ook

Engels. Toch is het aan te raden om enkele woordjes Nepalees te leren. De moeite die je neemt om de mensen in hun eigen taal aan te spreken, wordt zeer gewaardeerd.

Enkele woordjes Nepalees
Dag, goede morgen, -middag, -avond
Namasté

Dit is mooi
Jo raamro tsjha

Het is lekker
Jo mietho tsjha

Bedankt
Dhanjabaat

Tot ziens
Pheri bhetaulaa

1 *ek*
2 *doei*
3 *tien*
4 *tsjaar*
5 *paatsj*
6 *tsjha*
7 *saat*
8 *aatha*
9 *nau*
10 *das*

Voor meer woordjes Nepalees, download de app '*google translate*'.

Weer en klimaat
Het klimaat in Nepal loopt uiteen van subtropisch in het laagland tot een koud bergklimaat in de bergen. De moesson valt in de periode van juni tot oktober. Het vochtigheidsgehalte van de lucht is dan hoog en er vallen regelmatig stevige buien. Sommige delen van het land zijn vanwege overstromingen niet te bereiken. De bergpaden zijn in de regentijd over het algemeen glibberig en men moet vaak door riviertjes en rijstvelden waden. De valleien zijn in deze periode echter op hun mooist. De hoogste zomertemperatuur in Kathmandu ligt rond 30º C, de hoogste wintertemperatuur rond 15-20º C (‘s nachts rond het vriespunt). In het lager gelegen Pokhara is het over het algemeen warmer.

Beste reistijd voor Nepal: De beste periodes voor een rondreis door Nepal of een familiereis door Nepal zijn het voorjaar (midden februari tot en met mei) en het najaar (oktober tot en met december). De temperaturen zijn dan aangenaam en de lucht vaak onbewolkt zodat je mooi uitzicht op de bergen hebt. Je kunt Nepal in de winter bezoeken, maar ‘s nachts en in de hoger gelegen gebieden kan het erg koud worden.

Klimaattabel Nepal: De vier cijfers die telkens worden genoemd zijn van links naar rechts: de gemiddelde maximum temperatuur in graden Celsius, aantal zonuren per dag, aantal dagen per maand met minimaal 1 mm-neerslag per dag en- de gemiddelde temperatuur van het zeewater (indien van toepassing).

KATHMANDU

Maand	T gem	Zon	Neerslag	T w
Januari	18	6	2	-
Februari	19	6	2	-

Maart	24	8	2	-
April	27	9	3	-
Mei	29	6	6	-
Juni	29	5	11	-
Juli	28	3	16	-
Augustus	28	3	14	-
September	28	4	10	-
Oktober	26	6	3	-
November	23	5	1	-
December	19	5	1	-

Adressen

Ambassade van Nepal in België
Brugmannlaan 210, Brussel
T: 02-3462658
E: embn@skynet.be
I: www.be.nepalembassy.gov.np

Consulaat van Nepal in Nederland
Herengracht 562, 1017 CH Amsterdam
T: +31 (0) 20-6241530
E: consulate@nepal.nl
I: www.nepal.nl

Consulaat van Nederland in Nepal
ICCO/DCA Office Buidling
Jhamsikhel, Lalitpur
T: +977-1-5553505
E-mail: consulate@nlconsulate.org.np
I: www.netherlandsandyou.nl

Consulaat van België in Nepal
Bhagawan Bahal, Thamel/Kathmandu
T +977-1-4418922
E: info@diplobelnepal.org

Bagage en kleding

We adviseren je om tijdens je Nepal rondreis of je Nepal familiereis je bagage mee te nemen in een rugzak of in een weekendtas. Het gebruik van een (harde) koffer raden we af op al onze reizen. Probeer het gewicht van je bagage te beperken tot ongeveer tien kilo per persoon.

Wat betreft je kleding raden we je aan om praktische kleren mee te nemen naar Nepal, die zich makkelijk laat combineren (laag over laag). We vragen je om in kledingkeuze respect te tonen voor de lokale cultuur. Mocht je ter plaatse soms twijfelen, aarzel dan niet de reisbegeleiding om advies te vragen. In heel Nepal wordt te schaarse kleding

als aanstootgevend beschouwd. Van vrouwen wordt verwacht dat hun schouders en hun bovenbenen tot en met de knieën bedekt zijn. Maar ook van mannen vindt men het raar, wanneer zij zich op straat vertonen in een korte broek. Voor iedereen gelden er strengere kledingvoorschriften bij het bezoeken van heilige plaatsen en/of tempels in Nepal. Zo zul je over het algemeen je schoenen bij de ingang moeten achter laten.

Denk bij het samenstellen van je bagage aan bijvoorbeeld: reisgids, makkelijke schoenen, badslippers, lakenzak, zaklamp, universele verloopstekker, wasmiddel, zakmes (niet in de handbagage!), zwemkleding, toiletartikelen, wekker, schrijfgerei.

In de meeste hotels in Nepal kun je je kleren laten wassen. Houd er echter rekening mee dat dit meestal op een nogal hardhandige wijze gebeurt, dus geef niet je beste spullen af.

Een slaapzak is niet nodig tijdens onze Nepal-reizen.

Communicatie

Nepal beschikt over een mobiel netwerk met een redelijk goede dekking in de steden en in het laagland. In de bergen heb je doorgaans minder bereik. Een overzicht van de beltarieven per provider vind je op www.bellen.com. Het landnummer van Nederland is +31, van Belgie +32 en van Nepal +977. De meeste hotels en restaurants in de Kathmandu-vallei hebben WiFi. Maar dit werkt lang niet altijd, vooral na slecht weer heb je grote kans dat WiFi eruit ligt.

Om niet te verdwalen kun je thuis op voorhand de app *Maps.Me* downloaden. Hiermee kun je offline plattegronden van Nepal gebruiken.

Elektriciteit

De netspanning in Nepal bedraagt 220 Volt. De stroom valt echter regelmatig uit. Dorpen in hoger gelegen gebieden zijn soms aangesloten op het elektriciteitsnet of maken gebruik van generatoren of zonnepanelen. Je hebt beslist een zaklamp nodig. Nog beter is een hoofdlamp. Bij het meenemen van een laptop, videoapparatuur en/of digitale camera met oplader is het handig om voor je rondreis door Nepal of je familiereis Nepal van thuis een kleine spanningsbeveiliging mee te nemen. De stroomvoorziening kan behoorlijk fluctueren en daardoor je goede apparatuur flink beschadigen. Je kunt die beveiliging ook in speciaalzaken in Kathmandu kopen. Kijk hier als je wilt zien wat voor stopcontact en stekkers in Nepal gebruikelijk zijn.

Fotografie

Fotograferen in Nepal vormt voor menig bezoeker een onuitputtelijke bron van inspiratie. Het landschap, de tempels en niet te vergeten de bevolking is uiterst fotogeniek. Vraag als je mensen in Nepal wilt fotograferen altijd eerst om toestemming. Maak tijdens je Nepal reis of je Nepal familiereis geen foto's op heilige plaatsen of bij crematies. Het is strikt verboden om opnames te maken van militaire objecten zoals militaire controleposten, vliegvelden en bruggen.

Geldzaken

De munteenheid van Nepal is de *rupee* (NRs). De actuele koers vind je o.a. op www.oanda.com. Zorg dat je altijd voldoende klein geld op zak hebt, bijvoorbeeld voor het openbaar vervoer. Zelfs het wisselen van briefjes van 100 NRs (nog geen euro) kan al moeilijkheden opleveren. Accepteer geen beschadigde biljetten. Biljetten die verfomfaaid of gescheurd zijn, raak je moeilijk kwijt. Zorg ervoor dat je tijdens een trekking voldoende contant geld bij je hebt, want onderweg is er geen gelegenheid je buitenlandse valuta te wisselen.

Pinnen in Nepal: Je kunt in Kathmandu, Bhaktapur, Pokhara en de grote steden in de Terai gemakkelijk geld pinnen. Houd er wel rekening mee dat Nederlandse en Belgische banken om veiligheidsredenen de bankpassen met Cirrus/Maestro-logo tegenwoordig standaard instellen op gebruik binnen Europa. Indien je geld wilt pinnen in Nepal dien je deze instelling voor vertrek tijdelijk te wijzigen naar 'Wereld'. De pinautomaten worden aangeduid met ATM (*All Time Money*). Het maximum bedrag dat je kunt pinnen is bij de meeste banken 35.000 NRs. De kosten per transactie bedragen meestal 500 NRs. Tot slot, mocht de ATM leeg of defect zijn, dan is het handig om als reserve contante eurobiljetten achter de hand te hebben.

Gezondheid

Vaccinaties voor Nepal worden beslist aangeraden. Voor de actuele stand van zaken verwijzen we naar www.lcr.nl, de website van het Landelijk Coördinatiecentrum Reizigersadvisering (LCR) dat de richtlijnen uitgeeft voor vaccinaties en preventie van malaria. Reizigers uit België vinden vergelijkbare informatie op www.wanda.be.

Vaccineren bij je thuis! Bij veel reizen die we aanbieden zijn inentingen tegen de belangrijkste ziekten noodzakelijk. Niet het meest leuke deel van je reisvoorbereiding maar wel onvermijdelijk. Koning Aap heeft in samenwerking met Thuisvaccinatie.nl een oplossing gevonden voor deze vaak tijdrovende klus. In plaats van dat jij naar de GGD of huisarts moet gaan, komt een huisarts bij je thuis op het moment dat het jou schikt om de benodigde inentingen te zetten.
Thuisvaccinatie.nl is een landelijk werkend vaccinatiecentrum (enkel in Nederland). Als je minstens 4 weken voor vertrek contact met hen opneemt, garanderen we dat je gebruik kunt maken van deze unieke service. Een handig alternatief voor de GGD!

Reisapotheek voor Nepal: Neem op je Nepal familiereis of je Nepal rondreis een kleine reisapotheek mee met daarin o.a. jodium, pleisters, sterilon en middelen tegen koorts, diarree, verstopping, insectenbeten, zonnebrand en eventueel een middel tegen reisziekte. Denk ook aan een tekentang, thermometer (onbreekbaar), ORS (*Oral Rehydration Salts*, tegen uitdroging) en vitaminetabletten. Voor de hygiëne op reis o.a. een flesje desinfecteergel en ontsmettingsdoekjes. Als je naar een malariagebied gaat, denk dan aan anti-malaria tabletten en muggenolie met DEET.

Europees Medisch Paspoort: Handig om mee te nemen is het Europees Medisch Paspoort, een document waarmee je in urgente situaties veel problemen kan voorkomen. Het paspoort is opgesteld in elf talen, waardoor de hulpverlener (in het buitenland) eenvoudig de gegevens van de patiënt, zijn of haar ziekten, aandoeningen en medicijngebruik kan opzoeken. Ook is vermeld wie de behandelende arts is en wie er in dringende gevallen gewaarschuwd kan worden. Het medisch paspoort is onder andere verkrijgbaar bij huisarts, de Reisdokter, apotheek en GGD.

Preventieve maatregelen: Bij aankomst is het zaak de tijd te nemen om te acclimatiseren. Wees voorzichtig met zonnen en zet bij uitstapjes in de volle zon iets op je hoofd. Omdat je in de droge hitte ongemerkt veel vocht verliest, moet je steeds veel blijven drinken en wat extra zout op je eten strooien. Warme dranken zijn over het algemeen beter dan ijskoude. Je maag en darmen worden dan minder belast. Het water uit de kraan kun je beter niet drinken. Kijk voor meer informatie op www.gezondopreis.nl.

Hoogteziekte in Nepal: Als je tijdens de reis boven de 2500 meter hoogte komt bestaat de kans op hoogteziekte. Door het zuurstofgebrek wordt de ademhaling versneld en adem je meer vocht uit dan normaal. Vandaar dat je veel moet drinken: boven 2500 meter in elk geval drie tot vier liter per dag! Hoogteziekte treedt meestal binnen 24-72 uur op na het bereiken van een nieuwe hoogte. Hoofdpijn is het belangrijkste symptoom. Informeer je vooraf goed over verschijnselen van hoogteziekte. Raadpleeg het boekje ‘Hoe blijf ik gezond in de hoogte’ (uitgave KIT) of kijk op de website www.hoogteziekte.info.

Gezondheidsverzekering in Nepal: Zorg dat je goed verzekerd bent en regel liefst een Engelse brief van je verzekering voor als er - in geval van nood - een helikopter moet uitrukken. Die zal slechts komen als je kunt aantonen dat de kosten betaald zullen worden. Als je gaat trekken of klimmen in de bergen is een verzekering bij een bergsportfederatie aangeraden.

Openingstijden

Winkeltijden in Nepal variëren nogal. Veel zaken zijn geopend tussen 8.00 en 20.00 uur (‘s winters van 10.00 tot 19.00). Zaterdag is in Nepal de wekelijkse rustdag, al gaan niet alle winkels op die dag dicht.

De banken zijn geopend van zondag t/m donderdag tussen 10.00 en 15.00 uur (‘s winters 14.30 uur) en op vrijdag tot 13.00 uur. De Standard Charterd Bank op Kantipath (3 minuten vanaf Thamel) is ‘s ochtends vanaf 7.30 uur geopend. Op het vliegveld is een wisselkantoor geopend gedurende aankomst- en vertrektijden van internationale vluchten.

Overheidskantoren zijn geopend tussen 10.00 en 17.00 uur, ‘s winters tussen 10.00 en 16.00 uur. Het hoofdpost-kantoor (GPO) in Kathmandu is open van zondag t/m vrijdag tussen 10.00 en 15.00 uur. Het nabijgelegen *Central Telegraph Office* is open van 6.00 tot 24.00 uur. Musea zijn op dinsdag en soms ook op woensdag gesloten. Houd er rekening mee dat op en rond feestdagen de meeste banken, kantoren en winkels gesloten zijn.

Shoppen in Nepal: in de toeristische gedeelten van Kathmandu tref je vooral zaakjes met souvenirs, kleding, tassen en tapijten. Nabij Freak Street, op Durbar Square en in Thamel hebben souvenirverkopers hun waren uitgestald op straat, van *thanka's* (beschilderde religieuze doeken) tot Tibetaanse maskers. In kleine zaakjes en op de markt is afdingen gebruikelijk. Speel het onderhandelingsspel op een faire manier en bewaar je gevoel voor humor ten allen tijde. In supermarkten kun je niet afdingen.

Reisdocumenten

Internationaal paspoort:

Wij adviseren je om op reis te gaan met een internationaal paspoort dat bij terugkeer van je reis nog minimaal zes maanden geldig is.

Visum:

Ja, voor deze bestemmingen is een visum, elektronisch visum of toeristenkaart benodigd voor reizigers met de Nederlandse of Belgische nationaliteit. Een visum on arrival is niet mogelijk.

Je kunt ervoor kiezen om het visum via onze partner aan te vragen, of zelf te regelen. Het aanvragen van een visum kost namelijk veel tijd en kan foutgevoelig zijn. Wij raden onze reizigers dan ook aan om het visum vooraf te laten regelen door Traveldocs om onnodige stress voorafgaand aan de vakantie te voorkomen.

Onze partner Traveldocs helpt je graag verder en is telefonisch bereikbaar via +31 (0) 23 2210004. Traveldocs is een gespecialiseerde visumdienst voor Nederland (voor Nederlandse paspoorthouders) en België (voor Belgische paspoorthouders).

Kijk op de website van Traveldocs voor meer informatie:
- Nederlandse reizigers bezoeken: visum-legalisatie.nl/koningaap-nl
- Belgische reizigers bezoeken: visum-legalisatie.nl/koningaap-be

De prijs van het visum staat op de website van Traveldocs. Je betaalt rechtstreeks aan Traveldocs bij het indienen van je aanvraag.

Reizigers die niet beschikken over de Nederlandse of Belgische nationaliteit, dienen zelf contact op te nemen met de betreffende ambassade(s) en hun eventuele visum te regelen.

Reizigers met meereizende kinderen onder de 18 jaar dienen zelf bij de betreffende ambassade te infomeren naar eventuele aanvullende toelatingseisen

Tijdsverschil

Het tijdsverschil van Nepal met Nederland is in de zomer 3 uur en 45 minuten. In de winter is dat een uur meer.

Veiligheid

Nepal is een relatief veilige bestemming. Het grootste gevaar vormen natuurrampen aangezien Nepal in een aardbevingsgevoelig gebied ligt. Berovingen of andere vormen van fysiek geweld tegen toeristen komen er weinig voor. Breng mensen niet in de verleiding om je te beroven en draag dus geen dure sieraden. Stop geld en belangrijke papieren goed weg, bijvoorbeeld in zakjes aan de binnenkant van je kleding. Mocht je onverhoopt bestolen worden of iets overkomen, zorg dan dat je de app 'SOS op reis' gedownload hebt zodat je alle belangrijke telefoonnummers bij de hand hebt. In verband met verzekering is het van belang dat je aangifte doet bij de politie.

Reisadvies voor Nepal: Hoewel de politieke situatie de afgelopen tien jaar redelijk stabiel is, blijven de politieke ontwikkelingen in Nepal onvoorspelbaar. Actuele informatie over de politieke situatie en veiligheid in Nepal vind je op de websites van het ministerie van Buitenlandse Zaken: www.nederlandwereldwijd.nl en http://diplomatie.belgium.be.

Reisdocumenten

Internationaal paspoort:

Wij adviseren je om op reis te gaan met een internationaal paspoort dat bij terugkeer van je reis nog minimaal zes

maanden geldig is.

Visum:
Voor deze bestemming is een toeristenvisum benodigd voor reizigers met de Nederlandse of Belgische nationaliteit. Een 15-daags visum volstaat voor deze reis. Het visum kun je vooraf online aanvragen of bij aankomst verkrijgen. Je kunt ervoor kiezen om het visum via onze partner Traveldocs aan te vragen of zelf te regelen.

Zelf je (online) visum regelen:
Wij raden aan om vooraf het online visumformulier van de Nepalese immigratiedienst in te vullen. Dit kan vanaf twee weken voor aankomst in Nepal via de website van de immigratiedienst.

Let op: hiermee vraag je nog geen volledig visum aan, maar doe je een vooraanmelding. Bij aankomst op de luchthaven van Kathmandu betaal je in cash dollars en rond je de aanvraag af bij de immigratiebalie en ontvang je jouw visum in je paspoort.

Visum aanvragen via Traveldocs:
Je kunt ervoor kiezen om het visum via onze partner Traveldocs aan te vragen, of zelf te regelen. het team van Traveldocs is telefonisch bereikbaar via +31 (0)23 22 100 04 en helpt je graag bij je visumaanvraag. Het aanvragen van een visum kost namelijk veel tijd en kan foutgevoelig zijn. Wij raden onze reizigers dan ook aan om het visum vooraf te laten regelen door Traveldocs om onnodige stress voorafgaand aan de reis te voorkomen.

Onze partner Traveldocs helpt je graag verder en is telefonisch bereikbaar via +31 (0)23 22 100 04. Traveldocs is een gespecialiseerde visumdienst voor Nederland (voor Nederlandse paspoorthouders) en België (voor Belgische paspoorthouders).

Kijk op de website van Traveldocs voor meer informatie:
- Nederlandse reizigers bezoeken: visum-legalisatie.nl/koningaap-nl
- Belgische reizigers bezoeken: visum-legalisatie.nl/koningaap-be

Op de website van Traveldocs vul je het online aanvraagformulier in. Is je aanvraag goedgekeurd? Dan ontvang je je visum (ETA - Electronic Travel Authorization) via de e-mail, waarmee je naar Nepal kunt afreizen. Let op: reis je afwijkend van de groepsreis, laat je dan goed informeren of je gebruik kan maken van het e-visum of dat een regulier visum nodig is.

De prijs van het visum staat op de website van Traveldocs. Je betaalt rechtstreeks aan Traveldocs bij het indienen van je aanvraag.

Hotelgegevens visum
Voor de aanvraag van je visum dien je het volgende hoteladres in te vullen:

The Malla Hotel
Lekhnath Marg, Kathmandu 44600, Nepal
+977 14518385

Let op: het definitieve hotel waar je zult verblijven, kan afwijken van bovenstaand hotel, en is terug te vinden in de hotellijst die 10 dagen voor vertrek op je 'Mijn KoningAap' pagina geplaatst wordt. Het is geen probleem wanneer het definitieve hotel afwijkt van het hotel dat vermeld staat op je visum.

Journalist, fotograaf of militair
Deelnemers die werken als journalist, fotograaf of militair maar aan onze reizen deelnemen als ‘vakantieganger’, adviseren wij bij beroep ‘employee’ in te vullen. Op deze manier voorkom je eventuele complicaties bij de aanvraag van het visum. Vanzelfsprekend zijn wij echter niet verantwoordelijk als je beroep uiteindelijk toch leidt tot een afwijzing.

Reizigers die niet beschikken over de Nederlandse of Belgische nationaliteit, dienen zelf contact op te nemen met de betreffende ambassade(s) en hun eventuele visum te regelen.

Reizigers met meereizende kinderen onder de 18 jaar dienen zelf bij de betreffende ambassade te infomeren naar eventuele aanvullende toelatingseisen.

Accommodatie en transport

Vervoer

Op onze reis door Nepal hebben we ervoor gekozen de route over land af te leggen. Zo krijg je de beste indruk van het Himalayaland en haar bevolking. Houd er wel rekening mee dat reizen in Nepal zwaar kan zijn, er zijn enkele lange reisdagen, de wegen verkeren niet overal in de beste staat en het plaatselijke verkeer is op zijn zachtst gezegd chaotisch.

Op deze reis door Nepal hebben we de beschikking over een eigen airconditioned bus. Het voordeel hiervan is dat je niet afhankelijk bent van de dienstregelingen van het openbaar vervoer en zelf kunt bepalen waar en wanneer je stopt onderweg, met inachtneming van de verkeersveiligheid uiteraard.

De transfers van en naar de luchthaven zijn inbegrepen bij de reissom. Indien je kiest voor het landarrangement, zijn de transfers van en naar de luchthaven niet inclusief.

Je wandelt onder begeleiding van een Nepalese berggids van Phedi naar Dhampus. Deze trekking maakt onderdeel uit van het programma. Je bagage wordt vervoerd door dragers, of door een jeep. Mocht je niet willen wandelen dan kun je (op eigen kosten) het traject afleggen met een lokale jeep. Houd er rekening mee dat als je kiest voor de jeep het, gezien het slechte pad, een oncomfortabel ritje wordt.

Reisafstanden:

Kathmandu naar Bhaktapur: 16 km / 45 minuten
Bhaktapur naar Pharping: 33 km / 1½ uur
Pharping naar Panauti: 45 km / 1½ uur
Panauti naar Bandipur: 177 km / 4 à 5 uur
Bandipur naar Dhampus: 25 km / 2 uur rijden en 2½ à 3 uur wandelen
Dhampus naar Pokhara: 18 km / 30 minuten
Pokhara naar Chitwan: 180 km / 5 uur
Chitwan naar Kathmandu: 180 km / 6 à 7 uur
NB: De genoemde 'kale' reisduur per dag is sterk afhankelijk van de verkeersdrukte, de wegconditie, wegwerkzaamheden en het weer. De tijd is dan ook uiteraard bij benadering.

Accommodatie

Je slaapt in Bhaktapur, Pharping, Bandipur, Pokhara, Sauraha (Chitwan) en Kathmandu in tweepersoonskamers met eigen badkamer, op basis van logies met ontbijt. In Pharping overnacht je in het *guesthouse* van het Neydo Tashi Choeling-klooster.

In Panauti slaap je in een '*homestay*', dus 'bij mensen thuis'. De groep zal verdeeld worden over verschillende families. Op deze manier ervaar je het 'echte' Nepal en het dagelijkse leven op het platteland. Het ontbijt, lunch en diner zijn in Panauti inbegrepen.

In de omgeving van het Chitwan Nationaal Park verblijf je in een leuke, maar eenvoudige accommodatie. Koning Aap maakt hier gebruik van diverse (kleinschalige) overnachtingsplaatsen, zoals een verblijf in de '*Tharu Community Homestay*', de '*Barauli Community Homestay*', 'Machan Country Villa', de 'Sapana Village Lodge' of een hotelletje in het dorp Sauraha. Afhankelijk van de definitieve grootte van de groep bepalen we welke accommodatie gebruikt wordt.

Tijdens de trektocht slaap je in Dhampus in een eenvoudige lodge in de bergen, in een tweepersoonskamertje. Uiteraard is hier geen sanitair in de kamer aanwezig, maar deel je met medereizigers de vaak primitieve 'badkamer'. Een slaapzak is voor deze trekking niet nodig (er zijn dekens in de lodge aanwezig); een lakenzak kan handig zijn. Je verblijf in Dhampus is op basis van logies en ontbijt.

Fijne bijkomstigheid: de geplande hotels in Bhaktapur, Pokhara, en Kathmandu beschikken over een zwembad. In uitzonderlijke gevallen kan het voorkomen dat er andere hotels zonder zwembad gebruikt moeten worden. Als dit zich voordoet zullen we proberen een passend alternatief te vinden.

Kamer op indeling & verwachtingen

Kies je voor een kamer *op indeling*, dan deel je een kamer met een deelnemer van hetzelfde geslacht zoals vermeld in het paspoort. We begrijpen dat dit niet altijd overeenkomt met iemands identiteit. Geldt dit voor jou, neem dan gerust

contact met ons op, dan denken we met je mee.

Een kamer delen vraagt om wederzijds respect en rekening houden met elkaar. Weet je dat je snurkt, laat opblijft, 's nachts vaak uit bed moet of behoefte hebt aan meer privacy? Dan raden we aan een 1-persoonskamer te boeken (tegen toeslag).

Wijzigingen van kamergenoot zijn tijdens de reis alleen mogelijk in overleg met de reisbegeleider en met instemming van alle betrokkenen. Bij problemen is de reisbegeleider het eerste aanspreekpunt. Kan er geen oplossing worden gevonden en is één reiziger verantwoordelijk voor de overlast, dan dient deze een 1-persoonskamer te boeken en de extra kosten zelf te dragen.

Let op: binnen een maand voor vertrek of bij beperkte beschikbaarheid is een 1-persoonskamer op aanvraag.

1-persoonskamer
Je kunt er bij boeking voor kiezen een 1-persoonskamer te reserveren. Hiervoor geldt een eenpersoonskamertoeslag. De vermelde prijzen zijn vanaf-prijzen en kunnen per reisperiode verschillen. In het boekingsformulier zie je de prijs die geldt voor jouw vertrekdatum. Houd er rekening mee dat een 1-persoonskamer niet op alle locaties beschikbaar is en in sommige gevallen uitsluitend op aanvraag, afhankelijk van de beschikbaarheid.

Wifi beschikbaarheid
Wifi tijdens je reis is tegenwoordig onmisbaar. Of je nu contact wilt houden met het thuisfront, je mooiste reiservaringen wilt delen op sociale media of praktische zaken wilt regelen onderweg. Internet maakt het allemaal een makkelijker.

Bij al onze reizen vind je daarom onder het tabblad Accommodaties per (voorbeeld)accommodatie informatie over de beschikbare wifi. Houd er wel rekening mee dat wifi niet altijd gegarandeerd is. De beschikbaarheid en kwaliteit kunnen per accommodatie en per land verschillen. Met name tijdens het verblijf in het *guesthouse* van het klooster in Pharping, de '*homestay*' in Panauti en tijdens de trekking in Dhampus is er vaak geen (goede) wifi.

Op deze reis is het niet mogelijk een driepersoonskamer te boeken.

Een goede eerste indruk van de hotels die Koning Aap gebruikt in Nepal, vind je op het tabblad 'accommodaties' bij deze reis. Deze hotels zijn altijd onder voorbehoud van wijzigingen en beschikbaarheid.

Zwaarte van de reis
Vaak krijgen we de vraag of een reis 'zwaar' is. Dit vinden we een moeilijke vraag omdat iedereen een reis op een andere manier ervaart. In het algemeen kun je stellen dat iedereen met een goede lichamelijke en geestelijke conditie zonder problemen kan deelnemen aan onze reizen. Dit betekent bijvoorbeeld dat je altijd je eigen bagage naar je kamer kunt brengen, - ook als er geen lift is - of dat een uitgebreide stadswandeling voor je geen probleem is. Culturele verschillen respecteer je en je kunt goed omgaan met onverwachte gebeurtenissen. Op basis van onze ervaring en de terugkoppeling van onze reizigers en reisbegeleiders geven we voor iedere reis tevens een indicatie voor de ervaren zwaarte. Zo hopen we je te helpen om de reis te kiezen die bij je past zodat jij zelf - én ook je medereizigers! – optimaal kunnen genieten. Bij deze indeling houden we rekening met de gebruikte accommodatie, reisduur, hoogteverschillen, zwaarte van wandelingen & ruimte om zelf invulling te geven aan programma.

Moeilijkheidsgraad voor deze rondreis door Nepal:
De reisduur tussen de verschillende plaatsen is niet al te lang en varieert tussen de 1 en 5 uur. Alleen het traject van Chitwan naar Kathmandu neemt meer tijd in beslag (circa 6-7 uur). Een 3-daagse bergwandeling in de Himalaya is onderdeel van het programma. Je loopt daarbij op zowel de eerste als de derde dag gedurende drie uur over stenen trappen en smalle paadjes, waarbij je zelf een dagrugzakje draagt. Je 'grote' bagage wordt vervoerd door dragers, of door een jeep. Het wandeltraject is niet al te zwaar, maar je conditie dient goed te zijn. De tweede dag van de trekking kun je gaan wandelen, maar je kunt er ook een rustdag van maken. Je verblijft op deze reis afwisselend in hotels (op basis van logies met ontbijt), in een homestay 'bij mensen thuis' of in het gueshouse van een klooster. Sfeervolle én bijzondere plekken, maar soms eenvoudig. Enige flexibiliteit is gewenst.

Deze reis valt in categorie 3.

Categorie 1: *Ontspannen reis, voor iedereen goed te doen. Korte reisafstanden, goede hotels, lichte wandelingen, reis met een laag tempo.*
Categorie 2: *Voor iedereen goed te doen. Soms wat langere reisafstanden. Goede hotels, soms avontuurlijke overnachting, eenvoudige wandelingen, reis in een gewoon tempo. Voldoende ruimte om ook zelf invulling te geven aan je reis door verblijf in grotere steden.*
Categorie 3: *Goed te doen voor iedereen die zich voorbereidt en zich flexibel opstelt. Er zitten zwaardere trajecten in de reis zoals langere reisafstanden (> 6 uur), treinreizen, wandelingen over ongebaande paden en/of ongelijke ondergrond, geringe hoogteverschillen en/of (meerdere) overnachtingen in eenvoudige accommodatie en/of je ervaart grote culturele verschillen. Soms minder ruimte om zelf zonder de overige deelnemers op pad te gaan (denk aan verblijf in wildpark).*
Categorie 4: *Redelijk stevige reis door lange reisafstanden, diverse zwaardere en/of meerdaagse wandelingen, hoogteverschillen, regelmatig eenvoudige accommodatie, minder ruimte voor eigen invulling omdat veel in groepsverband gedaan moet worden (verblijf in wildpark, reizen door ruige natuur).*
Categorie 5*: Zware reis die we alleen aanraden voor ervaren reizigers die beschikken over uitgebreide reiservaring en een zeer goede lichamelijke en geestelijke conditie hebben. Denk hierbij aan meerdaagse trektochten, reizen door ruig terrein, lange wandelafstanden per dag en/of grote hoogteverschillen.*

Neem bij twijfel contact met ons op. Wij adviseren jou graag bij de keuze voor een passende reis.

Reisbegeleiding
Al onze groepsreizen worden ter plekke uitgevoerd door **Nederlandstalige of lokale Engelstalige reisbegeleiders**. Bij de vertrekdatum van een reis wordt dit op onze website duidelijk vermeld.

Veel klanten vragen ons of er **veel verschil is tussen een reisbegeleider uit België/Nederland of een lokale Engelssprekende reisbegeleider**. Wij vinden dat er aan beide keuzes voor- en nadelen verbonden zijn en dat iedereen daarom zelf moet afwegen welke keuze voor hem/haar de beste is.

Een **Nederlandstalige reisbegeleider** is meestal opgegroeid in België of Nederland en maakt daarom deel uit van onze westerse cultuur. Met hen is het over het algemeen makkelijker communiceren tijdens de reis, zowel wat betreft de taal als de culturele achtergrond. Daardoor kan deze reisbegeleider het groepsproces makkelijker volgen en bijsturen waar nodig. Vaak hebben zij ook uitgebreid gereisd of gewoond op de bestemming en hebben dus veel kennis over de lokale gebruiken en delen dit graag met je. Ook is de Nederlandstalige reisbegeleider zich zeer bewust van het belang van duurzaam toerisme; ze stimuleren het bezoeken van kleinschalige lokale restaurants, beperken het gebruik van plastic en geven duurzame tips tijdens de reis.

Een **lokale Engelstalige reisbegeleider** is natuurlijk op de bestemming opgegroeid en ‘ademt’ daarom deze bestemming. Hij of zij is hierdoor de aangewezen persoon om je in te wijden in de lokale gebruiken en cultuur. Overal is hij/zij thuis en dit communiceert erg makkelijk met de lokalen. Zijn of haar Engels heeft vaak een accent waardoor de communicatie iets moeilijker kan verlopen dan met een Nederlandstalige reisbegeleider. Positief is dat zo lokaal werk gecreëerd wordt op de bestemming zodat de lokale economie meer profiteert van je bezoek. Tenslotte geldt vaak een korting op een reis met een lokale Engelstalige reisbegeleider omdat bijvoorbeeld geen intercontinentaal vliegticket voor hen betaald hoeft te worden en wij dit verrekenen in onze prijzen.

Koning Aap stelt **hoge eisen aan de reisbegeleiding**. Een goede reisbegeleider is van grote meerwaarde op de reis! Wij zijn dan ook trots op ons team van professionele reisbegeleiders. Het zijn stuk voor stuk enthousiastelingen die allemaal de **liefde voor 'hun' land(en) graag aan anderen over brengen.** Ruime reiservaring én ervaring in het omgaan met groepen en (bij voorkeur) actieve kennis van lokale gebruiken en de taal zijn bij ons belangrijke selectiecriteria bij de keuze voor onze reisbegeleiders. Voor onze nieuwe reisbegeleiders worden speciale trainingen georganiseerd om ze voor te bereiden op hun rol tijdens de reis. Tijdens deze trainingen krijgen ze ook lastige praktijksituaties voorgeschoteld en leren ze waar de Koning Aap reisformule voor staat.

Daarnaast worden er met regelmaat bijeenkomsten georganiseerd voor de Nederlandstalige reisbegeleiders om essentiële kennis en ervaring uit te wisselen met elkaar en met medewerkers op kantoor, zodat de reizen op allerlei vlakken verbeterd kunnen worden.

De **primaire taak van onze reisbegeleiding** is toezien op een goede logistiek van de reis (vervoer en accommodatie). Ook waakt de reisbegeleiding over het verloop van het programma en over de aandacht die elk

onderdeel krijgt. De reisbegeleider organiseert ter plekke een scala aan facultatieve excursies. Daarnaast fungeert hij of zij natuurlijk als centrale vraagbaak. Onze medewerkers kunnen veel vertellen over het land en de plaatselijke gewoonten. Realiseer je wel: een reisbegeleider is geen wandelende encyclopedie. Hoe je uiteindelijk het land ervaart bepaal je zelf, neem dus altijd een goede reisgids mee.

Natuurlijk heeft een reisbegeleider ook niet alles in de hand. Soms is er sprake van overmacht: door overstromingen of aardverschuivingen is de weg versperd, de overheid heeft de treinkaartjes geconfisqueerd of het hotel heeft de kamers al weggegeven. Bij dit soort tegenslagen zal de reisbegeleider op zoek gaan naar een alternatief.

Ondanks alle voorbereidingen en inspanningen van de reisbegeleider kan het gebeuren dat de reis toch niet geheel naar je verwachting verloopt. De reisbegeleider hoort dit dan graag van je, zodat er **ter plekke** naar een oplossing gezocht kan worden.

Het functioneren van onze reisbegeleiders evalueren we na iedere reis aan de hand van door deelnemers **ingevulde evaluatieformulieren**. Zo hebben wij te allen tijde zicht op hoe onze mensen in het veld opereren!

Je reisbegeleider verwacht aan het einde van de reis een **fooi** als zij/hij het werk goed heeft gedaan. Ons advies voor deze fooi verschilt per land, kijk voor een indicatie in de landeninformatie van je reisbestemming.

Festivals

Holi

Een heel populair festival omdat, net zoals bij ons met carnaval, even de bestaande normen en regels wegvallen en alles lijkt te mogen. Tijdens Holi dansen mensen gemaskerd door de straten, spettert iedereen elkaar met water nat en wordt er naar hartenlust met kleurig verfpoeder gegooid. Zorg dat je oude kleren aan hebt, want als toerist ben je een geliefd slachtoffer en de verf houdt veel langer dan je lief is...

Tihar

Gedurende het vijfdaagse Tihar versieren Nepalezen hun huis en verlichten ze het met olielampjes Ze doen dit voor Lakshmi. Deze geliefde hindoeïstische godin kiest namelijk volgens de traditie het allermooiste huis om een jaar lang in te wonen. Ook worden op verschillende dagen kraaien, koeien en honden geëerd. Ze staan symbool voor Lakshmi. Tihar wordt ook het ‘feest van het licht’ genoemd.

Shivaratri

Dit is het grootste feest dat ter ere van de verjaardag van de hindoegod Shiva wordt gevierd. Duizenden gelovigen nemen een bad in het heilige water van de rivier Bagmati in Pashupatinath, vlakbij Kathmandu. Onder hen bevindt zich een groot aantal saddhu’s en andere asceten. Op de achtergrond offeren de pelgrims bloemen, fruit en muntjes en er worden gebeden gezongen. Alles bijeen een bijzondere sfeer.

Indra Jatra

Zowel hindoes als boeddhisten nemen deel aan de feestelijkheden ter ere van de regengod Indra. De Kumari, een jonge levende godin, wordt in processie door de straten van Kathmandu gereden. Twee jongens die beschouwd worden als incarnaties van de god Shiva (Bhairab) en de god Ganesh (de god met het olifantenhoofd) begeleiden haar wagen. Op straat vinden indrukwekkende maskerdansen plaats.

Bewust op reis

Reizen is andere culturen leren kennen, lokale mensen ontmoeten en prachtige natuur zien. En dat willen we ook nog tot ver in de toekomst. Daarom hebben wij bij onze reizen aandacht voor mens, natuur, milieu en cultuur. Verantwoord reizen verrijkt niet alleen de reiservaring, maar draagt ook bij aan de kwaliteit van bestemmingen.

Local Impact Score

Voor elke reis streven wij naar een zo laag mogelijke klimaatimpact en een zo groot mogelijke positieve bijdrage aan de lokale omgeving. Om inzichtelijk te maken welk deel van onze uitgaven en de uitgaven van onze reizigers bij de lokale gemeenschap (accommodaties, restaurants en transport) terecht komt, hebben wij een Local Impact Score ontwikkeld.

De Local Impact Score bestaat uit twee elementen. Het eerste deel is opgebouwd uit een berekening van de vlucht,

het landarrangement en het geschatte zakgeld. Het tweede deel is gebaseerd op tien criteria die wij hanteren om lokale impact te bevorderen. Deze twee elementen samen vormen samen onze Local Impact score. Een hogere score geeft aan dat een groter deel van de uitgaven bij lokale aanbieders terechtkomt. Lagere scores hebben uiteraard meer aandacht nodig in de toekomst. We werken samen met onze lokale partners aan verbetering van de score. De scores worden 2-jaarlijks bijgewerkt.

De Local Impact Score van deze reis is: **75**

Wil je meer lezen over de Local Impact Score of ben je benieuwd uit welke duurzaamheidscriteria de score is opgebouwd? Wij leggen je dit graag uit op **onze duurzaamheidspagina**.

Bijkomende kosten en zakgeld

Zakgeld / Bijkomende kosten

Het door ons geadviseerde zakgeld is een minimum bedrag voor je maaltijden, drankjes, excursies, entreegelden, ter plaatse te betalen luchthavenbelastingen en fooien. Het bedrag dat je uiteindelijk uitgeeft hangt natuurlijk sterk af van je eigen uitgavepatroon, souvenirs zijn mede daarom niet inbegrepen.

Gezamenlijke uitgavenpot

Tijdens je reis kun je regelmatig gezamenlijk deelnemen aan excursies of (niet vantevoren betaalde) maaltijden. Ook zullen er hier en daar gemeenschappelijke fooien betaald worden. Om hiervoor niet elke keer apart te hoeven afrekenen wordt er een Gezamenlijke Uitgavenpot ingesteld. Aan het begin van de reis wordt door de reisbegeleider van iedereen geld ingezameld voor deze pot. Aan het eind van de reis volgt dan de afrekening, waarbij je geld terug kunt krijgen of bij moet betalen. Met deze uitgaven is rekening gehouden bij de hoogte van ons adviesbedrag voor het zakgeld.

De hoogte van deze Gezamenlijke Uitgavenpot voor deze reis bedraagt € 100,- p.p.

Landarrangement

Het is ook mogelijk om van deze rondreis alleen het landarrangement te boeken. Je regelt dan zelf de internationale vluchten en de transfer bij aankomst en vertrek. Met de andere deelnemers maak je vervolgens de reis volgens programma. Zo heb je een optimale vrijheid om zelf je reis samen te stellen en de vlucht te kiezen die bij je reisplannen past.

Op het boekingsformulier kun je ook aangeven of we, tegen betaling, nog een extra overnachting bij aankomst moeten regelen. Ook de transfer bij aankomst kan Koning Aap op individuele basis voor je regelen.

Voor al onze reizen hebben we een minimum aantal deelnemers nodig. Houd hier rekening mee voordat je zelf tickets gaat reserveren.

Het is in alle gevallen je eigen verantwoordelijkheid om op tijd bij het beginpunt van de reis aanwezig te zijn. Daarnaast zijn wij niet verantwoordelijk voor sporadische wijzigingen in de vertrekdata van onze groepsreizen.

Verzekeringen

Zoals in onze reisvoorwaarden vermeld staat, stellen we het afsluiten van een reisverzekering verplicht. Mocht je nog geen reisverzekering hebben afgesloten, dan ben je verplicht hier vóór vertrek alsnog voor te zorgen. Mocht er onverhoopt iets gebeuren tijdens de reis of voor aanvang van de reis, dan kan dit je veel geld kosten. Door het afsluiten van een verzekering voorkom je hoge kosten. Koning Aap werkt al jaren samen met de bekende reisverzekeraar Allianz Global Assistance. Zij hebben een speciaal pakket van reis- en annuleringsverzekeringen samengesteld dat aansluit op het avontuurlijk karakter van onze groepsreizen.

Je verzekeringen bij Koning Aap afsluiten: de voordelen

Hoewel het niet verplicht is om de verzekeringen bij Koning Aap af te sluiten, raden we dit wel aan. Omdat we goed op de hoogte zijn van de af te leggen reisroutes en ter plaatse beschikken over de medewerking van lokale agenten, zijn eventuele problemen makkelijker op te lossen wanneer de reisverzekering via Koning Aap is afgesloten. Een bijkomend voordeel is dat wanneer een reis onverhoopt niet door mocht gaan, de kosten van de afgesloten reis- en/of annuleringsverzekeringen geheel gerestitueerd worden.

Reis je met een reisgenoot?

Deelnemers die zich samen inschrijven op een reis raden we aan om een reisverzekering af te sluiten bij dezelfde verzekeringsmaatschappij. Bij een eventuele repatriëring van je reisgenoot voorkom je zo dat je als medereiziger (met een andere verzekering) geen toestemming krijgt om ook zonder kosten terug te keren.

Avontuurlijke excursies zijn op eigen risico

Met nadruk willen we er op wijzen dat reizigers die tijdens hun reis deel willen nemen aan avontuurlijke excursies (als raften, duiken, snorkelen, (bamboe)vlotvaren, kanoën, (water)skiën, (wind)surfen, parasailing, deltavliegen, parachutespringen, ballonvaren, bungee jumpen, canopy tour, canyoning, speleologie, mountain trekking, tokkelen, sandboarden, mountain biking, downhill biking en snowboarden) dit voor eigen risico doen en dat we hen dringend aanraden vooraf te controleren of hun reisverzekering deze activiteiten dekt.

Hoe sluit je een verzekering via ons af?

Dat is heel makkelijk! Bij het boeken van een reis, kun je in het boekingsformulier aangeven welke verzekering(en) je wilt bijboeken.

Overzicht verzekeringen

Voor meer informatie verwijzen we je door naar een pagina met meer uitleg over alle verzekeringsmogelijkheden.

- Verzekeringspakketten voor reizigers uit Nederland
- Verzekeringspakketten voor reizigers uit België

Veilig op reis

Wij zijn aangesloten bij de SGR en de ANVR. Voor jou als reiziger is dit een veilig gevoel, omdat je bij eventuele problemen altijd kunt terugvallen op deze organisaties.
Ook ons lidmaatschap van het Calamiteitenfonds geeft je de zekerheid dat, bij erkende calamiteiten die niet verzekerd zijn door je reisverzekering, extra kosten vergoed worden.

Veelgestelde vragen

Veelgestelde vragen over Nepal

Landinformatie

Meer informatie over Nepal

Verder nog belangrijk

We raden je aan om goed voorbereid op reis te gaan, lees daarom voldoende over je reisbestemming en vraag goed na welke vaccinaties en andere medicatie je nodig hebt. Hieronder volgen nog een paar belangrijke zaken.

Persoonsgegevens

Zorg dat je je persoons- en paspoortgegevens (als geslacht, geboortedatum, voornamen en achternaam zoals vermeld in je paspoort) correct invult, aangezien deze uiteraard nodig zijn voor het inboeken van je vluchten, eventuele treintickets of accommodatie. Check na ontvangst van je (digitale) boekingsbevestiging of deze gegevens correct staan vermeld. Je bent zelf verantwoordelijk voor het verstrekken van correcte gegevens. Met onjuiste gegevens loop je het risico niet toegelaten te worden op een vlucht of buitenlandse luchthaven.

Feedback

Hoewel wij veel aandacht besteden aan het goed uitvoeren van onze reizen is het mogelijk dat een deelnemer aanmerkingen heeft over de uitvoering van de reis. Om te bewerkstelligen dat deze aanmerkingen direct tijdens de reis naar tevredenheid opgelost kunnen worden, is de deelnemer verplicht de aanmerkingen per omgaande schriftelijk aan de reisbegeleiding mee te delen. Klachten die niet tijdens de reis schriftelijk aan de reisbegeleiding zijn meegedeeld, zullen door ons na afloop van de reis niet in behandeling worden genomen.

Aantal deelnemers

Mocht het gepubliceerde minimum aantal deelnemers niet gehaald worden, dan hebben wij de mogelijkheid om deze reis schriftelijk of mondeling te annuleren. Ook het uiteindelijk niet verkrijgen van de benodigde vliegtickets, kan leiden tot het annuleren van de reis. Wij verplichten ons dit uiterlijk drie weken voor vertrek aan de deelnemers mee te delen.

Adventure Specialists BV

Koning Aap maakt deel uit van een groep avontuurlijke reisorganisaties die vallen onder Adventure Specialists BV. Zij werken op diverse manieren samen om te zorgen dat de reiziger zo veel mogelijk waar krijgt voor zijn geld. Achter de schermen wordt er samengewerkt op het gebied van inkoop en afhandeling en voor de reiziger betekent het dat we de kans vergroten dat de reizen doorgang vinden doordat we belangstellenden naar elkaar kunnen doorverwijzen. In het enkele geval dat een reis wordt geannuleerd, gaan we eerst kijken of we de reiziger kunnen onderbrengen bij één van de andere reisorganisaties (Koning Aap Nederland, Koning Aap België, Shoestring).

Boek niet te laat

Wacht met het boeken van een reis niet te lang, omdat we een maand voor een reis vertrekt (en in sommige gevallen eerder) onze vliegtuigstoelen moeten retourneren aan de desbetreffende luchtvaartmaatschappij. Daarna zijn de stoelen ‘op aanvraag’. Bovendien kan laat boeken afwijkende vluchtschema’s met bijbehorende vluchttoeslagen, extra transfers en eenpersoonskamertoeslagen met zich meebrengen.

Laatste nieuws

In de uitgebreide reisbeschrijving vind je de meest actuele informatie over onze reizen. In de loop van het jaar kunnen echter veranderingen optreden waardoor mogelijk het dag-tot-dag-programma of het vluchtschema aangepast dient te worden. Uiteraard zoeken we dan altijd naar een zo goed mogelijk alternatief. Al deze veranderingen worden, zodra bekend, vermeld op onze website bij de betreffende reis onder 'Laatste Nieuws'. Indien de inhoud van de uitgebreide reisbeschrijving afwijkt van de informatie in onze algemene brochure, is de beschrijving op onze website bindend.

Verlenging van de reis

Mocht je je reis willen verlengen, dan kun je dit aangeven op je boekingsformulier. Voor het wijzigen van de vlucht ten opzichte van de groepsvlucht brengen we standaard € 50,- per boeking in rekening. Bij de verlenging van je reis kun je te maken hebben met extra kosten, zoals meerkosten voor de vlucht (door bijvoorbeeld een andere luchtvaartmaatschappij of boekingsklasse), het regelen van eigen transfer, extra hotelnachten etc. Wij nemen (na ontvangst van je boekingsformulier!) zo spoedig mogelijk contact met je op om de prijs met je te bespreken. Pas nadat je hiermee akkoord bent gegaan, wordt je boeking definitief.

Tenslotte

Onze rondreizen gaan door landen waar het klimaat en andere factoren kunnen zorgen voor problemen. Dit kan betekenen dat we soms moeten afwijken van het bovenstaande programma. Tussentijdse aanpassingen van dienstregelingen en prijzen van de luchtvaartmaatschappijen kunnen eveneens leiden tot gewijzigde vluchtdagen en reissommen. We doen ons uiterste best om eventuele veranderingen zo snel mogelijk door te geven en de gevolgen ervan zo beperkt mogelijk te houden, maar we zijn niet verantwoordelijk voor factoren die buiten onze macht liggen. Je kunt op onze website kijken voor eventuele wijzigingen.

Adres

Bezoekadres Koning Aap Nederland

Entrada 224 1114 AA Amsterdam - Duivendrecht

Email

info@koningaap.nl

Telefoon

020-7887700

In geval van uiterste nood - 24 uur bereikbaar

Uitsluitend voor noodgevallen kun je ons buiten kantooruren bereiken op +31 (0)20-788 77 00. Je kiest dan in het keuzemenu voor nummer 1. Je wordt dan direct doorverbonden met onze alarmcentrale.
Bij een noodgeval moet je denken aan een last-minute annulering (binnen 24 uur voor vertrek), (vlucht)vertraging of ziekenhuisopname.

Openingstijden

Ons kantoor is geopend op de volgende tijden:
Maandag t/m vrijdag van 10-16 uur

Afspraak met een landenspecialist

Wil je een afspraak maken met één van onze landenspecialisten, bel dan van tevoren voor een afspraak, zodat je er zeker van bent dat je de juiste persoon te spreken krijgt.