

Почему в Тибете стоит побывать в январе во время новогодних праздников?

Три причины:

Погода: Вопреки распространенному мнению, погода в Лхасе в январе ясная и сухая, с температурами от -10°C ночью до $+5-7^{\circ}\text{C}$ днем. Перепады температуры значительны, но солнечные дни обеспечивают отличную видимость для фотографий. Осадки крайне редки, снег встречается в основном на горных вершинах. Однако в высокогорных районах, таких как Шегар или базовый лагерь Эвереста (ЕВС), температура может опускаться до $-20^{\circ}\text{C}...-30^{\circ}\text{C}$ ночью, поэтому теплая одежда обязательна.

Меньше туристов: Зимой Тибет посещает значительно меньше туристов, чем в высокий сезон (весна и осень). Это позволяет спокойно наслаждаться горными пейзажами, древними монастырями и достопримечательностями, такими как дворец Потала, без толп.

Доступность: В отличие от популярных направлений, таких как Европа или Юго-Восточная Азия, где цены в новогодний период значительно выше, в Тибете стоимость туристических услуг, питания и сувениров остается стабильной.

Программа экспедиции

1 день. 29 декабря. Прибытие в Лхасу

Акклиматизационный день, размещение в гостинице. В зависимости от времени прибытия может быть организована прогулка по старой Лхасе с посещением сувенирных лавок и магазинов. **Высота - 3650 м.**



2 день. 30 декабря. Лхаса

Посещение храма Джоканг, монастырей Дрепунг и Сэра. Храм Джоканг ("Дом Тайн") начали строить в VII веке, он считается самым священным местом Тибета. Центр буддийского паломничества. Охраняемый объект Всемирного Наследия ЮНЕСКО. Монастырь Сэра расположен в 6 км. от Лхасы, это один из самых крупных буддийских монастырей и знаменитый университет школы Гелуг тибетского буддизма. Монастырь известен знаменитыми монашескими диспутами.

3 день. 31 декабря. Лхаса

Посещение величественного Дворца Потала. Дворец Потала – дворец и буддийский храмовый комплекс, основная резиденция Далай-лам. Место паломничества. Название происходит от мифологической горы Поталака, («гора Великолепие»), которую считают обителью Бодхисаттвы Авалокитешвары. Охраняемый объект Всемирного Наследия ЮНЕСКО. Дворец Потала - одно из чудес Азии, в котором мечтают побывать миллионы людей во всем мире.

Во второй половине дня - посещение дворца Норбулинка. Это летняя резиденция Далай-лам, окруженная прекрасным садом и умиротворяющими прудами. Каждая деталь – от золотых крыш до тонкой резьбы по дереву – дышит величием и покоем, а аромат цветущих садов переносит в эпоху, когда здесь творилась история. Норбулинка – это не просто дворец, это душа Тибета, зовущая восхититься ее великолепием!

4 день. 1 января. Лхаса - Ганден.



Посещение монастыря Ганден. Монастырь Ганден расположен в 50 км от Лхасы. Это один из красивейших буддийских монастырей и университет школы Гелуг, место паломничества. Ранее Ганден был одним из трёх государственных монастырей. Название Ганден (перевод санскритского «Тушита») – легендарная обитель Будды Майтреи. Монастырь находится **на высоте 3800 м.**

5 день. 2 января. Самье и Юмбу Лхаканг

Поездка в Самье через Юмбу Лхаканг, первый замок первого короля Тибета. Юмбу Лхаканг очень живописно расположен в центре долины и по праву считается одним из самых инстаграмных мест Тибета. Далее - посещение монастыря Самье, исследование его замечательного маленького городка, прогулка к небольшому холму Самье Чакпори.

Монастырь Самье, основанный в VIII веке при царе Тисронг Децене, – первый буддийский монастырь Тибета, построенный под руководством индийского мастера Падмасамбхавы. Расположенный в долине Ярлунг на высоте около 3580 м, он стал центром распространения буддизма в Тибете. Его уникальная мандалообразная архитектура символизирует буддийскую модель вселенной, а храмы и ступы хранят древние реликвии и фрески.



Озеро Ямдрок и белый як - священное животное Тибета

6 день. 3 января. Отъезд в Шигадзе. По пути посещение озера Ямдрок-цо и ледника Каро-ла. Посещение монастыря Пелкор Чёде и ступы Кумбум. (Переезд 370 км., примерно 6 часов)

Озеро Ямдрок расположено на высоте 4441 метров между Гьянгдзе и Лхасой. Протяжённость — более 73 километров, площадь — 621 км². Имеет 9 островов. Одно из самых красивых мест в мире. Одно из 6 священных озёр Тибета. По пути остановка на обзорной площадке, где можно сфотографироваться на фоне озера, горного хребта Ньинчен Камсанг (Nyenchen Kamsang). Желаящие смогут сфотографироваться верхом на яке. Перевал Карола находится **на высоте 5036 м**. Здесь же можно увидеть знаменитый ледник Карола, его площадь занимает 9,4 км².

Город Гьянгдзе расположен **на высоте 3977 м**. на «дороге дружбы» между Катманду (Непал) и Лхасой. Третий по значению город Тибета. **Пелкор Чёде** – монастырь, получивший известность благодаря уникальной буддийской ступе Кумбум. Он управляется тремя различными школами тибетского буддизма: Сакья, Гелуг и Кагью. Кумбум обозначает 100 000 образов. Название соответствует содержанию: статуи, хранившиеся в ступе, в основном, уничтожены во время Культурной революции и впоследствии восстановлены, но фрески, созданные в 14 веке непальскими и тибетскими мастерами, хорошо сохранились. Переезд в Шигадзе, ночевка в гостинице. (Посещение достопримечательностей Шигадзе предусмотрено на обратном пути).

День 7. 4 января. Поездка к базовому лагерю Эвереста (ЕВС) и посещение монастыря Ронгбу. Гостевой дом монастыря Ронгбу, отремонтированный в 2023 году, имеет отдельный туалет с подогревом пола, но без душа (355 км по асфальтированной дороге, примерно 6 часов езды) (5150 м).



Монастырь Ронгбу – это один из самых высокогорных буддийских монастырей в мире, расположенный в Тибете на северном склоне горы Эверест. Он принадлежит к секте Ньингма (старейшей школе тибетского буддизма). Высота монастыря составляет около 4980–5010 метров над уровнем моря. Монастырь расположен в конце долины Дзакхар Чу, у подножия ледника Ронгбу, и предлагает драматичные виды на северную стену Эвереста.

Ронгбу – уникальное место, где монахи и монахини живут вместе, что редкость для тибетских монастырей. Он фокусируется на тантрическом буддизме и медитации: вокруг комплекса разбросано много отшельнических пещер.

День 8. 5 января. После восхода солнца над Эверестом поездка в Сакью, посещение монастыря Сакья. Отель Nycang – местный отель**, открытый в 2024 году.



Монастырь Сакья находится на высоте 4300 м. примерно в 180 км. от Эвереста. Несмотря на удачное расположение - в 25 км. от дороги, ведущей из Шигадзе к базовому лагерю Эвереста - монастырь редко посещается туристами.

Монастырь Сакья - главный монастырь загадочной и самой закрытой школы Сакья (или Сакья-па) тибетского буддизма. Школа Сакья переживала расцвет в XIII и XIV веках при покровительстве юаньской империи (монгольских правителей Китая). В это время школа Сакья была главной школой тибетского буддизма, а город Сакья - административным

центром всего Тибета. Важно, что большой зал собраний монастыря и обширная библиотека, одна из богатейших в Азии, не были разрушены во время Культурной революции. Магическая комната Дхармапал (Защитников) и огромная библиотека производят неизгладимое впечатление на всех, кто в них побывал. (За вход в эти помещения может взиматься дополнительная плата).

День 9. 6 января. Возвращение в Шигадзе и посещение монастыря Ташилхунпо, одного из шести крупнейших монастырей секты Гелугпа в Тибете. Возвращение в Лхасу и прогулки по Лхасе в последнюю ночь (280 км по асфальтированной дороге, примерно 4–5 часов езды).

Самая знаменитая достопримечательность Шигадзе – крупнейший в современном Тибете монастырь Ташилунпо, резиденция Панчен-Ламы. В тибетской буддийской иерархии Панчен-Ламы считаются реинкарнациями Будды Амитабхи, они вторые по рангу после Далай-Лам. Неизгладимое впечатление производит 26-метровая статуя Будды будущего Майтреи, на создание которой ушло 280 кг. золота.

День 10. 7 января. Трансфер в аэропорт. Вылет из Лхасы.



Визы, перелеты и всё необходимое

Виза в Китай

Виза в Китай для граждан Беларуси, России, Казахстана не требуется. Если вы гражданин страны, которым требуется виза в Китай, вы оформляете ее самостоятельно. Визу в Китай необходимо оформить за 30 дней до вылета.

Перелеты

Мы регулярно отслеживаем цены на перелеты, и будем сообщать всем заинтересованным о подходящих перелетах и приемлемых ценах по мере появления билетов в продаже.

Пермит в Тибет

По правилам, установленным правительством Китая, для посещения Тибета все иностранцы должны получить т.н. пермит (специальное разрешение). Пермит оформляется за три недели до вылета. Оформлением пермита занимаемся мы.

Горная болезнь

Программа путешествия составлена с учетом того, что у кого-то из участников экспедиции могут появиться симптомы горной болезни. Город Лхаса, первый тибетский город в маршруте, находится на высоте 3650 м. Здесь предусмотрен акклиматизационный день, далее будет постепенный набор высоты. Максимальная высота на маршруте – ~5250 метров. Если вы страдаете хроническим заболеванием (астма, диабет, хроническая мигрень и т.п.) перед поездкой необходимо проконсультироваться с врачом. Более подробно о горной болезни вы можете почитать на специализированной [странице нашего сайта](#).

Страховка

Страховка приобретается самостоятельно. Сумма покрытия 50000+ EUR/USD. Сама страховка стоит от 70 дол. Страховка должна быть оформлена на все дни пребывания в Китае.

Одежда и снаряжение

Особого снаряжения и специальной одежды не требуется. Но следует понимать, что перепады температуры в Тибете значительные, и в районе Эвереста могут быть низкие температуры до -30. Поэтому необходима теплая одежда, пуховик, термобелье, теплые ботинки, хорошо разношенные, желательно трекинговые.

Проживание

В Лхасе - гостиница Chunqiu Oxygen Rich Hotel****

В Самье - Samye monastery's hotel ***

Шигадзе - Gesar Hotel ***

Ронгбу - Rongbuk Monastery Guesthouse (простой гест с отоплением, но без душа; в некоторых справочниках обозначена как гестхауз)

Сакья - простая гостиница **

Во всех гостиницах двухместное размещение. Одноместное размещение возможно за дополнительную плату.



Цена и порядок расчетов

Стоимость: 2 участника: \$4980 (\$2490/чел.)

4 участника: \$7400 (\$1850/чел.)

6 участников: \$9900 (\$1650/чел.)

8 участников: \$12400 (\$1550/чел.)

10 участников: \$15100 (\$1510/чел.)

Скидка 10% за каждого найденного попутчика.

Скидка не действует, если в группе меньше 5 участников

В эту стоимость включено:

- передвижение по Тибету на минивэне согласно программе;
- сопровождение англоговорящего гида;
- проживание в гостиницах по всему маршруту; двухместное размещение. Одноместное размещение возможно за дополнительную плату;
- завтраки в гостиницах в Лхасе и Шигадзе;
- входные билеты в монастыри и музейные комплексы (в некоторых монастырях взимают плату за фотографирование, это не включено; в некоторых монастырях взимают плату за посещение отдельных помещений - это не включено);
- пермиты (разрешения от властей на посещение Тибета и отдельно – некоторых регионов Тибета);
- приветственный ужин в семейном ресторане в Лхасе (без напитков);
- проживание и питание гидов и водителей.

В стоимость не включено:

- авиабилеты
- виза в Китай (если требуется)
- питание, кроме завтраков в Лхасе и Шигадзе
- чаевые портеру, гиду и водителям
- личные расходы.

Примерный бюджет поездки (не считая стоимости самой поездки):

- авиабилеты: ок. 1000\$ (цена может меняться);
- страховка: ок. 70\$;
- питание и карманные расходы: ок. 400\$ (индивидуально).

Порядок расчетов:

деньги передаются представителю местного туристического агентства, организовавшего поездку, в Лхасе. Предоплата не требуется. Оплата поездки осуществляется в долларах США или в евро или в юанях по текущему курсу Bank of China.

Наши контакты

<https://www.tibetexperience.net>

viber, telegram, whatsapp +31 6 36335055

telegram [@olegbutenko](https://www.instagram.com/olegbutenko)

e-mail: vtibete@gmail.com

Наша группа ВКонтакте: http://vk.com/tibet_experience

Пригласительная ссылка в частный канал в telegram: https://t.me/+S3oeinQ6orCYf_4t

! ЗАПИСАТЬСЯ

