

# Драгоценности Тибета и кора вокруг горы Кайлас



## Уровень подготовки

хорошая физическая подготовка

**от 379 076 руб. (4 010 USD)**

Ближайшая дата: **7 - 25 сентября 2025**

19 дней / 18 ночей

## Менеджер тура



**Смирнова Евгения**

Мобильный: **+7 905 153-70-70**

Кора -так называют тибетцы ритуальный обход святыни. В этой программе вас ждет посещение древнего царства Гуге, кора вокруг Кайласа +1 день у Северной стены, священные озера Ямдрок Тсо, Манасаровар, Ракшас и Пейку Тсо, а также БЛ Эвереста и посещение заброшенной древней столицы государства Шангшунг - Долины Гаруды!

## План путешествия



**День 1**

0 день, 6 сентября 2024, Москва -Пекин

Вылет из Москвы в Пекин.

7 сентября 2024, Пекин(Шанхай)

Прилет в Пекин(Шанхай). Трансфер и размещение в отеле. Отдых.



8 сентября 2024, Пекин(Ченгду) -аэропорт Гонггар -монастырь Самье (3550 м), 3-4 часа

Утром трансфер в аэропорт и перелет в Тибет. Во время полета, если нам везет с погодой, открываются прекрасные виды на Гималаи. После приземления в аэропорту Тибета Гонггар переезд в Самье (150 км). В этот день наш путь лежит в одно из самых удивительных мест Тибета -монастырь Самье, расположенный в долине Ярлунг. Построенное в форме мандалы, это единственное сооружение подобного рода в Тибете. Кроме того, это первый и самый древний буддийский монастырь Тибета с которым связаны многие местные легенды и сказания. После прибытия прогулка по территории монастыря. Ночь в монастырском отеле.



9 сентября 2024, Самье -Лхаса (3650 м), 3-4 часа

Утром подъем на одну из 5 священных гор Тибета - Хепо Ри, в которой Падмасамбхава заключил демонов. На вершине горы - храм защитников, в котором постоянно звучит молитва. После завтрака посещение главного храма монастыря и утренней службы. Переезд в Лхасу. Знакомство с первым буддистским храмом Тибета Джоканг. Вечером -самая знаменитая кора Баркор в самом сердце Тибета. Вы увидите множество паломников, совершающих простирания перед Джокангом, люди со всего Тибета приезжают сюда, чтобы совершить кору вокруг храма и поклониться главной святыни храма -статуе Джово Шакьямуни. Ночь в отеле.



10 сентября 2024, Лхаса

В этот день состоится наше знакомство с Лхасой - колыбелью тибетской цивилизации, а также посетим один из важнейших монастырей Гелуг: По плану, если дорога будет открыта, то посетим Драк Йерпа(4500м)- пещерный комплекс, расположенный на горе, именуемой Седло Тары. Известно доподлинно, что уж начиная с 7 века практики, медитируя в пещерах достигали высших состояний. Здесь медитировал Сонгцен Гампо, Гуру Ринпоче, Атиша а также Далай Лама. После обеда посетим летнюю резиденцию Норбулинка или можно походить по магазинчикам Лхасы, сделать закупки по снаряжению на кору и сувенирам. Ночь в отеле.



11 сентября 2024, Лхаса -Гьяндзе (3950 м), 6-7 часов

Переезд в Гьяндзе. По дороге мы проезжаем высокогорное священное озеро Ямдрок (при условии, что дорога открыта). С перевала Кампала (4790 м) открывается фантастическая картина - глубокая бирюза в обрамлении снежных вершин. Далее дорога ведет по берегу озера и можно следить за игрой света и ветра на водной поверхности. По приезду в Гьяндзе мы посетим монастырь Пелкор Чоде и ступу Кумбум, они уникальны тем, что практически не пострадали во время культурной революции. Монастырь Пелкор Чоде представлял собой комплекс из 15 монастырей трех разных традиций, что само по себе является редкостью для тибетского буддизма. У нас будет возможность посмотреть самую большую ступу Центрального Тибета -Кумбум. В ней пять этажей, множество комнат, статуй и алтарей. Ночь в отеле.





## День 6

12 сентября 2024, Гьяндзе -Шигадзе -Сакья (4300 м)

После завтрака, можем заехать на рынок, чтобы запастись фруктами на ближайшие несколько дней, затем заезжаем в Шигадзе, чтобы отметить наши пермиты в Туристическом Офисе Китая. По возможности, посетим также монастырь Ташилунгпо. Преодолев перевал Юлунг Ла (4950 м), мы свернем на проселочную дорогу, чтобы посетить небольшой тибетский город Сакья. Когда-то это был главный монастырь всего Тибета, а Сакья пандит был главой Тибета и наставником монгольского Годан Хана. Мы посетим монастырь линии Сакья, где располагалась одна из богатейших библиотек Тибета. Необычная архитектура и атмосфера монастыря однозначно подскажут вам, что место это не похоже на все виденные вами до этого. Ночь в Сакья в довольно-таки приличном гестхаусе, похожем на отель.



## День 7

13 сентября 2024, Сакья -Тагьял Чутсе -Сага (4570 м), около 8 часов

После завтрака выезжаем на дорогу, ведущую нас к Кайласу. Дорога проходит вдоль Гималайского хребта по долине реки Брахмапутра и периодически преодолевает горные перевалы. Недалеко от Саги сворачиваем на проселочную дорогу и следуем 20 км по, так называемой Северной дороге, до горячих источников, носящих имя Король Тигр, что говорит о мощной силе этого места. Здесь на месте гейзера построили небольшой бассейн, в котором можно искупаться (если уже завершат ремонт).

Далее возвращаемся на основную трассу и приезжаем в небольшой городок Сага. Ночь в отеле.



## День 8

14 сентября 2024, Сага -Манасаровар (4560 м), 10-13 часов

После завтрака продолжаем наше движение на запад, ненадолго остановимся у селения Донгпа, где в 8 веке построен храм Гуру Ринпоче. По дороге посетим также удивительное по своей красоте место -песчаные барханы с видом на белоснежные Гималаи. Далее переезд до селения Парьянг. Ланч. Вскоре дорога поднимается на перевал Маюм ла (5211 м), где мы совершим небольшую акклиматизационную прогулку, а затем постепенно спустимся вдоль реки к озеру Конгье Тсо.



## День 9

15 сентября 2024, Манасаровар -озеро Ракшас (Лангна) -Толинг (3760 м), около 4 часов

Утром по желанию -заезд на берег озера Ракшас Тал. Переезд до города Толинг, здесь же расположен одноименный монастырь, в котором провел три года известнейший Индийский Учитель Атиша, здесь хранится камень с великолепным отпечатком стопы Еше О. Однако, в годы культурной революции, Толинг был сильно поврежден Красными бригадами. В 15м веке этот монастырь был самым большим и исторически самым важным монастырем Западного Тибета, поскольку его влияние, простиралось от Кашмира на западе до Ассама на востоке. Ночевка в отеле.



## День 10

16 сентября 2024, Толинг. Тсапаранг  
На этом месте некогда было огромное королевство Гуге, объединявшие многие граничащие территории Индии и Китая. В 10 веке здесь появляется королевство Гуге, со столицей Толинг и Тсапаранг. Мы посетим пещерные города и храмы, построенные примерно в 1000 году н.э. королем Гуге Еше О. До сих пор в них сохранились удивительные по красоте фрески. Возвращение в Толинг. Ночь в отеле.



## День 11

17 сентября 2024, Толинг - долина Гаруды (Тиртапури) - Дарчен (4670 м)

Рано утром мы отправимся обратно в сторону горы Кайлас. По пути, если дорога позволит, едем к заброшенной древней столице государства Шангшунг - в Долину Гаруды (Кхьюнглунг Нулкхар). Осмотр древних пещерных храмов Кунглунга или "Серебрянного дворца". В случае плохой проходимости дорог к долине - мы посетим источники Тиртапури, третье священное место в этом районе после озера Манасаровар и горы Кайлас.

Во второй половине дня - мы приедем в поселок Дарчен у подножия горы Кайлас. Здесь мы переупаковываем вещи и заряжаем наши гаджеты на предстоящие 3 дня. Ночь в гестхаусе.



## День 12

18 сентября 2024, Полнолуние. 1 день Коры. Дарчен - монастырь Дирапук (5050 м) около 6-8 часов в пути

Утром начинается трехдневный обход "по часовой стрелке" вокруг горы Кайлас - кора, протяженностью 53 км. В пути нас сопровождают яки или носильщики, везущие наш багаж. Путь лежит мимо монастыря Чуку линии кагью, по долине реки Лха чу и заканчивается в гестхаусе напротив монастыря Дирапук. Отсюда открывается вид на северный склон горы Кайлас.



## День 13

19 сентября 2024, Дирапук (5050 м)

Вторая ночевка у Северной стены. В зависимости от погоды и самочувствия группы мы поднимаемся выше и подойдем ближе к Северной стене. Около самой стены часто сходят лавинки и падают камни, поэтому для медитации есть несколько мест, в которых мы и обоснуемся. Также маршрут будет зависеть от снежного покрова и качества ледника, так как каждый год ледник меняет свою форму и подходы к нему или на него каждый год меняются. После обеда желающие могут сходить на противоположный берег в непосредственно гомпу (храм) Дирапук. Ночь в том же гестхаусе.



## День 14

20 сентября 2024, 2 день Коры. Дирапук - перевал Дролма ла - монастырь Зутрулпук (4800 м) около 8-11 часов в пути

Сегодня самый трудный и самый важный день Коры. Поднимаясь постепенно по тропе, мы выходим на перевал Дролма Ла (5637 м). Тибетцы верят, что с перевала начинается новая жизнь, и ветхие одежды сбрасываются подобно старому, отжившему свое время телу. С перевала мы спускаемся мимо священного озера Тукпе Дзингбу (Гаурикунд) в долину и идем до места нашего гестхауса рядом с



монастырем Зутрулпук.



День 15

21 сентября 2024, 3 день Кору. Кайлас -Дарчен -перевал Маюм Ла -Сага

Продолжая спуск вдоль восточной стороны горы Кайлас, мы возвращаемся в Дарчен. Здесь заканчивается наша Кора, и мы едем до перевала Маюм Ла и далее до города Сага. Ночь в отеле.



День 16

22 сентября 2024, Сага -озеро Пейку Тсо -Тингри (4390 м), 5-6 часов  
Переезд по пустынному тибетскому плато в район Эвереста в селение Тингри. Дорога местами грунтовая, но очень красивая. Мы проедем мимо озера Пейку Тсо, освященного визитом Гуру Ринпоче -Озеро "Врата", по мнению многих имеет особую исцеляющую силу, а также увидим белоснежную цепь Гималаев и восьмитысячник Шиша Пангма (8027 м), расположенный на территории Тибета. На пути с перевала открывается потрясающая панорама на горную цепь Гималаев, и восьмитысячники Макалу, Чо-Ою, Шишапангма. Ночь в гестхаусе.



День 17

23 сентября 2024, Тингри -Ронгбук (5000 м) -Базовый лагерь Эвереста (5200 м) -Шигадзе, около 12 часов

Рано утром выезжаем из Тинги и поднимаемся к высокогорному монастырю Ронгбук. Мы въезжаем в долину Ронгбук, откуда Эверест откроется во всем великолепии своей почти девяти километровой громады. Здесь мы пересаживаемся на "эко-автобусы" и поднимаемся непосредственно к Ронгбук. Рядом с местом, обозначенным каменной плитой как Базовый лагерь на фоне открывшегося вида Эвереста все и фотографируются. Обратный путь достаточно долгий, к вечеру достигнем Шигадзе. Ночь в отеле.



День 18

24 сентября 2024, Шигадзе -аэропорт Гонггар -Пекин(Шанхай)

Рано утром выезд из отеля в аэропорт. Дорога займет около 5 часов (240 км). Перелет в Шанхай.

Трансфер и размещение в отеле. Отдых.



День 19

25 сентября 2024, Пекин(Ченгду) -Москва

Наше путешествие завершается трансфером в аэропорт. Вылет в Москву.

## Необходимые документы

Оформление визы в Китай (туристическая, однократная до 30 дней пребывания).

Виза должны быть готова за 30 дней до вылета (начало оформления за 2 месяца до вылета)!

## **Дополнительная информация**

Полная оплата за 30 дней до начала тура (доплата исходя из набранного числа участников тура)

### **В стоимость тура не входит**

Авиабилеты Москва – Пекин(Ченгду) - Лхаса- Пекин(Ченгду) – Москва;

Виза в Китай;

Обеды, ужины в отелях (около 30\$ в день);

Дополнительные платы за найм дополнительных носильщиков, жилья или питания не предусмотренных планом (по желанию);

Индивидуальные лекарства не входящие в комплектацию аптечки (ознакомьтесь со списком заранее);

Платы за разрешения на фото и видеосъемку (по желанию);

Дополнительные расходы, возникшие в связи с политическими и экономическими забастовками или природными явлениями;

Чаевые (в отелях и ресторанах).

### **Нить маршрута**

Пекин(Ченгду) – Самье – Лхаса – Гьяндзе - Шигадзе – Сакья – Манасаровар – королевство Гуге – долина Гаруды – Кайлас – Пейку Тсо – Базовый лагерь Эвереста – Шигадзе – Пекин(Ченгду)

### **В стоимость тура входит**

Трансферы аэропорт-отель-аэропорт в Пекине(Шанхае);

Размещение в отеле 4\* в Пекине(Шанхае) (двухместное с завтраками);

Все групповые перемещения по маршруту в Тибете: микроавтобус или автобус для группы;

Питание: завтраки – в отелях в Тибете (кроме Саги, Тингри и гестхаусов в районе Кайласа);

Экскурсионная программа и сопровождение опытным русским гидом;

Работа тибетского сопровождающего, водителей;

Яки для переноса багажа при обходе горы Кайлас;

Пермиты (разрешение на посещение) Тибета;

Размещение в 2-х местных номерах:

- в Центральном Тибете – отели 2-3\*,

- гестхаусы в районе Кайласа;

Медицинская страховка;

Чаевые (сопровождающему и водителю).