



## Legendariske Nepal

### **Skoletur Bømlo Folkehøgskule mars 2027**

Bli med på en reise du sent vil glemme. Denne turen er spesiallaget for elvene på Bømlo FHS, for å vise den rike kulturen, naturen og opplevelsene Nepal har å by på. En tur med samhold og møte mellom to kulturer. Turen gir innblikk til lokalbefolkningens hverdag både i by og på landsbygda. Et av høydepunktene er oppholdet i en fjellandsby i den Nepalske fjellheimen.

Du får oppleve hovedstaden Kathmandu, vakre Pokhara - byen ved foten av Himalaya, bo i en nepalsk fjellandsby og få mulighet til å melde deg på noen adrenalinfylte opplevelser ved elva.

En innholdsrik tur, fylt med høydepunkter og minner for livet!

## Reiserute

### **Dag 01 - Avreise Norge**

Flytider kommer etter hvert.

### **Dag 02 - ANKOMST, orientering, apetempelet og velkomst middag (L, M)**

Ankomst flyplassen og Kathmandu.

Her blir vi møtt av våre lokale verter, og turen går til hotellet. Når alle er vel fremme, og sjekket inn, blir det en orienteringstur i området. Det vil da være anledning til å veksle penger, ordne med lokal sim, besøke litt severdigheter i nærheten og fine steder å oppholde seg. Det vil bli lunsj i løpet av orienteringsturen.

(obs, vi kan ikke garantere at alle rom er klare ved ankomst, men noen vil være klare)

På ettermiddagen går turen til Soyambhunath, også kjent som apetempelet, hvor vi får oppleve solnedgang over byen. Vi lærer mer om historien, Kathmandudalen og byen. Turen avsluttes med tradisjonell nepalsk middag. Velkommen!

### **Dag 03 - INTRO OG BYTUR | HINDUISM & BUDDHISM (F, L, M)**

Etter frokost får vi en introduksjon til hva vi har i vente de neste dagene. Litt praktisk informasjon også. Senere blir det en liten tur i byen. Den grunnleggende filosofien bak hinduismen og buddhismen i Nepal blir forklart. Det blir også servert lunsj i dag. Det blir felles middag på kvelden.

### **Dag 04 - FRIDAG i Kathmandu (F)**

I dag har du anledning til å bli kjent med Kathmandu på egen hånd. Er det ønskelig å gjøre noen aktiviteter, kan dette også settes opp.

### **Dag 05 - KATHMANDU TIL POKHARA (F, L, M)**

Etter frokost blir vi hentet med buss og turen går til Pokhara. Det er en lang reise, men det blir stopp for lunsj og beinstrekk underveis. Ankomst Pokhara, en nydelig by ved en innsjø og de høye fjellene i bakgrunnen med berømte Fishtail. Bruk resten av dagen til å vandre rundt langs innsjøen og byen. Pokhara er kjent for utgangspunktet til fjellkjeden Annapurna. Felles middag på kvelden.

### **Day 06 - FOTTUR TIL LANDSBYEN (F, L, M)**

Etter frokost blir vi hentet med transport og kjøres til startstedet for fotturen. Kjøreturen tar ca en time. Herfra er det ca tre timers fottur før ankomst Astham, en fjellandsby ved foten av Annapurna med fantastisk utsikt. Dette er på landsbygda og gir oss et flott innblikk i landsbylivet i Nepal. Her skal vi overnatte de neste to nettene. Ta del i landsbylivet.

### **Dag 07 - DET ENKLE LIVET I FJELLANDSBYEN (F, L, M)**

I dag kommer dere tett på. Dere får mulighet til å ta del i livet her, snakke med lokalbefolkningen, besøke åkerlappen og ta del i arbeidet. Forstå hvordan systemet fungerer på landsbygda i Nepal og hvor mye de setter pris på livet. En helt spesiell opplevelse.

### **Dag 08 - RETUR TIL POKHARA (F, L, M)**

Etter frokost er det på tide å si farvel til nye venner. Fotturen går via Damps til Phedi hvor transporten venter og kjører oss tilbake til Pokhara. I Pokhara har dere egen tid til å gå i gatene, kjøpe litt lunsj og kanskje noen suvenirer?

### **Dag 09 - FRIVILLIGE AKTIVITETER (F, M)**

Pokhara er et eldorado for aktiviteter. Her er det mye å velge mellom; rafting, besøke en fair trade organisasjon, besøke en kaffefarm, paragliding, besøke et museum, gå på shopping eller slappe av! I dag kan alle bestemme hva de selv ønsker (tillegg for aktivitetene). Eventuelt nyte Pokhara. Vi samles igjen til felles middag.

### **Dag 10 - POKHARA TIL HIMALIKA CAMP (F, L, M)**

Etter frokost tar vi farvel med Pokhara og turen går til Himalika Camp. Himalika er en camp ved elva hvor nye opplevelser venter. Dette er også et supert sted å slappe av, og å kose oss på den sandete elvebanken. Lunsj blir servert underveis, og middag på Himalika.

### **Dag 11 - FRIVILLIGE AKTIVITETER & RETUR TIL KATHMANDU (F, L, M)**

Etter frokost er det frivillige aktiviteter (tillegg i pris); kayaking, rafting, canyoning. Eller slapp av på elvebanken, benytt deg av svømmebassenget eller hengekøylene. Etter lunsj går turen tilbake til Kathmandu hvor dere får litt tid for dere selv før vi samles til middag.

### **Dag 12 - FRIDAG eller OPPLEVELSER (F, M)**

Kathmandu har også mye å by på! Noe av det vi kan gjøre på den siste dagen er; mountain biking, tur til markedet, Cook Like a Local for å nevne noe. Frivillige aktiviteter vil bli tilgjengelige (tillegg i pris). Eller kanskje frister det med fri, shopping og nyte atmosfæren i Kathmandu. Vi samles på kvelden til avslutningsmiddag.

### **Dag 13 - DAGEN FRI FREM TIL AVREISE (F, Mat før avreise)**

Flyet går på litt før midnatt, noe som gir oss mye av dagen til disposisjon. Det er kanskje noe du ønsker å kjøpe med deg? Eller aktiviteter du ikke fikk gjort dagen i forveien?

Før avreise blir det servert et felles måltid. Felles transfer til flyplassen blir satt opp i henhold til flytid. Alle har samme flyreise hjem til Norge og Oslo.

Flytider kommer etter hvert.

### **Dag 14 - ANKOMST I NORGE**

Velkommen tilbake til Norge!  
Ankomst Oslo og Bergen.