

# Trekking & Rafting in Nepal Orientale

10 Novembre 2025

## Nepal...

Una piccola Nazione che confina a nord con la Cina (Tibet) e a sud con l'India. Ci sono nove delle cime più alte del mondo, giungla tropicale, trenta etnie diverse, sei lingue ufficiali, non sappiamo quanti dialetti, due religioni principali e più di novecento templi.

Tutto questo è solo una minima parte di ciò che fa del Nepal un posto unico e meraviglioso.

## La mecca del Rafting

Da sempre il Nepal è stato meta di esploratori, viaggiatori, alpinisti di alto calibro e trekkers. Ciò che pochi sanno è che dall'Himalaya ed in particolare in Nepal, discendono i migliori fiumi del mondo.

*Il Nepal è considerato la "mecca" del kayak e del rafting mondiale.*



## Tamur river – Est Nepal

Il Tamur è il fiume più ad Est del Nepal. Scorre vicino al confine con il Sikkim, India.

Nasce da uno dei grandi 8000, il Kanchenjunga e discende con una buona pendenza sino alla confluenza con il Sun Koshi, a Tribenighat, formando l'enorme Sapta Koshi(1) che piega verso sud attraversando le colline del Mahabharat, raggiungendo la pianura del Gange.

(1) Sapta Koshi significa 7 fiumi. I suoi affluenti sono: Bote Koshi (Mt. Shishapangma 8027 m), Dudh Koshi (Mt. Everest 8848 m), Arun (Mt. Makalu 8481 m), Tamur (Mt. Kangchenjunga 8,586 m), Liku (Mt. Likhu Chuli 6719 m), Indravati, Tamba Koshi.

## L'avventura...

parte da Kathmandu, capitale del Nepal, città multicolore, città dei mercanti, del meraviglioso artigianato locale, meta di tutti viaggiatori e partenza di molti itinerari Himalayani



## In aereo...

attraversiamo il Nepal e atterriamo nell'aeroporto più orientale, vicino al confine con il Sikkim....



## In pullman...

raggiungiamo Basantapur, un piccolo villaggio tra le montagne dove la strada finisce e dove inizieremo il nostro trekking!



## Quattro giorni di trekking...

con panorami mozzafiato Himalayani come il *Makalu* (8481 m), l'impronunciabile *Kanchenjunga* (8,586 m), continuando attraverso piccoli villaggi, templi hindu e buddisti, sguardi sorpresi, sorrisi amichevoli, fino a raggiungere la valle del Tamur



## Novembre...

è il mese più limpido in montagna. Se siamo fortunati, potremo godere delle viste più incredibili dei grandi 8000, come Makalu, Kanchenjunga...



## A Dobhan...

finalmente raggiungiamo il fiume, ci accampiamo sulla spiaggia di sabbia chiara e dopo 4 giorni di trekking, ne approfittiamo per farci un bagno ristoratore nelle sue acque cristalline.



## 6 giorni Rafting...

Abbiamo 6 giorni per conoscere i segreti del Tamur navigandolo in completa autosufficienza, per quasi 180 Km!



## Rapide world class...

si alternano a tratti tranquilli di fiume dove ci lasceremo semplicemente trasportare dalla corrente.



## La vita sul Fiume...

è un'avventura meravigliosa.

Ci svegliamo il mattino presto, con la prima luce dell'alba; prepariamo una sostanziosa colazione e smontiamo il campo.



## Organizziamo...

tutta l'attrezzatura in borse e contenitori stagni che leghiamo poi accuratamente sui raft...  
Una session di yoga come "riscaldamento" e si riparte per una nuova avventura!



## Ogni giorno...

navighiamo fra e 3 e 5 ore

Ci fermiamo lungo le rive per pranzare e proseguiamo sino a raggiungere la miglior spiaggia, dove montiamo nuovamente il campo per la notte.



## Beer o'clock!...

Un buon aperitivo e snacks ed è ora della cena!

In riva al fiume, seduti sulla sabbia intorno al fuoco, ci raccontiamo la giornata!



## Dormire sotto le stelle...

La cosa più incredibile, prima di andare a dormire é spegnere le pile frontali e lavarsi i denti al buio, ammirando il manto stellato.

Una bellezza infinita, visibile solo lontano dalla civiltà.





Forse ora ti starai chiedendo  
*“posso unirmi a voi?”*

*Sì, certo!...*

**Non serve essere esperti di Rafting!**

I nostri viaggi sono rivolti a persone energiche, flessibili e curiose con un atteggiamento positivo alla vita.

Se hai già fatto un po' di vita di campeggio ti sarà d'aiuto, ma se questa è la tua prima esperienza, imparerai in fretta.

Tutti partecipano attivamente non solo sul fiume, ma anche negli accampamenti, montando le tende, caricando e scaricando i gommoni e... aiutando in cucina!

*Una vita semplice, in sintonia con gli elementi, in buona compagnia.*

*Scrivi per avere il programma completo  
e  
per tutte le informazioni non contemplate  
in queste pagine.*

[info@TotemAdventure.com](mailto:info@TotemAdventure.com)