

VIAGGIO IN NEPAL

KATHMANDU E TREKKING NELLA VALLE DI HELAMBU E POKHARA

DAL 5 AL 26 SETTEMBRE 2015

DAL 3 AL 24 OTTOBRE 2015

Un viaggio per scoprire l'antica storia di questo mistico paese, in cui si respira ad ogni passo una spiritualità piena di tradizioni, colori e dove il sorriso della gente è il principale motivo per visitarlo. Il Nepal, con i suoi straordinari paesaggi è il sogno di ogni escursionista e offre notevoli spunti di interesse a chi è in ricerca ...



1° GIORNO - PARTENZA

Partenza con volo di linea dai principali aeroporti italiani.

2° GIORNO - ARRIVO

Arrivo all'aeroporto internazionale Tribhuvan di Kathmandu (1340 mt.), trasferimento con auto privata e sistemazione in albergo.

Il resto della giornata a disposizione per un opportuno riposo dal viaggio.

3° GIORNO - SWAYAMBHUNATH

Giornata dedicata visita all'antico tempio di Swayambhunath, anche conosciuto come il Tempio delle scimmie. Swayambhunath uno tra i più sacri luoghi di pellegrinaggio del Nepal, un tempio venerato sia per i buddisti che per gli induisti. Resto della giornata libera. Pernottamento in albergo.

4° GIORNO - PASHUPATINATH

In giornata visiteremo il Tempio di Pashupatinath, il più importante e più antico tempio induista del Nepal, consacrato al Dio Pashupati, manifestazione di Shiva. Il tempio è noto per le cerimonie di cremazione che hanno luogo sui ghat che affacciano sul sacro fiume Bagmati. Con rispetto e discrezione avremo modo di assistere ai riti funebri celebrati al tempio. Resto della giornata libera. Pernottamento in albergo.

INIZIO DEL TREKKING NELLA VALLE DI HELAMBU

5° GIORNO - - CHISAPANI

In mattinata, con l'ausilio di portatori e guida parlante italiano partenza in auto per la cittadina di Sundarjal. Da lì inizieremo il trekking della Valle di Helambu verso Chisapani, la nostra prima sosta. Cena e pernottamento presso tipica Guest House.

6° GIORNO - CHIPLING

7° GIORNO - KUTUMSANG

8° GIORNO - MAGENGOTH

9° GIORNO - MELAMCHIGAON

10° GIORNO - TARKE GYANG

11°GIORNO - SERMATHANG

12° GIORNO - FINE DEL TREKKING- KATHMANDU

Da Sermathang prenderemo un autobus al mattino che ci riporterà, con calma, a Kathmandu. Resto della giornata libera. Pernottamento in albergo.

13° GIORNO – KATHMANDU- BHAKTAPUR

In giornata visita alla città medioevale di Bhaktapur (la città dei devoti) affascinante città antica capitale del regno himalayano. Il fulcro è Durbar Square, un conglomerato di pagode e templi intorno al Palazzo delle 55 finestre, un bellissimo esempio di architettura newari. In serata rientro a Kathmandu.

Resto della giornata libera. Pernottamento in albergo.

14 ° GIORNO - KATHMANDU – BOUDHANATH

La mattina partenza per Boudhnath, situata a circa 11 km centro di Kathmandu, e considerata uno dei più grandi stupa del Nepal. L'influsso di un gran numero di rifugiati dal Tibet ha comportato la costruzione di oltre cinquanta monasteri tibetani intorno al Boudhanath. Rientro a Kathmandu e tempo a disposizione per relax o acquisti presso negozi di artigianato e tessuti locali.

Resto della giornata libera. Pernottamento in albergo.

15° GIORNO – POKHARA

In mattinata trasferimento con mezzi locali e partenza per Pokhara, piacevole cittadina situata a 884 metri di quota, sulle rive del lago Phewa (827 m – circa 6 ore di viaggio) e con la vista sulle vette dell'Annapurna. Sistemazione in albergo.

16° GIORNO – 5 NOTTI POKHARA

Giornate dedicate al relax sul lago e alla scoperta di quest' area himalayana di grande bellezza. Possibilità di effettuare svariate escursioni, tra le quali la visita alla Pagoda della Pace*** posto magnifico dal quale si ha una visuale a 360 gradi sulla valle sottostante , il tempio di Bindhyabasini dedicato alla dea Parvati(sposa di Shiva), le cascate di Devi, il lago Begnas. La visita all'Hyanja Camp, primo campo profughi tibetano in Nepal.

Per chi desidera, possibile un'escursione in parapendio (supplemento) in biposto davanti allo spettacolo unico delle vette himalayane e del lago Phewa.

*** Le Pagode della Pace vennero costruite in vari punti del mondo, e rappresentano luoghi di unione tra le persone di tutte le fedi e le etnie. La maggior parte (se non tutte) sono stati costruite sotto la guida dal maestro Nichidatsu Fujii (1885-1985), un monaco buddista fondatore dell'ordine buddhista Nipponzan-Myōhōji. Fujii è stato ispirato dal suo incontro con il Mahatma Gandhi nel 1931, dove decise di dedicare la sua vita alla promozione della non-violenza. Alla fine della seconda guerra mondiale furono costruite le prime pagode della pace, come simbolo di pace nelle città giapponesi colpite dalle prime bombe atomiche, Hiroshima e Nagasaki.

21° – POKHARA - KATHMANDU

Partenza presto al mattino per Kathmandu. Sosta per il pranzo in locale tipico. Arrivo nel pomeriggio a Kathmandu e sistemazione in albergo.

22 ° GIORNO – PARTENZA

Giornata libera fino all' orario di trasferimento in aeroporto con auto privata e fine della nostra collaborazione. Arrivo in Italia nella serata del giorno stesso o nella mattinata del giorno seguente, a seconda della compagnia aerea prescelta.

QUOTA DI PARTECIPAZIONE: EURO 2.100,00

LE QUOTE COMPREDONO:

- Transfer da e per l'aeroporto
- Tutti i pernottamenti
- Servizio di pensione completa durante il trekking
- Assistenza di personale qualificato durante il viaggio
- Assistenza clienti telefonica 24 ore su 24 in lingua italiana
- Mance
- Costo delle guide (una in lingua italiana)
- Costo dei portatori durante il trekking
- Borse da viaggio per i portatori (per il trasporto delle nostre cose in trekking)
- Entrate per le visite a templi e musei
- Trasferimenti interni
- Tessera associativa

LE QUOTE NON COMPREDONO:

- Voli internazionali
- Tasse aeroportuali
- Visto d'ingresso
- Tasse d'uscita
- Assicurazioni adatta alla tipologia del viaggio
- Tariffe per fotografare/riprese video (ove richiesto)
- Alcolici esclusi

Il viaggio ha come obiettivo il contatto con la realtà nepalese e con le persone che la abitano. Garantiamo quindi alloggi confortevoli e amichevoli, preferendo strutture rispettose dell'ambiente e del territorio. Essendo questo un viaggio amatoriale, l'associazione non si rende responsabile di qualsiasi inconveniente o infortunio nel corso del viaggio, però garantiamo la genuinità, la serietà professionale e umana.