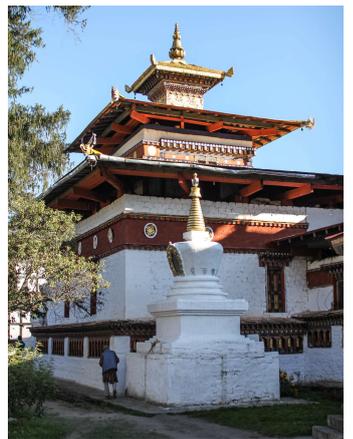
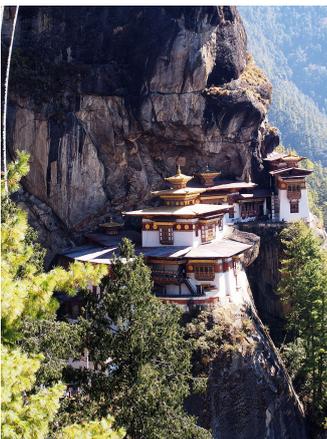


## BHUTAN E KATHMANDU

La "Terra del Drago Tonante", che si trova tra le cime innevate dell'Himalaya, mette al centro del suo sviluppo il benessere delle persone, la sostenibilità ed il preservamento delle tradizioni e dei suoi valori: dichiarato superficie protetta e ricoperto per 70% da foreste, considerate risorse di salute spirituale, il Bhutan è ritenuto il paese più felice al mondo, la cui forte identità è caratterizzata dal fervore della religione buddhista.

Visitando questo paradiso naturale, tra fertili vallate e villaggi montani potremo ammirare numerosi monasteri-fortezze e stupa eretti in memoria dei grandi maestri, respirare la coinvolgente atmosfera fiabesca del Festival di Paro, occasione perfetta per immergersi nella cultura Bhutanese, in un vortice di musiche e colori senza uguali. Le feste, vissute dalla popolazione a 360°, vengono celebrate in maniera autentica e tradizionale ed il paese, fuori dai circuiti turistici più battuti, impone un limite massimo di turisti, attraverso l'applicazione della più alta tassa di soggiorno al mondo

Partenza dall'Italia 2 Aprile, min. 5 max 12 partecipanti , quota in camera doppia **3805 Euro + 800 Usd** supplemento singola su richiesta



## ITINERARIO SINTETICO

### **3-4 Aprile Kathmandu**

1400 m. di altitudine

Una sosta di due giorni a Kathmandu, capitale del Nepal, precede il nostro viaggio in Bhutan.

Kathmandu è da sempre il centro dell'economia, della cultura e dell'arte del Nepal. Induismo e Buddismo influenzano da sempre i gioielli architettonici della città e di tutta la valle di Kathmandu. Fra i molteplici monumenti della città, ben 7 sono stati riconosciuti dall'Unesco Patrimonio dell'Umanità.

Gli occhi del Buddha dipinti sui 4 lati di un enorme stupa che si innalza su di una collina, sono visibili da diverse zone di Kathmandu, come se sorvegliassero la città e la sua valle. Tutt'attorno allo Swayambhunath mulini di preghiera girano incessantemente, inondando Kathmandu di benedizioni. Facciamo un tuffo nel passato con la visita di Durbar Square, la piazza dove venivano incoronati i Re. È di una bellezza architettonica che non ha limiti! Continuiamo a stupirci con Patan, antica città stato, famosa per la presenza di numerosi templi e di edifici di straordinaria raffinatezza architettonica.

Dopo le visite cene e pernottamenti in hotel.

### **05-Aprile Kathmandu/Paro - Thimphu.**

Altitudine 2400 metri

Dopo la prima colazione, trasferimento in aeroporto e volo per Paro, l'unico punto d'ingresso aeroportuale del

Bhutan: dall'alto il panorama di creste rocciose e di scintillanti picchi nevosi è incredibilmente affascinante e magica è la vista della vallata. Dopo un'ora e trenta minuti circa atterriamo a Paro.

Incontro con la guida locale e

trasferimento a Thimpu (55 Km) capitale del Bhutan. Nonostante il recente sviluppo, Thimphu conserva il suo storico fascino pur abbracciando la modernità, ma alle sue condizioni. Lo verificiamo immediatamente poiché a Thimphu il sabato e, per tutto il weekend, si svolge un importante mercato che si sviluppa in tutte le strade della città. Tradizione e modernità si incrociano più volte. Saremo inebriati dai colori, dai profumi di incenso, dalla vista di prodotti tipici che i contadini delle valli vicine portano già dal giorno prima. Vedremo gente del luogo in abito tradizionale, monaci che si aggirano fra i banchi intenti a parlare al telefonino. L'accoglienza del Bhutan durante questa prima giornata nel paese sarà eccezionale!

Visita della città che include anche la Biblioteca Nazionale, con una vasta collezione di letteratura buddista, stampata principalmente in blocchi, con opere di diverse centinaia di anni.

Se poi saremo fortunati.. potremo anche riuscire ad assistere ad una competizione di tiro con l'arco, sport nazionale del Bhutan.

Sistemazione in hotel, trattamento di pensione completa e pernottamento

### **06-Aprile Thimphu - Gangtey**

Altitudine: varia da 2900 a 3200 metri

Dopo la prima colazione partenza per Gangtey, ci lasciamo alle spalle la capitale Thimphu per procedere verso est ed entrare nella regione del Bhutan Occidentale. Raggiungiamo il passo Dochu La a 3140 metri. Nelle giornate

terse, è possibile ammirare in tutta la loro grandezza i picchi himalayani. 108 piccoli templi (chorten) vennero costruiti nel 2005 per espiare alla perdita di vite umane, che avvenne proprio in cima al valico. Sulla collina che sovrasta i templi si estende una magnifica foresta di rododendri. In Bhutan sono presenti sino a 46 specie e qui se ne possono ammirare almeno 36, che, in aprile, primavera, dovrebbero, il condizionale è d'obbligo, essere fioriti!

Dal passo scendiamo verso la valle di Phobjikha, una valle glaciale a forma di U. È conosciuta anche come la Valle di Gangtey per il maestoso monastero di Gangtey. Il paesaggio cambia radicalmente, gli alberi scompaiono e lasciano il posto al bambù nano avvicinandosi al villaggio di Gangtey.

La valle di Phobjikha è famosa anche perché è stata scelta dalle rare gru a collonero, specie a rischio di estinzione, come loro residenza invernale. A fine marzo solitamente rientrano in Tibet, ma con i cambiamenti climatici in corso, spesso la loro partenza è ritardata... Presso il centro informazioni a loro dedicato si potranno ricevere informazioni interessanti ed eventualmente incontrare Karma, un esemplare ritrovato e curato nel centro, che ora vive qui.

Visitiamo a Gangtey il grande complesso monastico, il Gangtey Goempa, che domina tutta la valle!

A Gangtey raggiungiamo il nostro hotel.

Trattamento di pensione completa e pernottamento

### **07 e 8 Aprile : Gangtey- valli del Bumthang**

Altitudine 2800 metri

Dopo la prima colazione partenza per il Bhutan centrale, caratterizzato dalle sue fertili vallate ed orlato da montagne e foreste. Il clima è molto piacevole soprattutto in primavera, in questo periodo sui valichi di montagna si ammira la fioritura dei rododendri.

Si ritiene che il Bhutan centrale sia stato il primo territorio abitato del paese, come testimoniano gli insediamenti preistorici nella valle di Ura. Durante il percorso, avvicinandosi alla città di Trongsa, situata esattamente nel centro del Bhutan, si

scopre una sbalorditiva vista dello Dzong di Trongsa da un punto della vallata a 2120 metri attraverso una stretta gola attraversata dal fiume Chu, che scorre dal picco dell'Himalaya. La posizione strategica dell'imponente fortezza le ha conferito un grande potere su questa parte del paese. Esattamente da qui passavano le vie del commercio da est a ovest e di conseguenza il governatore deteneva il controllo assoluto sui traffici delle merci e ... sulle tasse! Da Trongsa dopo circa tre ore arriviamo nel

Bumthang, passando per il passo Yotong La (3350 m). Bumthang è

il nome generale dato al complesso di quattro valli: Chumey, Choekhor, Tang

e Ura con altitudini che variano dai 2.600 ai 4.000 metri. Il Bumthang è una magica regione ricca di eremi, luoghi sacri, è sede di molti

importanti templi e monasteri buddisti. Il Bumthang, come il Bhutan centrale, è meno visitato del Bhutan occidentale ed è il nucleo culturale del Bhutan. Gli antichi templi e le fortezze del Bumthang svolsero un ruolo cruciale nello sviluppo del paese e del buddhismo nella regione.

La base dei nostri pernottamenti è la città di Jakar, è da qui andremo alla scoperta del cuore culturale del Bhutan, senza mai dimenticare la straordinaria natura che ci circonda.

Trattamento di pensione completa e pernottamenti in hotel.

### **09 Aprile Bumthang, Punakha**

Altitudine 1200 metri

Dopo la prima colazione partenza per Punakha, capitale del

Bhutan per oltre 300 anni, sino al 1955. Lasciamo le valli del Bumthang per rientrare nel Bhutan occidentale, la valle di Punakha si trova alla confluenza di due fiumi ed è fertilissima, si coltivano aranci e banani, oltre all'abbondante riso. In posizione dominante la valle si erge il meraviglioso dzong di Punaka, l'edificio più imponente di tutto il Bhutan. In primavera la fioritura degli alberi di jacaranda conferisce alle caratteristiche mura in calce bianca un fascino del tutto particolare. Nelle vicinanze della fortezza si trova il ponte sospeso più lungo del Bhutan, che attraversa il fiume Pho Chhu ( il fiume Padre).

Trattamento di pensione completa e pernottamento in hotel.

### **10-11-12 Aprile: Punakha- Paro**

Altitudine 2200 metri

Dopo la colazione e prima di lasciare il territorio di Punakha visita al tempio Chimi Lhakhang, che si raggiunge con una passeggiata di 45 minuti circa. Il Chimi Lhakhang, è onorato come simbolo della fertilità e numerose coppie vi si recano per ottenere una benedizione.

Raggiungiamo Paro in circa 4 ore e trenta.

La città è in piena attività poiché in questi giorni si svolge il Paro Tsechu, il festival di Paro, il più conosciuto e il più frequentato di tutto il Bhutan. Durante il Tsechu gli elementi esotici e mistici della

cultura Bhutanesi si manifestano in modo molto evidente. Si susseguono una serie di danze rituali eseguite da danzatori con il volto nascosto da maschere colorate e vestiti di elaborati costumi .

Il festival si svolge presso il Rinpung Dzong, una delle fortezze più massicce e note del Bhutan, visibile in tutta la valle per i suoi contrafforti imponenti. In questa atmosfera di festa è imperdibile la visita al Kyichu Lhakhang, un piccolo tempio, fra i più antichi e più affascinanti del paese.

A Paro ci attende un'altra esperienza straordinaria:

l'escursione al monastero di Taktsang, 'la Tana della Tigre' . È il più celebre monastero del Bhutan ed anche il più scenografico. Guru Rimpoche raggiunse questo sito volando a cavallo di una tigre per sconfiggere un demone.

Questo soggiorno a Paro di ben tre giorni ci regala un'infinità di emozioni e segna il termine del nostro soggiorno nel magico Bhutan.

Trattamento di pensione completa e pernottamenti presso l'hotel di Paro.

### **13 Aprile Paro/Kathmandu**

Altitudine 1400 metri

Sveglia all'alba e trasferimento in aeroporto per il volo per Kathmandu . Arrivo previsto verso le 8.

Trasferimento e sistemazione in hotel.

Giornata dedicata alla visita di Bhaktpur e alla celebrazione del Bisket Jatra

(Capodanno Nepalese); Il capodanno Nepalese viene solitamente celebrato

durante la seconda settimana di aprile. Quest'anno questo importantissimo evento cade il 13

Aprile!!!!

Il Nuovo Anno nepalese o

Navavarsha è una festa religiosa celebrata con profondo rispetto e devozione.

Dopo gli inebrianti festeggiamenti non può mancare una visita

in serata a Pashupathinath, luogo sacro induista, in cui sorge un tempio dedicato al Dio Shiva.

Centinaia di fedeli e

pellegrini si radunano sulle rive del fiume sacro Bagmati, per assistere alle puje (preghiere) serali e offrire e fare le loro offerte.

Cena in hotel e pernottamento

**14 Aprile** : termine del viaggio con partenza in volo da Kathmandu

### **La quota comprende:**

Voli in classe economica da Kathmandu a Paro e ritorno con 20 kg di bagaglio in stiva

Sistemazione in hotel 4 stelle a Kathmandu

Sistemazione in strutture 3 stelle in Bhutan

Trattamento di mezza pensione a Kathmandu e di pensione completa in Bhutan

Spostamenti via terra con minivan privato e autista

Visite ed escursioni come da programma

Festival di Paro

Festeggiamenti del Capodanno Nepalese a Kathmandu

Guida parlante italiano a Kathmandu

Guida parlante inglese in Bhutan

Accompagnatrice italiana da Kathmandu per tutta la durata del viaggio, che tradurrà dall'inglese all'italiano la guida in Bhutan

Visto d'entrata in Bhutan

Entrate dove previste

In Bhutan tassa per lo sviluppo sostenibile (100 usd al giorno)

Tasse

**La quota non comprende:**

Voli domestici in Italia e voli intercontinentali dall'Italia a Kathmandu e rientro

Visto d'entrata in Nepal

Mance

Pranzi in Nepal

Acqua e bibite in genere

Assicurazioni

Tutto quanto non menzionato nella 'quota comprende'