

Nepal & Bhutan



DAL 09 AL 23 SETTEMBRE 2024



PROGRAMMA DI VIAGGIO

OPERATIVO VOLI:

09 SETTEMBRE	TK1872	VENEZIA – ISTANBUL	14:05-17:35	 TURKISH AIRLINES
09 SETTEMBRE	TK726	ISTANBUL – KATHMANDU	19:40 – 05:35	 TURKISH AIRLINES
13 SETTEMBRE	KB 401	KATHMANDU – PARO	09.10 – 10:30	 Drukair
22 SETTEMBRE	KB400	PARO-KATHMANDU	07:10- 08:10	 Drukair
23 SETTEMBRE	TK727	KATHMANDU – ISTANBUL	07:35- 12:50	 TURKISH AIRLINES
23 SETTEMBRE	TK1869	TK1869 ISTANBUL – VENEZIA	17:50- 19:15	 TURKISH AIRLINES



GIORNO 1° - 09 SETTEMBRE 2024 – VENEZIA/ISTANBUL/ KATHMANDU

Ritrovo dei partecipanti all'aeroporto di Venezia, disbrigo delle formalità doganali e partenza con il volo di linea per Kathmandu con scalo ad Istanbul. Pasti e pernottamento in volo.

GIORNO 2° - 10 SETTEMBRE 2024 - ISTANBUL/KATHMANDU

MEZZA PENSIONE



Arrivo all'aeroporto di Kathmandu, disbrigo delle formalità doganali per il visto d'ingresso, incontro con una **guida accompagnatore parlante italiano** e trasferimento in hotel. Pranzo in un ristorante del mercato Themel. Dopo pranzo visita al **Swoyambhunath** (patrimonio mondiale dell'UNESCO) - Swoyambhunath significa letteralmente "Uno-Esistente". Si ritiene che Swoyambhunath sia stato fondato più di 2.500 anni fa. Un'iscrizione datata 460 d.C. afferma che la costruzione fu realizzata dal re Manadeva. Nel XIII secolo Swoyambhunath si era sviluppato come un importante sito di apprendimento buddista. È anche conosciuto come il Tempio delle Scimmie poiché ci sono scimmie macachi Rhesus) sacre che vivono in alcune parti del tempio. Swoyambhunath occupa una posizione

centrale ed è probabilmente il più sacro tra i luoghi di pellegrinaggio buddista. Passeggiata attorno le città storiche di **Son** e **Indra Chowk**. Rientro in hotel, cena e pernottamento. **HOTEL RAMADA ENCORE 4* O SIMILARE**

GIORNO 3° - 11 SETTEMBRE 2024 - KATHMANDU

PENSIONE COMPLETA

Colazione in hotel, incontro con la guida e partenza per la scoperta di **Bhaktapur**, situata a circa 30 minuti da Kathmandu sull'antica via commerciale con in Tibet. La



città è splendida ed ha conservato intatto il carattere tradizionale dell'epoca Malla, nella sua **Durbar Square**, nei suoi templi, santuari, edifici, fontane e non da ultimo nelle vie animate da vasai, intagliatori di legno, tessitori e numerosi artigiani di tradizioni centenarie. Proseguendo, Boudanath ci mostra, per contrasto, la spiritualità buddhista tibetana: il colossale **Stupa di Boudanath** si trova a otto chilometri a est di Kathmandu, è lo stupa più grande del paese e uno dei più grandi al mondo, costruito nel V secolo dopo Cristo, fu voluto dal Re Lichchhavi Mana. Lo stupa ha una base ottagonale e al suo interno si trovano le celebri ruote per la preghiera, è circondato dal mercato tibetano e da numerosi monasteri.

Dopo pranzo visita a Pashupathinath, luogo sacro induista.

Centinaia di fedeli e pellegrini si radunano sulle rive sacre assieme ai santoni e ai curiosi. Il tempio di **Shiva Pashupatinath** si trova a cinque chilometri a est di Kathmandu, sulla riva del fiume sacro Bagmati, con tetto in oro e porte d'argento è famoso per la sua magnificente architettura. Solo gli Indu possono accedere alle sale interne, tuttavia si può godere della sua bellezza anche dall'esterno. **HOTEL RAMADA ENCORE 4* O SIMILARE**

GIORNO 4° - 12 SETTEMBRE 2024 - KATHMANDU

PENSIONE COMPLETA

Colazione in hotel, incontro con la guida e partenza per la visita della città vecchia di Kathmandu, costituito da **Durbar Square**, la piazza dove venivano incoronati i re. Il cuore storico della vecchia



Kathmandu è un museo a cielo aperto, un magnifico mosaico di templi, pagode, padiglioni e santuari medievali. Un tempo residenza della famiglia reale nepalese e ancora oggi casa della Kumari, la Dea Vivente rappresentata da una fanciulla giovanissima che incarna fino alla pubertà la Dea Taleyu, Durbar Square è il fulcro della città, nonché lo sfondo di spettacolari manifestazioni. Pranzo in un ristorante locale. Nel pomeriggio proseguimento della visita della città vecchia lungo i tanti vicoli che la circondano che costituiscono un insieme

architettonico di grande bellezza e fascino: qui in un'atmosfera unica la mondo, si affacciano templi dedicati alle tre principali divinità hindu: Brahma, Shiva e Visnu. Rientro in hotel, cena e pernottamento. **HOTEL RAMADA ENCORE 4* O SIMILARE**

GIORNO 5° - 13 SETTEMBRE 2024 - KATHMANDU / PARO / THIMPHU



PENSIONE COMPLETA

Colazione in hotel, incontro con la guida e trasferimento all'aeroporto di Kathmandu in tempo utile per il volo della compagnia aerea Druk Air in partenza alle 09:10 con arrivo a **Paro** alle 10:30, l'unico punto d'ingresso aeroportuale del Bhutan. Dall'alto avrete la possibilità di ammirare un panorama unico caratterizzato da creste rocciose e scintillanti picchi nevosi. Non meno

affascinante e magica la vallata, punteggiata dagli imponenti "dzong", costruzioni tipiche con funzione di centro religioso, militare, burocratico, amministrativo e sociale. Disbigo delle formalità doganali, incontro con la guida locale e trasferimento a **Thimphu** (55 km dall'aeroporto), unica capitale al mondo senza semafori. Nonostante il recente sviluppo, Thimphu conserva il suo fascino ed è piena di facciate colorate e decorate in maniera elaborata che conferiscono alla città un'affascinata atmosfera medioevale. Thimphu divenne la capitale del Bhutan nel 1961, sostituendo la città di Punakha. Situata nella zona centro-occidentale del Bhutan, Thimphu ne è anche il maggior centro abitato, con una popolazione di circa 80.000 persone. È la terza città più alta del mondo, sorgendo tra i 2200 e i 2700 metri di altitudine. La sede del governo è ospitata nel monastero



Tashichoedzong, risalente al XIII secolo, che sorge a Nord della città. L'intero paese basa la sua economia principalmente sulla agricoltura, con coltivazioni di riso, frumento, mais e patate, ma anche allevamento, settore tessile e artigianato giocano un ruolo importante. Arrivo a Thimphu e sistemazione in hotel. Pranzo in albergo. Nel pomeriggio visita della **Biblioteca Nazionale**, famosa per la sua vasta collezione di letteratura buddista, stampate principalmente in blocchi, con opere di diverse centinaia di anni. La **Scuola di Arti tradizionali** e il Museo del Folk Heritage. La sera, prima di cena, passeggiata per le strade della città. Cena in hotel e pernottamento. **RAMADA BY WYNDHAM VALLEY 4* O SIMILARE**

GIORNO 6° - 14 SETTEMBRE 2024 - FESTIVAL DI THIMPHU

PENSIONE COMPLETA

Colazione in hotel, incontro con la guida per iniziare una delle giornate più emozionanti del viaggio: quella dedicata al famosissimo **Festival di Thimphu**. Parteciperete alle principali celebrazioni del Festival che si svolge nel cortile del Trashi Chhoe Dzong il più importante Dzong della città. I festivals bhutanesi sono chiamati Tsechu. Gli Tsechu sono manifestazioni di più giorni in cui si rievocano la vita e gli insegnamenti di Guru Rinpoche, universalmente riconosciuto come il



fondatore delle scuole di buddhismo tibetano. Lo tsechu può essere compreso come un evento creato dai maestri spirituali per celebrare ed esporre i contenuti degli insegnamenti con la rappresentazione di temi che stimolano un corretto comportamento etico e affermano la capacità di annullare o esorcizzare la negatività che affligge persone ed eventi. Il culmine dello Tsechu è rappresentato dal Cham, uno straordinario insieme di musiche sacre e danze in costume, con maschere rituali, eseguite da monaci e da laici. Tra

una manifestazione e l'altra del festival visita dei principali siti d'interesse della città: il **Trashi Chhoe Dzong**, che ospitò la prima Assemblea Nazionale, oggi sede del Segretariato, della sala del trono e di altri uffici del re, oltre che del Ministero degli Interni e di quello delle Finanze. Il Kuensel Phodrang o **Buddha Gigante**, un'enorme statua alta più di 50 m, situata sulla cima di una collina che domina la città. Il grande Chorten con le statue delle divinità tantriche, costruito in memoria di Jigme Dorje terzo re del Bhutan. Rientro in hotel, cena e pernottamento. **RAMADA BY WYNDHAM VALLEY 4* O SIMILARE**

GIORNO 7° - 15 SETTEMBRE 2024 - THIMPHU / GANGTEY (128 km)

PENSIONE COMPLETA

Dopo la prima colazione in hotel, incontro con la guida e partenza per Gangtey. Lungo il percorso sosta per la visita del **Simtokha Dzong**, antico complesso monastico ora sede dell'Università Buddista. Secondo una leggenda locale, lo dzong fornisce protezione contro un demone che era scomparso in una roccia vicino al sito. Il nome della località (Simtokha) deriverebbe quindi da questo evento e dall'unione delle parole "simmo" (demone donna) e "do" ("pietra"). Si prosegue lungo la pittoresca strada che valica il passo Dochu-La (3.100 m). Tra i 108 stupa, monumenti buddhisti, disseminati sul passo potrete ammirare le cime innevate dell'Himalaya orientale. Prima

di raggiungere Gangtey sosta per la visita del **Chimi Lhakhang** (Punakha), un tempio costruito in onore di **Lama Drukpa Kunley**, il “folle divino” uno dei santi più venerati del Bhutan, dove lasciando una piccola offerta si può ricevere la benedizione dai falli in legno, avorio e pietra.

HOTEL DEWACHEN 4* O SIMILARE

GIORNO 8° - 16 SETTEMBRE 2024 - FESTIVAL DI GANGTEY / TRONGSA (78 km)

PENSIONE COMPLETA

Colazione in hotel, incontro con la guida e partenza per partecipare alle principali celebrazioni del **Festival di Gangtey**. La sveglia in questa giornata sarà molto presto per poter assistere alla

cerimonia del Thongdrol al Festival

di Gangtey Gonpa, nella valle di

Phobjikha. Pranzo in un

ristorante locale. Nel pomeriggio

si prosegue in direzione Trongsa.

Ad accogliervi ci sarà la

sbalorditiva vista dello **Dzong di Trongsa** da un punto della vallata

a 2120 metri attraverso una

stretta gola attraversata dal fiume

Chu, che nasce dal picco

dell'Himalaya. Il Trongsa Dzong

vanta una ricca storia che risale

al XVI secolo. I diversi edifici che



costituiscono lo dzong sono distribuiti disordinatamente e seguono il profilo del crinale con una notevole successione di corridoi simili a vicoli, ampie scalinate e bei cortili lastricati. La parte più meridionale dello dzong, il Chorten Lhakhang, sorge nel punto in cui fu eretto il primo eremitaggio nel 1543. Lo dzong, così come si presenta oggi, venne fatto edificare nel 1644 da Chhogyel Mingyur Tenpa, l'ufficiale inviato dallo Zhabdrung per unificare il Bhutan orientale. La sua particolare posizione strategica attribuì allo dzong un'importanza davvero straordinaria in questa parte del paese: l'unica strada tra il Bhutan orientale e quello occidentale passa ancora oggi per Trongsa e un tempo attraversava lo stesso dzong. Di conseguenza, il penlop di Trongsa aveva il controllo assoluto del traffico di merci e di persone tra queste due parti del paese e beneficiava delle tasse che ne derivavano. Sistemazione in hotel, cena e pernottamento. **HOTEL NORBU LINGKA RESORT 4* O SIMILARE.**

GIORNO 9° - 17 SETTEMBRE 2024 - TRONGSA /BHUMTHANG (80km)

PENSIONE COMPLETA

Colazione in hotel, incontro con la guida e partenza per **Bhumthang** passando per il passo Yotong (3.350 m). Bhumthang è il nome generale dato al complesso di quattro valli: **Chumey, Choekhor, Tang e Ura** con altitudini che variano dai 2600 ai 4000 metri. E' sede di molti importanti templi e monasteri buddisti, tanto da essere denominata il cuore del buddismo nel paese. Nel pomeriggio ci si dirige verso la valle di Bumthang. La regione comprende quattro vallate, la Choekhor (Jakar), Tang, Ura e Chumey. Superato il passo di Yotung a 3536 metri, si discende nella vallata Chumey fino a **Zuney**, dove si potrà visitare il centro tessile che produce gli indumenti di lana "yathra". Sistemazione in hotel, cena e pernottamento. **HOTEL BHUTAN MOUNTAIN RESORT 4* O SIMILARE**

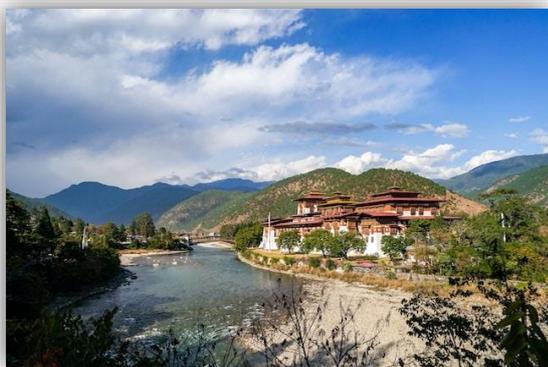
GIORNO 10° - 18 SETTEMBRE 2024 - BHUMTHANG (THANGBI MANI FESTIVAL)

PENSIONE COMPLETA

Colazione in hotel, incontro con la guida e partenza in direzione del **Monastero di Thangbi**. Il festival che vi si tiene è uno dei più popolari del Chhoekhor Gewog in Bumthang. E' l'ultimo giorno del Festival di Thangbi Mani. Rientro in hotel per il pranzo. Nel pomeriggio si prosegue per lo **Dzong Jakar**, la "fortezza dell'uccello bianco". Si conclude la giornata con la visita all'**Istituto privato Karchu Dratshang** retto da sua eminenza Namkai Ningpo Rinpoche, dove c'è l'opportunità di assistere alla cerimonia di preghiere ed anche alla sessione di dibattito dei monaci. Rientro in hotel, cena e pernottamento. **HOTEL BHUTAN MOUNTAIN RESORT 4* O SIMILARE**

GIORNO 11° - 19 SETTEMBRE 2024 - BHUMTHANG/PUNAKHA (217 km)

PENSIONE COMPLETA



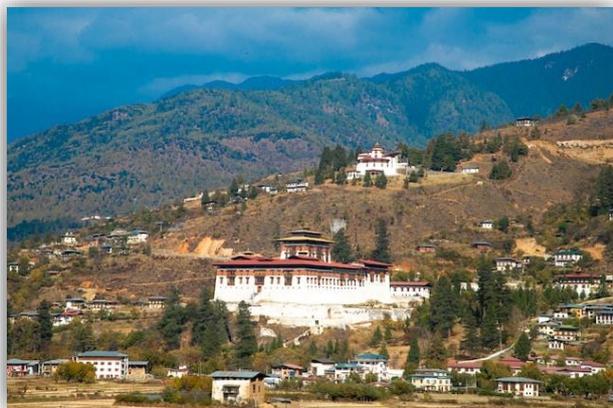
Colazione in hotel, incontro con la guida e proseguimento del viaggio in direzione **Punakha**, la vecchia capitale del Bhutan. Visita della città del Punakha Dzong, una massiccia struttura costruita all'incrocio di due fiumi. E' il centro amministrativo e religioso. Situato poco fuori dalla città di Punakha, fu costruito dal primo Shabdrung, Ngawang Namgyal, tra il 1637 e il 1638, è il secondo dzong più antico del Paese, oltre che una delle strutture più imponenti dell'area. Esso ospita al suo interno alcune reliquie particolarmente sacre per la scuola

Kagyü del Buddismo tibetano, tra cui i resti di Shabdrung Ngawang Namgyal e del tertön Pema Lingpa. Era la capitale del Bhutan fino al 1955 e serve ancora come residenza invernale dei monaci. Sistemazione in hotel, cena e pernottamento. **HOTEL ZHINGHAM RESORT 4* O SIMILARE**

GIORNO 12° - 20 SETTEMBRE 2024 - PUNAKHA / PARO (126 Km)

PENSIONE COMPLETA

Colazione in hotel, incontro con la guida e partenza per **Paro**. La prima tappa è nella vicina **Lobesa** dove, con una piacevole passeggiata, attraverso il villaggio e le risaie si visita il **Monastero Chimi**



Lhakhang, il “tempio della fertilità” costruito nel XV° secolo. Si prosegue con il passo **Dochula** dove si sosta per il pranzo. Arrivo a **Paro**. Vicino ad una strada in pietra, passando sul ponte in legno a campate “Nymezampa”, coperto da scandole e sormontato da due case di guardia, che attraversa il **Paru Chu**, visitiamo il **Paro Dzong** costruito nel 1646 da Zhabdrung Ngawang Namgyal. Qui sono state girate alcune scene del film di Bertolucci “il Piccolo Buddha”. La sua torre centrale a

cinque piani, il Ta Dzong, è una delle più belle, con le eccezionali opere in legno. Arrivo in hotel, sistemazione nelle camere prenotate, cena e pernottamento. **HOTEL HIMALAYAN KEYS FOREST RESORT 4* O SIMILARE**

GIORNO 13° - 21 SETTEMBRE 2024 - PARO

PENSIONE COMPLETA

Colazione in hotel, incontro con la guida e partenza a piedi per la visita del **Monastero di Taktsang** (4-5 ore di cammino tra andata e ritorno, in alternativa è possibile noleggiare un cavallo per raggiungere il punto panoramico). Conosciuto anche come “**Nido della Tigre**”, il monastero è sempre stato considerato uno dei luoghi più sacri del regno. Si dice che il Guru Padmasambava (Rinpoche) sia volato qui nell’VIII secolo sul dorso di una tigre per sconfiggere i demoni della regione di Paro che si stavano opponendo alla diffusione del buddhismo. Pranzo nella caffetteria del punto panoramico. Nel pomeriggio visita del **Dumtse Lhakhang**, un’insolito tempio simile a un chorten, edificato nel 1433 da Thangtong Gyalpo, il famoso costruttore di ponti di ferro. Si sviluppa su tre piani che rappresentano l’inferno, la terra e il paradiso, e custodisce al suo interno dipinti murali ritenuti tra i migliori del Bhutan. Sistemazione in hotel cena e pernottamento. **HOTEL HIMALAYAN KEYS FOREST RESORT 4* O SIMILARE**

GIORNO 14° - 22 SETTEMBRE 2024 - PARO /KATHMANDU



PENSIONE COMPLETA

Colazione in hotel e trasferimento all'aeroporto di Paro in tempo utile per il vostro volo diretto a Kathmandu. Il volo decollerà alle ore 07:10 ed arriverà a Kathmandu alle ore 08:10. Nel pomeriggio visita a **Patan**, centro della religione buddhista Newari. Questa è la "Città della Grazia e delle belle Arti", detta anche "città splendida" o "dei mille tetti dorati", un sito architettonico di incomparabile bellezza con un'aveduta del Palazzo Reale e del **Tempio di Krishna**, il tempio d'oro a vari altri templi per i quali questa città è giustamente famosa. In particolare potremmo ammirare quelli di **Krishna Mandir, Hiranya Varna Mahavihar, Kumbeshwor, Jagatnarayan e il Rudra Varna Mahavihar**. **HOTEL RAMADA ENCORE 4* O SIMILARE**

GIORNO 15° - 23 SETTEMBRE 2024 – KATHMANDU/ISTANBUL/VENEZIA

Colazione in hotel e partenza con la guida accompagnatore per il trasferimento diretto all'aeroporto di Kathmandu, in tempo utile per il vostro volo per Venezia con scalo ad Istanbul.

FINE DEL VIAGGIO E DEI NOSTRI SERVIZI

QUOTA DI PARTECIPAZIONE A PERSONA 4.250 €

(in camera doppia)

SUPPLEMENTO SINGOLA 765 €

TARIFFA CALCOLATA CON UN MINIMO DI 15 PAGANTI

La Quota Comprende:

- Volo Intercontinentale Turkish Airlines da Venezia a Kathmandu con scalo ad Istanbul in classe economica;
- Franchigia bagaglio di 23 kg in stiva + 1 bagaglio a mano 40 x 20 x 25 cm a persona;
- Tasse governative in Bhutan;
- Voli interni Kathmandu – Paro- Kathmandu in classe economica (franchigia bagaglio 20 kg);
- 09 pernottamenti in Bhutan in hotel con trattamento di pensione completa;
- 03 pernottamenti in Nepal in hotel 5* con trattamento di pensione completa;
- Tutti i trasferimenti privati con van;
- Gli ingressi ai siti archeologici e monumentali;
- Guida/accompagnatore parlante Italiano per tutto il tour;
- Visto di ingresso in Bhutan;
- Assicurazione medico-bagaglio con copertura Covid-19 durante il soggiorno;

La Quota Non Comprende:

- Quota di iscrizione **50,00 €**
- Tasse aeroportuali e di sicurezza (soggette a variazione fino all'emissione del biglietto) **530,00 €**;
- Visto d'ingresso in Nepal che viene rilasciato in aeroporto a Kathmandu;
- Bevande ai pasti;
- Mance;
- Facchinaggio;
- Le spese di carattere personale;
- Assicurazione annullamento **4,5%** del costo del viaggio con copertura Covid-19;
- Tutto quanto non indicato nella voce "la quota comprende".

DOCUMENTI E VISTO:

NEPAL: Passaporto con validità residua di almeno 6 mesi dalla data di ingresso nel paese e 2 pagine libere. Necessario il visto di entrata da effettuare all'arrivo in aeroporto al costo di circa 30 USD fino a 15 giorni di permanenza oppure circa 50 USD fino a 30 giorni.

BHUTAN: Passaporto necessario con validità residua di almeno 6 mesi e comunque se pre oltre il termine del soggiorno in Bhutan. Visto obbligatorio. Viene rilasciato dietro autorizzazione della capitale Thimphu attraverso il nostro corrispondente.

IMPORTANTE: Consigliamo di consultare le raccomandazioni di viaggio nazionali, locali e sanitarie per questa destinazione prima di prenotare sul sito **www.viaggiasesicuri.it**

N.B: Per ragioni operative l'ordine delle visite previste e il programma delle stesse possono subire variazioni, sarà nostra cura cercare di mantenerlo il più invariato possibile.

La quota del viaggio potrà essere modificata fino a 21 giorni precedenti la partenza in conseguenza alle variazioni dei tassi di cambio applicati **1 USD = Euro 0,913** calcolato il **20.12.2023**

ORGANIZZAZIONE TECNICA:

LAGUNA TRAVEL AGENCY S.r.l.
Via Cappuccina, 46 a/b – 30172 Mestre (Venezia) Tel. 041 975700 – 041 957733
E-mail: individuali@lagunatravel.it - info@lagunatravel.it - Sito web: www.lagunatravel.it
TUA ASSICURAZIONI S.p.A. – Polizza n. 40324512000190 del 31/12/2021
Comunicazione del 03/07/2023 (Art. 69 L.R. 33/2002 quinto comma)
Associato: Consorzio FIAVET

Polizza Garanzia REVO SPECIALTY OX00009381 del 30/06/2023