

> NEPAL E TIBET: NEL REGNO DEL CIELO, DEL SOLE, DELLE GRANDI SOLITUDINI



PROGRAMMA: 18 GIORNI 17 NOTTI

1 GIORNO: ITALIA-DOHA Partenza dall'Italia con volo di linea per Doha. Arrivo previsto il giorno successivo e proseguimento per Kathmandu.

2 GIORNO: DOHA- KATHMANDU Nel pomeriggio arrivo previsto nella capitale del Nepal, situata a 1330 metri di altitudine. Trasferimento e sistemazione in hotel. Pernottamento.

3 GIORNO: KATHMANDU E LA SUA VALLE Sveglia e colazione in hotel. In mattinata visita guidata di Bhagdaon, del suo monumentale stupa e del tempio di Pashupatinath, principale santuario nepalese dedicato a Shiva. Nel pomeriggio tempo libero a disposizione. Rientro in hotel e pernottamento.

4 GIORNO: KATHMANDU Sveglia e colazione in hotel. Mattinata dedicata alla visita guidata della città': Palazzo Reale, Casa delle Dea Vivente Kumari, antico nucleo di Kasthamandap, Tempio Machhendranath e grande stupa di Swayambunath. Nel pomeriggio tempo libero a disposizione. Rientro in hotel e pernottamento.

5 GIORNO: KATHMANDU- DHULIKEL Sveglia e colazione in hotel. In mattinata visita dell'antica capitale Patan. Nel pomeriggio proseguimento per Dhulikel (circa 1 ora). Durante il percorso tappa lungo la Transhimalayana. Rientro in hotel. Cena e pernottamento.

6 GIORNO: DHULIKEL- ZHANGMU Sveglia e colazione in hotel. In mattinata partenza verso il confine tibetano (Zhangmu, 4/6 ore). Attraverso villaggi nepalesi e versanti himalayani si giunge a destinazione. Sistemazione in hotel. Cena e pernottamento.

7 GIORNO: ZHANGMU- NYALAM- SHEGAR Sveglia e colazione in hotel. Partenza per Shegar. Lungo il percorso (8 ore) si potranno intravedere le cime dell'Everest (8848 m). Oltrepassato il villaggio Nyalam (3750 m), arrivo a Shegar nel pomeriggio. Sistemazione in hotel. Cena e pernottamento.

8 GIORNO: SHEGAR- SAKYA- SHIGATSE Sveglia e colazione in hotel. Partenza per Sakya e visita del suo monastero. Proseguimento in direzione di Shigatse (3900 m). Sistemazione in hotel. Cena e pernottamento.

9 GIORNO: SHIGATSE Sveglia e colazione in hotel. In mattinata visita guidata del complesso monastico di Tashi Lumpo. Nel pomeriggio visita del monastero e del caratteristico mercato. Rientro in hotel. Cena e pernottamento.

10 GIORNO: SHIGATSE- SHALU- GYANTSE Sveglia e colazione in hotel. Partenza per Gyantse (3950 m). Durante il percorso visita al monastero di Shalu. Arrivo a Gyantse, sistemazione in hotel e pranzo. Nel pomeriggio visita guidata della città'. Rientro in hotel. Cena e pernottamento.

11 GIORNO: GYANTSE- TSETANG Sveglia e colazione in hotel. Partenza per Tsetang (10 ore). Arrivo previsto in serata (3400 m). Sistemazione in hotel. Cena e pernottamento.

12 GIORNO: TSETANG- ESCURSIONE A SAMYE E YUMBULAKANG Sveglia e colazione in hotel. Visita del monastero di Samye e del tempio- castello di Yumbulakang. Rientro in hotel. Cena e pernottamento.

13 GIORNO: TSETANG- MONASTERI DI MINDOLING E DRANAG- LHASA Sveglia e colazione in hotel. Partenza per Lhasa (5/6 ore). Durante il tragitto deviazione ai villaggi di Mindoling e Dranag per breve visita guidata delle città' e dei monasteri. Arrivo a Lhasa. Sistemazione in hotel. Cena e pernottamento.

14 GIORNO: LHASA- ESCURSIONE A SERA E NORBULINGKA Sveglia e colazione in hotel. Visita guidata della città' di Lhasa, del monastero di Sera e del palazzo di Norbulingka. Rientro in hotel. Cena e pernottamento.

15 GIORNO: LHASA- ESCURSIONE A GANDEN Sveglia e colazione in hotel. Escursione al monastero di Ganden (4200 m), costruito ad anfiteatro su una montagna. Rientro in hotel. Cena e pernottamento.

16 GIORNO: LHASA- ESCURSIONE A DREPUNG Sveglia e colazione in hotel. In mattinata visita del tempio di Jokhang e del quartiere commerciale di Barkhor. Nel pomeriggio visita al monastero di Drepung. Rientro in hotel. Cena e pernottamento.

17 GIORNO: LHASA- KATHMANDU- ITALIA Sveglia e colazione in hotel. Trasferimento in aeroporto e partenza per Kathmandu. Sistemazione in hotel per l'attesa del volo. Trasferimento in aeroporto e partenza per Doha (volo notturno).

18 GIORNO: ITALIA Arrivo a Doha. Sistemazione in aereo e partenza volo per l'Italia. Arrivo previsto in mattinata.

<PARTENZA 2010>

Dal 5 al 22 agosto

<QUOTA INDIVIDUALE> QUOTE AGGIORNATE AL 28/01/2010

Con accompagnatore dall'Italia SILVANO MORONI

Base 15/19 partecipanti EURO 3160,00

Base 12/14 partecipanti EURO 3360,00

Base 10/11 partecipanti EURO 3495,00

Supplementi:

Tariffa aerea:

dal 23/7 al 14/8 e dal 20 al 30/12 e dal 24/9 al 31/10 EURO 80,00

Camera singola

Dall'1/5 al 30/9 EURO 515,00

LA QUOTA COMPRENDE: i passaggi aerei internazionali con voli di linea Qatar da/per Milano (classe di prenotazione H: vedere paragrafo alla pagina Informazioni Generali), i voli interni, 20 Kg di franchigia bagaglio; tutti i trasferimenti, sistemazione al Dwarika's Hotel di Kathmandu, in hotel di categoria 3 stelle a Lhasa, Tsetang e Shigatse, nei migliori disponibili nelle altre località; i pasti (come da programma); viveri di conforto al seguito per i gruppi con accompagnatore dall'Italia, visite ed escursioni come da programma, ingressi durante le visite guidate; assistenza di personale locale qualificato e di guide locali parlanti inglese, assistenza di un accompagnatore dall'Italia a partire da 10 partecipanti

LA QUOTA NON COMPRENDE: visto di ingresso in Tibet (EURO 95,00), visto di ingresso in Nepal (\$ 30,00 da corrispondersi in loco), le tasse aeroportuali e di sicurezza (EURO 190,00 circa) e le tasse aeroportuali pagabili unicamente in loco, visita facoltativa al castello di Gyantse (Yuan 20,00 circa), bevande, manze, extra, quanto non espressamente indicato

