

NEPAL

INDUISMO E BUDDISMO SI INCONTRANO AI PIEDI DELL'HIMALAYA

28/11/2018 – 05/12/2018

8 giorni / 7 notti

La straordinaria Valle di Kathmandu con i suoi tesori UNESCO: Bhaktapur, Patan, Bodnath, Swayanbunath, Pashupatinah ; il parco nazionale Chitwan la tranquilla Pokhara sulle rive del lago Phewa in cui si specchiano le vette del Machapuchare, Anapurna e Manaslu.

Un paese dalla cultura millenaria che conserva le più antiche tradizioni buddhiste e induiste, dove le più alte vette del mondo con la loro sacralità e regale imponenza circondano foreste tropicali e pianure coltivate.

Si inizia dalla Splendida **valle di Kathmandu** dichiarata patrimonio dell'Umanità UNESCO, disseminata di siti medioevali che riservano spaccati di vita immutati nei secoli: le antiche capitali di **Bhaktapur** e **Patan**, dove la maestria degli artisti raggiunge il massimo splendore nell'architettura di templi, pagode, palazzi e piazze, i maestosi e sacri stupa di **Bodnath** e **Swayanbunath**, **Pashupatinath** con le cremazioni sul scaro fiume Bagmati.

La bellezza del **parco Chitwan** nella foresta del Terai ex riserva di caccia della famiglia reale, uno degli ultimi santuari dove vivono rinoceronti asiatici e tigre reale e la placida e tranquilla **Pokhara**, in forte contrasto con il caos di Kathmandu. La caratteristica **Bandipur**, cittadina medievale deliziosamente arroccata a guardare l'imponente e immensa catena **Himalayana**.

28/11/2018

Ritrovo dei partecipanti presso parcheggio Palestra Virgin per le ore 13.45 e **partenza alle ore 14.00**. Arrivo a Roma Fiumicino e partenza per Istanbul con volo Turkish Airlines **TK1864** alle ore 1855. Arrivo ad Istanbul alle ore 2335.

29/11/2018

Partenza del volo **TK726** per Kathmandu alle ore 0145. Arrivo a Kathmandu alle ore 1125. Formalità per ottenimento visto.

Incontro con la guida e check-in in hotel. Prima visita orientativa della città con il suo emozionante centro rappresentato principalmente dalla **Durbar Square**, sede del Palazzo Reale e di palazzi, templi e cortili, importante sito patrimonio dell'Umanità Unesco. Le attrazioni principali prevedono la visita al Dhoka Hanuman, che prende il nome dal dio omonimo. La Piazza ha subito dei danni dal terremoto del 2015 ma molti siti sono già stati ricostruiti e l'atmosfera in ogni caso che si respira in questo antichissimo luogo è davvero impareggiabile anche per la sua maestosità.

A piedi raggiungerete poi il vostro hotel che si trova nel quartiere di Thamel attraversando a piedi il **bazaar** più famoso della città. Letteralmente avvolti da odori e profumi di ogni genere avrete un'idea quanto mai viva e reale della vita e del caos di Kathmandu: ne rimarrete folgorati.

Rientro in hotel, cena e pernottamento in hotel.

30/11/2018 KATHMANDU – BHAKTAPUR - KATHMANDU

Prima colazione in hotel e partenza per l'antica città di **Bhaktapur**, vero gioiello medievale della valle, la città dei devoti letteralmente. Tra le antiche capitali è quella meglio preservata, anche dal terremoto. Qui è più facile rivivere

l'atmosfera che permeava la vita della gente prima del recente avvento della civiltà moderna. Ricca di vicoli che formano veri labirinti e che sfociano in 3 piazze Durbar dall'aspetto regale dove si edificarono stupendi esempi di architettura Newari tra cui la Nyatapola, una pagoda a cinque livelli. Pranzo in corso di escursione.

Nel pomeriggio spostamento e rientro verso Kathmandu per ingresso e visita del tempio più importante presente in Nepal per gli Induisti, **PASHUPATINATH**: entrare in questo tempio è un'esperienza molto toccante e mistica anche perché è qui che avvengono quotidianamente molte cremazioni e riti funebri.

Spostamento poi al tramonto verso **BOUDHANATH**, dichiarato anch'esso patrimonio UNESCO uno dei più grandi al mondo e massima espressione del Buddismo Tibetano in Nepal tanto che nei dintorni si contano più di 50 monasteri. A Bondath vive una grandissima comunità di esuli e rifugiati tibetani e il luogo pare un'oasi di pace in mezzo al caos completo di Kathmandu.

Rientro in hotel, cena libera nel quartiere più caratteristico della città "**Thamel**" e pernottamento.



01/12/2018 KATHMANDU – PATAN - CHITWAN

Dopo la prima colazione, visita di **PATAN**, la città degli artigiani e dell'arte, che praticamente risulta essere un'estensione di Kathmandu. Gli amanti dell'architettura e dell'arte saranno ben lieti di visitare la Durbar di questa città e tutti i suoi monumenti di fede induista e buddhista che vantano tra le più belle sculture in legno e pietra. Tra tutti il tempio d'oro splendido esempio di fine architettura tipica. Patan è quella che ha subito più danni dal terremoto ma molti monumenti sono già stati ristrutturati e la ricostruzione è ancora in corso.

Al termine proseguimento per **Chitwan**. Il panorama cambia completamente, si passa dall'Himalaya quindi da un paesaggio tipicamente montano alla giungla. Il parco è ricco di flora e fauna tra cui le ultime popolazioni di rinoceronti indiani con un unico corno e le tigri del Bengala.

02/12/2018 CHITWAN

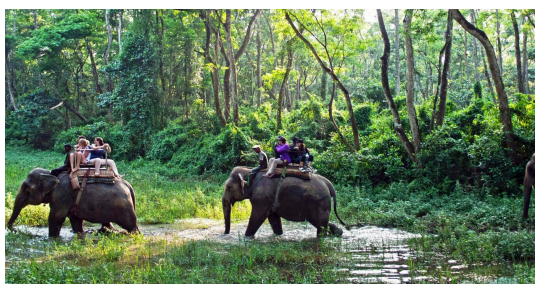
Prima colazione in hotel e attività nel parco: camminata nella giungla, safari a dorso di elefante nella giungla e gita in canoa lungo i fiumi per l'osservazione degli animali

Pranzo, cena e pernottamento al Lodge.

03/12/2018 CHITWAN – BANDIPUR – POKHARA

Dopo la colazione, verso le 08.30 partenza per Pokhara con deviazione verso le splendide e pittoresche paesane di **BANDIPUR** con splendide viste sull'Himalaya. Pokhara offre un'atmosfera rilassata ed è base di numerosi trekking che partono alla "conquista" del massiccio dell'Annapurna, che domina la cittadina con i suoi 8091 m di altitudine. La cittadina non ha particolari attrattive a livello culturale ma uno scenario naturale di unica bellezza e splendide vedute sulle vette Himalayane.

Cena e pernottamento in Hotel a Pokhara.



04/12/2018 POKHARA – Alba a SARANGKOT e rientro su Katmandu

All'alba sveglia e spostamento su **Sarangkot** (1590m) per assistere ad una emozionantissima alba sulle cime dell'Himalaya (tempo permettendo si ammireranno le vette innevate del Massiccio dell'**Annapurna**, **Dalaughi** che superano gli 8000 m e la sacra montagna **Machapuchare** alta 6993 metri chiamato anche il Cervino dell'Himalaya per la sua caratteristica forma slanciata, tra le più spettacolari al mondo.)

Rientro in hotel colazione e partenza per le 08.00. Partenza per rientro su Kathmandu. Sosta lungo il percorso e pranzo

All'arrivo su Kathmandu visita del tempio delle scimmie di **Swayambunath**, stupa che risale più o meno a 2500 anni fa, celebre anche per il simbolo del Nepal fissato ai piedi del grande stupa, il Ghorki. Da qui si gode di una vista a perdita d'occhio della capitale e della sua valle: con un pizzico di fortuna farà capolino da est anche la catena himalayana e il suo re, il monte Everest.

Arrivo in hotel, cena e pernottamento in hotel.

05/12/2018 KATHMANDU

Dopo la prima colazione trasferimento in aeroporto in tempo utile per la partenza del volo Turkish Airlines TK727 per Istanbul alle ore 1255 . Arrivo a Istanbul alle ore 1850 e cambio aeromobile. Partenza del volo TK1361 da Istanbul a Roma Fiumicino alle ore 2030. Arrivo a Roma Fiumicino alle ore 2120.

Incontro con bus privato e trasferimento verso Perugia.

QUOTE : Soci e Ass. Amici Arc

min 30 partecipanti in base doppia € 1650.00 (tasse incluse)

Suppl per min 25 partecipanti + 10 euro a persona

suppl per min 20 partecipanti + 20 euro a persona

suppl per min 15 partecipanti + 70 euro a persona

Partecipanti esterni € 15.00 supplemento alle quote o possibilità tesseramento

Suppl singola 300 euro

OPERATIVO VOLI :

28/11/2018	TK1864	Roma Fiumicino – Istanbul	1855 2335
29/11/2018	TK726	Istanbul – Kathmandu	0145 1125

05/12/2018	TK727	Kathmandu – Istanbul	1255 1850
05/12 /2018	TK1361	Istanbul – Roma Fiumicino	2030 2120

HOTEL PREVISTI :

Kathmandu - Hotel Mulberry

Pokhara – Temple tree Resort
Chitwan – Jungle Villa Resort

La società organizzatrice si riserva il diritto di modificare l'itinerario e/o gli hotel previsti nel programma con altri di categoria simile o superiore, se circostanze impreviste lo richiedono e se è necessario per la sicurezza e normale proseguimento del tour.

IL PROGRAMMA POTREBBE SUBIRE VARIAZIONI NELL'ORDINE DELLE VISITE

SARA' OBBLIGATORIO ALL'ATTO DELL'ISCRIZIONE FORNIRE COPIA DEL PASSAPORTO, O SE NON PRESENTE COPIA DI DOCUMENTO D'IDENTITA'.

La quota include :

Trasferimento in andata e ritorno da Perugia a Roma Fiumicino;

Voli intercontinentali con Turkish Airlines da Roma Fiumicino a Kathmandu in andata e ritorno in base agli operativi descritti in classe economica (franchigia bagaglio 8 kg a mano ** + 1 bagagli da stiva da 23 kg l'uno)

Tasse aeroportuali incluse (suscettibili di variazione fino a 15 gg prima della partenza) ;

Trattamento di pensione completa per tutto il tour e come da programma in ristoranti locali e hotel tranne cena del 30/11 libera su Kathmandu;

Autobus a disposizione secondo il programma con aria condizionata;

Sistemazione in camera doppia in hotel indicati ;

Servizio di guida turistica in italiano sempre presente con il gruppo ;

Bus a disposizione secondo il programma indicato;

Ingressi inclusi ai siti menzionati in programma;

Tasse locali;

La quota non include :

Visto turistico ed espletamento cariche consolari **25 euro a persona** circa (da riconfermare sotto data) ;

Mance (60 euro a persona da consegnare all'accompagnatore all'inizio del viaggio);

Assicurazione sanitaria 78 euro a persona ;

Spese personali, bevande, e pasti extra,

Tutto quanto non espressamente previsto alla voce "la quota include" ;

Eventuali incrementi da parte delle tasse locali, adeguamento carburante e tasse aeroportuali.

ALL'ATTO DELLA CONFERMA è richiesto il pagamento di un deposito di 400 euro per fissare la prenotazione entro e non oltre il 28/08/2018

II° acconto al 30/09/2018 di 400 euro

Saldo tassativo al 05/11/2018

Penali di annullamento servizi a terra e volo :

dall'iscrizione a 60 giorni prima della partenza	40% della quota di partecipazione
Da 59 a 40 giorni prima della partenza	50% della quota di partecipazione
da 39 a 20 giorni prima della partenza	70% della quota di partecipazione
da 19 a 10 giorni prima della partenza	90% della quota di partecipazione

Via Mario Angeloni 61 – 06124 Perugia

CF 94113540549 e mail: arcregioneumbria@gmail.com

www.arcregioneumbria.org

oltre tale termine

100% della quota di partecipazione

Il riferimento è sempre ai giorni "lavorativi", **escludendo dal computo i sabati, i giorni festivi, il giorno della partenza e il giorno in cui viene data la comunicazione dell'annullamento**. Rimangono sempre a carico del partecipante la quota di apertura pratica (50 euro) oltre, se eventualmente acquistate, al premio delle coperture assicurative facoltative. In ogni caso, nessun rimborso spetta al partecipante che decida di interrompere il viaggio o il soggiorno.

POLIZZA ANNULLAMENTO GLOBY GIALLO DA RICONFERMARE IN BASE ALL'IMPORTO, A PARTIRE DA 115 euro a

persona

NOTE IMPORTANTI :

FORMALITA' INGRESSO - VISTO

Passaporto: necessario in corso validità, con validità residua di almeno sei mesi al momento dell'arrivo; **VISTO d'INGRESSO NECESSARIO** (l'agenzia Italspring fornirà tutte le informazioni del caso a riguardo).

Vaccinazioni obbligatorie : NESSUNA

Avvertenze

Si raccomanda di stipulare prima della partenza una **polizza medica assicurativa** che preveda la copertura delle spese mediche e l'eventuale rimpatrio aereo sanitario (o il trasferimento in altro Paese) del paziente.

Si consiglia inoltre di:

- bere solo acqua o bevande in bottiglia (da aprire in presenza del consumatore), senza aggiunta di ghiaccio;
- bollire o purificare sempre l'acqua prima di berla;
- munirsi di spray repellente anti-zanzare nella zona del Parco Chitwan;
- non mangiare cibi crudi.

Prenotazioni presso :

- Segreteria Arc edificio regionale Broletto piano terra stanza 24 **LUNEDI E MERCOLEDI'** dalle 10,30 alle 13,30 e venerdì dalle 11,30 alle 13,30 tel. 075 5045511 o 3331704838
- Agenzia viaggi Italspring via Baglioni 12 Perugia tel. 075 5731732 dal lunedì al venerdì dalle ore 10,00 alle 13,00 e dalle 16,00 alle 19,00 e sabato dalle 10,00 alle 13,00

Per pagamenti con bonifico IBAN:

IT 78 Y 02008 03027 0000 2947 2945 presso Unicredit intestato a Italspring (nella causale specificare nominativo e iniziativa)

Organizzazione tecnica Agenzia Viaggi Italspring