BHUTAN TOUR via Kathmandu

Sulle montagne dell'Asia, tra Tibet e India, precisamente sulla catena dell'Himalaya, esiste uno stato monarchico chiamato Regno del Bhutan. Un paese straordinario, incastonato fra vallate e montagne verdissime, il cuore del buddismo. Un luogo ancora intatto, dove le tradizioni sono radicate a dispetto della modernità del mondo. Una spiritualità che permea ogni cosa ed ogni persona. Un viaggio indimenticabile non solo per le sue bellezze naturali e storiche ma anche per la sua gente, considerata tra le più felice al mondo.
Nonostante sia uno dei paesi poveri dell'Asia, il Bhutan registra la percentuale di felicità più alta di tutto il continente e si posiziona all'ottavo posto nella classifica mondiale.

ITINERARIO

1° giorno- Volo Italia-Nepal
2° giorno- arrivo a Kathmandu, Check In Hotel e Tempo Libero
3° giorno- Volo Kathmandu-Paro e Trasferimento a Thimpu. Visita del National Memorial Chorten, Buddha Dordhenma e Tashichhodzong. Pernottamento in Hotel 3 Stelle
4° giorno-Thimpu-Punakha. Visita Della Libreria Nazionale, Istituto Nazionale Di Medicina Tradizionale, Museo Del Patrimonio Popolare Bhutanese e Trasferimento a Punakha Attraverso Il Dochu La Pass
5° giorno- Punakha-Paro. Escursione al Tempio Khamsum Yuellinge Piunakha Dzong con Il Ponte Sospeso più lungo (230 M). Dopo pranzo trasferimento a Paro in 3 Ore.
6° giorno- Escursione alla Tana della Tigre al Monastero di Taktshang. Nel Pomeriggio Visit al Drukgyal Dzong e Kyuchu Lhakang
7° giorno-Escursione al Chelela Pass in Mattinata in 2 Ore. Nel Pomeriggio visita del Ta Dzong e Rinpung Dzong.
8° giorno- Volo da Paro a Kathmandu. Tempo Libero a Kathmandu. Pernottamento in Hotel
9° giorno- Volo di Rientro in Italia

Programma dettagliato

01 GG- VOLO ITALIA-NEPAL

02 GG- ARRIVO A KATHMANDU
Arrivo in aeroporto. Disbrigo delle formalità burocratiche e trasferimento in hotel. Tempo libero e pernottamento in hotel.

03 GG- VOLO NEPAL-BHUTAN E VISITA DI THIMPU
Trasferimento in aeroporto per volo Bhutan. Arrivo a Paro dopo 1 ora e mezza. Trasferimento a Thimpu e visita della capitale. Nel tardo pomeriggio tempo a disposizione per girovagare tra le vie medievali della città. Pernottamento in hotel.
Memorial Chorten: Questo grande chor-ten in stile tibetano è uno degli edifici religiosi più notevoli di Thimphu, e molti credenti bhutanesi lo considerano il fulcro delle loro preghiere quotidiane. Fu costruito nel 1974 in memoria del terzo re, Jigme Dorji Wangchuck (1928-72). Intonacato a calce, il chorten presenta elementi ornamentali dorati e dettagli riccamente intagliati che si affacciano sui quattro punti cardinali, ed è caratterizzato da elaborati mandala, da statue e da un altare dedicato al terzo re, molto amato dal popolo. A qualsiasi ora del giorno il sito è frequentato da fedeli che vi camminano intorno e fanno girare le grandi ruote rituali rosse pregando rivolti verso un piccolo altare situato all'interno del recinto. Di particolare interesse è la collezione di vecchi orologi vicino alla gigantesca ruota di preghiera che si trova accanto all'entrata principale. È particolarmente tranquillo al mattino presto, quando anziani e ragazzi ben vestiti che vanno a scuola vi entrano per rendere omaggio.
Statua del Buddha: L'enorme statua del Buddha Dordenma, alta 50 m, domina l'ingresso alla valle di Thimphu. L'imponente trono, grande come una casa a tre piani, sarebbe in grado di ospitare numerose cappelle, mentre il corpo della statua contiene 125.000 statue più piccole del Buddha. La statua fu realizzata in Cina, quindi sezionata e poi trasportata in nave e in camion da Phuentsholing.
Tashichho Dzong: è un monastero buddhista e fortezza nella periferia nord di Thimphu in Bhutan, sulla sponda occidentale del Raidak. Tradizionalmente era la sede del Druk Desi, capo del governo civile del Paese, il cui ruolo è poi confluito in quello del re nel 1907.
La struttura principale dell'edificio dipinto di bianco è a due piani con torri a tre piani in ciascuno dei quattro angoli sormontati da tetti dorati a tre livelli. C'è anche una grande torre centrale o *utse*.
Changangkha Lhakhang: Questo popolare tempio simile a una fortezza, arroccato su un crinale sopra Thimphu, in genere pullula di pellegrini. Venne fondato nel XII secolo in un luogo scelto da Lama Phajo Drukgom Shigpo, giunto da Ralung, in Tibet. I genitori di solito vengono qui per trovare l'ispirazione per un nome benaugurale da dare ai figli o per chiedere la benedizione per i propri bambini alla divinità protettrice Tamdrin **Motithang Takin Preserve**: è la riserva per il takin, l'animale nazionale bhutanese. Un animale docile e addomesticabile a metà tra capra e antilope che abita l'ambiente alpino di Bhutan. Ha un valore anche economico in quanto contribuisce alla medicina tradizionale utilizzata dalle donne come aiuto durante il parto.

04 GG- THIMPU-PUNACKA
Dopo colazione, trasferimento a Punakha Dzong, la seconda più antica fortezza in Bhutan, datata 1637, costruita tra il fiume Male e il fiume Female dal capo spirituale Zhabdrung Ngawang Namgyel. Lungo il tragitto raggiungeremo il Dochu La pass (3100 m) dove ci fermeremo a visitare i 108 chortens. Ci fermeremo a Lobesa per un' escursione al Chimi Lhakhang.
Dochula Pass- Druk Wangyal chorten: i 108 chortens sono stati costruiti dall'attuale Regina Madre del Bhutan Ashi Dorji Wangmo Wangchuck per commemorare la vittoria del Bhutan sui militanti indiani e per liberare le anime dei soldati che sono morti in battaglia.
Chimi Lhakhang: Su una collinetta nel centro della valle, sotto Metshina, sorge il Chimi Lhakhang, caratterizzato da un tetto di colore giallo e costruito nel 1499 dal cugino di Lama Drukpa Kunley in suo

onore, dopo che questi aveva sottomesso la diavolessa del vicino Dochu La con il suo "magico fulmine della saggezza". Nel Lhakhang è conservata un'effige lignea del fulmine lanciato dal lama, e le donne senza figli si recano al tempio per ricevere un wang (benedizione) dal santo. Qui si portano anche i neonati per ricevere un nome, e tutti se ne vanno con lo stesso: Chimi (o Chimmi).
Punakha Dzong: Punakha è stata costruita nel 1637, il Dzong continua ad essere la residenza invernale del clero guidato dal Chief Abbott, il Je Khenpo. E'un magnifico esempio di architettura bhutanese, adagiato tra i due fiumi maschile e femminile con l'aspetto di una cittadina medievale vista da distante. Il Dzong è stato distrutto da fuoco e inondazioni glaciali che si sono succedute negli anni ma è stato restaurato attentamente e oggi è un fine esempio di artigianato bhutanese. Pernottamento in Hotel ***

05 GG- PUNACKA –PARO
Partenza per Paro. Visita al Royal Biotical Park, al Zorig Chusum, una scuola di pittura dove gli studenti imparano le 13 arti tradizionali e l'artigianato del Bhutan; Memorial Chorten costruito nel 1974 in memoria del terzo re del Bhutan, la statua del Buddha, una delle più larghe al mondo.
ROYAL BIOTICAL PARK: ha un giardino botanico di 51 ettari con 46 specie di rododendri, di cui 18 nativi del parco e 26 importate da altre regioni del Bhutan. Contiene 21 specie animali come leopardo, tigre, panda rosso…nonché alberi come magnolie, querce, betulle. Il suo confine è delimitato dai 108 stupa del Dochu La pass.

06 GG- THIMPU-PARO
Dopo colazione partenza per Paro. Lungo il percorso visita al Tachogang Lhakhang, che si raggiunge attraversando il ponte di ferro che lo collega al Lhakhang datato 15mo secolo. Visita al Paro Dzong costruito nel 1646 attraverso un ponte di legno tradizionale. Visita al museo nazionale dietro Paro Dzong dove è conservata una collezione unica di armature, tessuti e pitture Thanka.
Paro Dzong o Rinpung Dzong: è un grande monastero e fortezza nel distretto di Paro, in Bhutan. Diverse scene del film *Piccolo Buddha* furono girate in questo monastero e nei dintorni.

07 GG- ESCURSIONE AL TIGER'S NEST
Giornata dedicata alla visita del simbolo del Bhutan, il monastero di Taktsang conosciuto come la "**Tana della tigre",** uno dei luoghi più sacri e religiosi del Bhutan e mèta di centinaia di pellegrini. La leggenda dice che un santo buddista nominato Guru Padmashambava visitò questo sito per sottomettere gli spiriti maligni e da qui fiorì il buddismo nella parte occidentale del Bhutan nell'ottavo secolo. Si crede che il santo raggiunse il sito volando in groppa a una tigre e scacciando i demoni, permise la diffusione del buddismo nel paese. Gli abitanti iniziarono a chiamarlo "Taktsang" che tradotto in lingua locale significa "tana della tigre".
L'escursione dura circa 3 ore e raggiunge questo complesso di monasteri buddisti arroccati su uno sperone roccioso a 900 m sulla valle di Paro. Successivamente, visita al Kichu Lhakhang e alla Farm House circondata da risaie.
Kichu Lhakhang: è un importante tempio buddista e considerato uno dei più antichi templi del Bhutan. Fu costruito nel settimo secolo dall'imperatore tibetano Songtsen Gampo. Nell'ottavo secolo fu visitato da Padmasambhava e si crede che vi custodì molti tesori spirituali qui.

08 GG-VOLO BHUTAN-NEPAL
Trasferimento in aeroporto per volo per Nepal. Arrivo a Kathmandu e trasferimento in hotel. Tempo libero e pernottamento in hotel.

09 GG- VOLO NEPAL-ITALIA
Trasferimento in aeroporto per volo di rientro in Italia.

Scheda Tecnica

Durata: 9 giorni / 8 notti
Partenze individuali: Date su richiesta Minimo 2 persone

Quota individuale : Euro 2.350,00 (base 2 partecipanti)

Sistemazione: hotel, lodge e guest-house con colazione

La Quota comprende:
trasferimenti da/per aeroporto
pernottamenti in Kathmandu in hotel 3 stelle con colazione
In Bhutan:
visto turistico garantito
pernottamenti in hotel 3 stelle in camera doppia
tutti i pasti e le bevande in buffet continentale
tutti i trasporti interni
trasferimenti da/per aeroporto
guida turistica in inglese
tour guidato come indicato in programma
acqua durante il viaggio
entrate ai monumenti, parchi
tassa governativa di sviluppo sostenibile (USD 65 a persona a notte destinata allo sviluppo di scuole, strade, ospedali)
assicurazione medico sanitaria

La Quota non comprende:
volo internazionale Italia-Nepal
volo internazionale Nepal-Bhutan (USD 400-500 approx a persona)
visto Nepal
spese personali
spese extra dovute a imprevisti (scioperi, calamità naturali, emergenze, evacuazioni…)
bevande alcoliche/analcoliche
pasti in città (pranzo e cena)
eventuali visite guidate di Kathmandu nei 2 giorni di permanenza in Nepal