



“Azonzo Travel®” propone  
“Azonzo in®” Nepal e Tibet

**Un viaggio meraviglioso alla scoperta di Kathmandu e Patan in Nepal  
e dei maggiori centri religiosi del Tibet: Lhasa, Gyantse, Shigatse e Tsedang**

**14 – 27 maggio 2018**  
**11 – 24 giugno 2018**  
**9 – 22 luglio 2018**  
**13 – 26 agosto 2018**  
**17 – 30 settembre 2018**  
**15 - 28 ottobre 2018**

Proponiamo un viaggio per chi desidera scoprire la storia e le tradizioni del Nepal e del Tibet, tra templi buddhisti e palazzi reali circondati da paesaggi mozzafiato.

Durante questo viaggio si inizia con la capitale del Nepal, **Kathmandu**, visitando il suo centro storico su cui si affacciano palazzi reali, cortili e templi, per proseguire verso **Patan**, la città più antica della valle, ricca di monumenti buddhisti ed induisti. Si prosegue in volo verso **Lhasa**, capitale del Tibet per vivere l'atmosfera vivace dei suoi mercati e per conoscere il **tempio di Jokhang**, il più importante della città e custode di una ricca collezione di arte tibetana. Il **monastero di Sera** con le sue tre scuole è il luogo di dibattito sulla dottrina buddhista e dove i monaci un tempo trascrivevano i testi sacri. Sempre a Lhasa si possono ammirare l'imponente palazzo bianco e rosso di **Potala**, e il **monastero Drepung** circondato da un paesaggio mozzafiato. Si continua raggiungendo la città di **Gyantse** che ospita il **monastero di Kumbum** con il suo stupa dorato e il complesso di **templi di Pelkor Chode** che si affaccia sulla valle sottostante. Nella grande città di Shigatse si trovano lo **Dzong Palace**, residenza del Panchen Lama, e il **Monastero Tashilumpho** dalle numerose cappelle. Durante il percorso verso **Tsedang** si visita il monastero **Samye Gompa**, progettato per essere la rappresentazione dell'universo sulla terra e una volta arrivati in città il **monastero Tradruk** e il suo Thangka decorato con pietre preziose. Un itinerario per ammirare le bellezze architettoniche, culturali e paesaggistiche di questi due Paesi intrisi di spiritualità e storia.

**PROGRAMMA. Dettaglio dei pasti inclusi: B=Breakfast; L=Lunch; D=Dinner**

**Giorno 1**

**Italia – Kathmandu**

Partenza dall'Italia, pernottamento a bordo.

**Giorno 2**

**Kathmandu**

Arrivo all'aeroporto di Kathmandu e successivo trasferimento presso l' Apsara Boutique Hotel o similare (check in dalle ore 12.00). Resto della giornata a disposizione per attività a proprio piacimento.

### **Giorno 3**

#### **Kathmandu – Patan – Kathmandu (B)**

Prima colazione e successiva visita guidata di **Kathmandu**. Si inizia con **Durbar square**, centro della capitale e luogo in cui si affacciano palazzi, cortili e templi che segnano il cuore della città vecchia. Si ha modo di ammirare **Kumari Bahal**, palazzo decorato da intagli in legno; l'antico palazzo reale di **Hanuman Dhoka** con il bellissimo cortile di Nassal Chowk, dove in passato venivano incoronati i sovrani. Si prosegue con **Jagannath Mandir**, risalente al XIV secolo, è il più antico tempio della città; si continua poi con il vicino **Taleju Mandir**, uno dei più belli della valle. Proseguimento con lo stupa buddhista di Swayambhunath che si ritiene risalgia a 2500 anni fa. Nel pomeriggio si parte in direzione di **Patan**, la città più antica della valle di Kathmandu, ricca di monumenti buddhisti ed induisti. Qui si ha modo di camminare per Durbar Square, con il tempio di Krishna e il monastero buddhista di Rudra Varna Mahavihar. Al termine delle visite successivo rientro a Kathmandu, pernottamento.

### **Giorno 4**

#### **Kathmandu – Bhaktapur – Changunarayan - Kathmandu (B)**

Prima colazione e successiva partenza in direzione di **Bhaktapur**. Si tratta di un'antica città newari fondata nel XII secolo dalla dinastia del regno Malla che si trova nella parte est della valle di Kathmandu. Dopo una visita della città e della sua Durbar Square, si prosegue in direzione di **Changunarayan**, dove si trova il tempio più antico del Paese che è dedicato al dio Vishnu. Rientro nella capitale e pernottamento.

### **Giorno 5**

#### **Kathmandu – Pashupatinath - Kathmandu (B)**

Prima colazione e successiva partenza per raggiungere lo stupa di **Bouddhanath**, uno dei più grandi stupa del Nepal, con un diametro di più di cento metri. Si tratta di un luogo di pellegrinaggio della comunità tibetana presente nel Paese, in quanto lo stupa custodisce le reliquie del Buddha Kasyapa. Nel pomeriggio si raggiunge il tempio di **Pashupatinath**, considerato uno dei luoghi più sacri dalla comunità hindu nepalese. Si tratta di un grande complesso religioso che si trova lungo il corso del sacro fiume Bagmati ed è dedicato al Signore del bestiame (Pashupati), una delle manifestazioni del dio Shiva. Rientro in hotel e pernottamento.

### **Giorno 6**

#### **Kathmandu – Lhasa (B)**

Prima colazione e successivo trasferimento in aeroporto per imbarcarsi sul volo diretto a **Lhasa** (3.656 mslm) in Tibet, durante il quale è possibile ammirare dall'alto il monte Everest e la catena dell'Himalaya. Arrivo a Lhasa, accoglienza e trasferimento all'Hotel Yak o similare. Tempo a disposizione per svolgere attività a proprio piacimento e abituarsi all'altitudine della città situata a 3600 metri di altitudine, si consiglia l'assunzione di liquidi. Pernottamento.

### **Giorno 7**

#### **Lhasa (B)**

Prima colazione e successiva visita guidata al tempio di **Jokhang**, risalente al VII secolo e uno dei templi più sacri del Tibet. Qui si possono scoprire tutte le storie e le leggende legate a questa "casa del Buddha", oltre che ammirare la sua straordinaria collezione di sculture e altri oggetti rituali in una cornice architettonica che combina lo stile Tibetano con quello Nepalese, Indiano e Cinese. Si prosegue con il noto **monastero di Sera**, fondato nel 1419 ai piedi del monte Purbochock. Oggi vi abitano permanentemente circa 500 monaci, ma può accogliere fino a 6000 ospiti che vengono qui per meditare e discutere sugli insegnamenti buddhisti. Al suo interno si trovano infatti ben 29 dormitori, 3 scuole buddhiste e la sala delle grandi assemblee con 5 splendide cappelle. Ritornando a Lhasa, si termina la giornata con il **mercato di Barkhor**, vibrante di colori e di oggetti

tipici tibetani lavorati a mano, tappeti, spezie e molto altro. Rientro in hotel, tempo a disposizione. Pernottamento.

## **Giorno 8**

### **Lhasa (B)**

Prima colazione e successiva partenza per il famoso **palazzo di Potala**, una fortezza con 13 piani e più di mille stanze situata sulla cima della “montagna rossa” Marpo Ri, a più di 300 metri sopra la città di Lhasa. Questo enorme edificio storico è suddiviso in due parti: il palazzo bianco, che era la residenza ufficiale dei leader spirituali tibetani di cui si possono visitare alcune tombe, e il palazzo rosso che invece era dedicato allo studio del buddhismo e alle preghiere. Successiva partenza verso il **monastero Drepung**, situato a circa 10 km a ovest del centro di Lhasa e circondato da un magnifico paesaggio, dove vissero i primi Dalai Lama prima che venisse costruito il palazzo di Potala. Rientro in hotel, tempo a disposizione, pernottamento.

## **Giorno 9**

### **Lhasa – Gyantse (B)**

Prima colazione e partenza in direzione sud-ovest lungo la Friendship Highway, attraversando il passo Khamba La (4.970 metri). Si effettua una sosta per ammirare il panorama sul Lago Yamdrok e la vetta innevata del Noijin Kangsang. Si prosegue alla volta del passo Karo La (5.045 metri) per raggiungere **Gyantse**, antica città situata nella Nyantg Chu valley. All'arrivo si effettua una visita del **monastero di Kumbum** e del complesso di **templi di Pelkor Chode**. Qui si ha modo di ammirare l'enorme stupa dorata di Kumbum che racchiude numerose cappelle finemente decorate, un vero e proprio gioiello dell'arte tibetana. Tempo per ammirare il suggestivo panorama sulla valle sottostante, costellata da dzong. Sistemazione presso l' Hotel Yeti o similare, pernottamento.

## **Giorno 10**

### **Gyantse - Shigatse (B)**

Prima colazione e successiva partenza, lungo la Friendship Highway, alla volta di **Shigatse**. Lungo il tragitto si effettua una sosta per una breve visita del **Monastero di Shalu**, che fu uno dei più importanti centri di insegnamento religioso del Paese. Nelle sue cappelle sono presenti bellissimi affreschi che ritraggono il Buddha e mandala. Arrivo a **Shigatse** (3.900 metri), seconda più grande città tibetana dominata dal suo imponente **Dzong palace**. Si tratta della residenza del Panchen Lama, secondo per importanza dopo il Dalai Lama. Si continua con la visita della parte occidentale della città, con il **Monastero Tashilumpho** caratterizzato da trentanove cappelle, come la dorata Maitreya Chapel. Infine si ha modo di passeggiare nel colorato mercato locale, dove è possibile acquistare prodotti locali. Sistemazione presso l'Hotel Mansoravar o similare, pernottamento.

## **Giorno 11**

### **Shigatse - Tsedang (B)**

Prima colazione e successiva partenza in direzione nord alla volta di **Tsedang** (6h), lungo la valle del fiume Yarlong. Durante il tragitto si ha modo di ammirare la montagna sacra **Noijin Kangsang**, una delle più alte del Paese, e la famosa via ferroviaria che attraversa villaggi remoti. Ci si ferma per la visita ad uno dei più maestosi monasteri in Tibet, il **Samye Gompa**, risalente all'VIII secolo e progettato per essere la rappresentazione dell'universo sulla terra. Si riprende il viaggio per Tsedang, all'arrivo sistemazione presso l'Hotel Yarlung o similare e pernottamento.

## **Giorno 12**

### **Tsedang (B;D)**

Prima colazione e giornata dedicate alla scoperta della città di **Tsedang** e i suoi dintorni. Visita al palazzo Yungbulakang, situato in cima a una collina che sovrasta la città, famoso per le sue leggende e la collezione di statue di antichi re tibetani. Si prosegue in periferia verso il **monastero Tradruk**, dove si può ammirare lo splendore dell'arte tibetana, da cui emerge un Thangka decorato con 30.000 perle e gioielli preziosi. La

legghenda vuole che questo monastero fosse fondato dopo che un anziano chiamò un grande falco per uccidere un drago a cinque teste e da qui deriva il suo nome “falco che conquista il drago”. Cena in un ristorante locale. Rientro in hotel, pernottamento.

### **Giorno 13**

#### **Tsedang – Lhasa - rientro in Italia (B)**

Prima colazione e tempo a disposizione fino al trasferimento in tempo utile all'aeroporto (1h) per imbarcarsi sul volo di rientro in Italia. Pernottamento a bordo.

### **Giorno 14, arrivo in Italia**

**Volo previsto durante il programma:** Kathmandu – Lhasa (*se richiesto Lhasa – Kathmandu, nel caso il volo internazionale di rientro riparta dal Nepal*)

**Date di partenza:** 14 maggio, 11 giugno; 9 luglio; 13 agosto; 17 settembre; 15 ottobre 2018

**Quota: euro 1.500,00 a persona in camera doppia**

**Supplemento sistemazione camera singola: euro 400,00**

**Costo volo Kathmandu – Lhasa: euro 600,00 a persona (tariffa da riconfermare)**

**Costo voli Kathmandu – Lhasa - Kathmandu: euro 900,00 a persona (tariffa da riconfermare)**

**Assicurazione medico/bagaglio obbligatoria valida fino 79 anni: 42,74 euro a persona**

**Assicurazioni facoltative annullamento: quotazione su richiesta**

**Modalità di pagamento: 50% alla prenotazione e saldo 30 gg. prima della partenza**

**Partenza garantita con minimo 2; massimo 16 partecipanti**

**Attenzione. I clienti di Azonzo Travel saranno aggregati in loco ad altri clienti internazionali**

*Per attivare la richiesta di ingresso in Tibet è necessario anticipare una scansione a colori del passaporto almeno 30 giorni prima della partenza. All'arrivo in Nepal saranno necessari tre giorni lavorativi per effettuare la richiesta del permesso di ingresso in Tibet.*

**N.B. Necessario passaporto con almeno 6 mesi di validità oltre la data di partenza**

*Per effettuare un viaggio in Tibet è molto importante abituarsi ad alte altitudini. Fra i principali sintomi potreste avvertire mal di testa, nausea, perdita di appetito e senso di fatica. Essi cambiano da persona a persona e possono durare da qualche ora ad un paio di giorni. Non sforzatevi e muovetevi con calma; assumete molti liquidi (circa 4 litri al giorno) ed evitate alcoolici. Prima della partenza consultate il vostro medico per avere consigli su soggiorni ad alte quote.*

#### **La quota comprende:**

- Transfer da/per l'aeroporto a destinazione
- Tutti i trasferimenti interni come specificato nel programma
- Pernottamenti in camera doppia come specificato nel programma
- Trattamento di pernottamento e prima colazione, cena del giorno 12
- Ingressi, visite ed escursioni come specificato nel programma
- Guide locali parlanti inglese durante le visite specificate nel programma
- Polizza “Garanzia diritti del passeggero”

**La quota non comprende:**

- Voli internazionali Italia – Kathmandu / Lhasa - Italia (quotazione su richiesta)
- Volo Kathmandu / Lhasa (costo indicato a parte, soggetto a riconferma)
- Bevande, mance, e spese personali di ogni genere
- Visto ingresso Nepal, da ottenere in loco all'arrivo (USD 25 a persona cash + una fototessera)
- Permesso ingresso Tibet, da ottenere in loco all'arrivo previo invio della scansione del passaporto almeno 30 giorni prima dell'arrivo, (USD 95 a persona cash + una fototessera)
- Escursioni facoltative
- Eventuali tasse per filmare/fotografare
- Eventuale adeguamento valutario entro 20 giorni dalla data della partenza
- Assicurazione Intermundial Multiassistenza plus senza annullamento (costo esplicitato a parte)
- Assicurazione Intermundial Multiassistenza plus con annullamento (costo da definire)
- Non è prevista la figura dell'accompagnatore dall'Italia (non prevista)
- Tutto quanto non espressamente indicato nel programma

**Assicurazione Intermundial Multiassistenza Plus (medico/bagaglio) obbligatoria valida fino a 79 anni:**

<b>Assicurazione multi assistenza plus senza annullamento (prezzi per persona)</b>			
	ITALIA	EUROPA	MONDO
Fino a 8 giorni	12,29€	18,38€	29,21€
Fino a 15 giorni	17,03€	26,50€	42,74€
Fino a 30 giorni	23,80€	42,74€	68,44€
Fino a 45 giorni	33,94€	65,74€	100,92€

**Per maggiori informazioni:****AZONZO TRAVEL****Via Vincenzo Monti, 26 – 20123 Milano****Internet: [www.azonzotravel.com](http://www.azonzotravel.com) (vedere sezione “viaggi” -> “viaggi speciali pronti”)****Email: [info@azonzotravel.com](mailto:info@azonzotravel.com)****Tel. 02 36513294 Fax. 02 36513367**