

TOUR NEPAL

KATHMANDU – CHITWAN – POKHARA

15 - 25 MAGGIO 2025

Un viaggio adatto a tutti: questo infatti non è un viaggio in altitudine! Kathmandu sorge a 1400 metri, Pokhara è a 900 metri. 10 giorni fra cultura e natura dalla valle di Kathmandu al Chitwan National Park e la valle di Pokhara, con il suo lago di Phewa e la catena degli 8.000 metri sullo sfondo. Gli Stupa buddisti, i templi e le piazze centrali delle città reali della valle di Kathmandu, sono ricche di cultura e di arte straordinaria. Non mancano le bellezze naturalistiche del paesaggio subtropicale nel parco Chitwan National park Famoso per i suoi rinoceronti unicorni, i Gharial, antilopi, cervi e tigre reale. Spettacolare s'innalza l'Himalaya dell'Annapurna al visitatore!

PROGRAMMA 15 maggio ITALIA-KATHMANDU Ritrovo dei partecipanti e trasferimento all'aeroporto di Fiumicino. Disbrigo delle formalità doganali e partenza con volo di linea per Kathmandu con scalo a Doha.

16 maggio KATHMANDU Arrivo in mattinata all'aeroporto internazionale di Kathmandu. Trasferimento in hotel con bus e assistente. Pomeriggio visita del tipico mercato locale chiamato Ason Bazaar. Si tratta di un mercato molto antico situato nel cuore della valle di Kathmandu. Le sei diverse strade che convergono su Ason Bazaar lo rendono l'incrocio più trafficato di

Kathmandu. Ci sono molti negozi che offrono una varietà di spezie, verdure, frutta, carne, polveri colorate e molto altro. I principali santuari del bazar sono il tempio Annapurna (dea dell'abbondanza di cibo), il tempio Seto (bianco) Machhendranath (dio della pioggia), il tempio Ganesh e gli Stupa (monumento buddista). Proseguimento della visita di Kathmandu Durbar Square (Patrimonio dell'Umanità UNESCO), situata nel cuore della capitale, è conosciuta anche come piazza Hanuman Dhoka. Il nome Hanuman Dhoka deriva dalla statua di Hanuman posta all'ingresso del palazzo reale, fondato dal re Malla tra il XV e il XVIII secolo. Le principali attrazioni di Kathmandu Durbar Square sono il tempio Taleju, la gigantesca figura di Kalbhairav (il dio della distruzione), il Basantapur Durbar Palace, il tempio di Shiva-Parvati e il tempio di Kumari sulla residenza della dea vivente. Giro in risciò per il mercato locale. Cena e pernottamento in hotel.

17 maggio KATHMANDU 1° colazione in hotel. Mattina dedicata alla visita del tempio di Dakshinkali: È uno dei templi indu più famosi del Nepal, dedicato a Kali, moglie di Shiva. Dakshin significa sud e Kali deriva dalla dea indu. Significa la dea Kali del sud. I devoti si riuniscono in massa per il culto, soprattutto il martedì e il sabato, dove di solito si sacrificano galli e capre maschi. A seguire visita del villaggio di Pharping, famoso per i suoi luoghi di pellegrinaggio. La città è frequentata da pellegrini tibetani e indu. Pomeriggio visita di Kirtipur, piccolo villaggio situato a sud-ovest di Kathmandu. L'antica cittadina Newar, con le sue strade lastricate di mattoni fiancheggiate dalle tipiche case in mattoni rossi e dai tetti di tegole e le piazze dei templi, è una fortezza naturale.

18 maggio KATHMANDU 1° colazione in hotel. Mattina dedicata alla visita di Boudhnath (patrimonio mondiale dell'UNESCO), ristrutturato nell'VIII secolo. Lo stupa di Boudhanath, alto 36 metri, è uno dei più grandi stupa dell'Asia meridionale. Qui si possono vedere molti monasteri che lo circondano. Su ogni lato si trova una coppia di occhi onniveggenti del Buddha che simboleggiano la consapevolezza. Boudhanath è uno stupa molto importante e sacro per i buddisti, in particolare per i buddisti tibetani. Pashupatinath (Patrimonio dell'Umanità dell'UNESCO), è il più sacro e uno dei più sacri templi indu dedicati al Signore Shiva. Le cronache indicano l'esistenza del tempio prima del 400 a.C., ma il santuario principale del complesso di Pashupatinath è stato costruito nel XVII secolo per sostituire quello precedente. Si possono vedere i devoti fare immersioni rituali nel fiume sacro Bagmati che scorre accanto al tempio. La cremazione dei corpi morti indu/buddisti avviene sulla riva del fiume Bagmati a Pashupatinath. Nel pomeriggio escursione a Bhaktapur, conosciuta anche con il nome di Bhadgaon, situate a 15 km a est di Kathmandu, (Patrimonio dell'UNESCO e costruita dal re Yaksha Malla nel XV secolo. Meravigliosa è la piazza Durbar Square dove si trova il Palazzo delle 55 finestre, e dove sono state girate alcune scene del film "Piccolo Buddha (1993) di Bernardo Bertolucci. L'intera parte storica è in stile newari ed è punteggiata da diversi templi a pagoda. Rientro in hotel. Cena e pernottamento.

19 maggio KATHMANDU - CHITWAN In mattinata partenza per il Parco Nazionale di Chitwan, situate nella regione meridionale del Terai, creato nel 1962 e noto per essere la riserva naturale meglio gestita dell'Asia. Il parco si estende per 932 kmq ricoperta da altissime erbe e foreste pluviali e popolata da rinoceronti unicorno, tigri, coccodrilli, elefanti, buoi della giungla, leopardi ecc..ecc. Durante il tragitto si potrà ammirare il



HAPPY TRAIN
Agenzia Viaggi del Dopolavoro Ferroviario
Viale Piero della Francesca, 5 - Arezzo
Tel 0575.352062 - 0575 300712
www.happytrain.it - info@happytrain.it

paesaggio, il fiume Trishuli e il fiume Narayani. All'arrivo drink di benvenuto e informazioni sul programma da parte del personale del Resort. Dopo il pranzo, visita ad un villaggio etnico Tharu nelle vicinanze, dove potrete osservare lo stile di vita del popolo Tharu. Cena e pernottamento nel lodge.

20 maggio CHITWAN Un'intera giornata dedicata al Parco Nazionale Chitwan. Presto al mattino, dopo la prima colazione, escursione in canoa lungo il fiume Rapti, un'eccellente opportunità per osservare varie specie di uccelli e due rare specie di coccodrilli: il Marsh Magger e il Gaviale del Gange. Rientro al lodge per il pranzo. Nel pomeriggio entusiasmante safari in jeep per immergersi nella giungla e avere più opportunità di avvistare gli animali. Nel tardo pomeriggio spettacolo di danze tradizionali Tharu. Cena e pernottamento nel lodge

21 maggio CHITWAN - POKHARA Dopo la prima colazione partenza per Pokhara. Pokhara si trova a nord-ovest, a 900 metri di altitudine e a 200 km da Kathmandu. È una delle destinazioni turistiche più popolari del Nepal. Considerata la porta dell'Annapurna, posta ai piedi delle più alte vette del pianeta, Pokhara è famosa anche per i bellissimi laghi e per le magnifiche viste sull'Annapurna, il Dhaulagiri, il Makalu, il Manaslu e il Machhapurche. Escursione in barca sul lago Phewa per raggiungere l'isolotto con il tempio di Tal Barahi. Sistemazione in hotel, cena e pernottamento.

22 maggio POKHARA La mattina presto, partenza in auto fino a Sarangkot (1592 m) per godere di un'indimenticabile alba con vista del lago e delle montagne circostanti. Nelle giornate limpide si riescono a vedere alcune delle più belle vette dell'Himalaya, tra le quali il Machapuchare (6.944 m) il cui nome tradotto vuol dire "coda di pesce", anche se è più nota con l'appellativo di "Cervino dell'Himalaya". Sulla via del ritorno visita al tempio di Bindhyabasini, un tempio indu dedicato alla dea Durga, e l'Old Bazaar, un mercato tradizionale in cui la maggior parte delle case è costruita con mattoni rossi. Rientro in hotel per la prima colazione. Tempo libero per riposare. In tarda mattinata escursione soft con la visita del World Peace Stupa, situato in cima a una collina. Si tratta di uno stupa buddista, un monumento che ispira la pace, da cui si gode una vista panoramica sulla catena montuosa dell'Annapurna. Nel pomeriggio visita alla Devi's Fall, al campo profughi tibetano e alla grotta di Gupteshwor. Passeggiata sulle rive del lago. Cena e pernottamento in hotel.

23 maggio POKHARA - KATHMANDU In mattinata rientro a Kathmandu. Durante il tragitto si godrà della vista panoramica del paesaggio, del fiume Gandaki e del fiume Trishuli. Sistemazione in hotel. Cena e pernottamento

24 maggio KATHMANDU - ITALIA 1° colazione in hotel. Mattinata a disposizione per acquisti o visite individuali. Uso delle camere fino alle 12:00. Dopo il pranzo visita di Patan, conosciuta anche come Lalitpur, 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 che offre alla vista il palazzo reale, il tempio di Krishna, il tempio d'oro e vari altri templi per i quali è giustamente famosa. e per i suoi numerosissimi templi. In particolare potremo ammirare quelli di Krishna Mandir, Hiranya Varna Mahavihar, Kumbeshwor, Jagatnarayan e il Rudra Varna Mahavihar, e moltissime altra costruzioni di straordinaria raffinatezza. A seguire visita a Swayambhunath: Swayambhu significa "creato da sé". È anche chiamato Tempio delle Scimmie. Si tratta di un monumento spirituale al Buddha che è tra i più antichi del mondo, costruito ben 2000 anni fa e alto 77 metri. Percorrendo una scalinata di oltre 365 gradini si può ammirare lo spettacolo del tempio: dipinti sui quattro lati, i grandi occhi del Buddha assistono in ogni istante alle vicende dell'uomo, mentre i mulini da preghiera girano incessantemente e una miriade di vivaci scimmiette corre tutto intorno. Collocato su di una collina che sovrasta Kathmandu permette una vista spettacolare di tutta la città. Cena in ristorante di arrivederci con danze folcloristiche. Trasferimento in tempo utile all'aeroporto per il volo di rientro.

25 maggio KATHMANDU-ITALIA Ore 02.15 partenza del volo per Roma, con scalo a Doha. Ore 14.15 arrivo a Roma e trasferimento ai luoghi di residenza.

QUOTA INDIVIDUALE DI PARTECIPAZIONE € 2700

Supplemento camera singola € 360 ASSICURAZIONE MEDICA BAGAGLIO E ANNULLAMENTO OBBLIGATORIA € 120

La quota include: Volo di linea Roma-Kathmandu-Roma Tasse aeroportuali Bus e transfer per le visite durante il tour, 8 pernottamenti in hotel cat. 4-5 Stelle, Trattamento di pensione completa, Visite con guida in lingua italiana, Giro in risciò, Cena Nepalese con spettacolo, Tutti gli Ingressi previsti in programma, Accompagnatore dall'Italia

La quota non include: Visto, (ca. 30,00 dollari) eventuali adeguamenti tasse e adeguamenti valutari, Transfer a/da l'aeroporto di Roma da calcolarsi in base al numero dei partecipanti, Extra di carattere personale, Altri ingressi, bevande ai pasti, mance, In genere tutto quanto non riportato alla voce la quota include

OPERATIVO VOLI Qatar Airways QR 132 G 15MAY 4 FCO DOH HK15 1615 2240 QR 648 G 16MAY 5 DOH KTM HK15 0115 0840 QR 645 G 25MAY 7 KTM DOH HK15 0215 0430 QR 131 G 25MAY 7 DOH FCO HK15 0925 1415

HOTEL PREVISTI: Kathmandu 5 NOTTI AL Barahi or Similar****, Chitwan 2 NOTTI AL Tigerland or River Bank Resort****, Pokhara 2 NOTTI AL Atithi Resort or Similar****.

CAMBIO DOLLARO APPLICATO: 1 EURO = 1,10 USD, **DOCUMENTI D'INGRESSO:** Per entrare in Nepal è necessario il passaporto, con validità residua di almeno 6 (sei) mesi e comunque superiore al periodo di permanenza nel Paese. Il visto è obbligatorio, può essere richiesto all'arrivo presso l'aeroporto di Kathmandu: è indispensabile compilare la pre-registrazione nel sito www.nepaliport.immigration.gov.np, sezione "Visa on Arrival". Si compileranno tutti i campi con le informazioni personali e al termine del processo verrà rilasciata una ricevuta via e mail. Tale ricevuta dovrà essere stampata e mostrata all'arrivo a Kathmandu dove il visto finale sarà rilasciato sul passaporto previo pagamento del relativo costo pari a USD 30 per persona. **IMPORTANTE:** la pre-registrazione va richiesta NON PRIMA di 7 gg dalla data di arrivo sul territorio nepalese. Sarà cura della nostra organizzazione provvedere alla compilazione. **VACCINAZIONI:** nessuna vaccinazione obbligatoria.

ORGANIZZAZIONE TECNICA LE BALZE



HAPPY TRAIN
Agenzia Viaggi del Dopolavoro Ferroviario
Viale Piero della Francesca, 5 - Arezzo
Tel 0575.352062 - 0575 300712
www.happytrain.it - info@happytrain.it