

TOUR CINA : TIBET, SUL TETTO DEL MONDO



"50 SFUMATURE DI CINA : Un viaggio inteso sul tetto del Mondo, dove all'ombra delle grandi vette himalayane , ci si immerge nel grande impatto spirituale e panoramico di monasteri, castelli, borghi arroccati e remoti, laghi e ghiacciai sacri. La nostra avventura nel cuore del Tibet, fra le atmosfere del film " Il Piccolo Buddha "."

Viaggi e Tour in Cina

PROGRAMMA DI VIAGGIO

Giorno 1. LHASA

Accoglienza e trasferimento all'arrivo. Pernottamento.

Giorno 2. LHASA

Colazione. Prima giornata dedicata alla città santa di Lhasa, situata a 3650 mslm, fondata dalla dinastia di remonaci Yarlung nel VII sec. che fecero erigere i suoi monumentali palazzi fra cui il magnifico Potala, gigantesco complesso regio oltre che sacro, strutturato su 13 piani e oltre mille diversi ambienti fra cui cappelle votive, sale di preghiera, residenze e ancora oggi sede formale del Dhalai Lama, senza dimenticare il tempio Jorkhang detto anche cappella di Jovo, veneratissimo luogo di pellegrinaggio e scrigno di arte tibetana, da cui si diramano le kora, i circuiti di preghiera del Barkhor, la vibrante piazza della città. Degustazione di the e pasticcini tipici tibetani in una casa da the storica, per concludere, prima della sera, al castello di Norbulingka, il palazzo d'estate del Lama. Cena. Pernottamento.

Giorno 3. LHASA

Colazione. Seconda giornata dedicata a quattro monasteri della vallata di Lhasa, gioielli di arte medievale oltre che luoghi ricchi di spiritualità e intrisi di autentico misticismo. Si inizia con il monastero di Drepung, fondato nel 1416 da un discepolo di Je Tsongkhapa, fondatore della scuola Gelug e custode di molti tesori artistici, oltre che essere forse uno dei complessi monastici più grandi al Mondo, potendone ospitare fino a 10.000, il monastero di Sera, riccamente adornato di affreschi, pitritaka e altri notevoli manufatti ed il splendido Ganden, risalente al XV sec. quando venne eretto come sede celeste del Buddha Maytreya, il Futuro e venturo. Pensione completa (la sera incontro con una famiglia tibetana: per una lezione di cucina tradizionale). Pernottamento.

Giorno 4. LHASA - GYANTSE

Colazione. Partenza lungo la cosiddetta Friendship Highway, con sosta panoramica al bellissimo lago Yamdrok, uno dei tre laghi sacri del Tibet, esteso per 638 kmq e ad una altezza di oltre 4400 mslm, per ammirare il ghiacciaio Kanola. Subito dopo l'ora di pranzo, incontro con una famiglia tibetana, per interagire con loro, partecipare, per chi lo desidera, ad alcuni dei loro lavori quotidiani da fattoria e degustare un tradizionale e delizioso the al burro di yak. Escursione al monastero di Samding, sulla sponda meridionale, luogo, secondo la leggenda, in cui per centinaia di anni si è reincarnato il terzo Dhalai Lama e al Pelkor Chode, risalente al 1425 e suddiviso in diverse strutture, fra cui la pagoda Kumbun, rappresentazione simbolica della dimensione tridimensionale del mandala, i 16 zachang o quartieri monastici, i splendidi murales affrescati da tematiche esoteriche e la abbazia Tsulaklakang. Pensione completa. Pernottamento (migliore struttura disponibile).

Giorno 5. GYANTSE - SAKYA

Colazione. Visita al monastero fortificato di Sakya, sede della scuola lama-sakyapa, fondato nel 1073 e di cui ci resta, dal tipico aspetto di fortezza e monastero-palazzo il Lhakang Chembo, ampliato nel XVI sec. e custodente alcuni dei più grandi capolavori dell'arte tibetana fra cui splendidi pitritaka e affreschi, che si estendono su una superficie di quasi 18.000 mq. Si conclude la giornata al monastero di Tashilunpo, oggi abitato da circa 4000 monaci, seguaci del Tsongkapa o setta dei berretti gialli e che conserva splendidi esempi di architettura tradizionale, fra le quali il Gudong o castello del Panchen Lama, ricco di decorazioni in oro e argento, il tempio di Maytreya o Jemba, finemente cesellato di oro e legno intarsiato. Prima del tramonto, assisteremo alla cerimonia dei salmi e ai canti dei monaci. Cena. Pernottamento.

Giorno 6. SAKYA - RONGBUK

Colazione. Giornata di pura adrenalina himalayana : si attraversa un passo montano a circa 5000 metri a zig zag fra ciclopiche vette e valli lussureggianti. Sosta al villaggio di Zangzang, dove si visita il convento femminile di scuola nyingmapa . Arrivo al campo tendato , allestito alle pendici di un ghiacciaio e da dove si scorge la mole del Chomolungma , a tutti nota come Everest . Pensione completa e pernottamento in tenda-igloo , allestita dagli sherpa del campo base.

Giorno 7. RONGBUK

Sveglia all'alba per vedere il sorgere del sole dietro la mole del "gigante" e della sua vetta vicina, il Makuala, in uno spettacolo mozzafiato e da immortalare , prima della colazione. Qualche ora di riposo , prima di iniziare la visita al splendido monastero di Rongbuk - che si raggiunge con piccoli carretti tirati dai cavalli dei nomadi Khampa - eretto da un eremita della setta mistica dei berretti grigi , ai piedi del monte Everest a 5100 mslm , il che ne fa il monastero più alto al Mondo e che si dirama in più livelli e percorsi votivi, fra grotte eremiche, sentieri ed edifici dei yogi tibetani, corti di abluzione e pittoresche sale affrescate e di scultura e suddiviso in quartieri separati fra lama e suore , circa 250 ancora oggi residenti. Pensione completa. Pernottamento.

Giorno 8. RONGBUK - SHELKAR

Colazione. Partenza e arrivo, in poche ore, a Shelkar e visita al omonimo castello , meglio noto come Montagna di Cristallo o fortezza di Dzong, con le ardite muraglie ed edificato, nel tardo XI sec, sul crinale di una piccola vetta su cui sorge il vecchio abitato monastico ai suoi piedi . Si prosegue con il villaggio di Shalu, per lo splendido tempio di Serkhang Tramo, che conserva una atmosfera fuori dal tempo e dove si indovinano interessanti affreschi , di matrice medievale , nella penombra e luogo di grande spiritualità, in quanto fu qui che Buton Rimpoce , nel XIV secolo editò i 227 volumi del Canone Buddista e il tempio Gyengong Lhakang, fondato nel 997 d.C. da una delle sette di eremiti lama. Cena. Pernottamento.

Giorno 9. SHELKAR - SHIGATSE

Colazione. Tragitto lungo il canyon Yarlung Zangbo, che ci conduce a Shigatse , offrendoci paesaggi mozzafiato e che si perdono a vista d'occhio, fra lagune turchine, ghiacciai, vette himalayane e pittoreschi villaggi tradizionali. Sosta in uno di questi, per incontrare una famiglia che ci insegnerà a preparare le candele votive di incenso . Arrivo nel tardo pomeriggio. Cena. Pernottamento.

Giorno 10. SHIGATSE - TSEDANG

Colazione. Partenza lungo la cosiddetta Friendship Highway ,con sosta panoramica al bellissimo lago Yamdrok, uno dei tre laghi sacri del Tibet, esteso per 638 kmq e ad una altezza di oltre 4400 mslm, per ammirare il ghiacciaio Kanola . Subito dopo l'ora di pranzo, incontro con una famiglia tibetana , per interagire con loro, partecipare, per chi lo desidera, ad alcuni dei loro lavori quotidiana da fattoria e degustare un tradizionale e delizioso the al burro di yak. Escursione al monastero di Samding, sulla sponda meridionale, luogo ,secondo la leggenda, in cui per centinaia di anni si è reincarnato il terzo Dhalai Lama e al Pelkor Chode , risalente al 1425 e suddiviso in diverse strutture , fra cui la pagoda Kumbun , rappresentazione simbolica della dimensione tridimensionale del mandala, i 16 zachang o quartieri monastici , i splendidi murales affrescati da tematiche esoteriche e la abbazia Tsulaklakang. Cena e pernottamento presso il monastero di Samye - edificato nel 788 d.C. e ad oggi il più antico luogo di ritiro monastico in Tibet.

Giorno 11. TSEDANG

Colazione. Intera giornata dedicata a Zedang , culla dei regni monastici del Tibet e che insieme alla limitrofa cittadina di Nedong rappresenta, ancora oggi, una delle migliori e meglio preservate cittadine in stile medievale tibetano, conservante alcune strutture imponenti e di grande valenza storico-spirituale : dal castello di Yumbu Lakang , edificato nel VI sec. durante il regno di Songtsen Gampo e dalla peculiare struttura a fortezza turrita al splendido monastero di Samye, risalente al 775 d.C. e costruito nella forma sacra del mandala in quanto la sua struttura architettonica intendeva rappresentare l'universo e ciascuno dei templi e pagode in esso custoditi, corrisponde a un punto cardinale, al Sole e alla Luna e alla mappatura celeste secondo Solstizio ed Equinozio e ancora oggi attivo luogo di pellegrinaggio oltre che monastero dove viene preservato gelosamente il canone indo-tibetano del buddismo, dal VIII sec. fino ai giorni nostri . Nel pomeriggio, seduta di meditazione con i monaci a Chimpu, antichissima scuola monastica oltre che eremo rupestre , scolpito nella roccia. Pensione completa e pernottamento.

Giorno 12. TSEDANG - BASUMTSO

Colazione. Partenza lungo la valle di Lingzhi e sosta ai due monasteri di Buchu, risalente al VII sec e dal pregiato tetto dorato e il tempio di Lamaling, di forma ottagonale a cui segue la foresta dei cipressi giganti. Escursione al splendido lago Basum Tso, anche chiamato Draksum o Cuogao, "acqua verde" in tibetano , specchio d'acqua himalayano a 3480 mslm , avvolto dalle alte cime innevate e dalla rigogliosa vegetazione che ne fa un importante santuario faunistico e di biodiversità fra le più preziose, con rigogliose foreste di aceri, betulle e cipressi e la cui peculiarità non è solo di essere uno dei pochi specchi d'acqua dolce che non si ghiacciano mai durante l'anno ma anche di fungere da sito sacro per la setta buddista dei monaci nyingma, testimoniata dall'isola Tashi dove si trova il monastero Tsodzong , risalente a circa 1500 anni fa e ricco di pitritaka e affreschi in stile tradizionale. Pensione completa . Pernottamento presso le famiglie del villaggio (in guest house gestiti dai nativi).

Giorno 13. BASUMTSO - LHASA

Colazione. Si concludono le escursioni del giorno precedente, prima di affrontare l'ultima tratta del viaggio in direzione della città santa di Lhasa. Visita ad alcuni monasteri più remoti come Drak Yerpa o Tsurphu, risalenti fra il VII sec. ed il 1150 e che custodiscono, nelle alture ed eremi, fra i più antichi siti per la meditazione noti in Tibet, alcuni antecedenti all'epoca buddista e dove ancora oggi è possibile godere di sedute di meditazione profonda , come il tantra o la preghiera trascendentale, assieme ai monaci . Cena di Gala con spettacolo (menu degustazione tipico gorkha nepali). Pernottamento.

Giorno 14. LHASA - ITALIA

Colazione. Trasferimento alla partenza e fine dei ns servizi.

DATA PARTENZA	DURATA GIORNI	CODICE TOUR	QUOTA DI PARTECIPAZIONE
-	14	2763	€
MIN. PARTE CIPANTI	AEROPORTO DI PARTENZA		GUIDA
2			In Inglese (in Italiano : su richiesta)
OPERATIVO VOLI			
AD HOC : La quotazione è sempre soggetta alla data selezionata, scalo aeroportuale prescelto e alla disponibilità al momento della richiesta.			

LA QUOTA INCLUDE

- Trasferimenti in arrivo e partenza - Itinerario con sedan van o mini - bus privati a seconda del N partecipanti
- Mezzi Fuoristrada 4x4 (per quasi tutta la durata del percorso : massimo 4 persone a mezzo)
- Pernottamento con colazione in hotel , campo tendato e altre sistemazioni come indicato
- Mezza Pensione e Pensione Completa come da programma - Cene di Gala dove indicate
- Guida in Inglese per tutta la durata del tour (e guide - sherpa per Rongbuk e campo Everest)
- Assistenza dai ns uffici di riferimento a Pechino
- Ingresso ai siti, musei e monumenti come da programma
- Omaggi in loco e prima della partenza
- Emissione visa : Tibet Travel Permit (TTB)

LA QUOTA NON INCLUDE

- Voli di linea / Tasse aeroportuali (a partire da 940 EUR : in base alla disponibilita')
- Assicurazione UNIPOL annullamento 5% del totale del viaggio incluso Covid
- Supplemento in camera singola : 555 EUR
- Mance alla guida e autisti - Spese ed extra personali
- Guida parlante Italiano (a partire dai 6 partecipanti : 1920 EUR , da dividere in base al numero di persone iscritte)
- Quanto non alla voce La Quota Include

INFORMAZIONI DI VIAGGIO

TRASPORTI DURANTE IL TOUR

Auto privata, van o mini-bus con mezzi moderni, air conditioned, confortevoli e con autisti certificati oltre al uso di mezzi fuoristrada 4x4 in monte tratte del presente itinerario

GUIDE DURANTE IL VIAGGIO

Accompagneremo i nostri viaggiatori con valide guide parlanti Inglese nelle restanti giornate e tappe indicate. Da segnalare che per avere una guida parlante Italiano per tutto il resto del itinerario, il supplemento e' indicato a fine pagine e come prezzo si divide fra il N° di partecipanti. La guida parlante Italiano proviene da Pechino e nella sua quota si include vitto, alloggio e voli di rientro

PASTI

Per questo tour è previsto il trattamento di pernottamento e prima colazione , oltre mezza pensione e pensione completa , inclusa una lezione di cucina con i locali e una cena esclusiva con spettacolo folklorico e degustazione di ravioli . Quasi tutte le cene e pranzi sono in ristoranti tradizionali, case da the e presso una famiglia .

HOTELS

HOTELS SELEZIONATI PER VOI DA MUNDO ESCONDIDO

LHASA
GYANTSE
SAKYA
SHELKAR
SHIGATSE

ST REGIS
YUTUO
SAKYA
KHOJ RESORT
HILTON

Tutti gli hotel sono soggetti a riconferma . In caso non siano disponibili in una data e per tutte le unità, si garantisce la prenotazione in hotel similari e di categoria uguale. In molte zone si dorme nelle migliori strutture , guest house e bb disponibili , oltre a 1 n nel monastero del villaggio e 1 n nel campo tendato ai piedi del monte Everest

ASSISTENZA DURANTE IL VIAGGIO

Assistenza garantita durante lo svolgimento del viaggio dal nostro rappresentante in Cina e dalla nostra organizzazione in Italia con monitoraggio del tour in tempo reale per ogni evenienza

VALUTA CONSIGLIATA PER LE SPESE

Accettate tutte le carte credito dei circuiti internazionali e i bancomat abilitati all'estero. Consigliato il cambio in Remimbi CNY per le spese minori e di installare le app Alipay o WeChat Pay per facilitare i pagamenti

A CHI E' RIVOLTO QUESTO VIAGGIO

Viaggio adatto a tutte le fasce di età, che richiede una certa preparazione fisica, stato di buona salute e spirito di adattamento e avventura, da veri viaggiatori

Acconto 30% al momento della conferma e saldo entro 30 gg dalla data di partenza prevista

PRENOTA

**RICHIEDI
INFORMAZIONI**

**CHIAMACI CON TEL
0432 21231**

Piazzale Gabriele D'Annunzio n.13 – 33100 – Udine – Italia
Tel. +39. 0432 21231 Tel. +39. 0432 25400
<http://www.mundoescondidoviaggi.com>
Agenti IATA 3827668

D&P S.r.l. P. IVA 02398830303 - CCIA Udine n. 25774
Aut. Reg. F.V.G n. 3124 - Polizza “Filo Diretto” n. 1505000904/E