



Nepal

tra le stelle dell'Himalaya

12/22 Ottobre 2015

11 giorni / 9 notti

1° giorno, lunedì 12/10 – MILANO Malpensa / ISTANBUL / KATHMANDU

Ritrovo dei partecipanti all'aeroporto di Milano Malpensa in tempo per l'imbarco sul volo di linea Turkish Airlines in partenza per Kathmandu, via Istanbul. Pasti e pernottamento a bordo.

2° giorno, martedì 13/10 – KATHMANDU / NAGARKOT (35 km / 1h30 circa di tragitto)

All'arrivo a Kathmandu in primissima mattinata, sbarco e, dopo l'incontro con la guida parlante italiano, immediata partenza in pullman riservato per Nagarkot. All'arrivo, sistemazione nelle camere riservate in hotel e *pranzo*. Nel pomeriggio, visita dei dintorni di **Nagarkot**, villaggio montano situato a 2.100 metri di altitudine, da dove, quando le condizioni meteo lo consentono, è possibile godere di un emozionante panorama sui maggiori picchi himalayani, ancor più suggestivi all'ora del tramonto o dell'alba. *Cena* e pernottamento in hotel. *Osservazioni astronomiche facoltative*.



3° giorno, mercoledì 14/10 – NAGARKOT / NALA-BANEPA / DHULIKHEL

Vista dell'alba sui picchi dell'Himalaya. Dopo la prima colazione in hotel, partenza per un'escursione a piedi (circa 3h00 di camminata) da Nagarkot fino a Nala con *pranzo a cestino al seguito* e termine a Banepa. Si parte dalla torre sud della città di Nagarkot scendendo senza un esatto percorso, ma tutti portano a Banepa, attraverso la città di Napa che ospita degli interessanti templi. All'arrivo a Banepa, piccola città fuori la valle, si parte in pullman riservato per Dhulikhel (4km circa). All'arrivo, sistemazione nelle camere riservate in hotel, *cena* e pernottamento. *Osservazioni astronomiche facoltative*

4° giorno, giovedì 15/10 – DHULIKHEL / BHAKTPUR / KATHMANDU

Vista dell'alba sui picchi dell'Himalaya. Dopo la prima colazione in hotel, visita di Dhulikhel, villaggio che offre la vista migliore dell'Himalaya nord-orientale. Posto su una collina, è visibile da grande distanza. Nella piazza principale si trovano il Tempio di Narayan e il grazioso Tempio di Harisiddhi. Si potranno ammirare le splendide incisioni sulle parti in legno delle porte e delle finestre di molte case; salita sulla collinetta sul lato nord del villaggio fino a uno spiazzo, dove una scalinata in pietra e un arco segnano l'entrata del Tempio di Bhagvat, una struttura a tre tetti su un basamento di pietra caratterizzata da mattonelle in ceramica sulla facciata. Vi sono anche dipinti vari attribuiti di Shiva. Dal tempio si ha un'eccellente vista della valle di Banepa e della catena dell'Himalaya. Le case di fango con i tetti di paglia visibili in basso sono abitate da famiglie appartenenti alle case inferiori che vivono ai margini della Valle. *Pranzo* e, a seguire, partenza per Kathmandu con sosta per la visita di Bhaktapur, l'antica capitale del paese che conserva una struttura medievale pressoché intatta. All'arrivo a Kathmandu, sistemazione nelle camere riservate in hotel, *cena* e pernottamento.

5° giorno, venerdì 16/10 – KATHMANDU

Prima colazione in hotel e in mattinata visita guidata della città con il centro storico, la Piazza del Palazzo ed i suoi templi a pagoda, la casa della “dea bambina”. Salita allo stupa di Swayambhunath, opera risalente a circa 2.500 anni fa, situato in cima ad una collina che offre una spettacolare visita della valle di Kathmandu. Pranzo e, nel pomeriggio, visita del gigantesco stupa di Bodnath e di Pashupatinath, la “Benares del Nepal”. Cena e pernottamento in hotel.

6° giorno, sabato 17/10 – KATHMANDU / POKHARA (210 km / 6-7h00 circa)

Dopo la prima colazione in hotel, partenza in pullman riservato per Pokhara con soste lungo il percorso per il pranzo e per la visita del Tempio di Manakamana raggiungibile passando sopra le fronde della giungla a bordo di una cabinovia. All’arrivo a Pokhara, sistemazione nelle camere riservate in hotel, cena e pernottamento. Osservazioni astronomiche facoltative



7° giorno, domenica 18/10 – POKHARA

Sveglia di buon mattino per il trasferimento sulla cima della montagna di Sarangkot (circa 2h00 a/r) per ammirare l’alba sul panorama mozzafiato dell’Himalaya (tempo meteorologico permettendo): si potranno osservare alcune delle vette più note della catena himalayana: il Dhaulagiri (8.167 mt) il settimo monte più alto della Terra, la maggiore cima situata interamente in un’unica nazione, l’Annapurna e Fishtail alta 6993 mt che si erge di fronte alla città di Pokhara ed è sacra per i locali. Al termine, rientro in hotel per il pranzo e, nel pomeriggio, visita della città di Pokhara, regno delle montagne, che offre una splendida vista sulle montagne himalayane. Si visiteranno la cascata (Davi’s Fall), la grotta di Gupteshore, dove si è formato un tempio di Shiva, poi la visita del centro tibetano, la gola del fiume Seti ed il tempio di Bindhyabasini. Gita in barca sul Lago Phewa. Cena e pernottamento in hotel. Osservazioni astronomiche facoltative

8° giorno, lunedì 19/10 – POKHARA / ROYAL CHITWAN NATIONAL PARK (150 km circa)

Dopo la prima colazione in hotel, partenza in direzione del Royal Chitwan National Park con sosta lungo il tragitto per il pranzo. Si entra nella regione del Terai, con calde pianure subtropicali ed i luoghi più belli del Nepal. Qui vi aspettano calde pianure subtropicali e i luoghi più belli del Nepal. In questa regione si trova il grandioso Royal Chitwan National Park, che un tempo era il terreno di caccia dell’aristocrazia inglese e nepalese; oggi invece gli animali, elefanti, rinoceronti, tigri, leopardi e cervi, sono protetti. All’arrivo al Royal Chitwan National Park, sistemazione nelle camere riservate in hotel, cena e pernottamento.

9° giorno, martedì 20/10 – ROYAL CHITWAN NATIONAL PARK

Prima colazione e visita del Parco. Il Royal Chitwan National Park è considerato fra i parchi più belli del mondo ed è il più antico del Nepal. Fu creato nel 1973, e divenne patrimonio dell’umanità nel 1984. Il parco è ricco di flora e fauna, tra cui una delle ultime popolazioni di rinoceronte indiano a corno unico e di tigre del Bengala. L’area venne in passato usata per la caccia grossa e fino al 1951 rimase riserva di caccia reale. Il parco di Chitwan ospita almeno 43 specie di mammiferi, 450 di uccelli e 45 di anfibi e rettili. Elefanti e rinoceronti indiani sono le specie più grandi che si trovano nel parco, ma vi sono anche altri erbivori: gaur, sambar, muntjac indiani, cervi chital, cervi porcini, sirau di Sumatra, antilopi quadricorne e cinghiali selvatici. Questi animali vengono cacciati da tre grandi predatori, leopardi, cani selvatici e tigri, e da mangiatori di carogne quali iene striate. Gli orsi labiati sono tra le principali attrazioni del parco. I piccoli carnivori sono sciacalli dorati, martore dalla gola gialla, tassi del miele, lontre dal pelo liscio, piccole e grandi civette indiane, civette comuni, piccole anguste indiane, manguste indiane grigie, manguste mangiatrici di granchi, gatti del Bengala, gatti marmorati e gatti pescatori. Tra i rettili più grandi troviamo coccodrilli e pitoni indiani.

Inizio delle visite con sosta presso il centro di allevamento e cura degli elefanti. Passeggiata a dorso di elefante e giro in canoa. Pranzo in ristorante e, nel pomeriggio, proseguimento del safari con percorsi a piedi nella giungla per ammirare le meraviglie naturali del luogo. Cena e pernottamento in hotel.

10° giorno, mercoledì 21/10 – ROYAL CHITWAN NATIONAL PARK / PATAN / KATHMANDU

Dopo la prima colazione in hotel, partenza per Kathmandu con sosta lungo il tragitto per la visita della città di Patan, conosciuta anche come Lalitpir, una delle maggiori del Paese. In città si trova la più bella piazza del Nepal, Durbar Square, una delle sette zone monumentali della Valle di Kathmandu dichiarata Patrimonio Mondiale dell’Unesco. Bellissimi anche il Palazzo Reale ed il Tempio Jagannarayan con il tetto a due ordini. Pranzo in corso di visite. All’arrivo a Kathmandu, sistemazione nelle camere riservate in hotel, cena e pernottamento.

11° giorno, giovedì 22/10 – KATHMANDU / ISTANBUL / MILANO Malpensa

Prima colazione in hotel e trasferimento in tempo utile in aeroporto per l’imbarco sul volo di linea Turkish Airlines in partenza per Milano Malpensa, via Istanbul. All’arrivo all’aeroporto di Milano Malpensa, sbarco e fine dei servizi.

Il programma di viaggio potrebbe subire qualche variazione senza nulla togliere all’esecuzione e alle visite previste in programma.

OPERATIVO AEREO (indicativo e soggetto a riconferma):

12/10	MILANO Malpensa (h. 15.00) – ISTANBUL (h. 18.50)	TK 1896
12/10	ISTANBUL (h. 20.35) – KATHMANDU (h. 06.15*)	TK 726 (* arrivo il giorno successivo, 13/10)
22/10	KATHMANDU (h. 07.45) – ISTANBUL (h. 12.40)	TK 727
22/10	ISTANBUL (h. 15.10) – MILANO Malpensa (h. 17.40)	TK 1875

QUOTA di PARTECIPAZIONE minimo 15 partecipanti

€ 2.150,00

SUPPLEMENTO SINGOLA

€ 450,00

Tasse aeroportuali

€ 310,00 (soggette a riconferma fino all'atto dell'emissione del biglietto aereo)

La quota comprende: * volo di linea Turkish Airlines come da prospetto in classe economica * franchigia bagaglio come da regolamentazione della compagnia aerea in vigore alla partenza * sistemazione in hotels di categoria locale per un totale di 9 notti in camere doppie, nelle località come da programma * trattamento di pensione completa come da programma, dal pranzo del 2° giorno alla prima colazione dell'11° ed ultimo giorno * 500 ml di acqua minerale per persona per pasto * n° 4 uscite astronomiche serali * guida/accompagnatore locale parlante italiano al seguito del gruppo per tutta la durata del tour * tutte le visite e le escursioni come da programma, inclusi salita in cabinovia per la visita al Tempio di Manakamana (6° giorno), gita in barca sul Lago Phewa (7° giorno) ed attività al Royal Chitwan National Park (passeggiata a dorso di elefante e giro in canoa, 9° giorno) * ingressi ai siti e ai monumenti d'interesse previsti * assicurazione medico/bagaglio e annullamento viaggio a favore di ciascun partecipante.

La quota non comprende: * spese di ottenimento visto (USD 25,00) * tasse aeroportuali (€ 310,00 circa ad oggi e soggette a riconferma all'atto dell'emissione dei biglietti) * mance * facchinaggi * bevande ai pasti * altri ingressi a musei, monumenti, templi e siti d'interesse non espressamente menzionati nel programma * eventuali permessi per fotografare e filmare * extra personali in genere * tutto quanto non specificato alla voce "La quota comprende".

Note:

- 1) Abbiamo provveduto ad opzionare n° 15 posti volo**
- 2) Le iscrizioni si raccolgono entro e non oltre venerdì 31/07/2015 con contestuale versamento di acconto pari al 30% della quota di partecipazione.**

INFORMAZIONI UTILI

DOCUMENTI E VISTI: il visto Nepal si ottiene all'arrivo in Nepal. È necessario avere con sé il passaporto con validità sei mesi e una fototessera. Il prezzo da pagare in loco per un soggiorno massimo di 15 giorni è di USD 25 oppure l'equivalente in Euro a persona.

VACCINAZIONI E MEDICINALI: nessuna vaccinazione è obbligatoria. Vi consigliamo antitetanica e antitifosa. Profilassi antimalarica consigliata solo per alcune zone del Nepal e solo in determinati periodi dell'anno. Portare con sé repellente contro le zanzare, antibatterici intestinali e soprattutto medicine contro le infreddature dovute a sbalzi tra il caldo esterno e l'aria condizionata sul pullman e in hotel.

FUSO ORARIO: 4 ore e 45 minuti avanti. Un'ora in meno quando in Italia vige l'ora legale.

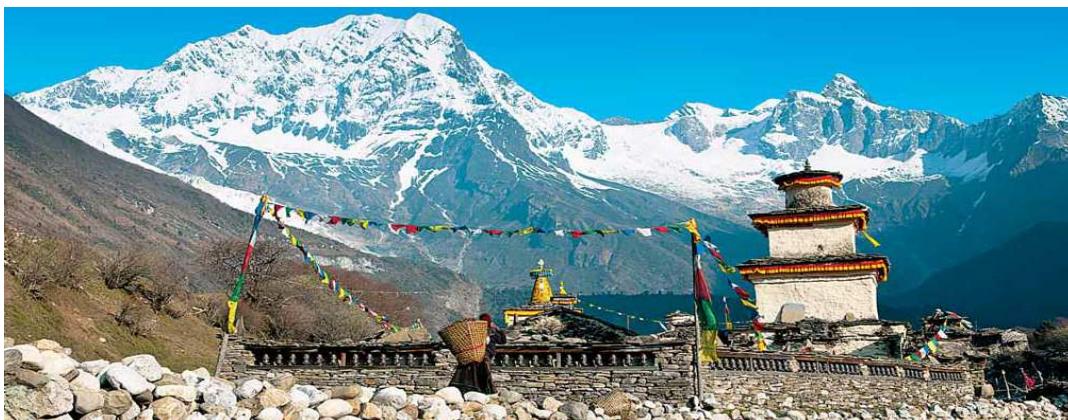
VALUTA: rupia Nepalese. Sono accettati sia i dollari che gli Euro. Nessun problema per le carte di credito, ad eccezione delle località minori.

LINGUA: in Nepal la lingua ufficiale è il Nepali, anche qui viene parlato comunemente l'inglese.

CLIMA E ABBIGLIAMENTO: per il Nepal (in Nepal la temperatura è solitamente di appena due o tre gradi inferiore a quella del Nord dell'India, l'altitudine massima che si raggiunge salvo sia previsto un trekking è intorno ai 1300 metri circa) il periodo migliore per una visita va da ottobre ad aprile; il monsone è presente in questa parte del subcontinente indiano da luglio a settembre. Anche durante questi mesi le diverse località sono tranquillamente visitabili, in quanto il monsone che arriva al Nord vi giunge molto blando e comporta raramente pioggia incessante, generalmente si tratta di acquazzoni di durata molto breve. Nella stagione estiva è adatto un abbigliamento con capi comodi in fibra naturale, in quella invernale, dalla fine di ottobre alla fine di marzo, abbigliamento da mezza stagione; invernale a dicembre e gennaio.

ACQUISTI: in Nepal si può acquistare di tutto. Sono reperibili dipinti e oggetti di arte buddista provenienti dal Tibet. È vietata l'esportazione di avorio e per lo sdoganamento di oggetti di antiquariato è bene chiedere il certificato al negoziante.

ELETTRICITÀ: le prese sono circolari a tre poli, le nostre possono essere utilizzate solo se con imbocco a due. In ogni caso, è meglio munirsi di un adattatore universale.



Informazioni e prenotazioni:

CTM di Robintur spa – Via Bacchini 15, Modena – Tel 059/2133701 ctm.gruppi@robintur.it

www.robintur.it

Informazioni astronomiche: Sig. Massimiliano Di Giuseppe

338/5264372

www.esploriamoluniverso.com

Sig. Ferruccio Zanotti

338/4772550

www.esploriamoluniverso.com