



CRAL GRUPPO UNIPOL

# Tour del NEPAL

## tra cultura e natura

### 16 – 24 febbraio 2016



*Il Nepal è una piccola striscia di terra, schiacciata tra due colossi, India e Cina.*

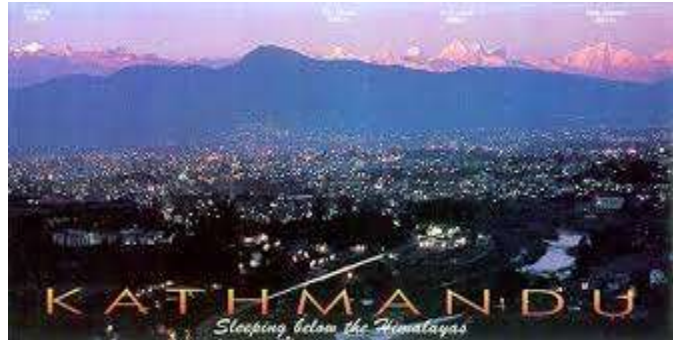
*E' un paese molto povero, ma ricco di storia e di cultura, di miti, di leggende, di tradizioni, con incantevoli templi induisti, affascinanti monasteri buddisti, stupendi scenari montuosi, panorami da togliere il fiato e precipizi che fanno venire i brividi.*

*Siamo nel Paese più panoramico del pianeta, il più vicino al cielo, sul tetto del mondo, dove l'aria è leggera, ove si può vivere l'atmosfera unica di Kathmandu, città dai mille contrasti, Patan e Bhaktapur con le incredibili costruzioni e templi in legno che le rendono uniche, villaggi di montagna con le loro cerimonie, il parco Chitwan con la sua fauna e natura per un safari fotografico a dorso d'Elefante, lo scenario delle vette Himalaiane della catena dell'Annapurna che si stagliano all'orizzonte di Pochara.*

*Tutto questo fa parte del nostro viaggio in questo incredibile paese.*



CRAL GRUPPO UNIPOL



### 1° Giorno: Roma - Kathmandu

Partenza da Roma Fiumicino per Kathmandu, con volo di linea della Turkish Airlines, via Istanbul.

### 2° Giorno: Kathmandu

Arrivo e disbrigo delle formalità doganali. Dopo aver ottenuto il visto, incontro con la guida e giro orientativo del centro storico di Kathmandu con l'antica **Durbar Square**

Durbar Square (letteralmente Piazza del Palazzo) è il cuore vivo di Kathmandu. Dichiarato «patrimonio dell'umanità» dall'Unesco nel 1979, è un complesso di tre piazze sulle quali si affacciano Palazzi e Templi dall'architettura tipicamente nepalese, come **Hanuman Dhoka**, il palazzo del potere, antica residenza della famiglia reale; **Ashok Binayak**, santuario dorato dedicato al dio Ganesh; **Manju Deval**, dedicato a Shiva, un posto molto importante in questo magnifico museo a cielo aperto, l'incarnazione terrena della Dea Taleju

Check in in hotel e pranzo, pomeriggio a disposizione per relax , in serata una **cena tipica di benvenuto in ristorante**. Pernottamento in hotel



### 3° Giorno: Kathmandu

Dopo la prima colazione visita di **Pashupatinath**, la Varanasi nepalese, uno dei posti più sacri della valle di Kathmandu e il più importante Tempio induista del Nepal. Consacrato al culto di Shiva, che qui è venerato come Pashupati, signore degli animali e conservatore di tutti gli esseri viventi, il Tempio si affaccia sulle rive del fiume sacro Bagmati, che sfocia nel sacro Gange in India. Pashupatinath è popolare soprattutto per la cremazione dei cadaveri, che si svolgono quotidianamente, per lo più sulla riva destra del corso d'acqua.

Proseguimento per **Swayambhunath**. Conosciuto anche come Tempio delle Scimmie, questo Stupa si trova sulla cima di una collina, da dove si gode uno splendido panorama della città. Gli Stupa, che rappresentano il corpo, la parola e la mente del Buddha, sono luoghi mistici; Swayambhunath rappresenta la mente illuminata. Le centinaia di piccole e graziose scimmiette sacre che vivono nel Tempio si lasciano facilmente avvicinare, soprattutto se si offre loro qualcosa da mangiare.



CRAL GRUPPO UNIPOL

Pranzo a **Patan**, la seconda grande città della valle di Kathmandu; nel pomeriggio visita della città. Conosciuta anche come **Lalitpur**, che significa «città della bellezza», Patan si trova a 5 km. da Kathmandu; nel 1979 è stata dichiarata «patrimonio dell'umanità» dall'Unesco. Intorno alla piazza centrale, Durbar Square, si trovano il Palazzo Reale, un Museo e alcuni spettacolari Templi ed edifici newari, che la rendono una delle piazze più straordinarie di tutto il Nepal. A pochi passi dalla piazza si trova il **Golden Temple**, il Tempio d'Oro, un monastero buddista su tre piani con la facciata tutta in oro. L'interno è un piccolo gioiello d'arte. La persona che viene nominata sacerdote a guardia del Tempio, il Bapacha, non deve avere più di 12 anni, dura in carica un mese, non può cambiare mai i vestiti, nè usare il sapone.

Alla fine della visita rientro a Kathmandu. Cena e pernottamento in hotel



4° Giorno: Kathmandu - Dakshinkali - Pokhara

Prima colazione in hotel.

Partenza per il **Tempio di Dakshinkali**, che si trova a circa 25 km. da Kathmandu, in mezzo ad un bel bosco sulle rive del fiume Khali Khola. Il Tempio è dedicato alla forma più sanguinaria che può assumere Parvati, la dea Kalì, che pretende sacrifici di sangue, e i fedeli, ogni martedì e sabato offrono animali: galline, capretti, agnelli, ai sacerdoti del Tempio.

Proseguimento per **Pokhara**, a circa 210 km., attraverso una incantevole vegetazione, straordinari paesaggi, meravigliosi colori.

A metà strada, pranzo in un Resort nel cuore del Kurintar, incorniciato da una splendida montagna rocciosa e con una magnifica vista del fiume Trishuli.

Arrivo e sistemazione in hotel. Nel pomeriggio visita della città.

Pokhara è un centro turistico molto importante, grazie alla sua posizione vicino a percorsi di trekking, fra cui il circuito dell'Annapurna. Incastonata fra le montagne più alte del mondo, affacciata sulle sponde del Lago Phewa, Pokhara è una deliziosa località dove trascorrere qualche ora in completo relax.

**Tramonto sul lungolago con soft drink**

Cena e pernottamento in hotel.





#### 5° Giorno: Pokhara - Bandipur - Chitwan

Sveglia all'alba per effettuare l'escursione a **Sarangkot**, un forte a circa 1500 m. di quota, dal quale si gode una delle più belle vedute della catena himalayana e della valle di Pokhara.

Ritorno in hotel. prima colazione e partenza per **Bandipur**, un villaggio montano, antica via carovaniere dall'India verso il Tibet. Bandipur è un piccolo gioiello medievale, rimasto isolato fino a qualche anno fa e situato a 1000 m. di altitudine. Pranzo in antica un'antica casa newari ristrutturata.

Proseguimento per **Chitwan**.

Arrivo e sistemazione al Jungle Villa Resort (o altro similare), a pochi metri dal Parco nazionale di Chitwan, sulle rive del fiume Rapti. In serata aperitivo e presentazione di diapositive sulla flora e la fauna del Nepal.

Cena e pernottamento.



#### 6° Giorno: Chitwan

Sveglia molto presto per il Park Safari a dorso di elefante, attraverso la giungla per osservare gli animali selvatici che popolano il parco. Rientro in hotel.

Nel pomeriggio escursione in canoa lungo il fiume e visita di un allevamento di coccodrilli.

Cena e pernottamento in hotel.





CRAL GRUPPO UNIPOL



#### 7° Giorno: Chitwan - Kathmandu

Prima colazione e partenza per Kathmandu. Arrivo e sistemazione in hotel. Pranzo.

Nel pomeriggio visita di due villaggi nepalesi, che il turismo ha appena sfiorato: **Bungamati**, tranquillo e sonnolento, con belle case in stile newari e una splendida piazza con al centro un Tempio dedicato a Rato Machhendranath, dio protettore di Patan; e **Kirtipur**, a circa 1400 m. di altitudine, con una bellissima vista sulla vallata verdeggiante e un Tempio dedicato a Shiva. Cena e pernottamento.



#### 8° Giorno: Kathmandu

Prima colazione in hotel.

In mattinata visita di **Bhaktapur**, antica città newari, nella parte est della valle di Kathmandu.

Bhaktapur significa "città dei devoti", e qui Bernardo Bertolucci, agli inizi degli anni '90, ha girato "Il Piccolo Buddha", e oggi è patrimonio dell'Unesco. Anche qui c'è Durbar Square, ricca di templi, statue e colonne. Una leggenda narra che allo scultore delle statue fu mozzata la mano per impedirgli di creare altre opere così belle. Pranzo in ristorante (Watsshala garden o sim.) proprio nel mezzo dei Templi. Nel pomeriggio visita del grande **Stupa di Boudhanath**, il più grande del Nepal e uno dei più grandi al mondo. E' un luogo di culto, venerato da tutti i buddisti dell'Himalaya. In Nepal ci sono più di ventimila rifugiati tibetani e il borgo che si è formato intorno al grande stupa è il loro centro religioso. l'atmosfera mistica e suggestiva che pervade questo luogo incantato è rafforzata dalle note di "Om Mani Padhme Hum". Cena e pernottamento in hotel.

#### 9° Giorno: Kathmandu - Roma

Prima colazione in hotel.

Trasferimento in aeroporto e partenza per l'Italia con volo di linea della Turkish Airlines, via Istanbul.



---

## ISCRIZIONI ENTRO 15 Dicembre 2015 e comunque fino ad esaurimento posti (max 15 persone)

	Soci	Invitati
Quota individuale di partecipazione in camera doppia	€ 1.240,00	€ 1.270,00
Supplemento camera singola	€ 370,00	
<i>Non sono previste camere triple</i>		
Tasse aeroportuali (da confermare)	€ 320,00	

---

*Gli importi sotto elencati si riferiscono a ciascun partecipante*

**Acconto ( alla prenotazione) € 300,00**

**Saldo entro il 29 gennaio 2016**

---

### ISCRIZIONI

Le iscrizioni si effettuano presso la segreteria del Cral oppure versando la quota di partecipazione a mezzo bonifico sul conto corrente presso Banco Posta n. **IBAN IT 80 X 07601 02800 000067756791** intestato al **CRAL GRUPPO UNIPOL**

◆ **si prega di inviare copia del bonifico + domanda di partecipazione)**

---

### **PENALITA' PER ANNULLAMENTO VIAGGIO**

- *dal giorno successivo all'iscrizione 20,00 € penalità*
- *10% della quota di partecipazione fino a da 60 giorni dalla partenza*
- *30% della quota di partecipazione da 59 a 30 giorni dalla partenza*  
*60% della quota di partecipazione da 29 a 15 giorni dalla partenza*
- *100% della quota di partecipazione da 14 giorni fino alla data di partenza*

### **Le quote comprendono:**

- ✓ voli di linea Turkish Airlines
- ✓ tasse aeroportuali
- ✓ sistemazione in hotel 4 stelle e 4 stelle superiore;
- ✓ trattamento di pensione completa;
- ✓ visite ed escursioni come da programma e ingressi inclusi;
- ✓ guida parlante italiano a disposizione per tutto il tour;
- ✓ polizza viaggio (garanzie: assistenza, spese mediche, bagaglio, annullamento)

### **Le quote non comprendono:**

- \* pasti in aeroporto;
- \* bevande;
- \* mance e facchinaggi;
- \* tutto quanto non espressamente indicato alla voce la quota comprende.

**Nota al programma:** *Il programma è "indicativo" e può subire modifiche da parte del corrispondente locale, per esigenze tecnico-operative, nello sviluppo delle visite ed escursioni, ferma restando la loro effettuazione.*