

ITINERARIO

"ANTIGUOS REINOS" NEPAL Y TIBET

KATMANDÚ – PATAN – BHAKTAPUR – TSEDANG – LHASA –
YAMDROK

12 días / 11 Noches

Día 1

ESPAÑA - KATMANDÚ

A la hora convenida, encuentro en el aeropuerto, facturación y embarque en el vuelo con destino Katmandú.

Día 2

KATMANDÚ

Llegada a Katmandú, capital del Nepal, después de la escala y el largo vuelo internacional. A la llegada llegada a Katmandú, recepción en el aeropuerto internacional de Tribhuvan por un miembro de nuestro equipo en Nepal, quien ofrecerá un khada, una bufanda tradicional ceremonial común en la cultura budista tibetana y de Mongolia. La bufanda simboliza la pureza y la compasión y por lo general está confeccionada de seda. Las khadas tibetanas son generalmente de color blanco simbolizando la pureza del corazón del que la ofrenda, aunque también son bastantes comunes las khadas de color oro. Las khadas mongolas, en cambio, son generalmente de color azul, que simboliza el cielo. Suelen ser obsequiadas junto con incienso y otros artículos religiosos en bodas, funerales, nacimientos, graduaciones, y a la llegada y salida de los huéspedes.



Al ofrecerla los tibetanos suelen pronunciar la expresión "Tashi Delek" (que significa buena suerte).

Después, traslado al hotel en compañía de nuestro representante. El chek-in es a partir de las 14 horas. Si no estuvieran las habitaciones aprovecharíamos para tener nuestro primer contacto con la capital tibetana.

Comida y luego regreso al hotel.



Alojamiento en el **Shambala Hotel** en Katmandú .
Régimen de Alojamiento y Desayuno.

Día 3

KATMANDÚ - SWOYAMBHUNATH-

Desayuno y visita de la ciudad

Katmandú es conocida por sus numerosos hermosos templos y patios. Al cruzar la carretera de la moderna zona comercial hacia la **Plaza Durbar** de repente se hallarán en medio de la exquisita arquitectura medieval de Katmandú. Visitarán el **mercado de Thamel** en ricksaw durante su paseo por la tarde y visitaremos también **Swoyambhunath**



La Plaza Durbar es un paisaje tapizado de templos. Hay más de 50 y todos tienen distintos tamaños. La mayoría datan del Siglo XVII. Fueron construidos por el entonces Rey Pratap, de la dinastía Malla; más conocido como el Rey Poeta, por sus dones literarios. Pero además de talentoso, era muy ambicioso. Y una de sus maneras predilectas de hacer saber su poder a los reinados vecinos, era construyendo ostentosos palacios y restaurando templos. Todavía están allí. Algunos restaurados, otros, cubiertos con el polvo de los años. .

Nos acercaremos al Palacio de la Diosa Kumari, la diosa viviente y con suerte podremos verla en la ventana.

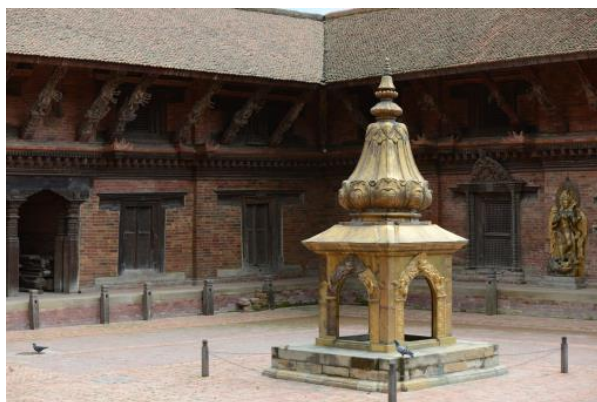


IMPORTANTE: TRAS EL TERREMOTO DE 2015 MUCHOS DE LOS TEMPLOS SE VIERON AFECTADOS Y ESTAN EN RECONSTRUCCIÓN E INHABILITADOS PARA LAS VISITAS

Después visitaremos el **Templo Swayambhunath**, está situado sobre una colina a las afueras de Kathmandú y es conocido como el Monkey Temple (o el Templo de los monos chillones) por la gran cantidad de monos que campan a sus anchas por los alrededores. Es un antiguo complejo religioso que se encuentra en lo alto de una colina en el Valle de Katmandú. El nombre tibetano del lugar significa "Árboles sublimes" debido a la gran variedad de árboles que hay en esta colina. Para llegar hasta la estupa hay que subir 365 escalones de piedra, a cuál más vertical, acechado de cerca por una legión de macacos. Arriba, te observan los gigantescos ojos de Buda (los famosos "ojos de buda que todo lo ven") histórico de la misma. Probablemente es el lugar más sagrado entre los lugares de peregrinaje budista. El Lugar es también reverenciado por los hinduistas.



Por la tarde, visita a la ciudad de **Patan**, la "Ciudad de Bellas Artes". Visita a la Plaza Durbar y el Templo de Krishna, que ocupa una posición dominante en el complejo del palacio de Patan. Es el único templo en Nepal que cuenta con 21 agujas, enteramente hecho de piedra.



Tras las visitas de Patan y sus alrededores, regreso a Katmandú

Alojamiento en el **Shambala Hotel** en Katmandú .
Régimen de Alojamiento y Desayuno.

Día 4

BHAKTAPUR - DHULIKHEL

Tras el desayuno, salida para visitar Bhaktapur.

Bhaktapur, es una zona llena de templos de gran interés y tal y que uno entra en la plaza ya es superado por un sentimiento de armonía interna al contemplar el arte, la arquitectura y el diseño de la misma. Entre las tres plazas Durbar en el Valle, la Plaza de Durbar en Bhaktapur es la mejor conservada. El Palacio de 55 ventanas construidas durante la época del rey Bhupatindra Malla en 1754 situado a la izquierda según se entra a través de la puerta de la ciudad, inspira una gran

admiración. La Galería de Arte Nacional también se encuentra en el interior del recinto. La entrada del palacio, la puerta de oro conocida como “Sunko Dhoka” en nepalés es una obra maestra en el arte de repujado. En frente del edificio del palacio es una mezcla de los templos de diferentes diseños



Tras la visita, traslado a Dhuliker.

Dhuliker es un pueblo pequeño donde convive la comunidad étnica Newar. Destaca por sus templos y estatuas. Pararemos a visitar los templos de Narayan y Harisiddhi.



Alojamiento en el Dhulikhel Mountain Lodge.

Régimen de comidas: Desayuno

Día 5	BOUDHANATH - PASHUPATINAH
--------------	----------------------------------

Desayuno en el hotel.

Salida a **Boudhanath**, una estupa budista considerada una de las más grandes del mundo.

Esta enorme estructura coloca en lo alto de la ciudad cuatro pares de ojos, cada uno frente a uno de los cuatro puntos cardinales, en busca de un comportamiento justo de la humanidad y la prosperidad de los hombres. Visita al monasterio de los alrededores. Régimen de Alojamiento y Desayuno.



Por la tarde visitaremos el **templo de Pashupatinah**. Es uno de los más importantes templos hinduistas de Shiva en el mundo. De hecho, es uno de los 275 Paadal Petra Sthalams (Moradas sagradas de Shiva en el continente). Anteriormente, solo a aquellos que eran hinduistas de nacimiento se les permitía entrar al templo. Las otras personas debían contentarse con observar el templo desde la otra orilla del río. Sin embargo, estas normas se han relajado: ahora se considera que si se encuentra en el destino del individuo, comenzará y completará su viaje hasta alcanzar estos escalones sin encontrar obstrucciones en su camino.

Alojamiento en el **Shambala Hotel** en Katmandú .
Régimen de Alojamiento y Desayuno.

Días 6/7

KATMANDÚ –LHASA – TSEDANG

Desayuno y mañana libre en la capital nepalí.

Luego, traslado al aeropuerto para coger un vuelo al Tíbet*

A la llegada al aeropuerto de Gonggar, en Lhasa, traslado a hotel .

Tsedang se encuentra a una altitud de 3.100 metros y tiene una población de alrededor de 52.000. Está situado cerca de la ladera del monte Gongbori y es el hogar de las ruinas del monasterio antiguo de Gajiu. Es conocida como la cuna de la civilización tibetana.



Alojamiento en Shamchu Garden Hotel
Régimen de Alojamiento y Desayuno.

Día 8

SAMYE – LHASA

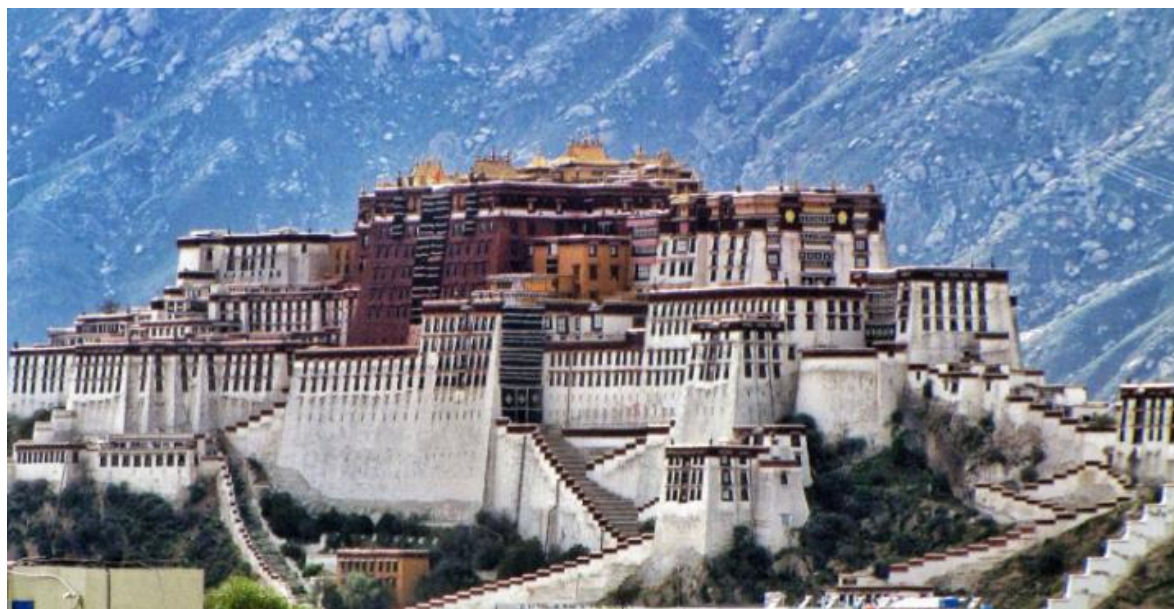
Tras el desayuno en el hotel, saldremos a visitar el monasterio Samye

Construido a finales del **siglo VIII** durante el reinado del rey tibetano Trisong Detsen, Samye fue **el primer monasterio budista del Tibet** y dado que afortunadamente sigue en pie, es el monasterio budista más antiguo.

Tras la visita del monasterio traslado a Lhasa para continuar las visitas.

***Potala Palace**, es el edificio más importante en el Tíbet. El Quinto Dalai Lama fue quien le dio su esplendor actual. Cuenta con 13 plantas y dispone de más de 1.000 habitaciones. Fue el centro político y religioso del Tíbet hasta 1959. Y aún hoy es un importante lugar de peregrinación*

para los tibetanos y extranjeros ansiosos por descubrir el edificio más importante de este país. El Palacio Potala, con su laberinto de salas y pabellones es casi una ciudad, ya que no sólo fueron las numerosas salas para el gobierno, sus capillas y sus tesoros, sino también para muchas otras funciones secundarias: como una escuela de la cárcel, oficinas o almacenes más pequeños.



*El **Potala** consta en realidad de dos palacios: el Blanco y el Rojo, con unas dimensiones impresionantes: 117 metros de altura en 13 plantas, 400 metros de ancho (este-oeste) y 350*

metros (norte-sur). El primero de los palacios, el Blanco, fue terminado en 1649, cuando el Quinto Dalai Lama llegó para habitarlo. El Rojo, tuvo que esperar hasta 1694 y al principio fue la capilla funeraria del lama. Más tarde se amplió, y se convirtió en capilla ardiente de los siguientes Dalai Lama, y su construcción continuó a lo largo de los siglos, con miles de obreros y artesanos. Es por esta razón que terminó por convertirse en la parte más importante del Potala. En cada una de las capillas le sorprenderá la ausencia de riqueza y objetos de arte. También en las numerosas galerías que conectan las distintas capillas, hay suficientes muestras para estudiar toda la historia del Tíbet. Desde la terraza hay una vista magnífica de Lhasa.

Seguimos las visitas por Jokhang.

Monasterio Jokhang es el centro religioso de la ciudad y el lugar más sagrado del país. Según la tradición fue construido en el siglo VII para proteger la estatua de Budha traída por la princesa del Nepal Zuent Chifa de sus tierras y su significado religioso es mayor que cualquier otro lugar en Lhasa. En el siglo IX, el monasterio sufrió la persecución del budismo, así como el abandono general durante un tiempo. Resurgió con el renacimiento de la religión que se produjo en el siglo XI. Desde entonces, juega un papel cada vez más importante en la historia del Tíbet. Además de ser un templo, Jokhang es también el lugar para las funciones más mundanas del Dalai Lama. Las pinturas y esculturas que se conservan en este templo se encuentran entre las mejores y más antiguas en el Tíbet.

Tras la visita de los templos pasaremos por la animada calle Barkhor.



Régimen de Alojamiento y Desayuno.

Día 9

MONASTERIOS DREPUNG Y SERA

Tras el desayuno, salida a visitar los templos.

El Monasterio Sera está ubicado a cinco kilómetros al norte del Monasterio de Jokhang en Lhasa. Bajo la supervisión de Shaka Yeshe fue terminada su construcción en el año de 1419. Shaka Yeshe fue un célebre maestro que viajó a Pekín y a Mongolia para predicar el budismo. El emperador Ming, Xuande, le concedió el título de Tutor del Imperio. A lo largo de los siglos varios emperadores chinos enviaron a Sera obsequios bellísimos, muchos de los cuales están bien conservados y se pueden admirar en museos. De los 5000 monjes que tuviera en el pasado ahora solo permanecen unos 600, aunque se bastan para llevar a cabo los **divertidos y cautivadores debates entre monjes**, que transcurren mientras pegan **sonoras palmadas** en una suerte de combate dialéctico.



Situado a 5 km de Lhasa, el Monasterio de Drepung es considerado uno de los tres grandes monasterios en el Tíbet. Fue construido por primera vez en 1416, y se mantuvo 7,700 monjes en su apogeo. En idioma tibetano, monasterio de Drepung significa monasterio de recogida de arroz.

Drepung es el más grande de todos los monasterios tibetanos, y de hecho en su apogeo fue el monasterio más grande de cualquiera religión en el mundo. Fue fundado en 1416 por Jamyang Choje, discípulo directo de Je Tsongkhapa, el fundador de la Escuela Gelukpa



Monasterio de Drepung era conocido por los altos estándares de su estudio académico, y fue llamado el Nalanda del Tíbet, una referencia a la gran universidad monástica budista de la India.

Alojamiento en Himalaya Hotel
Régimen de Alojamiento y Desayuno.

Día 10

LAGO YAMDROK - LHASA

Tras el desayuno, pasaremos por el paso de montaña Kamba-la (a 4.978m) donde veremos el lago sagrado Yamdrok.



El lago Yamdrok (el lago del cisne en tibetano) es uno de los 9 lagos sagrados del Tíbet, se extiende a lo largo de 72 kilómetros rodeado de montañas. El Lago Yamdrok se considera como

un lago sagrado tibetano, debido a que, según la mitología local, el lago Yamdok es la transformación de una diosa. Por otra parte, se cree es un lago con poderes predecibles, que puede ayudar a la gente tibetana a buscar al sucesor del Dalai Lama. Todo el pueblo tibetano, desde el Dalai Lama a los habitantes locales, hacen peregrinaciones hasta sus orillas. El lago es venerado como un talismán y se dice que es parte del espíritu vital de la nación tibetana. Hoy en día, se pueden ver tanto a peregrinos como a turistas caminando por las orillas del lago. En la orilla suroeste del lago se encuentra el famoso Monasterio Samding que es el único monasterio dirigido por un Buda viviente en Tibet.



Tras la visita al lago, regreso a Lhasa.

Alojamiento en Himalaya Hotel
Régimen de Alojamiento y Desayuno.

Tras desayunar, mañana libre en la capital tibetana para compras y últimas visitas por su cuenta.



Luego traslado al aeropuerto para coger el vuelo a Chengdhu

Trámites de aduana y luego enlace con el vuelo de regreso a España.

Regreso a España.

PRECIO VENTA AL PÚBLICO

GRUPO 6/7 PERSONAS
GRUPO 8/10 PERSONAS

3.290€+VUELOS
2.390€+VUELOS

Vuelo MAD-KTM-TFU-MAD desde
Vuelos KTM-LHASA-KTM desde

990€/pax
690€/pax*

NOTAS:

*El vuelo directo KTM-LHASA-KTM se encuentra suspendido y esta previsto que se reanude antes de final de año. El precio apuntado es solo con carácter informativo. Caso de no reanudarse el servicio, este trayecto lo haríamos vía la ciudad de Chengdhu

El precio de ese vuelo es desde 1.200€

Debido a la complejidad y la situación actual del Tibet, este programa es susceptible de cambios producidos por alteraciones climáticas o geográficas, problemas producidos por los intermediarios aéreos, hoteleros, circunstancias políticas o bélicas, acontecimientos imprevistos u otros motivos. Las decisiones sobre los cambios serán tomadas por el responsable de la expedición, que siempre velará por la seguridad del grupo y por el buen desarrollo del viaje.

Los costes producidos por cualquier circunstancia ajena a la organización del viaje, no son responsabilidad de Ecowildlife Travel

INCLUIDO

- Nepal 5 noches alojamiento con el desayuno y cena en hotel
- Tibet 5 noches de alojamiento con desayuno
- Todos los traslados y visitas guiadas en vehículo A/C;
- Guía local de habla hispana en Nepal;
- Guía local de habla Inglesa en Tibet;
- Acompañante desde España
- Tarifas de entrada en monumentos.
- Seguro básico de viaje

NO INCLUIDO

- Vuelos internacionales.
- Vuelo interno Katmandú – Lhasa – Katmandu
- Visado de entrada a Nepal (US\$ 25 por persona. Requiere una fotografía actual de carnet).
- Visado de entrada a Tibet (US\$85)
- Cualquier actividad mencionada como opcional.
- Comidas salvo las especificadas.
- Bebidas salvo las especificadas.
- Propinas.
- Todo lo no especificado en el apartado anterior.
- Seguro de cancelación o similares

INFORMACIÓN ADICIONAL

PASAPORTE Y VISADO Para este viaje es necesario, como de costumbre, disponer de un pasaporte en vigor, con una validez mínima de seis meses. También es imprescindible contar con la confirmación de los billetes de avión para el regreso. En cuanto a los requisitos de visado, para una correcta información y actualización es recomendable consultar directamente a la embajada, consulado correspondiente o en esta página web.

VACUNAS Para obtener la información más actualizada y precisa en lo referente a vacunas y otras necesidades sanitarias en este viaje, le recomendamos que consulte la página web del Ministerio de Sanidad y Consumo o que contacte con el Centro de Vacunación Internacional de su provincia.

MONEDA La moneda oficial de Nepal es la rupia nepalí (NPR). Una rupia equivale a 100 paisa. Los billetes se emiten en denominaciones de 1,000, 500, 100, 50, 20, 10, 5, 2 y 1. Por otra parte, las monedas tienen denominaciones de 50, 25 y 10 paisa.

NEPAL Clima tropical en el sur de Nepal, templado en los valles y frío en la montaña. La estación lluviosa (monzón) dura de junio a septiembre con precipitaciones abundantes y violentas. Las

temperaturas son elevadas en verano y las cumbres quedan escondidas bajo las nubes. Los valles interiores y el noroeste de Nepal se ven menos afectados por el monzón. De octubre a marzo, los días son soleados y secos con vientos violentos en las cumbres. En el Himalaya, el clima es frío en invierno y fresco en verano.

IDIOMA En Nepal, el idioma oficial es el nepalí, hablado por aproximadamente 50 por ciento de la población. Existe una docena de otras lenguas habladas en círculos más pequeños como en Bhojpuri y Maithili, pero el inglés es ampliamente comprendido en la industria turística.

RELIGIÓN En Nepal se produce una interesante mezcla entre el hinduismo y el budismo. Aunque a oídos de un occidental eso pueda sonar raro, un nepalí no tiene ningún inconveniente en declararse seguidor de ambas religiones. Mientras uno mantenga unas mínimas reglas de respeto, no se encontrará ningún tipo de problema de origen religioso.

EQUIPACIÓN Pantalones largos y una camisa para los hombres, una falda por debajo de las rodillas y los hombros cubiertos para las mujeres son lo más básico que debes llevar a Nepal. Ropa de verano durante el día y ropa de abrigo para las noches estará bien para los meses de octubre, noviembre, marzo, abril y mayo y en invierno, no sobrá una chaqueta de abrigo, un jersey de lana y ropa interior de abrigo. Botas de marcha y sandalias para los días de calor e incluso unos calcetines extra serán útiles para entrar a algún templo descalzo. Un jersey fino de cuello vuelto de manga larga es adecuado contra las picaduras de los insectos al atardecer, así como repelentes, un sombrero, gafas de sol, cremas solares, una linterna y un chubasquero o paraguas (útil para protegerse del sol y la lluvia).

A TENER EN CUENTA

- *Los hoteles indicados son a título informativo. En caso de no disponibilidad se confirmarán otros de la misma categoría.*
- *El check-in es a las 12.00 hrs. y el check-out a las 14.00 hrs. en todos los hoteles*
- *Los precios están calculados en base a las tarifas y sus condiciones actualmente en vigor.*
- *Cualquier cambio en las tarifas, introducción de nuevos impuestos o service charge o fluctuaciones de moneda pueden variar nuestras cotizaciones.*
- *Los traslados de entrada y salida podrán ser con representante de habla inglesa.*
- *En caso de extravío o demora de las maletas, se ha de ir al aeropuerto a recuperarlas y pasar por la aduana (no es como en Europa que la compañía aérea se lo entrega al pasajero en su hotel / domicilio). La recuperación del equipaje desviado no está incluida en el precio de los tours. El precio de este servicio es de 40 \$. A este costo se añadirá el importe correspondiente si se ha de enviar el equipaje fuera de la ciudad de la recogida, mediante una factura / recibo oficial para que el pasajero pueda recuperar dicha cantidad a su regreso, bien con la compañía aérea o compañía de seguros.*
- *Cualquier servicio adicional durante el viaje debe ser pagado por el cliente.*
- *El tiempo indicado en los desplazamientos es aproximado y se ha calculado en base al estado de las carreteras y por experiencias anteriores de los conductores. En ningún momento podemos garantizar el cumplimiento de estos tiempos de conducción.*

CONDICIONES

Esta cotización no está pre reservada. El precio y tanto los servicios como los hoteles están sujetos a cambios dependiendo de la disponibilidad en el momento de hacer la reserva.

POLÍTICA DE CANCELACIÓN

Si desea cancelar su viaje después de confirmar su reserva con nosotros, deberá notificarlo por escrito a Ecowildlife Travel (ecowildlife@ecowildlife.es). Tenga en cuenta que puede tener derecho a la devolución de todo o parte del importe de su viaje por parte de su Compañía de Seguros, en función de las razones de su cancelación. Nuestros gastos de cancelación son los siguientes:

- Cancelación con más de 61 días antes del comienzo del viaje: 20%.
- Cancelación entre 60 y 31 días antes del comienzo del viaje: 50%
- Cancelación entre 30 y 15 días antes de la salida: 80%
- Cancelación con menos de 14 días antes de la salida de su viaje: 90%
- La cancelación de sus vuelos internacionales está sujeta a los términos y condiciones de la compañía aérea.

Por favor, tenga en cuenta que Ecowildlife Travel podrá exigir el pago de tasas de cancelación superiores a las mencionadas anteriormente siempre y cuando se demuestre que los gastos de anulación de su viaje han sido superiores.