



BUTHAN

PARO FESTIVAL

Il Tshechu, festa buddista che significa «decimo giorno», si tiene ogni anno in vari templi, monasteri e dzongs in tutto il Bhutan. Il mese esatto del Tshechu varia da luogo a luogo e da tempio a tempio. Gli Tshechus sono grandi eventi dove intere comunità si riuniscono per assistere a danze con maschere religiose, ricevere le benedizioni e socializzare. Ogni danza con le maschere eseguita durante un Tshechu ha un significato speciale o una storia di molto tempo fa.

Due dei Tshechus più popolari del Paese, in termini di partecipazione, sono il Paro Tshechus e il Thimphu Tshechus.

DURATA :

9 giorni / 7 notti

PUNTI FORTI :

- Monastero Taktshang Lhakang
- Monastero Rinpung Dzong
- Tempio Kyichu Lhakhang
- Festival di Paro
- Changangkha Lhakhang, dove è possibile assistere alle cerimonie dei monaci.
- Punakha
- Dzong di Simtoka, il monastero più antico del Bhutan



GIORNO 1 2 APRILE

ITALIA - VOLO

Arrivo in aeroporto in tempo utile per l'imbarco sul volo verso l'India. Disbrigo delle formalità doganali e partenza con volo di linea. Notte in volo.

GIORNO 2 3 APRILE

ARRIVO DELHI E VOLO PER BAGDOGRA, CHALSA (DOOARS)

All'arrivo New Delhi aeroporto e volo per Bagdogra, arrivo e trasferimento per Chalsa (52 km, 2 ore), una piccola città posta ai piedi della catena himalayana circondata da coltivazioni di tè, fiumi e fitte foreste popolate da elefanti, gaur (il bisonte indiano), daini, rinoceronti bianchi e ultimi esemplari di tigri del Bengala.

GIORNO 3 4 APRILE

2° GIORNO: CHALSA (DOOARS) / PHUNTSHOLING / PARO

Prima colazione, trasferimento per Phuntsholing (93 km, divise solo dalla Bhutan Border Gate) dove si espletano le formalità di frontiera. Phuntsholing è la città di confine butanese e simbolo del passaggio dall'universo induista a quello del buddismo lamaista. Si prosegue per Paro (160 km), arrivo e sistemazione in hotel.

GIORNO 4 5 APRILE

PARO

Escursione al famoso Taktshang Lhakang (letteralmente "la tana della Tigre") da effettuare con un minitrekking di circa 4 ore. Edificato a 3120 metri di altitudine in una posizione suggestiva, aggrappato alla montagna a sfidare le leggi della gravità, il monastero comprende sette templi ed è caro alla storia di Guru Rimpochè. Rientro Paro per colazione. Si sale a piedi al Rinpung Dzong, uno dei monasteri più grandi e famosi del Bhutan, per assistere alle processioni dei monaci e ballerini che compiono alcuni balli mascherati a carattere religioso e denominati Tshechu, per commemorare il Guru Rompoche, considerato una delle figure religiose più importanti del Paese. Si narra che l'introduzione del Buddismo nel Paese coincida con il suo arrivo. Durante la festa si assisterà ai balli eseguiti dai monaci e ad alcuni balli folkloristici di uomini e donne provenienti dai villaggi dei dintorni di Paro. Alcune delle danze mascherate sono curate dall'Accademia d'Arte di Thimphu. Si visita inoltre il Museo Nazionale situato in cima alla collina che sovrasta lo Dzong, all'interno di un'antica torre di guardia ristrutturata nel 1968. Nel Museo si trovano reperti primitivi, antiche incisioni, una collezione di francobolli e di thangka, tra i quali spicca quello di Shabdrung Ngawang Namgyal. Si prosegue con la visita del Duntse Lhakhang del 1433 con alcuni bei dipinti murali, e del tempio di Kyichu costruito nel VII secolo per volere del re tibetano Songsten. Il tempio venne poi distrutto in un incendio ed in seguito ricostruito. Altri edifici furono aggiunti nel 1839 dal penlop di Paro e dal XXV Je Khenpo.

GIORNO 5 6 APRILE

FESTIVAL DI PARO & PARO / THIMPHU (53 KM, 2 ORE)

Giornata dedicata alla visita il Paro Tsechu. Il più conosciuto e il più frequentato di tutto il Paese. Abbiamo così l'opportunità di visitare lo Rinpung Dzong, dove avviene il festival, uno tra i più massicci e noti del Bhutan, visibile in tutta la valle per i suoi contrafforti imponenti. La fortezza fu utilizzata per difendere la valle dalle invasioni tibetane e sopravvisse ai danneggiamenti subiti dal terremoto e dagli incendi. Ora ospita il quartiere monastico e gli uffici governativi. Imperdibile la visita al Kyichu Lhakhang, un piccolo tempio, fra i più antichi e più belli. Si narra che sia stato costruito nel 659 dal re tibetano Songtsen Gampo per immobilizzare una diavolessa che impediva la diffusione del buddismo. Nel pomeriggio trasferimento per Thimphu, arrivo e sistemazione all'hotel.



GIORNO 6 7 APRILE

THIMPHU / PUNAKHA (80 KM CON CIRCA 3 ORE)

Prima di lasciare Thimpu ci si reca al tempio di Changangkha Lhakhang, il luogo dove le persone portano i nuovi nati per essere benedetti, un vero gioiello dove a volte è possibile assistere alle cerimonie dei monaci; tempo permettendo, si visitano i negozi e i centri di produzione artigianale. Si parte quindi per Punakha salendo al passo di Dochu, alto 3166 mt, dove col tempo limpido si gode di un grandioso panorama sull'arco himalaiano bhutanesese.

GIORNO 7 8 APRILE

PUNAKHA

Situata in una fertile vallata, calda e magnifica, Punakha fu capitale del paese e i religiosi continuano ad utilizzarla come capitale invernale. A Punakha si visita il tempio Khamsum Yueling, uno dei migliori esempi di architettura moderna, per visitarlo si cammina circa 1,5h. Si ritorna a Punakha per visitare lo Dzong, costruito in posizione strategica alla confluenza dei fiumi Pho Chu e Mo Chu nel 1637. Danneggiato più volte da incendi e terremoti, è stato ricostruito dall'attuale re. Sosta per il pranzo nei pressi del villaggio vicino al Chimi Lhakhang, che si visita subito dopo. Con una camminata di 45 minuti circa si raggiunge il Chimi Lhakhang, il tempio del Drukpa Kuenley, detto il Pazzo Divino. Ottenne il titolo di Pazzo Divino perché si ribellò contro il buddismo ortodosso, sostenendo che la religione è un fatto intimo e che non è necessario diventare monaci. È onorato come simbolo della fertilità e numerose coppie vanno a questo tempio per una benedizione.

GIORNO 8 9 APRILE

PUNAKHA, PARO (115 KM CON CIRCA 4 ORE)

Partenza in mattinata per Paro. Lungo la strada visita allo Dzong di Simtoka, costruito nel 1629, da molti ritenuto il più antico del Bhutan perché fu il primo a essere edificato dallo Shabdrung. Proseguimento per Paro dove si visitano: il Ta Dzong o National Museum, che espone una magnifica collezione di thangka (immagini sacre) raffiguranti lo Shabdrung Ngawang Namgyal, nonché i santi e i maestri più venerati del paese; il Paro Dzong, anche noto come Rinpung Dzong, il cui nome significa "Fortezza su un cumulo di gioielli", eretto a partire dal 1644 per volere dello Shabdrung Ngawang Namgyal sulle fondamenta di un monastero; il Kyichu Lhakhang, un tempio costruito nel 659, per volontà del re tibetano Songtsen Gampo; e il Drugyal Dzong, costruito nel 1649 per commemorare la vittoria del Bhutan contro gli invasori tibetani durante il XVII secolo.

GIORNO 9 10 APRILE

PARO / DELHI / ITALIA

In mattinata trasferimento all'aeroporto e partenza per Delhi/Italia.

Piano Voli:

| Volo | da | a | Partenza | Arrivo |
|-------|--------------------|--------------------|------------------|------------------|
| SV210 | Milano Malpensa | Jeddah JED-SA | Dom 02 apr 15:50 | Dom 02 apr 22:05 |
| SV756 | Jeddah JED-SA | Nuova Delhi DEL-IN | Lun 03 apr 02:35 | Lun 03 apr 10:40 |
| SV759 | Nuova Delhi DEL-IN | Jeddah JED-SA | Lun 10 apr 20:05 | Lun 10 apr 23:05 |
| SV211 | Jeddah JED-SA | Milano Malpensa | Mar 11 apr 10:20 | Mar 11 apr 14:35 |

INFORMAZIONI UTILI

PARTENZA DI GRUPPO: DAL 2 AL 10 APRILE 2022

QUOTA DI PARTECIPAZIONE IN HOTEL 3 STELLE IN CAMERA DOPPIA PER PERSONA:

BASE 2 PARTECIPANTI: a partire da € 4730
BASE 3-5 PARTECIPANTI: a partire da € 4450
BASE 6-9 PARTECIPANTI: a partire da € 4075
BASE 10-15 PARTECIPANTI: a partire da € 3915
Supplemento Camera Singola: € 360

QUOTA DI PARTECIPAZIONE IN HOTEL 4 STELLE IN CAMERA DOPPIA PER PERSONA:

BASE 2 PARTECIPANTI: a partire da € 4925
BASE 3-5 PARTECIPANTI: a partire da € 4645
BASE 6-9 PARTECIPANTI: a partire da € 4270
BASE 10-15 PARTECIPANTI: a partire da € 4110
Supplemento Camera Singola: € 495

Tasse aeroportuali : € 190 circa

LA QUOTA COMPRENDE:

- ★ Volo intercontinentale dall'Italia.
- ★ Voli interni, classe economica (20kg di franchigia bagaglio); Delhi/Bagdogra & Paro/Delhi.
- ★ Le tasse governative del Bhutan (SDF), 200 dollari una notte x 6 notti = USD 1200 (NETTI).
- ★ Pernottamenti in camera doppia:
6notti in Bhutan con trattamento di pensione completa.
1notte (4*) in India (Chalsa/Dooars) con trattamento di mezza pensione.
- ★ Tutti i trasferimenti privati con van con senza aria condizionata.
- ★ Gli ingressi ai siti archeologici e monumentali.
- ★ Guida/accompagnatore parlante Italiano.
- ★ Visto di ingresso in Bhutan.

LA QUOTA NON COMPRENDE:

- ★ Supplemento camera singola
- ★ Pasti e bevande non indicati come compresi
- ★ Mance e facchinaggio
- ★ Extra personali
- ★ Quota di gestione pratica € 60 per persona (include assicurazione medico bagaglio)
- ★ Assicurazione facoltativa annullamento da richiedere al nostro booking
- ★ Tutto quanto non indicato in "la quota comprende".



INFORMAZIONI



PRINCIPALI REGOLE PER PREVENIRE IL MAL DI MONTAGNA

- I sintomi di solito comprendono mal di testa, tachicardia, affaticamento, inappetenza, insonnia. Di norma sono passeggeri e scemano terminato l'acclimatamento, dopo qualche giorno.
- Il mal di montagna è indipendente dallo stato di forma fisica della persona e la prima regola per superarlo è un buon acclimatamento che si effettua solo al di sopra dei 3000 m. Ci si acclimata di 1000 m ogni 3 giorni.
- E' consigliato consultare il medico prima della partenza anche per eventuali assunzioni di medicinali appositi quali Diamox o Lasix.
- Le principali regole da seguire prima della partenza per prevenire il mal di montagna sono: bere tanta acqua in quanto l'aumento del ritmo respiratorio e l'aria secca delle alte quote causano infatti una forte perdita di liquidi sotto forma di vapore acqueo presente nell'aria.
- Non assumere sonniferi contro l'insonnia: potrebbero deprimere l'attività dei centri respiratori ai quali è invece richiesta la massima prestazione;
- Evitare di bere alcolici e di fumare.



Organizzazione tecnica
AZALAI travel experience design
Orizzonti Ritrovati di Coccoletti Vittorio
www.azalai.info info@azalai.info