



Italy

NEPAL VISION TREKS & EXPEDITION

## TIBET : FORBIDDEN JOURNEY To LHASA

### 1° Giorno : Arrivo a Kathmandu (1300 mt)

Arrivo all'aeroporto nepalese, operazioni di immigrazione e di ritiro del bagaglio.

Incontro con l'assistente locale per il trasferimento in hotel. Sistemazione nelle camere e resto della giornata libera per relax o per un primo contatto con la capitale del Nepal. Trasferimento in ristorante tipico per la cena. Pernottamento in hotel.

### 2° Giorno : Kathmandu Valley

Prima colazione in hotel. Trasferimento per la visita di Pashupathinath, sulle rive del fiume sacro, con il più importante tempio Hindu in Nepal dedicato a Shiva.

Qui si potranno vedere i santoni, che scelgono una vita di solitudine, e le cremazioni a cielo aperto nel luogo più sacro del Nepal. Rientro a Kathmandu e visita al grande Stupa Buddista di Bouddhanath, alla base del quale i fedeli fanno girare le ruote della preghiera, pregando con melodiose litanie.

Al termine passeggiata nella Durbar Square di Kathmandu, il vero cuore della Kathmandu antica un insieme disordinato di templi e santuari con tetti scolpiti, portali e finestre. Molti edifici sono antichi, essendo sopravvissuti al grande terremoto del 1933. Pernottamento in hotel.

### 3° Giorno : Kathmandu - Lhasa (3650 mt)

Prima colazione in hotel. Trasferimento in aeroporto e partenza con volo per Lhasa. Traversata aerea sulla catena Himalayana di un'ora circa. Arrivo a Gonggor, operazioni di immigrazione, incontro con il rappresentan-

te tibetano e trasferimento in hotel.

Si consiglia un pomeriggio di acclimatamento in hotel. Pernottamento.

### 4° Giorno : Lhasa

Prima colazione in hotel. Intera giornata di visite dei dintorni di Lhasa. Trasferimento al Palazzo Norbulingka, residenza estiva dal settimo al quattordicesimo Dalai Lama.

Continuazione per il Monastero di Sera, dove i monaci dibattono sulle scritture, famoso per la collezione degli antichi murali, le statue, le scritture in polvere d'oro, i magnifici dipinti in pergamena e gli arazzi.

Proseguimento verso il Tempio di Jokhang, la cattedrale del buddhismo tibetano e vero centro della vita sociale e spirituale della città e del paese. Si potrà ammirare il variegato insieme di pellegrini e commercianti che lo circondano fino a raggiungere il quartiere di Barkhor., lungo anello che corre intorno al Jokhang. I pellegrini lo percorrono tutt'oggi prostrandosi e camminando in senso orario tra banchetti e negozi di vario genere e costituisce infatti il variopinto e interessante mercato della città.

Pernottamento in hotel.

### 5° Giorno : Lhasa

Prima colazione in hotel. Visita al notevole Palazzo Potala, precedente casa dei Dalai Lama. fino a che il 14° Dalai Lama fuggì a Dharamsala, India, in seguito all'invasione ed alla fallita rivolta del 1959.

Attualmente il Palazzo del Potala è stato convertito in museo dal governo cinese. Al

termine della visita breve trasferimento a Drepung per la visita del Monastero.

Fondato nel 1416 e utilizzato per la formazione dei Lamas è uno dei più grandi del mondo e fra i più ricchi, qui infatti è conservata la migliore collezione di statue e oggetti sacri antichi del Tibet. Durante il suo massimo splendore, Drepung ospitava più di 10.000 monaci. Rientro a Lhasa.

Pernottamento in hotel.

### 6° Giorno : Lhasa

Prima colazione in hotel.

Giornata a disposizione per ulteriori visite conoscitive di questa città, cuore e anima del Tibet e simbolo soprattutto per gli occidentali, che ogni anno affollano le vie del centro alla ricerca di un'ispirazione speciale.

Pernottamento in hotel.

### 7° Giorno : Lhasa - Kathmandu

Prima colazione in hotel. Trasferimento all'aeroporto di Gonggor e partenza con volo di linea per il rientro a Kathmandu.

Arrivo, operazioni di immigrazione e trasferimento in hotel. Tempo libero per relax o per shopping nel famoso quartiere di Thamel a Kathmandu. Pernottamento in hotel.

### 8° Giorno : Kathmandu - Partenza

Prima colazione in hotel e tempo libero fino al trasferimento all'aeroporto di Kathmandu. Partenza con voli per il rientro alle città di origine.

