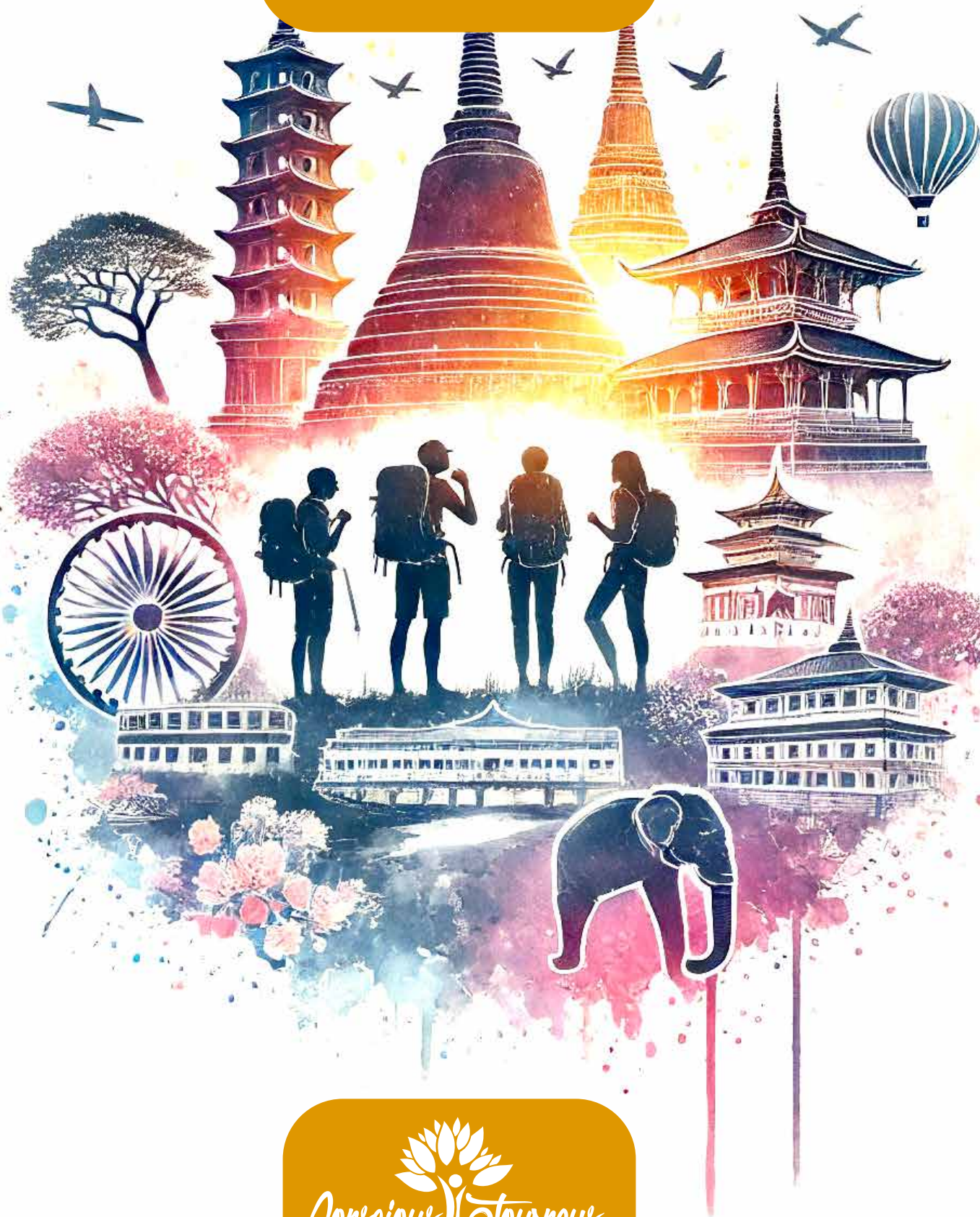


VIAGGI DI
Gruppo

CATALOGO 2025




Conscious Journeys

www.consciousjourneys.com

Indice

Turismo Consapevole ed Esperienziale _____	pag. 4
Conscious Journeys _____	pag. 7
Tutto il meglio dell'Asia _____	pag. 8
I nostri itinerari _____	pag. 11
Tipologie _____	pag. 12

3

Viaggi di Gruppo

11/01/2025 — India: Speciale Pongal - L'essenza dell'India del Sud _____	pag. 14
06/02/2025 — India: Speciale Kumbh Mela - Il Pellegrinaggio del Kumbh Mela _____	pag. 16
19/02/2025 — India: Speciale Shivaratri - Il Triangolo d'oro dell'India e Varanasi _____	pag. 18
05/03/2025 — Bhutan: Speciale Punakha Festival - L'essenza del Bhutan _____	pag. 20
05/03/2025 — India: Speciale Holi Festival - Rajasthan Rurale _____	pag. 22
14/03/2025 — India: Il Triangolo d'oro dell'India e Varanasi _____	pag. 24
30/03/2025 — India e Bhutan: Speciale Festival di Paro - Sikkim e Bhutan _____	pag. 26
03/04/2025 — India: Speciale Basanti Durga Puja - Il sacro Gange _____	pag. 28
19/04/2025 — Sri Lanka: L'essenza dello Sri Lanka _____	pag. 30
01/07/2025 — India: Speciale Hemis Festival - Viaggio in Ladakh _____	pag. 32
01/08/2025 — Sri Lanka: I tesori dello Sri Lanka: Esala Perahera _____	pag. 34
02/08/2025 — India: Il triangolo d'oro del Rajasthan _____	pag. 36
09/08/2025 — India: Ladakh, meditazione, esperienza monastica e trekking _____	pag. 38
14/08/2025 — India: La Valle dello Spiti, un caleidoscopio himalayano _____	pag. 40
27/09/2025 — India: Speciale Navaratri - Il sacro Gange _____	pag. 42
01/10/2025 — Bhutan: Speciale Thimphu Festival - L'essenza del Bhutan _____	pag. 44
16/10/2025 — India: Speciale Diwali - L'essenza dell'India del Sud _____	pag. 46
25/10/2025 — India: Il Triangolo d'oro dell'India e Varanasi _____	pag. 48
02/11/2025 — India e Bhutan: Sikkim e Bhutan _____	pag. 50
24/12/2025 — India: Il sacro Gange _____	pag. 52
27/12/2025 — India: Il Triangolo d'oro dell'India e Varanasi _____	pag. 54
28/12/2025 — Bhutan: Speciale Nabji Festival - Il meglio del Bhutan _____	pag. 56

Turismo Consapevole ed esperienziale

Il turismo consapevole è sinonimo stretto di viaggiare con coinvolgimento, passione e crescita personale. Tramite il **turismo consapevole** cerchiamo di favorire un **incontro autentico**, sincero e intimo tra la **saggezza orientale** e il **pragmatismo occidentale**, in modo che l'esperienza di viaggio possa essere **rielaborata** in modo creativo nella **vita personale** di tutti gli individui e delle comunità coinvolte. A tal fine ogni tour diventerà un **percorso di crescita personale** attraverso uno scambio reciproco tra i viaggiatori e le comunità locali. Il nostro motto è

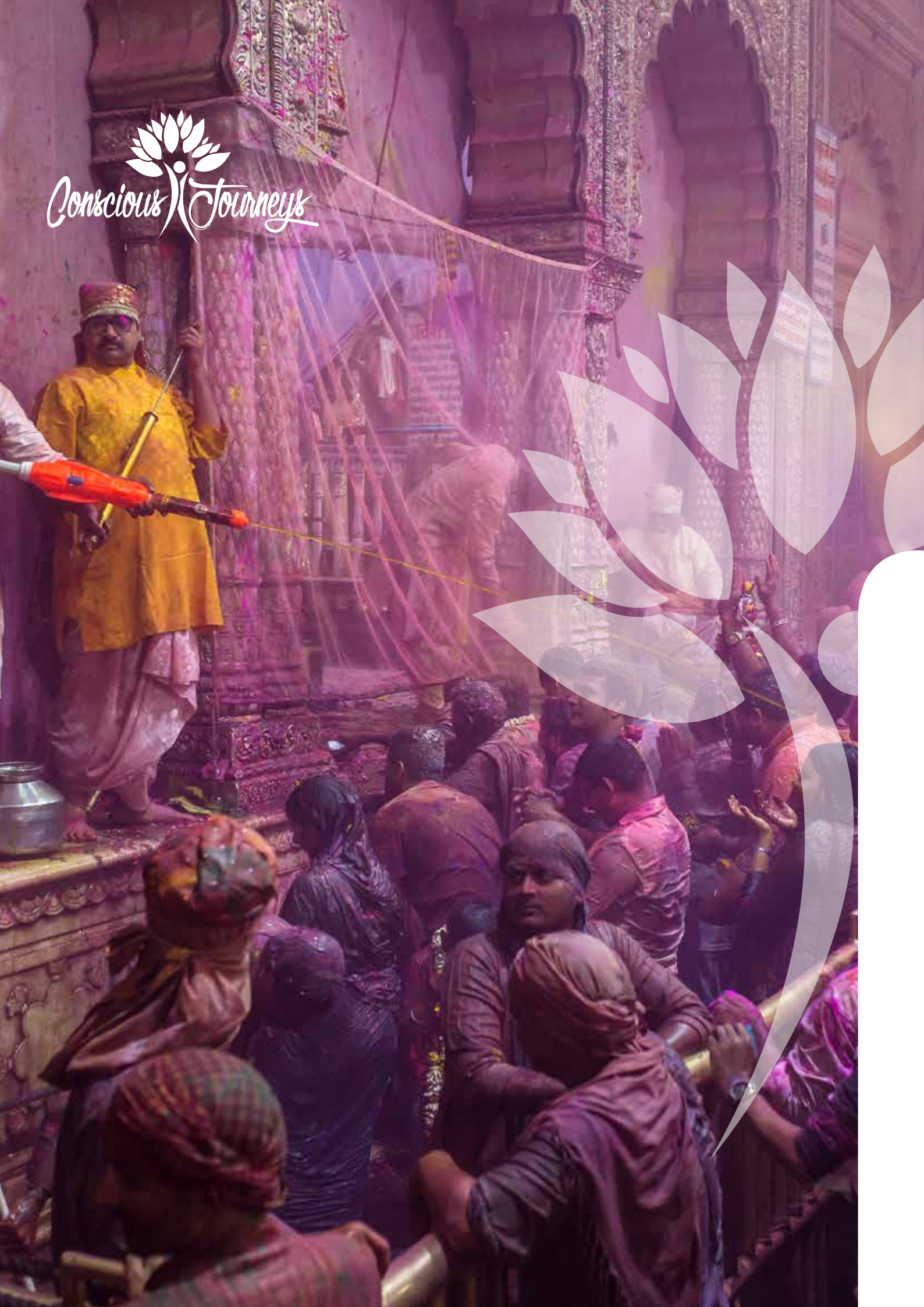
“riscoprire se stessi attraverso il viaggio”. Così anche il turismo esperienziale è **un nodo di viaggiare che coinvolge i partecipanti in una serie di attività indimenticabili con un forte impatto personale. Attività che colpiscono tutti i sensi e creano connessioni a livello fisico, emotivo, spirituale, sociale e intellettuale. I nostri itinerari sono stati progettati per tutti quei viaggiatori che vogliono vivere esperienze esclusive, uniche e dal valore inestimabile e che apportino benefici alla propria salute e a quella del pianeta.**






Conscious Journeys


Conscious Journeys





Conscious Journeys è un **DMC** (Destination Management Company) specializzato in **viaggi consapevoli ed esperienziali** nei Paesi asiatici, con sede principale in **India** (Kolkata), e filiali in **Sri Lanka** (Kochchikade), **Bhutan** (Thimpu), **Thailandia** (Bangkok) e **Birmania** (Yangon).

Siamo il tuo partner ideale per organizzare il tuo tour in Asia. Abbiamo una profonda conoscenza di ogni destinazione, pertanto **siamo in grado di selezionare le migliori esperienze** che potrai vivere durante il tuo tour. Ci sono luoghi in Asia in grado di stupirti per la straordinaria bellezza della natura e della cultura delle antiche civiltà. Intraprendere un vero e proprio viaggio, non significa soltanto visitare le città più conosciute per spuntarle dalla propria lista di luoghi da visitare. Significa anche **vivere le**

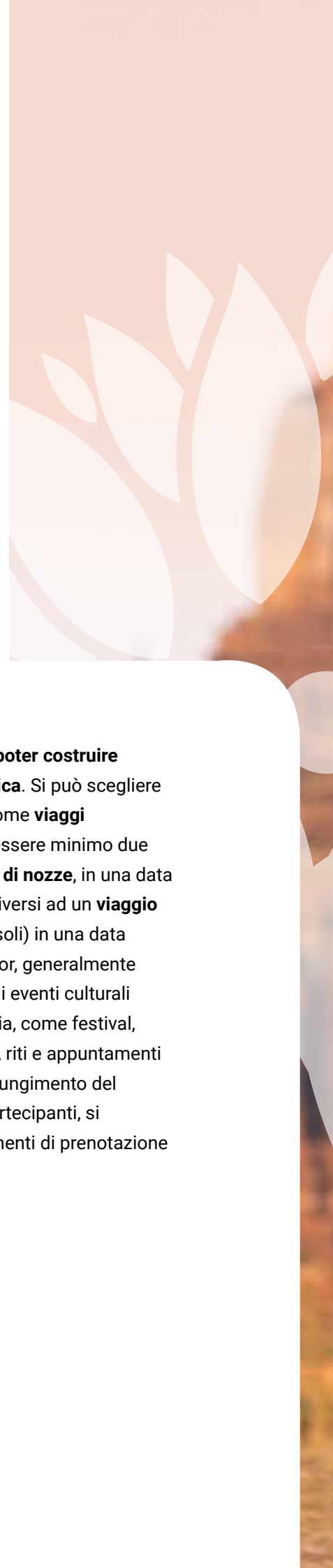
Conscious Journeys

esperienze più significative disponibili in quei luoghi, e noi vogliamo **farvi scoprire la vera anima e l'essenza culturale** di ogni destinazione, che sarà il souvenir più importante da portare a casa dopo il viaggio. Viaggiando con noi, avrai la possibilità di **esplorare** i nostri luoghi **in modo più profondo**, senza soffermarsi soltanto sugli aspetti "turistici". Per noi il turismo esperienziale è il fulcro del nostro lavoro, affinché tutti i nostri viaggiatori possano **avere l'opportunità di vivere un'esperienza culturale, sociale ed emozionale.**

Tutto il meglio dell'Asia

Conscious Journeys propone **viaggi organizzati** in alcuni paesi dell'Asia, come India, Bhutan, Sri Lanka, Nepal, Birmania, Thailandia, Malesia e isole Maldive. Potrete vivere **esperienze coinvolgenti** in **totale sicurezza** e soprattutto **senza pensieri**, in quanto saremo noi a occuparci di tutto, assistendo il cliente in qualunque situazione, in particolare nella **scelta di hotel e resort di qualità**, **guide specializzate** e **autisti privati**, ma soprattutto a predisporre **incontri con associazioni, cooperative del commercio equo e solidale** (siamo anche partner Altromercato) e **comunità che costituiscono il terreno culturale**

per eccellenza dove poter costruire un'esperienza autentica. Si può scegliere tra diverse formule come **viaggi individuali** (bisogna essere minimo due partecipanti) e **viaggi di nozze**, in una data flessibile, oppure iscriversi ad un **viaggio di gruppo** (anche da soli) in una data scelta dal tour operator, generalmente coincidenti con grandi eventi culturali che si svolgono in Asia, come festival, celebrazioni religiose, riti e appuntamenti aggregativi, e al raggiungimento del numero minimo di partecipanti, si avvieranno i procedimenti di prenotazione per tutti gli iscritti.




Conscious Journeys




Conscious Journeys





I nostri itinerari

Negli itinerari, che ad una prima lettura possono sembrare uguali, si celano talvolta **differenze comprensibili** solo agli **addetti ai lavori**, constatabili solo a viaggio concluso, talvolta, quando ci capita di confrontare la nostra con l'altrui esperienza.

Scopriamo così che **potevamo evitarci** una levataccia o una fatica inutile, che **siamo passati accanto ad un luogo di interesse** e non l'abbiamo visto, che per risparmiare su un hotel abbiamo **fatto due volte la stessa strada** e ci siamo anche privati di uno spettacolo inconsueto o di un piacevole momento di relax... La **qualità del viaggio non è data solamente dalle stelle dell'hotel**, nasce dalla **conoscenza, dall'esperienza,**

dalla sensibilità e dalla cultura di chi lo progetta, da una **filosofia** che pone al centro il viaggio ed il viaggiatore con le sue esigenze e i suoi interessi. **Scegliamo attentamente** le strutture di accoglienza che non sono dei semplici hotel ma spesso **eco-lodge o piccoli resort, alberghi di charme** o in posizioni esclusive, che lasciano nell'ospite l'impronta della loro atmosfera. Soggiornare in queste strutture significa **compiere un viaggio nel viaggio**. Nelle località che non offrono un'ampia possibilità di scelta, optiamo comunque sempre per le **sistemazioni migliori**.

Tipologie

Viaggi di gruppo

I nostri **viaggi di gruppo** sono ideali per chi desidera un'esperienza condivisa, con **date fissate dal tour operator** per partecipare a **festival ed eventi unici**. Questi viaggi permettono al singolo viaggiatore di unirsi a un gruppo formato da Conscious Journeys. **Ogni viaggio di gruppo si attiva al raggiungimento del numero minimo di partecipanti**, garantendo un'esperienza ben organizzata. Per partire, è necessario **consultare il Calendario Partenze**. Gli itinerari dei viaggi di gruppo, che possono includere l'opzione di rilassarsi in una destinazione balneare asiatica, sono dettagliatamente descritti nel nostro catalogo. Ogni itinerario ha una legenda che specifica se è disponibile come viaggio di gruppo o privato, permettendo una scelta informata.

Viaggi individuali

I nostri **viaggi individuali** sono perfetti per chi **cerca autonomia e personalizzazione**. Si può scegliere un itinerario con una **data di partenza flessibile**, con l'opzione di aggiungere **estensioni su misura**. Queste possono includere **soggiorni al mare, ritiri di meditazione o esperienze yoga**. Il team di Conscious Journeys si dedica all'organizzazione di ogni dettaglio, dalla scelta di autisti privati e guide specializzate, al soggiorno in strutture di alto livello. Inoltre, si organizzano incontri con associazioni locali, cooperative e comunità tribali, offrendo un'immersione profonda nella cultura del paese ospitante. Questa esperienza unica rimarrà impressa nella memoria del viaggiatore per molto tempo. I **viaggi individuali rappresentano quindi una scelta ideale** per chi desidera un viaggio che rifletta pienamente i propri interessi e stile personale.

Viaggi di nozze

I nostri **viaggi di nozze** offrono un'esperienza **unica e personalizzabile**. Oltre a un **indimenticabile tour culturale**, includono un **soggiorno in un resort marino** per un meritato relax post-matrimonio. Questi viaggi sono perfetti per le coppie che desiderano **esplorare la cultura locale**, immergendosi nella natura e nelle tradizioni, senza rinunciare al comfort e alla bellezza di destinazioni paradisiache. Il nostro obiettivo è rendere ogni luna di miele **un'avventura ricca di emozioni e scoperte**. Scoprirete destinazioni affascinanti e potrete personalizzare ogni aspetto del vostro viaggio di nozze, assicurandovi che sia esattamente come lo avete sempre sognato. I nostri viaggi di nozze sono un connubio perfetto di esplorazione culturale e relax in destinazioni da sogno.



Partenza Speciale per il Pongal

India

L'essenza dell'India del Sud

L'itinerario proposto esplora i luoghi più straordinari e la diversità culturale e naturale dell'India del Sud, dalla famosa architettura dei templi del Tamil Nadu alla ricca eredità spirituale della regione. Partendo da Chennai, il viaggio attraversa importanti siti culturali come il tempio Kapaleeshwarar, Dakshinachitra, Mahabalipuram, Thiruvannamalai, Auroville a Pondicherry, e templi emblematici a Chidambaram, Kumbakonam, e Madurai, fino

a giungere a Kochi con i suoi templi induisti. Il tour include anche una visita al parco nazionale di Periyar e si conclude a Kumarakom con l'esperienza di turismo responsabile "Village life experience" per scoprire la vita autentica dei villaggi nelle backwaters del Kerala.



12
GIORNI



Viaggio di Gruppo (min. 1 persona - il viaggio verrà confermato al raggiungimento del minimo degli iscritti)



Viaggio privato (min. 2 persone - partenza individuale)

Partenza di Gruppo programmata: 11 Gennaio 2025

PONGAL

Il Pongal è una festa tradizionale indiana, particolarmente celebrata nello stato del Tamil Nadu. Si svolge a metà gennaio e segna la fine del raccolto invernale. Dedicata al sole e alle forze della natura, Pongal è una celebrazione della prosperità agricola. Pongal rappresenta un momento di ringraziamento per l'abbondanza dei raccolti e di preghiera per un futuro prospero.



Itinerario

GIORNO 1 - ARRIVO A CHENNAI

Arrivo a Chennai con trasferimento in hotel. Visita alla città include il tempio Kapaleeshwarar del VII secolo, in stile dravidico, e la Basilica di San Tommaso.

Possibile visita pomeridiana a una ONG per i viaggi di gruppo. Pernottamento a Chennai. (C)

GIORNO 2 - MAHABALIPURAM

Dopo colazione, partenza per Thiruvannamalai con sosta a Dakshina Chitra, ONG che preserva le tradizioni artistiche e architettoniche del Sud India. Successivamente, trasferimento a Mahabalipuram, antica città Pallava con straordinari monumenti dravidici come il tempio sulla spiaggia, i Pancha Rathas, e il tempio Thirukadalmalai. Cena e pernottamento a Thiruvannamalai. (C, C)

GIORNO 3 - THIRUVANNAMALAI

Visita a Thiruvannamalai, città sacra dedicata al culto di Lord Shiva e alle pendici del vulcano Arunachala. Esplorazione del tempio di Arunachaleshwara e possibilità di salire verso le grotte di meditazione

di Shri Ramana Maharishi. Visita all'ashram di Sri Ramana Maharshi, saggio vissuto qui fino al 1950, con il suo Samadhi come luogo di pellegrinaggio. Pernottamento a Thiruvannamalai. (C, C)

GIORNO 4 - PONDICHERRY

Trasferimento a Pondicherry dopo pranzo, città nota per il suo lungomare, le ampie strade, l'eredità culturale e architettonica francese, e l'Ashram di Sri Aurobindo. Il tour include la visita all'Ashram, alla Chiesa del Sacro Cuore di Gesù, e ai musei commemorativi di Bharti e Bharthidasan, evidenziando l'unicità culturale e architettonica di questa ex colonia francese. Pernottamento a Pondicherry. (C)

GIORNO 5 - VISITA AD AUROVILLE

Visita mattutina ad Auroville, città internazionale dedicata alla pace e armonia, fondata nel 1968. Dopo un video esplicativo al centro visitatori, tour dei giardini di Matrimandir, simbolo architettonico con un globo dorato. Inclusa una sessione su Sri Aurobindo e lo Yoga integrale, seguita da un giro in bicicletta



per esplorare Auroville, conoscendo la sua Carta e i progetti in atto: architettonici, agricoli e finanziari. Pernottamento a Pondicherry. (C, P)

GIORNO 6 - CHIDAMBARAM

Dopo colazione, partenza per Chidambaram per visitare il tempio dedicato a Shiva Nataraj, unico nel suo genere in India. Successivo trasferimento a Kumbakonam, città nota per la sua densità di templi. Check-in in hotel seguito da una visita al villaggio di Dharasuram, famoso per il tempio Airavateswara, della dinastia Chola e patrimonio UNESCO. Per i viaggi di gruppo, serata con danza Bharathanatyam e cena vegetariana. Pernottamento a Kumbakonam. (C, C)

GIORNO 7 - KUMBAKONAM

Dopo colazione, partenza verso Madurai con una sosta a Tanjore per visitare il tempio Brihadishvara, capolavoro dell'architettura Chola. Proseguimento verso Madurai. Visita guidata della città, inclusi il palazzo reale e i templi Sri Meenakshi e Alagar Koil. Pernottamento a Madurai. (C)

GIORNO 8 - MADURAI

Visita facoltativa al tempio Sri Meenakshi al mattino presto. Dopo colazione, trasferimento a Periyar, con check-in a Thekkady. Visita alla Riserva di Periyar, riserva per la tutela delle tigri e Parco Nazionale, noto per la sua biodiversità e bellezza naturale. Tempo libero per esplorare e rilassarsi nel parco. Pernottamento a Periyar. (C, C)

GIORNO 9 - TRASFERIMENTO A KOCHI

Dopo colazione, trekking guidato di circa 3 ore nella Riserva di Periyar per esplorare la diversità naturale, con possibilità di osservare uccelli, farfalle e fauna selvatica. Nel pomeriggio, trasferimento a Kochi e check-in a Fort Kochi. Tempo libero per esplorare il porto naturale e i siti storici della città. Pernottamento a Kochi. (C)

GIORNO 10 - VISITA A KOCHI

Dopo colazione, tour di mezza giornata per esplorare Kochi, visitando la città ebraica, la sinagoga, il mercato delle spezie, il Mattancherry Palace (Dutch Palace), la St. Francis Church e le Cheena Vala. Tempo libero nel pomeriggio. In serata, spettacolo di Kathakali. Pernottamento a Kochi. (C) Nota: la sinagoga e il Dutch Palace sono chiusi rispettivamente venerdì e sabato, e il Dutch Palace il venerdì.

GIORNO 11 - BACKWATERS DI KUMARAKOM

Trasferimento mattutino a Kumarakom per una crociera nelle Backwaters e visita alla riserva per uccelli. Partecipazione al "Village life experience" per un'immersione nella vita locale. Rientro a Kochi nel pomeriggio, con tempo libero e possibilità di trattamenti ayurvedici. Pernottamento a Kochi. (C, P)

GIORNO 12 - YANGON - MACLEOD

Trasferimento all'aeroporto di Kochi e partenza con volo internazionale.

- Soggiorni
- CHENNAI
 - THIRUVANNAMALAI
 - PONDICHERRY
 - KUMBAKONAM
 - MADURAI
 - PERIYAR
 - KOCHI



Partenza Speciale per il Kumbh Mela

India

Il Pellegrinaggio del Kumbh Mela

Il Kumbh Mela è un importante pellegrinaggio induista che si tiene ogni tre anni in diverse città sacre dell'India, attirando milioni di fedeli per immergersi in fiumi sacri, un rituale dalle origini mitologiche. L'itinerario descritto inizia a Calcutta, dove si esplorano le tradizioni locali e si visita una cooperativa di commercio equo e solidale. Si prosegue verso Varanasi, città sacra sulle rive del Gange, e poi a Prayag (Allahabad) per partecipare al Kumbh Mela

durante la festività del Maghi Purnima, con la possibilità di interagire con Sadhu e guide spirituali. Successivamente, si visita Deradhun per conoscere il lavoro dell'attivista Vandana Shiva, e si prosegue verso Rishikesh e Haridwar, luoghi di meditazione e profonda spiritualità. Il viaggio si conclude a Nuova Delhi, con visite a monumenti storici, musei e mercati vivaci, offrendo un'immersione completa nella ricchezza culturale e spirituale dell'India.



12
GIORNI



Viaggio di Gruppo (min. 1 persona - il viaggio verrà confermato al raggiungimento del minimo degli iscritti)



Partenza di Gruppo programmata: 6 Febbraio 2025

KUMBH MELA

Il Kumbh Mela è un importante festival religioso indù e il più grande raduno pacifico del mondo, che si svolge in India. Si tiene ciclicamente in quattro luoghi sacri lungo fiumi importanti: Allahabad (ora Prayagraj), Haridwar, Nashik e Ujjain. Il festival ruota attorno a un rito di purificazione, con milioni di pellegrini che si immergono nelle acque sacre per lavare i propri peccati e ottenere la salvezza.



itinerario

GIORNO 1 - VISITA A CALCUTTA

Arrivo a Calcutta, check-in in hotel e breve riposo. Visita alla cooperativa Silence, che fornisce formazione tecnica a persone con disabilità, con focus su produzione di candele, incenso e cartoline. La visita include una spiegazione del linguaggio dei segni e dura fino al tardo pomeriggio. Pernottamento a Calcutta (P).

GIORNO 2 - SPIRITUALITÀ DI CALCUTTA

Dopo colazione, visita al tempio di Dakshineswar dedicato a Bhavatarini, con attraversamento del fiume Gange per raggiungere il complesso di Belur Math, sede della Ramakrishna Mission. Dopo pranzo, visita alla Mission of Charity di Madre Teresa e partecipazione alla cerimonia serale dell'Aarati al tempio Iskon. Cena al ristorante vegetariano del tempio Govindam. Pernottamento a Calcutta (C, C).

GIORNO 3 - TRASFERIMENTO A VARANASI

Dopo colazione, tour a piedi nel nord di Calcutta per esplorare il patrimonio culturale della città, con

visita ai palazzi nobiliari, al villaggio dei ceramisti di Kumartuli e ai vivaci negozi locali. Nel pomeriggio, visita al Museo Indiano, alla Victoria Memorial Hall, alla Chiesa di San Giovanni e al Tempio di Kali. Treno notturno per Varanasi. Pernottamento in treno.

GIORNO 4 - VISITA A VARANASI

Arrivo a Varanasi, trasferimento in hotel e riposo. Visita guidata della città, inclusi i templi Kashi Vishwanath, Kal Bhairava, Durga Kund e Annapoorna, iniziando dal tempio di Shiva Kal Bhairav. Esplorazione dei ghat principali di Benares. In serata, partecipazione al rituale del Ganga Aarti Puja al Dasaswamedh Ghat. Pernottamento a Varanasi (C).

GIORNO 5 - SPIRITUALITÀ DI VARANASI

La mattina presto, cerimonia dell'aarti Puja all'Assi Ghat e possibilità di partecipare a lezioni di yoga con i pellegrini. Prima dell'alba, escursione in barca sul Gange per osservare il sorgere del sole e i rituali mattutini. Rientro in hotel per colazione. Visita guidata ai luoghi di cremazione di Varanasi, inclusi un



Mukti Bawan e il Manikarnika Ghat. Visita al tempio di Shiva Mahadev, con possibilità di partecipare a una Rudrabhishek. Pernottamento a Varanasi (C).

GIORNO 6 - PRAYAGRAJ

Dopo colazione, tempo libero per esplorare i ghat lungo il Gange. Successivamente, trasferimento a Prayagraj (Allahabad) (circa 3 ore) e check-in in hotel o campo tendato. Visita al Triveni Sangam, la confluenza dei fiumi Ganga, Yamuna e Sarawati, un luogo sacro per la religione indù. Pomeriggio libero per un primo contatto con il raduno induista del Kumbh Mela. Pernottamento ad Allahabad (C, C).

GIORNO 7 - KUMBH MELA

Questa giornata sarà interamente dedicata alla partecipazione al Kumbh Mela, il più grande raduno religioso al mondo, che si tiene ogni tre anni a rotazione tra le città sacre di Allahabad, Haridwar, Ujjain e Nasik. A febbraio 2025, l'Ardh Kumbh Mela si terrà ad Allahabad, dove pellegrini induisti si riuniranno lungo le rive del Triveni Sangam per purificarsi nelle sacre acque e cercare la liberazione (Moksha). Avremo l'opportunità di assistere alla celebrazione del Maghi Purnima il 12 febbraio. Pernottamento ad Allahabad (C, P, C).

GIORNO 8 - VANDANA SHIVA

Al mattino, volo per Dehradun e trasferimento in auto a Rishikesh, la città famosa per lo yoga. Partecipazione a una lezione di yoga, seguita dalla colazione in hotel. Successivamente, tour di Rishikesh con visita

al Lakshman Jhoola, un ponte sospeso sul Gange, e passeggiata fino a Sivanand Jhoola, noto anche come Ram Jhoola. Visita alla zona di Swargashram, un luogo tranquillo e sereno pieno di ashram e negozi lungo il fiume. Pernottamento a Rishikesh (C).

GIORNO 9 - HARIDWAR

Lezione di yoga al mattino presso l'Ashram Neeketan Yoga. Dopo colazione, visita al "Beatles Ashram" a Rishikesh. Nel pomeriggio, escursione a Haridwar con visita ai templi Chandi Devi e Maya Devi, e partecipazione alla cerimonia di Aarti a Har-Ki-Pauri. Rientro a Rishikesh. Pernottamento a Rishikesh (C).

GIORNO 10 - TRASFERIMENTO A DELHI

Presto al mattino, lezione di yoga all'Ashram Neeketan Yoga. Dopo colazione, trasferimento in auto a Delhi (circa 4/5 ore) e check-in in hotel per riposo. Nel pomeriggio, visita al Gurudwara Bangla Sahib. Pernottamento a Delhi (C).

GIORNO 11 - VISITA A DELHI

Visita guidata al quartiere di Paharganj con ex bambini di strada. Pranzo a Paharganj, poi tour della vecchia Delhi, incluso il Forte Rosso (esterno), Jama Masjid, Chawri Bazar e Raj Ghat. Pernottamento a Delhi (C).

GIORNO 12 - PARTENZA

Trasferimento in auto all'aeroporto di Delhi e partenza con volo internazionale.

Soggiorni

- CALCUTTA
- TRENO NOTTURNO
- VARANASI
- ALLAHABAD
- RISHIKESH
- DELHI



Partenza Speciale per Shivaratri

India

Il Triangolo d'oro dell'India e Varanasi

Questo itinerario è perfetto per chi visita l'India per la prima volta, condensando in 10 giorni le meraviglie del Nord e la spiritualità di Varanasi. Il viaggio inizia a Delhi, con la visita alla città vecchia guidati da una ONG che sostiene i bambini di strada. Prosegue a Jaipur, la città rosa, e ad Agra per ammirare il celebre Taj Mahal. Si continua a Khajuraho, con le sue sculture erotiche che celebrano l'arte e l'amore indiano, fino a Varanasi, città sacra sulle rive

del Gange e centro di spiritualità millenaria. Il tour si conclude a Delhi, offrendo un'esperienza indimenticabile tra cultura, storia e tradizioni uniche.



**10
GIORNI**



Viaggio di Gruppo (min. 1 persona - il viaggio verrà confermato al raggiungimento del minimo degli iscritti)



Viaggio privato (min. 2 persone - partenza individuale)

Partenza di Gruppo programmata: 19 Febbraio 2025

SHIVARATRI

Shivaratri è una importante festa indù dedicata al dio Shiva, celebrata durante la notte senza luna del mese di febbraio o marzo. I devoti osservano digiuni, eseguono rituali e pregano tutta la notte, cantando inni sacri e offrendo latte, acqua e fiori al lingam di Shiva. La festività simboleggia la vittoria della luce sull'oscurità.



itinerario

GIORNO 1 - VISITA A DELHI

Arrivo a Delhi e trasferimento in hotel. Visita della vecchia Delhi, incluso il Forte Rosso (esterno), la Jama Masjid e le strade di Chawri Bazar. Visita a Raj Ghat. Nel pomeriggio, visita di Nuova Delhi con l'India Gate e il Parlamento, seguita dal Gurudwara Bangla Sahib. Trasferimento in hotel. Pernottamento a Delhi (C)

GIORNO 2 - TRASFERIMENTO A JAIPUR

Visita al quartiere povero di Paharganj guidata da giovani di una ONG, che educa e forma professionalmente i ragazzi di strada. Passeggiata con un ex bambino di strada ora impiegato. Trasferimento a Jaipur. Pernottamento a Jaipur (C).

GIORNO 3 - VISITA DI JAIPUR

Visita all'Hawa Mahal e Amber Fort. Dopo pranzo, visita al museo Anokhi. Nel pomeriggio, esplorazione

del Palazzo Reale e della città antica di Jaipur con i suoi palazzi, templi e Haveli. Passeggiata per comprendere la storia. Pernottamento a Jaipur. (C)

GIORNO 4 - TRASFERIMENTO A AGRA

Trasferimento ad Agra via autostrada e pranzo in un ristorante sostenuto da una ONG per le donne vittime di attacchi con l'acido. Visita guidata della città vecchia di Agra, inclusa la Jama Masjid, il tempio Manka Meshwar, il mercato delle spezie Rawatpara, e il trambusto di Johri Bazar. Al tramonto, visita al Taj Mahal. Pernottamento a Agra (C, P).

GIORNO 5 - TRASFERIMENTO KHAJURAHOO

Trasferimento in stazione e partenza con treno veloce per Khajuraho (7h). Arrivo e sistemazione in hotel e visita guidata alla città antica con spiegazione del sistema delle caste. Pernottamento a Khajuraho (C)



Conscious Journeys

GIORNO 6 - VISITA DI KHAJURAHOO

Visita del complesso templare di Khajuraho, famoso per le sculture erotiche e patrimonio dell'UNESCO, con esplorazione dei gruppi orientale, meridionale e occidentale. Nel pomeriggio tempo libero per visitare la cittadina. Pernottamento a Khajuraho. (C)

GIORNO 7 - VISITA DI VARANASI

Dopo colazione, trasferimento in aeroporto per il volo a Varanasi. Arrivo, check-in in hotel e visita guidata alla città sacra, con i suoi antichi templi e i ghat principali, tra cui il Manikarnika Ghat, noto per le cremazioni rituali. In serata partecipazione al Ganga Aarti Puja, il suggestivo rituale serale sul Dasaswamedh Ghat. Pernottamento a Varanasi. (C)

GIORNO 8 - SPIRITUALITÀ DI VARANASI

Al mattino presto partecipazione alla cerimonia

dell'Aarti Puja presso Assi Ghat, seguita da un'escursione in barca sul Gange per ammirare l'alba e i rituali lungo il fiume. Dopo colazione, visita guidata ai luoghi legati alla percezione della morte nella cultura hindù, tra cui un Mukti Bawan e il Manikarnika Ghat. A seguire, visita al tempio dedicato a Shiva Maha Mrityunjay con il suo antico pozzo curativo. Pernottamento a Varanasi (C)

GIORNO 9: VISITA A SARNATH

Dopo colazione, tempo libero per esplorare i ghat lungo il Gange. Nel pomeriggio visita a Sarnath, luogo in cui Buddha insegnò per la prima volta il Dharma, uno dei quattro siti sacri per la comunità buddista. Pernottamento a Varanasi. (C)

GIORNO 9: RIENTRO A CASA

Al mattino volo per Delhi e partenza con volo.

Soggiorni

- DELHI
- JAIPUR
- AGRA
- KHAJURAHOO
- VARANASI



Partenza Speciale per il Punakha Festival

Bhutan

L'essenza del Bhutan

Questo itinerario di 9 giorni è progettato per offrire una panoramica dei luoghi più importanti del Bhutan. Il paese, noto per la sua sacralità verso la natura e la conservazione delle specie a rischio, è anche l'ultimo baluardo del buddhismo Vajrayana. Durante il tour, i visitatori esploreranno luoghi sacri come il monastero di Paro Taktshang, benedetto dal maestro tantrico Guru Rinpoche. Inoltre, avranno l'opportunità di partecipare a una giornata di meditazione con

i monaci buddhisti al monastero di Dongkola e visitare organizzazioni a Thimphu che promuovono l'educazione giovanile attraverso le arti tradizionali bhutanesi.



Viaggio di Gruppo (min. 1 persona - il viaggio verrà confermato al raggiungimento del minimo degli iscritti)



Viaggio privato (min. 2 persone - partenza individuale)

Partenza di Gruppo programmata: 5 Marzo 2025

PUNAKHA FESTIVAL

Il Punakha Festival è un'importante celebrazione religiosa in Bhutan, che si tiene ogni anno nella città di Punakha. Questo festival commemora la storica vittoria del Bhutan contro le invasioni tibetane nel XVII secolo. Il festival è un momento di grande devozione e unità nazionale, oltre a essere un'importante attrazione culturale e turistica.



Itinerario

GIORNO 1 - CALCUTTA

Arrivo a Kolkata, capitale del Bengala occidentale, con trasferimento in hotel. Nel pomeriggio, breve tour della città e giro in barca sul Gange al tramonto. Pernottamento a Kolkata (C)

GIORNO 2 - SAFARI PARCO DI GORUMARA

Volo per Bagdogra e trasferimento al resort a Dooars. Dopo pranzo, safari nel parco nazionale di Gorumara per osservare la fauna selvatica. Rientro in hotel per cena. Pernottamento a Dooars (C, P, C)

GIORNO 3 - BHUTAN

Dopo colazione, visita alla comunità tribale di Rabha e trasferimento al confine di Phuentsholing per incontrare la guida bhutanesi. Proseguimento verso Thimphu, passando per il Monastero di Kharbandi Gomba e il distretto di Chhukha, con sosta ai posti

di controllo per l'immigrazione. Pernottamento a Thimphu. (C, P, C)

GIORNO 4 - VISITA A THIMPHU

Visita al CTAS con possibilità di interagire con studenti e insegnanti. Successivamente, visita al Buddha Dordenma e al mini zoo per osservare il Takin, l'animale nazionale del Bhutan. Pomeriggio libero per passeggiare nel mercato dell'artigianato. Pernottamento a Thimphu. (C, P, C)

GIORNO 5 - TRASFERIMENTO A PUNAKHA

Trasferimento a Punakha con sosta al valico di Dochula per ammirare la foresta e le montagne dell'Himalaya. Arrivo nella valle di Punakha e visita al tempio Chimi Lakhang. Pernottamento a Punakha. (C, P, C)





GIORNO 6 - VISITA A PARO

Trasferimento mattutino a Paro con visita al Punakha Dzong. Sosta al valico di Dochula per un tè o caffè, ammirando l'Himalaya. Tempo libero a Thimphu, poi proseguimento a Paro e pernottamento. (C, P, C)

GIORNO 7 - MONASTERO TAKTSANG

Escursione al famoso monastero di Taksang, con vista sul monte sacro Jhomolhari. Dopo una sosta in una casa del tè lungo il percorso, rientro nel pomeriggio per la cena. Pernottamento a Paro. (C, P, C)

GIORNO 8 - MEDITAZIONE AL MONASTERO

Dopo colazione, visita al Monastero di Dongkola con cerimonia di offerta, pranzo e attività di pulizia del tempio insieme ai monaci. Partecipazione a una sessione di meditazione nel pomeriggio. Rientro a Paro in serata. Pernottamento a Paro (C, P, C)

GIORNO 9 - PARTENZA

Trasferimento all'aeroporto di Paro e partenza con volo internazionale.





Partenza Speciale per l'Holi Festival

India Rajasthan Rurale

Questo viaggio nel Rajasthan rurale offre un'esplorazione delle città più famose e delle destinazioni meno note, promettendo un'esperienza ricca di incontri con persone straordinarie e immersione nella cultura locale. Inizia a Nuova Delhi, visitando il quartiere di Paharganj con guide di una ONG, poi prosegue verso il Taj Mahal, per poi esplorare le città del Rajasthan: Jaipur, Pushkar, Jodhpur, Udaipur, e Nawalgarh, dove si può godere della cucina

locale e, su richiesta, partecipare a corsi di cucina. Il viaggio unisce visite a siti patrimonio dell'UNESCO, incontri con comunità locali, e la scoperta delle tradizioni culturali attraverso danze e canti, offrendo un'esperienza autentica e sensoriale del Rajasthan.



11
GIORNI



Viaggio di Gruppo (min. 1 persona - il viaggio verrà confermato al raggiungimento del minimo degli iscritti)

Viaggio privato (min. 2 persone - partenza individuale)



Partenza di Gruppo programmata: 5 Marzo 2025

HOLI FESTIVAL

Holi è un vivace festival indù celebrato in tutta l'India, noto anche come la festa dei colori. Si svolge in primavera, segnando la vittoria del bene sul male e l'arrivo della nuova stagione. Durante Holi, le persone si gettano addosso polveri colorate, ballano, cantano e condividono dolci. È un momento di gioia collettiva, in cui le differenze sociali si dissolvono e si festeggia l'amore e l'amicizia.



itinerario

GIORNO 1 - ARRIVO A DELHI

Arrivo a Delhi con trasferimento in hotel per riposarsi. Dopo colazione, inizia la visita guidata della Vecchia Delhi, esplorando il Forte Rosso (solo esterno), la Jama Masjid, e le affollate strade come Chawri Bazar. Segue la visita a Raj Ghat, luogo di cremazione di Gandhi. Il pomeriggio è dedicato a Nuova Delhi, vedendo l'India Gate e il Parlamento, e termina con il Gurudwara Bangla Sahib. Pernottamento a Delhi (C).

GIORNO 2 - VISITA AL TAJ MAHAL

Al mattino visita al quartiere povero di Paharganj, nella Vecchia Delhi, guidati dai giovani di una ONG locale. Nel pomeriggio viaggio ad Agra in auto (4h). Arrivo e visita del Taj Mahal. Pernottamento ad Agra (C)

GIORNO 3 - TRASFERIMENTO A JAIPUR

Dopo colazione tour a piedi di circa 3 ore, con una

guida locale. La prima tappa sarà la Jama Masjid, poi un incontro con una famiglia locale. Successivamente visiteremo l'antico tempio Manka Meshwar, seguito dal mercato delle spezie. Poi il Johri Bazar e pranzo in un piccolo ristorante sostenuto da una ONG locale che aiuta le donne vittime di attacchi con l'acido. Successivamente trasferimento a Jaipur (4h). Pernottamento a Jaipur (C, P)

GIORNO 4 - VISITA AD AMBER FORT

Dopo colazione, partenza per Amber Fort con sosta all'Hawa Mahal. Trasporto in jeep fino al castello e, dopo pranzo, visita al museo Anokhi per esplorare l'importanza dell'artigianato locale. Nel pomeriggio, visita al Palazzo Reale e alla città antica, immergendosi nella cultura e architettura di Jaipur, con le sue fortezze, palazzi, templi e Haveli. La giornata si conclude ammirando l'artigianato, la



tradizione orafa e i giardini fioriti che caratterizzano la 'città rosa'. Pernottamento a Jaipur. (C)

GIORNO 5 - PROGETTO DI TILONIA

Trasferimento a Pushkar (3:30h). Sosta durante il tragitto a Bagru. Proseguimento fino a Tilonia, un piccolo villaggio sede di una ONG che ha avviato significativi cambiamenti sociali e ambientali. Pranzo al campus. Visita al villaggio Harmara, e incontro con un conciatore di pelle. Proseguimento verso la città sacra di Pushkar. Pernottamento a Pushkar. (C, P)

GIORNO 6 - VISITA DI PUSHKAR

Al mattino, tempo libero per passeggiare per le strade di Pushkar. Si consiglia di pranzare sul lago e di visitare il tempio Jagatpita Brahma Mandir. Pernottamento a Pushkar. (C)

GIORNO 7 - TRASFERIMENTO A JODHPUR

Partenza per Jodhpur con visita a Pokaran e al villaggio di Shikarpura. Arrivo a Mandore, check-in in guest house e safari in jeep nel villaggio Bishnoi per esplorare la cultura locale e avvistare fauna selvatica. Rientro in hotel. Pernottamento a Jodhpur (C)

GIORNO 8: JODHPUR

Dopo colazione si parte alla scoperta di Jodhpur, la

seconda città più grande del Rajasthan, conosciuta come "la città blu" per le sue costruzioni in tonalità di blu. Il tour include il Forte Mehrangarh, famoso per la sua storia e leggende, il Jaswant Thada, la torre dell'orologio e i bazar nelle strette vie della città. La giornata si conclude con il rientro in albergo. Pernottamento a Jodhpur (C)

GIORNO 9: NAWALGARH

Partenza per Nawalgarh per esplorare lo stile di vita e le tradizioni locali del Rajasthan. Visita del villaggio e delle sue haveli. Nel pomeriggio, lezione di cucina con i membri del lodge. Pernottamento a Nawalgarh. (C, C)

GIORNO 10 - VISITA A NAWALGARH

Dopo colazione, laboratorio di arte e artigianato locale. Nel pomeriggio, giro in cammello verso Dundlod e visita del villaggio. Cena serale con concerto di musica classica indiana. Pernottamento a Nawalgarh. (C, P, C).

GIORNO 11: TRASFERIMENTO A DELHI

Dopo colazione, lezione di cucina e preparazione del pranzo. Trasferimento all'aeroporto di Delhi (5h) e partenza con volo internazionale.

Soggiorni

- DELHI
- AGRA
- JAIPUR
- PUSHKAR
- JODHPUR
- NAWALGARH



India

Il Triangolo d'oro dell'India e Varanasi

Questo itinerario è perfetto per chi visita l'India per la prima volta, condensando in 10 giorni le meraviglie del Nord e la spiritualità di Varanasi. Il viaggio inizia a Delhi, con la visita alla città vecchia guidati da una ONG che sostiene i bambini di strada. Prosegue a Jaipur, la città rosa, e ad Agra per ammirare il celebre Taj Mahal. Si continua a Khajuraho, con le sue sculture erotiche che celebrano l'arte e l'amore indiano, fino a Varanasi, città sacra sulle rive

del Gange e centro di spiritualità millenaria. Il tour si conclude a Delhi, offrendo un'esperienza indimenticabile tra cultura, storia e tradizioni uniche.

**10
GIORNI**



Viaggio di Gruppo (min. 1 persona - il viaggio verrà confermato al raggiungimento del minimo degli iscritti)



Viaggio privato (min. 2 persone - partenza individuale)

Partenza di Gruppo programmata: 14 Marzo 2025



itinerario

GIORNO 1 - VISITA A DELHI

Arrivo a Delhi e trasferimento in hotel. Visita della vecchia Delhi, incluso il Forte Rosso (esterno), la Jama Masjid e le strade di Chawri Bazar. Visita a Raj Ghat. Nel pomeriggio, visita di Nuova Delhi con l'India Gate e il Parlamento, seguita dal Gurudwara Bangla Sahib. Trasferimento in hotel. Pernottamento a Delhi (C)

GIORNO 2 - TRASFERIMENTO A JAIPUR

Visita al quartiere povero di Paharganj guidata da giovani di una ONG, che educa e forma professionalmente i ragazzi di strada. Passeggiata con un ex bambino di strada ora impiegato. Trasferimento a Jaipur. Pernottamento a Jaipur (C).

GIORNO 3 - VISITA DI JAIPUR

Visita all'Hawa Mahal e Amber Fort. Dopo pranzo, visita al museo Anokhi. Nel pomeriggio, esplorazione

del Palazzo Reale e della città antica di Jaipur con i suoi palazzi, templi e Haveli. Passeggiata per comprendere la storia. Pernottamento a Jaipur. (C)

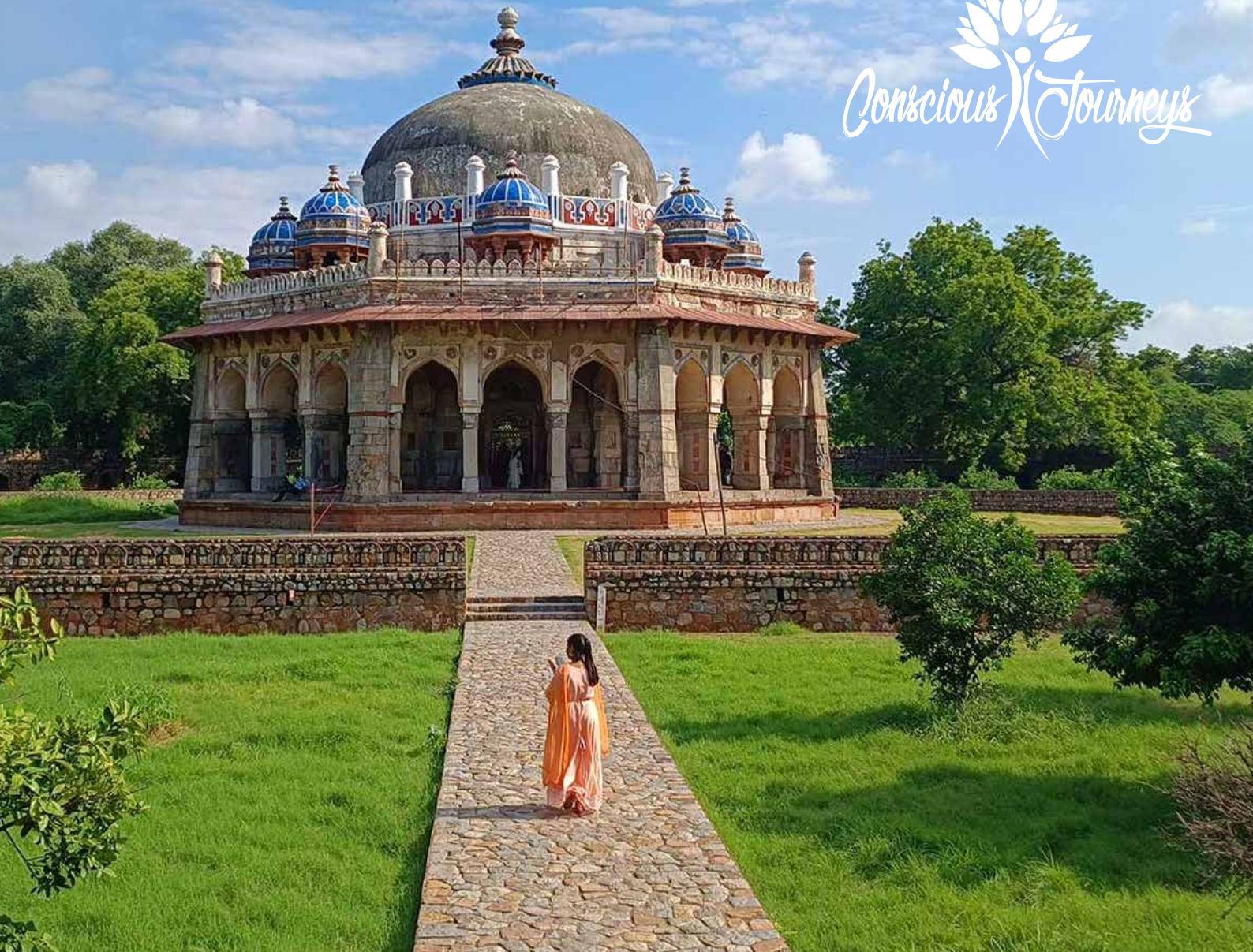
GIORNO 4 - TRASFERIMENTO A AGRA

Trasferimento ad Agra via autostrada e pranzo in un ristorante sostenuto da una ONG per le donne vittime di attacchi con l'acido. Visita guidata della città vecchia di Agra, inclusa la Jama Masjid, il tempio Manka Meshwar, il mercato delle spezie Rawatpara, e il trambusto di Johri Bazar. Al tramonto, visita al Taj Mahal. Pernottamento a Agra (C, P).

GIORNO 5 - TRASFERIMENTO KHAJURAHOO

Trasferimento in stazione e partenza con treno veloce per Khajuraho (7h). Arrivo e sistemazione in hotel e visita guidata alla città antica con spiegazione del sistema delle caste. Pernottamento a Khajuraho (C)





GIORNO 6 - VISITA DI KHAJURAHO

Visita del complesso templare di Khajuraho, famoso per le sculture erotiche e patrimonio dell'UNESCO, con esplorazione dei gruppi orientale, meridionale e occidentale. Nel pomeriggio tempo libero per visitare la cittadina. Pernottamento a Khajuraho. (C)

GIORNO 7 - VISITA DI VARANASI

Dopo colazione, trasferimento in aeroporto per il volo a Varanasi. Arrivo, check-in in hotel e visita guidata alla città sacra, con i suoi antichi templi e i ghat principali, tra cui il Manikarnika Ghat, noto per le cremazioni rituali. In serata partecipazione al Ganga Aarti Puja, il suggestivo rituale serale sul Dasaswamedh Ghat. Pernottamento a Varanasi. (C)

GIORNO 8 - SPIRITUALITÀ DI VARANASI

Al mattino presto partecipazione alla cerimonia

dell'Aarti Puja presso Assi Ghat, seguita da un'escursione in barca sul Gange per ammirare l'alba e i rituali lungo il fiume. Dopo colazione, visita guidata ai luoghi legati alla percezione della morte nella cultura hindù, tra cui un Mukti Bawan e il Manikarnika Ghat. A seguire, visita al tempio dedicato a Shiva Maha Mrityunjay con il suo antico pozzo curativo. Pernottamento a Varanasi (C)

GIORNO 9: VISITA A SARNATH

Dopo colazione, tempo libero per esplorare i ghat lungo il Gange. Nel pomeriggio visita a Sarnath, luogo in cui Buddha insegnò per la prima volta il Dharma, uno dei quattro siti sacri per la comunità buddista. Pernottamento a Varanasi. (C)

GIORNO 9: RIENTRO A CASA

Al mattino volo per Delhi e partenza con volo.

Soggiorni

- DELHI
- JAIPUR
- AGRA
- KHAJURAHO
- VARANASI



Partenza Speciale per il Festival di Paro

India & Bhutan

Sikkim & Bhutan

Il viaggio esplora i luoghi sacri del Sikkim e Bhutan, consacrati dal Guru Padmasambhava, fondatore del Buddhismo tibetano. Partendo da Bagdogra, attraverso villaggi e piantagioni di tè, si raggiunge il Sikkim, descritto come un paradiso per la sua bellezza naturale e patrimonio Buddhista. Il tour prosegue nel Bhutan, 'La Terra del Dragone Tonante', un regno che preserva intensamente la sua cultura e ambiente, e dove il Buddhismo Vajrayana

florisce. Tra monasteri antichi e paesaggi incontaminati, il viaggio offre un'immersione nella spiritualità e nelle tradizioni locali, culminando nella visita al monastero di Taktsang, 'la Tana della Tigre', simbolo della difesa e diffusione del Buddhismo.



14
GIORNI



Viaggio di Gruppo (min. 1 persona - il viaggio verrà confermato al raggiungimento del minimo degli iscritti)



Partenza di Gruppo programmata: 30 Marzo 2025

FESTIVAL DI PARO

Il Festival di Paro, o Paro Tshechu, è un importante evento religioso in Bhutan, celebrato ogni primavera. Durante il festival, si eseguono danze mascherate tradizionali che raccontano storie sacre, culminando con l'esposizione di un grande thangka raffigurante Guru Rinpoche. Questo evento attira migliaia di persone e celebra la cultura e la spiritualità del Bhutan.



Itinerario

GIORNO 1 - ARRIVO A CALCUTTA

Arrivo all'aeroporto di Calcutta, check-in in hotel e breve tour introduttivo della città, compreso un giro in barca sul Gange al tramonto. Pernottamento a Calcutta (C)

GIORNO 2 - ARRIVO A BAGDOGRA

Arrivo a Bagdogra, trasferimento a Namchi nel Sikkim Meridionale (circa 3h). Visita all'enorme complesso templare Char Dam, nella zona più alta della città, dove assisterete anche ad una cerimonia Puja. Pernottamento a Namchi. (C, C)

GIORNO 3 - MONASTERO DI PELLING

Dopo colazione, trasferimento a Pelling, visita al monastero di Pemayangtse e al lago Khachopelri. Pernottamento a Pelling (C, P, C)

GIORNO 4 - TASHIDING-RINCHENPONG

Trasferimento a Tashiding per visitare il monastero. Successivamente, arrivo a Rinchenpong, un villaggio Lepcha nel Sikkim Occidentale, e check-in alla Yangsum Heritage Farm, con vista sulle montagne. Passeggiata nella fattoria o nel vicino villaggio Lepcha. Pernottamento alla Yangsum Heritage Farm. (C, P, C)

GIORNO 5 - VILLAGGIO DI HEE BERMIOK

Trasferimento a Hee Bermiok. Esplorazione delle tradizioni culturali delle comunità locali, inclusa una visita a Reshi per rilassarsi in una sorgente d'acqua calda con proprietà curative. Pernottamento alla Yangsum Heritage Farm. (C, P, C)

GIORNO 6 - MONASTERO DI KEWZING

Visita al monastero Bon a Kewzing. Trasferimento a Rumtek. Pernottamento a Rumtek (C, C)



GIORNO 7 - VISITA A RUMTEK

Visita al monastero Rumtek e luoghi culturali in Sikkim, seguita da una visita all'Istituto di Tibetologia Namgyal. Cena e pernottamento a Doars. (C, P, C)

GIORNO 8 - TRASFERIMENTO A THIMPHU

Visita al villaggio Rabha e trasferimento a Thimphu, Bhutan, con sosta al Monastero di Kharbandi Gomba. Il viaggio offre viste sull'Himalaya, illustra progetti idroelettrici e prevede controlli per l'immigrazione. Arrivo a Thimphu dopo un percorso lungo il fiume Wang Chhu. Pernottamento a Thimphu. (C, P, C)

GIORNO 9 - VISITA DI THIMPHU

Visita alla CTA School per conoscere l'arte bhutanesa, seguita da relax in albergo. Tour al Buddha Dordenma e al mini zoo per vedere il Takin, l'animale nazionale. Tempo libero per esplorare mercati e negozi locali. Pernottamento a Thimphu. (C, P, C)

GIORNO 10 - TRASFERIMENTO A PUNAKHA

Trasferimento mattutino a Punakha con vista panoramica sull'Himalaya dal valico di Dochula. Visita al tempio Chimi Lakhang, dedicato a Drukpa Kunley. Arrivo e pernottamento a Punakha (C, P, C)

GIORNO 11 - VISITA A PARO

Trasferimento a Paro con visita al Punakha Dzong e sosta al valico di Dochula per tè o caffè con vista sull'Himalaya. Tempo libero a Thimphu per acquisti o foto, poi trasferimento a Paro e check in in albergo. Pernottamento a Paro. (C, P, C)

GIORNO 12 - MONASTERO DELLA TIGRE

Escursione al monastero di Taksang, "la Tana della Tigre", con partenza dalla valle di Paro e vista del monte Jhomolhari. Visita al famoso monastero situato a 900m di altezza con sosta in una casa del tè. Rientro per cena. Pernottamento a Paro. (C, P, C)

GIORNO 13 - MONASTERO DI DONGKOLA

Partenza per il Monastero di Dongkola con cerimonia di offerta e visita al tempio. Pranzo e attività di pulizia con i monaci, seguiti da meditazione serale. Rientro a Paro. Pernottamento a Paro (C, P, C)

GIORNO 14 - PARTENZA DA PARO

Trasferimento all'aeroporto e partenza con volo internazionale.

Soggiorni

- CALCUTTA
- NAMCHI
- PELLING
- RINCHENPONG
- RUMTEK
- THIMPHU
- PUNAKHA
- PARO



Partenza Speciale per il Basanti Durga Puja

India Il sacro Gange

Il viaggio proposto offre un'immersione nella spiritualità indiana attraverso la scoperta del fiume sacro Gange. Il Gange è venerato come una divinità dagli Indù. Il tour esplorerà diverse località lungo il fiume, mostrando la sua importanza religiosa e culturale. Si parte da Calcutta, dove si sperimentano le tradizioni e la cultura del Bengala, visitando dimore storiche, mercati locali e una cooperativa di commercio equo. Poi, a Shantiniketan, si incontrano le tribù

Bauls e si gode di un giro in barca sul Gange al tramonto. Il viaggio prosegue con un treno notturno verso Varanasi, una città sacra associata a Shiva e importante centro di pellegrinaggio. Dopo Varanasi, si visita Allahabad, noto per i suoi raduni religiosi, e si vola a Dehradun per conoscere l'attivista Vandana Shiva. Successivamente, a Rishikesh si praticherà meditazione e yoga. Si visitano anche Haridwar e infine Nuova Delhi.



**13
GIORNI**



Viaggio di Gruppo (min. 1 persona - il viaggio verrà confermato al raggiungimento del minimo degli iscritti)



Partenza di Gruppo programmata: 3 Aprile 2025

BASANTI DURGA PUJA

Il Basanti Durga Puja è una celebrazione indù in onore della dea Durga durante la primavera, particolarmente diffusa in Bengala occidentale. Simile alla Durga Puja autunnale, include rituali e preghiere, ma è meno diffusa e più intima, focalizzata sulla vittoria del bene sul male.



Itinerario

GIORNO 1 - ARRIVO A CALCUTTA

Arrivo a Calcutta, visita alla cooperativa Altromercato, Silence, che aiuta persone con disabilità attraverso formazione tecnica. Si esplorano laboratori di produzione di candele, incenso e cartoline, con introduzione al linguaggio dei segni per comunicare con gli artigiani. Pernottamento a Calcutta (P)

GIORNO 2 - SHANTINIKETAN

Shantiniketan, nota come "dimora della pace", è un importante centro di arte e cultura bengalese, fondato da Rabindranath Tagore nel 1901. Vi si arriva in treno veloce e, dopo il trasferimento presso famiglie ospitanti, si assiste a uno spettacolo di canzoni Baul. Pernottamento a Shantiniketan (C, C).

GIORNO 3 - VISITA A SHANTINIKETAN

Visita al Museo Tagore, scuola d'arte, Craft Village

e villaggio Santhal a Shantiniketan, seguita da pranzo tradizionale e programma culturale. Rientro a Calcutta con treno e giro in risciò al New Market. Pernottamento a Calcutta. (C, P)

GIORNO 4 - VISITA DI CALCUTTA

Tour di Calcutta con esplorazione culturale e storica, visite a musei e templi, seguito da viaggio notturno in treno per Varanasi. Pernottamento in treno. (C)

GIORNO 5 - VISITA A VARANASI

Arrivo e visita di Varanasi, con enfasi sulla sua cultura indù. Pernottamento a Varanasi. (C)

GIORNO 6 - VISITA A VARANASI

Dopo colazione, tour di Varanasi con visita ai principali templi e ghat, inclusi Kashi Vishwanath e Manikarnika Ghat, importanti per le cremazioni e alla



salvezza (Moksha). La sera, partecipazione alla cerimonia del Ganga Aarti Puja al Dasaswamedh Ghat. Pernottamento a Varanasi. (C)

GIORNO 7 - VISITA A PRAYAGRAJ

Dopo la colazione, visita ai Ghat del Gange e nel pomeriggio alla città buddista di Sarnath, famosa per il Parco dei Cervi dove Buddha insegnò per la prima volta il Dharma. Dopo pranzo trasferimento ad Allahabad per visitare il Triveni Sangam, luogo sacro di confluenza dei fiumi Ganga, Yamuna e Sarawati. Pernottamento ad Allahabad (C,C)

GIORNO 8 - VANDANA SHIVA CENTER

Al mattino volo per Deradhun e trasferimento a Navdanya, centro di ricerca sulla biodiversità che sostiene gli agricoltori locali e protegge colture a rischio di estinzione. Sono state ristabilite oltre 5000 varietà di colture. In serata rientro a Rishikesh. Pernottamento a Rishikesh (C, P)

GIORNO 9: VISITA A RISHIKESH

Al mattino presto, lezione di yoga allo Yoga Neeketan Ashram, seguita dalla colazione in hotel. Poi, giro turistico di Rishikesh con visita al Lakshman Jhoola, passeggiata fino a Sivanand Jhoola e visita dell'area di Swargashram. Pernottamento a Rishikesh (C)

GIORNO 10: VISITA A RISHIKESH

Al mattino presto, lezione di yoga. Visita al "Beatles Ashram" per esplorare i resti dell'ashram di Maharishi Mahesh Yogi e la Galleria della Cattedrale dei Beatles. Nel pomeriggio, visita alla città santa di Haridwar, inclusi i templi di Chandi Devi, Mayan Devi e Bhimgoda Dam. Partecipazione all'Aarti a Har-Ki-Pauri. In serata, rientro e pernottamento a Rishikesh (C)

GIORNO 11: TRASFERIMENTO A DELHI

Al mattino presto, lezione di yoga allo Yoga Neeketan Ashram, seguita dalla colazione. Trasferimento in auto a Delhi (circa 4/5 ore) e sistemazione in hotel. Visita al Gurudwara Bangla Sahib. Pernottamento a Delhi (C).

GIORNO 12: VISITA DI DELHI

Dopo colazione, visita al quartiere povero di Paharganj nella Vecchia Delhi, guidata dai giovani della ONG che lavora con i bambini di strada. Pranzo in un ristorante tipico. Nel pomeriggio, visita alle attrazioni della Vecchia Delhi, tra cui il Forte Rosso (solo esterno), la Jama Masjid, i vicoli di Chawri Bazar e Raj Ghat. Pernottamento a Delhi (C).

GIORNO 13: RIENTRO A CASA

Trasporto in macchina all'aeroporto di Delhi e partenza con volo internazionale.

- Soggiorni
- CALCUTTA
 - SHANTINIKETAN
 - CALCUTTA
 - VARANASI
 - ALLAHABAD
 - DELHI
 - RISHIKESH



Sri Lanka

L'essenza dello Sri Lanka

Questo itinerario di turismo responsabile offre un'esperienza completa in Sri Lanka, ideale per chi ha poco tempo e visita il paese per la prima volta. Include visite alle principali città come Colombo, Anuradhapura, Polonnaruwa, Dambulla e Kandy, ma anche tappe in luoghi meno turistici come Kurunegala ed Heeloya. Le attività comprendono visite a progetti di commercio equo e solidale, comunità rurali con orti biologici e risaie, oltre alle principali

attrazioni storiche e culturali del paese, come le vasche di Anuradhapura, la rocca di Sigiriya e il tempio del dente di Buddha a Kandy. Il viaggio si conclude a Nuwara Eliya, con la visita alle piantagioni di tè.



Viaggio di Gruppo (min. 1 persona - il viaggio verrà confermato al raggiungimento del minimo degli iscritti)



Viaggio privato (min. 2 persone - partenza individuale)

Partenza di Gruppo programmata: 19 Aprile 2025



Itinerario

GIORNO 1 - COLOMBO - NEGOMBO

Arrivo presto, trasferimento a Negombo. Giornata libera sulla spiaggia. Pernottamento a Negombo.

GIORNO 2 - NEGOMBO - ANURADHAPURA

Partenza presto per Kurunegala. Giornata con Selyn Fair Trade, introduzione al commercio equo. Visita al centro di tessitura e alla tintura. Pranzo. Esperienza di tessitura manuale. Visita all'asilo e al negozio. Trasferimento ad Anuradhapura e check-in in hotel. Pernottamento a Anuradhapura (C,P,C).

GIORNO 3 - ANURADHAPURA - DAMBULLA

Visita ad Anuradhapura, antica capitale dello Sri Lanka. Ammirate il Jayasri Maha Bodhi e altre attrazioni. Partenza per Aukana per vedere le sculture in pietra. Rientro a Dambulla. Pernottamento a Dambulla (C,C).

GIORNO 4 - POLO NNARUWA

Partenza per Polonnaruwa dopo colazione, visita al sito UNESCO. Pranzo in fattoria. Escursione a Sigiriya nel pomeriggio. Pernottamento a Dambulla (C,C).

GIORNO 5 - DAMBULLA - KANDY

Visita delle grotte di Dambulla dopo colazione. Trasferimento a Kandy con sosta alle piantagioni di cacao e spezie a Matale. Pranzo tradizionale presso la comunità. Visita al Tempio del Dente di Buddha a Kandy. Pernottamento a Kandy (C,P,C).

GIORNO 6 - PINNAWELA

Dopo colazione, trasferimento al centro di recupero elefanti di Pinnawala. Visita a tre templi a Pilimathalawa: il tempio Hindu di Ambakke, il tempio buddista di Lankathilaka e quello di Gadaladeniya. Ritorno a Kandy. Pernottamento a Kandy. (C, C)



GIORNO 7 - NUWARA ELIYA

Prima colazione. Visita di Kandy e del Giardino Botanico. Trasferimento a Nuwara Eliya tra le piantagioni di tè. Visita delle produzioni di tè. Rientro a Kandy nel pomeriggio. Pernottamento a Kandy. (C, C).

GIORNO 8 - PARTE NZA

Dopo la prima colazione partenza a Colombo e partenza con volo internazionale o possibilità di fare un'estensione al mare a Mirissa (periodo da ottobre/aprile) o Nilaveli (periodo maggio/settembre)

Soggiorni

- ANURADHAPURA
- DAMB ULLA
- KANDY



Partenza Speciale per il Festival di Hemis

India

Ladakh: meditazione, spiritualità e trekking

L'itinerario proposto offre un'esperienza unica nel Ladakh, noto come il "Piccolo Tibet", per coloro che desiderano sfuggire alla routine quotidiana e immergersi in un paesaggio mozzafiato a oltre 3.500 metri di altitudine. Il tour, rivolto a viaggiatori esperti interessati alla cultura e alle pratiche del buddismo tibetano, permette di praticare la meditazione, fare trekking leggero e soggiornare in homestay gestiti da donne locali. Attraverso visite ai

monasteri della regione e incontri con yogi e la tribù locale degli Ariani, si offre una visione autentica del Ladakh al di fuori delle rotte turistiche tradizionali. Una tappa clou è il ritiro di meditazione di tre giorni in un ambiente stimolante e contemplativo.



13
GIORNI



Viaggio di Gruppo (min. 1 persona - il viaggio verrà confermato al raggiungimento del minimo degli iscritti)



Partenza di Gruppo programmata: 1 Luglio 2025

HEMIS FESTIVAL

L'Hemis Festival è una vibrante celebrazione buddista che si tiene ogni anno nel monastero di Hemis, in Ladakh. Il festival, celebrato in onore di Guru Padmasambhava, include danze mascherate tradizionali, canti sacri e rituali colorati. Questo evento, che attira numerosi pellegrini, celebra la vittoria del bene e la protezione spirituale, rendendolo uno dei festival più importanti della regione.



Itinerario

GIORNO 1 - ARRIVO A DELHI

Arrivo a Delhi, trasferimento in hotel e visita guidata di Vecchia Delhi, inclusi il Forte Rosso, la Jama Masjid e Chawri Bazar, seguita da Nuova Delhi, con India Gate e il Parlamento. Visita anche al Raj Ghat e Gurudwara Bangla Sahib. Pernottamento a Delhi (C)

GIORNO 2 - VOLO PER LEH

Dopo colazione, volo per Leh, un viaggio spettacolare con vista sulle vette più alte del mondo. Arrivo a Choglamsar per un ritiro di meditazione di 3 giorni. Il villaggio tibetano offre un'atmosfera ideale per la ricerca spirituale. Giornata libera per acclimatarsi. Pernottamento presso la Mahabodi Society (C, P, C)

GIORNI 3 - 4: RITIRO DI MEDITAZIONE

I corsi di meditazione di 3 giorni, condotti da Bhikkhu Sanghasena, si concentreranno sugli insegnamenti del

Buddha. Il ritiro offre tempo per adattarsi all'altitudine e sperimentare le pratiche buddiste. Il terzo giorno è dedicato al servizio volontario (sewa) presso un progetto della Mahabodhi. Pernottamento presso la Mahabodhi Society (C, P, C)

GIORNO 5 - PALAZZO DI LEH

Dopo il ritiro di meditazione, si prosegue per esplorare il Ladakh, con i suoi percorsi di trekking e monasteri. Visita alla TCV school, dedicata all'educazione e alla cultura dei bambini tibetani, seguita da un tour di Leh, il suo bazar e il Palazzo reale. Passeggiata verso lo Shanti Stupa per un tramonto spettacolare. Pernottamento a Leh (C, C)

GIORNO 6 - MONASTERO DI HEMIS

Dopo colazione, visita ai monasteri di Thiksey e Hemis per partecipare alla preghiera del mattino. Thiksey,



famoso per la sua architettura simile al Palazzo Potala, ospita importanti reliquie buddiste. Hemis, il più grande monastero del Ladakh, è noto per il festival annuale con la danza del Cham, simbolo della vittoria del bene sul male. Visita al palazzo Stok e al suo museo con una prestigiosa collezione di thangkhas. Pernottamento a Leh. (C, C)

GIORNO 7 - TREKKING A YANGTHANG

Trekking di 3 giorni nella valle dello Sham da Leh, esplorando con guide locali e soggiorno in Homestays. Percorso attraverso Pobe La e Charatse La. Pernottamento a Yangthang (C, P, C).

GIORNO 8: TREKKING A HEMIS

Dopo colazione, si prosegue con un trekking di circa 3 ore verso Hemis Shukpachu, attraversando il passo di Sarmanchan La. Arrivo nel villaggio di Hemis Shukpachu, noto per il suo boschetto di ginepro, raro in Ladakh e considerato sacro dai locali. Tempo per esplorare il villaggio con la famiglia ospitante. Pernottamento a Hemis Shupachan (C, P, C)

GIORNO 9: LAMAYURU

Trekking di 4-5 ore verso Temisgang, attraverso i passi di Mebtak La e Lago La, con visite al monastero e al palazzo. Trasferimento a Lamayuru, attraverso scenari

montani. Pernottamento a Lamayuru (C, P, C).

GIORNO 10: VISITA A VILLAGGI

Visita a Lamayuru, incontro con yogi e rituale del Chod. Pranzo e trasferimento a Dah e Hanu per scoprire la cultura ariana. Pernottamento in homestay (C, P, C).

GIORNO 11: TRASFERIMENTO ULEYTOKPO

Mattinata nel villaggio con la famiglia ospitante e pranzo tradizionale. Trasferimento a Uleytokpo e check-in in campo tendato per un'esperienza unica tra paesaggi himalayani. Esplorazione libera, cena, e pernottamento a Uleytokpo (C, P, C).

GIORNO 12: MONASTERI DI ALCHI E LIKIR

Visita mattutina al monastero di Rizong, conosciuto come "il paradiso della meditazione", e pranzo tradizionale ad Alchi Kitchen. Tour dei monasteri di Alchi, famoso per i suoi dipinti murali, e Likir, noto per la statua di Buddha alta 75 m, entrambi ricchi di storia e arte. Trasferimento a Leh per il pernottamento. Pernottamento a Leh (C, P).

GIORNO 13: PARTENZA DA LEH

Dopo colazione, trasferimento all'aeroporto di Leh e partenza con volo internazionale.

- Soggiorni
- DELHI
 - MAHABODHI SOCIETY
 - LEH
 - YANGTHANG
 - HEMIS SHUPACHAN
 - ULEYTOKPO
 - LEH



Partenza Speciale per l'Esala Perahera

Sri Lanka

I tesori dello Sri Lanka (Speciale edizione Estate)

Un tour di 12 giorni alla scoperta dello Sri Lanka orientale, ideale in estate per il clima perfetto. Esplorerete antiche rovine, siti UNESCO e vivrete safari tra elefanti e leopardi. Il viaggio inizia a Kosgoda, con la visita a un centro per la conservazione delle tartarughe marine, e prosegue verso Kattaragama, città sacra a più religioni. Ad Arugam Bay, tra surf, lagune e templi, scoprirete la vita rurale e avventurosa. Nel Parco Nazionale di Gal Oya, soggiornerete

in un eco-resort immerso nella natura e incontrerete la comunità indigena Vedda. Proseguirete verso Kandy e le coltivazioni di cacao e spezie a Matale. Con Altromercato conoscerete l'arte tessile Fair Trade. L'itinerario si chiude con le meraviglie storiche di Sigiriya e Anuradhapura. Un viaggio unico tra natura, cultura e tradizione.



12
GIORNI



Viaggio di Gruppo (min. 1 persona - il viaggio verrà confermato al raggiungimento del minimo degli iscritti)



Partenza di Gruppo programmata: 1 Agosto 2025

ESALA PERAHERA

L'Esala Perahera, celebrata a Kandy, è uno dei festival più iconici dello Sri Lanka in onore della Sacra Reliquia del Dente del Buddha. La processione, con danze tradizionali, musica e elefanti adornati, attira migliaia di fedeli e simboleggia devozione e richieste di benedizioni per abbondanza e fertilità.



Itinerario

GIORNO 1 - COLOMBO - KOSGODA

Arrivo a Colombo, trasferimento a Kosgoda e tempo libero per relax. Nel pomeriggio visita al centro delle tartarughe e cena barbecue sulla spiaggia. Dopo cena possibilità di avvistare tartarughe. Pernottamento a Kosgoda (C).

GIORNO 2 - KOSGODA - KATARAGAMA

Dopo colazione visita al forte di Galle, con passeggiata sulle mura. Dopo pranzo partenza per Kataragama e visita del santuario. Pernottamento a Tissamaharama (C,C).

GIORNI 3: KATARAGAMA

Al mattino presto jeep safari nel Parco Nazionale di Yala. Pomeriggio libero per visitare i siti sacri di Tissamaharama. Pernottamento a Tissamaharama (C,C).

GIORNO 4 - KATARAGAMA - ARUGAM BAY

Dopo colazione trasferimento ad Arugam Bay con sosta a Buttala per visitare una fabbrica di spezie e pranzare con un gruppo di agricoltori. Arrivo ad Arugam Bay, relax o attività sulla spiaggia. Pernottamento ad Arugam Bay (C, P).

GIORNO 5 - ARUGAM BAY

Al mattino visita al villaggio di Panama con soste al tempio indù Okanda e al monastero buddhista di Kudumbigala. Pranzo in una casa locale e ritorno ad Arugam Bay. Tempo libero. Pernottamento ad Arugam Bay (C, P).

GIORNO 6 - ARUGAM BAY - GAL OYA

Al mattino giro in canoa nella laguna di Pottuvil, colazione e trasferimento a Lahugala per visitare una comunità agricola biologica. Pranzo a Uraniya e



visita al tempio Magul Maha Viharaya. Trasferimento a Mahiyangana e check-in in un eco-resort a Gal Oya. Pernottamento a Gal Oya (C, P).

GIORNO 7: GAL OYA – KANDY

Dopo colazione incontro con i Vedda e visita al loro villaggio. A seguire, visita al Tempio Mahiyangana. Nel pomeriggio trasferimento a Kandy. Pernottamento a Kandy (C).

GIORNO 8: KANDY – HEELOYA

Dopo colazione visita al centro di recupero elefanti di Pinnawala. Proseguimento per Pilimathalawa per visitare i templi di Ambakke, Lankathilaka e Gadaladeniya con passeggiata tra risaie e villaggi. Ritorno a Kandy e partecipazione al festival dell'Esala Perahera. Pernottamento a Kandy (C, C).

GIORNO 9: KANDY – MATALE – SIGIRIYA

Dopo colazione trasferimento a Sigiriya con sosta a Matale per visitare coltivazioni di cacao e spezie e pranzo presso una comunità locale. Proseguimento per Sigiriya con visita al tempio d'oro di Dambulla. In serata scalata alla fortezza di Sigiriya. Pernottamento a Sigiriya (C, P).

GIORNO 10: SIGIRIYA – ANURADHAPURA

Dopo colazione trasferimento ad Anuradhapura per visitare i principali siti storici, tra cui il fico sacro Jayasri Maha Bodhi, la statua del Samadhi Buddha e la stupa di Ruwanweli. Sosta alla statua dell'Avukana Buddha lungo il percorso. Ritorno a Sigiriya. Pernottamento a Sigiriya (C).

GIORNO 11: KURUNEGALA – NEGOMBO

Dopo colazione trasferimento a Negombo con sosta a Kurunegala per visitare Selyn Fair Trade, centro di commercio equo e solidale. Visita al reparto di tintura, tessitura manuale, asilo e negozio di Wanduragala. Pranzo presso il centro e proseguimento per Negombo. Pernottamento a Negombo (C, P).

GIORNO 12: NEGOMBO – COLOMBO

Trasferimento a Colombo e partenza con volo internazionale.





India

Il Triangolo d'oro e i deserti del Rajasthan

Questo tour è l'ideale per chi vuole scoprire l'India visitando il Triangolo d'Oro, composto da Nuova Delhi, Agra e Jaipur, oltre a esplorare le città e i villaggi del Rajasthan. Partendo da Nuova Delhi, si visiterà il Taj Mahal, patrimonio UNESCO, e si proseguirà per le città colorate del Rajasthan: Jaipur, Jodhpur, e Udaipur. Il viaggio offre anche l'opportunità di immergersi nella cultura locale attraverso visite a villaggi rurali, interazioni con le comunità, corsi di

artigianato come la costruzione di marionette e la lavorazione della ceramica. Si esploreranno i deserti del Rajasthan, le dune del Thar, e si concluderà ad Udaipur, visitando anche il tempio di Ranakpur.

14
GIORNI



Viaggio di Gruppo (min. 1 persona - il viaggio verrà confermato al raggiungimento del minimo degli iscritti)



Viaggio privato (min. 2 persone - partenza individuale)

Partenza di Gruppo programmata: 2 Agosto 2025



itinerario

GIORNO 1 - ARRIVO A DELHI

Arrivo a Delhi e trasferimento in hotel. Dopo colazione, visita guidata del Forte Rosso, Jama Masjid e il Chawri Bazar. A seguire visita al Raj Ghat. Nel pomeriggio, tour di Nuova Delhi, India Gate, Parlamento e Gurudwara Bangla Sahib. Pernottamento a Delhi (C)

GIORNO 2 - VISITA TAJ MAHAL

Visita guidata al quartiere di Paharganj a Delhi con i giovani di una ONG, per conoscere la vita dei bambini di strada. Nel pomeriggio, trasferimento ad Agra per visitare il Taj Mahal. Pernottamento ad Agra. (C)

GIORNO 3 - JAIPUR

Dopo colazione, tour a piedi di Agra con il vecchio mercato, la Jama Masjid, e incontri con le comunità locali. Pranzo in un ristorante supportato da una ONG. Trasferimento e pernottamento a Jaipur (C, P)

GIORNO 4 - VISITA AD AMBER FORT

Dopo colazione, visita all'Hawa Mahal e trasporto in jeep per Amber Fort. Dopo pranzo visita al museo Anokhi. Pomeriggio dedicato alla scoperta del Palazzo Reale e della città antica, con fortezze, palazzi, templi e Haveli. Pernottamento a Jaipur. (C)

GIORNO 5 - NAWALGARH

Partenza per Nawalgarh per esplorare lo stile di vita e le tradizioni locali del Rajasthan. Visita del villaggio e delle sue haveli. Nel pomeriggio, lezione di cucina con i membri del lodge. Pernottamento a Nawalgarh. (C, C)

GIORNO 6 - VISITA A NAWALGARH

Dopo colazione, laboratorio di arte e artigianato locale. Nel pomeriggio, giro in cammello verso Dundlod e visita del villaggio. Cena serale con concerto di musica classica indiana. Pernottamento a Nawalgarh. (C, P, C).



GIORNO 7 - VISITA A BIKANER

Partenza per Bikaner. Visita al Junagarh Fort e al Centro Nazionale di Ricerca sui cammelli nel pomeriggio. Pernottamento a Bikaner (C).

GIORNO 8 - JAISALMER

Partenza per Jaisalmer. Tempo libero nel tardo pomeriggio per esplorare il Forte d'oro e i mercati ricchi di artigianato. Pernottamento a Jaisalmer (C).

GIORNO 9: VISITA DI JAISALMER

Visita guidata a Jaisalmer con Golden Fort, Jain Temple, Gadisar Tank e Havelis. Pomeriggio in jeep per tour nel deserto, Bada Bagh, Kuldhara, escursione in cammello e cena sulle dune. Rientro in hotel. Pernottamento a Jaisalmer (C, C).

GIORNO 10: VISITA AI VILLAGGI RURALI

Partenza per Jodhpur con visita a Pokaran e al villaggio di Shikarpura. Arrivo a Mandore, check-in in guest house e safari in jeep nel villaggio Bishnoi per esplorare la cultura locale e avvistare fauna selvatica. Rientro in hotel. Pernottamento a Jodhpur (C)

GIORNO 11: JODHPUR

Dopo colazione si parte alla scoperta di Jodhpur, la seconda città più grande del Rajasthan, conosciuta

come "la città blu" per le sue costruzioni in tonalità di blu. Il tour include il Forte Mehrangarh, famoso per la sua storia e leggende, il Jaswant Thada, la torre dell'orologio e i bazar nelle strette vie della città. La giornata si conclude con il rientro in albergo. Pernottamento a Jodhpur (C)

GIORNO 12: TEMPIO DI RANAKPUR

Viaggio verso Udaipur con visita al tempio di Ranakpur. Esplorazione di Udaipur, "Venezia dell'Est", inclusi palazzi Rajput e il Palazzo del Lago. La giornata termina con lo spettacolo di suoni e luci al Palazzo della Città. Pernottamento ad Udaipur. (C)

GIORNO 13: VISITA DI UDAIPUR

Visita a Udaipur, nota per arte orafa e vestiti pittoreschi. Programma include Palazzo della Città, giardino Saheliyon Ki Bari, tempio Jagdish, e giro in barca sul lago Pichola al tramonto. Pernottamento a Udaipur. (C)

GIORNO 14: PARTENZA DA UDAIPUR

Trasferimento all'aeroporto di Udaipur e partenza con volo internazionale.

Soggiorni

- DELHI
- AGRA
- JAIPUR
- NAWALGARH
- BIKANER
- JAISALMER
- JODHPUR
- UDAIPUR



India

Ladakh: meditazione, spiritualità e trekking

L'itinerario proposto offre un'esperienza unica nel Ladakh, noto come il "Piccolo Tibet", per coloro che desiderano sfuggire alla routine quotidiana e immergersi in un paesaggio mozzafiato a oltre 3.500 metri di altitudine. Il tour, rivolto a viaggiatori esperti interessati alla cultura e alle pratiche del buddismo tibetano, permette di praticare la meditazione, fare trekking leggero e soggiornare in homestay gestiti da donne locali. Attraverso visite ai

monasteri della regione e incontri con yogi e la tribù locale degli Ariani, si offre una visione autentica del Ladakh al di fuori delle rotte turistiche tradizionali. Una tappa clou è il ritiro di meditazione di tre giorni in un ambiente stimolante e contemplativo.

13
GIORNI



Viaggio di Gruppo (min. 1 persona - il viaggio verrà confermato al raggiungimento del minimo degli iscritti)



Partenza di Gruppo programmata: 9 Agosto 2025



Itinerario

GIORNO 1 - ARRIVO A DELHI

Arrivo a Delhi, trasferimento in hotel e visita guidata di Vecchia Delhi, inclusi il Forte Rosso, la Jama Masjid e Chawri Bazar, seguita da Nuova Delhi, con India Gate e il Parlamento. Visita anche al Raj Ghat e Gurudwara Bangla Sahib. Pernottamento a Delhi (C)

GIORNO 2 - VOLO PER LEH

Dopo colazione, volo per Leh, un viaggio spettacolare con vista sulle vette più alte del mondo. Arrivo a Choglamsar per un ritiro di meditazione di 3 giorni. Il villaggio tibetano offre un'atmosfera ideale per la ricerca spirituale. Giornata libera per acclimatarsi. Pernottamento presso la Mahabodi Society (C, P, C)

GIORNI 3 - 4: RITIRO DI MEDITAZIONE

I corsi di meditazione di 3 giorni, condotti da Bhikkhu Sanghasena, si concentreranno sugli insegnamenti del

Buddha. Il ritiro offre tempo per adattarsi all'altitudine e sperimentare le pratiche buddiste. Il terzo giorno è dedicato al servizio volontario (seva) presso un progetto della Mahabodhi. Pernottamento presso la Mahabodhi Society (C, P, C)

GIORNO 5 - PALAZZO DI LEH

Dopo il ritiro di meditazione, si prosegue per esplorare il Ladakh, con i suoi percorsi di trekking e monasteri. Visita alla TCV school, dedicata all'educazione e alla cultura dei bambini tibetani, seguita da un tour di Leh, il suo bazar e il Palazzo reale. Passeggiata verso lo Shanti Stupa per un tramonto spettacolare. Pernottamento a Leh (C, C)

GIORNO 6 - MONASTERO DI HEMIS

Dopo colazione, visita ai monasteri di Thiksey e Hemis per partecipare alla preghiera del mattino. Thiksey,



famoso per la sua architettura simile al Palazzo Potala, ospita importanti reliquie buddiste. Hemis, il più grande monastero del Ladakh, è noto per il festival annuale con la danza del Cham, simbolo della vittoria del bene sul male. Visita al palazzo Stok e al suo museo con una prestigiosa collezione di thangkas. Pernottamento a Leh. (C, C)

GIORNO 7 - TREKKING A YANGTHANG

Trekking di 3 giorni nella valle dello Sham da Leh, esplorando con guide locali e soggiorno in Homestays. Percorso attraverso Pobe La e Charatse La. Pernottamento a Yangthang (C, P, C).

GIORNO 8: TREKKING A HEMIS

Dopo colazione, si prosegue con un trekking di circa 3 ore verso Hemis Shukpachu, attraversando il passo di Sarmanchan La. Arrivo nel villaggio di Hemis Shukpachu, noto per il suo boschetto di ginepro, raro in Ladakh e considerato sacro dai locali. Tempo per esplorare il villaggio con la famiglia ospitante. Pernottamento a Hemis Shupachan (C, P, C)

GIORNO 9: LAMAYURU

Trekking di 4-5 ore verso Temisgang, attraverso i passi di Mebtak La e Lago La, con visite al monastero e al palazzo. Trasferimento a Lamayuru, attraverso scenari

montani. Pernottamento a Lamayuru (C, P, C).

GIORNO 10: VISITA A VILLAGGI

Visita a Lamayuru, incontro con yogi e rituale del Chod. Pranzo e trasferimento a Dah e Hanu per scoprire la cultura ariana. Pernottamento in homestay (C, P, C).

GIORNO 11: TRASFERIMENTO ULEYTOKPO

Mattinata nel villaggio con la famiglia ospitante e pranzo tradizionale. Trasferimento a Uleytokpo e check-in in campo tendato per un'esperienza unica tra paesaggi himalayani. Esplorazione libera, cena, e pernottamento a Uleytokpo (C, P, C).

GIORNO 12: MONASTERI DI ALCHI E LIKIR

Visita mattutina al monastero di Rizong, conosciuto come "il paradiso della meditazione", e pranzo tradizionale ad Alchi Kitchen. Tour dei monasteri di Alchi, famoso per i suoi dipinti murali, e Likir, noto per la statua di Buddha alta 75 m, entrambi ricchi di storia e arte. Trasferimento a Leh per il pernottamento. Pernottamento a Leh (C, P).

GIORNO 13: PARTENZA DA LEH

Dopo colazione, trasferimento all'aeroporto di Leh e partenza con volo internazionale.





India

La valle dello Spiti: un caleidoscopio Himalayano

Il viaggio "Caleidoscopio Himalayano" offre un'esplorazione unica delle valli nascoste dell'Himalaya occidentale, focalizzandosi sulla valle dello Spiti, aperta ai viaggiatori solo dal 1992. Questa esperienza immersiva combina la ricca eredità buddista, l'ecosistema unico e l'avventura, portando i viaggiatori attraverso antichi monasteri e templi, pratiche del buddismo tibetano e incontri autentici con la cultura locale nelle case degli abitanti

dello Spiti. Il viaggio promuove un turismo sostenibile e responsabile, con un impatto ambientale minimo e benefici massimi per le comunità locali, esemplificando un approccio olistico alla conservazione e al viaggio. Pernottamento in famiglia lungo il percorso arricchirà ulteriormente l'esperienza, offrendo una comprensione autentica della vita e della cultura in una casa spitiana.

16
GIORNI



Viaggio di Gruppo (min. 1 persona - il viaggio verrà confermato al raggiungimento del minimo degli iscritti)



Partenza di Gruppo programmata: 14 Agosto 2025



itinerario

GIORNO 1 - DELHI

Arrivo a Delhi, trasferimento in hotel. Visita della Delhi vecchia, Raj Ghat, Nuova Delhi con India Gate e Gurudwara Bangla Sahib. Pernottamento a Delhi.

GIORNO 2 - DELHI - KULLU - NAGGAR

Dopo colazione, trasferimento a Kullu e poi in jeep a Naggar. Giornata dedicata all'esplorazione di Naggar, inclusi la galleria d'arte di Roerich e il castello, ora hotel governativo. Pernottamento a Naggar. (C)

GIORNO 3 - NAGGAR - MANALI - NAGGAR

Dopo colazione, partenza per Manali, un tempo villaggio, e ora rinomata stazione di montagna, nota per il Passo Rohtang. Pernottamento a Naggar. (C)

GIORNO 4 - NAGGAR - LAGO CHANDRATAL

Viaggio verso lo Spiti. Ci fermeremo per una notte in

campeggio vicino a Chandratat Lake. Pernottamento nel campeggio di Chandertal. (C, C)

GIORNO 5 - LAGO CHANDRATAL - PANGMO

Viaggio da Chandratat a Pangmo (3h), vivremo una giornata nel monastero con le monache, partecipando a preghiere, cucina, dibattiti su filosofia buddista e studi, con un'introduzione al Bhoti. Pernottamento al Monastero di Pangmo. (C, P, C)

GIORNO 6 - MONASTERO DI PANGMO

Giornata dedicata alla vita monastica a Pangmo. Pernottamento al Monastero di Pangmo. (C, P, C)

GIORNO 7 - PANGMO - CHICHAM

Dopo colazione, ci sposteremo verso il villaggio di Chicham (2-3h), noto per essere uno dei più verdi dell'Himalaya. Pernottamento a Chicham. (C, P, C)



GIORNO 8 - VILLAGGIO DI CHICHAM

Giornata a Chicham con escursione panoramica sullo Spiti, volontariato o esplorazione dello sviluppo locale. Sera dedicata a danze e musiche tradizionali. Pernottamento a Chicham (C, P, C)

GIORNO 9 - CHICHAM – KOMIC - KAZA

Safari in yak di 5-6 ore attraverso pascoli alpini verso Komic, il villaggio più alto dell'Asia. Visita al monastero di Komic ed esplorazione del villaggio. Trasferimento e pernottamento a Kaza. (C, P, C).

GIORNO 10 - KAZA

Mattina libera per esplorare i campi, poi visita a Hikim e Langza. Opportunità di fare ceramica e, se il tempo lo permette, visita ai monasteri di Kee e Kibber. Pernottamento a Kaza (C, P)

GIORNO 11 - KAZA – DHANKHAR

Visita a Dhankhar, con tour del monastero e del forte. Assisterete a una performance di Bhuchens, unica nella valle dello Spiti. Pernottamento nel Parco Nazionale della Valle di Pin. (C, C)

GIORNO 12 - PIN VALLEY – TABO

Oggi visitiamo il monastero di Kungri nella valle di Pin. Poi ci spostiamo a Tabo, famosa per il monastero noto

come l'Ajanta dell'Himalaya. Esploriamo il villaggio per il resto della giornata. Pernottamento a Tabo. (C)

GIORNO 13 - TABO – KALPA

Partenza per Kalpa (7h), attraversando paesaggi desertici dello Spiti Valley fino alla lussureggiante Valle di Satluj. Pernottamento a Kalpa. (C)

GIORNO 14 - KALPA – TATTAPANI

Partenza per Tattapani (8h) attraverso la cintura di produzione di mele fino alla valle di Satluj. Tattapani è una popolare destinazione turistica montana nota per il rafting e le acque termali, famose per le loro proprietà curative. Pernottamento a Tattapani (C, C)

GIORNO 15 - TATTAPANI

Ultimo giorno del tour con opportunità di relax prima del ritorno. Trattamenti Ayurvedici, Naturopatici e di Bellezza, sessioni giornaliere di yoga e cibo salutare. Pernottamento a Tattapani (C, C)

GIORNO 16 - RIENTRO A CASA

Trasferimento in auto a Shimla. Visita veloce della città, poi trasferimento all'aeroporto di Chandigarh per il volo per Delhi e il ritorno a casa.

Soggiorni

- DELHI
- NAGGAR
- CHANDERTAL
- PANGMO
- CHICHAM
- KAZA
- VALLE DEL PIN
- TABO
- KALPA
- TATTAPANI



Partenza Speciale per il Navaratri

India

Il sacro Gange

Il viaggio proposto offre un'immersione nella spiritualità indiana attraverso la scoperta del fiume sacro Gange. Il Gange è venerato come una divinità dagli Indù. Il tour esplorerà diverse località lungo il fiume, mostrando la sua importanza religiosa e culturale. Si parte da Calcutta, dove si sperimentano le tradizioni e la cultura del Bengala, visitando dimore storiche, mercati locali e una cooperativa di commercio equo. Poi, a Shantiniketan, si incontrano le tribù

Bauls e si gode di un giro in barca sul Gange al tramonto. Il viaggio prosegue con un treno notturno verso Varanasi, una città sacra associata a Shiva e importante centro di pellegrinaggio. Dopo Varanasi, si visita Allahabad, noto per i suoi raduni religiosi, e si vola a Dehradun per conoscere l'attivista Vandana Shiva. Successivamente, a Rishikesh si praticherà meditazione e yoga. Si visitano anche Haridwar e infine Nuova Delhi.



13
GIORNI



Viaggio di Gruppo (min. 1 persona - il viaggio verrà confermato al raggiungimento del minimo degli iscritti)



Partenza di Gruppo programmata: 27 Settembre 2025

NAVARATRI

Navaratri è un importante festival indù che dura nove notti, dedicato all'adorazione della dea Durga e delle sue diverse forme. Durante Navaratri, i devoti partecipano a rituali, preghiere, digiuni e danze tradizionali. Ogni notte è dedicata a un aspetto diverso della dea, culminando con la celebrazione della sconfitta del demone Ravana da parte del dio Rama.



Itinerario

GIORNO 1 - ARRIVO A CALCUTTA

Arrivo a Calcutta, visita alla cooperativa Altromercato, Silence, che aiuta persone con disabilità attraverso formazione tecnica. Si esplorano laboratori di produzione di candele, incenso e cartoline, con introduzione al linguaggio dei segni per comunicare con gli artigiani. Pernottamento a Calcutta (P)

GIORNO 2 - SHANTINIKETAN

Shantiniketan, nota come "dimora della pace", è un importante centro di arte e cultura bengalese, fondato da Rabindranath Tagore nel 1901. Vi si arriva in treno veloce e, dopo il trasferimento presso famiglie ospitanti, si assiste a uno spettacolo di canzoni Baul. Pernottamento a Shantiniketan (C, C).

GIORNO 3 - VISITA A SHANTINIKETAN

Visita al Museo Tagore, scuola d'arte, Craft Village

e villaggio Santhal a Shantiniketan, seguita da pranzo tradizionale e programma culturale. Rientro a Calcutta con treno e giro in risciò al New Market. Pernottamento a Calcutta. (C, P)

GIORNO 4 - VISITA DI CALCUTTA

Tour di Calcutta con esplorazione culturale e storica, visite a musei e templi, seguito da viaggio notturno in treno per Varanasi. Pernottamento in treno. (C)

GIORNO 5 - VISITA A VARANASI

Arrivo e visita di Varanasi, con enfasi sulla sua cultura indù. Pernottamento a Varanasi. (C)

GIORNO 6 - VISITA A VARANASI

Dopo colazione, tour di Varanasi con visita ai principali templi e ghat, inclusi Kashi Vishwanath e Manikarnika Ghat, importanti per le cremazioni e alla



salvezza (Moksha). La sera, partecipazione alla cerimonia del Ganga Aarti Puja al Dasaswamedh Ghat. Pernottamento a Varanasi. (C)

GIORNO 7 - VISITA A PRAYAGRAJ

Dopo la colazione, visita ai Ghat del Gange e nel pomeriggio alla città buddista di Sarnath, famosa per il Parco dei Cervi dove Buddha insegnò per la prima volta il Dharma. Dopo pranzo trasferimento ad Allahabad per visitare il Triveni Sangam, luogo sacro di confluenza dei fiumi Ganga, Yamuna e Sarawati. Pernottamento ad Allahabad (C,C)

GIORNO 8 - VANDANA SHIVA CENTER

Al mattino volo per Dehradun e trasferimento a Navdanya, centro di ricerca sulla biodiversità che sostiene gli agricoltori locali e protegge colture a rischio di estinzione. Sono state ristabilite oltre 5000 varietà di colture. In serata rientro a Rishikesh. Pernottamento a Rishikesh (C, P)

GIORNO 9: VISITA A RISHIKESH

Al mattino presto, lezione di yoga allo Yoga Neeketan Ashram, seguita dalla colazione in hotel. Poi, giro turistico di Rishikesh con visita al Lakshman Jhoola, passeggiata fino a Sivanand Jhoola e visita dell'area di Swargashram. Pernottamento a Rishikesh (C)

GIORNO 10: VISITA A RISHIKESH

Al mattino presto, lezione di yoga. Visita al "Beatles Ashram" per esplorare i resti dell'ashram di Maharishi Mahesh Yogi e la Galleria della Cattedrale dei Beatles. Nel pomeriggio, visita alla città santa di Haridwar, inclusi i templi di Chandi Devi, Mayan Devi e Bhimgoda Dam. Partecipazione all'Aarti a Har-Ki-Pauri. In serata, rientro e pernottamento a Rishikesh (C)

GIORNO 11: TRASFERIMENTO A DELHI

Al mattino presto, lezione di yoga allo Yoga Neeketan Ashram, seguita dalla colazione. Trasferimento in auto a Delhi (circa 4/5 ore) e sistemazione in hotel. Visita al Gurudwara Bangla Sahib. Pernottamento a Delhi (C).

GIORNO 12: VISITA DI DELHI

Dopo colazione, visita al quartiere povero di Paharganj nella Vecchia Delhi, guidata dai giovani della ONG che lavora con i bambini di strada. Pranzo in un ristorante tipico. Nel pomeriggio, visita alle attrazioni della Vecchia Delhi, tra cui il Forte Rosso (solo esterno), la Jama Masjid, i vicoli di Chawri Bazar e Raj Ghat. Pernottamento a Delhi (C).

GIORNO 13: RIENTRO A CASA

Trasporto in macchina all'aeroporto di Delhi e partenza con volo internazionale.

Soggiorni

- CALCUTTA
- SHANTINIKETAN
- CALCUTTA
- VARANASI
- ALLAHABAD
- DELHI
- RISHIKESH



Partenza Speciale per il Thimphu Festival

Bhutan

L'essenza del Bhutan

Questo itinerario di 9 giorni è progettato per offrire una panoramica dei luoghi più importanti del Bhutan. Il paese, noto per la sua sacralità verso la natura e la conservazione delle specie a rischio, è anche l'ultimo baluardo del buddhismo Vajrayana. Durante il tour, i visitatori esploreranno luoghi sacri come il monastero di Paro Taktshang, benedetto dal maestro tantrico Guru Rinpoche. Inoltre, avranno l'opportunità di partecipare a una giornata di meditazione con

i monaci buddhisti al monastero di Dongkola e visitare organizzazioni a Thimphu che promuovono l'educazione giovanile attraverso le arti tradizionali bhutanesi.



Viaggio di Gruppo (min. 1 persona - il viaggio verrà confermato al raggiungimento del minimo degli iscritti)



Viaggio privato (min. 2 persone - partenza individuale)

Partenza di Gruppo programmata: 1 Ottobre 2025

THIMPHU FESTIVAL

Il Thimphu Festival è uno dei più importanti festival religiosi del Bhutan. Durante il festival, si svolgono danze tradizionali (cham) eseguite da monaci e laici, che rappresentano storie sacre e leggende buddiste. Il festival è un momento di profonda devozione e un'importante occasione sociale, attirando migliaia di persone che partecipano per ottenere benedizioni e assistere alle esibizioni culturali.



Itinerario

GIORNO 1 - CALCUTTA

Arrivo a Kolkata, capitale del Bengala occidentale, con trasferimento in hotel. Nel pomeriggio, breve tour della città e giro in barca sul Gange al tramonto. Pernottamento a Kolkata (C)

GIORNO 2 - SAFARI PARCO DI GORUMARA

Volo per Bagdogra e trasferimento al resort a Dooars. Dopo pranzo, safari nel parco nazionale di Gorumara per osservare la fauna selvatica. Rientro in hotel per cena. Pernottamento a Dooars (C, P, C)

GIORNO 3 - BHUTAN

Dopo colazione, visita alla comunità tribale di Rabha e trasferimento al confine di Phuentsholing per incontrare la guida bhutanesa. Proseguimento verso Thimphu, passando per il Monastero di Kharbandi Gomba e il distretto di Chhukha, con sosta ai posti

di controllo per l'immigrazione. Pernottamento a Thimphu. (C, P, C)

GIORNO 4 - VISITA A THIMPHU

Visita al CTAS con possibilità di interagire con studenti e insegnanti. Successivamente, visita al Buddha Dordenma e al mini zoo per osservare il Takin, l'animale nazionale del Bhutan. Pomeriggio libero per passeggiare nel mercato dell'artigianato. Pernottamento a Thimphu. (C, P, C)

GIORNO 5 - TRASFERIMENTO A PUNAKHA

Trasferimento a Punakha con sosta al valico di Dochula per ammirare la foresta e le montagne dell'Himalaya. Arrivo nella valle di Punakha e visita al tempio Chimi Lhakhang. Pernottamento a Punakha. (C, P, C)



GIORNO 6 - VISITA A PARO

Trasferimento mattutino a Paro con visita al Punakha Dzong. Sosta al valico di Dochula per un tè o caffè, ammirando l'Himalaya. Tempo libero a Thimphu, poi proseguimento a Paro e pernottamento. (C, P, C)

GIORNO 7 - MONASTERO TAKTSANG

Escursione al famoso monastero di Taksang, con vista sul monte sacro Jhomolhari. Dopo una sosta in una casa del tè lungo il percorso, rientro nel pomeriggio per la cena. Pernottamento a Paro. (C, P, C)

GIORNO 8 - MEDITAZIONE AL MONASTERO

Dopo colazione, visita al Monastero di Dongkola con cerimonia di offerta, pranzo e attività di pulizia del tempio insieme ai monaci. Partecipazione a una sessione di meditazione nel pomeriggio. Rientro a Paro in serata. Pernottamento a Paro (C, P, C)

GIORNO 9 - PARTENZA

Trasferimento all'aeroporto di Paro e partenza con volo internazionale.





Partenza Speciale per il Diwali

India

L'essenza dell'India del Sud

L'itinerario proposto esplora i luoghi più straordinari e la diversità culturale e naturale dell'India del Sud, dalla famosa architettura dei templi del Tamil Nadu alla ricca eredità spirituale della regione. Partendo da Chennai, il viaggio attraversa importanti siti culturali come il tempio Kapaleeshwarar, Dakshinachitra, Mahabalipuram, Thiruvannamalai, Auroville a Pondicherry, e templi emblematici a Chidambaram, Kumbakonam, e Madurai, fino

a giungere a Kochi con i suoi templi induisti. Il tour include anche una visita al parco nazionale di Periyar e si conclude a Kumarakom con l'esperienza di turismo responsabile "Village life experience" per scoprire la vita autentica dei villaggi nelle backwaters del Kerala.



12
GIORNI



Viaggio di Gruppo (min. 1 persona - il viaggio verrà confermato al raggiungimento del minimo degli iscritti)



Viaggio privato (min. 2 persone - partenza individuale)

Partenza di Gruppo programmata: 16 Ottobre 2025

DIWALI

Diwali, la "Festa delle Luci", è un importante festival indù che celebra la vittoria della luce sul buio e del bene sul male. Durante l'evento, le case vengono illuminate con lampade, si accendono fuochi d'artificio, e le famiglie si riuniscono per pregare e scambiarsi dolci. Diwali simboleggia gioia, prosperità e rinnovamento spirituale.



Itinerario

GIORNO 1 - ARRIVO A CHENNAI

Arrivo a Chennai con trasferimento in hotel. Visita alla città include il tempio Kapaleeshwarar del VII secolo, in stile dravidico, e la Basilica di San Tommaso.

Possibile visita pomeridiana a una ONG per i viaggi di gruppo. Pernottamento a Chennai. (C)

GIORNO 2 - MAHABALIPURAM

Dopo colazione, partenza per Thiruvannamalai con sosta a Dakshina Chitra, ONG che preserva le tradizioni artistiche e architettoniche del Sud India. Successivamente, trasferimento a Mahabalipuram, antica città Pallava con straordinari monumenti dravidici come il tempio sulla spiaggia, i Pancha Rathas, e il tempio Thirukadalmalai. Cena e pernottamento a Thiruvannamalai. (C, C)

GIORNO 3 - THIRUVANNAMALAI

Visita a Thiruvannamalai, città sacra dedicata al culto di Lord Shiva e alle pendici del vulcano Arunachala. Esplorazione del tempio di Arunachaleshwara e possibilità di salire verso le grotte di meditazione

di Shri Ramana Maharishi. Visita all'ashram di Sri Ramana Maharshi, saggio vissuto qui fino al 1950, con il suo Samadhi come luogo di pellegrinaggio. Pernottamento a Thiruvannamalai. (C, C)

GIORNO 4 - PONDICHERRY

Trasferimento a Pondicherry dopo pranzo, città nota per il suo lungomare, le ampie strade, l'eredità culturale e architettonica francese, e l'Ashram di Sri Aurobindo. Il tour include la visita all'Ashram, alla Chiesa del Sacro Cuore di Gesù, e ai musei commemorativi di Bharti e Bharthidasan, evidenziando l'unicità culturale e architettonica di questa ex colonia francese. Pernottamento a Pondicherry. (C)

GIORNO 5 - VISITA AD AUROVILLE

Visita mattutina ad Auroville, città internazionale dedicata alla pace e armonia, fondata nel 1968. Dopo un video esplicativo al centro visitatori, tour dei giardini di Matrimandir, simbolo architettonico con un globo dorato. Inclusa una sessione su Sri Aurobindo e lo Yoga integrale, seguita da un giro in bicicletta



per esplorare Auroville, conoscendo la sua Carta e i progetti in atto: architettonici, agricoli e finanziari. Pernottamento a Pondicherry. (C, P)

GIORNO 6 - CHIDAMBARAM

Dopo colazione, partenza per Chidambaram per visitare il tempio dedicato a Shiva Nataraj, unico nel suo genere in India. Successivo trasferimento a Kumbakonam, città nota per la sua densità di templi. Check-in in hotel seguito da una visita al villaggio di Dharasuram, famoso per il tempio Airavateswara, della dinastia Chola e patrimonio UNESCO. Per i viaggi di gruppo, serata con danza Bharathanatyam e cena vegetariana. Pernottamento a Kumbakonam. (C, C)

GIORNO 7 - KUMBAKONAM

Dopo colazione, partenza verso Madurai con una sosta a Tanjore per visitare il tempio Brihadishvara, capolavoro dell'architettura Chola. Proseguimento verso Madurai. Visita guidata della città, inclusi il palazzo reale e i templi Sri Meenakshi e Alagar Koil. Pernottamento a Madurai. (C)

GIORNO 8 - MADURAI

Visita facoltativa al tempio Sri Meenakshi al mattino presto. Dopo colazione, trasferimento a Periyar, con check-in a Thekkady. Visita alla Riserva di Periyar, riserva per la tutela delle tigri e Parco Nazionale, noto per la sua biodiversità e bellezza naturale. Tempo libero per esplorare e rilassarsi nel parco. Pernottamento a Periyar. (C, C)

GIORNO 9 - TRASFERIMENTO A KOCHI

Dopo colazione, trekking guidato di circa 3 ore nella Riserva di Periyar per esplorare la diversità naturale, con possibilità di osservare uccelli, farfalle e fauna selvatica. Nel pomeriggio, trasferimento a Kochi e check-in a Fort Kochi. Tempo libero per esplorare il porto naturale e i siti storici della città. Pernottamento a Kochi. (C)

GIORNO 10 - VISITA A KOCHI

Dopo colazione, tour di mezza giornata per esplorare Kochi, visitando la città ebrea, la sinagoga, il mercato delle spezie, il Mattancherry Palace (Dutch Palace), la St. Francis Church e le Cheena Vala. Tempo libero nel pomeriggio. In serata, spettacolo di Kathakali. Pernottamento a Kochi. (C) Nota: la sinagoga e il Dutch Palace sono chiusi rispettivamente venerdì e sabato, e il Dutch Palace il venerdì.

GIORNO 11 - BACKWATERS DI KUMARAKOM

Trasferimento mattutino a Kumarakom per una crociera nelle Backwaters e visita alla riserva per uccelli. Partecipazione al "Village life experience" per un'immersione nella vita locale. Rientro a Kochi nel pomeriggio, con tempo libero e possibilità di trattamenti ayurvedici. Pernottamento a Kochi. (C, P)

GIORNO 12 - YANGON - MACLEOD

Trasferimento all'aeroporto di Kochi e partenza con volo internazionale.

Soggiorni

- CHENNAI
- THIRUVANNAMALAI
- PONDICHERRY
- KUMBAKONAM
- MADURAI
- PERIYAR
- KOCHI



India

Il Triangolo d'oro dell'India e Varanasi

Questo itinerario è perfetto per chi visita l'India per la prima volta, condensando in 10 giorni le meraviglie del Nord e la spiritualità di Varanasi. Il viaggio inizia a Delhi, con la visita alla città vecchia guidati da una ONG che sostiene i bambini di strada. Prosegue a Jaipur, la città rosa, e ad Agra per ammirare il celebre Taj Mahal. Si continua a Khajuraho, con le sue sculture erotiche che celebrano l'arte e l'amore indiano, fino a Varanasi, città sacra sulle rive

del Gange e centro di spiritualità millenaria. Il tour si conclude a Delhi, offrendo un'esperienza indimenticabile tra cultura, storia e tradizioni uniche.

**10
GIORNI**



Viaggio di Gruppo (min. 1 persona - il viaggio verrà confermato al raggiungimento del minimo degli iscritti)



Viaggio privato (min. 2 persone - partenza individuale)

Partenza di Gruppo programmata: 25 Ottobre 2025



itinerario

GIORNO 1 - VISITA A DELHI

Arrivo a Delhi e trasferimento in hotel. Visita della vecchia Delhi, incluso il Forte Rosso (esterno), la Jama Masjid e le strade di Chawri Bazar. Visita a Raj Ghat. Nel pomeriggio, visita di Nuova Delhi con l'India Gate e il Parlamento, seguita dal Gurudwara Bangla Sahib. Trasferimento in hotel. Pernottamento a Delhi (C)

GIORNO 2 - TRASFERIMENTO A JAIPUR

Visita al quartiere povero di Paharganj guidata da giovani di una ONG, che educa e forma professionalmente i ragazzi di strada. Passeggiata con un ex bambino di strada ora impiegato. Trasferimento a Jaipur. Pernottamento a Jaipur (C).

GIORNO 3 - VISITA DI JAIPUR

Visita all'Hawa Mahal e Amber Fort. Dopo pranzo, visita al museo Anokhi. Nel pomeriggio, esplorazione

del Palazzo Reale e della città antica di Jaipur con i suoi palazzi, templi e Haveli. Passeggiata per comprendere la storia. Pernottamento a Jaipur. (C)

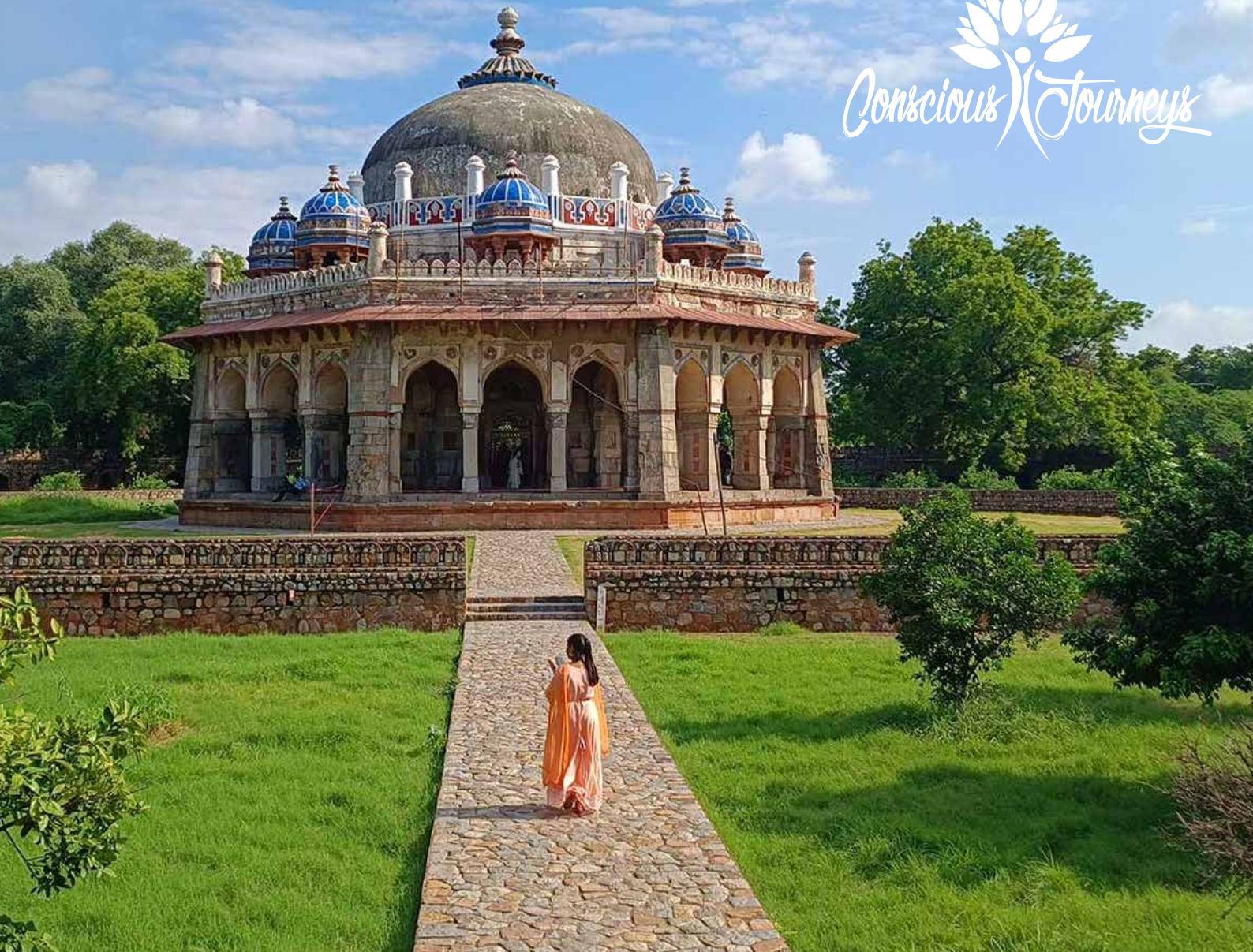
GIORNO 4 - TRASFERIMENTO A AGRA

Trasferimento ad Agra via autostrada e pranzo in un ristorante sostenuto da una ONG per le donne vittime di attacchi con l'acido. Visita guidata della città vecchia di Agra, inclusa la Jama Masjid, il tempio Manka Meshwar, il mercato delle spezie Rawatpara, e il trambusto di Johri Bazar. Al tramonto, visita al Taj Mahal. Pernottamento a Agra (C, P).

GIORNO 5 - TRASFERIMENTO KHAJURAHOO

Trasferimento in stazione e partenza con treno veloce per Khajuraho (7h). Arrivo e sistemazione in hotel e visita guidata alla città antica con spiegazione del sistema delle caste. Pernottamento a Khajuraho (C)





GIORNO 6 - VISITA DI KHAJURAHO

Visita del complesso templare di Khajuraho, famoso per le sculture erotiche e patrimonio dell'UNESCO, con esplorazione dei gruppi orientale, meridionale e occidentale. Nel pomeriggio tempo libero per visitare la cittadina. Pernottamento a Khajuraho. (C)

GIORNO 7 - VISITA DI VARANASI

Dopo colazione, trasferimento in aeroporto per il volo a Varanasi. Arrivo, check-in in hotel e visita guidata alla città sacra, con i suoi antichi templi e i ghat principali, tra cui il Manikarnika Ghat, noto per le cremazioni rituali. In serata partecipazione al Ganga Aarti Puja, il suggestivo rituale serale sul Dasaswamedh Ghat. Pernottamento a Varanasi. (C)

GIORNO 8 - SPIRITUALITÀ DI VARANASI

Al mattino presto partecipazione alla cerimonia

dell'Aarti Puja presso Assi Ghat, seguita da un'escursione in barca sul Gange per ammirare l'alba e i rituali lungo il fiume. Dopo colazione, visita guidata ai luoghi legati alla percezione della morte nella cultura hindù, tra cui un Mukti Bawan e il Manikarnika Ghat. A seguire, visita al tempio dedicato a Shiva Maha Mrityunjay con il suo antico pozzo curativo. Pernottamento a Varanasi (C)

GIORNO 9: VISITA A SARNATH

Dopo colazione, tempo libero per esplorare i ghat lungo il Gange. Nel pomeriggio visita a Sarnath, luogo in cui Buddha insegnò per la prima volta il Dharma, uno dei quattro siti sacri per la comunità buddista. Pernottamento a Varanasi. (C)

GIORNO 9: RIENTRO A CASA

Al mattino volo per Delhi e partenza con volo.





India & Bhutan

Sikkim & Bhutan

Il viaggio esplora i luoghi sacri del Sikkim e Bhutan, consacrati dal Guru Padmasambhava, fondatore del Buddhismo tibetano. Partendo da Bagdogra, attraverso villaggi e piantagioni di tè, si raggiunge il Sikkim, descritto come un paradiso per la sua bellezza naturale e patrimonio Buddhista. Il tour prosegue nel Bhutan, 'La Terra del Dragone Tonante', un regno che preserva intensamente la sua cultura e ambiente, e dove il Buddhismo Vajrayana

fiorisce. Tra monasteri antichi e paesaggi incontaminati, il viaggio offre un'immersione nella spiritualità e nelle tradizioni locali, culminando nella visita al monastero di Taktsang, 'la Tana della Tigre', simbolo della difesa e diffusione del Buddhismo.



14
GIORNI



Viaggio di Gruppo (min. 1 persona - il viaggio verrà confermato al raggiungimento del minimo degli iscritti)



Partenza di Gruppo programmata: 2 Novembre 2025



itinerario

GIORNO 1 - ARRIVO A CALCUTTA

Arrivo all'aeroporto di Calcutta, check-in in hotel e breve tour introduttivo della città, compreso un giro in barca sul Gange al tramonto. Pernottamento a Calcutta (C)

GIORNO 2 - ARRIVO A BAGDOGRA

Arrivo a Bagdogra, trasferimento a Namchi nel Sikkim Meridionale (circa 3h). Visita all'enorme complesso templare Char Dam, nella zona più alta della città, dove assisterete anche ad una cerimonia Puja. Pernottamento a Namchi. (C, C)

GIORNO 3 - MONASTERO DI PELLING

Dopo colazione, trasferimento a Pelling, visita al monastero di Pemayangtse e al lago Khachopelri. Pernottamento a Pelling (C, P, C)

GIORNO 4 - TASHIDING-RINCHENPONG

Trasferimento a Tashiding per visitare il monastero. Successivamente, arrivo a Rinchenpong, un villaggio Lepcha nel Sikkim Occidentale, e check-in alla Yangsum Heritage Farm, con vista sulle montagne. Passeggiata nella fattoria o nel vicino villaggio Lepcha. Pernottamento alla Yangsum Heritage Farm. (C, P, C)

GIORNO 5 - VILLAGGIO DI HEE BERMIOK

Trasferimento a Hee Bermiok. Esplorazione delle tradizioni culturali delle comunità locali, inclusa una visita a Reshi per rilassarsi in una sorgente d'acqua calda con proprietà curative. Pernottamento alla Yangsum Heritage Farm. (C, P, C)

GIORNO 6 - MONASTERO DI KEWZING

Visita al monastero Bon a Kewzing. Trasferimento a Rumtek. Pernottamento a Rumtek (C, C)



GIORNO 7 - VISITA A RUMTEK

Visita al monastero Rumtek e luoghi culturali in Sikkim, seguita da una visita all'Istituto di Tibetologia Namgyal. Cena e pernottamento a Doars. (C, P, C)

GIORNO 8 - TRASFERIMENTO A THIMPHU

Visita al villaggio Rabha e trasferimento a Thimphu, Bhutan, con sosta al Monastero di Kharbandi Gomba. Il viaggio offre viste sull'Himalaya, illustra progetti idroelettrici e prevede controlli per l'immigrazione. Arrivo a Thimphu dopo un percorso lungo il fiume Wang Chhu. Pernottamento a Thimphu. (C, P, C)

GIORNO 9 - VISITA DI THIMPHU

Visita alla CTA School per conoscere l'arte bhutanesa, seguita da relax in albergo. Tour al Buddha Dordenma e al mini zoo per vedere il Takin, l'animale nazionale. Tempo libero per esplorare mercati e negozi locali. Pernottamento a Thimphu. (C, P, C)

GIORNO 10 - TRASFERIMENTO A PUNAKHA

Trasferimento mattutino a Punakha con vista panoramica sull'Himalaya dal valico di Dochula. Visita al tempio Chimi Lhakhang, dedicato a Drukpa Kunley. Arrivo e pernottamento a Punakha (C, P, C)

GIORNO 11 - VISITA A PARO

Trasferimento a Paro con visita al Punakha Dzong e sosta al valico di Dochula per tè o caffè con vista sull'Himalaya. Tempo libero a Thimphu per acquisti o foto, poi trasferimento a Paro e check in in albergo. Pernottamento a Paro. (C, P, C)

GIORNO 12 - MONASTERO DELLA TIGRE

Escursione al monastero di Taksang, "la Tana della Tigre", con partenza dalla valle di Paro e vista del monte Jhomolhari. Visita al famoso monastero situato a 900m di altezza con sosta in una casa del tè. Rientro per cena. Pernottamento a Paro. (C, P, C)

GIORNO 13 - MONASTERO DI DONGKOLA

Partenza per il Monastero di Dongkola con cerimonia di offerta e visita al tempio. Pranzo e attività di pulizia con i monaci, seguiti da meditazione serale. Rientro a Paro. Pernottamento a Paro (C, P, C)

GIORNO 14 - PARTENZA DA PARO

Trasferimento all'aeroporto e partenza con volo internazionale.





India

Il sacro Gange

Il viaggio proposto offre un'immersione nella spiritualità indiana attraverso la scoperta del fiume sacro Gange. Il Gange è venerato come una divinità dagli Indù. Il tour esplorerà diverse località lungo il fiume, mostrando la sua importanza religiosa e culturale. Si parte da Calcutta, dove si sperimentano le tradizioni e la cultura del Bengala, visitando dimore storiche, mercati locali e una cooperativa di commercio equo. Poi, a Shantiniketan, si incontrano le tribù

Bauls e si gode di un giro in barca sul Gange al tramonto. Il viaggio prosegue con un treno notturno verso Varanasi, una città sacra associata a Shiva e importante centro di pellegrinaggio. Dopo Varanasi, si visita Allahabad, noto per i suoi raduni religiosi, e si vola a Dehradun per conoscere l'attivista Vandana Shiva. Successivamente, a Rishikesh si praticherà meditazione e yoga. Si visitano anche Haridwar e infine Nuova Delhi.



13
GIORNI



Viaggio di Gruppo (min. 1 persona - il viaggio verrà confermato al raggiungimento del minimo degli iscritti)



Partenza di Gruppo programmata: 24 Dicembre 2025



Itinerario

GIORNO 1 - ARRIVO A CALCUTTA

Arrivo a Calcutta, visita alla cooperativa Altromercato, Silence, che aiuta persone con disabilità attraverso formazione tecnica. Si esplorano laboratori di produzione di candele, incenso e cartoline, con introduzione al linguaggio dei segni per comunicare con gli artigiani. Pernottamento a Calcutta (P)

GIORNO 2 - SHANTINIKETAN

Shantiniketan, nota come "dimora della pace", è un importante centro di arte e cultura bengalese, fondato da Rabindranath Tagore nel 1901. Vi si arriva in treno veloce e, dopo il trasferimento presso famiglie ospitanti, si assiste a uno spettacolo di canzoni Baul. Pernottamento a Shantiniketan (C, C).

GIORNO 3 - VISITA A SHANTINIKETAN

Visita al Museo Tagore, scuola d'arte, Craft Village

e villaggio Santhal a Shantiniketan, seguita da pranzo tradizionale e programma culturale. Rientro a Calcutta con treno e giro in risciò al New Market. Pernottamento a Calcutta. (C, P)

GIORNO 4 - VISITA DI CALCUTTA

Tour di Calcutta con esplorazione culturale e storica, visite a musei e templi, seguito da viaggio notturno in treno per Varanasi. Pernottamento in treno. (C)

GIORNO 5 - VISITA A VARANASI

Arrivo e visita di Varanasi, con enfasi sulla sua cultura indù. Pernottamento a Varanasi. (C)

GIORNO 6 - VISITA A VARANASI

Dopo colazione, tour di Varanasi con visita ai principali templi e ghat, inclusi Kashi Vishwanath e Manikarnika Ghat, importanti per le cremazioni e alla



salvezza (Moksha). La sera, partecipazione alla cerimonia del Ganga Aarti Puja al Dasaswamedh Ghat. Pernottamento a Varanasi. (C)

GIORNO 7 - VISITA A PRAYAGRAJ

Dopo la colazione, visita ai Ghat del Gange e nel pomeriggio alla città buddista di Sarnath, famosa per il Parco dei Cervi dove Buddha insegnò per la prima volta il Dharma. Dopo pranzo trasferimento ad Allahabad per visitare il Triveni Sangam, luogo sacro di confluenza dei fiumi Ganga, Yamuna e Sarawati. Pernottamento ad Allahabad (C,C)

GIORNO 8 - VANDANA SHIVA CENTER

Al mattino volo per Deradhun e trasferimento a Navdanya, centro di ricerca sulla biodiversità che sostiene gli agricoltori locali e protegge colture a rischio di estinzione. Sono state ristabilite oltre 5000 varietà di colture. In serata rientro a Rishikesh. Pernottamento a Rishikesh (C, P)

GIORNO 9: VISITA A RISHIKESH

Al mattino presto, lezione di yoga allo Yoga Neeketan Ashram, seguita dalla colazione in hotel. Poi, giro turistico di Rishikesh con visita al Lakshman Jhoola, passeggiata fino a Sivanand Jhoola e visita dell'area di Swargashram. Pernottamento a Rishikesh (C)

GIORNO 10: VISITA A RISHIKESH

Al mattino presto, lezione di yoga. Visita al "Beatles Ashram" per esplorare i resti dell'ashram di Maharishi Mahesh Yogi e la Galleria della Cattedrale dei Beatles. Nel pomeriggio, visita alla città santa di Haridwar, inclusi i templi di Chandi Devi, Mayan Devi e Bhimgoda Dam. Partecipazione all'Aarti a Har-Ki-Pauri. In serata, rientro e pernottamento a Rishikesh (C)

GIORNO 11: TRASFERIMENTO A DELHI

Al mattino presto, lezione di yoga allo Yoga Neeketan Ashram, seguita dalla colazione. Trasferimento in auto a Delhi (circa 4/5 ore) e sistemazione in hotel. Visita al Gurudwara Bangla Sahib. Pernottamento a Delhi (C).

GIORNO 12: VISITA DI DELHI

Dopo colazione, visita al quartiere povero di Paharganj nella Vecchia Delhi, guidata dai giovani della ONG che lavora con i bambini di strada. Pranzo in un ristorante tipico. Nel pomeriggio, visita alle attrazioni della Vecchia Delhi, tra cui il Forte Rosso (solo esterno), la Jama Masjid, i vicoli di Chawri Bazar e Raj Ghat. Pernottamento a Delhi (C).

GIORNO 13: RIENTRO A CASA

Trasporto in macchina all'aeroporto di Delhi e partenza con volo internazionale.

Soggiorni

- CALCUTTA
- SHANTINIKETAN
- CALCUTTA
- VARANASI
- ALLAHABAD
- DELHI
- RISHIKESH



India

Il Triangolo d'oro dell'India e Varanasi

Questo itinerario è perfetto per chi visita l'India per la prima volta, condensando in 10 giorni le meraviglie del Nord e la spiritualità di Varanasi. Il viaggio inizia a Delhi, con la visita alla città vecchia guidati da una ONG che sostiene i bambini di strada. Prosegue a Jaipur, la città rosa, e ad Agra per ammirare il celebre Taj Mahal. Si continua a Khajuraho, con le sue sculture erotiche che celebrano l'arte e l'amore indiano, fino a Varanasi, città sacra sulle rive

del Gange e centro di spiritualità millenaria. Il tour si conclude a Delhi, offrendo un'esperienza indimenticabile tra cultura, storia e tradizioni uniche.

**10
GIORNI**



Viaggio di Gruppo (min. 1 persona - il viaggio verrà confermato al raggiungimento del minimo degli iscritti)



Viaggio privato (min. 2 persone - partenza individuale)

Partenza di Gruppo programmata: 27 Dicembre 2025



Itinerario

GIORNO 1 - VISITA A DELHI

Arrivo a Delhi e trasferimento in hotel. Visita della vecchia Delhi, incluso il Forte Rosso (esterno), la Jama Masjid e le strade di Chawri Bazar. Visita a Raj Ghat. Nel pomeriggio, visita di Nuova Delhi con l'India Gate e il Parlamento, seguita dal Gurudwara Bangla Sahib. Trasferimento in hotel. Pernottamento a Delhi (C)

GIORNO 2 - TRASFERIMENTO A JAIPUR

Visita al quartiere povero di Paharganj guidata da giovani di una ONG, che educa e forma professionalmente i ragazzi di strada. Passeggiata con un ex bambino di strada ora impiegato. Trasferimento a Jaipur. Pernottamento a Jaipur (C).

GIORNO 3 - VISITA DI JAIPUR

Visita all'Hawa Mahal e Amber Fort. Dopo pranzo, visita al museo Anokhi. Nel pomeriggio, esplorazione

del Palazzo Reale e della città antica di Jaipur con i suoi palazzi, templi e Haveli. Passeggiata per comprendere la storia. Pernottamento a Jaipur. (C)

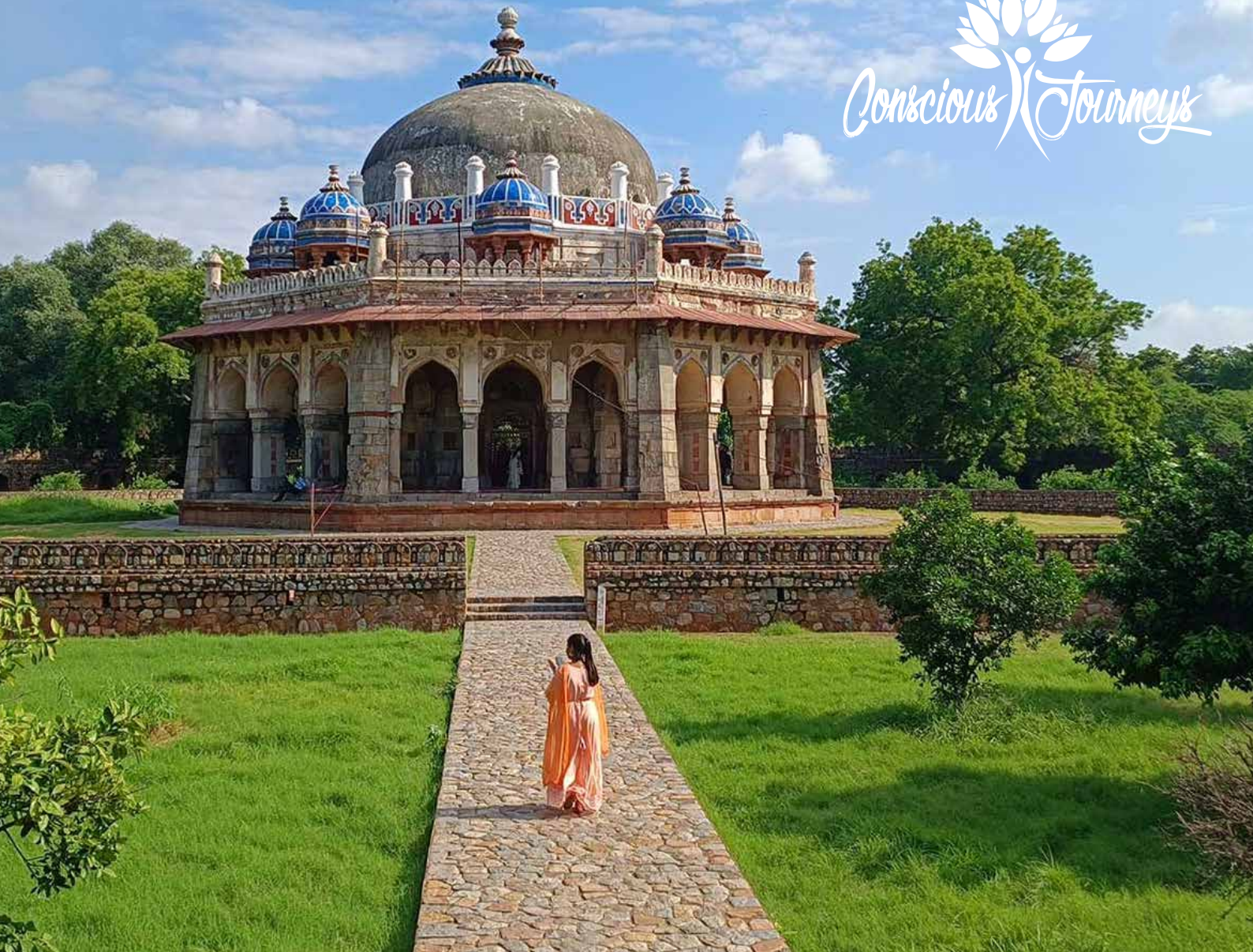
GIORNO 4 - TRASFERIMENTO A AGRA

Trasferimento ad Agra via autostrada e pranzo in un ristorante sostenuto da una ONG per le donne vittime di attacchi con l'acido. Visita guidata della città vecchia di Agra, inclusa la Jama Masjid, il tempio Manka Meshwar, il mercato delle spezie Rawatpara, e il trambusto di Johri Bazar. Al tramonto, visita al Taj Mahal. Pernottamento a Agra (C, P).

GIORNO 5 - TRASFERIMENTO KHAJURAHOO

Trasferimento in stazione e partenza con treno veloce per Khajuraho (7h). Arrivo e sistemazione in hotel e visita guidata alla città antica con spiegazione del sistema delle caste. Pernottamento a Khajuraho (C)





GIORNO 6 - VISITA DI KHAJURAHO

Visita del complesso templare di Khajuraho, famoso per le sculture erotiche e patrimonio dell'UNESCO, con esplorazione dei gruppi orientale, meridionale e occidentale. Nel pomeriggio tempo libero per visitare la cittadina. Pernottamento a Khajuraho. (C)

GIORNO 7 - VISITA DI VARANASI

Dopo colazione, trasferimento in aeroporto per il volo a Varanasi. Arrivo, check-in in hotel e visita guidata alla città sacra, con i suoi antichi templi e i ghat principali, tra cui il Manikarnika Ghat, noto per le cremazioni rituali. In serata partecipazione al Ganga Aarti Puja, il suggestivo rituale serale sul Dasaswamedh Ghat. Pernottamento a Varanasi. (C)

GIORNO 8 - SPIRITUALITÀ DI VARANASI

Al mattino presto partecipazione alla cerimonia

dell'Aarti Puja presso Assi Ghat, seguita da un'escursione in barca sul Gange per ammirare l'alba e i rituali lungo il fiume. Dopo colazione, visita guidata ai luoghi legati alla percezione della morte nella cultura hindù, tra cui un Mukti Bawan e il Manikarnika Ghat. A seguire, visita al tempio dedicato a Shiva Maha Mrityunjay con il suo antico pozzo curativo. Pernottamento a Varanasi (C)

GIORNO 9: VISITA A SARNATH

Dopo colazione, tempo libero per esplorare i ghat lungo il Gange. Nel pomeriggio visita a Sarnath, luogo in cui Buddha insegnò per la prima volta il Dharma, uno dei quattro siti sacri per la comunità buddista. Pernottamento a Varanasi. (C)

GIORNO 9: RIENTRO A CASA

Al mattino volo per Delhi e partenza con volo.





Partenza Speciale per il Festival di Nabji

Bhutan

Il meglio del Bhutan: natura, comunità e trekking

L'itinerario proposto offre un viaggio attraverso i luoghi sacri del Bhutan, consacrati dal Guru Padmasambhava nell'VIII secolo, combinato con l'esplorazione della ricca cultura e natura del paese. Il Bhutan, unico per il suo rispetto verso tutta la creazione, è considerato l'ultimo baluardo del Buddhismo Vajrayana. La sua cultura antica e ambiente intatto creano un'atmosfera che favorisce la meditazione e la contemplazione divina. Il viaggio permette

di seguire le tracce di yogi, santi e pellegrini attraverso paesaggi sacri e luoghi di ritiro, tra cui il celebre monastero di Taktsang, legato alle leggende del Guru Rinpoche. Attraverso visite a monasteri e santuari, il viaggio promette di immergersi profondamente nella cultura e spiritualità del Bhutan.



14
GIORNI



Viaggio privato (min. 2 persone - partenza individuale)



Partenza di Gruppo programmata: 28 Dicembre 2025

NABJI FESTIVAL

Il Festival di Nabji onora Guru Padmasambhava, che portò la pace e consolidò il buddismo. I momenti chiave includono la benedizione del fuoco, dove i fedeli passano sotto una porta infuocata, e la danza "Thercham", eseguita da danzatori mascherati attorno a un falò. Questa danza, creduta capace di donare figli alle donne sterili, è un simbolo potente della spiritualità e cultura del Bhutan.



Itinerario

GIORNO 1 - ARRIVO A CALCUTTA

Arrivo a Kolkata e trasferimento in hotel per riposare. Breve tour della città nel pomeriggio con giro in barca sul fiume Gange. Pernottamento a Kolkata (C)

GIORNO 2 - PARCO DI GORUMARA

Volo mattutino per Bagdogra e trasferimento in un forest-resort a Dooars. Dopo il check-in e il pranzo, safari pomeridiano nel Parco Nazionale di Gorumara per avvistare animali selvatici. Rientro in hotel per la cena. Pernottamento a Doars (C, P, C)

GIORNO 3 - TRASFERIMENTO IN BHUTAN

Colazione presto e partenza per Phuentsholing, passando per campi terrazzati e giardini del tè. Souvenir e pranzo tradizionale. Incontro con la guida e trasferimento a Thimphu con soste panoramiche e progetti idroelettrici. Arrivo e check-in in hotel,

possibile visita alla statua Buddha. Pernottamento a Thimphu (C, P, C).

GIORNO 4 - THIMPHU

Visita del National Memorial Chorten, della statua del Buddha a Kuensel Phodrang, della Scuola di pittura tradizionale e di un laboratorio di carta bhutanesa. Pomeriggio dedicato all'osservazione del Takin bhutanesa e visita al centro artistico Choki. Tempo libero a Thimphu. Pernottamento a Thimphu (C, P, C)

GIORNO 5 - MONASTERO DI PHOBJIKHA

Trasferimento a Phobjikha con sosta ai 108 stupa e al valico di Dochula. Pranzo a Phobjikha, visita al monastero Gangtey e alla valle glaciale. Possibili passeggiate e bagno di pietre calde. Pernottamento a Phobjikha (C, P, C).



GIORNO 6 - TRASFERIMENTO A TRONGSA

Dopo colazione, visita alla scuola della comunità di Bayta per incontrare i bambini del posto. Trasferimento a Trongsa, con splendide viste di Chendebji e del villaggio di Rukubji. Check-in in hotel e visita al Trongsa Dzong e, se possibile, al museo vicino. Pernottamento a Trongsa (C, P, C).

GIORNO 7 - ESPERIENZA A NABJI

Partenza per Nabji, villaggio dove si vive la vera vita locale e si contribuisce alla conservazione dell'ambiente e del patrimonio culturale. Si praticano tradizioni buddiste, si visitano fattorie, e si partecipa a cerimonie e danze. Pernottamento a Nabji (C, P, C).

GIORNO 8 - VILLAGGIO DI KORPHU

Korphu è un piccolo villaggio a 3 ore di cammino da Nabji, raggiungibile anche in auto. Si conosceranno le comunità locali, inclusi i Monpas, antichi abitanti del Bhutan che praticano sciamanesimo e buddismo. Ritorno serale a Nabji. Pernottamento a Nabji (C, P, C).

GIORNO 9: GELEPHU

Dopo colazione trasferimento a Gelephu via Tingtibi (3h) e check-in in un eco-resort vicino a una sorgente termale. Rilassati nella sorgente e goditi una cena prelibata. Pernottamento nell'eco camp (C, P, C).

GIORNO 10: SCUOLA DI ASTROLOGIA

Visita a Pema Ling con scuola di astrologia e monastero. Trasferimento a Damphu con sosta a Sarpang per pesca bhutanesa e visita a una fattoria di kiwi. Pernottamento a Damphu (C, P, C).

GIORNO 11: ESPLORA PUNAKHA

Visita al villaggio di Pema Ling, poi trasferimento a Damphu con sosta a Sarpang per le tecniche di pesca bhutanesa. Possibile visita a una fattoria di kiwi biologica. Pernottamento a Damphu (C, P, C).

GIORNO 12: TEMPIO DI PARO

Partenza per Paro con sosta al passo di Dochula. Arrivo a Paro, check-in e pranzo. Visita al Paro Dzong e passeggiata al ponte di legno. In serata, trasferimento al tempio Kichu. Pernottamento a Paro (C/P/C).

GIORNO 13: TIGER NEST

Trasferimento nella valle di Paro per ammirare il Monte Chomolhari. Escursione al monastero Taksang. Cena con spettacolo di danza culturale bhutanesa. Pernottamento a Paro (C, P, C).

GIORNO 14: RIENTRO A CASA

Trasferimento in aeroporto e partenza con volo internazionale.

Soggiorni

- CALCUTTA
- DOOARS
- THIMPHU
- PHUBJIKHA
- TRONGSA
- NABJI
- DAMPHU
- PARO





Perché noi?

Perché siamo locali, quindi, presenti con i nostri uffici direttamente in Asia.

Siamo un DMC con sede in India e filiali in tutta l'Asia. Grazie alla nostra profonda conoscenza delle destinazioni, selezioniamo le migliori esperienze per il tuo viaggio.

Perché ti portiamo nelle destinazioni più belle dell'Asia.

Scopri luoghi indimenticabili, tra natura straordinaria e cultura millenaria. Abbiamo selezionato esperienze e alloggi esclusivi per una vacanza senza paragoni.

Perché conosciamo i nostri paesi.

Testiamo personalmente ogni esperienza e alloggio, garantendo comfort e autenticità. Turismo consapevole non significa rinunciare a servizi esclusivi.

Perché abbiamo progettato le migliori esperienze.

Offriamo viaggi che ti fanno vivere l'anima autentica di ogni destinazione, trasformando ogni tour in un percorso culturale ed emozionale unico.

Perché organizziamo esperienze consapevoli.

Integriamo pratiche spirituali locali come yoga e meditazione, favorendo un incontro autentico tra saggezza orientale e pragmatismo occidentale.

Perché ti facciamo viaggiare in sicurezza.

Garantiamo sicurezza con veicoli selezionati, guide esperte e assistenza 24/7. Offriamo anche connettività wi-fi durante i trasferimenti per essere sempre connessi.

Perché promuoviamo un Turismo Responsabile e Sostenibile.

Supportiamo le comunità locali e tuteliamo l'ambiente, contribuendo a uno sviluppo turistico etico e sostenibile.

SCARICA I NOSTRI
CATALOGHI



CONSCIOUS JOURNEYS PVT. LTD.
39 B, Ballygunge Terrace, Kolkata (Calcutta)
700029, Bengala Occidentale, India

info@consciousjourneys.com
www.consciousjourneys.com