

VIAGGI IN  
*Nepal*

CATALOGO 2025



*Conscious Journeys*

[www.consciousjourneys.com](http://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

# Viaggi

Nepal: L'essenza del Nepal _____	pag. 12
Nepal: Cultura, Spiritualità e Trekking _____	pag. 14
India e Nepal _____	pag. 16



# 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.**





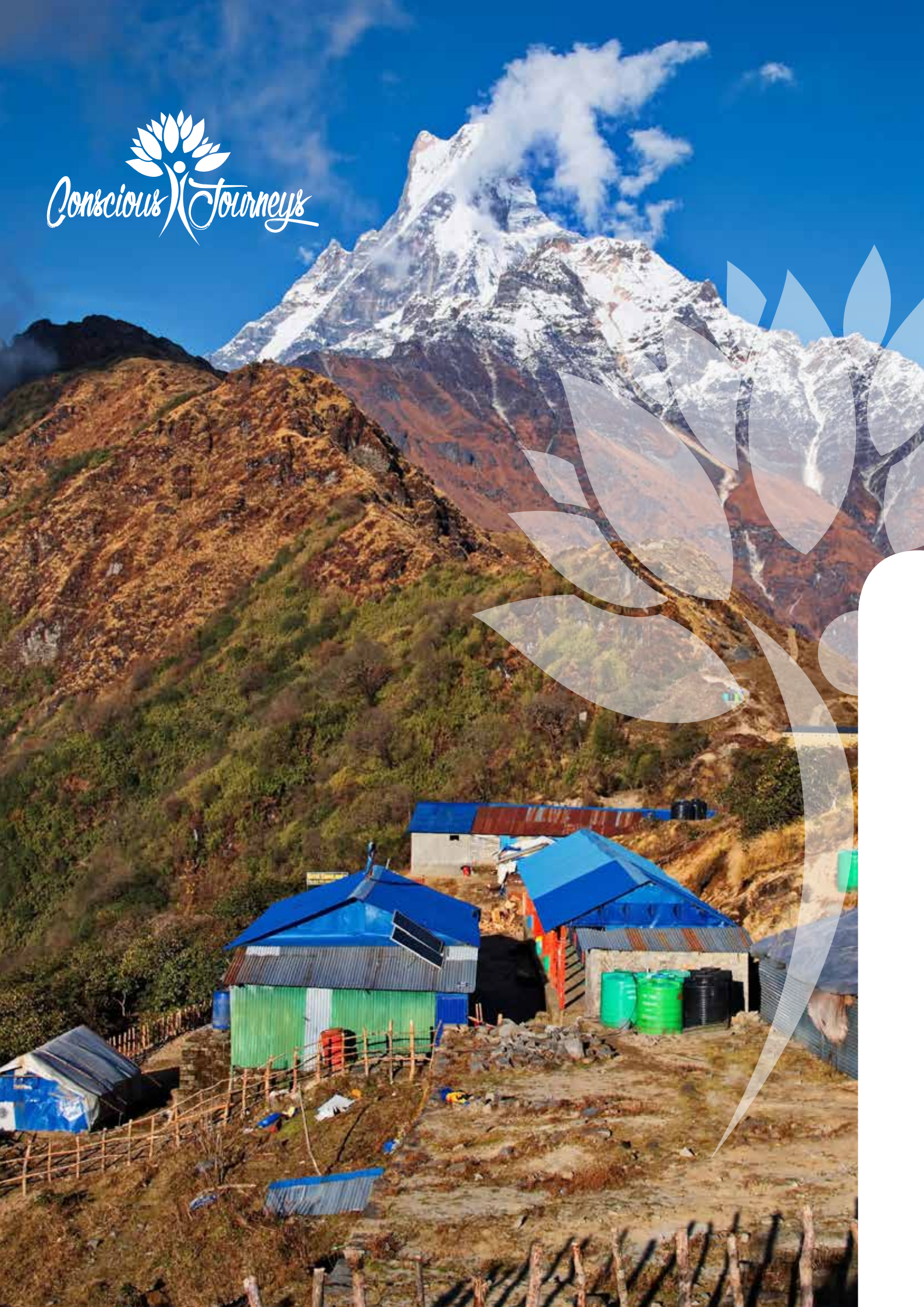


Conscious Journeys





*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**

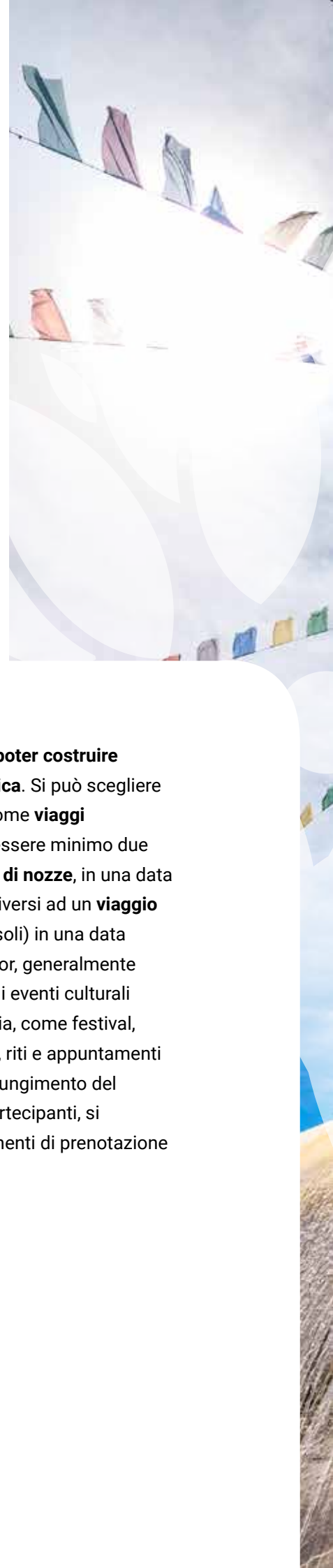
## Conscious Journeys

**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'altra 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**.



# Nepal

## L'essenza del Nepal

L'Essenza del Nepal è un tour di 8 giorni che ti permette di esplorare le principali città e attrazioni del paese, immergendoti nella sua cultura, natura e spiritualità. Visiteremo Kathmandu, Pokhara, Chitwan e Nagarkot, ognuna con le sue caratteristiche uniche. Le città sono situate a diverse altitudini, offrendo variazioni di temperatura, paesaggi e biodiversità. Durante il viaggio, avrai l'opportunità di partecipare a diverse attività

avventurose e di goderti la natura nel parco nazionale di Chitwan.



**Viaggio privato (min. 2 persone)**



**Periodo ideale per partire: da Settembre a Dicembre e da Febbraio ad Aprile**



**Itinerario**

### 1° GIORNO: ARRIVO A KATHMANDU

Arrivo a Kathmandu: Arrivo all'aeroporto internazionale di Kathmandu, incontro con un rappresentante e trasferimento in hotel. Breve panoramica sul viaggio in Nepal e tempo libero per riposarsi o esplorare la città autonomamente. Pernottamento a Kathmandu

### 2° GIORNO: TOUR A KATHMANDU

Visite a Kathmandu: Giornata dedicata alla visita dei siti patrimonio dell'UNESCO, tra cui Patan Durbar Square, Swayambhunath e Boudhanath. Visita al Tempio di Pashupatinath e possibile incontro con la Kumari. Assiste all'Aarati sulla riva del fiume Bagmati. Pernottamento a Kathmandu (C)

### 3° GIORNO: TRASFERIMENTO A POKHARA

Trasferimento a Pokhara: Trasferimento in auto a Pokhara con un viaggio panoramico lungo la strada.

Check-in in hotel e passeggiata lungo il lago Phewa. Pernottamento nel Pokhara. (C).

### 4° GIORNO: ESCURSIONE A POKHARA

Esplorazione di Pokhara: Escursione all'alba sulla collina di Kau Danda per ammirare le montagne. Visita a siti come il Tempio di Bindhyabasini e la cascata di Devi. Escursione in barca sul lago Phewa e visita alla Pagoda della Pace Mondiale. Pernottamento a Pokhara (C)

### 5° GIORNO: TRASFERIMENTO A CHITWAN

Trasferimento a Chitwan: Partenza per Chitwan con briefing sulla vita selvatica. Visita al villaggio di Tharu e passeggiata sulle rive del fiume Rapti. Possibilità di assistere a uno spettacolo di danza culturale Tharu. Pernottamento a Chitwan (C, P, C)





#### 6° GIORNO: GIUNGLA DI CHITWAN

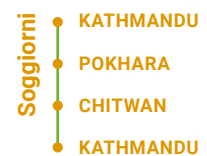
Attività a Chitwan: Giornata piena di attività nella giungla, tra cui birdwatching, giro in canoa, safari in jeep e passeggiate naturalistiche. Pernottamento a Chitawan (C, P, C)

#### 7° GIORNO: KATHMANDU

Ritorno a Kathmandu: Ritorno a Kathmandu e giro turistico in risciò attraverso Thamel, Ason Bazaar e Durbar Square. Visita alla casa della Dea Vivente e ritorno in hotel passando per Indra Chowk. Pernottamento a Kathmandu (C)

#### 8° GIORNO: PARTENZA

Partenza da Kathmandu: Trasferimento all'aeroporto circa 3 ore prima del volo internazionale programmato.





# Nepal

## Nepal. Cultura, Spiritualità e Trekking

Questo itinerario di 14 giorni in Nepal offre un'esperienza completa per esplorare la cultura, la spiritualità e la natura del paese. Attraverso visite ai siti storici della valle di Kathmandu, come Patan Durbar Square e Swayambhunath, e l'incontro con la Kumari, il tour offre un'immersione nella ricca storia e tradizioni del Nepal. Partecipando alla cerimonia dell'Aarati lungo il fiume Bagmati, i partecipanti potranno vivere un'esperienza spirituale unica. L'itinerario

include anche l'opportunità di interagire con le comunità locali e di soggiornare in un villaggio tradizionale e in un monastero a Namobuddha, offrendo un'intima comprensione della vita e della spiritualità locali. Le esperienze naturalistiche, come trekking e safari nella giungla del Parco Nazionale di Chitawan, completano il viaggio, consentendo ai partecipanti di apprezzare la maestosità della catena himalayana e la biodiversità locale.

12  
GIORNI



**Viaggio privato (min. 2 persone)**



**Periodo ideale per partire: da Settembre a Dicembre e da Febbraio ad Aprile**



itinerario

### 1° GIORNO: ARRIVO A KATHMANDU

Arrivo all'aeroporto internazionale Tribhuvan di Kathmandu, dove sarai accolto da uno dei nostri rappresentanti per il trasferimento in hotel. Dopo un breve drink di benvenuto, avrai un'intro sulla tua avventura in Nepal. Il resto del giorno sarà libero per riposarti o esplorare la città. Pernottamento a Kathmandu.

### 2° GIORNO: VISITA A KATHMANDU

Dopo colazione, visiterai siti UNESCO come Patan Durbar Square, Swayambhunath e Boudhanath, immersi nella storia e nella cultura nepalese. Nel pomeriggio, esplorerai il Tempio di Pashupatinath e potrai incontrare la Kumari. La giornata si concluderà con l'Aarati sulle rive del fiume Bagmati. Pernottamento a Kathmandu (C).

### 3° GIORNO: ESCURSIONE A NAMOBUDDHA

Dopo colazione, partenza per Dhulikhel per iniziare un'escursione a Namobuddha. Lungo il percorso, godrai di splendide viste panoramiche sulle montagne e visiterai numerosi stupa buddisti. Avrai l'opportunità di interagire con i monaci e provare il cibo monastico. Pernottamento in monastero. (C).

### 4° GIORNO: ESCURSIONE A PANAUTI

Dopo colazione, esplorerai il pittoresco villaggio di Panauti e visiterai Bhaktapur, famoso per i suoi templi e l'artigianato locale. Pernottamento a Kathmandu. (C, P)

### 5° GIORNO: TRASFERIMENTO A BANDIPUR

Dopo colazione, partirai per Bandipur, un villaggio culturale Newar con viste mozzafiato sulle montagne. Pernottamento a Bandipur. (C)





#### 6° GIORNO: TRASFERIMENTO A POKHARA

Al mattino, esplorerai Bandipur prima di partire per Pokhara, dove visiterai siti come il Tempio di Bindhyabasini, Devi's Fall e il lago Phewa. Pernottamento a Pokhara. (C)

#### 7° GIORNO: TREKKING AD ASTAM

Dopo colazione, partenza per Astam, villaggio panoramico con vista sull'Annapurna e il Manaslu. Escursione via auto e camminata di 3-4 ore attraverso foreste e villaggi. Tempo libero ad Astam. Pernottamento all'Annapurna Eco Village. (C, P, C)

#### 8° GIORNO: ESCURSIONE A KALABANG

Dopo la colazione, partenza per Astam per godere di un panorama montano spettacolare. Escursione in auto e a piedi da Hemja attraverso foreste e villaggi. Tempo libero ad Astam. Pernottamento a Pokhara. Pernottamento a Pokhara. (C, P)

#### 9° GIORNO: PARCO DI CHITAWAN

Dopo la colazione, partenza per Chitwan (4-5 ore di viaggio). Check-in in hotel e briefing sulla fauna locale con la guida. Visita al villaggio di Tharu e passeggiata sulle rive del fiume Rapti. Aperitivo serale e spettacolo di danza Tharu. Pernottamento a Chitawan (C, P, C).

#### 10° GIORNO: GIUNGLA DI CHITAWAN

Dopo una colazione ristoratrice, avrai un'ampia selezione di attività nella giungla tra cui scegliere: bird watching con una guida, giro in canoa per avvistare specie rare di coccodrilli, safari in jeep nel Parco Nazionale per osservare varie specie di animali, passeggiata naturalistica per esplorare la flora e la fauna locali, e infine una proiezione sulla storia e la conservazione del parco. Pernotterai a Chitawan (C, P, C).

#### 11° GIORNO: RITORNO A KATHMANDU

Dopo la colazione, ci si dirige verso Kathmandu, con un viaggio di circa 5-6 ore, a seconda del traffico. Una volta effettuato il check-in in hotel, avrai del tempo libero per riposarti e rilassarti prima delle attività serali. In serata, potrai gustare una cena tipica nepalese e assistere a uno spettacolo culturale dal vivo eseguito da diversi gruppi etnici, che durerà circa 3 ore. Pernotterai a Kathmandu (C, C).

#### 12° GIORNO: PARTENZA

Circa 3 ore prima del volo programmato, trasferimento all'aeroporto per il tuo volo internazionale.

- Soggiorni
- KATHMANDU
  - BANDIPUR
  - POKHARA
  - ANNAPURNA VILLAGE
  - POKHARA
  - CHITAWAN
  - KATHMANDU



# India & Nepal

## India e Nepal

Questo itinerario combina le principali attrazioni turistiche dell'India del nord con i migliori progetti di turismo responsabile, e le principali città e attrazioni del Nepal, offrendo un'esperienza culturale, naturalistica e spirituale. Si parte da Delhi, visitando il quartiere antico di Paharganj e supportando progetti locali. Si prosegue verso Nawalgarh, Jaipur e Agra per ammirare il Taj Mahal. Poi si rientra a Delhi per volare a Kathmandu. In

Nepal, si visitano Kathmandu, Pokhara, Chitwan e Nagarkot, scoprendo la varietà geografica e la biodiversità. Si possono svolgere attività avventurose come rafting e trekking, prima di tornare a Kathmandu per il volo internazionale.

**14**  
GIORNI



**Viaggio privato (min. 2 persone)**



**Periodo ideale per partire: da Settembre a Dicembre e da Febbraio ad Aprile**



**Itinerario**

### 1° GIORNO: DELHI

Arrivo a Delhi, trasferimento in hotel e visita guidata della vecchia e nuova Delhi, inclusi il Forte Rosso, la Jama Masjid, Chawri Bazar, Raj Ghat, India Gate e il Gurudwara Bangla Sahib. Pernottamento a Delhi (C)

### 2° GIORNO: DELHI – NAWALGARH

Visita al quartiere di Paharganj con una ONG che aiuta i bambini di strada, seguita da un trasferimento a Nawalgarh per ammirare le Haveli e i loro affreschi. Pernottamento a Nawalgarh. (C)

### 3° GIORNO: NAWALGARH

Esplorazione di Nawalgarh e delle sue Haveli, escursione a cammello fino a Dundlod, cena con concerto di musica classica indiana. Pernottamento a Nawalgarh (C, C).

### 4° GIORNO: NAWALGARH – JAIPUR

Lezione di cucina e pranzo presso l'eco-lodge, seguiti da trasferimento a Jaipur, città storica e turistica del Rajasthan. Pernottamento a Jaipur (C, P).

### 5° GIORNO: JAIPUR

Visita all'Hawa Mahal, trasporto in jeep ad Amber Fort, e visita al museo Anokhi. Nel pomeriggio, esplorazione del Palazzo Reale e della città antica con le sue Haveli e artigianato. Pernottamento a Jaipur. (C)

### 6° GIORNO: JAIPUR – AGRA

Trasferimento ad Agra e pranzo in un ristorante supportato da un'ONG. Tour a piedi di Agra, visita alla Jama Masjid, esplorazione del vecchio mercato, incontro con una famiglia locale, visita al tempio Manka Meshwar, mercato delle spezie Rawatpara e immersione nella cultura locale a Johri Bazar.





Pernottamento a Agra (C, P).

#### 7° GIORNO: AGRA – DELHI

Visita al Taj Mahal all'alba, simbolo di amore e una delle sette meraviglie del mondo, seguita dal trasferimento all'aeroporto di Delhi e volo per Kathmandu. Arrivo e trasferimento in hotel. Pernottamento a Kathmandu (C)

#### 8° GIORNO: TOUR A KATHMANDU

Giornata dedicata alla visita dei siti UNESCO a Kathmandu, inclusi Patan Durbar Square, il tempio delle scimmie Swayambhunath, lo stupa di Boudhanath, e il tempio di Pashupatinath. Possibile incontro con la Kumari e partecipazione all'Aarati sul fiume Bagmati. Pernottamento a Kathmandu (C)

#### 9° GIORNO: TRASFERIMENTO A POKHARA

Trasferimento a Pokhara, con bellezze naturali e viste sull'Himalaya. Dopo il check-in, passeggiata serale lungo il lago Phewa. Pernottamento a Pokhara. (C).

#### 10° GIORNO: ESCURSIONE A PANAUTI

Escursione all'alba a Kau Danda per viste sull'Himalaya, seguita da visita al Tempio di Bindhyabasini, grotta di Gupteshwor, cascata di Devi, e campo profughi tibetano. Pomeriggio in barca sul lago

Phewa e escursione alla Pagoda della Pace Mondiale. Pernottamento a Pokhara (C).

#### 11° GIORNO: TRASFERIMENTO A CHITWAN

Partenza per Chitwan e check-in in hotel. Briefing sulle attività del parco, visita al villaggio di Tharu, passeggiata sul fiume Rapti, aperitivo e spettacolo di danza. Pernottamento a Chitwan (C, P, C).

#### 12° GIORNO: GIUNGLA DI CHITWAN

Mattina in Chitwan con tè o caffè, seguita da un'intera giornata di attività nella giungla, tra cui bird watching, giro in canoa, safari in jeep, passeggiate naturalistiche, e proiezione di diapositive sulla conservazione del parco. Pernottamento a Chitwan (C, P, C).

#### 13° GIORNO: KATHMANDU

Ritorno a Kathmandu e check-in in hotel. Tour turistico in risciò attraverso Thamel, Ason Bazaar e Durbar Square, visita a Hanuman Dhoka Palace e Freak Street, con ritorno in hotel passando per Indra Chowk per un lassi fresco. Pernottamento a Kathmandu (C).

#### 14° GIORNO: PARTENZA

Trasferimento all'aeroporto circa 3 ore prima del volo internazionale programmato.

Soggiorni

- DELHI
- NAWALGARH
- JAIPUR
- AGRA
- KATHMANDU
- POKHARA
- CHITWAN
- KATHMANDU









## 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](mailto:info@consciousjourneys.com)  
[www.consciousjourneys.com](http://www.consciousjourneys.com)