



## **NEPAL**

### **Tra spiritualità e Himalaya**

**Dal 19 al 29 Marzo 2027**

*Un viaggio nel cuore del Nepal, tra antiche città reali, templi induisti e grandi stupa buddhisti, piccoli borghi Newari e gli spettacolari scenari dell'Himalaya. Dalla vivacità di Kathmandu alla quiete del lago Begnas, dalle atmosfere senza tempo di Bandipur alle montagne di Nagarkot, fino alla splendida Bhaktapur: un itinerario pensato per conoscere le molte anime di un Paese sospeso tra spiritualità e natura.*

*Un percorso che unisce le grandi testimonianze culturali e religiose della Valle di Kathmandu alle atmosfere rurali di Bandipur, alla natura del Lago Begnas e ai panorami dell'Himalaya, con due differenti occasioni per ammirare le montagne: dalla regione di Pokhara e da Nagarkot.*



*programma di viaggio*

**19 Marzo 2027**

**Mobiltravel - Malpensa - Delhi**

Ritrovo dei partecipanti in luogo convenuto e trasferimento con mezzo privato all'aeroporto di Milano Malpensa in tempo utile per l'imbarco sul volo Air India AI 138 delle ore 20.45 diretto a Delhi.

Pasti e pernottamento in corso di volo,

**20 Marzo 2027**

**Delhi - Kathmandu**

Arrivo all'aeroporto internazionale di Delhi alle ore 10.05 e proseguimento a bordo del volo Air India AI 217 delle ore 11.40 con arrivo alle 13.55. Disbrigo delle formalità doganali ed incontro con la guida locale che si occuperà del trasferimento in hotel.

Sistemazione nelle camere riservate e resto del pomeriggio a disposizione per riposarsi dopo il viaggio e iniziare ad assaporare l'atmosfera della capitale nepalese.

Kathmandu si trova a circa 1.350 metri di altitudine, in una grande valle circondata dalle montagne. Per secoli è stata uno dei principali crocevia commerciali e culturali tra India e Tibet e ancora oggi conserva una straordinaria mescolanza di induismo e buddhismo, palazzi reali, templi, monasteri e quartieri popolari.

Cena e pernottamento presso **\*\*Hotel Aloft by Marriott Kathmandu\*\***.



## **21 Marzo 2007      Kathmandu:    la città Reale, Swayambhunath Pashupatinath**

Prima colazione in hotel.

Intera giornata dedicata alla scoperta di alcuni dei luoghi più importanti della Valle di Kathmandu.

Inizieremo dalla **Durbar Square di Kathmandu**, l'antica piazza reale della città e cuore storico della capitale. Intorno alla piazza si concentrano palazzi, cortili e templi costruiti prevalentemente in mattoni e legno finemente scolpito, testimonianza della straordinaria abilità degli artigiani Newari. Qui sorge anche il **palazzo della Kumari**, la "dea vivente", una bambina scelta secondo un'antica tradizione religiosa e venerata come manifestazione della dea Taleju.

Proseguimento verso **Swayambhunath**, uno dei luoghi simbolo del Nepal. Il grande stupa buddhista domina Kathmandu dall'alto di una collina e viene spesso chiamato "Tempio delle Scimmie" per la numerosa colonia di macachi che vive nei suoi dintorni. Gli occhi del Buddha dipinti sulla struttura osservano simbolicamente i quattro punti cardinali, mentre tutt'intorno bandiere di preghiera colorate ondeggiano al vento. Dalla terrazza si gode inoltre di una bellissima vista sulla Valle di Kathmandu.

Nel pomeriggio raggiungeremo **Pashupatinath**, il più importante santuario induista del Nepal e uno dei luoghi più sacri dedicati a Shiva. Il complesso sorge lungo le rive del fiume Bagmati, considerato sacro dagli induisti. Dai punti accessibili ai visitatori sarà possibile



osservare i templi, i sadhu – gli asceti induisti – e i ghat dove vengono celebrate le tradizionali cerimonie di cremazione.

È uno dei luoghi più intensi del viaggio e permette di entrare in contatto con una concezione della vita e della morte profondamente diversa dalla nostra.

Cena e pernottamento presso l'Hotel Aloft by Marriott Kathmandu.

**22 Marzo 2027**

**Patan e Boudhanath**

Prima colazione in hotel.

La giornata sarà dedicata ad altri due luoghi fondamentali per comprendere la storia e la spiritualità della Valle di Kathmandu.

Visita di **Patan**, conosciuta anche come Lalitpur, la **Città della Bellezza**. Antica città reale e importante centro della cultura Newari, conserva una delle più belle piazze monumentali del Nepal.

La **Patan Durbar Square** è circondata da palazzi, templi e cortili decorati con splendidi lavori in legno, pietra e metallo. Passeggeremo nel cuore della città vecchia osservando l'architettura tradizionale e la vita quotidiana che continua a svolgersi intorno ai templi e alle piccole botteghe artigiane.

Proseguimento per **Boudhanath**, dominata da uno dei più grandi stupa buddhisti del mondo e uno dei principali centri del buddhismo tibetano fuori dal Tibet.



Il grande stupa bianco, sormontato dagli inconfondibili occhi del Buddha, è circondato da monasteri, negozi e case della comunità tibetana. Pellegrini e monaci percorrono continuamente in senso orario il grande anello intorno allo stupa facendo girare le ruote di preghiera e recitando mantra.

Avremo tempo per immergerci nell'atmosfera del luogo e osservare uno dei rituali quotidiani più affascinanti del Nepal.

Cena e pernottamento presso all'Hotel Aloft by Marriott Kathmandu.

## **23 Marzo 2027      Kathmandu: Pokhara e Lago Begnas**

Prima colazione e partenza in direzione di **Pokhara**.

Lasciata la Valle di Kathmandu, attraverseremo un paesaggio che progressivamente diventa più rurale, seguendo vallate, fiumi, villaggi e terrazze coltivate. Il trasferimento permetterà di osservare un Nepal completamente diverso da quello della capitale.

Arrivo nella regione di Pokhara e proseguimento verso il **Lago Begnas**, situato in una zona molto più tranquilla rispetto al centro turistico della città.

Da qui raggiungeremo il nostro resort in barca, attraversando le acque del lago.

Il Begnas è il secondo lago più grande della valle di Pokhara ed è circondato da colline ricoperte di vegetazione e piccoli villaggi. Nelle giornate limpide, sullo sfondo, compaiono le grandi montagne dell'Annapurna.



Sistemazione presso il Begnas Lake Resort, in una posizione particolarmente suggestiva e immersa nella natura.

Cena e pernottamento in Resort.

### **Mercoledì 24 Marzo      Lago Begnas e Valle di Pokhara**

Prima colazione.

La giornata inizierà con una facile passeggiata di circa 1-2 ore nei dintorni del resort, attraverso la vegetazione e il paesaggio rurale che circondano il lago.

Sarà un'occasione per conoscere un volto più tranquillo del Nepal, lontano dal traffico delle città, attraversando piccoli insediamenti, campi coltivati e punti panoramici sulla valle.

Rientro al resort e tempo per il relax.

Nel pomeriggio partenza per la visita della Valle di Pokhara e dei suoi dintorni. Pokhara è considerata la capitale naturalistica del Nepal. La città sorge ai piedi del massiccio dell'Annapurna e, nelle giornate limpide, offre spettacolari panorami sulle montagne himalayane, tra cui l'inconfondibile **\*\*Machhapuchhre\*\***, la "Coda di Pesce", una delle montagne simbolo del Nepal.

Il programma dettagliato delle visite sarà definito sulla base della proposta definitiva del nostro corrispondente locale.

Cena e pernottamento presso il Begnas Lake Resort.



**25 Marzo 2027**

## **Pokhara - Bandipur**

Prima colazione e partenza per Bandipur.

Raggiungeremo questo piccolo borgo adagiato su una cresta delle colline nepalesi, uno dei centri che meglio hanno conservato l'architettura e l'atmosfera tradizionale Newari.

Bandipur fu in passato un importante centro commerciale lungo le rotte che collegavano l'India con il Tibet. Con la costruzione delle nuove strade nella valle perse progressivamente la propria importanza commerciale e proprio questo isolamento contribuì, paradossalmente, a preservarne l'aspetto originario.

Passeggeremo nel centro storico, caratterizzato da eleganti case Newari con facciate in mattoni, balconi e finestre in legno intagliato, piccoli templi e una piacevole strada principale in gran parte pedonale.

Più che per singoli monumenti, Bandipur affascina per la sua atmosfera: è un luogo dove rallentare, passeggiare e osservare la vita quotidiana di un piccolo centro nepalese.

Quando il cielo è limpido, dalle colline circostanti si aprono inoltre ampi panorami verso la catena himalayana.

Cena e pernottamento presso **\*\*The Old Inn\*\*** o struttura simile.



**26 Marzo 2027**

**Bandipur - Nagarkot**

Prima colazione.

Partenza da Bandipur e lungo trasferimento attraverso le vallate e le colline del Nepal centrale fino a raggiungere Nagarkot, situata a circa 2.000 metri di altitudine sulle colline che dominano la Valle di Kathmandu.

Nagarkot è famosa soprattutto per la sua posizione panoramica. Nelle giornate limpide lo sguardo può spaziare lungo un vastissimo tratto della catena himalayana.

La località rappresenterà quindi una delle migliori occasioni del viaggio per ammirare le grandi montagne del Nepal.

Arrivo, sistemazione in hotel e, condizioni meteorologiche permettendo, possibilità di godere del \*\*tramonto sull'Himalaya\*\*.

Cena e pernottamento presso \*\*Soaltee Westend Resort Nagarkot\*\*.

**27 Marzo 2027 Nagarkot - Telkot - Changu Narayan - Bhaktapur**

Per chi lo desidera, sveglia di buon mattino per assistere allo spettacolo dell'alba sull'Himalaya, quando le prime luci del giorno illuminano progressivamente le montagne.

Prima colazione in Hotel.



Partenza a piedi per una piacevole escursione panoramica verso Telkot, attraverso il paesaggio collinare della Valle di Kathmandu.

La passeggiata consentirà di attraversare zone rurali, campi terrazzati e piccoli villaggi, osservando da vicino la vita quotidiana della popolazione locale.

Da Telkot proseguimento in veicolo verso **\*\*Changu Narayan\*\***, antico santuario induista situato sulla sommità di una collina.

Il tempio, dedicato a Vishnu, è considerato uno dei più antichi della Valle di Kathmandu ed è particolarmente interessante per le sue sculture in pietra, le decorazioni lignee e le testimonianze artistiche che raccontano secoli di storia religiosa nepalese.

Al termine della visita proseguimento verso **\*\*Bhaktapur\*\***, una delle tre antiche città reali della Valle di Kathmandu.

Sistemazione in hotel.

La scelta di pernottare a Bhaktapur ci permetterà di vivere la città anche nelle ore serali, quando molti visitatori giornalieri hanno lasciato il centro storico e le sue piazze ritrovano un'atmosfera più tranquilla.

Cena e pernottamento presso **\*\*Hotel Heritage\*\*** o struttura simile.



**28 Marzo 2027**

## **Bhaktapur - Thimi - Kathmandu**

Prima colazione.

Intera mattinata dedicata alla scoperta di **Bhaktapur**, autentico gioiello della Valle di Kathmandu e antica capitale del regno Malla.

Il centro storico conserva uno straordinario insieme di palazzi, templi, cortili e case tradizionali.

Visiteremo la monumentale **Durbar Square**, il Palazzo Reale e gli edifici storici che la circondano, proseguendo attraverso vicoli e piazze fino alla celebre **Nyatapola**, la grande pagoda a cinque piani che domina Taumadhi Square.

Bhaktapur è anche una città di artigiani: nelle sue piazze è ancora possibile osservare vasai, intagliatori e piccoli laboratori che mantengono vive tecniche tramandate da generazioni.

Proseguimento per **Thimi**, antico centro Newari conosciuto soprattutto per la produzione tradizionale di ceramiche, maschere e manufatti artigianali. Rispetto alle città più famose della valle, Thimi conserva un carattere più quotidiano e meno turistico.

Nel pomeriggio rientro a Kathmandu e sistemazione in Hotel .

In serata cena di arrivederci in un ristorante tradizionale nepalese, occasione per concludere il viaggio assaggiando alcuni piatti della cucina locale in un'atmosfera tipica.

Pernottamento presso Hotel Aloft by Marriott Kathmandu.



**29 Marzo 2027**

**Kathmandu - Delhi - Malpensa**

Prima colazione in hotel e trasferimento in aeroporto in tempo utile al disbrigo delle formalità di imbarco sul volo AI 214 delle ore 10.05 diretto a Delhi dove l'arrivo è previsto per le ore 11.45.

Proseguimento a bordo del volo Air India AI 137 delle ore 14.00 diretto a Roma Fiumicino dove l'arrivo è previsto per le ore 19.20

Ritirati i bagagli trasferimento con mezzo privato per il rientro al luogo di origine del viaggio

*termine del viaggio*

|                                        |   |         |
|----------------------------------------|---|---------|
| Quota adulto in camera doppia e tripla | € | 2590,00 |
|----------------------------------------|---|---------|

|                               |   |         |
|-------------------------------|---|---------|
| Quota adult in camera singola | € | 2990,00 |
|-------------------------------|---|---------|

Cambio applicato 1\$ = 0,86 €



### **La quota include:**

- Trasferimenti con mezzi privati per/da l'aeroporto di Malpensa;
- Voli in economy class con Air India incluso 23kg franchigia bagaglio in stiva e 8kg franchigia bagaglio a mano;
- Sistemazione negli Hotels indicati o similari;
- Trattamento di mezza pensione per l'intera durata del viaggio;
- Trasferimento dall'aeroporto all'Hotel di Kathmandu e viceversa con mezzi privati, autista e assistente parlante inglese;
- Tour con mezzo privato, autista e guida parlante italiano privata dal 21 al 28 marzo;
- Biglietti di entrata alle zone visitate ed indicate in programma;
- 1 bottiglia di acqua minerale al giorno a persona;
- Accompagnatore Mobiltravel per l'intera durata del viaggio;
- Assicurazione annullamento;
- Assicurazione sanitaria con massimale € 1.000.000,00 a persona;
- Assicurazione bagaglio.



**La quota non include:**

- Pranzi non menzionati e bevande ai pasti;
- Visto di ingresso ( 30,00 \$ a persona ) da ottenere all'arrivo;
- Mance per autista e guida;
- Tutto quanto non espressamente indicato.



## **NOTA IMPORTANTE - VIAGGIARE IN NEPAL**

Il Nepal è una destinazione straordinaria, ma è anche un Paese profondamente diverso dall'Italia per cultura, tradizioni, infrastrutture, ritmi di vita, condizioni delle strade, servizi e abitudini quotidiane. È proprio questa diversità a rappresentare una delle ragioni più affascinanti del viaggio, ma è importante partire con la giusta consapevolezza e con un naturale spirito di adattamento.

Durante il viaggio potranno verificarsi variazioni al programma determinate dalle condizioni meteorologiche, dalla viabilità, da eventuali interruzioni stradali o da altre circostanze locali non prevedibili al momento della programmazione. In un territorio montuoso come quello nepalese, tempi di percorrenza e condizioni delle strade possono inoltre essere differenti rispetto agli standard ai quali siamo abituati in Europa.

Qualora una visita, un'escursione o un trasferimento non potessero essere effettuati come previsto, il nostro corrispondente locale e la guida valuteranno di volta in volta la migliore soluzione possibile, cercando di offrire un'alternativa compatibile con le condizioni del momento e di preservare il più possibile la qualità e i contenuti del viaggio.

Viaggiare in Nepal significa anche avvicinarsi a modi di vivere, consuetudini, religioni e tradizioni molto differenti dalle nostre. Alberghi, ristorazione e servizi turistici possono avere caratteristiche e standard diversi da quelli europei; la cucina utilizza ingredienti,



preparazioni e sapori locali e anche il concetto di puntualità, comfort e organizzazione può talvolta rispondere a criteri differenti dai nostri.

Chiediamo quindi ai partecipanti di affrontare questo viaggio con curiosità, rispetto, pazienza e capacità di adattamento, considerando le differenze non come un inconveniente, ma come parte integrante dell'esperienza.

Il Nepal non è una destinazione da osservare attraverso i parametri dell'Italia: è un Paese da conoscere per ciò che è, con le sue meraviglie, le sue contraddizioni e un'identità culturale profondamente diversa dalla nostra.

Partire consapevoli di questo significa avere tutte le condizioni per vivere pienamente uno dei viaggi più affascinanti che l'Asia possa offrire.



## **Documenti necessari per l'espatrio**

Passaporto con validità residua di 6 mesi dalla data di uscita dal Paese  
Visto di ingresso turistico ottenibile all'ingresso nel Paese

Al momento della prenotazione prego fornire nominativo esatto riportato sul documento di espatrio, n. di passaporto, data di nascita e nazionalità

## **Aspetti pratici:**

viaggio culturale e naturalistico con trasferimenti in mezzi privati e pernottamenti in hotel e resort. L'itinerario comprende visite a piedi nei centri storici, un trasferimento in barca sul lago Begnas e passeggiate tra colline, campi terrazzati e villaggi. Non sono previsti trekking in alta montagna; è comunque richiesta una buona mobilità per affrontare scalinate, pavimentazioni irregolari e tratti di sentiero. Alcuni trasferimenti stradali saranno lunghi e potranno risentire del traffico e delle condizioni della viabilità locale.

## **Cosa portare:**

abbigliamento comodo a strati, una felpa o un pile, giacca antivento e impermeabile per le ore più fresche e le eventuali piogge. Per le passeggiate sono consigliate scarpe da trekking leggere con suola antiscivolo; per le visite, scarpe comode. Utili uno zainetto, cappello, occhiali da sole, crema solare e repellente per insetti. Per accedere ai luoghi di culto occorre un abbigliamento rispettoso, con spalle e ginocchia coperte.



### **Spirito del viaggio:**

il Nepal richiede curiosità, flessibilità e spirito di adattamento. Le condizioni delle strade, i ritmi locali e gli standard dei servizi possono differire da quelli europei. Le vedute dell'Himalaya, comprese alba e tramonto a Nagarkot, dipendono dalla visibilità e dalle condizioni meteorologiche. La guida potrà adattare visite e passeggiate alle condizioni del momento.

### **Condizioni personali:**

Le attività previste richiedono di poter camminare su terreni non sempre regolari. Chi presenta difficoltà motorie o condizioni di salute che potrebbero limitare la partecipazione è invitato a confrontarsi con il proprio medico e a informare l'agenzia prima della prenotazione. Vi preghiamo inoltre di segnalare eventuali allergie o intolleranze alimentari.

### **Altre informazioni:**

Minimo partecipanti 14 - massimo partecipanti 20

A ventun giorni dalla partenza verrà comunicato eventuale supplemento se il numero minimo non venisse raggiunto o se la compagnia aerea dovesse comunicare aumenti della tasse aeroportuali