

Nepal Original



Scheda di viaggio

SPIRITO D'AVVENTURA

IMPEGNO FISICO

CULTURA E TRADIZIONI

PAESAGGI E PANORAMI

DURATA	NUMERO PARTECIPANTI
12 giorni	Min 10, Max 16
PERNOTTAMENTI	PASTI
7 in Hotel, 2 in Bungalow, 1 in Community Lodge	10 colazioni, 3 pranzi, 4 cene
TRASPORTI	ASSISTENZA
Pulmino privato, Imbarcazioni, Jeep	Guida locale parlante italiano
PREZZI E PARTENZE	
Controllare la seguente pagina web	

Caratteristiche del tour

Di seguito le caratteristiche del tour per permettere al viaggiatore di auto selezionarsi, scegliendo l'itinerario che più gli si addice, ma anche per avere info essenziali prima della partenza.

L'itinerario è una linea guida ben calibrata e frutto di esperienze precedenti, sia del nostro staff che dei nostri viaggiatori. Talvolta, le circostanze possono cambiare, come le condizioni meteorologiche e il manto delle strade, pertanto fermate e distanze indicate possono variare, per motivi esterni alla nostra organizzazione.

Il tour in generale non prevede particolari sforzi fisici, ad eccezione del trekking di medio livello (senza difficoltà tecniche), che ci permetterà di raggiungere l'Australian Camp (2.090 mslm) e osservare la catena Himalayana. Per viaggiare in Nepal occorre **spirito di adattamento**, dato che gli spostamenti in pulmino potrebbero essere più lunghi del previsto. Godiamoci i paesaggi e la compagnia del gruppo! Il viaggio prevede un'ampia panoramica sulla cultura nepalese e sulla sua storia, grazie alla visita di alcuni dei più importanti templi e palazzi.

DOVE DORMIREMO?

Dormiremo prevalentemente in **hotel di classe turistica**, dotati di comfort standard e bagno privato. In altre occasioni invece dormiremo in strutture molto più semplici, per cui è richiesto un buon spirito d'adattamento. Per la precisione, pernosteremo **una notte in community lodge** (tea house), strutture **con servizi privati ma basilari**, che ci permetteranno un'esperienza unica: la veduta della catena himalayana. In questo caso il sacco a pelo gradazione 0°C è gratuito, chi ne necessitasse dovrà indicarlo nel modulo di iscrizione. Dormiremo anche **due notti presso il parco Chitwan**, in una struttura **con servizi privati ma basilari**. Anche se sono state selezionate le migliori strutture per prezzo e qualità, la gestione statale delle strutture offre talvolta un servizio approssimativo; chiudiamo un occhio e armiamoci di pazienza e comprensione.

COME CI SPOSTEREMO?

Avremo a disposizione un **pulmino privato** con autista che seguirà l'itinerario come da programma. Per alcune attività useremo delle **imbarcazioni** e delle **jeep**.

QUANTI E QUALI PASTI SONO INCLUSI?

Tutte le colazioni e alcuni altri pasti sono inclusi. Per quanto riguarda i pasti non inclusi, normalmente la guida ci indicherà dei ristoranti dove poter fermarsi per mangiare. Non ci sono casse comuni quindi ognuno si gestirà in maniera autonoma per quanto riguarda il pagamento degli stessi.

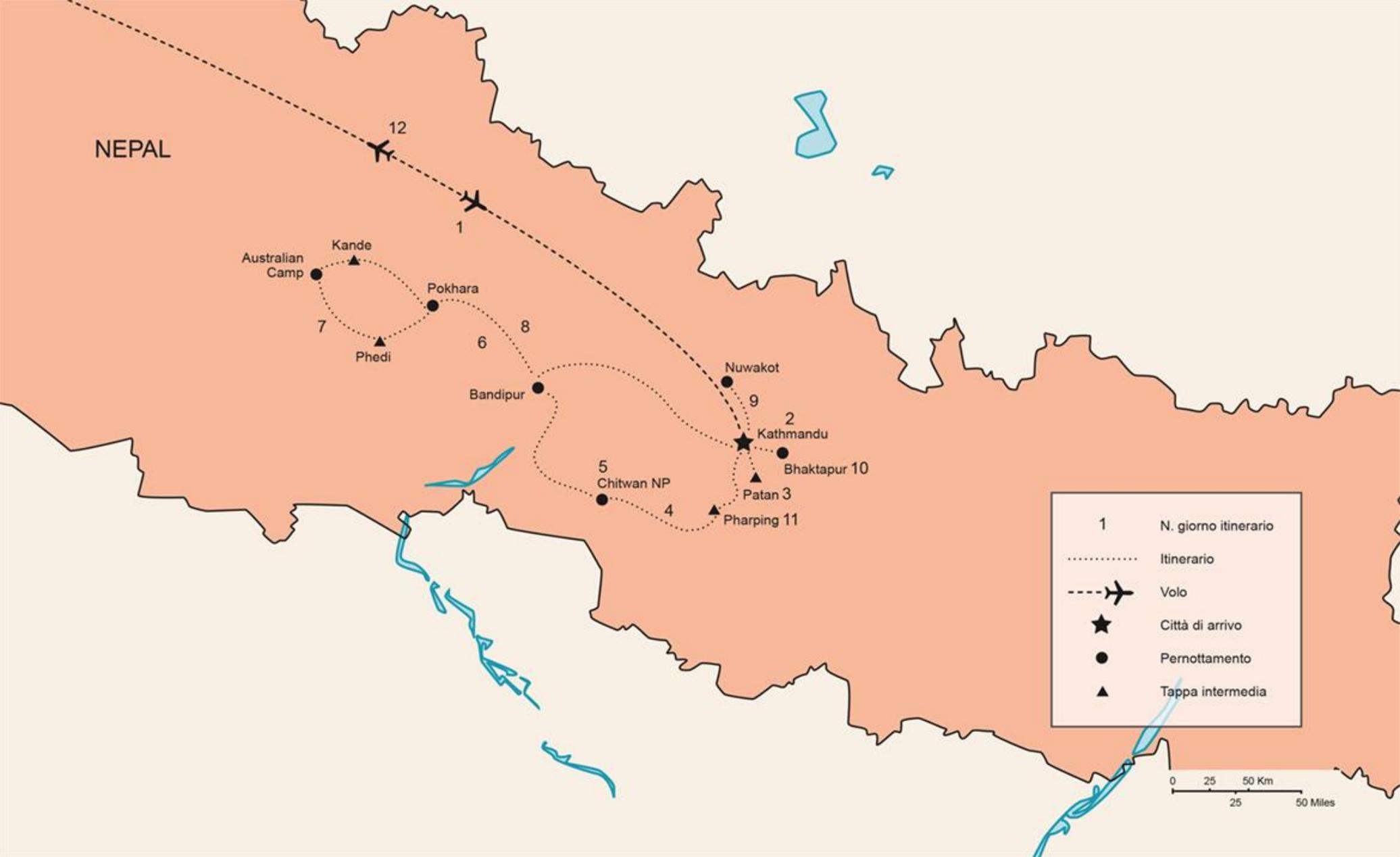
È PREVISTA UNA GUIDA E/O ASSISTENZA LOCALE?

Per tutto il tour avremo a disposizione una **guida locale parlante italiano**.

QUALI SONO LE TEMPERATURE E COME DOVREMO VESTIRCI?

Il nostro consiglio è sempre quello di **"vestirsi a cipolla"** o comunque munirsi di indumenti confortevoli, giacca a vento, borraccia, berretto e calzature comode. Nelle località toccate, le giornate possono essere calde, mentre le sere un po' più fresche, soprattutto per il pernottamento in montagna. Consigliamo frontalino e scarpe idonee a camminare in montagna.





GIORNO 1

Volo per Kathmandu

Ritrovo in aeroporto e partenza dall'Italia per **Kathmandu** con scalo.

In programma

- ✓ Ritrovo in aeroporto e volo per Kathmandu con scalo.

Pernottamento

- ✓ A bordo del volo

GIORNO 2

Kathmandu

Arrivare a **Kathmandu** è un'esperienza memorabile, la veduta panoramica delle cime innevate della catena Himalayana si presenterà alla vostra vista. La capitale nepalese è situata in un'ampia vallata a 1340 mt di quota. All'aeroporto ci sarà il nostro staff ad attenderci. Dopo il check-in all'hotel, city tour della capitale con visita in particolare della sua piazza principale, **Durbar Square**, e una passeggiata nelle autentiche stradine di **Thamel**, attraverso gli autentici quartieri di **Indra Chowk e Ason Chowk**.

Avremo modo di visitare anche il **tempio di Swayambhu**, conosciuto come il tempio delle scimmie. Questa destinazione turistica riceve pellegrini e turisti da ogni angolo del mondo. È un luogo tranquillo da dove potremo osservare lo splendido panoramica della città.



In programma

- ✓ Arrivo e trasferimento in hotel. City tour di Kathmandu con guida locale parlante italiano.
- ✓ Pasti inclusi: cena

Pernottamento

- ✓ Nepali Ghar Hotel (o similare)

GIORNO 3

Kathmandu e Patan

Giornata dedicata alle visite culturali di **Kathmandu** e dintorni. Partiremo dallo stupefacente monastero buddhista di **Boudhnath**, lo stupa più grande del Nepal, e da **Pashupatinat**, luogo di cerimonia Hindu. A seguire vedremo la Durbar Square di **Patan**, in cui si trovano alcuni spettacolari tempi, risalenti all'epoca delle antiche città imperiali, tra cui il palazzo del re e il tempio dedicato al Dio Hindù, Krishna Mandir, costruito interamente in pietra con al suo interno sculture rare. Nel tardo pomeriggio rientreremo a Kathmandu.

In programma

- ✓ City tour di Kathmandu e Patan con guida locale parlante italiano.
- ✓ Pasti inclusi: colazione

Pernottamento

- ✓ Nepali Ghar Hotel (o similare)



GIORNO 4

Kathmandu – Chitwan National Park (8 h – soste escluse)

Oggi ci aspetta un lungo trasferimento in direzione **Chitwan National Park**, vero e proprio parco safari e luogo di assoluto relax. Al nostro arrivo, previsto nel pomeriggio, avremo un po' di tempo per riposarci, dopodiché visiteremo a piedi un **villaggio della comunità Tharu**, uno dei gruppi indigeni più popolari e rispettati del Nepal, e i suoi **terreni agricoli**. Potremo entrare in contatto con lo stile di vita degli abitanti, ammirando la produzione di manufatti tradizionali che utilizzano nella quotidianità.

In programma

- ✓ Trasferimento in pulmino privato nel Parco Nazionale Chitwan e attività con guida locale parlante italiano.
- ✓ Pasti inclusi: colazione, pranzo e cena

Pernottamento

- ✓ Narayani Safari Resort (o similare)

GIORNO 5

Chitwan National Park

Giornata ricca di attività in questo paradiso naturalistico. **Chitwan** è un modo per scoprire un Nepal differente. Dopo colazione, partiremo per un'**escursione in jeep aperta** di circa 3 ore nella fitta giungla (in base alla stagione sarà all'interno del parco nazionale oppure nella foresta comunitaria), per avere buone possibilità di avvistare rare specie di mammiferi e uccelli e diversi tipi di



vegetazione.

Rientreremo in hotel per pranzare e riposarci un po', dopodiché ci aspetta un **giro in canoa** di circa 5 km sul fiume Rapti verso un centro di riproduzione dei coccodrilli, dove è in corso un programma di conservazione di due specie di coccodrillo in via di estinzione: il gharal e il Marsh Magar. Durante il giro avremo l'opportunità di osservare gli uccelli acquatici e gli animali sulla riva del fiume.

Terminate queste attività, inizieremo una **passeggiata nella giungla** della durata di circa 2 ore e mezza, accompagnati da una guida naturalistica esperta (importante seguire le sue istruzioni), prima di rientrare in hotel.

In programma

- ✓ Attività nel Parco Nazionale Chitwan con guida locale parlante italiano.
- ✓ Pasti inclusi: colazione, pranzo e cena

Pernottamento

- ✓ Narayani Safari Resort (o similare)

Escursione a dorso di elefante? NO, grazie!

Come da nostra filosofia, siamo contro le attività che coinvolgono direttamente animali selvatici: per questo motivo, anche se cercheranno di proporla, sconsigliamo di prendere parte all'escursione a dorso di elefante.



Nei villaggi Taru, tipici di questa zona, è frequente che la comunità locale utilizzi elefanti per scopi turistici o lavorativi, e spesso gli animali sono tenuti legati. Pur non condividendo questa pratica, crediamo che viaggiare significa anche confrontarsi con usanze che possono apparirci lontane dalla nostra sensibilità, ma che fanno parte dell'identità di una comunità. Osservare con rispetto non significa accettare, ma comprendere senza pregiudizi.

GIORNO 6

Chitwan National Park – Pokhara (8 h – soste escluse)

Oggi viaggeremo verso **Pokhara**, bellissima cittadina adagiata sulle rive del lago Pewa, passando per Tansen.

Nel pomeriggio **gita in barca sul lago Pewa** e tempo a disposizione per visitare la cittadina, tra cui ci aspetta una visita al **tempio Barahi**.

In programma

- ✓ Trasferimento in pulmino privato a Pokhara, attività e visite della città con guida locale parlante italiano.
- ✓ Pasti inclusi: colazione

Pernottamento

- ✓ Mt Kailash Resort (o similare)

GIORNO 7

Pokhara – Phedi (30 min – soste escluse) – Australian Camp (5 h di trekking)

Non si può visitare il Nepal senza aver quantomeno osservato la catena himalayana. Per questo abbiamo inserito un **trekking di medio livello**, che equivale ad un piccolo grande assaggio d'Himalaya.

Da Pokhara in pulmino raggiungeremo Phedi, da cui inizieremo il nostro trekking, tra querce e piccoli villaggi caratteristici, tra cui il villaggio di Dhampus. La meta sarà l'**Australian Camp**, da cui le vedute saranno a dir poco sensazionali: Machapuchare (6.993 mslm), Hiunchuli (6.441 mslm) ed Annapurna South (7.219 mslm). Tempo a disposizione per godersi il paesaggio.

In programma

- ✓ Trasferimento in pulmino privato a Phedi ed inizio del trekking sino all'Australian Camp (camminata di medio livello senza difficoltà tecniche di 5 h, da 1.130 mslm a 2.090 mslm) con guida locale parlante italiano.
- ✓ Pasti inclusi: colazione, pranzo e cena

Pernottamento

- ✓ Australian Camp Community Lodge



Indicazioni trekking

Il trekking sino all'Australian Camp sarà su un sentiero di medio livello senza difficoltà tecniche di circa 5 h, da 1.130 mslm a 2.090 mslm (dislivello positivo di 960 m), che alterna scalinate a prati e sentieri sterrati. È richiesto un minimo di preparazione, ma si tratta di un percorso fattibile per chiunque. Sarà necessario portare il minimo indispensabile nello zaino; ci saranno anche due portatori per tutto il gruppo, che si prenderanno cura degli indumenti in eccesso, ma anche in questo caso è meglio evitare oggetti non prettamente necessari (il resto del bagaglio rimarrà custodito presso l'hotel di Pokhara).

GIORNO 8

Australian Camp - Kande (2 h di trekking) - Bandipur (4 h - soste escluse)

Questa mattina avremo ulteriori istanti per goderci la **catena himalayana**. Consigliamo di svegliarsi prima dell'alba per preservarne un ricordo indelebile. A seguire ridiscenderemo a valle lungo un sentiero facile che ci permetterà di raggiungere il villaggio di **Kande** (in circa 2 ore di camminata), dove ci attenderà il pulmino. Da lì rientreremo a **Pokhara**, e continueremo per **Bandipur**, un villaggio tradizionalmente abitato dall'etnia Magar e oggi conosciuto per le sue tradizioni Newari. Nonostante sia una classica destinazione turistica, è riuscita comunque a mantenere l'autenticità dei villaggi tradizionali. Avremo modo di visitare la via centrale e i suoi templi, per poi immergerci nelle strette vie del villaggio e concludere con una passeggiata sulle colline circostanti.



In programma

- ✓ Trekking sino a Kande (camminata di medio livello senza difficoltà tecniche di 2 h, da 2.090 mslm a 1.770 mslm – dislivello negativo di 320 m). Successivo trasferimento in pulmino privato a Bandipur con guida locale parlante italiano e tempo libero in città.
- ✓ Pasti inclusi: colazione

Pernottamento

- ✓ The Old Inn Bandipur (o similare)

GIORNO 9

Bandipur - Nuwakot (4,30 h - soste escluse)

Questa mattina partiremo per **Nuwakot**, un piccolo villaggio con un'atmosfera rilassante. Visiteremo la sua **Durbar Square**, di dimensioni modeste ma molto bella e autentica. Possibilità di passeggiare intorno alla bellissima e tradizionale **Famous Farm**, dove pernosteremo. Da qui, in giornate limpide, il tramonto è superlativo.

In programma

- ✓ Trasferimento in pulmino privato a Nuwakot e attività con guida locale parlante italiano.
- ✓ Pasti inclusi: colazione

Pernottamento

- ✓ Nuwakot Famous Farm (o similare)



GIORNO 10

Nuwakot – Bhaktapur (2 h – soste escluse)

Sveglia presto per ammirare l'alba. Partiremo poi in direzione Bhaktapur, un'antica città Newari situata ai margini orientali della Valle di Kathmandu e dichiarata Patrimonio dell'Umanità dall'UNESCO per la sua ricca cultura, i templi e le opere d'arte in legno, metallo e pietra. Arrivo a **Bhaktapur**, bellissima città newari. Tempo libero per esplorare la città di sera con i suoi incantevoli templi.

In programma

- ✓ Trasferimento in pulmino privato a Bhaktapur e city tour con guida locale parlante italiano.
- ✓ Pasti inclusi: colazione

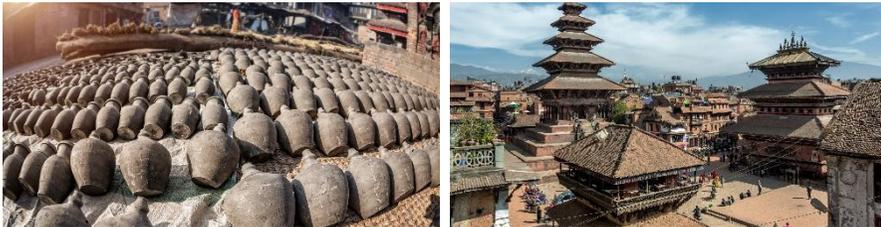
Pernottamento

- ✓ Hotel Bhadgaon (o similare)

GIORNO 11

Bhaktapur – Pharping – Kathmandu (4 h – soste escluse)

Questa mattina ci aspetta una breve passeggiata per **Bhaktapur**. Partiremo poi per il **tempio di Dakshinkali**, dedicato a Kali, incarnazione sanguinaria della dea Parvati, consorte di Shiva. Da qui, andremo a **Pharping**, città newari culturalmente prospera e fiorente, identificata con il luogo sacro dell'induismo e del buddismo. Questo villaggio è famoso per i monasteri religiosi buddisti, il tempio Sheshnarayan, il tempio Bajra Yogini, il tempio Gorakhnath e la grotta di



meditazione di Guru Padmasambhava.

Nel pomeriggio, ci dedicheremo a preghiere e meditazione presso il **monastero di Neydo** e poi partiremo per Kathmandu, dove visiteremo l'**orfanotrofo "Casa di Ste"**.

In programma

- ✓ Trasferimento in pulmino privato a Kathmandu, soste e visite lungo il tragitto con guida locale parlante italiano.
- ✓ Pasti inclusi: colazione

Pernottamento

- ✓ Nepali Ghar Hotel (o similare)

Orfanotrofo «Casa di Ste»

Questo orfanotrofo, in cui convivono e studiano oltre 20 bambini orfani dai 6 ai 16 anni, è stato fondato nel 2013 da un ragazzo americano. Dal 2016, invece, il progetto è gestito e co-finanziato da Finale for Nepal e dall'associazione culturale Stefano D'Orto.

Oltre alla donazione (per Finale for Nepal – inclusa nella quota), è anche possibile contribuire con **doni materiali**: consigliamo penne, quaderni bianchi, colori, libri in inglese, vestiario semplice tipo guanti, berrette, scarpe, calze, da **consegnare** al direttore dell'orfanotrofo e **non direttamente ai bambini**.



GIORNO 12

Kathmandu / Italia

La giornata è dedicata al viaggio di rientro in Italia.

In programma

- ✓ Trasferimento privato all'aeroporto di Kathmandu. Volo con scalo e arrivo in Italia (come da orario indicato sul sito).
- ✓ Pasti inclusi: colazione



COSA PORTARE

Il bagaglio da viaggio è sempre un momento di... crisi! Generalmente, prediligiamo **zaini/borsoni morbidi** rispetto a valigie rigide o trolley, nei quali consigliamo di portare l'indispensabile per non avere un bagaglio pesante e scomodo nei continui spostamenti. Ad ogni modo per evitare il panico e non avere materiale in eccesso, di seguito una linea guida per un bagaglio essenziale e intelligente. Sta poi ad ogni Nomade Moderno personalizzarlo in base alle proprie esigenze.

DOCUMENTI DI VIAGGIO

- Passaporto
- Precompilazione del visto + Fototessere recenti
- Assicurazione di Viaggio con contatto telefonico 24h e numero polizza
- Biglietti aerei elettronici (e-ticket)
- Fotocopia dei documenti importanti, da tenere separati (raccomandiamo di tenerne una copia a casa)
- Numeri di emergenza

FACCENDE MONETARIE

- Contanti: € da cambiare in loco
- Carta di credito/Bancomat

SALUTE PERSONALE

- Kit primo soccorso (disinfettanti, cerotti, garza, ovatta, termometro)
- Medicinali personali
- Occhiali / Lenti a contatto e liquido per lenti
- Occhiali da sole
- Burro cacao/Crema solare
- Antispastico
- Antidiarroici
- Digestivo
- Fermenti lattici e vitamine
- Antidolorifico
- Aspirina/Tachipirina
- Antibiotico ad ampio spettro
- Prodotti da toilette

- Cerotti per vesciche (Compeed)
- Crema/pomata per traumi e creme per muscolatura (pre/post attività)

ACCESSORI

- Cuffie/Auricolari
- Libri/E-reader
- Adattatore universale
- Video/fotocamera con custodia
- Batterie e memory card
- Powerbank (da mettere nel bagaglio a mano)
- Asciugamano da doccia o accappatoio (in microfibra)
- Zainetto comodo per le escursioni diurne e per il trekking (da 30/35lt)
- Torcia o frontalino
- Borraccia (1 lt) e/o sacca idrica/Camel Bag (da almeno 2 lt)
- Sacca impermeabile copri zaino
- Sacco a pelo 0°C (consigliato, su richiesta viene fornito in loco)
- Cuscino gonfiabile per la notte in community lodge

ABBIGLIAMENTO

- Cappellino, scaldacollo, buff
- Giacca a vento, guscio o K-way impermeabili
- Piumino compatto
- Pile leggero
- Maglia fleece manica lunga
- T-Shirts sintetiche e di cotone
- Pantaloni casual
- Pantaloni trek medio-leggeri (adatti a camminare)
- Biancheria intima
- Calze/calzettoni da trek
- Costume da bagno
- Ciabatte o sandali
- Scarponcini/scarpe da trekking impermeabili con una buona suola



Penali di annullamento

Al Turista che receda dal contratto per casi diversi da quelli previsti dall' art. 7 delle condizioni generali, saranno addebitate le seguenti penali (calcolate sull'importo totale del pacchetto prenotato):

- ✓ **fino a 30 giorni** prima della partenza: **25% del costo** del viaggio
- ✓ **da 29 a 21 giorni** prima della partenza: **50% del costo** del viaggio
- ✓ **da 20 a 14 giorni** prima della partenza: **75% del costo** del viaggio
- ✓ **da 13 a 5 giorni** prima della partenza: **90% del costo** del viaggio
- ✓ **oltre tale termine: 100% del costo** del viaggio

Si precisa che:

- ✓ se l'assicurazione "All Inclusive" è compresa nella quota di partecipazione, questa non è rimborsabile
- ✓ nessun rimborso sarà accordato a chi non si presenterà alla partenza o rinuncerà durante lo svolgimento del viaggio
- ✓ nessun rimborso spetterà a chi non potesse effettuare il viaggio per mancanza o invalidità o insufficienza dei previsti documenti personali di identità e espatrio

L'Organizzatore si riserva, senza impegno né responsabilità di:

- ✓ rimborsare eventuali somme recuperate relative a servizi non usufruiti a seguito di rinunce
- ✓ rimborsare eventuali somme recuperate relative a servizi non usufruiti in corso di viaggio o per diverse prestazioni ottenute, sempre che il Turista fornisca documentazione scritta

Prezzo pubblicato GARANTITO (nessun adeguamento valutario) e aggiornato all'anno in corso.

NOMADI MODERNI di VIAGGIGIOVANI.IT SRL

Info line: +39 0461 1923456

Website: www.viaggigiovani.it

Email: info@viaggigiovani.it

Via Milano 17, 38122, Trento (TN)

P. IVA 02092650221

#viaggigiovani

#nomadimoderni

