

## Viaggio Spirituale a Lhasa - Hiking da Ganden a Yamado P041

Questo viaggio di 8 giorni vi porterà a scoprire la ricca storia e la profonda cultura di Lhasa. Inoltre, si potrebbe anche fare escursioni e godere della bellezza naturale nel misterioso Tibet.

### Itinerario sommario

Data	Destinazioni	Attrazioni, Pasti & Trasporto
Giorno 1	Lhasa	Dopo l'arrivo, incontro con la guida locale parlante l'inglese e trasferimento all'Hotel Gangjian****. Pomeriggio a disposizione per abituarsi alle altezze.
Giorno 2	Lhasa	<b>Pasti:</b> Colazione, Pranzo Cinese Una giornata indimenticabile comincia con una visita al <b>Tempio Jokhang</b> (UNESCO) di circa 1,300 anni, che è il luogo di commemorare il matrimonio tra la principessa Wencheng dei Tang e il re Songtsen Gampo. Gode del prestigio come il primo tempio buddista in Tibet e il Sacro Tempio di tutti i buddisti tibetani. Intorno a Jokhang, è una <b>Strada Barkhor</b> , il mercato storico di Lhasa. Si può trovare ogni cosa che vorrebbe comprare. Poi, si esplora il palazzo d'estate di Dalai Lama - <b>Norbulingka</b> (UNESCO).
Giorno 3	Lhasa	<b>Pasti:</b> Colazione, Pranzo Comincia la visita del <b>Monastero Drepung</b> . Fondato nel 1416, il Monastero Drepung è stato riconosciuto come il monastero più grande nel mondo con più di 10,000 monaci. In seguito, si esplora il <b>Monastero Sera</b> , uno dei tre monasteri più notevoli a Lhasa. È famoso per i suoi insegnamenti tantrici.
Giorno 4	Lhasa	<b>Pasti:</b> Colazione, Pranzo Cinese, Cena Cinese Trasferimento a Ganden con la macchina. Si visita il <b>Monastero Ganden</b> -- uno dei tre grandi monasteri a Tibet. Dopo pranzo si inizierà un'escursione dal monastero di Ganden (3.900 metri) al Villaggio Drushi. Durante il percorso, si raggiunge l'alpeggio Ganden e il Passo Gandan, dove sono i punti migliori per apprezzare la scena del monastero di Gandan. Ci vogliono circa 3-4 ore per arrivare a Villaggio Drushi. Godetevi la cena nel villaggio. Pernottamento in campo (3700 metri sopra il livello del mare)
Giorno 5		<b>Pasti:</b> Colazione, Pranzo Cinese, Cena Cinese Il viaggio d'oggi è il trekking da <b>Villaggio Drushi</b> a <b>Villaggio Yamado</b> (circa 4-5 km di lunghezza). Intorno a mezzogiorno, si arriva al campo in Yamado, dove è il posto migliore per fare il campo. Dopo un pranzo indimenticabile nel luogo più alto del mondo, si può visitare la tenda di pastore, sperimentare la loro vita e assaggiare spuntini locali. Si potrebbe anche godere di un pomeriggio tranquillo apprezzando il paesaggio della montagna. Pernottamento in campo (4400 metri sopra il livello del mare)
Giorno 6	Lhasa	<b>Pasti:</b> Colazione, Pranzo Cinese Alla mattina, ritorno a Villaggio Drushi. Lungo la strada, si può godere della vista delle vette più alte del mondo. Nel pomeriggio, ritorno a Lhasa e trasferimento all'hotel.
Giorno 7	Lhasa	<b>Pasti:</b> Colazione, Pranzo Cinese Una giornata indimenticabile con una visita al monumentale <b>Palazzo Potala</b> (UNESCO), che è stato la residenza del Dalai Lama e la sede del governo tibetano. L'edificio di 13 piani è attualmente trasformato in museo, che comprende oltre 200,000 statue, templi, santuari e articoli storici tibetani. Pomeriggio a disposizione.
Giorno 8	Lhasa	<b>Pasti:</b> Colazione Trasferimento all'aeroporto di Lhasa. Fine dell'escursione.

### Prezzo a persona

Il prezzo è da quotare, contattate per un preventivo un nostro consulente!

## La Quota Comprende

- Trasporto in veicolo privato adeguato al numero dei partecipanti;
- Tutti i trasferimenti da e per gli aeroporti;
- Pasti come da programma;
- Sistemazione in hotel con servizi privati inclusa la prima colazione;
- Guida-accompagnatore locale in lingua inglese;
- Visite ed escursioni come da programma inclusi gli ingressi nei siti indicati;
- Attrezzature e servizi essenziali durante hiking (compresi tenda, materasso ad aria, consegna di bagagli, servizi di cuoco e cucina e così via);
- Permesso per il Tibet.

## Non Comprende

- Voli internazionali;
- Le tasse aeroportuali internazionali;
- I pasti non previsti nel programma;
- Le mance;
- Le spese a carattere personale;
- Visto d'ingresso;
- Tutti gli extra;
- Assicurazioni integrative facoltative;
- Tutto quanto non incluso alla voce "le quote comprendono".