

Esplorazione della Via di Tè & Cavalli dallo Yunnan al Tibet - Songtsam P092

Dal centro dei Tre fiumi paralleli alle vette più alte, l'esplorazione della Via di Tè & Cavalli dallo Yunnan al Tibet è stata progettata per i viaggiatori intrepidi alla scoperta del patrimonio v

Itinerario sommario

| Data | Destinazioni | Attrazioni, Pasti & Trasporto |
|-----------------------|--------------|---|
| Informazione Generale | Shangri-La | <p>Itinerario Shangri-La-Meili-Markam-Ranwu-Bome-Nyingchi-Lhasa</p>  <p>Servizio di guida premurosa -Le guide locali ben addestrate sono specializzate in Tibet e Le accompagna durante</p> <p>Veicoli e conducenti -Viaggi su SUV o MPV ben mantenuti. I conducenti esperti di Songtsam guidano tutti i</p> <p>Hotel e alberghi -Consentire agli ospiti di sperimentare le culture diverse e paesaggi inerenti a quest</p>  |



Pasti

- Durante il viaggio proverai la cucina tibetana, che comprende una buona quantità di d'orzo, come i ravioli e gli spaghetti, nonché carni rosse come yak, manzo e maiale.
- In lodge Songtsam, offriamo i menù fissi, che includono la cucina tibetana e quella cinese. Sono disponibili anche bevande analcoliche gratuite e un bicchiere di vino.



Note di viaggio

- Dato che viaggerai in una zona ad alta quota, non ti consigliamo di questo viaggio se hai ipertensione o malattie respiratorie.
- Questo itinerario è adatto per le età 18-70.
- A causa della forte radiazione ultravioletta dell'altopiano, prego di preparare la crema solare e occhiali da sole.
- Questo itinerario deve avere un contratto di viaggio firmato e un accordo di esenzione.



Giorno 1

Shangri-La

Pasti: cena

- Incontro in aeroporto Diqing di Shangri-La e trasferimento in hotel.
 - Cena di benvenuto in hotel
 - Rilassarsi per abituarti all'altitudine
- Pernottamento a Songtsam Linka / Lodge Shangri-La (Altitudine: 3.300 m)

Giorno 2

Shangri-La

Pasti: colazione, pranzo e cena

- Dopo la colazione, si visita il Lago Napa e lungo la valle del fiume Yangtze fino a Benzilan (1,5 ore di auto)
 - Pranzo al Songtsam Benzilan (1,5 ore di auto)
 - Successivamente visita del monastero Dongzhulin di 300 anni per conoscere il buddismo tibetano
 - Trasferimento a Songtsam Lodge Meili via il Monte Nevoso Baima (2 ore di auto)
 - Arrivo a Meili nel pomeriggio e si visita una famiglia tibetana locale per stampare una preghiera tibetana
 - Cena al lodge
- Pernottamento al Songtsam Lodge Meili (Altitudine: 3.400 m)





Giorno 3

Pasti: colazione, pranzo e cena

- Dopo la colazione, trasferimento al Monte Nevoso Meili per appendere le bandiere cinesi (40 minuti in auto)
 - Passa attraverso le montagne innevate e la valle del Mekong entrando ufficialmente in Cina
 - Visita dei campi di sale millenari per conoscere la storia e il processo dell'antica lavorazione del sale
 - Assaggia gli spaghetti Jiajia, una specialità locale, prima di attraversare il Monte Hailu
 - Pomeriggio (3,5 ore di auto)
 - Cena al lodge
- Pernottamento al Songtsam Lodge Rumei (Altitudine: 2.600 m)



Giorno 4

Pasti: colazione, pranzo e cena

- Visita del Pascolo Maiba (stagionale) (1 ora di auto) per vedere i ricchi pascoli, gli yak e i pika
 - Pranzo al pascolo
 - Cena al Songtsam
- Pernottamento al Songtsam Lodge Rumei (Altitudine: 2.600 m)

Giorno 5

Pasti: colazione, pranzo e cena

- Dopo la colazione partenza per Rawu (9-10 ore in totale)
 - Raggiunge il punto più alto del viaggio a 5.130 m attraverso il Passo del Monte Dongsheng
 - Ferma per un picnic al Prateria Bangda a mezzogiorno (usa invece il ristorante locale)
 - Nel pomeriggio, percorri la lunga e tortuosa "72 Curve del Fiume Nu" (2 ore di macchina)
 - Continua a scalare il Passo del Monte l'Anjiula di 4.400 metri e arriva al Songtsam Lodge Laigu
 - e ammira lo spettacolare tramonto sulla terrazza (2,5 ore di auto)
 - Cena in hotel
- Pernottamento al Songtsam Lodge Laigu (Altitudine: 4.200 m)



Pasti: colazione, pranzo e cena

- Ammirare la magnifica alba sulla terrazza del lodge al mattino
 - Dopo la colazione, trasferimento a Duosong Tso (un lago sacro e segreto senza turisti, in una foresta incontaminata, al lago blu e alle montagne innevate)
 - Rientro al lodge per pranzo
 - Tempo libero nel pomeriggio o se si sente attivo, visita dell'antico ghiacciaio blu di Lugu (1,5 ore di auto)
 - Cena in hotel
- Pernottamento al Songtsam Lodge Laigu (Altitudine: 4.200 m)

| | | |
|-----------|--|---|
| Giorno 6 | |  |
| Giorno 7 | | <p>Pasti: colazione, pranzo e cena</p> <ul style="list-style-type: none"> - Dopo la colazione, partenza per il lago Rawu a specchio, circondato dalle montagne - Guida lungo il fiume Palong Tsangpo e attraverso la fitta foresta fino a Songtsam Linka Bome - Pranzo in hotel - Nel pomeriggio si esplora il lago Guxiang tranquillo e vasto lontano dalla città - Cena in hotel <p>Pernottamento a Songtsam Linka Bome (altitudine: 2.700 m)</p> |
| Giorno 8 | | <p>Pasti: colazione, pranzo e cena</p> <ul style="list-style-type: none"> - Dopo la colazione, partenza per il ghiacciaio Zhuxi e visita dell'antico tempio Pulong - Pranzo in hotel - Una passeggiata per un tempo libero nella foresta di abeti rossi nel pomeriggio (esclusa) - Cena in hotel <p>Pernottamento a Songtsam Linka Bome (altitudine: 2.700 m)</p>  |
| Giorno 9 | | <p>Pasti: colazione, pranzo e cena</p> <ul style="list-style-type: none"> - Dopo la colazione, proseguimento per Lulang attraverso il ponte Tongmai, che era un tempo un ponte di legno - Sosta all'Hotel Artel Poly per il pranzo - Un'escursione nel villaggio di Zhaxigang situato ai piedi del vertice di Jialabailei (14.141 m) - Passa accanto alla foresta immensa di Lulang per vedere le montagne innevate, i pascoli e le pecore. Arrivo a Nyingchi tramite il passo del Monte Nyingchi Sejila e sistemazione al hotel di livello equivalente - Cena in hotel <p>Pernottamento al Nyingchi Tingyard Hotel (Altitudine: 2.900 m)</p> |
| Giorno 10 | | <p>Pasti: colazione, pranzo e cena</p> <ul style="list-style-type: none"> - Dopo la colazione, visita del lago sacro Basongtso e del monastero di Tsozong Gor (escluso) - Sosta per il pranzo in un ristorante locale nella città di Bahe. - Segue l'autostrada G318 per Lhasa (4 ore di auto) - Sistemazione in hotel e la cena <p>Pernottamento a Songtsam Linka Lhasa (altitudine: 3.700 m)</p> |
| | | <p>Pasti: colazione, pranzo e cena</p> <ul style="list-style-type: none"> - Visita del Potala dopo la colazione, il palazzo più alto del mondo. Rientro in hotel per il pranzo - Visita del tempio di Jokhang, il centro spirituale del Tibet e la destinazione più santa per i tibetani - Successivamente trasferimento alla Strada Barkhor per sperimentare il bazar più vivace di Lhasa - Gode la cena d'addio <p>Pernottamento a Songtsam Linka Lhasa (altitudine: 3.700 m)</p> |

| | | |
|-----------|-------|---|
| Giorno 11 | Lhasa |  |
| Giorno 12 | | <p>Pasti: colazione - Dopo la colazione, trasferimento in Aeroporto Gonggar di Lhasa Fine dei servizi.</p> |

Prezzo a persona

Prezzo per 6-9 persone: da quotarell preventivo dipende dalla stagione, dal numero dei partecipanti e da altri fattori. La preghiamo di prendere contatto con i nostri consulenti turistici per un preventivo personalizzato.

La Quota Comprende

- Tutti i trasferimenti di terra sulle migliori classi del trasporto locale indicato nell'itinerario;
- Tutte le spese di ammissione e le attività indicate nell'itinerario;
- Tutti gli alloggi basati su occupazione doppia;
- Tutti i pasti a partire dalla cena del primo giorno fino alla colazione dell'ultimo giorno;
- Acqua potabile e spuntini durante tutto il viaggio;
- Bibite gratuite, birra locale, caffè, tè e acqua potabile a tutti i Songtsam Hotel;
- Guida-accompagnatore locale;

Non Comprende

- Assicurazione medica, assicurazione di viaggio o assicurazione di evacuazione piani;
- Spese di telecomunicazione personale/lavanderia;
- Escursioni e attività non incluse nell'itinerario;
- Vsta per la Cina;