



ITINARRANDO

# BHUTAN

Dove regna la felicità!

**07 giorni / 06 notti**

dal 01.01 al 07.01.2025

**Thimphu**, la capitale, situata sulle colline occidentali della valle del fiume Raidāk. Una particolarità di questa città è una legge che prevede che tutte le case siano decorate nello stile tradizionale con dipinti e motivi di carattere religioso.

**Punakha**, famosa per i suoi monasteri, come quello di **Pungtang Dechen Photrang Dzong**.

Negli anni '70 è stato introdotto il concetto di **Felicità Interna Lorda (FIL)**, cioè un indice di progresso economico e morale che invece di concentrarsi esclusivamente su misure economiche quantitative, calcola il livello di felicità dell'intero Paese.

**COD. VACANZA:** BHU0125

**TIPOLOGIA DI VIAGGIO:** in gruppo italiano con guida escursionistica

**DATA DI EMISSIONE SCHEDA:** 12.10.2024





## GIORNO 1

**01.01.2025, mercoledì**

### **Pharo - Thimphu**

Il primo giorno del nuovo anno nel paese più felice al mondo!

Eccoci qui a Pharo, capitale del Bhutan. Incontro con il referente dell'agenzia locale e con la tour leader e transfer per Thimphu. Dopo un'ora circa arriviamo all'hotel per il check in.

A seguire con la nostra guida locale parlante inglese visitiamo

**Kuensel Phodrang** e la statua più alta del Buddha. da qui ci possiamo godere la vista completa della valle di Thimphu.

### **Craft Bazaar**

Un luogo unico per ammirare la cultura bhutanesa e acquistare prodotti artigianali e artistici del Bhutan. Il bazaar con le sue 80 bancarelle copre tutti gli aspetti delle arti e dei mestieri tradizionali del Bhutan. In questo bazaar artigiani e artigiani provenienti da tutto il paese espongono e vendono i loro prodotti artigianali.

### **Tashichhoe Dzong**

una fortezza gloriosa che ospita l'edificio del segretariato, la sala del trono e l'ufficio del re, e il corpo centrale dei monaci.

Pernottamento: hotel.

Pasti: pranzo, cena.

## GIORNO 2

**02.01.2025, giovedì**

### **Visita guidata di Thimphu**

Dopo colazione ci aspetta Thimphu e le sue meraviglie!

Si parte dalla **Riserva dei takin**, dove possiamo osservare da vicino questo bovide, caratteristico dei paesi dell'Asia Centrale, a metà tra il muflone e il capricorno.

Passiamo poi al **Gagyel Lhundrup Weaving Centre**, una piccola industria artigianale che offre una varietà di indumenti tradizionali bhutanesi tessuti a mano e altri prodotti tessili e all'Istituto per Zorig Chusum, comunemente noto come **Arts & Crafts School o Painting School**, che propone un corso di sei anni sulle 13 arti e mestieri tradizionali del Bhutan.

Durante la visita, possiamo vedere gli studenti imparare le varie competenze insegnate a scuola.

Abbiamo poi la possibilità di immergerci tra la gente locale con la visita al mercato locale sulle rive del fiume e vedremo i tradizionali arcieri bhutanesi all'opera.

Pernottamento: hotel.

Pasti: colazione, pranzo e cena.



### GIORNO 3

**03.01.2025, venerdì**

**Thimphu-Punakha (71 km, durata del viaggio in auto: 2 ore e mezza circa)**

Dopo la colazione, viaggio verso Punakha attraverso il **passo Dochula** (3140 m). Se il meteo lo permette e il cielo è limpido, possiamo goderci la vista panoramica delle catene montuose dell'Himalaya. Ci aspettano poi i bellissimi 108 chorten costruiti sulla collina da Sua Maestà Ashi Dorji Wangmo Wangchuck (Regina Madre del Bhutan) per la sicurezza e il benessere di Sua Maestà, il Re del Bhutan. Visitiamo anche **Druk Wangyal Lhakhang** (monastero) che fu costruito da Ashi Dorji Wangmo Wangchuck (la Regina Madre del Bhutan) come tributo a Sua Maestà il quarto Re del Bhutan, Jigme Singye Wangchuck e alle forze armate dopo che Sua Maestà guidò un'operazione di successo contro i militanti che avevano occupato alcune aree del Bhutan. La galleria del Druk Wangyal Lhakhang ha bellissimi murales che raffigurano alcuni degli eventi importanti nei regni dei re del Bhutan.

Arriviamo a Punakha che è stata indissolubilmente legata ad alcuni degli eventi più importanti della storia del Bhutan e merita la sua reputazione di una delle regioni più belle e significative nel cuore della cultura bhutanesa. Punakha è stata la capitale del Bhutan dal 1637 al 1907. Lo dzong è storicamente importante e rappresenta il simbolo di un Bhutan unificato.

Lungo la strada, ci fermiamo per pranzo al villaggio di **Metsina** e poi visitiamo il **Devine Madman's Monastery-Chhimi Lhakhang**, famoso per il suo santuario della fertilità, dove potremmo ricevere una speciale benedizione della fertilità.

Quindi visita il Punakha Dzong, situato sull'isola del Pho - Chu (fiume maschio) e del Mochu (fiume femmina). Lo dzong fu costruito nel 1637 da Zhabdrung Ngawang Namgyal per fungere da sede religiosa e amministrativa della regione. Allo dzong, puoi vedere i più alti standard nella lavorazione del legno.

In serata visita i villaggi di **Rinchengang e Lobesa** dove ci rilassiamo con una breve passeggiata attraverso il villaggio per conoscere i suoi abitanti.

Pernottamento: hotel.

Pasti: colazione, pranzo e cena.





## **GIORNO 4**

**04.01.2025, sabato**

### **Trekking a Punakha e visita locale**

Dopo colazione breve escursione e visite turistiche locali.

#### **Escursione al Khamsum Yulley Namgyal Chorten**

Una bellissima escursione ci porta al regale Khamsum Yuelley Namgel Chorten, costruito per rimuovere le forze negative e promuovere pace, stabilità e armonia nel mondo in continua evoluzione. Il Chorten domina l'alta valle di Punakha con viste imponenti sul Mo Chhu e verso le vette montuose di Gasa e oltre.

#### **Dopo pranzo visita a Limbukha**

Con il nostro transfer andiamo verso il villaggio di Limbukha e attraversiamo il ponte sospeso (lungo circa 200 m) attraverso una brezza assolutamente fresca e una vista affascinante di Dzong. Seguiamo le case coloniche che salgono gradualmente verso le colline di Dompala. La vista di Dzong, Pho Chhu, fiumi Mo Chhu e villaggio circostante è superba tra foreste di cipressi. La salita dura altre due ore e mezza fino a Limbukha. Gli agricoltori di Limbukha coltivano il famoso riso rosso del Bhutan che si suppone abbia proprietà medicinali. Questo particolare riso ha bisogno di sorgenti di montagna pulite in modo che il sapore sia buono e il valore nutrizionale mantenuto. Limbukha è anche nota per il suo amore per la pace e la tranquillità. Le leggende narrano che durante le guerre medievali i "limpus" o la gente di Limbukha si offrivano sempre volontari come negoziatori di pace. Ciò è anche raffigurato durante la festa annuale chiamata "Serda", quando gli uomini vengono trovati a portare bandiere della pace al posto di spade e fuochi d'artificio.

Pernottamento: hotel.

Pasti: colazione, pranzo, cena.



## **GIORNO 5**

**05.01.2025, domenica**

**Punakha - Paro (135 km, durata del viaggio in auto: 4 ore)**

Dopo colazione, viaggio verso Paro. Lungo il tragitto visitiamo quanto segue:

### **Ponte Tamchog Lhakhang**

Situato dall'altra parte del fiume dell'autostrada Thimphu-Paro, è necessario attraversare un ponte sospeso con catene di ferro per raggiungere il Lhakhang.

A circa 30 minuti di auto da Paro verso la città di Thimphu, Tamchog Lhakhang si trova dall'altra parte del fiume Paro. Il Lhakhang è raggiungibile tramite un ponte sospeso con catene di ferro. Il Lhakhang e il ponte furono costruiti da un santo tibetano del XIII secolo Thangthong Gyalpo. Il santo buddista era anche un fabbro e un architetto. Dei tanti ponti con catene di ferro costruiti, ne sono rimasti solo pochi che sono ancora utilizzati.

Attraversare questo ponte storico sarà sicuramente un'esperienza emozionantissima!

### **Museo Nazionale**

Qui un'intrigante collezione di manufatti offre una meravigliosa introduzione alla ricca cultura e al patrimonio del Regno.

La sera, passeggiata nella città di Paro e visita ai negozi di artigianato locale.

Pernottamento: hotel.

Pasti: colazione, pranzo, cena.





## GIORNO 6

06.01.2025, lunedì

### Trekking giornaliero al Taktsang Ghoempa (Tiger's Nest)

Dopo la colazione, saliamo fino al **monastero di Taktsang**, noto anche come "Nido della Tigre".

La camminata fino al punto panoramico durerà circa 1-1 ora e mezza, a seconda della nostra forma fisica e di quante foto decideremo di fare :-); dal punto panoramico possiamo godere di una vista spettacolare del monastero aggrappato al lato della montagna.

Ci fermiamo alla caffetteria per un rinfresco e ricominciamo a camminare fino al monastero, per un'altra ora.

Si dice che nell'VIII secolo Guru Rinpoche volò sul dorso di una tigre dal Bhutan orientale fino a questo luogo e meditò in una grotta qui per 3 mesi.

Il principale Lhakhang (monastero) dell'attuale complesso monastico risale al 1692. Taktsang fu gravemente danneggiato da un incendio nel 1998, ma ora è stato completamente restaurato e riportato al suo antico splendore. Dopo aver visitato il monastero, discendiamo fino alla strada lungo il percorso, pranziamo alla caffetteria del punto panoramico e poi continuiamo a camminare in discesa fino al punto stradale.

Con il nostro transfer raggiungiamo **Drukgyel Dzong** (fortezza) che si trova su una cresta nella valle superiore di Paro, a 30 minuti di auto verso nord dalla città di Paro.

Drukgyel Dzong significa anche "Fortezza dei Drukpa vittoriosi" ed è stata costruita nel 1649 da Zhabdrung Ngawang Namgyel. Lo Dzong è stato un'importante base di difesa nella regione fino al 1951, quando è stato distrutto da un incendio. Le rovine dello Dzong hanno continuato a essere protette come un importante monumento che collega il popolo del Bhutan ai grandi eventi che hanno contribuito a mantenere la sovranità del paese. Drukgyel Dzong è stato utilizzato esclusivamente per scopi difensivi senza funzioni amministrative e religiose.

Pernottamento: hotel.

Pasti: colazione, pranzo, cena.

## GIORNO 7

07.01.2025, martedì

### Rientro

Dopo la colazione con un transfer raggiungiamo l'aeroporto di Paro.

Pasti: colazione.

FINE DEI SERVIZI

# INFORMAZIONI UTILI

**DATE DI PARTENZA:**

da mercoledì 01.01 a martedì 07.01.2025

**DURATA:**

07 giorni / 06 notti

**QUOTA per persona**

(numero minimo 2 partecipanti - massimo 12)

€ 1355, pernottamento in camera doppia in condivisione

**LA QUOTA COMPRENDE:**

- ✓ 06 pernottamenti in hotel 3\*, in mezza pensione
- ✓ 06 pranzi in ristoranti locali
- ✓ guida escursionistica italiana per tutta la durata del tour
- ✓ tutti i trasferimenti come da programma
- ✓ tutte le visite come da programma
- ✓ Sustainable Development Fee (SDF), pari a 100 \$ al giorno
- ✓ visto per il Bhutan (pari a 40 \$)
- ✓ assicurazione medico-bagaglio e annullamento

**LA QUOTA NON COMPRENDE:**

- ✗ volo a/r
- ✗ visto di entrata in India o Nepal per il transito
- ✗ mance e spese extra
- ✗ bevande
- ✗ quanto non specificato alla voce "la quota comprende"

**SUPPLEMENTI:**

150 € camera singola

Itinarrando cresce  
nuove foreste  
con WOWnature®



## Abbiamo una storia da raccontarti!

Per ogni viaggio a cui deciderai di partecipare ci aiuti a far crescere un albero e a prenderci cura del nostro bosco

Come? Te lo spieghiamo subito!

Ci siamo domandati a lungo cosa diamo e quale è il nostro contributo concreto rispetto alla nostra filosofia del camminare e del vivere la Natura. La risposta ci è arrivata quando sulla nostra strada abbiamo incontrato Wow Nature, uno spin off dell'Università di Padova composto da una squadra di ricercatori e specialisti che si occupa di riforestazione.

Abbiamo così deciso di prendere un impegno verso la Natura e il futuro che ci aspetta.

Perché un bosco, perché WOWnature?

Per dare concretezza ai nostri passi. Per ogni viaggio verrà piantato un albero. Un progetto ambizioso che racchiude i sogni di tante persone e che vuol poter dare concretezza e radici al nostro futuro accompagnando un bosco nella sua crescita.

Abbiamo scelto WOWnature perché vediamo in loro lo stesso entusiasmo che anima i nostri passi e per continuare ad affidarci a professionisti spinti da passione autentica e speranza genuina verso un futuro che possa essere sempre più verde!

Perché? Semplice: perché un Bosco è per sempre





# INFORMAZIONI TECNICHE

## INFORMAZIONI LEGALI

### Direzione tecnica a cura di

Itinarrando - Trekking Adventure in Hi Fi di Itinarrando Soc. Coop.  
Via Angeloni 3-5  
03100 Frosinone (FR)  
Telefono 380 765 18 94  
E-mail: [info@itinarrando.com](mailto:info@itinarrando.com)  
Pec.: [itinarrandocoop@pec.it](mailto:itinarrandocoop@pec.it)

Codice destinatario SDI: 6JXPS2J  
P.Iva e C.F.: 03190470603

Numero REA FR - 309730  
Iscritta il 29-03-2022 al n° 03190470603 Registro delle imprese Camera di Commercio Industria Artigianato Agricoltura di Frosinone - Latina

N. Iscrizione CCIAA, Codice Fiscale e Partita IVA 03190470603  
Direzione tecnica e legale rappresentante: Francesca Pozzan

Fondo obbligatorio di garanzia: Fondo Garanzia Viaggi – Garanzia Viaggi S.r.l.  
certificato n. A/211.5502/6/2022

Garanzie assicurative: certificato n 023/2022 ed. RIGV 24522

RC Professionale € 2.066.000,00  
Organizzazione Viaggi studenteschi € 1.550.000,00  
RCT Persone /cose € 2.000.000,00  
RCO Persone € 2.000.000,00

Comunicazione obbligatoria ai sensi dell'art. 17 della L. 38/06. La legge italiana punisce con la pena della reclusione i reati inerenti alla prostituzione e alla pornografia minorile, anche se gli stessi sono commessi all'estero.

## ESTREMI PER IL PAGAMENTO

Banca di riferimento:

Conto corrente intestato a: ITINARRANDO SOC. COOP.

BANCA POPOLARE DEL CASSINATE  
Iban: IT95D0537214800000011032939  
Bic e Swift: POCAIT3CXXX

**CAUSALE:** CODICE VACANZA + COGNOME TITOLARE PRATICA





**Direzione tecnica fornita da:**

Itinarrando - Trekking Adventure in Hi Fi di  
Itinarrando Soc. Coop  
Via Angeloni 3-5  
03100 Frosinone (FR)