

## **VIATGE A NEPAL I BHUTAN**

**5 - 19 novembre 2019**

*Aquest és un viatge que recorre tots els indrets més destacats del Bhutan, d'oest a centre d'aquest petit país, i tot això combinat amb els pobles i temples patrimoni de la Unesco de la vall de Katmandú (Nepal). Les ruta no és només cultural o monumental, sinó que s'intenta combinar naturalesa i cultura juntament amb la oportunitat de poder prendre contacte amb la gent local i conèixer millor la seva manera de viure i tradicions. En aquest sentit, aquest any aquest viatge coincidirà amb dos festivals típics, una gran ocasió per apropar-nos a la gent del país.*

### **VOLS**

5 novembre	Barcelona – Doha	08:00 – 16:20
5 novembre	Doha – Katmandú	17:50 - 01:00 (6 novembre)
8 novembre	Katmandú – Paro	15:00 – 16:15
15 novembre	Bumthang – Paro	13:40 – 14:35
17 novembre	Paro – Katmandú	13:35 – 14:10
19 novembre	Katmandú – Doha	02:30 – 05:40
19 novembre	Doha – Barcelona	09:00 – 14:00

### **ITINERARI**

#### **5 novembre: Vol Barcelona – Katmandú**

Recollida dels clients de Figueres i comarca i trasllat a l'aeroport de Barcelona. Arribada i facturació pel vol amb destí Katmandú, via Doha.

#### **6 novembre: Arribada a Katmandú**

Arribada a Katmandú el dia a la 1 de la matinada. Rebuda per part del nostre representant i trasllat a l'hotel. Nit a l'hotel.

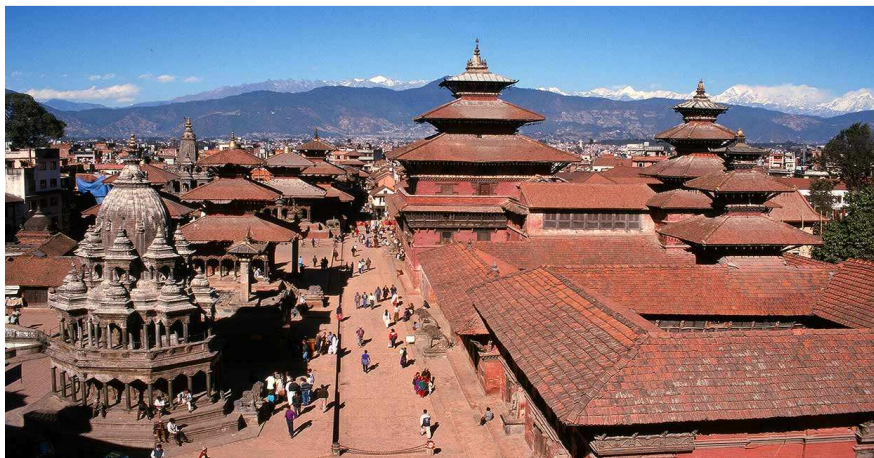
Després de l'esmorzar, cap a les 10 del matí, ens dirigirem cap al Namu Buddha, que és troba a 1,5 hores en cotxe de Katmandú. Namu Buddha és un lloc molt important per al budisme. Aquí hi visitarem el famós monestir i el lloc on Buda, prèviament príncep durant la seva vida de meditació, va donar la carn del seu cos per alimentar la tigresa famolenta i els seus cadells. També visitarem la cova de Namobuddha i la estupa i el lloc on es conserven les seves relíquies. Namu Buda és considerat com un dels llocs de peregrinació budista més importants del Nepal.

Continuarem amb una caminada suau durant, aproximadament, una hora i mitja, que ens durà al poble de Panauti. Qui no vulgui caminar se'l pot portar en cotxe a Panauti. Panauti és en realitat un comitè de desenvolupament de petits pobles als voltants de la vall de Kathmandu. Panauti és una de les ciutats més antigues del Nepal i es compon de nombrosos temples que daten del segle XV o abans. Panauti és un indret pintoresc i interessant del Nepal, el qual dóna una impressió com si l'haguessin deixat exactament de la mateixa manera en què els seus fundadors el van construir. Un ambient nostàlgic

cobreix els estrets carrers del poble i les antigues estructures. Caminarem i explorarem les diferents parts del poble i els seus voltants.

Dinar en un restaurant local.

Sopar a l'hotel.



**Durbar Square. Katmandú.**

### **7 novembre: Katmandú**

Després d'esmorzar a l'hotel, anirem cap a Bhaktapur, Patrimoni de la Humanitat per la UNESCO. Bhaktapur està ple de monuments, la majoria de terracota i amb columnes de fusta tallada, palaus i temples amb talles elaborades, sostres daurats i patis oberts. La ciutat està plena de pagodes i santuaris religiosos. La Galeria d'Art que hi ha allà té una fascinant col·lecció d'antics manuscrits, Thangkas, escultures de pedra centenàries, pintures antigues que pertanyen a les tradicions hindús i budistes de diversos períodes.

A la tarda, encara a Bhaktapur, visitarem el Temple de Pashupatinath, que és Patrimoni de la Humanitat per la UNESCO. Pashupatinath és una de les destinacions de pelegrinatge més sagrades per a tots els hindús del món. El temple està dedicat a Shiva, a la trinitat i la deïtat del guarda (patró) de Nepal. Aquest és un dels temples més antics, situat a la vora del riu Bagmati. És un temple daurat de doble sostre amb quatre portes de plata. Pashupatinath ocupa una superfície de 281 hectàrees i és un dels majors complexos de temples del Nepal. Encara que el temple de Pashupatinath va ser construït el segle V i posteriorment renovat pels reis Malla, es diu que el lloc sagrat ja existia des de l'inici del mil·lenni.

Finalment, avui visitarem la Gran Stupa de Boudhanath, també Patrimoni de la Humanitat per la UNESCO, i que és un gran monument en forma de cúpula que representa la Ment del Buda. És la principal destinació de pelegrinatge per als budistes tântrics de l'Himàlaia i un lloc sagrat important per als budistes tibetans de tot el planeta. La història de la estupa, des dels seus orígens, en el segle V, fins als nostres dies, també es presenta aquí per primera vegada. Nit a l'hotel.

Dinar en un restaurant

Sopar a l'hotel



### **8 novembre. Katmandú – Paro – Thimphu (54 km / 1 hora)**

Esmorzar a l'hotel i, a l'hora acordada, trasllat a l'aeroport de Katmandú per agafar el vol cap a Paro (Bhutan). Arribada a l'aeroport de Paro i trasllat cap a Thimphu, capital de Bhutan. A l'arribada a l'hotel, quedarà temps per fer un passeig d'orientació per aquesta ciutat. Nit a l'hotel de Thimphu.

### **9 novembre. Thimphu**

Avui al matí visitarem el mercat de cap de setmana de Thimphu (divendres, dissabte i diumenge), a on la gent local dels pobles dels voltants venen a vendre els seus productes. Venen els seus productes i després compren el que necessiten per ells mateixos. En altres temps, el sistema d'intercanvi era practicat per tothom. Visitarem el molí tradicional de paper artesà. Visitarem l'escola d'Arts i Oficis, a on els estudiants aprenen 13 arts diferents usats sobretot a Bhutan. Visitarem el Museu de Folclore tradicional, a on s'explica com era abans una llar tradicional. Després visitarem la Biblioteca Nacional, a on hi ha una gran col·lecció de llibres religiosos i de budisme contemporani de mestres d'arreu del món. En cotxe anirem a visitar l'escola monàstica de Dechenphodrang i ens trobarem amb monjos joves. Després continuarem cap al convent de Zilukha per trobar-nos amb les monjes i interactuar amb elles. Després del dinar, tindrem dues opcions per poder fer una parell de caminades precioses. Si en preferiu una de curta, podeu anar al temple de Wangditse: és una caminada curta (1 hora) amb unes vistes precioses. Primer cal anar amb transport a la torre BBS, a on la carretera s'acaba i comença el bell camí per un bosc de pins amb vistes a la vall de Thimphu, especialment el Dzong de Thimphu i el parlament. Visitarem el temple de Wangdise i gaudirem la panoràmica de Thimphu. Si preferíssi una caminada més llarga, llavors es pot anar al temple de Cheri.

A la tarda visitarem "King's Memorial Chorten", l'Institut de Medicina Tradicional, el Punt de Buda, Motithang Takin i també Tashi Chhoedzong.

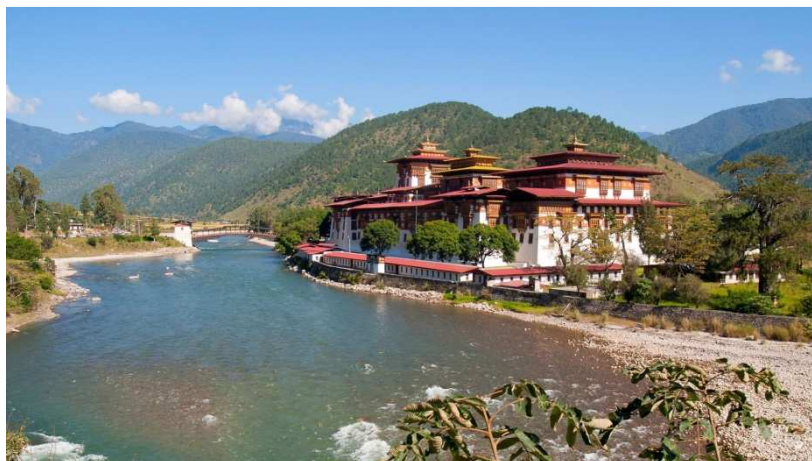
Ens desplaçarem cap a l'extrem nord de la vall a través de la petita vila de Taba i Dechencholing. La carretera acaba just al parc nacional de Jigme Dorji. Farem una bonica passejada (1.5 hores) fins el temple de Tango/Cheri, que es troba en un lloc feréstec amb unes precioses vistes del bosc i de la vall. La caminada és amb pujada a través d'un corriol estret que al final s'obre un cop ens acosten al temple. Aquí hi ha diversos centres de meditació i relaxació. Després tornarem a l'hotel.

Nit a Thimphu.

### **10 novembre. Thimphu – Punakha (76 km / 2-3 hores)**

Avui recorrerem una ruta panoràmica fins a Punakha. Pel camí pararem al coll de Dochula (3.150 metres), a on en un dia clar es poden tenir unes vistes espectaculars de l'Himàlaia. Aquí també visitarem el Monestir Druk Wangyal, que és l'únic d'aquest tipus en el país, amb unes elaborades pintures que representen el llinatge de l'actual monarquia. Des d'aquí continuem la ruta baixant a través de boscos de rododendre, avets i cicuta. Quan arribem al poble de Metshina, farem un passeig a peu d'uns 20 minuts a través dels camps d'arròs fins a Chimi Lhakhang, a on hi ha el temple diví

Madman, que es considera popularment el temple de la fertilitat. Dinarem en un dels restaurants d'aquí i continuarem cap a Punakha. A l'arribada, visitarem el Punakha Dzong, molt important, al tractar-se d'un dels Dzongs més bonics de Bhutan. Nit d'hotel a Punakha.



**Punakha**

**11 novembre. Punakha – Gangtey / Phobjikha (85 km / 2-3 hores)**

A uns 30 minuts en cotxe de Punakha es troba Wangduephodrang, l'última població abans d'arribar al centre de Bhutan. El poble és cèlebre pel seu domini en l'art del bambú i també en el tallat de pedra. Des de Wangduephodrang, el camí travessa densos boscos de roures i rododendres fins arribar a Lawala, a on tot està cobert per petits bambús. Durant el recorregut tenim unes magnífiques vistes panoràmiques cap a les muntanyes de l'Himàlaia. Després fem un llarg descens, que sorprèn per la meravellosa vista del Gangtey Goenpa i la vall de Phobjikha. Visita del Gangtey Goenpa, l'únic monestir de Nyingmapa a l'oest de Bhutan. Després, a la tarda, tindrem temps per interactuar amb els monjos que estudien a Kuenzang Choling Shedra. El monestir ofereix cursos de nou anys en estudis budistes. Nit en hotel de la vall.



**Vall de Phobjikha**



### **12 novembre. Phobjikha – Jakar (Bumthang) (6 hores)**

Avui anem cap a Trongsa, la casa ancestral de la família reial del Bhutan i des d'on els primers dos reis van governar el regne. El recorregut es realitza per una espectacular carretera sinuosa, a on es va gravar la popular pel·lícula butanesa "Travellers and Magicians. Després anirem a Bumthang, que sovint és descrit com el cor espiritual del regne.

Aaixí doncs, al matí ens desplaçarem per les muntanyes a través del Pelela Pass, a 3,300 metres, el qual forma part de la Serralada de la Muntanya Negra, que divideix el país en est i oest. En ruta farem una curta parada per fer una petita passejada al poble remot de Rukubji o Chendibji. Continuem la ruta a través de paisatges pintorescos.

Arribem a Trongsa i hi visitem el seu Dzong historic, que és un dels més importants i grans. Més tard, continuem la ruta creuant a través del coll de Yotong La, a 3.400 metres. Després d'un curt descens arribem a Jakar, a la vall de Chumi, lloc de teixidors, i de fet són els teixits el que han fet famosos Bumthang. Continuem cap a Jakar creuant el pas de Kiki La per, finalment, baixar cap a la vall de Jakar.

Nit a Jakar.

### **13 novembre. Jakar (Bumthang) i festival de Jambey Lhakang Drub**

Al matí el festival Jambey Lhakang comença i hi anirem a veure'l.

Després del festival visitarem el Kurjey Lhakhang i el Tamshing Lhakhang.

La província de Bumthang consisteix en quatre valls diferents conegudes com a Chumi, Jakar, Tang i Ura. Aquesta província és la més històrica i un dels llocs més sagrats de Bhutan, amb múltiples temples i indrets sagrats. Jakar és una vall bonica i pel que prefereixi fer un dia de parada en el viatge i no conduir, l'activitat d'avui es farà tota a peu. Visita de Jampay Lhakhang, un dels primers dos temples Budistes construït en el país. Visita del temple de Kurjey Lhakhang, un dels llocs més sagrats de Bhutan, i també el lloc a on la reialesa era incinerada. Continuem ruta fins el poble de Parar, a on visitem el temple de Tamshing Lhakhang. El dia acaba amb un passeig a peu passant pel costat de la "Granja Suïssa". Si el temps ho permet, visitarem el Dzong de Jakar, que ofereix un vista magnífica de la vall. Durant aquesta tarda, a la vila de Jakar, podrem provar alguns plats típics de la regió.

Nit a Jakar.

### **14 novembre. Jakar (Bumthang) i festival de Prakhar Duchhoed**

Avui presenciarem el festival de Prakhar Duchhoed a Bumthang. I acabarem de fer les visites que ens haguessin quedat el dia abans, degut a l'assistència a l'altre festival.

Nit a Jakar.



**Festival Tamshing Phala Choepa a Bumthang**

**15 novembre. Jakar (Bumthang) – Paro**

Avui al matí visitarem el Museu Nacional de Bhutan, el Dzong Ringpung i el Kichu Lhakhang.

Després de la visita, trasllat a l'aeroport per volar en vol domèstic fins a Paro. Després de dinar, a Paro, visitarem a peu el Paro Dzong (Fortalesa) i continuarem a peu a través del pont de fusta més antic, encara en ús. Continuem el passeig per l'antiga ciutat de Paro i també anirem observant les diferents botigues i parades d'artesanía. És probable que tinguem la oportunitat d'observar el joc tradicional, el tir amb arc. Al vespre tornarem a l'hotel. Nit a Paro.



**Tiger's Nest**

**16 novembre. Ascensió al monestir de "Tiger's Nest".**

Avui anirem al monestir de Taktsang (Niu de tigre), el lloc més famós pels pelegrins i que està literalment arrapat a la roca, enmig d'un precipici, a una altura de 3.180 metres sobre el nivell del mar. Segons diu la llegenda, es creu que Guru Rimpoche, el Mestre Espiritual del segle VIII, va volar des de Tibet a aquest indret a l'esquena d'una

tigresa de Khenpajong i va estar-hi meditant tres anys, tres mesos, tres dies i tres hores. La pujada es pot fer a peu (unes 3 hores de pujada) o a cavall. Explorarem el monestir i després baixant visitarem un dels temples més antics del Bhutan Kichu Lakhang, baixarem i continuarem cap a Paro. Nit d'hotel a Paro.

### **17 novembre. Paro – Katmandú**

Després de l'esmorzar, trasllat cap a l'aeroport de Paro per agafar l'avió cap a Katmandú (Nepal). Arribada a l'aeroport de Katmandú, rebuda per part del nostre representant i, tot seguit, trasllat a la ciutat de Katmandú per visitar la famosa plaça de Durbar (Patrimoni de la Humanitat per la UNESCO), que és una de les principals atraccions de la vall de Katmandu. La paraula "Durbar Square", traduïda de l'anglès com a "Plaça dels Palaus". La plaça Durbar, amb els seus antics temples i palaus, representa la vida religiosa i cultural dels habitants d'aquesta ciutat. A l'extrem occidental de la plaça hi ha una casa bonica plena de diferents déus i deesses tallats en fusta. Aquest palau té tres pisos i diuen que a dins hi viu la famosa "Deessa vivent Kumari". Hindús i budistes la veneren de la mateixa manera. Per als hindús és la reencarnació de la Deessa hindú Kali. Aquesta també és adorada pels budistes, perquè és la elegida dintre de la família budista. Això demostra l'harmonia entre budistes i hindús a Nepal.

Després de les visites, ens traslladarem a un Monestir per a passar-hi la nit, la qual cosa serà de ben segur una experiència única. Tindrem la oportunitat d'interactuar amb els monjos i també podrem participar a la classe de meditació i cant, cap al vespre.

Sopar i nit en el monestir.

### **18 novembre: Katmandú – Vol cap a Barcelona**

Després de l'esmorzar visitarem la plaça de Patan Durbar (Patrimoni de la Humanitat per la UNESCO). El complex de la plaça Patan Durbar és potser el més fotografiat de les tres places de Durbar. Situat al cor de la ciutat de Patan, aquest va ser el palau dels reis de Patan. La plaça és una mostra de l'arquitectura Newari que havia arribat al seu pinacle durant el regnat dels reis Malla, que eren grans constructors i mecenes de les arts.

Després de visitar la plaça de Patan Durbar, visitarem Kirtipur. Kirtipur es troba a 5 km del centre de Katmandú. En el dialecte nepalès Kirtipur significa "un poble gloriós". Mirant molt de temps enrere, Kirtipur ha estat testimoni de moltes batalles èpiques i molts moments importants a la història de Nepal. La història diu que l'antiga ciutat de Kirtipur fou fundada per Shiva Deva el 1099 dC. La ciutat de Kirtipur és una convergència harmònica entre budistes i hindús.

A continuació, visitarem l'estupa de Swoyambhunath (Patrimoni de la Humanitat per la UNESCO), també conegut com "Temple de Mono". Els encants del temple són la seva gran i vistosa estupa i la vista que té de la ciutat de Katmandú. L'antiga estupa és l'expressió més profunda del simbolisme budista a Nepal. Hi ha suficients proves per creure que el turó s'utilitzava amb finalitats de ritus animistes, fins i tot, abans que el budisme arribés a la vall, ara fa dos mil anys.



Acabades les visites, trasllat a l'aeroport de Katmandú per agafar el vol de tornada a Barcelona. Nit a bord de l'avió.  
Dinar en un restaurant local.

**19 novembre. Arribada a Barcelona**

Arribada a Barcelona i trasllat dels clients a casa seva, a Figueres i comarca.

**FI DEL VIATGE**

**GRUP MÍNIM 10 PERSONES**

**Preu del viatge en base a habitació doble ..... 4650 euros per persona**  
**Suplement allotjament en habitació individual ..... 600 euros**

**El preu del viatge inclou:**

- Vols internacionals descrits amb Qatar Airways
- Vols de Nepal a Bhutan i dintre de Bhutan amb Drukair
- Guia acompanyant des de Figueres i comarca i durant tot el viatge
- Taxes aèries
- Pensió completa durant tot el viatge
- 13 nits d'allotjament en hotels 3\*
- Tots els trasllats en vehicles privats
- Totes les visites segons itinerari
- Guies de parla hispana per a les visites
- Visat per Nepal
- Visat per Bhutan