



Yunnan e Tibet

*Il nostro **tour di Yunnan e Tibet** ci porterà alla scoperta di regioni remote e impervie, fra altopiani circondati da maestose montagne, dove il cielo sembra davvero essere più vicino quando si specchia nei laghi della regione.*

*Cominceremo il nostro **viaggio nello Yunnan**, provincia della Cina sudorientale, abitata dal **maggior numero di gruppi etnici della Cina**: nello Yunnan, dove ogni contrada rappresenta la scoperta di una diversa cultura millenaria.*

*Dopo lo Yunnan, proseguiremo il nostro **tour in Tibet**, da sempre considerato una regione così remota da essere misteriosa e inaccessibile, e che per questo conserva la seduzione dei leggendari racconti di viaggio.*

*Il popolo tibetano ha sempre abitato la solitudine d'immensi spazi e ha dato vita alla **filosofia buddista** che tanto affascina il mondo occidentale. Questo **viaggio in Tibet** permetterà di visitare l'altopiano tibetano con le famose città buddiste di Lhasa, Tzetang, Gyantze e Shigatze, percorrendo itinerari d'alta quota (sopra i 3000 metri) tra laghi turchesi e picchi innevati di oltre 6000 metri.*

Dal 16 Agosto al 01 Settembre 2019



programma di viaggio

16 Agosto 2019 Mobiltravel-Milano

Ritrovo dei partecipanti presso luogo prestabilito e partenza per l'aeroporto di Milano Malpensa con minibus privato ed autista. Disbrigo delle formalità d'imbarco sul volo di linea Air China CA950 delle ore 13:30 diretto a Pechino.

17 Agosto 2019 Pechino-Kunming

Arrivo a Pechino previsto per le ore 05:30. Proseguimento con volo di linea Air China CA1403 delle ore 07:00 diretto a Kunming dove l'arrivo è previsto per le ore 10:30. Disbrigo delle formalità doganali e trasferimento presso l'Hotel. Resto della giornata a disposizione, cena libera e pernottamento in Hotel.

18 Agosto 2019 Kunming

Colazione e partenza per la visita del tempio di Qiongzhou noto anche come "Bamboo Temple". Questo tempio è un importante luogo di culto buddista, ma la vera peculiarità di questo posto sono le 500 statue in argilla dei "Luohans", gli illuminati. Dopo la visita al tempio di Qiongzhou la giornata prosegue con l'escursione alla Foresta di pietra, un magifico complesso di formazioni calcaree che sembrano veri e propri alberi pietrificati. Proseguiamo con un giro al villaggio di Qixing, dove risiede la minoranza etnica dei "Sani". La giornata si conclude con la visita del lago Dianchi. Pernottamento in hotel

19 Agosto 2019 Kunming-Dali

Colazione e partenza alla volta di Dali, città situata sulle sponde del Lago Erhai che dista circa 330km dalla città di Kunming. Nel pomeriggio prenderemo parte ad una crociera sul Lago Erhai che ci permetterà di visitare anche l'isola di Jinsuo, il nome "Ehrai" significa "orecchio del lago" che prende questo nome grazie alla sua forma stretta e allungata. La giornata continua con la visita al tempio delle tre pagode, a circa 1,5 km da Dali. Per



concludere la giornata visiteremo l'area antica di Dali dove sarà possibile ammirare un particolare chiesa cristiana. Pernottamento in hotel.

20 Agosto 2019 Dali-Lijiang

Colazione e partenza per Lijiang dove arriveremo dopo circa 3 ore e mezzo di viaggio. Durante il tragitto ci fermeremo al caratteristico mercato di Xizhou ed al villaggio della minoranza etnica Bai che vive da sempre in quest'area della Cina. Proseguendo lungo il tragitto è prevista un'altra sosta a Zhoucheng per ammirare l'arte della tintura degli artigiani di questa cittadina. Un'altra sosta è prevista a Shaxi, per la visita della città vecchia. Proseguiremo poi fino a Lijiang e concluderemo la giornata con un giro nella zona vecchia di questa città. Pernottamento in hotel.

21 Agosto 2019 Lijiang

Colazione e partenza per la Jade Dragon Snow Mountain che raggiungeremo tramite funivia. Questa imponente montagna arriva ad un'altezza di oltre 5.500 metri. Continueremo l'escursione giornaliera con le visite ai villaggi di Baisha e Yuhu situati a un'oretta di distanza l'uno dall'altro. Per finire la giornata raggiungeremo le ultime due tappe: il lago del drago nero, nel parco di Jade spring che ospita anche diversi templi, concluderemo infine con la visita alla città vecchia di Shuhe prima di rientrare in hotel per il pernottamento.

22 Agosto 2019 Lijiang-Shangri-la

Colazione e partenza per Shangri-la distante circa 4 ore di macchina da Lijiang e che si trova ad oltre 3000 metri di altezza. Durante il tragitto faremo una sosta alla Stone Drum Tower da cui vedremo la prima ansa del Fiume Azzurro. Continuiamo il viaggio con la visita alla gola del salto della tigre che regala uno fra i paesaggi più suggestivi dell'intera area. Proseguiamo poi con la visita dell'area antica di Shangri-la e la collina di Guishan, sede della ruota di preghiera buddista più grande del mondo. Pernottamento in hotel.

23 Agosto 2019 Shangri-la

Colazione e partenza per la visita dell'intera giornata di Shangri-la. La giornata inizia con la visita al Monastero Ganden Sumtseling, situato ad un'altitudine di oltre 3300 metri, fu fondato dal quinto Dalai Lama nel 1679. Proseguiremo con un giro nel Pudacuo National Park, inaugurato nel 2007 che accoglie e protegge al suo interno il 20% della flora cinese, un terzo dei mammiferi e uccelli della Cina e circa 100 specie in via d'estinzione .



Concluderemo la giornata visitando il tempio di Dabao uno dei templi più antichi della contea di Shangri-la. Pernottamento in hotel.

24 Agosto 2019 Shangri-la-Lhasa

Colazione in hotel e trasferimento all'aeroporto di Kunming in tempo utile per il disbrigo delle formalità d'imbarco sul volo di linea MU5939 delle ore 10:35 diretto a Lhasa dove l'arrivo è previsto alle ore 12:40. Trasferimento all'hotel e sistemazione nelle camere riservate. Resto della giornata a disposizione.

25 Agosto 2019 Lhasa

La giornata sarà dedicata alla scoperta della città di Lhasa a partire dal Palazzo del Potala, residenza del Dalai Lama fino al 1959 ed oggi museo del governo cinese, un monumentale edificio costruito sul colle dedicato ad uno dei tre protettori del Tibet, Chenresing. La visita di Lhasa continua con il monastero Sera, edificato nel 1419 e che, ancora oggi, rappresenta uno dei principali luoghi di culto del buddismo tibetano. Dopodichè passeremo lungo Barkhor Street, un "circuito di pellegrinaggio" sacro per i buddisti tibetani. Qui potremo anche rilassarci bevendo un the nei caratteristici locali della zona. Pernottamento in hotel.

26 Agosto 2019 Lhasa-Tsedang

Colazione in hotel e partenza per Tsedang, percorrendo circa 250km per raggiungere questa città situata a 3500 metri di altitudine. Il resto della giornata è dedicato alla visita della città partendo dal Palazzo Yumbulagang, un'antica fortezza nella valle del fiume Yarlung Tsangpo, che si dice sia il primo edificio ad essere stato costruito in Tibet. Proseguiamo poi con la visita del monastero Samye, il primo monastero buddista del Tibet. Pernottamento in hotel.

27 Agosto 2019 Tsedang-Gyantse

Colazione e partenza in direzione Gyantse, terza città più grande del Tibet, situata a quasi 4000mt di altitudine. La particolarità di questa città è che è situata lungo la "Friendship Highway" la strada che collega Kathamandu, capitale del Nepal con Lhasa, capitale del

Via Giuseppe Catani 39 a – Prato

Tel 0574 584360 – mail : prato@mobiltravel.it - www.mobiltravel.it



Tibet. Lungo il tragitto ci fermeremo a vedere il lago Yamdrok da dove raggiungeremo il ghiacciaio Karola. Ripartiremo dopo aver ammirato le acque turchesi del bacino di Manla. in direzione Gyantse dove arriveremo in serata. Sistemazione in hotel e pernottamento.

28 Agosto 2019 Gyantse-Shigatse

Colazione e partenza per Shigatse, distante circa 90km da Gyantse. Prima di partire visiteremo il monastero Pelkor Chode ed il suo Kumbum, un complesso su più piani di cappelle buddiste ritenuto il più importante del Tibet. Partenza quindi alla volta di Shigatse. Prima di giungere in città effettueremo le visite dell'antica fortezza, dzong distrutta negli anni cinquanta, e del Monastero di Shalu, celebre per le sue pitture murali. Arrivo a Shigatse e sistemazione in hotel nelle camere riservate.

29 Agosto 2019 Shigatse-Lhasa

Colazione e visita della città di Shigatse: il monastero Tashilunpo, fondato nel 1447 dal primo Dalai Lama, il sentiero Kora, una strada dedicata al pellegrinaggio per i fedeli buddisti tibetani ed il mercato locale dove sarà possibile ammirare gli artigiani tibetani al lavoro. Al termine partenza verso Lhasa dove avremo modo di visitare il tempio di Jokhang, uno dei luoghi più sacri per i buddisti tibetani. Pernottamento in hotel.

30 Agosto 2019 Lhasa

L'intera giornata sarà dedicata alla visita di Lhasa, animata in questo giorno dall'inizio del festival Shoton, ci dirigeremo presso il monastero di Drepung per ammirare l'esposizione del tangka, una gigantografia del Buddha, che sancisce l'inizio di questo evento. Proseguiremo con la visita al palazzo Norbulingka, che è stata residenza estiva del Dalai Lama sino al 1950 dove avremo la possibilità di ammirare la "Chame dance" un ballo in maschera tipico tibetano che si svolge davanti al palazzo. Pernottamento in hotel.

31 Agosto 2019 Lhasa-Pechino

Colazione e partenza per l'aeroporto di Lhasa in tempo utile per il disbrigo delle formalità d'imbarco sul volo di linea Air China CA4111 delle ore 16:00 diretto a Pechino dove l'arrivo è previsto alle ore 21:40.

1 Settembre 2019 Pechino-Milano-Mobiltravel

Via Giuseppe Catani 39 a – Prato
Tel 0574 584360 – mail : prato@mobiltravel.it - www.mobiltravel.it



Arrivo a Pechino e proseguimento con il volo di linea Air China CA949 delle ore 01:30 diretto a Milano dove arriverà intorno alle ore 06:30. Ritiro dei bagagli e ritorno tramite autobus al luogo di origine del viaggio.

→ Termine del Viaggio ←

Quota di partecipazione adulto in camera doppia	€ 2840,00
Tasse aeroportuali	€ 446,00

La quota comprende:

- Voli in economy class con Air China con 23kg di franchigia bagaglio in stiva e 8kg di franchigia bagaglio a mano
- Volo interno da Shangri-la a Lhasa
- Visite ed escursioni come da programma
- Tutti i permessi necessari per poter visitare il Tibet
- Trasferimenti da e per gli aeroporti e verso tutte le tappe con van privato con aria condizionata e autista
- Guida locale parlante inglese
- 2 bottigliette d'acqua a persona a giorno
- Pasti per la guida e l'autista
- Pernottamenti come menzionato nel programma
- Visto d'ingresso per la Cina
- Tasse governative
- Assicurazione medica (massimale € 150.000,00 a persona)

Via Giuseppe Catani 39 a – Prato

Tel 0574 584360 – mail : prato@mobiltravel.it - www.mobiltravel.it



- Assicurazione bagaglio (massimale € 1.500,00 a bagaglio)
- Assicurazione annullamento (massimale € 3500,00 a persona)

La quota non comprende:

- Le mance e le spese di carattere personale
- Tasse aeroportuali
- Tutto quello non espressamente citato ne “la quota comprende”

Documenti necessari per il viaggio

Per viaggiare in Cina è necessario il passaporto con validità residua di almeno 6 mesi

Inoltre è necessario un visto di ingresso richiedibile alle rappresentanze consolari cinesi in Italia