

VIAGGI ESPERIENZIALI · INDIA

# India • Ladakh Tour – Un Mondo tra le Nuvole

## Il viaggio in breve

Un viaggio nel Ladakh, sulle antiche rotte della Via della Seta. A **Leh**, a 3500 metri, si visitano **Thiksey**, il Castello di **Stok**, il Palazzo di Leh e lo Stupa Shanti; poi il Monastero di **Likir**, gli affreschi di **Alchi** e **Lamayuru**. Dal passo di Khardungla si scende nella **Valle di Nubra**: Deskit, le dune di Hunder e il Monastero Samstengling.

Il finale è sul **Pangong Tso**, il lago salmastro che si estende in gran parte in Tibet, con la notte in campo sulle rive, poi il Chang La Pass e il rientro a Leh, prima delle visite di **Delhi**.

ITINERARIO
**Adattabile alle esigenze dei partecipanti**

SERVIZI INCLUSI
**Si definiscono nel preventivo**

Non comprese: diritti di apertura pratica (€ 60) e assicurazione di viaggio (4% sul totale della pratica). Il dettaglio completo è più avanti.

**11 giorni**
10 NOTTI

**Partenze**
SU RICHIESTA

**da € 1.960**
A PERSONA

## Partenze su richiesta

La data si concorda insieme, sulla stagione migliore.
Prezzo per persona in camera doppia.

**da € 1.960**

IL PROGRAMMA

# Il programma, giorno per giorno

01

### Italia – Delhi

Partenza dall'Italia per Delhi con volo di linea Ita Airways o altro vettore Iata, secondo disponibilità.

02

### Delhi - Leh

Arrivo a Delhi, disbrigo delle formalità d'ingresso e doganali, ritiro dei bagagli, tempo di attesa e volo domestico per Leh. Arrivo. La città di Leh (3500 Metri) sorge in una valle fertile situata lateralmente a quella dell'Indo e dalla quale dista circa 10 chilometri, circondata dalle alte vette himalayane, al di là delle quali si trova il deserto. Antica città carovaniera situata sulla rotta della Via della Seta, un tempo era un fiorente centro commerciale. Qui giungevano tè, sale, spezie, lana, pietre semipreziose e manufatti dalle città di Yarkand e Kashgar e dalle regioni del Kashmir, del Tibet e del Nord dell'India. Il Buddhismo fu veicolato attraverso i sentieri della Via della Seta, così come queste regioni videro il passaggio di soldati, esploratori e pellegrini, precursori di quei turisti che oggi contribuiscono all'economia di questa città. Assistenza e trasferimento in albergo. Sistemazione nelle camere. Tempo a disposizione per il riposo e l'acclimatamento. Nel pomeriggio passeggiata nel centro città esplorando i mercati locali. Pranzo, cena e pernottamento in albergo.

03

### Leh

Prima colazione. Intera giornata dedicata alla visita dei dintorni di Leh (95 km, andata e ritorno). Partenza per Thiksey, uno dei templi più grandi ed importanti. Ospita circa cento monaci della setta Gelugpa ( berretti gialli) che contribuì grazie all'opera del riformatore Tzonkapa, a riportare l'ordine monastico all'antica osservanza delle regole, restituendo loro l'integrità religiosa a discapito del potere politico. Nelle sue sale si trovano la Biblioteca, ricca di testi sacri, statue del Buddha, colonne in legno scolpite ed affreschi. Talvolta è possibile assistere, nella sala di preghiera comune, alle puja,celebrazioni eseguite recitando mantra accompagnati dal suono di trombe e tamburi. Si prosegue per il Castello di Stok, già residenza reale, che oggi ospita un museo ove si ammirano costumi e gioielli della famiglia reale nonché meravigliosi thangkas che ripercorrono le vicende della vita del Buddha Shakhamuni. Rientro in hotel per il pranzo. Nel pomeriggio si visita il Palazzo di Città di Leh, che ricorda architettonicamente il più celebre Potala di Lhasa: il palazzo fu costruito originariamente nel 17° secolo per volontà del re Singe Namgyal ed abbandonato due secoli dopo quando i Dogra presero il controllo del Paese. Proseguimento per la visita allo Stupa Shanti, costruito da

una comunità giapponese e inaugurato dal Dalai Lama nel 1983 e quindi visita del Gompa Sanker (18° secolo), situato su una collina a 3 km da Leh: il Gompa è la sede del Lama fondatore e capo della Setta dei Cappelli Gialli, Tson-Kha-Pa. Al termine delle visite rientro in hotel per la cena e il pernottamento.

## 04

## Leh – Uley Topko

Prima colazione. In tempo utile partenza per Uleytokpo ( circa 70 km, 4 -5ore ) con una sosta lungo il tragitto per la visita del Monastero di Likir. L'attuale struttura risale al XVIII secolo, l' originale fu distrutta dal fuoco. Simile al Potala di Lhasa, ospita circa cento monaci. Nelle sue sale si possono ammirare oltre che le statue del Buddha anche preziose thangkas risalenti al XVI secolo. Il cielo terso e le montagne innevate fanno da sfondo all'imponente statua dorata del Buddha Maitreja situata nel cortile del gompa. Dagli anni novanta il fratello minore del Dalai Lama ha la residenza in un'ala del palazzo. La strada continua lungo il percorso dell'Indo sino a Nimu nelle cui vicinanze il fiume confluisce con le acque del Zanskar. Al termine delle visite proseguimento per altri 20 Km verso Uleytopko. Pranzo presso Uley Ethnic Resort. Dopo pranzo visita del monastero di Alchi. Fondato nell'XI secolo da Rinchen Zangpo Lotsawa, il Grande Traduttore, rappresenta uno dei capolavori dell'architettura e pittura monastica. I raffinati dipinti del Mandala, dal profondo significato tantrico riportano talvolta nei tratti ad antiche reminiscenze bizantine talaltra agli affreschi delle grotte buddhiste dell'Ajanta, nell' India centrale. Dei cinque templi che lo compongono, il più interessante è sicuramente il Sumtsek, che ripropone, oltre che nel nome (tre piani) anche nel suo interno, il numero tre sacro alla simbologia buddhista (tre nicchie e tre aperture laterali). Vi si ritrovano statue dipinte di Avalokiteshawara, il Buddha della compassione, di Maitreja, il Buddha che verrà e di Manjushri, il Buddha della conoscenza. Il monastero non è abitato e la sua manutenzione è affidata ai monaci di Likir. Sulla via del ritorno sosta per la visita al Gompa Rizong e a circa 1 km del Chulichan, posto in una stretta e profonda valle, convento -monastero interamente gestito da monache (chomos) tra i 17 e gli 80 anni di età. Rientro al resort, cena e pernottamento.

## 05

## Uley Topko – Lamayuru - Leh

Prima colazione. In mattinata partenza per Lamayuru o "città dei Lama" (km. 55, circa 3 ore di viaggio). Risalente al X secolo è uno dei più antichi monasteri del Ladakh, costituito da una serie di santuari con una ricchissima collezione di thangkas (dipinti murali). Originariamente comprendeva 5 edifici dei quali solo quello centrale ha resistito alle intemperie del tempo. Oggi ospita circa 150 monaci della setta drigungpa. Qui, ogni anno, nel secondo e nel quinto mese del calendario lunare tibetano, hanno luogo i festival di danza cham a cui partecipano i monaci dei Gompa (monasteri Buddisti) dei villaggi vicini per pregare ed assistere alle celebrazioni. All'arrivo visita del monastero noto come Yangdrung Gomba (yangdrung è il simbolo buddista della svastica). Semplice pranzo in ristorante locale nei pressi del monastero. Dopo pranzo rientro a Leh. Cena e pernottamento in hotel a Leh.

06

## Leh – Valle Di Nubra

Prima colazione. Al mattino presto partenza per la Nubra Valley passando per i villaggi di Horzey e Gangles. La strada percorribile in auto più alta del mondo sale sino al passo di Khardungla 5602 metri, 56 km da Leh). La vista è da mozzafiato: in lontananza si possono scorgere la vetta del Karakorum Pass, le cime del Karakorum che superano i 7000 metri e il Golden Throne. Le montagne innevate, i ghiacciai, le valli brulle: tutto qui testimonia la maestosità dellìHimalaya. Una piccola sosta per il pranzo al sacco, e poi altri trentacinque chilometri per giungere a Khalsar (3100 metri) il primo villaggio della Valle di Nubra. La strada serpeggia sullo sfondo di incredibili paesaggi attraversando il ponte di Khalsar e il bivio per la valle di Shyok per arrivare a Tegar o come viene chiamata localmente Kyegar. Sistemazione al campo tendato prima di una breve gita fino a Samur da cui si procederà a piedi fino al Lago Tsochun. Cena e pernottamento in tenda.

07

## Valle Di Nubra

Prima colazione al campo. Giornata dedicata all'esplorazione della Valle. Al mattino visita di Deskit (3145 metri), il capoluogo della provincia di Nubra, che si raggiungerà costeggiando il fiume Shyok. Il suo Monastero è uno dei più belli della zona, fondato intorno al 1650 ospita i monaci della setta dei " berretti gialli ". La sala dei protettori o gonkhang ospita diverse statue e una immagine terrificante di Mahakala, divinità simbolo del potere. Vi sono inoltre una biblioteca e una sala contenente delle statue in oro e pietre preziose della dea femminile Tara, nata da una lacrima del Buddha. Si prosegue per circa altri 15- 20 chilometri e si giunge a Hunder, dove i cammelli di razza Double Humped, Hair e Bactrian vivono tra le dune di sabbia. Il contrasto tra il deserto e lo sfondo delle montagne è veramente indescrivibile. Rientro al campo per il pranzo. Nel pomeriggio si raggiunge nuovamente il villaggio di Samur per un breve trekking fino al Monastero Samstengling, fondato dal Lama Tsultim Nima circa 132 anni fa, che ospita dai 50 ai 60 monaci. Severe le regole di vita di questo Gompa: non sono ammesse le donne dopo il tramonto e prima dell'alba ed è vietato fumare o introdurre pacchetti sigarette e cibo. Al termine della visita rientro al campo per la cena e il pernottamento.

08

## Nubra – Pangong Lake

Colazione al sacco e partenza al mattino presto verso il lago Pangong (235 Km – 6 ore circa) Visita di Panamik, famosa per le sue sorgenti termali, quindi proseguimento per Pangong Tso (lago), che è il più grande lago salmastro dell'Asia. Gran parte di esso si estende in Tibet. Il lago è lungo 80 miglia (130 km) e 3 miglia (5 km) nel punto più largo. Si congela completamente in inverno e non c'è vita marina qui, ad eccezione di alcuni uccelli migratori come gabbiani e anatre. Poiché si tratta di una regione di confine, il punto più lontano consentito da raggiungere è Spangmik, da dove si gode una vista spettacolare delle montagne della catena montuosa di Changchenmo a nord, e dei riflessi cangianti del lago. Al di là di Spangmik si trovano i ghiacciai e le cime innevate della catena del Pangong. Pernottamento in campo sulle rive del Pangong Tso.

09

## Pangong - Leh

Prima colazione. Rientro a Leh attraversando il Chang La Pass (5300 m.) Pranzo in ristorante locale. Cena e pernottamento.

10

## Leh - Delhi

Prima colazione in hotel. In tempo utile trasferimento in aeroporto e volo Vistara per Delhi o Go Air per Delhi. Arrivo e trasferimento in hotel. Visite di Delhi: la città vecchia (Shahajahanabad), fatta costruire dal potente imperatore Mogul, Shah Jahan, era un tempo circondata da una cinta muraria d'arenaria rossa con quattordici porte di accesso. Affascinante e pittoresco dedalo di viuzze, è divisa in due parti dalla via "dell'Argento", un susseguirsi colorato e vivace di botteghe e bazar. Visita della Jama Masjid, una delle più grandi moschee del mondo, edificata nel 1650, e giro in rickshaw per l'animato mercato di Chandni Chowk prima di una sosta fotografica davanti al Forte Rosso. Breve visita del Raj Ghat il memoriale di Gandhi. Pranzo libero e nel pomeriggio visita di un Tempio Sikh. Cena libera e pernottamento in hotel.

11

## Delhi –Italia

Prima colazione. In tempo utile trasferimento in aeroporto.

# Il viaggio in breve

**DURATA**
11 giorni · 10 notti

**ITINERARIO**
Adattabile alle esigenze dei partecipanti

**PARTENZE**
Su richiesta: la data si concorda insieme

**SERVIZI INCLUSI**
Si definiscono nel preventivo

### Note di viaggio

- Il tour India • Ladakh Tour – Un Mondo tra le Nuvole è un viaggio esperienziale, la quota è disponibile su richiesta e l'itinerario può essere adattato in base alle specifiche esigenze dei partecipanti. Tutti i dettagli relativi al programma, ai servizi inclusi e alle condizioni di viaggio saranno forniti in fase di preventivo.



INDIA • LADAKH TOUR – UN MONDO TRA LE NUVOLE

# Buon viaggio.

**Programma di viaggio** · 11 giorni, 10 notti · organizzazione tecnica Utat Viaggi