

VIAGGI ESPERIENZIALI · INDIA

Trekking nella Valle di Markha

Il viaggio in breve

Un trekking nel cuore del Ladakh, tra monasteri buddhisti, villaggi himalayani e paesaggi d'alta quota. Da Delhi si vola a **Leh**, a 3500 metri, per acclimatarsi e visitare **Alchi** e **Likir**. Da **Spituk** comincia il cammino: la valle di **Zinchen**, il passo di **Ganda La**, a 4971 metri, con vista sul Karakoram, poi la **valle di Markha**, tra monasteri sulle colline e muri di preghiera, con le notti in tenda.

Si sale ai pascoli di **Nimaling**, sotto il Kang Yaze, e si scende fino a Shang; l'ultimo tratto porta al monastero di **Hemis**, poi Thikse, Leh e il volo per 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.

13 giorni
12 NOTTI

Partenze
SU RICHIESTA

da € 1.380
A PERSONA

Partenze su richiesta

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

da € 1.380

IL PROGRAMMA

Il programma, giorno per giorno

01

Delhi

Arrivo a Delhi. Accoglienza all'aeroporto e trasferimento in albergo. Nel pomeriggio , in macchina si raggiunge Raj Ghat, luogo di cremazione del Mahatma Gandhi. Si prosegue visitando il Forte Rosso e facendo una passeggiata in rick shaw attraverso le strade dell'antico bazar di Chandni Chowk, lungo il tragitto pausa per visitare Jama Masjid, la più grande moschea d'Asia. Ritorno in albergo.

02

Delhi · Leh

Al mattino presto trasferimento in aeroporto per prendere il volo per Leh. Arrivo a Leh e trasferimento in albergo. Giorno di relax in albergo per acclimatarsi alle altitudini. Leh è infatti situata a 3500 metri sul livello del mare. In serata breve passeggiata tra i bazar di Leh. Pernottamento in albergo.

03

Leh

Giornata dedicata alla visita dei monasteri di Alchi e Likir. Il tempio Alchi Choskor è il tempio più grande e conosciuto costruito dal traduttore Ringchem Zangpo. Likir invece, fu fondata dal Lama Dhwang Chosje nel 14 ° sec ed è anche nota come Kiu-Kkhjil (spiriti dell'acqua). Ritorno a Leh e pernottamento.

04

Leh · Spituk · Zinchen

Al mattino partenza in macchina per Spituk Gompa costruita 500 anni fa circa da Gyalpo Bumlde, ma vi si trova un tempio dedicato a Mahakala la cui costruzione risale a 900 anni fa. Vi sono 125 Lama appartenenti alla setta del cappello giallo considerati Lama di Spitok , ma almeno la metà di loro vive e prega nei monasteri dipendenti di Spitok a Sankar, Stok e Sabu. Il trek inizia da Spituk attraversando il ponte e incamminandosi in direzione ovest rispetto al fiume Indus. Si segue il sentiero per circa 3 ore fino a dove il fiume Indus entra in una stretta gola nel punto in cui confluisce nel Zinchen, da qui si procede con una graduale salita alla vallata di Zinchen fino a raggiungere il villaggio di Zingchen. Pernottamento in tenda.

05

Zinchen · Yurutse

Il sentiero da Zinchen sale gradualmente per tutto il tragitto verso Rumbak Nala fino a raggiungere Rumbak, il più grande villaggio nella valle Zinchen. Si prosegue poi lungo un sentiero attraverso i campi coltivati e case sparse fino a raggiungere il villaggio di Yurutse. Pernottamento in tenda .

06

Yurutse · Gandala · Skiu

Una graduale ascesa seguita da una ripida salita vi conduce a Ganda La (4971 m) , da questo passo potrete ammirare l'incantevole vista delle cime innevate che emergono dalla catena montuosa del Karakoram. Il sentiero discende poi verso Shingo, la testa della valle Skiu e continua verso l'omonimo villaggio dove sarete accolti da alte faccie di pietra. Pernottamento in tenda.

07

Skiu · Markha

il programma prevede una tranquilla passeggiata attraverso la meravigliosa valle di Markha dove potrete ammirare la vegetazione, lungo il tragitto vedrete numerosi monasteri situati in cima alle colline mentre il cammino è ornato da muri di preghiera e chortens. Attraversando la sponda destra del fiume lungo la pianura brulla arriverete a Chaluk. Si prosegue con una passeggiata lungo la sponda sinistra del fiume e dopo aver superato una salita procederete verso il villaggio di Markha. Raggiungerete il campo dietro al villaggio e vicino al fiume. Pernottamento in tenda .

08

Markha · Tchatchutse

Si inizia con un trekking verso la vallata principale sulla sponda destra del fiume passando il monastero di Humlung. Il trekking continua lungo la sponda destra del fiume fino ad arrivare a Hangar dove vi sono numerose case. Il sentiero migliora e attraversa un'ampia vallata sulla sponda destra . La valle diventa in seguito stretta e alta, si attraversano dei ponti sulla sponda sinistra del fiume e si raggiunge Tchatchuste. Pernottamento in tenda

09

Tchatchutse · Nimaling

Il trekking inizia dal piccolo lago attraversando i pascoli verso Nimaling. Questa è una delle più belle vallate del Ladakh dominata dal Kang Yaze. Il percorso sale verso l'altro versante e raggiunge gradualmente Nimaling. Pernottamento in tenda

10

Nimaling · Knogmarula

Si attraversa la Valle di Markha seguendo la lunga salita lungo il fianco della montagna, il percorso prosegue a zig zag verso Knogmarula, scendendo poi lungo delle gole costeggiando la sponda sinistra del fiume Chukirmo. Dopo aver attraversato la sponda sinistra del fiume si arriva a Shang, un magnifico campo immerso nel bosco, non molto lontano a circa un'ora dal villaggio si trova un monastero. Pernottamento in tenda.

11

Shang · Hemis

Il trekking inizia dal letto del fiume e segue un buon sentiero attraverso grandi blocchi di roccia, raggiungerete un sentiero polveroso dove passano veicoli a motore, passerete una casa e una serie di Chortens. Lascerete Martsellang sulla vostra destra proseguendo su un sentiero che sale verso il monastero di Hemis uno dei più famosi monasteri del Ladakh. Visita al monastero di Thikse situato in cima ad una collina che domina il fiume Indus, vi si trovano la maggior concentrazione di monaci del Ladakh. Si prosegue in macchina per Leh. Pernottamento in albergo.

12

Leh · Delhi

Al mattino trasferimento in aeroporto per prendere il volo per Delhi. Arrivo all'aeroporto di Delhi e trasferimento in albergo. Tour di New Delhi , la parte più recente completamente in contrasto con Old Delhi, con ampie strade ornate da file di alberi , parchi e fontane che circondano gli imponenti edifici dello Stato e del Governo. In macchina si attraversa la porta dell'India, gli edifici del Parlamento e la residenza del Presidente, visita al Qutub Minar, costruito nel 1193 d.C. un'imponente torre della vittoria costruita in stile architettonico persiano. Pernottamento.

13

Cochin

Trasferimento in aeroporto per prendere il volo per la propria destinazione.

Il viaggio in breve

DURATA
13 giorni · 12 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 Trekking nella Valle di Markha 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.



TREKKING NELLA VALLE DI MARKHA

Buon viaggio.

Programma di viaggio · 13 giorni, 12 notti · organizzazione tecnica Utat Viaggi