

NEPAL & BHUTAN

ITINERARIO

Día 01 - Llegada a Katmandú

¡Bienvenido a Nepal! A su llegada al Aeropuerto Internacional de Tribhuvan, un representante de nuestra oficina lo recibirá en el aeropuerto y lo acompañará a su hotel y lo ayudará a registrarse.

Luego se le informará de sus actividades diarias.

Nepal: Oficialmente, la República Federal Democrática de Nepal es un país místico ubicado en los pliegues de las magníficas cadenas montañosas del Himalaya. Siempre se puede ver a la gente de Nepal sonriendo. Nepal es un país profundamente religioso, como verá en sus templos, monasterios y edificios. El fértil valle de Katmandú, protegido por las montañas, es el corazón histórico de Nepal, donde los reinos del Himalaya más sofisticados se levantaron y cayeron, y donde el arte y la cultura nepalesa se desarrollaron y perfeccionaron. En muchos sentidos, el valle de Katmandú es Nepal.

Alojamiento de hotel.

Day 02 – Kathmandu

- Vuelo de montaña opcional.

Después del desayuno, visite la plaza Durbar de Katmandú, Swayambhunath y la plaza Durbar de Patan.

Kathmandu Durbar Square: catalogada como una de las Siete Patrimonio Cultural de la Humanidad por la UNESCO, Kathmandu Durbar Square es un grupo de templos, palacios, patios y calles antiguas que datan de los siglos XII y XVIII. La visita a la Plaza Durbar incluye al empleador de Diosas Vivientes, quien reconoce los saludos de los devotos desde el balcón de la residencia de su templo, el Palacio Real Hanuman Dhoka, el asiento histórico de la realeza; El magnífico Templo de Taleju se eleva a 40 metros. La capital toma su nombre de la pagoda gigante de Kasthamandap, que se dice que fue construida con un solo árbol. El Kasthamandap ha sido destruido en el reciente

terremoto masivo de 2015 y está en proceso de renovación. Ha sido el principal punto focal de los reyes sociales, religiosos y políticos de la ciudad desde los reyes de Malla.

Swayambhunath: Ubicado aproximadamente a 4 km al oeste de Katmandú, estupa budista, se dice que tiene 2.500 años de antigüedad. La estupa que forma la estructura principal está compuesta por un hemisferio sólido de ladrillo y tierra que sostiene una aguja cónica elevada coronada por un pináculo de cobre dorado. Pintados en la base de cuatro lados de la aguja están los ojos que todo lo ven del Señor Buda. Esta colina es un mosaico de pequeños templos de Chaityas y Pagodas. Es una de las Chaityas budistas más sagradas de Nepal y la más antigua de su tipo.

Patan: a 5 km de Katmandú Patan, también conocida como Lalitpur, es la ciudad de las bellas artes, encerrada en 4 estupas que, según se dice, fueron construidas en el siglo III dC por Emperador Ashoka. La ciudad conserva gran parte del encanto antiguo con sus calles estrechas, casas de ladrillo y multitud de templos hindúes bien conservados, monasterios budistas (vihars) y monumentos. Aquí visitará el Templo Krishna de estilo Shikahara construido por el Rey Siddhi. Narshing Malla, Hiranya Varna Mahavihar que data del siglo XII, el santuario de tres pisos, también conocido como el Templo Dorado. Durante su visita a Patan, también se realizará un viaje al campo de refugiados tibetanos y al centro de artesanías, donde será testigo del tejido a mano de las alfombras tibetanas y del moldeado de estatuas de metal.

Día 03 - Katmandú-Nagarkot

- Desayuno en el hotel.
- Excursión de medio día a Pashupatinath y Boudhanath.
- Viaje hacia a Nagarkot en ruta Bhaktapur Durbar Square.

Pashupatinath: situado a 5 kilómetros al este de la ciudad de Katmandú, el templo Pashupatinath es uno de los más sagrados / sagrados templos hindúes dedicados al Señor Shiva. Ubicado en medio de un exuberante entorno natural verde en la orilla del sagrado río Bagmati, el templo construido en estilo pagoda tiene techo dorado y puertas plateadas ricamente talladas. Los visitantes podrán ver el templo desde la orilla este de Rivers Bagmati, quedando estrictamente prohibida la entrada en el templo a todos los no hindúes. Pashupatinath es el centro de peregrinación anual en el día de Shivaratri que cae en el mes de febrero / marzo. Detrás de los templos están los campos de cremación. Las crónicas indican que el templo existía antes del año 400 d.C.

Boudhanath: esta estupa, a ocho kilómetros al este de la ciudad de Katmandú, es uno de los más grandes del mundo en su tipo y uno de los hitos más imponentes en Katmandú. Se encuentra con cuatro pares de ojos en la dirección cardinal cuatro vigilando el comportamiento recto y la prosperidad humana. Esta estupa budista fue construida por el Rey Man Dev por consejo de la Diosa Mani Jyogini. Está construido sobre una base octogonal insertada con ruedas de oración. El santuario está rodeado por casas de lamas o sacerdotes budistas. Este es también el centro del budismo tibetano.

Bhadgaon: También conocido como Bhaktapur, que significa ciudad de devotos, este lugar es el hogar del arte y la arquitectura medieval. Mentira 14 kms. / 9 millas al este de la ciudad de Katmandú, este lugar fue fundado en el siglo IX y tiene la forma de una caracola. La ciudad está a la altura de 4600 pies sobre el nivel del mar. En Bhadgaon, visitará la Plaza Durbar con su variedad de templos con vistas al Palacio de 55 ventanas construido por el Rey Bupatindra Malla. El Templo Nyatapola, también construido por el Rey Bhupatindra Malla, es el mejor ejemplo del estilo Pagoda y se encuentra en cinco terrazas en cada una de las cuales hay un par de figuras: dos hombres fuertes famosos, dos elefantes, dos leones, dos grifos y dos diosas. Si el tiempo lo permite, también se puede considerar una visita al museo de pintura de Thangka.

Nagarkot: se encuentra a 16 km de Bhaktapur en la franja norte. Nagarkot es famoso por sus vistas del Himalaya, los picos del Himalaya al amanecer son una vista magnífica para la vista. Muchos desean a su llegada que habrían planeado quedarse más de un día. Nagarkot está rodeado de colinas de pinos densamente arbolados que le dan una escena idílica. Es un complejo rústico situado en la franja norte del valle de Katmandú. Es una colina excepcional que ofrece excelentes vistas del Himalaya, paisajes de montaña impresionantes y las vistas más impresionantes del amanecer y el atardecer. Nagarkot posee una de las vistas más amplias de los Himalayas en el valle de Katmandú (8 rangos del Himalaya de Nepal de 13 desde aquí). Los rangos incluyen el rango Annapurna, el rango Manaslu, el rango Ganesh himal, el rango Langtang, el rango



Jugal, el rango Rolwaling, el rango Mahalangur (rango Everest) y el rango Numbur con vistas al valle de Katmandú y al Parque Nacional Shivapuri. Vista posterior puesta de sol desde Nagarkot. Noche en Nagarkot.

Día 04 - Nagarkot-Katmandú

- Vista del amanecer desde el hotel -Sujeto a condiciones climáticas
- Desayuno en el hotel, caminata desde Nagarkot a Changunarayan Vista del amanecer desde el hotel y desayuno. Luego empaca tu mochila y camina hacia abajo o conduce desde Nagarkot a changunarayan. El senderismo Nagarkot a Changu Narayan es una excelente excursión de un día a pie en las afueras del valle de Katmandú. El recorrido de senderismo Nagarkot Changu Narayan te lleva a la magnífica vista de la gama Manaslu, la gama Ganesh Himal, la gama Langtang, la gama Jugal, la gama Rolwaling, la gama Everest y la gama Numbur. La duración total de la caminata es de 04 horas a 05 horas dependiendo de la caminata. Llegue a Changu Narayan y explore los alrededores.

Changunarayan: El antiguo templo de Changu Narayan se encuentra en una colina alta que también se conoce como Changu o Dolagiri. El templo está rodeado de bosques con árboles de champak y un pequeño pueblo, conocido como Changu Village. El templo está ubicado en Changunarayan VDC del distrito de Bhaktapur, Nepal. Esta colina está a unas 8 millas al este de Katmandú y unas pocas millas al norte de Bhaktapur. El río Manahara fluye al lado de la colina. Este santuario está dedicado al Señor Vishnu y el pueblo hindú lo tiene en especial reverencia. Este templo es considerado como el templo más antiguo de Nepal. El traslado nos recogerá en Chanu Narayan y nos trasladará de regreso a Katmandú para el alojamiento y descanso.

Día 05 - Vuelo a Paro

Desayuno en el hotel, traslado al aeropuerto para tomar el vuelo a Paro.

Llegada a Paro por aire y traslado a Thimphu: Distancia: 52 KM. Tiempo estimado de viaje: 1 hora y 20 minutos.

A su llegada al aeropuerto de Paro, después de completar los trámites de inmigración y aduana, nuestro representante lo recibirá y lo llevará a Thimphu, la capital de Bután. Después de llegar a Thimphu, primero registrarse en su hotel y luego visitaremos Tashichhoe Dzong, ha sido la sede del gobierno desde 1952 y actualmente alberga la sala del trono y las oficinas del rey, la secretaría y los ministerios de asuntos de interior y finanzas. Otros departamentos gubernamentales se encuentran en edificios cercanos. Más tarde, visita The Memorial Chorten, que fue construido en 1974 como un monumento conmemorativo del tercer rey del país, el rey Jigme Dorji Wangchuck, quien es ampliamente considerado como el padre del moderno Bután. Por la noche, pasee por la ciudad. Alojamiento en su hotel en Thimphu.

Día 06: Turismo de Thimphu

Después del desayuno, visite lo siguiente según su interés y disponibilidad de tiempo:

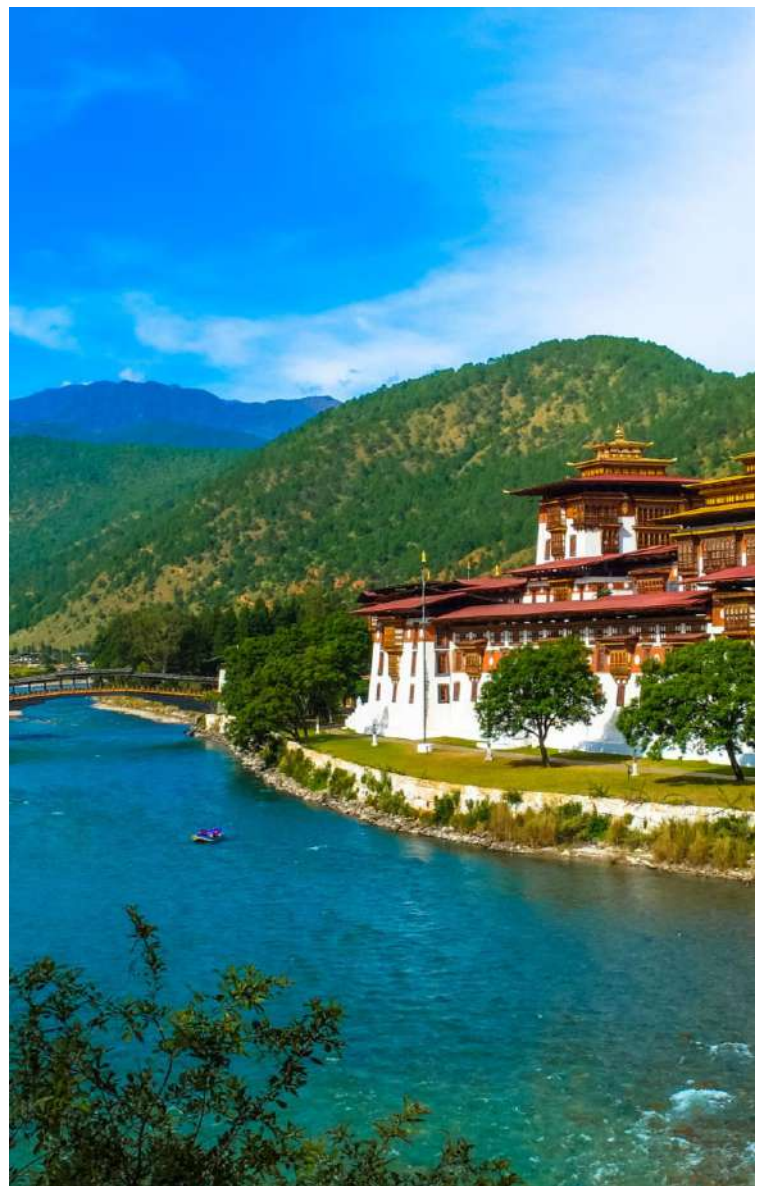
- El Museo del Patrimonio Popular, un museo al aire libre que da una idea de la vida rural en Bután.
- Changangkha Lhakhang (templo): este templo situado en lo alto de un pequeño sabueso con vista al valle de Thimphu fue construido en el siglo XIII por el ilustre Lam Phajo Dugom Zhigpo. El templo es considerado el hogar espiritual de los niños nacidos en el valle de Chang.
- Kuenselphodrang, donde la estatua de Buda más grande del país se alza sobre la colina con vistas al valle de Thimphu y, si está interesado / si el tiempo lo permite, dé un paseo por el parque natural de Kuenselphodrang y disfrute de la hermosa vista de todo el valle de Thimphu a continuación.
- Mercado de Centenary Farmers (si el recorrido coincide con Thu-Sun) donde los agricultores estarían vendiendo su amplia gama de productos agrícolas (vegetales de granjas y helechos silvestres o brotes de bambú recolectados del bosque, harina, arroz, arroz asado, hojuelas de arroz, especias, ñames tanto cultivados como silvestres recolectados de bosques, frutas, etc.) y productos ganaderos (principalmente queso y mantequilla). La interacción gratuita con personas de la ciudad y de las aldeas viene a este mercado de fin de semana. El mercado de fin de semana es de jueves a domingo (4 días).
- Takin Preserve, que alberga al animal nacional Takin (*budorcas taxicolor white*), el animal nacional de Bután.
- Archery Match (juego nacional de Bután): durante la visita, pasa por uno de los campos de tiro con arco para ver a los lugareños jugar al tiro con arco. (a veces no podrás verlo, ya que depende de la temporada y los torneos de tiro con arco)
- Visite el Instituto Nacional de Zorig Chusum (Escuela de las Trece Artes y oficios de Bután) o conocida como la escuela de pintura. Tarde libre en el centro de la ciudad de Thimphu y explore el bazar artesanal local para explorar las finas artesanías de Bután. Alojamiento en Thimphu.



Día 07: Thimphu – Punakha

Distancia: 85 KM. Tiempo estimado de viaje: 2 horas y 30 minutos.

Después del desayuno, conduzca a Punakha a través del pase Dochula. Una hora en coche desde Thimphu lo llevará a este paso (3100 m) donde se puede tener una vista magnífica del Himalaya Oriental en un día despejado. Visite las 108 hermosas chortens construidas en la colina por Su Majestad Ashi Dorji Wangmo Wangchuck para la seguridad y el bienestar de Su Majestad el Rey de Bután. Conduzca hacia Punakha, la antigua capital de Bután y actualmente la residencia de invierno del cuerpo central de los monjes. Deténgase en Lobesa para visitar el Monasterio de Devine Madman- ChhimiLhakhang, famoso por su santuario de fertilidad, donde las parejas que no pueden concebir vienen aquí para recibir bendiciones. Más tarde visitaremos el Punakha Dzong, ubicado estratégicamente en la unión de los ríos Pho Chu y Mo Chu; El dzong fue construido en el siglo XVII por ZhabdrungNgawangNamgyal para servir como sede religiosa y administrativa de la región. Fue aquí donde se introdujo el sistema dual de gobierno y en 1907 entronizó al primer rey Gongsar Ugyen Wangchuck. Dañado a lo largo de los siglos por cuatro incendios catastróficos y un terremoto, el dzong ha sido completamente restaurado en los últimos años por el 4to Rey Jigme Singye Wangchuck. En Dzong, enriquezca su viaje con la oportunidad de ver los más altos estándares en carpintería. No te pierdas el enorme Kuenray, el Salón de la Coronación de todos los reyes butaneses. Más tarde, visite el Puente Colgante de Punakha, uno de los puentes colgantes más largos de Bután. Pasaremos la noche en Punakha.



Día 08: Punakha a Paro

Distancia: 127 KM. Tiempo estimado de viaje: 3 h 30 min Después del desayuno ir a Paro a través de Thimphu.

Almorzará en Thimphu y, antes de ir a Paro, visite la oficina de correos nacional, donde puede comprar diferentes tipos de sellos butaneses y hacer sus propios sellos personales de Bután con sus fotos. Después del almuerzo, viaje a Paro. En Paro, visite Paro Dzong, un buen ejemplo de la arquitectura histórica de Bután. También se conoce como Rinpung Dzong, que significa “fortaleza que se encuentra en un montón de joyas”

Este imponente dzong ubicado sobre el río Paro es un buen ejemplo de la arquitectura butanesa con sus paredes inclinadas hacia adentro que se elevan a una altura impresionante. El dzong fue construido en el siglo XVI sobre la base de un monasterio construido por Guru Rinpoche (a quien se considera el “segundo Buda”). Desde el Dzong, camine más abajo hacia Nyamai Zampa, un anciano puente voladizo tradicional en Bhutanand también visita el



Museo Nacional, que ahora se encuentra en una sala cerca del Ta Dzong (Museo Nacional), ya que ahora está cerrado a los visitantes debido a las grandes grietas formadas durante el terremoto de septiembre de 2011 que golpeó a Bután con bastante fuerza.

Por la noche, pasee por la ciudad de Paro, mezcle gratis con la gente y haga compras. Pasaremos la noche en un hotel en Paro.

Día 09: Paro: Caminata Taktsang

Hoy caminarás hasta Taktsang Goempa (Monasterio del Nido del Tigre), el destino turístico más famoso de Bután. Se tarda unos 30 minutos en coche desde la ciudad de Paro hasta el estacionamiento. La caminata hasta el mirador tomará aproximadamente 1 1/2 horas desde el estacionamiento y desde allí podrá disfrutar de una vista espectacular del monasterio aferrado al lado del acantilado. Se detendrá aquí para tomar un refrigerio y luego caminará hasta el monasterio, que debería tomar otras 1 1/2 horas. Fue construido por primera vez en 1692, alrededor del Taktsang Senge Samdup, una cueva donde se dice que Guru Padmasambhava meditó durante tres meses en el siglo VIII. Se cree que Guru Rimpoché (Guru Padmasambhava) voló a este lugar desde Khenpajong, Tibet en la parte posterior de una tigresa y sometió a un demonio. Luego realizó meditación en una de las cuevas aquí y emergió en ocho formas encarnadas (manifestaciones) y bendijo el lugar. Posteriormente, el lugar llegó a ser conocido como el "Nido del Tigre". Guru Padmasambhava es conocido por introducir el budismo a Bután. Hoy, Paro Taktsang es el más conocido de las trece cuevas en las que meditó. Después de visitar el monasterio, camine cuesta abajo hacia la carretera con el almuerzo en la cafetería del mirador. Más tarde visite el templo de Kichu, uno de los 108 templos construidos en el siglo VII por el rey tibetano Songsten Gampo.

La historia cuenta que un demonio gigante yacía en toda el área del Tíbet y el Himalaya e impedía la propagación del budismo. Para superarla, el rey Songtsen Gampo decidió construir 108 templos, que se colocarían en todos los puntos de su cuerpo. De estos 108 templos, 2 fueron construidos en Bután.

Por la noche, relájese y alojamiento en el hotel en Paro.

Día 10: Vuelo de regreso a Katmandú

Desayuno en el hotel, traslado al aeropuerto internacional de Paro. Llegada a Katmandú Traslado al Hotel. Tarde libre por su cuenta. Noche en el hotel.

Día 11: salida de Katmandú

Desayuno en el hotel y traslado al aeropuerto internacional. Para su regreso al país de origen.

