

### *Guida al viaggio:*

Da Lhasa a Kashgar, una traversata dal tetto del mondo alla depressione del Terim, da Buddha a Maometto. Un viaggio lungo e appassionante per conoscere mille anni di cultura e storia.

Meta centrale del viaggio è il monte Kailash, luogo sacro per eccellenza. Induisti, buddisti, seguaci del culto Bon-po riconoscono in lui il "centro dell'Universo", il "Gioiello delle nevi". Per gli induisti è il trono di Shiva, per i buddisti il cuore di un gigantesco mandala, per i Bon-po è il palazzo degli dei. È ai piedi del Kailash che portano tutte le strade.

La straordinarietà di questa montagna non sta nell'altezza (6.714 metri), ma nella sua posizione e nella sua forma: staccato dalla catena trans-himalayana, ha una forma così perfetta da sembrare una creazione sacra, un tempio. Per i credenti ai piedi del Kailash, dalle azzurre acque del lago Manasarovar, nascono i più grandi fiumi d'Asia, alcuni, come il Gange, addirittura dopo un tragitto sotterraneo di alcune centinaia di chilometri. Quasi seguendo le tracce di un pellegrinaggio sacro, anche il nostro itinerario diventa motivo di attenzione verso la grandiosità degli ambienti naturali e l'unicità degli aspetti religiosi e culturali del Tibet.

Un paesaggio fantastico, a volte lunare: zone brulle raccolte ai piedi di colline dai colori pastello, villaggi circondati da zone intensamente coltivate, enormi distese sassose che terminano contro i colossi himalayani. L'itinerario si trasforma in viaggio unico raggiungendo Kashgar via terra, lungo la via percorsa dalla filosofia buddista per entrare in Tibet e dove, oggi, si trova la più importante moschea della comunità mussulmana in Cina.

**L'itinerario potrebbe subire variazioni a seconda delle condizioni atmosferiche e viarie che si potranno trovare in loco.**

#### **Quando partire:**

La stagione più opportuna per effettuare questo viaggio in Tibet va da maggio ad ottobre. In questo periodo la temperatura è mite e le condizioni del tempo buone. Nel periodo estivo le stanche nubi monsoniche possono coprire la montagna per più giorni; a settembre ed ottobre il cielo terso permette visioni uniche sulla catena himalayana. La temperatura in questo caso può scendere di poco sotto lo zero mentre durante il giorno può toccare i 20 gradi. In estate invece le temperature sono gradevoli, comprese tra i 25 e i 28°C di giorno e i 3-4°C la notte.

#### **Come ci muoviamo:**

Nei nostri itinerari prevediamo trasferimenti con mezzi privati: pulmini o minivan, a seconda del numero dei partecipanti.

#### **Dove dormiamo:**

A Chengdu il pernottamento è in struttura 4 stelle vicino all'aeroporto. A Lhasa e Kashgar i pernottamenti sono in hotel comparabili a dei tre stelle. Nelle località dove il turismo è un fenomeno relativamente recente bisogna adattarsi a quello che il paese può per ora offrire: alberghi molto semplici e spartani o guest house, spesso le uniche sistemazioni disponibili. Si consiglia di portare un sacco-lenzuolo.

#### **Bene a sapersi:**

Per effettuare il viaggio occorre il visto d'ingresso in Cina. Il visto cinese e il permesso per entrare in Tibet saranno richiesti tramite Focus su presentazione della relativa documentazione (passaporto + 2 fototessera).

**LA VIA DELLE RELIGIONI:  
DA LHASA A KASHGAR**

- 1°/2° giorno*     **Milano - Chengdu**  
Partenza per Chengdu con volo intercontinentale di linea in accordo al piano di volo scelto. L'arrivo è di norma la sera successiva. Trasferimento in albergo nei pressi dell'aeroporto e pernottamento. Trattamento: solo pernottamento.
- 3° giorno*     **Lhasa (3.600 m)**  
Dopo colazione trasferimento in aeroporto e volo per il Tibet. Sorvolando la spettacolare catena himalayana si atterra all'aeroporto di Gonggar, a un'ora di strada da Lhasa, che si raggiunge nel primo pomeriggio. Sistemazione in albergo, tempo a disposizione per iniziare ad acclimatarsi alla quota. Consigliamo di fare una passeggiata intorno al Jokhang per ammirare il continuo camminare dei pellegrini. Pernottamento in albergo. Trattamento: pernottamento e prima colazione.
- 4°/5° giorno*     **Lhasa**  
Lhasa, "la città degli Dei", capitale della regione autonoma del Tibet, è situata a 3.600 metri di quota e si sviluppa intorno al tempio Jokhang, il più antico e sacro del paese, circondato dall'animato e coloratissimo mercato di Barkor. Qui, nelle ore del mattino o della sera, la gente di Lhasa viene per pregare. Simbolo di Lhasa è il Potala. L'imponente costruzione, che sembra nascere dalla montagna, fu la residenza ufficiale del Dalai Lama, capo supremo del potere temporale. Si compone di due parti: il palazzo rosso, adibito alle funzioni religiose, conserva cappelle e sepolture dei Dalai Lama, il palazzo bianco, ospita la comunità dei monaci, i luoghi dove era amministrato il controllo governativo. Tra i monasteri più significativi di Lhasa ci sono Drepung, situato in periferia, e il complesso monastico di Sera. Pernottamento in albergo. Trattamento: pernottamento e prima colazione.
- 6° giorno*     **Lhasa - Lhatse (4.050 m)**  
Dopo colazione si lascia la capitale del Tibet e ci si dirige verso ovest, passando da Shigatse, fino al villaggio di Lhatse, dove si pernotta in modesta guest house. Trattamento: pensione completa.
- 7°/8° giorno*     **Saga (4.450 m) – Paryang (4.750 m)**  
Si intraprende il lungo viaggio verso il Kailash da sud, verso la catena montuosa del Lapchung Kangrie. Si continua verso la zona desertica del Changthang meridionale, una delle più spettacolari dell'altopiano tibetano. Pernottamenti a Saga e a Paryang, in guest house. Trattamento: pensione completa.
- 9° giorno*     **Darchen (4.690 m)**  
Darchen è un importante centro di scambi commerciali, ma soprattutto è il punto di partenza per la circunambulazione a piedi del monte Kailash ed è il centro dei festeggiamenti per il Saga Dawa. È meta di grandi comunità di pellegrini provenienti da tutta l'area tibetana e dall'India. Sistemazione in guest house. Trattamento: pensione completa.

**LA VIA DELLE RELIGIONI:  
DA LHASA A KASHGAR**

*10° giorno* **Lago Manasarovar**

Dopo colazione intera giornata di relax sulle rive di questo stupendo lago. Annualmente i tibetani vengono qui da tutto il Tibet per pregare e per assistere alla cerimonia ufficiale, durante la quale il Tarpochey, l'altissimo palo dal quale sventolano le colorate preghiere tibetane, viene abbassato per cambiare le rituali bandiere di preghiera. Il palo viene poi risollevato, in modo che la sua cima sia orientata ad est, verso il monastero di Gyangdrak, dove i monaci pregano e cantano. Durante la cerimonia vengono cantate antiche invocazioni e recitati i più importanti Mantra. Si rientra al Lago Manasarovar. Pernottamento in semplice guest house (o tenda). Trattamento: pensione completa.

*11° giorno* **Lago Manasarovar - Shiquane**

Si lascia la zona del Kailash e si prosegue verso nord fino a giungere (dopo 250 km) a Shiquane, il centro più importante di tutta la regione. Pernottamento in modesto hotel. Trattamento: pensione completa.

*12°/15° giorno* **Kashgar**

Probabilmente questi sono i cinque giorni nei quali il paesaggio e le condizioni climatiche cambiano in maniera radicale. Dall'altopiano tibetano si passa, infatti, alla depressione del deserto del Taklimakan, passando per una zona molto simile alla steppa russa. In questi giorni non è difficile vedere nomadi di più etnie, dai Tibetani, agli Uiguri, ai Kirghizi. Si entra nella regione dello Xinjiang, considerata da sempre un punto d'incontro tra tutti i popoli dell'Asia Centrale. Il culmine di questo intreccio etnico lo si può apprezzare durante il mercato domenicale di Kashgar. Le tappe verranno effettuate a Domar (230 km), Sumzhi (200 km), Mazar (250km) e Kashgar (500 km). Trattamento: pensione completa.

*16° giorno* **Kashgar**

Giornata dedicata al relax, o alla visita di Kashgar, l'ultima oasi che gli antichi mercanti incontravano prima di inerpicarsi sui contrafforti del Pamir. Il suo mercato, famoso da sempre in tutto il Xinjiang, raduna migliaia di persone. Visita al Mausoleo Apakhoja, del XVII secolo, interamente rivestito di ceramiche policrome, alle altre tombe dei sovrani di Kasghar e alla Moschea di Aidkah. In serata trasferimento in aeroporto e volo per Urumqui. Arrivo in tarda serata e trasferimento in albergo. Trattamento: pensione completa.

*17°/18° giorno* **Kashgar – Pechino - Milano**

Dopo colazione trasferimento in aeroporto e volo per Pechino. Qui, dopo aver ritirato i bagagli e rifatto il check-in, volo per l'Italia. Arrivo nella mattinata successiva a Milano.

**LA VIA DELLE RELIGIONI:  
DA LHASA A KASHGAR**

|   |   |
|---|---|
| <b>CINA, TIBET – Da Lhasa a Kashgar</b> | <b>18 giorni</b>  |
| <b>Date di Partenza**:</b>              | <b>22 aprile – 15 maggio – 2 settembre 2019</b>   |
| Quota individuale di partecipazione     | Euro  |
| Minimo 8 partecipanti                   | 4.990 (escluse tasse aeroportuali)  |
| Tasse aeroportuali                      | da definire al momento dell'emissione dei biglietti aerei<br>(circa 300 euro a persona) |
| Visto Cina                              | 150   |
| Supplementi:                            |   |
| Camera Singola                          | 750   |
| Hotel a Darchen (camera doppia)         | 70 (per persona, a notte)   |

***\*\*Altre date su richiesta\*\****

**La quota comprende:**

- ✓ trasporto aereo internazionale Milano/Chengdu e Pechino/Milano in classe economica
- ✓ trasferimenti da/per gli aeroporti
- ✓ trasferimenti via terra con mezzi privati
- ✓ trasporto aereo in classe economica Chengdu/Lhasa e Kashgar/Urumqui/Pechino
- ✓ guide locali parlanti inglese
- ✓ sistemazione in camera doppia con servizi in Hotel 4\* a Chengdu (trattamento di prima colazione)
- ✓ sistemazione in buon hotel 3\* a Lhasa, Yerchen e Kashgar (trattamento di prima colazione)
- ✓ sistemazione in lodge/guest house per il resto del programma in Tibet (pensione completa)
- ✓ travel permit e park fees
- ✓ assicurazione annullamento/interruzione viaggio, assistenza, rimborso spese mediche e bagaglio

**La quota non comprende:**

pasti principali a Chengdu e Lhasa - bevande - mance - extra di carattere personale - visto - tasse aeroportuali - assicurazioni personali - tutto quanto non menzionato alla voce "La quota comprende".  
Mance: sono gradite e consigliate per guide, portatori e autisti - è da prevedere circa 70/80 euro per partecipante.

**NB:** I servizi sono stati quotati al cambio e tariffe aeree 24.01.2019. Eventuale adeguamento sarà comunicato 21 giorni prima della partenza.

**Attenzione**

Particolari condizioni di ritardi o cancellazioni dei voli interni, problemi di viabilità, danni meccanici ai mezzi di trasporto e hotel in overbooking, possono determinare variazioni nello svolgimento dei servizi previsti e possono essere modificati a discrezione dei vari fornitori locali con servizi di pari categoria o di categoria superiore. Il verificarsi di cause di forza maggiore quali scioperi, avverse condizioni atmosferiche, calamità naturali, disordini civili e militari, sommosse, atti di terrorismo ed altri fatti simili non sono imputabili all'organizzazione. Eventuali spese supplementari e prestazioni che per tali cause dovessero venir meno non potranno pertanto essere rimborsate. Inoltre, l'organizzazione non è responsabile del mancato utilizzo di servizi dovuto a ritardi o cancellazioni dei vettori aerei.