



# Nepal y Tibet

## Tour Shangrila

Inicio todos los lunes



**Duración:**

12 días



**Mejor Temporada:**

Todo el año



**Altitud Máxima:**

5.220 Mts.



**Región:**

Katmandu, Lhasa, Tsetang,  
Gyantse, Shigatse



### Detalle del Itinerario:

#### 01 KATMANDU (Lunes por la mañana antes de las 11:00 a.m.)

El vuelo hacia el reino del Himalaya, Nepal revela impresionantes vistas de los grandes picos el monte Dorje Lakpa, Mt Ganesha, Mt Purbi Chhyachu, Mt Langtang, etc., (si el tiempo lo permite). A la llegada le recibida con bienvenida y trasladado al hotel, mientras les daremos información sobre el programa y actividades durante su estancia. Alojamiento y resto de la tarde libre.

#### 02 KATMANDU: SWOYAMBHUNATH - PATAN o LALITPUR

**Desayuno buffet.** Día completo dedicado a visitar los monumentos más destacados de la capital nepalí. Iniciamos la visita en el Palacio de la Kumari (diosa viviente) y en la plaza Durbar de Katmandú (Patrimonio de la Humanidad) donde también están los palacios de los reyes Malla y Shah, quienes gobernaron sobre la ciudad. Junto a estos palacios, la plaza está rodeada de patios y templos. Actualmente el lugar es conocido como Hanuman Dhoka, un nombre derivado de la estatua que está cerca de la entrada del palacio. Continuaremos hacia la Stupa de Swoyambhunath (Patrimonio de la Humanidad), un antiguo complejo religioso que se encuentra en lo alto de una colina en el valle de Katmandú. El lugar es también conocido como

“el templo de los monos” ya que hay monos considerados sagrados, que viven en zonas de la parte noroeste del templo. El nombre tibetano del lugar significa “árboles sublimes” debido a la gran variedad. Finalizaremos la visita en el conjunto palaciego de Patan (Patrimonio de la Humanidad), oficialmente conocida como Ciudad Metropolitana Lalitpur, es una de las mayores ciudades de Nepal, La ciudad de Patán también es conocida como Manigal, y es famosa por su rico patrimonio cultural, en particular, por su tradición en las artes y la artesanía, por ser la ciudad de los festivales y las ferias, su fino arte, sus trabajos en metal y sus estatuas y tallas en piedra.

#### 03 BHAKTAPUR - PASHUPATINATH - BOUDHANATH

**Desayuno buffet.** Nos dirigimos hacia Bhaktapur, Patrimonio de la Humanidad y capital medieval, para visitar su arquitectura medieval de gran belleza repleta de estatuas y pagodas etc en gran plaza Durbar de Bhaktapur con su palacio de 55 ventanas y puerta dorada, la plaza de Dattatreya, Nyatapola de 5 techos con templo Bhairab y plaza de la cerámica. Continuaremos a Pashupatinath, “Patrimonio de la Humanidad”, el templo sagrado hindú dedicado a Shiva, que sirve como la sede de la deidad nacional, este “amplio recinto del





templo hindú” es una “colección extensa de templos, ashrams, esculturas etc. de los siglos a lo largo de las orillas del río sagrado Bagamati”, considerado como Varanasi para los hindúes, donde se podía presenciar sus rituales finales de la cremación. Finalizaremos visitando Boudhanath, Patrimonio de la Humanidad; su enorme mandala hace que sea uno de los más grandes Stupa esférica en el mundo y lugar sagrado para peregrinos budistas del Nepal y Tíbet donde se ve muchos refugiado tibetanos que residen desde el año 1960 y en mismo recinto han construido más de 50 monasterios budista. En la Stupa se dice que están sepultados los restos de Kassypa Buda.

#### 04 KATMANDU - LHASA (3600 Mts.) - TSEDANG (1450 Mts.)

**Desayuno buffet.** Traslado al aeropuerto para salir en vuelo con destino a Lhasa, en Tíbet. El vuelo Trans-Himalaya ofrece el espectacular paisaje e impresionantes vistas de la cordillera del Himalaya con suerte incluyendo el Mt. Everest (según meteorología), Llegada y traslado a Tsedang, a 95 Kms. Del aeropuerto. Es el área considerada la cuna de la civilización tibetana y llena de importantes monumentos históricos. Alojamiento y resto del día libre.

#### 05 TSEDANG (Monasterios Yumbulakhang y Thandruk)

**Desayuno buffet.** Salida para visitar el Monasterio Yumbulakhang cuya torre es un gran mirador con vistas al verde valle Yarlung; el Yumbu Lhakhang es famoso por ser el primer palacio tibetano. Fue construido para el primer rey del Tíbet Nyatri Tsenpo en el Siglo II a.C. y desde entonces se ha convertido en palacio para los reyes tibetanos. Durante el reinado de Songtsen Gampo, se convirtió en el palacio de verano de la princesa Wenchen y él. Después que el rey Songtsen Gampo trasladó la capital a Lhasa, en el Siglo VII, el palacio se convirtió en un monasterio Gelugpa durante el reinado del quinto Dalai Lama. En tibetano, Yumbu se refiere a una cierva. La significa la pata trasera, y Kang, el palacio. Para ser más específico, esto se



parece a la pata trasera de un ciervo. Así, el Yumbu Lhakhang se llama el “palacio de la pata trasera de los ciervos”. Más tarde nos dirigimos hacia Monasterio Thandruk (Siglo VII); es uno de los monasterios budistas más antiguos en el Tíbet, fundado al mismo tiempo que el Monasterio Jokhang en Lhasa. Posee hermosas capillas con la estatua de Tara, 5 budas Dhyani, estatuas de Chenrezig, Jampelyang y Dorje. Regreso al hotel en Tsetang.

#### 06 TSETANG - GYANTSE

**Desayuno buffet.** Salida hacia Gyantse, la tercera ciudad más grande del Tíbet. Visita a la ciudad antigua tibetana con magníficas fortalezas de los siglos XIV y XV y sus templos. El templo Pelkhor Chode, que sirvió a la secta Sakya Geluk. La Stupa Khumbun, la más venerado en el Tíbet, que es una obra maestra de arquitectura estilo Mandala de 108 lados; tiene 112 capillas de las que sólo 23 están abiertos al público. El Khumbun tiene nueve plantas en las que cada nivel tiene capillas únicas. Es considerado el más grande de los tres Khumbun en el Tíbet. Alojamiento.

#### 07 GYANTSE - SHIGATSE

**Desayuno buffet.** Visita al monasterio Tashilhunpo hecho por el 5to. Dalái Lama; es la residencia del gran maestro el Panchen Lama, el segundo líder espiritual del Tíbet después del Dalái Lama. Contiene 39 capillas en el interior del Palacio con impresionantes imágenes del Maitreya, el futuro Buddha; la capilla de Tushita contiene miles de estatuas pequeñas de Tsongkhappa, fundador de la orden Geluk. La Capilla de la Victoria y la tumba del décimo Panchen Lama completan la visita.

#### 08 SHIGATSE - LHASA

**Desayuno buffet.** Salida por la ruta escénica, con vista del hermoso lago Yamdrok Tso, de color Turquesa, el paisaje de la meseta tibetana y el río Bramaputra, para llegar a Lhasa. Alojamiento y tarde libre.

#### 09 LHASA (Palacio de Potala, Templo de Jokhang, Mercado Barkhor)

**Desayuno buffet.** Visitamos el Palacio Potala, Patrimonio de la Humanidad; es la máxima expresión de la arquitectura tibetana y residencia de los Dalái Lama en Lhasa, la capital del Tíbet. Tiene 13 pisos y situado sobre la montaña, hasta 1959, fecha en la que el 14 Dalai Lama se exilió a Dharmashala, India, tras una revuelta popular contra China. El Palacio Blanco o Potrang Karpo constituye la residencia del Dalái Lama. Construido durante el gobierno del 5to. Dalái Lama, el palacio siempre tuvo usos seculares, conteniendo habitaciones, oficinas, seminario y casa de imprenta. Un patio central “Deyangshar” separa las habitaciones del Dalái Lama y de sus monjes del Palacio Rojo, la parte del Potala dedicada completamente al estudio y la oración, contiene la Stupa dorada del octavo Dalái Lama, la sala de asambleas monacales, numerosas capillas, santuarios, y bibliotecas con importantes escritos budistas, la Kangyur y la Tengyur. El famoso templo-monasterio geométrico de Jokhang Patrimonio de la Humanidad, construido en 642 por el rey Songtsen Gampo, está situado en el corazón de Lhasa, es el más sagrado y considera el lugar



poderoso del Tíbet donde conoceremos las impresionantes capillas, altares y habitaciones decoradas. La sala principal del templo alberga la estatua de Jowo, estatuas del rey Songtsen Gambo así como sus dos esposas, Bhrikuti y Wencheng, las esposas Nepalesa y china que se aportaron como dote numerosas imágenes budistas que fueron instaladas en este templo de cuatro pisos, con tejados cubiertos con azulejos de bronce dorado. El estilo arquitectónico está basado en una mezcla entre el estilo nepalí y el de la dinastía Tang. En el tejado se encuentra unas estatuas de dos ciervos dorados que flanquean una rueda de Dharma.

### 10 LHASA (Monasterio Drepung, Monasterio Sera)

**Desayuno buffet.** Visita del monasterio Drepung, ubicado a 8 kms. al noroeste de Lhasa. El Palacio de Invierno era la residencia de cientos de monjes de la secta Geluk con su Capillas personal. Fue la residencia del 3er., 4to. y 5to. Dalai Lamas. Este complejo de 20.000 Mts. cuadrados ha sobrevivido ileso incluso durante la Revolución Cultural. Por la tarde visita del Monasterio Sera, fundada en 1419. Situado en la base del Monte Purbuchok, solía ser un importante centro de aprendizaje donde residían 5,000 a 6,000 monjes. La más intrigante característica aquí es la imagen de nueve metros, que muestra el debate de práctica de los monjes, que intercambian sus conocimientos.

### 11 LHASA - KATMANDU

**Desayuno buffet.** Traslado al aeropuerto para salir en vuelo de regreso a Katmandú, volando paralelo con el Everest (vista según meteorología). Llegada y traslado al hotel. Alojamiento y tarde libre.

*Nota: Si no se desea regresar a Katmandú, se puede volar desde Lhasa hacia Chengdú, Shanghai, Beijing u otro destino en China. En este caso se descuentan la última noche en Katmandú y los traslados.*

### 12 KATMANDU

**Desayuno buffet.** Tiempo libre hasta la hora del check out establecida por el hotel. Traslado al aeropuerto y fin del programa.

## El Programa Incluye:

- Bienvenida tradicional a la llegada en aeropuerto en Katmandú.
- Traslados con asistencia: aeropuerto/hotel/aeropuerto.
- Alojamiento en hoteles de la categoría que se elija, con impuestos incluidos.
- Desayunos en Nepal y en el Tíbet.
- Visitas en privado con guía de habla hispana en Nepal y de habla inglesa en Tíbet (para traductor/guía en español en Tíbet, se debe enviar desde Katmandú. El costo es de 2400 dólares para todo el grupo, no por persona).
- Entradas a los monumentos y monasterios.
- Permiso de viaje para el Tíbet.
- Transporte en vehículos de turismo, climatizados.

## El Programa no Incluye:

- Seguro de asistencia (muy importante).
- Visa para Nepal y el Tíbet.
- Pasajes aéreos (se pueden emitir por vía web o en su defecto, por medio de la agencia de viajes).
- Permiso para fotografiar el interior de monumentos y monasterios.
- Comida no indicadas.
- Costo extra de causas naturales como: desprendimiento, nieve, político, huelga, etc.
- Gastos de índole personal, tales como: lavandería, teléfono, bebidas, propinas, etc.
- Cualquier otro servicio no mencionado.

PRECIOS POR PERSONA EN DOLARES 2022			
Categoría de Hoteles	A (5★)	B (5★)	C (4★)
Katmandú	Hyatt Regency	Soaltee C.P; Radisson	Aloft
Tsedang	Tsedang		
Gyantse	Gyantse		
Shigatse	Tashi Choeda		
Lhasa	Shangrila St. Regis	Four Points by Sheraton	Xing Ding
1 Pax solo	4044	3711	3497
2 Pax	2252	2092	1983
3 Pax	2043	1843	1733
4-5 Pax	1907	1747	1637
6-9 Pax	1816	1656	1547
10 ó más	1679	1519	1409
Supl. Sencilla (mínimo 2 pax)	921	739	631
Supl. 4 cenas en Nepal	129	129	101
Supl. Tibet Jul, Ago, Sep. 1 Pax	400	267	267
Supl. Tibet Jul, Ago, Sep. 2 ó + pax	253	133	133
Supl. Nepal: Oct., Nov. y Dic.	35	35	35
Vuelos KTM-LXA-KTM	A consultar		
Visado para el Tíbet	100		

*Importante: Para todos viajes a Tíbet debe llegar en Katmandú antes de las 11:00 a.m. a fin de poder tramitar la visa china para Tíbet; de lo contrario, se requiere quedarse una noche extra en Katmandú.*

