

Kathmandú y Bhután La tierra del dragón de trueno

El pequeño y recóndito reino del "dragón del trueno". El Nido del Tigre y la reserva del Takkin. Tradiciones ancladas en el tiempo. Dzong budistas diseminados por el país. Armonía entre naturaleza, cultura y religión.

Tras la inmersión en la bulliciosa capital de Nepal, Bhutan, este pequeño reino del Himalaya es uno de los lugares más aislados de la tierra. Espectaculares paisajes montañosos, una gran variedad de flora y fauna y antiguos monasterios Budistas hacen de este país un pequeño rincón digno de admiración. Cada parte de Bhutan tiene su propia importancia histórica, geográfica, cultural, tradicional y religiosa. Disfruta este idílico lugar.

Día 1. Llegada a Kathmandú.

Llegada a Kathmandú, recepción con Khada (pañuelo de seda religioso budista) y traslado al hotel. Resto del día a disposición con posibilidad de hacer alguna excursión adicional. Alojamiento.

Día 2. Kathmandú - Paro - Thimpu (55 KM, 1:30 hrs)

Tras el desayuno, a la hora prevista, traslado al aeropuerto para salir en vuelo a Paro. El vuelo a Paro es uno de los más espectaculares que se pueden hacer dentro de la región de los Himalayas. Ofrece fascinantes vistas y un espectacular descenso a la ciudad de Paro. A la llegada al aeropuerto de Paro se nota el aire frío, fresco y limpio de las montañas que rodean la ciudad. Tras las formalidades de inmigración, recogida del equipaje y asistencia por nuestro representante para darle la bienvenida.

Salida por carretera a **Thimpu**, la capital de Bhutan atravesando la espectacular campiña. Notaremos que todas las casas y edificios del país están contruidos y pintados al estilo tradicional butanés. Llegada y check-in en el hotel y **almuerzo**.

Tarde libre donde podremos hacer diferentes visitas (opcional): **Memorial Chorten**, rodeado continuamente de gente, murmurando mantras y haciendo girar los molinillos de oración. La construcción de este edificio por el tercer rey de Bhutan, su majestad Jigme Dorji Wangchuk ("el padre del Bhutan moderno"), fue erigida por orden del propio rey en conmemoración a la paz y prosperidad en el mundo. Fue finalizado en 1974 después de su muerte. Cuenta con una estupa de varios pisos y numerosas pinturas que proporcionan una visión de la filosofía budista. También visitaremos **Kuensel Phodrang (Punto de Buda)**, donde se puede ofrecer oraciones a Buda, la estatua más grande del país, y luego caminar y disfrutar del valle. Cena y alojamiento en Thimphu. **Pensión completa**

Día 3. Thimpu – Gangtey (aprox. 4hrs)

Esta mañana saldremos hacia el este hasta el valle de Punakha. En ruta pasa el **Semtokha Dzong** construido en 1629, la fortaleza más antigua de su tipo que custodiaba el valle de Thimphu, y que hoy es un monasterio. Continuamos ascendiendo a **Dochula Pass**. Breve parada para observar las vistas panorámicas, el chorten, los **108 stupas** y las banderas de oración, que decoran siempre los puntos más altos de la carretera. Si el tiempo lo permite podremos admirar algunos de los principales picos de los Himalayas: Masagang (7,158m),



Tsendagang (6,960m), Terigang (7,060m), Jejegangphugang (7,158 m), Kangphugang (7,170 m), Zongphugang (7, 060 m y el Gangkar Puensum, el pico más alto en Bután con 7.497 m.

Tras el paso de **Dochu-La** empieza el descenso hacia el valle de Punakha y Wangdue atravesando el bosque templado de rododendro y magnolias y una zona semi tropical en la que encontramos multitud de naranjos, plátanos y cactus. **Almuerzo en Sopsokha**. Tras el mismo, caminata (aprox 30min) hasta el Templo **Chimi Lakhang** (o templo de la fertilidad), situado en una loma en el centro del valle y al que se accede atravesando terrazas de arroz y el poblado de **Yoakha**. Este templo está dedicado al Lama Drukpa Kuenley (también conocido como el Loco Divino) y se dice que las parejas que no tienen hijos y quieren tener uno, rezando aquí, salen bendecidos con un hijo en breve tiempo.

Continuamos hasta **Phobjikha**, un valle glacial en la ladera occidental de las Montañas Negras y uno de los valles abiertos más bellos de Bhután. También es una de las reservas naturales más importantes del país y la casa de invierno (de finales de octubre a principios de febrero) de la rara **grulla de cuello negro**, que vuela anualmente desde el Tíbet. También habitan aquí muntjaks (ciervos ladrando), jabalíes, sambar, osos negros del Himalaya, leopardos y zorros rojos. Cena y alojamiento en **Gangtey. Pensión completa**

Día 4. Excursiones en el Valle de Phobjikha (Gangtey)

Mientras nos encontramos en **Phobjikha**, visitaremos el centro de información natural Black Crane y el **monasterio** sagrado de **Gangtey**, además de disfrutar del tiempo para pasear por el pueblo de Gangtey y caminar por varios de los senderos en Gangtey.

Hay muchas caminatas adicionales disponibles en este hermoso valle y su guía le aconsejará las mejores opciones. Cena y alojamiento en Gangtey.

Día 5 (J). Gangtey a Punakha (aprox. 2hrs)

Salida hacia el Valle de Punakha, que ostenta el título de capital de invierno, debido a su clima más templado.

Visitaremos el **Punakha Dzong**, la residencia de invierno del Je Khenpo (sacerdote principal) y los monjes de Tashichhodzong. Es el más espectacular de Bhután. Fue construido en el año 1637 por Zhabdrung Ngawang Namgyal estratégicamente en la confluencia de los ríos Pho Chhu y Mo Chhu. El Dzong sirvió como centro religioso y administrativo de Bhután hasta mediados de los años cincuenta. Fue aquí donde se introdujo el sistema dual de gobierno a principios del siglo XVII y donde los butaneses entronizaron al primer rey. Por la tarde, opcional: bajada opcional en rafting al Dzong (1hr). Cena y alojamiento en Punakha. **Pensión completa**

Día 6. Punakha - Paro (125 km, 4hrs)

Por carretera a través del valle, visitaremos las ruinas de **Drugyel Dzong**. Fue construido por Zhabdrung Ngawang Namgyel en 1649 para conmemorar la victoria sobre los invasores tibetanos. La fortaleza en ruinas ayudó a defender a Bután de numerosas invasiones en el siglo XVII.

Después del almuerzo, si hay tiempo haremos un recorrido por la ciudad de Paro, incluyendo el **Dzong** de Paro y el Museo Nacional, para ver la excelente colección de pinturas antiguas de Thangkhas, textiles, armas y otros artefactos parte del Tíbet oriental. **Pensión completa**



Día 7. (S) Paro

El monasterio de **Taktsang** (también conocido como el **Nido del Tigre**) está colgado de una pared de 900m sobre el valle de Paro. Es indudablemente uno de los más famosos monasterios en Bhutan y uno de los centros de peregrinación más venerados del mundo del Himalaya. Debe su nombre a la historia de su fundación. En el siglo VIII, Guru Rinpoche (también conocido como Guru Padmasambhava) llegó a Taktsang de una manera milagrosa volando a lomos de una tigresa de Khenpajong en la región de Kurteop para someter a los demonios locales. Según la tradición bhutanesa, la tigresa era una forma tomada por uno de los consortes del Maestro para la ocasión. Guru Rinpoche luego se refugió durante 3 meses para la meditación en una cueva (aun visible).

Podremos elegir entre una caminata de ida y vuelta de 1,5 a 2 horas hasta el mirador del monasterio o una caminata más larga de unas 5 horas que nos lleva hasta el propio monasterio. En 1998, el monasterio fue seriamente dañado por el fuego y desde entonces ha sido cuidadosamente reconstruido a su condición original y consagrado por el 4to Rey en 2005. Almuerzo en el mirador de Taktsang. En el camino de regreso hacia la ciudad de Paro, visitaremos el **Kyichu Lhakhang**, uno de los monasterios más antiguos, que refleja la introducción del Budismo en Bután. Se dice que fue construido por el rey Songtsen Gampo del Tíbet. Según la leyenda, se cree que el **Lhakhang** sostiene el pie izquierdo de una ostra, tan grande que cubre Bután. Es uno de los 108 templos construidos por el rey tibetano en un día en toda la región del Himalaya; según la leyenda. El templo también alberga un museo dedicado al difunto Dilgo Khyentse Rinpoche y alberga una serie de instrumentos pertenecientes a Rinpoche. Cena y alojamiento en Paro. **Pensión completa**

Día 8 (D). Paro - Kathmandú

Tras el desayuno, traslado al aeropuerto para salir en vuelo de regreso a Katmandú. Llegada y visita de Kathmandú también llamada "Ciudad de la gloria". La visita incluye, la **Plaza Durbar**, **Kasthamandap**, que se dice que se construyó a partir de una sola pieza de Kumari Ghar, hogar de la única diosa viva del mundo y el **Palacio Hanuman Dhoka**. Una vez al año, durante El festival de Indra Jatra, el rey de Nepal, busca la bendición de Kumari. Una breve visita a **Bhairab**, el Dios de la destrucción y el **Templo de Taleju**, construido en 1549 dC Después visita a la estupa **Swayambhunath**, se dice que es una de las más antiguas estupas budistas del mundo, que se alza majestuosamente en lo alto de una colina que domina el valle de Katmandú. También es apodado el templo de los monos por la tribu de monos que cuidan la colina y que a menudo divierten a los visitantes. Visita de **Patan Durban Square**, El **Templo de Krishna**, que ocupa una posición dominante en el complejo palaciego de Patan, es el único templo en Nepal que tiene 21 agujas y totalmente de piedra y Hiranya Varna Mahavihar - Templo de Oro del Señor Buda. Alojamiento en el hotel en Katmandú. **Desayuno**

Día 9 (L) – Kathmandú – Origen

Desayuno y tiempo a disposición hasta la hora del traslado al aeropuerto para salir en el vuelo con destino la ciudad de origen. Noche a bordo.



GRUPOS

A partir de 2 personas.

FECHAS 2023/2024

Salidas: En cualquier momento del año (inicio en Kathmandú)

PRECIOS POR PERSONA

Precio por persona: **2.290 EUR** + vuelos (base 6 personas)
Supl. de 2 a 4 Pers.: 150 EUR
Supl. Hab. Individual: Consultar

*Consultar precios para categoría de hoteles superior.

Vuelo Kathmandú–Paro–Kathmandú: **480 EUR** (Tarifas sujetas a cambio sin previo aviso)

Nota: Los billetes aéreos se emiten en la moneda local del país de emisión al cambio de moneda del día por lo que todas las tarifas están sujetas a cambio.

INCLUYE

En Nepal:

- Traslados al aeropuerto con un representante de habla española
- 1 tour de día completo en Katmandú con un guía que habla española
- Entradas en los monumentos
- 2 noches de alojamiento en habitación doble en el hotel Nepali Ghar, Bahari (4*) o similar
- Desayunos.

En Bhután:

- Alojamiento en hab. doble en hoteles categoría standard.
- Pensión completa.
- Agua embotellada diaria.
- Traslados y visitas de acuerdo al itinerario.
- Guía acompañante de habla española. Para grupos de 2-3 pax, el guía será de habla inglesa. Guía en Español con suplemento. Rogamos consultar.
- Royalties del Gobierno y tasas.
- Entradas a los monumentos.
- Tramitación del visado y visado
- Seguro de accidentes y asistencia en viajes (Consultar coberturas).



NO INCLUYE:

- Vuelos internacionales.
- Vuelos Kathmandú – Paro - Kathmandú
- Tasas de aeropuerto.
- Visado de Nepal US\$ 30 por persona. (se tramita on line en <http://online.nepalimmigration.gov.np/tourist-visa> o directamente a la llegada)
- Bebidas alcohólicas y no alcohólicas.
- Comidas no especificadas en Nepal
- Gastos de carácter personal (propinas, lavandería, teléfono, permisos de cámara)
- Todo lo no mencionado en el apartado INCLUYE.

HOTELES PREVISTOS (O SIMILARES)

Kathmandú: Nepali Ghar o similar

Paro: Hotel Olathang, Olathang Cottages , Tashi Namgay Resort, Hotel Drukchen, Khangkhu Resort, Bhutan Metta Resort & Spa, Kichu Resort , Tenzinling Resort, Bhutan Mandala Resort, Dewachen Resort.

Thimphu: Hotel Phuntsho Pelri / Hotel Tashi Yoedling / Hotel Kisa / Gyelsa Boutique Inn / Dorji Elenents – Boutique hotel

Punakha: Zhingkham Resort / Khuru Resort / Damchen Resort / Hotel Zangtopelri / Meri Puensum Resort / Hotel YT / Four Boutique Hotel.

Gangtey: Gangtey Tented Resort (con suplemento), Hotel Dewachen, Gakiling Guest House, Yue-Loki Lodge, Homestays/Farmhouses, Nya-Yapling Farm Lodge- renamed as My Home Resort, Phuntsho Yangkhil Lodge.

TRANSPORTE PREVISTO

02 Personas: 4 x 4 Hyundai Tucson o similar

03 a 05 Personas: Toyota Hiace

06 Personas y más: Toyota Coaster

FORMA DE PAGO

El 40 % del precio total del viaje en el momento de formalizar la inscripción. El resto del importe al menos 21 días antes de la fecha de salida.

A TENER EN CUENTA

Clima: El clima varía del subtropical en la planicie de Duars, al templado, de inviernos fríos y veranos cálidos, en los valles de las montañas centrales. En el Himalaya los inviernos son
Mayor, 6, 6º Centro - 28013 Madrid - T: (+34) 91 531 40 28 – 91 521 40 50 - info@newsmadretierra.com



severos y los veranos frescos. Como la mayoría de los países asiáticos, está afectado por el monzón, primero en verano por el monzón del Suroeste, que trae mucha humedad y luego a lo largo de parte del otoño. También tienen el monzón de invierno procedente del suroeste que trae fuertes ventiscas, las nevadas son comunes hasta en alturas de 3.000 m y se producen fuertes tormentas. La temperatura varía según la altura. En Thimpu, a 2.300 m, oscila entre 15°C a 26°C durante el monzón del verano pero baja en enero hasta -4° C a 16° C.

Ropa y equipaje: Recomendamos llevar ropa de algodón y lana, calzado cómodo y robusto para caminar, prendas de repuesto y un chubasquero. Sin olvidar unas zapatillas de goma, gorro, gafas de sol y crema protectora. Será muy útil llevar unos prismáticos y linterna. Recomendamos llevar poco equipaje y, preferiblemente, bolsas o mochilas flexibles. No olvidar la cámara de fotos y tarjetas o carretes correspondientes.

Salud y vacunación: Actualmente, las vacunas no son necesarias para viajar a Bhutan. Sin embargo, los visitantes procedentes de una zona infectada de fiebre amarilla requieren haberse vacunado al menos 10 días antes de su llegada. Se recomienda llevar un botiquín personal (aspirinas, pastillas potabilizadoras de agua, vendas, antibióticos, antidiarreicos y los medicamentos habituales). Para más información dirigirse al Servicio de Sanidad Exterior (teléfono: 91 272 94 41) o Centro de Vacunación Internacional de cada ciudad.

Dinero: La moneda de Butan es el Ngultrum (Nu.), con 100 Chetrum = 1 Ngultrum. El ngultrum (Nu), tiene paridad con la rupia india. En general, no se acepta el pago con euros ni con dólares, que necesitará cambiar allí. El uso de la tarjeta de crédito es muy limitado y es difícil encontrar cajeros. Se recomienda llevar dinero en metálico.

Documentación: Pasaporte en regla con una validez mínima de 6 meses. El visado se tramita por anticipado y los pasaportes serán sellados a la llegada. Hay que llevar 2 fotografías (con nombre completo y número de pasaporte inscritos en el reverso) y pagar 20 USD. Está prohibido fumar en el país y a la llegada hay que declarar el tabaco que se lleve. Más información: <https://www.exteriores.gob.es/es/ServiciosAlCiudadano/Paginas/Detalle-recomendaciones-de-viaje.aspx?trc=But%C3%A1n>