

# TREKKING IN NEPAL

**KATHMANDU - POKHARA - GHOREPANI - TADAPANI - GHANDRUK**

UN ITINERARIO DA SOGNO, TRA TEMPLI SACRI E STUPA SECOLARI, PENSATO PER GLI APPASSIONATI DI ESCURSIONISMO E TREKKING. UN VIAGGIO ALLA SCOPERTA DEL NEPAL, LUNGO SENTIERI CHE SI SNODANO AI PIEDI DELLE MAESTOSE MONTAGNE DELL'HIMALAYA, FINO A RAGGIUNGERE IL PANORAMICO PUNTO DI POOH HILL (3.210 M DI ALTITUDINE).



**VOLO DA ROMA**



**APRILE - SETTEMBRE 2025**

**8 NOTTI**

## INCLUDE

VOLI IN CLASSE ECONOMICA DA ROMA

1 BAGAGLIO IN STIVA E 1 BAGAGLIO IN CABINA INCLUSI

8 NOTTI IN HOTEL DI CAT. STANDARD COME DA PROGRAMMA

ACCOMPAGNATORE LOCALE PARLANTE ITALIANO

VISITE E PASTI INDICATI

TREKKING DAL 4° AL 7° GIORNO CON GUIDA ESPERTA

A PARTIRE DA

€ **2.200**

P.P./BASE DOPPIA

TASSE AEROPORTUALI 580 € + QUOTA APERTURA PRATICA 120€

**GO4SEA**

con chi sogna di viaggiare

# Trekking in Nepal

PARTENZA DA ROMA - Prezzo per persona - a partire da € 2.200

## 1° giorno: ARRIVO A KATHMANDU / BODNATH / PASHUPATINATH / KATHMANDU

Arrivo in aeroporto, trasferimento in hotel e tempo libero per il riposo. In seguito, visita dello stupa di Bodnath, uno dei più grandi monumenti buddhisti al mondo, patrimonio UNESCO dal 1979. Situato nel cuore del buddhismo tibetano, è celebre per la sua imponente architettura, le bandierine colorate e le ruote da preghiera. Nei dintorni, vicoli vivaci con case, monasteri e bancarelle artigianali. In serata, visita al tempio di Pashupatinath, luogo sacro delle cremazioni, e partecipazione alla cerimonia serale "Sandhya Aarati". Rientro a Kathmandu per cena e pernottamento.

## 2° giorno: KATHMANDU / SWAYAMBUNATH / BHAKTAPUR / KATHMANDU

Dopo la prima colazione, escursione al sacro stupa buddhista di Swayambhunath, uno dei più antichi del mondo, risalente a 2.500 anni fa. Una scalinata di 300 gradini porta alla cima, dove si trova il tempio con i grandi occhi di Buddha dipinti sui quattro lati, che sorvegliano incessantemente le vicende umane, insieme ai mulini da preghiera e a una miriade di vivaci scimmiette. A seguire, visita al cuore di Kathmandu, con Durbar Square e l'antico palazzo reale, i numerosi templi intarsiati e la statua del dio Hanuman. Tra lo splendore dei monumenti, il trambusto del mercato, con venditori di generi alimentari, flauti, souvenir e collane di perline che brillano al sole. Successivo spostamento a Bhaktapur, conosciuta anche come Bhagdaon, la "città dei devoti", dove i re della dinastia Malla vissero fino al 1769. Di particolare interesse per il suo aspetto medievale ben conservato e per le sue eccellenze architettoniche, affascina con templi, palazzi, porte intagliate e un'atmosfera rarefatta. Pranzo e visita del Palazzo Reale, della Porta d'Oro, dell'ingresso del Palazzo delle 55 Finestre e del tempio Nyatapola, il più alto della valle, prima di rientrare a Kathmandu. Cena e pernottamento in hotel.

**3° giorno: KATHMANDU / POKHARA (IN AUTO, 6/7 ORE CIRCA - POSSIBILE IN AEREO CON SUPPLEMENTO)** Prima colazione e trasferimento via terra a Pokhara, incantevole cittadina di straordinaria bellezza naturale situata in una valle ai piedi delle imponenti catene montuose. La splendida vista, l'atmosfera serena e l'amenità del luogo rendono questa sosta un momento di perfetto relax, arricchito da un giro in barca a remi di circa un'ora sul lago Phewa, al centro del quale si erge un piccolo tempio. Al termine, possibilità di una sosta al mercato per un po' di shopping prima del rientro in hotel.

## 4° giorno POKHARA / ULLERI / GHOREPANI (TREKKING: 2 ORE CIRCA)

Dopo la colazione, trasferimento di circa un'ora e mezza in auto fino a Nayapul, dove inizia il trekking lungo la riva del fiume Modi, che attraversa il prospero villaggio di Birethanti a 1.065 m di altitudine. Si risale quindi il sentiero principale seguendo il torrente Broomdi Khola fino a Sudame, per poi salire gradualmente lungo il fianco della valle, raggiungendo Hile (1.495 m) prima di proseguire verso la destinazione finale di Tirkhedhunga (1.540 m). Se il livello dell'acqua è basso, si prosegue fino al grazioso villaggio di Ulleri. In alternativa

si inizia la ripida salita da Tirkhedhunga attraverso foreste di rododendri e querce, per arrivare a Ulleri, godendo di una vista mozzafiato sull'Annapurna Sud e sull'Hiuchuli. La bellezza del paesaggio dà la forza necessaria per affrontare i gradini di pietra: dopo alcune ore di cammino con diverse pause, si raggiunge Ghorepani (2.860 m), da dove si gode un panorama spettacolare sul Dhaulagiri e sulla catena himalayana dell'Annapurna. Pernottamento in tea house lodge a Ghorepani.

## 5° giorno: GHOREPANU / TADAPANI (TREKKING: 5/6 ORE CIRCA)

Al mattino presto, escursione di 45-60 minuti a Poon Hill (3.190 m), punto ideale per ammirare la spettacolare vista del sorgere del sole sulla maestosa catena dell'Himalaya, che include, tra le altre, le vette del Dhaulagiri, Annapurna Sud e Fishtail. Successivamente, rientro a Ghorepani per una corroborante colazione calda, per ricaricarsi di energia e proseguire il trekking verso Tadapani. Cena e pernottamento in tea house lodge.

## 6° giorno: TADAPANI / GHANDRUK (TREKKING: 5 ORE CIRCA)

Prima colazione. Partenza attraverso la foresta fino a Ghandruk (1.940 m), un villaggio Gurung, uno dei gruppi etnici nepalesi che conserva intatte le proprie tradizioni culturali, dal linguaggio ai costumi, fino allo stile di vita quotidiano. Da qui, la vista sulle montagne è spettacolare e i collegamenti con Kathmandu o Pokhara sono facili. Cena e pernottamento in tea house lodge.

## 7° giorno: GHANDRUK / NAYAPUL (TREKKING: 3 ORE CIRCA) / POKHARA

Prima colazione e semplice camminata sino a rientrare a Nayapul, dove l'avventura ha avuto inizio. Da qui spostamento in auto a Pokhara. Sistemazione in hotel, resto del tempo a disposizione.

**8° giorno: POKHARA / KATHMANDU (IN AUTO, 6/7 ORE CIRCA - POSSIBILE IN AEREO CON SUPPLEMENTO)** Dopo la prima colazione rientro via terra a Kathmandu. Sistemazione in hotel e tempo a disposizione per il riposo o per un'ultima esplorazione individuale dell'affascinante capitale.

## 9° giorno: KATHMANDU / Italia

Prima colazione e trasferimento in aeroporto. Fine dei servizi

**Nota:** non richiesto minimo di partecipanti / disponibile supplemento per partenza singola (1 pax) e riduzioni fino a 15 pax

### LA QUOTA COMPRENDE:

- Voli in classe economica da roma
- 1 bagaglio in stiva e 1 bagaglio in cabina inclusi
- 3 notti a Kathmandu
- 2 notti a Pokhara
- 3 notti in tea house (bagno in comune) durante il trekking in pensione completa
- 4 colazioni + 3 pranzi + 4 cene
- Visite di Kathmandu e valle con guida locale parlante italiano
- Visite di Pokhara con guida locale parlante inglese
- Guida esperta parlante inglese durante il trekking
- 1 portatore per 1-2 pax, 2 per 3-4 pax, 3 per 5-6 pax,
- 4 + 1 assistente da 7-10 pax durante il trekking
- Ingressi ai siti monumentali
- 1 bottiglia d'acqua al giorno durante il tour
- Tutti i trasporti (auto, jeep da Pokhara a Tirkhedhunga)
- Le tasse governative, l'Annapurna conservation fee, il trekking information system card fee

### LA QUOTA NON COMPRENDE:

- Tasse aeroportuali € 440 p.p.
- Quota iscrizione e ass. medico/bagaglio/annullamento € 120 p.p.
- Il volo opzionale da Pokhara a Kathmandu
- Spese del visto di ingresso in Nepal (ottenibile all'arrivo a Kathmandu)
- Pasti non menzionati, bevande, spese di natura personale, mance, assicurazione
- Spese extra in caso di ritardi o cancellazioni dei voli

### Necessarie 4 foto formato passaporto

### HOTEL PREVISTI O SIMILARI

KATHMANDU: 3 notti Holiday Inn Express Hotel Akama Radisson / Aloft  
POKHARA: 2 notti Aabas Bar Peepal Resort Pokhara Gande  
TREKKING: 3 notti Tea House Tea House Tea House

