

# Kashmir e Ladakh

Dal 1 aprile al 13 aprile 2023  
14 giorni 13 notti

*Il cuore del Tibet: nessuna definizione è più adatta per descrivere il Ladakh, il fantastico altopiano annidatosul tetto del mondo: qui la tradizione tibetana è la più pura ed il Dalai Lama è di casa. Il fascino dei suoi mille monasteri che si arroccano sulle alture più impervie è superato solo dal superbo contesto naturale: fiumi sacri, verdi vallate, deserti, cime innevate sotto il cielo blu cobalto dell'Himalaya. Come alloggio, sono state scelte in Ladakh le sistemazioni migliori disponibili, che a Leh sono dei 5\* ufficiali che valgono in realtà 4\* semplici, nelle altre località 3\* superiore.*



## 1 aprile - GIORNO 1

### Venezia/Delhi

Volo Venezia Delhi con ITA, con cambio aeromobile a Roma Fiumicino. Pasti a bordo. Arrivo a Delhi in tarda nottata, trasferimento in hotel e sistemazione nella camera riservata. Pernottamento.

## 2 aprile - GIORNO 2

### Delhi/Amritsar

Mezza pensione (prima colazione tardi e cena). In tarda mattinata, trasferimento in aeroporto e volo per Amritsar. All'arrivo, trasferimento in hotel e sistemazione nelle camere riservate. Nel tardo pomeriggio, prima passeggiata in centro città per recarsi al Tempio d'oro per la suggestiva cerimonia di chiusura. Pernottamento.

## 3 aprile - GIORNO 3

### Amritsar

Pensione completa. Al mattino, visita della città santa, centro di pellegrinaggio per i Sikh di tutto il mondo: il Tempio d'oro, centro delle attività religiose e sociali della comunità e il Jallianwala Bagh, luogo simbolo della lotta per l'indipendenza. Nel pomeriggio, escursione al Vagha border per assistere alla solenne cerimonia di cambio della guardia sul confine con il Pakistan. Pernottamento.

[www.michelangelotravel.it](http://www.michelangelotravel.it)

**S. Maria di Sala (VE)**  
30036 - via Monte Santo, 11  
tel. 041 486855 - fax 5769267  
info@michelangelotravel.it

**Oriago di Mira (VE)**  
30034 - via Venezia, 202  
tel. 041 5631162 - fax 041 5639658  
oriago@michelangelotravel.it

P. IVA 03558860270

**Il mio Veneto**  
*sapori e colori delle nostre terre*  
ilmioveneto@michelangelotravel.it

#### **4 aprile – GIORNO 4**

##### **Amritsar/Delhi/Srinagar**

Mezza pensione (prima colazione e cena, a bordo verrà comunque servito uno snack – non un pranzo vero e proprio). Trasferimento in aeroporto e volo per Srinagar, Capitale del Kashmir, con cambio aeromobile a Delhi. All'arrivo, trasferimento in hotel o houseboat e sistemazione nelle camere riservate. Nel tardo pomeriggio, al tramonto, giro in "shikhara", l'imbarcazione tradizionale del Kashmir, nel bellissimo lago Dal. Pernottamento.

#### **5 aprile – GIORNO 5**

##### **Srinagar (1585 m)**

Pensione completa. Presto al mattino, di nuovo in piccola barca piatta a remi per vedere il mercato galleggiante degli ortaggi, che si svolge sulle rive del lago. Di seguito, visita della città, che si sviluppa lungo le sponde del fiume Jhelum: la bella Moschea del Venerdì e la preziosa Moschea di Shah Hamdan dai pregiati interni di papier mache. Visita ai principali giardini Moghul: Shalimar Bagh e Nishat Bagh.

Tempo a disposizione per visite facoltative o relax. Pernottamento.

#### **6 aprile – GIORNO 6**

##### **Srinagar – Leh (3486 m)**

Pensione completa. In mattinata, trasferimento in aeroporto e volo per Leh. All'arrivo, trasferimento in hotel e sistemazione nelle camere riservate. Pomeriggio dedicato al riposo assoluto per il necessario ed indispensabile acclimatemento. Pernottamento.

#### **ALTITUDINE ED ACCLIMATAMENTO**

Non sottovalutate l'effetto dell'altitudine. Anche se vi sentite bene, non riposare il giorno dell'arrivo può voler dire ipotecare l'intera vacanza. Vi preghiamo vivamente, anche se vorreste uscire subito, di stare fermi il primo giorno per acclimatarvi. Vi trovate a 3.500 m. Normali sintomi sono mal di testa, fiato corto, battiti del cuore accelerati, gambe molli, nausea e a volte vomito. Solitamente si presentano forti il primo giorno. Non spaventatevi, l'effetto sarà minore già dal secondo. Dal terzo dovrebbe ritornare tutto alla normalità. Se non affrontate appropriatamente l'altitudine con il riposo, i sintomi potrebbero perdurare per l'intero viaggio. Bere tanti liquidi e mai freddi (tè, acqua) e limitare la quantità di cibo ai pasti. Non prendere se possibile medicinali per non coprire i sintomi di problemi più gravi.

#### **7 aprile – GIORNO 7**

##### **Leh**

Pensione completa. In giornata, visita della città con una passeggiata per le vie del centro, seguita dalla visita al bellissimo piccolo monastero di Sankar Gompa. Salita allo Shanti Stupa, dal quale si gode un'ottima vista sulla valle e tempo a disposizione per una passeggiata nel bazar di Leh. Pernottamento.

#### **8 aprile – GIORNO 8**

##### **Leh/Uleytokpo**

Pensione completa. Trasferimento ad Uletokpo lungo la valle dell'Indo. Lungo la strada, visita a due dei monasteri più belli del Ladakh: Likir e Alchi, capolavoro assoluto di affreschi, risalente all'XI° secolo. Pernottamento.

[www.michelangelotravel.it](http://www.michelangelotravel.it)

**S. Maria di Sala (VE)**  
30036 - via Monte Santo, 11  
tel. 041 486855 - fax 5769267  
info@michelangelotravel.it

**Oriago di Mira (VE)**  
30034 - via Venezia, 202  
tel. 041 5631162 - fax 041 5639658  
oriago@michelangelotravel.it

P. IVA 03558860270



Il mio Veneto  
sapori e colori delle nostre terre  
ilmioveneto@michelangelotravel.it

### 9 aprile – GIORNO 9

#### Uleytokpo/Leh

Pensione completa. In mattinata, visita del monastero di Lamayuru, il piu' antico Gompa del Ladakh, sito in cima ad una incredibile valle che ricorda il paesaggio lunare. Rientro a Leh. Pomeriggio visita del piccolo monastero di Stakna e di quello di Matho, situato in un suggestivo paesaggio. Discesa a piedi attraverso il grazioso villaggio. Pernottamento.

### 10 aprile – GIORNO 10

#### Leh

Pensione completa. Visita del Monastero di Thiksey, ampio complesso che ospita un importante centro studi per monaci, e di quello di Hemis, uno dei piu' importanti del Paese che conserva un'eccellente collezione di testi sacri e la piu' grande Tanka del Ladakh. Sosta fotografica al monastero di Shey. Pomeriggio visita al monastero di Spituk e a quello di Phyang, con le sue numerose sale che ospitano una collezione di bronzi, antichi dipinti e sale tantriche. Pernottamento.

### 11 aprile – GIORNO 11

#### Leh/Delhi

Pensione completa. In mattinata, trasferimento in aeroporto e volo per Delhi. Nel pomeriggio, visita al grande Mausoleo dell'imperatore Humayun, all'antico centro commerciale in epoca coloniale e che conserva la medesima vocazione, di Connaught Place e al tempio Sikh al tramonto, che ci riporta ad Amritsar. Pernottamento

### 12 aprile – GIORNO 12

#### Delhi

Pensione completa. Visita di Old Delhi con la Moschea del Venerdì, dalla quale si può ammirare l'imponente Forte Rosso. Visita di New Delhi, la parte più antica della città, con il prezioso complesso archeologico del Qutub Minar. Giro panoramico della parte della città che porta di più l'impronta dell'impero coloniale britannico, coi palazzi che un tempo erano dei Vicerè ed oggi sono le sedi del governo ed il famoso India Gate. Pernottamento.

### 13 aprile – GIORNO 13

#### Delhi/Venezia

Nelle primissime ore del mattino (notte tra penultimo ed ultimo giorno, partenza alla volta dell'aeroporto di origine) Arrivo a destinazione e fine dei nostri servizi.

---

## I NOSTRI ALBERGHI

- Delhi: Pride Plaza Aerocity 4\* sup. (ufficiali 5\*, vicino all'aeroporto) 1 notte
- Amritsar: Hyatt Regency 4\* sup. (ufficiali 5\*) 2 notti
- Srinagar: houseboat deluxe 2 notti
- Leh: Grand Dragon 3\* sup. (ufficiali 4\* sup.) 2 notti
- Uleytokpo: Uley Ethnic Resort 3\* sup. (Deluxe Cottages) 1 notte
- Leh: Grand Dragon 3\* sup. (ufficiali 4\* sup.) 2 notti
- Delhi: The Lalit 5\* / Hyatt Regency 2 notti

Numero minimo di partecipanti richiesto per poter rispettare la quotazione: 11 partecipanti

[www.michelangelotravel.it](http://www.michelangelotravel.it)

S. Maria di Sala (VE)  
30036 - via Monte Santo, 11  
tel. 041 486855 - fax 5769267  
info@michelangelotravel.it

Oriago di Mira (VE)  
30034 - via Venezia, 202  
tel. 041 5631162 - fax 041 5639658  
oriago@michelangelotravel.it

P. IVA 03558860270



Il mio Veneto  
sapori e colori delle nostre terre  
ilmioveneto@michelangelotravel.it

## CONTROLLI MEDICI

Le altitudini estreme del Ladakh richiedono la certezza di non avere problemi di cuore, pressione alta o polmonari. Per la vostra sicurezza e tranquillità durante il viaggio, vi consigliamo di fare un check up medico prima della partenza. Vi aiuterà a non confondere semplici problemi di adattamento all'altitudine con altri più gravi.

## CLIMA

In Ladakh il periodo migliore per viaggiare va da maggio alla prima metà di ottobre, proprio quando la stagione è più calda nel resto dell'India. Ma qui siamo in alta montagna e a queste altitudini il clima migliore è la primavera-estate. In luglio e agosto arriva, anche se generalmente blando, il monzone per cui potrebbe piovere. Di solito invece le piogge non sono presenti (salvo eccezioni) fino a giugno e poi a settembre e ottobre. Quando piove sulle valli, sulle cime e sugli alti passi ci sono sempre possibilità di nevicate.

Si avvisa chi viaggia prima di metà maggio e dalla fine di settembre che clima in questi periodi è più freddo. Portare con sé piumino, sciarpa guanti e berretto.

## LA QUOTA COMPRENDE

Volo a/r ITA  
Bagaglio da stiva 23 kg + a mano 8kg  
Pernottamento e pensione completa  
(tranne per il pranzo del 2 e 4 aprile)  
Trasferimenti  
Guida locale parlante italiano  
Accompagnatore  
Assicurazione medica

## LA QUOTA NON COMPRENDE

Tasse aeroportuali e fuel surcharge (circa € 290 a persona)  
Visto India: Euro 60 a persona  
Assicurazione multirischio: annullamento e medico-bagaglio  
Le bevande e i pasti non inclusi  
Le mance (consigliati Euro 85 a persona)  
Extra a carattere personale  
Tutto quanto non specificamente menzionato come incluso

Quota per persona in doppia **€ 3850,00**

Supplemento singola **€ 990,00**

[www.michelangelottravel.it](http://www.michelangelottravel.it)

**S. Maria di Sala (VE)**  
30036 - via Monte Santo, 11  
tel. 041 486855 - fax 5769267  
info@michelangelottravel.it

**Oriago di Mira (VE)**  
30034 - via Venezia, 202  
tel. 041 5631162 - fax 041 5639658  
oriago@michelangelottravel.it

P. IVA 03558860270



**Il mio Veneto**  
*sapori e colori delle nostre terre*  
ilmioveneto@michelangelottravel.it