

BUTÃO E NEPAL - CULTURA NOS HIMALAIAS COM BUMTHANG

DURAÇÃO

16 dias / 15 noites

DIFICULDADE

Leve (1/5)

A PARTIR DE

US\$ 5.750,00

Um Butão mais profundo, com a região de Bumthang.

DIA A DIA

1º Dia - KATHMANDU: Chegada em Kathmandu, recepção e traslado para o hotel. Restante do dia livre para descanso e pernoite. Sem refeições inclusas; Pernoite em Kathmandu.

2º Dia - KATHMANDU / BHAKTAPUR / KATHMANDU: Após o café da manhã, visitaremos Durbar Square, Swoyambhunath e Bhaktapur. Nossa primeira parada, a Kathmandu Durbar Square, é um complexo de palácios, pátios e templos. Este local é tombado pela UNESCO e é palco, até os dias de hoje, de cerimônias do governo local. Seguiremos, então, para Swoyambhunath Maha Chaitya, o principal monastério budista do Nepal no topo de uma colina, de onde teremos uma vista maravilhosa da cidade. Por fim, iremos para a cidade histórica de Bhaktapur, que era um reino independente até a unificação do Nepal. Das cidades do vale de Kathmandu, é a mais medieval e explorar suas estreitas ruelas e a sua Durbar Square é uma experiência inesquecível. No final do dia, retorno a Kathmandu, acomodação e pernoite em hotel. Café da manhã; Pernoite em Kathmandu.

3º Dia - KATHMANDU / PARO / THIMPHU: Após o café da manhã, traslado ao aeroporto de Kathmandu para embarque com destino a Paro. A única companhia aérea que voa para o Butão é a Druk Air e este é um dos mais espetaculares de todos os voos de montanha. Em dia de boa visibilidade, podemos ver o Everest, assim como outras incríveis montanhas dos Himalaias. Chegando ao aeroporto de Paro, seremos recepcionados pelo representante local para traslado para a capital do Butão, Thimphu. Chegada e acomodação no hotel em Thimphu. Restante do dia livre para aclimação e descanso. Café da manhã e jantar; Pernoite em Thimphu.

4º Dia - THIMPHU: Após o café da manhã, visita às mais importantes atrações de Thimphu: a Biblioteca Nacional, com vasta coleção de antigos textos e manuscritos budistas; a Escola de Artes & Artesanato, onde os alunos aprendem a fazer Zorig Chusum; o memorial Chorten, estupa construída pelo terceiro rei do Butão, conhecido como o pai do Butão moderno; o convento Drubthob; o Zangtopelri Lhakhang; o museu Folk Heritage; e o mercado de artesanato, onde será possível encontrar tecidos, pinturas thangkha, máscaras, joias, etc. Retorno ao hotel em Thimphu para jantar e pernoite. Café da manhã, almoço e jantar; Pernoite em Thimphu.

5º Dia - THIMPHU / PUNAKHA: Após o café da manhã, sairemos com destino a Punakha, com uma curta parada no famoso Dochula Pass (3.080m), de onde poderemos admirar a vista, assim como as estupas e as bandeiras de oração, que decoram o mais alto ponto da estrada. Se o céu estiver claro, podem-se ver vários picos deste local, como: Masagang (7.158m), Tsendagang (6.960m), Terigang (7.060m), Jejegangphugang (7.158 m), Kangphugang (7.170 m), Zongphugang (7.060 m) e, finalmente, Gangkar Puensum, o mais alto pico do Butão a 7.497m. Ainda no caminho para Punakha, visitaremos o Chimi Lhakhang, templo onde os fiéis vão orar por suas crianças - por proteção e saúde e, até mesmo, fertilidade. Após o almoço, visitaremos a Punakha Dzong, construída estrategicamente no encontro dos rios Pho Chhu e Mo Chhu, em 1637, e que servia de centro religioso e administrativo da região. Foi destruída após 4 incêndios e terremotos, mas está totalmente restaurada. No final do dia, acomodação no hotel em Punakha. Café da manhã, almoço e jantar; Pernoite em Punakha.

6º Dia - PUNAKHA / GANGTEY VALLEY / TRONGSA: Pela manhã, partiremos para Nobding, no centro do Butão. Ao longo da viagem, você vai se deparar com as belas paisagens do Butão rural, com povoados dispersos longe da estrada. Dirigimos cerca de uma hora para o Vale Phobjikha, um vale bem aberto, onde Gangtey Gompa está localizado em uma colina com vista sobre o vale. Gangtey Gompa é a escola de monges que segue a seita Nyingmapa no país. O piquenique de almoço será servido no caminho ou no restaurante de Chendebji. Dirigimos por mais duas horas, passando por várias aldeias, entre elas, Tsangkha e Tashicholing. No caminho, parada para ver o Trongsa Drong. Mais meia hora de estrada até o hotel, jantar e pernoite. Café da manhã, almoço e jantar; Pernoite em Trongsa.

7º Dia - TRONGSA / BUMTHANG: Após café da manhã, visitaremos a arquitetura monumental do Trongsa Dzong. O Dzong tem desempenhado um papel vital na formação da história política do Butão e tem vários mosteiros. Depois de Dzong, paramos na cidade de Trongsa para passear. Faremos uma pausa para almoço. À tarde, visitaremos o centro de tecelagem em Zugney. Seguiremos até Bumthang, onde faremos check in no hotel e teremos tempo livre para relaxar ou passear na cidade de Jakar. Café da manhã, almoço e jantar; Pernoite em Bumthang.

8º Dia - BUMTHANG: No vale Bumthang visitaremos alguns lugares interessantes: o templo Kurjey Lhakhang, os mosteiros Zangtopelri e Tamshing, o Jambay Lhakhang e o castelo Jakar Dzong. No início do dia, iremos ao Kurjey Lhakhang, onde, diz a lenda, Guru Rinpoche apareceu meditando em uma caverna. Em seguida, visitaremos o mosteiro Zangtopelri e o mosteiro Tamshing. Voltaremos ao hotel para almoçar e, na parte da tarde, seguimos para conhecer o Jambay Lhakhang, construído pelo rei tibetano Songtsen Gampo, no século VII, que é um símbolo da disseminação do budismo no país. Iremos visitar também o Jakar Dzong, o castelo do pássaro branco, que abriga o centro administrativo e instituto de monges. À noite, se houver interesse, será possível participar de uma experiência da filosofia budista na cerimônia de oração em Karchu Dratsang. Jantar e pernoite no hotel. Café da manhã, almoço e jantar; Pernoite em Bumthang.

9º Dia - BUMTHANG: Esta manhã partiremos para o vale Tang, em 24km em estrada de terra. No caminho visitaremos o Mebartsho (lago em chamas) e o mosteiro Kunzangdra, construído por Teteron Pema Lingpa, além de passarmos por diversas vilas, pela escola primária de Tang e o mosteiro Rimochen. No caminho, em local conveniente, faremos um piquenique. Em seguida, iremos ao Kizom, de onde caminharemos cerca de 1h até o Ugyen Choling. Ugyen Choling nunca foi sede do poder político, mas desempenhou papel vital como centro religioso. Por seu tamanho e magnitude, o complexo tornou-se um

museu histórico. Após a visita ao museu, caminharemos de volta à estrada e partiremos em direção ao hotel. Jantar e pernoite. Café da manhã, almoço e jantar; Pernoite em Bumthang.

10º Dia - BUMTHANG: Visitaremos o vale Ura, distante 48km (1h30) a partir de Jakar. No caminho até lá passaremos por coníferas, fazendas, pastos de ovelhas e belas paisagens. Teremos uma vista magnífica do Monte Gangkar Puensum (7.540m), a mais alta montanha não escalada do mundo. Desceremos para a aldeia no vale Ura, que tem um templo dedicado ao Guru Rinpoche, onde o festival anual de Ura é realizado no final da primavera. Café da manhã, almoço e jantar; Pernoite em Bumthang.

11º Dia - BUMTHANG / WANGDIPHODRANG / PUNAKHA: Viajaremos por cerca de 8 horas até Wangdue. O almoço será no Chendebji Chorten. Visitaremos o Wangdi Phodrang Dzong, mercado local, construído em 1750. Mais, aproximadamente, 3 horas de carro até o hotel. Jantar e pernoite no hotel. Café da manhã, almoço e jantar; Pernoite em Punakha.

12º Dia - PUNAKHA / PARO: Após o café da manhã, viagem até Paro. No caminho, visitaremos o Simtokha Dzong, mais antigo forte do Reinado, construído em 1627, e que agora é uma escola de estudos religiosos. Após o almoço em Paro, visita ao Ta Dzong, museu nacional do Butão, construído originalmente como uma torre de observação, mas que, desde 1967, serve de museu e acolhe uma coleção fascinante de arte, “thangkhas” e selos. Em seguida, visitaremos Rinpung Dzong, onde vivem os monges de Paro e onde funciona o departamento administrativo e jurídico do distrito de Paro. No final do dia, acomodação e jantar no hotel em Paro. Café da manhã, almoço e jantar; Pernoite em Paro.

13º Dia - PARO: Após do café da manhã, visita às ruínas da Drukgyel Dzong, forte de onde os butaneses se defenderam de várias invasões tibetanas. Em seguida, haverá a possibilidade de conhecer o estilo de vida da população local na visita a uma Bhutanese Farm House – Casa de Fazenda Butanesa. Enfim, o ponto alto da viagem (em todos os sentidos) será a caminhada até o Taktsang Monastery, o mais famoso monastério do Butão, também conhecido como Tiger’s Nest – Ninho do Tigre, de onde o famoso Guru Rinpoche teria chegado às costas de uma tigresa e meditado. A caminhada completa leva aproximadamente 5h, com vistas maravilhosas na subida e descida. Voltando para Paro ainda haverá tempo para conhecer o Kyichu Lhakhang, um dos mais antigos e mais sagrados templos do Butão. No final do dia, acomodação e jantar no hotel em Paro. Café da manhã, almoço e jantar; Pernoite em Paro.

14º Dia - PARO / KATHMANDU: Após o café da manhã, traslado ao aeroporto de Paro para voo de retorno a Kathmandu. Chegada em Kathmandu e traslado para o hotel. Restante do dia livre. Café da manhã; Pernoite em Kathmandu.

15º Dia - KATHMANDU / PATAN / KATHMANDU: Após o café da manhã, visitaremos Pashupatinath, Boudhanath Stupa e Patan Durbar Square. Começaremos visitando Pashupatinath, o maior templo hindu do Nepal, dedicado ao Deus Shiva, que atrai milhares de devotos. Em seguida, seguiremos para a Estupa Boudhanath, o maior templo budista do Nepal. Após o almoço, iremos para Patan, uma das mais famosas cidades do Vale de Kathmandu. Muito conhecida por seus templos hinduístas e budistas, pelo antigo palácio, além da arte e artesanato do povo Newari. No final do dia retorno a Kathmandu, acomodação e pernoite em hotel. Café da manhã; Pernoite em Kathmandu.

16º Dia - KATHMANDU / ORIGEM: Após o café da manhã e check out no hotel, teremos o dia livre para os últimos passeios pela cidade. Em horário apropriado, traslado para o aeroporto para embarque com destino à cidade de origem. Café da manhã; Sem pernoite incluso. A programação acima poderá sofrer

modificações devido a fatores climáticos, de acesso ou que possam interferir na segurança dos participantes.

O QUE ESTÁ INCLUSO

Inclui - 15 noites de hospedagem em apto duplo com café da manhã; - Pensão completa durante os 12 dias no Butão; - Voo internacional Butão (Kathmandu / Paro / Kathmandu); - Guia local durante a viagem falando espanhol (Nepal) e inglês (Butão); - Traslados em todos os aeroportos em serviços privativos; - Traslados terrestres em serviços privativos, em carro com ar condicionado; - Todas as entradas dos monumentos visitados durante o roteiro; - Visto para entrada no Butão; - Taxas governamentais para estadia no Butão; - Brindes exclusivos Pisa Trekking; - Assistência 24 horas no Brasil por telefone. Não inclui - Parte aérea - Brasil / Kathmandu / Brasil; - Taxas de embarque; - Gastos pessoais como telefonemas, lavanderia, refeições não inclusas, bebidas, gorjetas etc.; - Passeios e massagens opcionais; - Seguro viagem - Recomendamos o World Nomads - www.worldnomads.com.br; - IRRF referente a remessas ao exterior. Consulte seu agente de viagens sobre esse valor; - Qualquer outro item não mencionado como incluso.

PONTOS DE INTERESSE

- 2 noites em Thimphu com city tour completo pela capital do Butão; - Conheça a cidade de Punakha e seus atrativos culturais; - Com duas noites em Paro, visitaremos alguns dos mais importantes templos e monastérios do Butão, além da caminhada mais aguardada da viagem para visita ao Taktsang Monastery, mais conhecido como Tiger's Nest - Ninho do Tigre; - Uma viagem transformadora por um dos países mais intrigantes de todo o mundo; - Este é o roteiro mais completo no Butão, ideal para quem deseja conhecer além do tradicional circuito entre Thimphu, Punakha e Paro, visitaremos também os templos e monastérios da região de Bumthang durante 4 dias. Saídas diárias a partir de 1 pessoa.

O QUE LEVAR

- Roupas leves e confortáveis; - Calças de moletom (abrigo) ou tãtel; - Um agasalho de "fleece"; - Um par de tênis para caminhada; - Chapéu ou boné; - Óculos de sol; - Filtro solar para rosto e lábios; - Hidratante para evitar o ressecamento da pele; - Álcool em gel e/ou lenços umedecidos para higiene; - Medicamentos particulares e materiais de higiene pessoal; - Mochila pequena para usar nos passeios. Opcionais: - Máquina fotográfica, tripé, filmadora, mp3, além de baterias e pilhas extras; - Anorak com gorro, de preferência de material respirável como Gore Tex; - Gorro e luvas para o período mais frio.

INFORMAÇÕES IMPORTANTES

IMPORTANTE: com relação às novas taxas sobre transações internacionais, os valores descritos no site não as incluem, estando sujeitos a alterações. - Passaporte deverá ter validade mínima de 6 meses além do término da viagem. - Vistos: • O visto de turista pode ser aplicado online com pelo menos 15 dias de antecedência a sua chegada, mas também é possível fazê-lo na chegada ao aeroporto de Kathmandu. O taxa do visto é de US\$ 50 e deve ser pago no aeroporto, recomendamos levar essa quantia em espécie.

Link para o preenchimento do formulário para aplicar o visto: <https://nepaliport.immigration.gov.np/> • No caso do Butão, o visto é obrigatório e será requerido diretamente pela Pisa Trekking assim que a reserva for confirmada. É necessário cópia do passaporte (páginas 2 e 3), foto 5x7 e cópia do seguro (seguro em formato jpg). - Vacinas: • Para os destinos deste roteiro, é necessário o Comprovante Internacional de Vacinação de Febre Amarela (cartão na cor amarela); • Para a vacinação, em São Paulo favor procurar o Hospital das Clínicas, já que eles fornecem o Certificado Internacional na hora. Endereço: Av. Dr. Enéas de Carvalho Aguiar, 155 – Centro de Imunização – Medicina do Viajante. • É recomendável entrar em contato com o Centro de Medicina dos Viajantes dos principais hospitais de cada cidade. Os centros têm contato com a Organização Mundial da Saúde e informam quais as doenças e epidemias que podem ocorrer em cada país além de indicar quais as medidas profiláticas (vacinas ou outras formas de prevenção) a serem tomadas para cada destino. No caso deste serviço não estar disponível em sua cidade, consulte o seu médico ou o hospital da sua região para obter maiores informações.; • Mais informações podem ser encontradas nos sites abaixo: <https://www.gov.br/pt-br/servicos/obter-o-certificado-internacional-de-vacinacao-e-profilaxia> <http://www.cives.ufrj.br/> - Alimentação: • Durante os 5 dias no Butão, toda a alimentação está inclusa e serão feitas nos próprios hotéis ou restaurantes de acordo com a programação diária; • Em Kathmandu apenas o café da manhã está incluso. - Guias: Guia nepalês falando espanhol e guia butanês falando inglês. Ambos com ampla experiência na região.