



ANDRÓMEDA
expeditions



BHUTAN

EL REINO DE LA ETERNA FELICIDAD
FESTIVALES DE TIMPHU Y TAMSHING LHAKHANG

Fechas: 22 SEP – 03 OCT 2023
12 días / 10 noches



Día 01: BARCELONA - DOHA - KATMANDU
22SEP

A la hora indicada, presentación en el aeropuerto de origen, para realizar los trámites de facturación y embarque para salir en vuelo regular de la Compañía QATAR AIRWAYS con destino Doha.

Llegada a Doha y conexión con el vuelo hacia Katmandú.

QR146	BARCELONA – DOHA	16.20 – 23.35
QR652	DOHA – KATMANDU	01.35 – 09.05

Servicios a bordo.

Día 02: KATMANDU
23SEP Visita de la estupa de Boudhanath y barrio de Thamel

Llegada a las 09.05 hrs al aeropuerto de Katmandú.

Trámites de inmigración y aduana y encuentro con nuestro guía.

Traslado a nuestro Hotel Hyatt Regency.

Descanso hasta la hora de la salida al restaurante.

A la hora indicada, traslado a un restaurante para el almuerzo.

Visitaremos la zona de Durbar Square, en la ciudad antigua de Katmandú, donde se encuentra el templo donde vive "Kumari", diosa viviente de Katmandú.

Kathmandu es la capital de Nepal y la ciudad más grande del país, combinando historia y una creciente modernidad. El centro histórico recoge en su apiñado interior plazas y templos, que nada tienen que ver con las áreas residenciales, lujosos hoteles, restaurantes y tiendas de las afueras de la ciudad. El corazón de la ciudad se halla en la plaza Durbar, rodeada por el río Vishnumati al oeste, el parque Ratna al este, el río Bagmati en la parte sur y la zona de Thamel al norte. Desde nuestro ciclo o "rikshaw" fotografiar la gente, el ambiente y sus monumentos es mucho más fácil.

Seguidamente, tiempo en Thamel para comprar, tomarse un té o realizar compras en sus diversas tiendas.

Al finalizar el día, visita a la estupa de Boudhanath

Esta es una de las mayores pagodas del mundo, e importante lugar de peregrinación budista. Una vez completado su largo camino de peregrinación, los fieles tienen que dar 108 vueltas alrededor de esta estupa, tarea que lleva sobre unas 10 horas. Es un lugar indicado para visitar sobre todo al atardecer, momento en el que el lugar se carga de misticismo gracias a la luz de las velas.



Cena en el hotel.

Alojamiento en el HOTEL HYATT REGENCY KATMANDU.

Día 03: 24SEP	<i>KATMANDU - PARO - THIMPHU</i> <i>Festival Cultural de Timphu</i>
--------------------------------	--

Desayuno en el hotel.

Traslado al aeropuerto para salir en vuelo regular de la Compañía DRUK AIR BHUTAN con destino Paro.

KB401 KATMANDU – PARO 09.40 – 10.55

Llegada a Paro, trámites de inmigración y visado.

Encuentro con nuestro guía local.

Traslado a la ciudad de Thimphu, la capital de Bhutan.
Se encuentra a 1 hora y 30 minutos de distancia.

En el camino pasamos por el Puente de Tamchog Lhakhang construido por Thangtong Gyalpo, un constructor canonizado (un puente de hierro del siglo XIV-XV que introdujo el arte de la construcción de puentes con cadenas de hierro en suspensión). Pasamos por Chuzom (lugar donde confluyen los ríos). Los butaneses creen que los malos espíritus se reúnen en este lugar y por ello han construido tres santuarios en tres diferentes estilos: nepalí, tibetano y butanes.

Llegada Thimphu, situada a 2320m sobre el nivel del mar, la capital es una mezcla de lo tradicional y lo moderno. Es la única capital del mundo sin semáforos confiando en los elegantes gestos de los policías de tránsito. La población está en torno a 40.000 habitantes y se encuentra en un valle.

BHUTAN

Almuerzo en restaurante local.
Traslado a nuestro hotel.

Pasearemos por la tarde por el centro de Thimphu, para empezar a familiarizarnos con la gente y la ciudad.

Cena y alojamiento en el HOTEL LE MERIDIEN THIMPHU.



Día 04: 25SEP	THIMPHU Visita de la ciudad y Festival cultural de Thimphu
--------------------------------	---

Desayuno en el hotel.

Lo primero visitaremos el centro de fabricación de textiles, en donde hacen los vestidos tradicionales que todos los butaneses se ven obligados a llevar. Visitaremos el Chorten Memorial construido en 1974 para honrar la memoria del difunto rey Jigme Dorji Wangchuk, popularmente conocido como el padre de la moderna Bután. Una estupa de varios pisos, le dará a conocer la vitalidad del budismo tántrico.

Por lo demás Thimphu tiene tiendas, museos, un centro de medicina tradicional y un bonito Dzong. Los dzong son estructuras que se repiten a lo largo de todo el país y consisten en imponentes fortalezas de adobe y madera pintada con patios interiores en los que se reparten monjes y administración.

Lo más bonito de la ciudad es un antiguo templo llamado Changankha, del siglo XIV, donde los padres van con sus hijos recién nacidos para que los bendigan. En Bután el nombre de los niños lo eligen en el templo según su fecha de nacimiento. Los butaneses rezan primero postrándose hacia el lugar de rezo o estudio de un lama y luego hacia la figura del Buda. Lo hacen así porque dicen que sin la ayuda de los lamas no podrían entender la religión y que es a ellos a quien deben el primer respeto.

Almuerzo en restaurante local.

BHUTAN

Resto del día dedicado a asistir a uno de los más importantes y bonitos festivales en Bhutan, el Tshechu de Timphu o Festival de Otoño, que se realiza en el patio interior del Dzong.



Es un festival de color y poder místico. Los bailarines recrean los mitos y leyendas del Himalaya. Podremos ver magníficas procesiones que recuerdan batallas, danzas con máscaras, exóticos vestidos, una bella joyería, jinetes y caballos, arqueros, monjes con elegantes vestidos de seda y muchas cosas más.

El Trashy Chhoe Dzong (la Fortaleza de la Religión Gloriosa) es el símbolo de la capital, que actualmente acoge las oficinas del rey y al cuerpo monástico central.

Cena en restaurante local.

Alojamiento en HOTEL LE MERIDIEN TIMPHU

Día 05: THIMPHU - PUNAKHA
26SEP

Desayuno en el hotel.

Salida hacia Punakha.
Trayecto de unas 3 horas.

Las banderas de oración multicolor ondean en las laderas de las colinas. Las casas tradicionales, con dibujos coloridos, salpican la carretera, los arrozales en bancales bajan hacia el río con aguas cristalinas. Atravesaremos densos bosques llenos de cascadas, donde el agua demuestra su poder. Bhutan genera la totalidad de la energía hidráulica del norte de India. Hoy en día, Punakha sigue siendo la casa de Je Khenpo (abad principal) y el cuerpo monástico central. Fue construido en la confluencia de dos ríos llamado la PO-CHU-CHU y MO. Lo que quiere decir, hombre y mujer.

Llegada a Punakha e instalación en el hotel.

Punakha era la antigua capital de Bután y el magnífico dzong que está situado en una isla en medio del río. Es también la residencia de invierno del órgano monástico central. El valle es más cálido que Paro y Thimphu.



Tras el almuerzo, visitaremos el Punakha Dzong, posiblemente el más bello e imponente de todos los del país y que actualmente sirve como residencia del principal sacerdote, y después realizaremos la excursión al Dzong Phodrang y el Templo de la Fertilidad.



Es una ciudadela que parece un navío, aparece en la confluencia de dos ríos el río Madre (Mo Chhu) y el Padre (Pho Chhu). En los monasterios como ocurre en la capital se centra el poder religioso y civil. Y como ocurre en el de la capital no se puede visitar en su interior, solo los patios. Lo cierto es que todos son muy similares tanto en su arquitectura como en su ubicación. Aparece en la entrada de profundos valles, o en lo alto de colinas abruptas. El primero fue el de Simotkha se construyó en 1627 y todos los demás se copiaron de él. Actualmente el Dzong de Punakha sirve como centro de administración del distrito, así como la casa de invierno del líder espiritual Je Khenpo y de los monjes.

Cena y alojamiento en el DHENSA RESORT, situado en el corazón del Valle de Punakha.



Día 06: PUNAKHA - GANGTEY
27SEP

Desayuno en el hotel.

Traslado a la población de Trongsa.

Descubriremos en ruta la diversidad natural de este pequeño reino, desde las llanuras y arrozales del sur hasta las gigantescas cimas de la Cordillera del Himalaya.

Las banderas de oración multicolor ondean en las laderas de las colinas. Las casas tradicionales, con dibujos coloridos, salpican la carretera, los arrozales en bancales bajan hacia el río con aguas cristalinas

Atravesaremos densos bosques llenos de cascadas, donde el agua demuestra su poder. Bhutan genera la totalidad de la energía hidráulica del norte de India.

Cruzamos el paso de Dochula (3150m), donde en un día claro se puede ver la cordillera del Himalaya.



Seguiremos viaje con destino a Gangtey por el paso de alta montaña de Tong-la (3.088 m) y al Valle Phobjikha pasando por los densos bosques de robles y rododendros.

Descubriremos en ruta la diversidad natural de este pequeño reino, desde las llanuras y arrozales del sur hasta las gigantescas cimas de la Cordillera del Himalaya.

BHUTAN



Cena y alojamiento en el GANGTEY GOMPA LODGE.



Día 07: GANGTEY - TRONGSA - BUMTHANG
28SEP

Desayuno en el hotel.

Por la mañana, traslado a Bumthang.

Un trayecto que nos llevará unas 6 horas por un espectacular paisaje de bosque y montañas, miradores desde donde se ven los Himalaya y pueblos pintorescos con sus casas típicas.

Atravesaremos el collado Pele-la (3.300 m), frontera natural entre el Este y el Oeste. El collado está marcado por un gran chorten blanco con banderas de oraciones y el abrupto cambio de vegetación.



Parada en ruta para visitar el Chendbji Chorten, del mismo estilo que la estupa de Swayambhunath en Katmandú, con los ojos pintados en los cuatro puntos cardinales. Fue construido en el siglo XVIII por el Lama Shida del Tibet para vencer los restos del espíritu del demonio que fue vencido en este lugar.



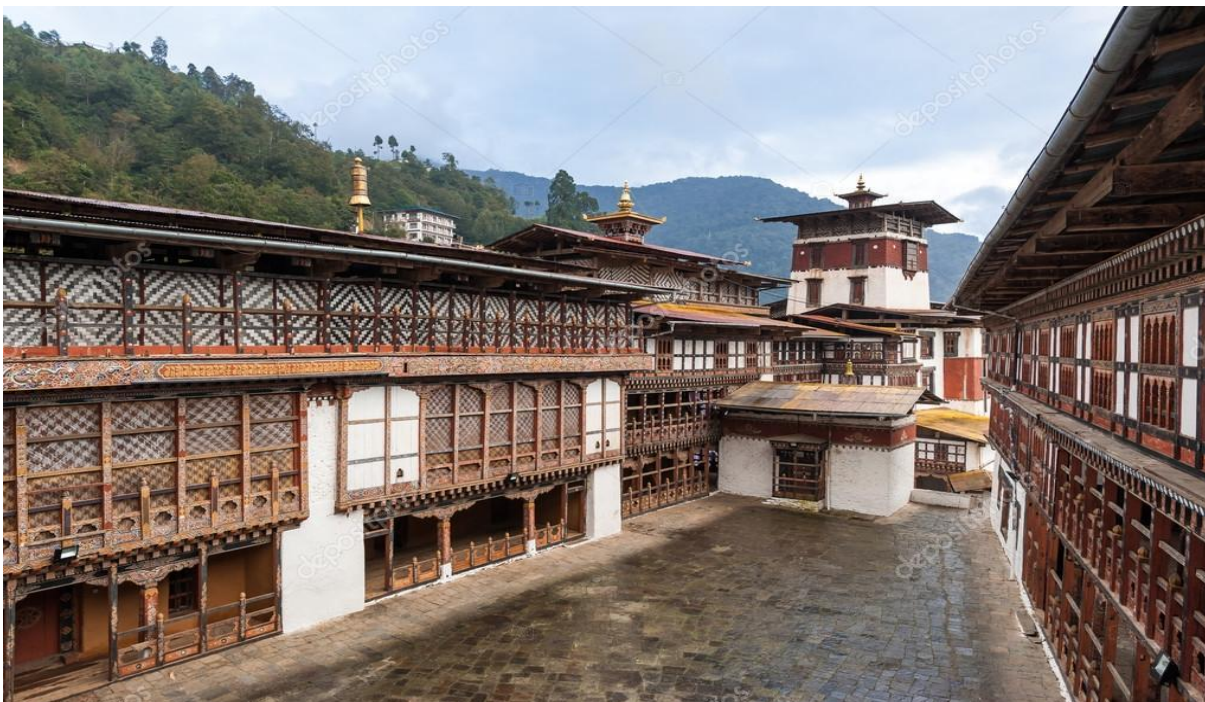
Llegada y visita a la fortaleza Trongsa Dzong.

Fue construida en diferentes períodos, con vistas al río Mangdu-Chu y es uno de los Dzongs más largos y más impresionante en Bután.

Para Naggi Wangchuk, la presencia de caballos en la zona fue un acontecimiento auspicioso.

Con el fin de immortalizar el acontecimiento milagroso, construyó una pequeña choza de meditación-Tshamkhang y comenzó a meditar allí, gradualmente más y más cabañas de meditación surgieron cerca y el lugar se parecía más a un pueblo.

La gente de yueli lo llamó Dzongsar (Pueblo Nuevo), y se quedó con ese nombre.



Almuerzo en restaurante local.

Después del almuerzo en Tromsa, continuación por carretera a Bumthang, a 68 kms de Trongsa, atravesando el collado de Yutong-la (3.400 m). La carretera asciende vertiginosamente hasta el collado para descender posteriormente en medio de un bosque de coníferas que se abre a un valle cultivado conocido como el valle Chumey.

Llegada a Bumthang.

Podremos realizar un paseo por el mercado y el centro del pueblo y tiempo para compartir experiencias con la gente local.

Cena y alojamiento en el BUMTHANG MOUNTAIN LODGE o similar

Día 08: BUMTHANG
29SEP

Desayuno en el hotel.

Día dedicado a explorar el Valle.

Bumthang es el nombre general dado a la combinación de cuatro valles: Chumey, Choekhor, Tang y Ura, con altitudes que varían de 2.600 metros a 4.000 m. Es el hogar de muchos de los prominentes templos y monasterios budistas.

Visita del paseo de los tres monasterios por el valle.



Comenzaremos por el Jambay Lhakhang, construido en el siglo VII por el rey tibetano Songtsen Gampo. Es uno de los 108 monasterios que construyó para someter a los espíritus malignos en la región del Himalaya.

Aquí asistiremos a su Festival de Tamshing Phala.





Luego continuaremos hacia Kurjey Lhakhang, en el interior del valle a través de tierras de cultivo durante media hora. Kurjey Lhakhang comprende tres templos. El de la derecha fue construido en 1652 sobre la roca donde meditaba Guru Padmasambhava en el siglo VIII. El templo central está construido en el lugar de una cueva que contiene una roca con la huella del cuerpo del Gurú, y por lo tanto se considera el más sagrado.

Tanto Jambay como Kurjey Lhakhang se encuentran en la margen izquierda del río Chamkhar Chhu.

Continuaremos la caminata por el valle desde Kurjey Lhakhang a través de un puente colgante a través de pequeños pueblos y tierras de cultivo.

BHUTAN

Hasta llegar al Monasterio Tamshing Lhakhang, ubicado al otro lado del río desde Kurjey Lhakhang. Este templo fue fundado en 1501 por Tertön Pema Lingpa, una reencarnación de Guru Padmasambhava. Hay pinturas religiosas muy antiguas alrededor de las paredes interiores del templo, que fue restaurado a finales del siglo XIX.

Almuerzo en restaurante local.

Cena y alojamiento en el BUMTHANG MOUNTAIN RESORT



Día 09: 30SEP	BUMTHANG - PARO <i>Vuelo doméstico a Paro y visita de la ciudad</i>
--------------------------------	--

Desayuno en el hotel.

Traslado al aeropuerto doméstico para salir en vuelo a Bumthang.
La duración del vuelo es de una hora y media.

Llegada y traslado al hotel.

Almuerzo en un restaurante local.

Por la tarde, visita de la ciudad con el Museo Nacional.

El Museo Nacional, se encuentra por encima del Paro Dzong en una antigua torre de vigilancia circular. Consta de seis plantas que se ocupan de diferentes aspectos de la cultura de Bhután. El museo también alberga una gran colección de Thangkhas (bordado o tapices pintados religiosos). El Tshogshing Lhakhang (templo del árbol de la sabiduría) se encuentra en el museo.

Vista del Dzong Rinpung.

Paro se encuentra dominado por su espléndido Dzong, junto al río, cercado por sauces, y que sirvió como decorado a Bertolucci en la película "El Pequeño Buda". El camino de piedra desciende de la fortaleza hasta un hermoso puente de madera con techo de teja y lindado por dos casetas de vigilancia que custodiaban el Dzong. Hoy en día, esta gran fortaleza construida en el año 1646, es la sede

de la administración del distrito, así como el hogar de la escuela monástica. La torre central (Utse) del Dzong, con su excelente madera, es una de las más bellas del país.

El nombre correcto es Rinchen Pung Dzong que significa fortaleza de un montón de joyas. Fue construido en 1646 por Ngawang Namgyal Shabdung. Antiguamente era el salón de reuniones de la Asamblea Nacional. El Dzong está situado en una posición estratégica en la ladera y tiene dos Lhakhangs (monasterios) y una Utse central (torre central). Al igual que todos los Dzongs el órgano administrativo y monástico local, están alojados en sus instalaciones.

Kyichu Lhakhang: es uno de los monasterios más antiguos del país construido en el siglo VII por el rey tibetano Songsten Gampo. La historia cuenta que un demonio gigante yacía en toda la zona del Tíbet y el Himalaya e impedía la difusión del budismo.



Cena y alojamiento en el ZHIWA LING HOTEL



Día 10: 01OCT	PARO <i>Subida al Monasterio “Nido del Tigre”</i>
--------------------------------	--

Desayuno temprano en el hotel.

Seguidamente subiremos al Monasterio de Taktshang, conocido como “el nido del tigre”, y situado a 2.952 metros de altura. Es una de las bellezas de Bhutan y sus vistas son realmente espectaculares.

También es una ascensión hacia la reflexión espiritual rodeado de bosques centenarios y un paisaje sobre acogedor.

Visita del Monasterio. Se construyó alrededor de una cueva en la que Guru Rinpoche (Padmasambhava) meditaba lo que parecía imposible, en el borde de un precipicio a 3.000m sobre el fondo del valle. Para la población local es un lugar de peregrinaje, pero para un turista, una caminata hasta el monasterio puede ser agotador, emocionante y místico. La leyenda dice que Guru Rinpoche se había trasladado al monasterio en la parte posterior de la tigresa del Tíbet y meditó en la cueva durante tres meses.



Almuerzo en un restaurante local de regreso a Paro.

Por la tarde podremos dar un paseo con el guía por la ciudad de Paro para ver la vida local en Bután y realizar las últimas compras.

La ciudad está situada justo debajo del Dzong. Cerca del puente están los chortens (o santuarios de oración) situados junto al palacio Ugyen Pelri.

Cena en el hotel y alojamiento en el ZHIWA LING HOTEL.

Día 11: PARO - KATMANDU - DOHA 02OCT
--

Desayuno picnic.

Traslado muy temprano al aeropuerto para salir en vuelo regular de la compañía DRUK AIR con destino Katmandú.

KB400 PARO – KATMANDU 07.00 – 08.00

Llegada a Katmandú, trámites de inmigración y equipajes y encuentro con nuestro guía.

Traslado al hotel e instalación en el ALOFT HOTEL THAMEL para su uso de día.

Tiempo para descansar en sus habitaciones.

A la hora indicada, traslado a un restaurante para almorzar.

Tiempo libre en el barrio de Thamel para pasear y tomar un café y comprar en sus innumerables tiendas de ropa deportiva y de montaña.



A la hora indicada, traslado al aeropuerto para salir en vuelo de la Compañía Qatar Airways con destino Doha.

QR647 KATMANDU – DOHA 20.20 – 22.35

Día 12: DOHA - BARCELONA
03OCT

Llegada a Doha y conexión con el vuelo a Barcelona

QR137 DOHA – BARCELONA 01.30 – 07.30

Llegada a Barcelona.

FIN DE NUESTROS SERVICIOS

Precios

PRECIO POR PERSONA en base habitación doble: 9.885 €

Tasas de billete, a reconfirmar: 445 €

Suplemento en habitación individual: 2.255 €

Expedición basada en un mínimo de 10 participantes y un guía acompañante de la agencia. En caso de no cumplir el número mínimo de viajeros se recotizará el guía acompañante en base a los pasajeros confirmados o en su caso, se confirmará la salida el viaje sin guía acompañante desde la salida y con guía local garantizado de habla castellana.

Nuestro precio incluye

- ▶ Billete aéreo internacional, con la compañía QATAR AIRWAYS en clase turista.
- ▶ Vuelos internos con DRUK AIR en clase turista.
- ▶ Trámite de visado en Bhutan
- ▶ Visado en Nepal
- ▶ Alojamiento en habitación doble con baño privado en los hoteles previstos.
- ▶ Desayuno en los hoteles
- ▶ Transporte en vehículo privado.
- ▶ Traslados aeropuerto-hotel-aeropuerto mencionados en el programa
- ▶ Guía de habla española/inglesa durante todo el circuito.
- ▶ Régimen de pensión completa según se especifica en el itinerario.
- ▶ Entradas a los museos, monumentos y sitios históricos mencionadas en el itinerario.
- ▶ Agua, té o café en todas las comidas y cenas
- ▶ Guía acompañante de nuestra agencia desde la salida de Barcelona y durante todo el viaje con un mínimo de 10 participantes.
- ▶ Seguro de asistencia en viaje.
- ▶ Seguro de cancelación y covid19 (consultar póliza)
- ▶ Documentación de viaje

Nuestro precio no incluye

- ▶ Tasas de aeropuerto
- ▶ Todo lo no detallado en el apartado "el precio incluye".
- ▶ Extras de índole personal, como teléfono, lavandería, minibar...
- ▶ Bebidas no mencionadas en el apartado anterior
- ▶ PROPINAS
- ▶ Costes adicionales producidos por causas climáticas o de fuerza mayor.

