



2027 Nepal

Dal 19 al 31 Gennaio 2027

Ci sono viaggi che riempiono una valigia di ricordi. E poi ci sono viaggi che trasformano il modo in cui guardiamo il mondo.

Il Nepal è uno di questi.

Una terra sospesa tra cielo e terra, dove le più alte montagne del pianeta si specchiano negli occhi di popoli antichi, dove il silenzio dei monasteri buddisti convive con il suono delle preghiere e dove ogni sentiero racconta una storia fatta di spiritualità, natura e profonda umanità.

Questo itinerario è stato pensato per permettere ai partecipanti di entrare in contatto con l'anima autentica del Nepal: dalle affascinanti città storiche della Valle di Kathmandu alle foreste del Parco di Chitwan, dai villaggi tradizionali ai panorami mozzafiato dell'Himalaya che all'alba si tingono di oro e di luce.

Ma ciò che rende questa esperienza davvero speciale è la presenza del Dr. Francesco Tassone, che accompagnerà il gruppo per tutta la durata del viaggio. Agronomo, esperto botanico, scrittore, grande viaggiatore e maestro di Yoga, il Dr. Tassone rappresenta una guida d'eccezione per chi desidera andare oltre la semplice visita turistica. Grazie alla sua profonda conoscenza del mondo vegetale, delle culture orientali e dei percorsi di crescita personale, ogni luogo visitato potrà essere osservato con uno sguardo diverso, più consapevole e più profondo.

Sarà un'occasione unica per comprendere il legame tra uomo e natura, per lasciarsi ispirare dalla saggezza delle tradizioni himalayane e per vivere momenti di autentica connessione con se stessi e con il territorio che ci ospita.

Un viaggio che unisce scoperta, cultura, benessere e meraviglia.

Un viaggio da vivere con tutti i sensi.

Un viaggio che, al ritorno, continuerà a raccontarsi dentro di noi.

Nepal 2027: non una semplice destinazione, ma un'esperienza capace di lasciare un segno nel cuore e nell'anima.

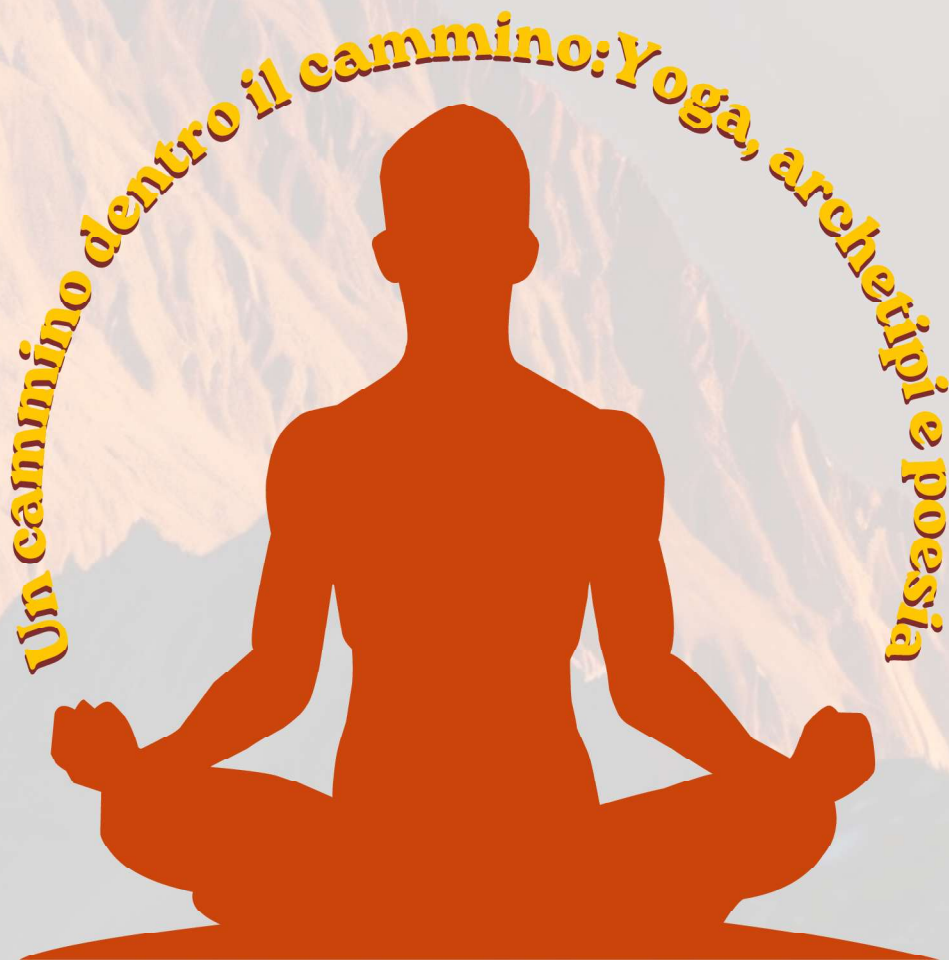
Accanto all'itinerario, lungo tutte le giornate, si snoderà un secondo viaggio: quello interiore. Guidati dal Dr. Francesco Tassone — maestro di Yoga, botanico e poeta — i partecipanti saranno accompagnati in un percorso pensato per trasformare il Nepal da semplice luogo da visitare a esperienza da attraversare con tutto se stessi.

In alcuni dei luoghi più iconici del Paese — all'alba sull'Himalaya, in riva al lago Phewa, nel silenzio dei monasteri — il gruppo vivrà momenti di Yoga e di meditazione dolce, accessibili a tutti e senza alcuna preparazione richiesta: semplici risvegli del corpo e del respiro per entrare in sintonia con la terra che ci ospita.

Il cammino si aprirà con un cerchio dedicato alla lettura degli archetipi, in cui ciascuno riceverà un'immagine simbolica da portare con sé come compagna di viaggio. E si chiuderà con un dono raro: una poesia personale, scritta durante il viaggio e dedicata a ciascun partecipante, perché un frammento di questa esperienza possa continuare a parlare anche al ritorno.

E questo cammino sarà anche l'occasione per scoprire insieme «Il codice del viaggiatore»: le chiavi di sguardo che trasformano ogni viaggio in un'esperienza interiore — raccolte nel libro che ogni partecipante porterà con sé.

Perché in Nepal non si va soltanto a guardare le montagne più alte del mondo: si va, soprattutto, a salire dentro di sé.



PIANO VOLI



Volo	Da	A	Partenza	Arrivo
TK1396	CTA	IST	19/01/27 19:25	19/01/27 23:50
TK726	IST	KTM	20/01/27 01:20	20/01/27 11:10
TK727	KTM	IST	30/01/27 12:35	30/01/27 18:25
TK1395	IST	CTA	31/01/27 17:55	31/01/27 18:25



ITINERARIO

19.01.2027 1° GIORNO - CATANIA/KATHMANDU

Partenza in bus riservato da Reggio Calabria, arrivo a Catania Aeroporto e Partenza per Kathmandu con volo di linea Turkish Airlines con cambio aeromobile a Istanbul (i bagagli saranno spediti direttamente a destinazione finale).

Pasti, pernottamento a bordo.

20.01.2027 2° GIORNO - KATHMANDU

Pensione completa con prima colazione a bordo. Arrivo a Kathmandu in mattinata e trasferimento in hotel. Camera a disposizione dalle 13. Pranzo in hotel. Nel pomeriggio visita del gigantesco stupa di Bodnath, intorno al quale si muove la comunità dei rifugiati tibetani in esilio. Cena in hotel. Pernottamento.

Sistemazione prevista: Hyatt Centric / Aloft by Marriott



Cerchio di apertura & Yoga del ritorno al corpo

In serata, dopo il lungo viaggio, il gruppo si ritrova per il cerchio di apertura del cammino interiore: una dolce pratica di Yoga rigenerante e di respirazione consapevole (pranayama) per sciogliere le tensioni del volo e ritrovare il proprio centro. Sarà anche il momento della lettura degli archetipi, in cui ciascun partecipante riceverà la propria immagine simbolica da custodire per tutto il viaggio.

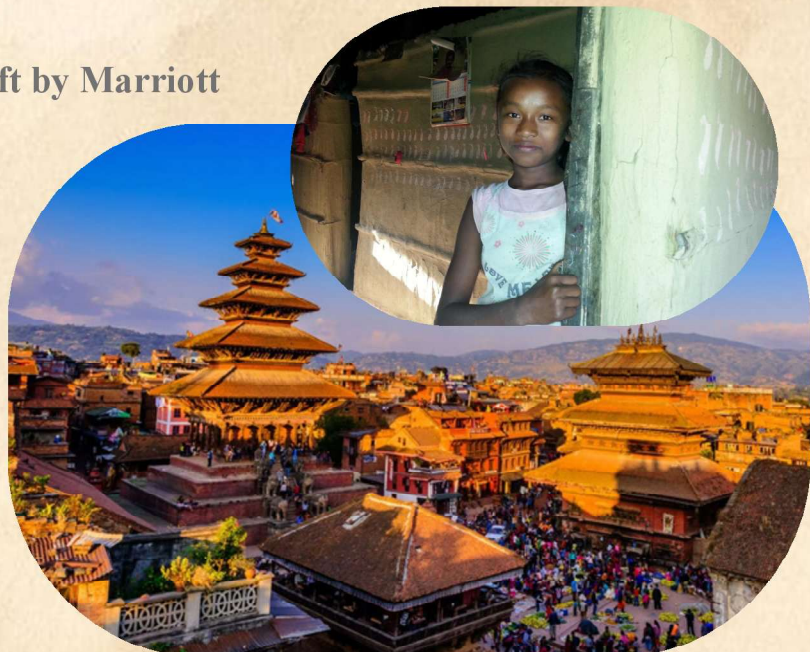
21.01.2027 3° GIORNO - KATHMANDU

Pensione completa. Visita allo stupa di Swayambhunath, opera risalente a circa 2.500 anni fa, situato in cima ad una collina che offre una spettacolare vista della valle. Di seguito, visita del centro storico della città, che fu capitale e sede del governo sotto varie dinastie, con la Durbar Square e la casa della “dea bambina”, la Kumari. Pranzo in ristorante locale. Nel pomeriggio, visita di Patan, antica capitale del Regno. Cena in hotel. Pernottamento.

Sistemazione prevista: Hyatt Centric / Aloft by Marriott

◆————◆

Yoga all'alba sulla collina — Per chi lo desidera, prima dell'inizio delle visite, breve risveglio di Yoga e meditazione al sorgere del sole, in cima alla collina di Swayambhunath, mentre la Valle di Kathmandu si accende lentamente di luce sotto i nostri occhi.



22.01.2027 4° GIORNO - KATHMANDU/PARCO DI CHITWAN



Pensione completa nel lodge. Trasferimento via terra al parco di Chitwan (5/6 ore circa), sito nella lussureggiante pianura del Terai, al sud del Nepal ai confini con l'India. Trasferimento in resort nei pressi del parco. Nel pomeriggio, primo safari in jeep nel Parco, che ospita i rarissimi rinoceronti unicorno asiatico, orsi bruni, leopardi ed antilopi. Pernottamento.

Sistemazione prevista: Landmark Forest / Macan Country



23.01.2027 5° GIORNO - PARCO DI CHITWAN

Pensione completa nel lodge. Al mattino, secondo safari in jeep nel Parco. Nel pomeriggio, attività varie a seconda del resort dove vi trovate organizzate dal resort a seconda della stagionalità e anche della location dello stesso, quali la visita agli allevamenti di elefanti, di coccodrilli, giro in canoa, visita ai villaggi locali ecc. Pernottamento.

Sistemazione prevista: Landmark Forest / Machan Country

Yoga nella natura del Terai — Al primo mattino, prima del safari, pratica di Yoga immersi nella natura lussureggiante del Terai. Sarà l'occasione per una connessione profonda con il mondo vegetale: il Dr. Tassone, agronomo ed esperto botanico, accompagnerà il gruppo all'ascolto degli alberi e delle piante che ci circondano, riscoprendo l'antico legame tra il respiro dell'uomo e quello della foresta.



24.01.2027 6° GIORNO - PARCO DI CHITWAN/BANDIPUR/POKHARA



Pensione completa. Trasferimento via terra a Pokhara (6 ore circa). Lungo il tragitto, sosta all'antico villaggio di Bandipur per la visita. Pranzo in ristorante a Bandipur. Proseguimento per Pokhara. Cena in hotel. Pernottamento.
Sistemazione prevista: Mountain Glory / Pokhara Grande



25.01.2027 7° GIORNO - POKHARA



Pensione completa. Sveglia prima dell'alba per andarla ad ammirare nel punto panoramico di Sarangkot. Rientro in hotel per la prima colazione. In mattinata, visita della località un tempo famoso ritrovo dei figli dei fiori. In particolare si visiteranno il tempio Bindhyabasini e il centro dei rifugiati tibetani. Pranzo in ristorante locale. Nel pomeriggio, giro in barca sul grande lago Phewa, su cui nelle giornate di bel tempo si affacciano le montagne. Cena in hotel. Pernottamento.

Sistemazione prevista: Mountain Glory / Pokhara Grande

Saluto al sole sull'Himalaya — All'alba, dal punto

panoramico di Sarangkot, mentre le vette

dell'Annapurna si tingono d'oro, il gruppo vivrà un

Saluto al Sole (Surya Namaskar) di rara intensità: il

corpo e la montagna che si risvegliano insieme. Nel

pomeriggio, durante il giro in barca sul lago Phewa, un

momento di meditazione silenziosa sull'acqua, con le

cime che si specchiano nella sua superficie.



26.01.2027 8° GIORNO - POKHARA/KATHMANDU

Pensione completa. In mattinata, trasferimento in pullman a Kathmandu (7/8 ore circa). Pranzo in ristorante lungo il tragitto. All'arrivo, tempo permettendo, passeggiata nei mercati di Ason, Indra Chok e Machendra Bahal. Cena in hotel. Pernottamento.

Sistemazione prevista: Hyatt Centric / Aloft by Marriott

27.01.2027 9° GIORNO - KATHMANDU

Pensione completa. In mattinata, prima visita a Nord della città, dove sulla cima di un'altura che domina la valle di Kathmandu si trova il monastero di Kopan, che ospita sia monaci che monache. Di seguito, visita al sacro luogo di pellegrinaggio induista di Budhanilkantha, dove si venera la statua del dio Vishnu addormentata sul serpente Shesha mentre dorme sull'oceano primordiale. Pranzo in ristorante locale. Nel pomeriggio, visita al villaggio tipico nepalese di Kirtipur. Rientro a Kathmandu. Cena tipica nepalese in ristorante con danze folk delle varie etnie nepalesi. Rientro in hotel. Pernottamento.

Sistemazione prevista: Hyatt Centric / Aloft by Marriott



Meditazione al monastero di Kopan — Al monastero di Kopan, affacciato sulla valle e abitato dal raccoglimento di monaci e monache, il gruppo si concederà un momento di meditazione e di silenzio condiviso: un'immersione nella spiritualità buddhista che dona respiro e profondità all'intera esperienza.

28.01.2027 10° GIORNO - KATHMANDU/NAGARKOT

Pensione completa. In mattinata, tempo a disposizione per effettuare il sorvolo con un piccolo aereo delle vette della catena Himalayana (costo non incluso). Di seguito, visita alla magnifica città medioevale di Bhaktapur, protetta dall'Unesco. Passeggiata attraverso i vicioletti per ammirare i raffinati intarsi nel legno che decorano le case e gli antichi templi a pagoda. Si prosegue per il vicino villaggio tipico di Changunarayan con il suo omonimo tempio. Proseguimento per Nagarkot, che si trova nella parte Est della valle di Kathmandu. Sistemazione in semplice hotel sulle "colline". Pernottamento.

Sistemazione prevista: Club Himalaya Nagarkot



29.01.2027 11° GIORNO - NAGARKOT/KATHMANDU

Pensione completa. Sveglia presto per ammirare l'alba sulle vette della catena Est himalayana, splendenti se bacciate dal sole, davanti ad una buona tazza di tè o caffè caldo. Possibilità di leggero trekking nell'area. Rientro a Kathmandu. Nel pomeriggio, tempo a disposizione in città per gli ultimi acquisti. Pernottamento.

Sistemazione prevista: Hyatt Centric / Aloft by Marriott

Cerchio di chiusura & il dono della poesia

— All'alba, di fronte all'intera catena himalayana che si accende di luce, si terrà la pratica conclusiva di Yoga del viaggio: il saluto più alto, là dove la terra sembra toccare il cielo. Seguirà il cerchio di chiusura, in cui ciascun partecipante riceverà la propria poesia personale, scritta durante il cammino e dedicata a lui: un frammento di parola da portare a casa, perché il Nepal continui a vivere dentro di noi anche dopo il ritorno.



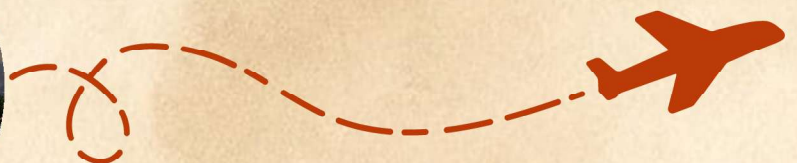
30.01.2027 12° GIORNO - KATHMANDU/ISTANBUL

Prima colazione. Trasferimento in aeroporto e partenza per Istanbul con volo di linea Turkish Airlines. Trasferimento per l'hotel. Cena (fredda per arrivi in hotel dopo le ore 21:00)

Sistemazione prevista: Nippon o similare

31.01.2027 13° GIORNO - ISTANBUL/CATANIA

Prima colazione in albergo. Incontro con la guida parlante italiano e partenza per il centro storico. Visita all'Ippodromo, sede delle corse delle bighe; agli obelischi; alla Moschea del Sultano Ahmet, nota come Moschea Blu per le sue maioliche del XVII secolo; alla Chiesa di Santa Sofia, capolavoro dell'architettura bizantina; alla Cisterna Basilica, costruita sotto il regno di Giustiniano I nel 532, il periodo più prospero dell'Impero Romano d'Oriente. Pranzo in ristorante. Trasferimento in aeroporto per il volo di rientro in Italia. Volo Turkish Airlines per Catania.



Quota di partecipazione a persona in camera doppia € 3950,00

Supplemento per sistemazione in camera singola € 700,00

LE QUOTE COMPRENDONO

- Volo intercontinentale Turkish Airlines in classe economica da Catania (bus da Reggio Calabria a Catania andata e ritorno), andata e ritorno Kathmandu come da operativo, con stopover a Istanbul al ritorno. Franchigia bagaglio TK (30 kg) + trolley e zainetto o borsa
- Tutti i trasferimenti indicati, con bus privato con aria condizionata (dimensioni adatte al numero dei partecipanti)
- Pernottamenti negli hotel indicati o similari di pari categoria, camera base
- Circuito come da programma/itinerario
- Trattamento di pensione completa, dal pranzo del secondo giorno alla prima colazione del 30 gennaio. Bevande escluse
- Bottigliette di acqua minerale a disposizione sul pullman durante i tragitti
- Una guida/accompagnatore nepalese parlante italiano al seguito per tutto il tour, dall'arrivo in Nepal alla partenza, soggiornante in hotel diversi da quelli del gruppo
- Tour Leader in partenza da Reggio Calabria
- Percorso esperienziale di Yoga e meditazione in luoghi iconici, lettura degli archetipi e poesia personale dedicata, a cura del Dr. Francesco Tassone (maestro di Yoga, botanico e poeta)
- Una copia in omaggio a ogni partecipante del libro «Il codice del viaggiatore» di Francesco Tassone con la prefazione di Antonio di Marno
- Tutte le visite e gli ingressi indicati
- Pacchetto Stop a Istanbul come da programma
- assicurazione medico - bagaglio base (massimale 30.000 euro)
- ASSISTENZA 24 ORE SU 24

LE QUOTE NON COMPRENDONO

- Visto Nepal. Si ottiene comodamente online prima della partenza. Va stampato e portato con sé e si paga all'arrivo a Kathmandu in aeroporto. Costa USD 30 (quota soggetta a variazione). Gli europei lo pagano in Euro al cambio del giorno. Necessario avere con sé il passaporto con validità residua di almeno 6 mesi dalla data di rientro dal Nepal. Si può fare anche sul posto all'arrivo, ma facendolo online prima di partire si evitano le code e si va.
- Assicurazione multirischio (annullamento e integrativa medico - bagaglio fino a 250.000 Euro)
- Le bevande e i pasti eventualmente indicati
- Le mance
- Extra a carattere personale
- Tutto quanto non specificamente menzionato come incluso



Per chi è questo viaggio

Questo non è un viaggio estremo e non richiede particolari capacità atletiche. Non sono previsti trekking impegnativi né si raggiungono altitudini elevate che possano creare particolari difficoltà.

È però un viaggio autentico.

Per viverlo al meglio è richiesta una buona mobilità, la capacità di affrontare giornate ricche di visite e la disponibilità a percorrere alcuni lunghi trasferimenti via terra che, in Nepal, fanno parte integrante dell'esperienza di viaggio.

È un itinerario pensato per persone curiose, aperte al mondo e desiderose di entrare in contatto con culture molto diverse dalla nostra. Chi parte deve essere disposto ad accogliere ritmi, tradizioni, sapori e modi di vivere lontani dagli standard occidentali.

Gli hotel selezionati rappresentano quanto di meglio disponibile nelle varie località visitate e nelle principali città soggiungeremo in strutture di ottimo livello. In alcune aree del Paese, tuttavia, l'offerta alberghiera è inevitabilmente più semplice ed essenziale: è parte del fascino e dell'autenticità del Nepal, una terra che si lascia scoprire proprio perché ancora lontana dai modelli del turismo omologato.

Questo viaggio è ideale per chi sa che il vero lusso non è soltanto il comfort, ma il privilegio di assistere all'alba sull'Himalaya, osservare un rinoceronte nel suo habitat naturale, passeggiare tra antichi monasteri buddisti o condividere un sorriso con la MERAVIGLIOSA popolazione locale.

Se cerchi una vacanza dove tutto è prevedibile, questo probabilmente non è il viaggio giusto.

Se invece ti consideri un viaggiatore, se ami la scoperta, l'incontro e l'emozione dell'inaspettato, allora il Nepal saprà regalarti qualcosa che difficilmente potrai dimenticare.

Perché alcuni viaggi si raccontano. Altri si portano dentro per tutta la vita.



DOCUMENTI NECESSARI PER CITTADINI NON ITALIANI

In caso di passeggeri di nazionalità NON ITALIANA/NATI ALL'ESTERO si prega di consultare l'Ambasciata dei paesi da visitare per verificare i documenti necessari per l'ingresso nel Paese.

NORMATIVA TRASPORTO MEDICINALI

Si consiglia ai connazionali che intendono recarsi all'estero di controllare la lista completa delle sostanze interdette prima di partire. Per accedere alla lista, è possibile consultare il sito Viaggiare Sicuri o quello delle relative ambasciate.

ORDINE DELLE VISITE

Per ragioni operative l'ordine delle visite previste e il programma delle stesse possono subire variazioni comunicate dai rappresentanti locali direttamente a destinazione.

VISTO NEPAL

Il visto nepalese si ottiene direttamente in arrivo all'aeroporto di Kathmandu. Nella sala di arrivo si trova il modulo da compilare al quale si allega 1 fototessera. È necessario il passaporto in originale con validità di almeno 6 mesi dalla data di uscita dal Nepal. Il costo è di usd 30 pp (pagabile anche con l'equivalente in euro) per una durata di massimo 15 gg.

VACCINAZIONI NEPAL

Nessuna vaccinazione è obbligatoria.

ALTITUDINE NEPAL

In Nepal non esistono problemi di altitudine. I tour classici si svolgono da un massimo di 2000 (Nagarkot) ad un minimo di 300 (Chitwan).

CLIMA IN NEPAL

Il periodo ideale per un viaggio in Nepal è da ottobre ad aprile. Nei mesi di luglio, agosto e settembre il monzone potrebbe portare piogge con conseguente peggioramento dello stato delle strade e poca visibilità delle cime delle montagne.

GUIDE IN NEPAL

Per i tour di gruppo è sempre prevista la presenza di un tour escort (guida nepalese parlante italiano) al seguito per tutto il tour.



Accompagnerà questo viaggio:

Francesco Tassone, poeta, scrittore di libri dedicati al viaggio, agronomo e maestro di Yoga.

Da molti anni accompagna gruppi in tutto il mondo, trasformando ogni itinerario in un'esperienza che va oltre la semplice visita dei luoghi.

Profondo conoscitore delle culture, della natura e della psiche umana, ama raccontare il viaggio come occasione di crescita, incontro e scoperta. Con la sua sensibilità e il suo modo di narrare, invita ogni viaggiatore a guardare il mondo con occhi nuovi.

Insieme ad Antonio Di Marno è autore del libro “Il codice del viaggiatore”, nato dalle esperienze, dagli incontri e dalle emozioni vissute accompagnando migliaia di persone in viaggio.

