

VIAGGI IN
Bhutan

CATALOGO 2025



www.consciousjourneys.com

Indice

Turismo Consapevole ed Esperienziale	pag. 4
Conscious Journeys	pag. 7
Tutto il meglio dell'Asia	pag. 8
I nostri itinerari	pag. 11

Viaggi

Bhutan: L'essenza del Bhutan	pag. 12
India e Bhutan: Sikkim e Bhutan	pag. 14
Bhutan: Esperienza HeritageLuxury in Bhutan	pag. 16
Bhutan: Alla scoperta del Bhutan: natura, comunità e trekking	pag. 18
Bhutan: Il meglio del Bhutan	pag. 20
India e Bhutan: Bhutan e Isole Andamane	pag. 22
Nepal e Bhutan: l'anima dell'Himalaya	pag. 24

Turismo Consapevole ed esperienziale

Il turismo consapevole è sinonimo stretto di viaggiare con coinvolgimento, passione e crescita personale. Tramite il **turismo consapevole** cerchiamo di favorire un **incontro autentico**, sincero e intimo tra la **saggezza orientale** e il **pragmatismo occidentale**, in modo che l'esperienza di viaggio possa essere **rielaborata** in modo creativo nella **vita personale** di tutti gli individui e delle comunità coinvolte. A tal fine ogni tour diventerà un **percorso di crescita personale** attraverso uno scambio reciproco tra i viaggiatori e le comunità locali. Il nostro motto è

“riscoprire se stessi attraverso il viaggio”. Così anche il turismo esperienziale è **un nodo di viaggiare che coinvolge i partecipanti in una serie di attività indimenticabili con un forte impatto personale. Attività che colpiscono tutti i sensi e creano connessioni a livello fisico, emotivo, spirituale, sociale e intellettuale. I nostri itinerari sono stati progettati per tutti quei viaggiatori che vogliono vivere esperienze esclusive, uniche e dal valore inestimabile e che apportino benefici alla propria salute e a quella del pianeta.**






Conscious Journeys





Conscious Journeys è un **DMC** (Destination Management Company) specializzato in **viaggi consapevoli ed esperienziali** nei Paesi asiatici, con sede principale in **India** (Kolkata), e filiali in **Sri Lanka** (Kochchikade), **Bhutan** (Thimpu), **Thailandia** (Bangkok) e **Birmania** (Yangon).

Siamo il tuo partner ideale per organizzare il tuo tour in Asia. Abbiamo una profonda conoscenza di ogni destinazione, pertanto **siamo in grado di selezionare le migliori esperienze** che potrai vivere durante il tuo tour. Ci sono luoghi in Asia in grado di stupirti per la straordinaria bellezza della natura e della cultura delle antiche civiltà. Intraprendere un vero e proprio viaggio, non significa soltanto visitare le città più conosciute per spuntarle dalla propria lista di luoghi da visitare. Significa anche **vivere le**

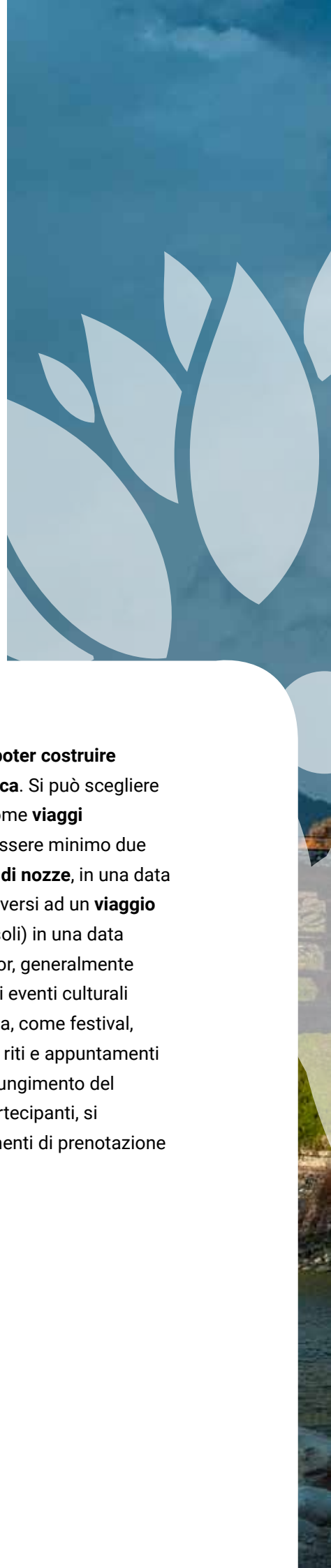
Conscious Journeys

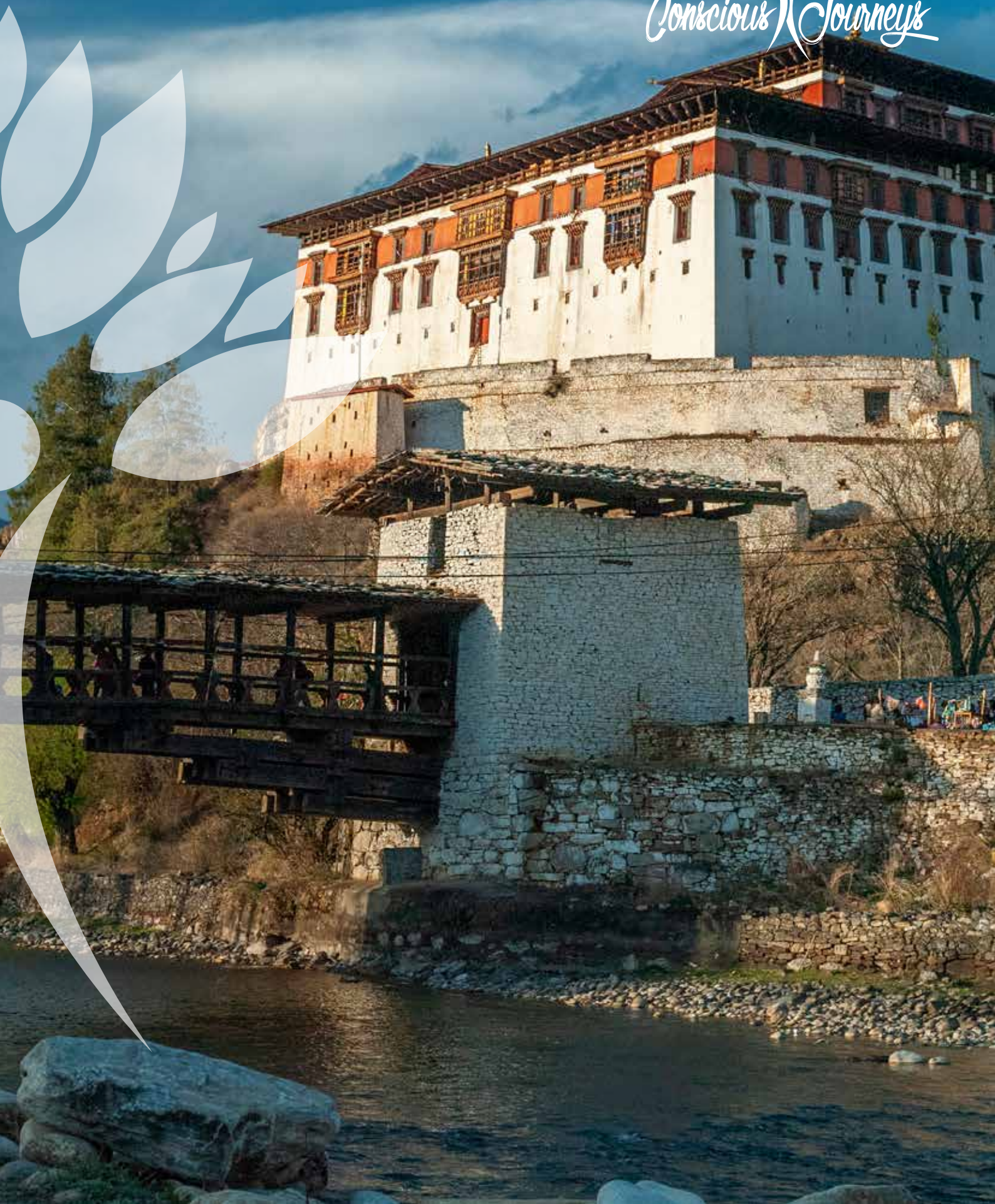
esperienze più significative disponibili in quei luoghi, e noi vogliamo **farvi scoprire la vera anima e l'essenza culturale** di ogni destinazione, che sarà il souvenir più importante da portare a casa dopo il viaggio. Viaggiando con noi, avrai la possibilità di **esplorare** i nostri luoghi **in modo più profondo**, senza soffermarsi soltanto sugli aspetti "turistici". Per noi il turismo esperienziale è il fulcro del nostro lavoro, affinché tutti i nostri viaggiatori possano **avere l'opportunità di vivere un'esperienza culturale, sociale ed emozionale.**

Tutto il meglio dell'Asia

Conscious Journeys propone **viaggi organizzati** in alcuni paesi dell'Asia, come India, Bhutan, Sri Lanka, Nepal, Birmania, Thailandia, Malesia e isole Maldive. Potrete vivere **esperienze coinvolgenti** in **totale sicurezza** e soprattutto **senza pensieri**, in quanto saremo noi a occuparci di tutto, assistendo il cliente in qualunque situazione, in particolare nella **scelta di hotel e resort di qualità**, **guide specializzate** e **autisti privati**, ma soprattutto a predisporre **incontri con associazioni, cooperative del commercio equo e solidale** (siamo anche partner Altromercato) e **comunità che costituiscono il terreno culturale**

per eccellenza dove poter costruire un'esperienza autentica. Si può scegliere tra diverse formule come **viaggi individuali** (bisogna essere minimo due partecipanti) e **viaggi di nozze**, in una data flessibile, oppure iscriversi ad un **viaggio di gruppo** (anche da soli) in una data scelta dal tour operator, generalmente coincidenti con grandi eventi culturali che si svolgono in Asia, come festival, celebrazioni religiose, riti e appuntamenti aggregativi, e al raggiungimento del numero minimo di partecipanti, si avvieranno i procedimenti di prenotazione per tutti gli iscritti.









I nostri itinerari

Negli itinerari, che ad una prima lettura possono sembrare uguali, si celano talvolta **differenze comprensibili** solo agli **addetti ai lavori**, constatabili solo a viaggio concluso, talvolta, quando ci capita di confrontare la nostra con l'altrui esperienza.

Scopriamo così che **potevamo evitarci** una levataccia o una fatica inutile, che **siamo passati accanto ad un luogo di interesse** e non l'abbiamo visto, che per risparmiare su un hotel abbiamo **fatto due volte la stessa strada** e ci siamo anche privati di uno spettacolo inconsueto o di un piacevole momento di relax... La **qualità del viaggio non è data solamente dalle stelle dell'hotel**, nasce dalla **conoscenza, dall'esperienza,**

dalla sensibilità e dalla cultura di chi lo progetta, da una **filosofia** che pone al centro il viaggio ed il viaggiatore con le sue esigenze e i suoi interessi.

Scegliamo attentamente le strutture di accoglienza che non sono dei semplici hotel ma spesso **eco-lodge o piccoli resort, alberghi di charme** o in posizioni esclusive, che lasciano nell'ospite l'impronta della loro atmosfera. Soggiornare in queste strutture significa **compiere un viaggio nel viaggio**. Nelle località che non offrono un'ampia possibilità di scelta, optiamo comunque sempre per le **sistemazioni migliori**.



Bhutan

L'essenza del Bhutan

Questo tour di 8 giorni permette di scoprire i luoghi più significativi del Bhutan, un paese che considera sacra l'intera natura e che protegge molte specie himalayane in via di estinzione altrove. Ultimo custode del Buddismo Vajrayana, il Bhutan affascina con i suoi monasteri, i monaci e i paesaggi spirituali. L'itinerario include il leggendario Nido della Tigre e una giornata di meditazione con i monaci al Monastero di Dodeydra, oltre

a una visita a Thimphu per conoscere progetti educativi legati alle arti tradizionali.



Viaggio di Gruppo (min. 1 persona - il viaggio verrà confermato al raggiungimento del minimo degli iscritti)



Viaggio privato (min. 2 persone - partenza individuale)

Periodo ideale per partire: da Marzo a Maggio



Itinerario

GIORNO 1 - ARRIVO A CALCUTTA

Arrivo a Kolkata, trasferimento in hotel e breve tour della città con giro in barca sul Gange al tramonto. Pernottamento a Kolkata (C)

GIORNO 2 - VOLO PER PARO

Volo per Paro con viste spettacolari sull'Himalaya, arrivo e trasferimento a Thimphu con visite culturali e interazioni alla scuola d'arte CTAS, seguite da un incontro sulla Felicità Interna Lorda. Pernottamento a Thimphu (C, P, C)

GIORNO 3 - ESCURSIONE AL MONASTERO

Escursione al Monastero Cheri tra natura e spiritualità, pranzo al sacco lungo il fiume e visita al collegio astrologico di Pangri Zampa con possibilità di consultazione astrologica. Pernottamento a Thimphu (C, P, C)

GIORNO 4 - PUNAKHA

Viaggio da Thimphu a Punakha con sosta panoramica al Dochu-la, visita al tempio Chimi Lhakhang e al Dzong di Punakha, poi trasferimento a Paro. Pernottamento a Punakha (C, P, C)

GIORNO 5 - VISITA A FATTORIA LOCALE

Giornata dedicata alla scoperta della vita rurale a Nubgange con attività contadine, dimostrazione culinaria, passeggiata tra i villaggi e relax con bagno alle pietre calde. Pernottamento a Punakha (C, P, C).

GIORNO 6 - GIORNATA IN MONASTERO

Escursione immersiva al monastero di Dodeydra tra natura, spiritualità e arte sacra, con sessione di meditazione e partecipazione alla preghiera serale con i monaci. Pernottamento nella foresteria del monastero o in tenda (C, P, C)





Conscious Journeys

GIORNO 7 - PARTENZA DA PARO

Partecipazione alla preghiera mattutina, escursione a Jungzhina, trasferimento a Paro e visita ai templi storici Kychu Lhakhang e Paro Dzong, seguita da una passeggiata in centro. Pernottamento a Paro (C, P, C,)

GIORNO 8 - MONASTERO DELLA TIGRE

Escursione al Monastero di Taksang con viste mozzafiato, pranzo al Takshang Café e visita a una fattoria per scoprire usanze e tradizioni locali, con bagno caldo alle pietre in serata. Pernottamento a Paro (C, P, C).

GIORNO 9 - PARTENZA

La mattina, dopo la colazione, verrai accompagnato all'aeroporto. Saluta il Bhutan e sali a bordo del volo per le destinazioni successive.

Soggiorni

- KOLKATA
- THIMPHU
- PUNAKHA
- PARO



India & Bhutan

Sikkim & Bhutan

Questo itinerario esplora i luoghi sacri del Sikkim e del Bhutan legati al Guru Padmasambhava, venerato come secondo Buddha e fondatore del Buddhismo tibetano. Il viaggio parte da Bagdogra, attraversando villaggi e piantagioni di tè fino a Namchi e proseguendo nel Sikkim, regione himalayana ricca di natura, biodiversità e spiritualità. Si visitano monasteri antichi e paesaggi incantevoli, per poi entrare nel Bhutan,

terra incontaminata e ultima roccaforte del Buddhismo Vajrayana. Il percorso tocca luoghi mistici come il monastero di Taksang, offrendo un'immersione profonda nella cultura e religiosità dell'Himalaya.

14
GIORNI



Viaggio di Gruppo (min. 1 persona - il viaggio verrà confermato al raggiungimento del minimo degli iscritti)



Periodo ideale per partire: da Marzo a Maggio



itinerario

GIORNO 1 - ARRIVO A CALCUTTA

Arrivo a Calcutta, capitale culturale ed economica dell'India orientale, con un breve tour della città e giro in barca sul Gange al tramonto. Pernottamento a Calcutta (C)

GIORNO 2 - ARRIVO A BAGDOGRA

Volo per Bagdogra e trasferimento a Namchi, nel Sikkim meridionale, con visita al complesso templare Char Dham e partecipazione a una cerimonia di puja. Pernottamento a Namchi. (C, C)

GIORNO 3 - MONASTERO DI PELLING

Trasferimento a Pelling con visita ai monasteri di Pemayangtse, Sangachoeling e al sacro lago Khecheopalri, immersi nella spiritualità buddhista e nella natura himalayana. Pernottamento a Pelling (C, C)

GIORNO 4 - TASHIDING-RINCHENPONG

Visita al monastero di Tashiding, uno dei più venerati del Sikkim, e trasferimento a Rinchenpong con soggiorno alla Yangsum Heritage Farm, immersi nella cultura Lepcha. Pernottamento alla Yangsum Heritage Farm. (C, P, C)

GIORNO 5 - VILLAGGIO DI HEE BERMIOK

Escursione a Hee Bermiok tra natura, cultura Limboo e relax alle sorgenti termali di Reshi, note per le proprietà curative. Pernottamento alla Yangsum Heritage Farm. (C, P, C)

GIORNO 6 - MONASTERO DI KEWZING

Visita al monastero Bon di Kewzing, unico nel Sikkim, e trasferimento a Rumtek per un soggiorno in un resort panoramico immerso nella campagna. Pernottamento a Rumtek. (C, C)



GIORNO 7 - VISITA A RUMTEK

Visita al monastero di Rumtek e ad altri centri culturali tibetani, poi trasferimento a Doars con soggiorno in un forest resort. Pernottamento a Doars. (C, C)

GIORNO 8 - TRASFERIMENTO A THIMPHU

Visita al villaggio Rabha e trasferimento a Thimphu, Bhutan, con sosta al Monastero di Kharbandi Gomba. Il viaggio offre viste sull'Himalaya, illustra progetti idroelettrici e prevede controlli per l'immigrazione. Arrivo a Thimphu dopo un percorso lungo il fiume Wang Chhu. Pernottamento a Thimphu. (C, P, C)

GIORNO 9 - VISITA DI THIMPHU

Visita alla CTA School per conoscere l'arte bhutanesa, seguita da relax in albergo. Tour al Buddha Dordenma e al mini zoo per vedere il Takin, l'animale nazionale. Tempo libero per esplorare mercati e negozi locali. Pernottamento a Thimphu. (C, P, C)

GIORNO 10 - MONASTERO DI CHERI

Escursione al monastero Cheri attraverso sentieri forestali himalayani, pranzo al sacco lungo il fiume e visita al collegio astrologico di Pangri Zampa. Pernottamento a Thimphu (C, P, C)

GIORNO 11 - TRASFERIMENTO A PUNAKHA

Trasferimento a Punakha con sosta panoramica al passo Dochula e visita al tempio Chimi Lhakhang, dedicato al mistico Drukpa Kunley. Pernottamento a Punakha. (C, P, C)

GIORNO 12 - VISITA A PARO

Trasferimento a Paro con visita al Punakha Dzong, sosta panoramica al Dochula e tempo libero a Thimphu prima del check-in in hotel. Pernottamento a Paro. (C, P, C)

GIORNO 13 - NIDO DELLA TIGRE

Escursione al celebre monastero di Taksang, sospeso sulla valle di Paro, con vista sul monte sacro Jhomolhari e sosta in una tradizionale casa del tè. Pernottamento a Paro. (C, P, C)

GIORNO 14 - PARTENZA DA PARO

Trasferimento all'aeroporto di Paro (circa 2 ore) e partenza con volo internazionale.

Soggiorni

- CALCUTTA
- NAMCHI
- PELLING
- RINCHENPONG
- RUMTEK
- DOOARS
- THIMPHU
- PUNAKHA
- PARO



Bhutan

Esperienza HeritageLuxury in Bhutan

Un itinerario esclusivo di 12 giorni per scoprire la vera essenza del Bhutan, tra spiritualità, cultura viva e paesaggi incontaminati. Progettato con la collaborazione di esperti locali e albergatori appassionati, il viaggio offre esperienze autentiche e soggiorni in raffinati heritage resort, immersi nella tradizione e perfettamente integrati nell'ambiente. Dalle valli glaciali di Phobjikha ai templi rupestri, fino al leggendario Monastero del Nido della Tigre,

seguirai le orme di Guru Rinpoche nei luoghi sacri del Buddismo Vajrayana, tra meditazione, arte e spiritualità. Un viaggio unico per chi cerca bellezza, profondità e armonia.

**10
GIORNI**



Viaggio privato (min. 2 persone - partenza individuale)



Periodo ideale per partire: da Marzo a Maggio



Itinerario

GIORNO 1 - ARRIVO A PARO

Trasferimento da Paro a Thimphu con visite alla statua del Buddha, al Memorial Chorten, al recinto dei Takin e alla scuola d'arte tradizionale CTAS; incontro sulla Felicità Interna Lorda e tempo libero in città. Pernottamento a Thimphu (C, P, C).

GIORNO 2 - THIMPHU

Escursione al Monastero di Cheri tra foreste himalayane, fauna selvatica e spiritualità; pranzo al sacco lungo il fiume e pomeriggio libero con possibilità di trattamenti rigeneranti in spa. Pernottamento a Thimphu (C, P, C).

GIORNO 3 - THIMPHU

Incontro con un medico Amchi per una consulenza di medicina tradizionale tibetana, visita al giardino delle tisane e scoperta della cucina e delle usanze

bhutanesi; pomeriggio libero con accesso alla Spa. Pernottamento a Thimphu (C, P, C)

GIORNO 4 - TRASFERIMENTO A PHOBJIKHA

Trasferimento da Thimphu alla valle glaciale di Phobjikha, visita al Crane Information Centre e partecipazione alla preghiera serale presso il Gangtey Shedra con possibilità di meditazione e dialogo con i monaci.

Pernottamento a Phobjikha (C, P, C).

GIORNO 5 - TREKKING

Rituale del Thrusel all'alba, trasferimento a Trongsa tra foreste e villaggi remoti, visita al Museo Nazionale nel villaggio di Yuling e partecipazione alla cerimonia delle bandiere di preghiera al Willing Lhakhang.

Pernottamento a Trongsa (C, P, C)

GIORNO 6 - TRASFERIMENTO A PUNAKHA

Trasferimento da Trongsa a Punakha con sosta al Passo Dochula, visita al Tempio della Fertilità e passeggiata nel villaggio di Ritsha, noto per la coltivazione del riso e l'architettura tradizionale. Pernottamento a Punakha (C, P, C).

GIORNO 7 - FATTORIA LOCALE A PUNAKHA

Esperienza nel villaggio di Nubgange con attività contadine e dimostrazione culinaria, seguita dalla visita al monumentale Punakha Dzong e possibilità di bagno tradizionale con pietre calde. Pernottamento a Punakha (C, P, C).

GIORNO 8 - TRASFERIMENTO A PARO

Partecipazione al rituale mattutino del Thrusel, trasferimento da Punakha a Paro con sosta al Passo Dochula per appendere le bandiere di preghiera; nel pomeriggio giochi tradizionali e possibilità di relax alla Jiva Spa. Pernottamento a Paro (C, P, C).

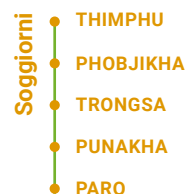
GIORNO 9: NIDO DELLA TIGRE

Escursione al Monastero di Taksang con vista sul Monte Chomolhari, pranzo al Takshang Café e visita a una fattoria per scoprire usi e giochi tradizionali bhutanesi; in serata bagno caldo alle pietre.

Pernottamento a Paro (C, P, C).

GIORNO 10: PARTENZA DA PARO

Trasferimento in aeroporto e partenza con volo internazionale. Speriamo che porterete questo nobile paese nel vostro cuore: possa donarvi la pace.





Bhutan

Alla scoperta del Bhutan: natura, comunità e trekking

Un viaggio tra natura, spiritualità e cultura nel cuore del Bhutan, pensato per esplorare i luoghi benedetti da Guru Rinpoche lungo il suo cammino spirituale. Tra valli remote, monasteri sospesi tra le nuvole e paesaggi incontaminati, scoprirai il volto più autentico del Buddhismo Vajrayana. Il Bhutan è una terra dove ogni elemento della natura è sacro, rifugio di specie rare e custode di un'eredità spirituale millenaria. L'itinerario include facili trekking giornalieri, notti

in confortevoli hotel e pernottamenti speciali in monastero e tenda, per vivere appieno l'energia di questi luoghi. Dalla meditazione nei templi nascosti alla salita al mitico Taktsang, il Nido della Tigre, questo viaggio è un invito alla contemplazione e alla riconnessione interiore.

**13
GIORNI**



Viaggio privato (min. 2 persone - partenza individuale)



Periodo ideale per partire: da Marzo a Maggio



Itinerario

GIORNO 1 - ARRIVO A CALCUTTA

Arrivo a Calcutta e trasferimento in hotel; nel pomeriggio breve visita della città con giro in barca sul Gange al tramonto. Pernottamento a Calcutta.

GIORNO 2 - VOLO PER PARO

Volo panoramico sull'Himalaya e arrivo a Paro, trasferimento a Thimphu con visite alla statua del Buddha, al Memorial Chorten, al recinto dei Takin e alla scuola d'arte CTAS; incontro sul concetto di Felicità Interna Lorda.

Pernottamento a Thimphu (C/P/C)

GIORNO 3 - MONASTERI CHERI E TANGO

Escursione ai monasteri di Cheri e Tango tra foreste himalayane, fauna selvatica e spiritualità, con pranzo al sacco lungo il fiume; rientro a Thimphu nel tardo pomeriggio.

Pernottamento a Thimphu (C/P/C)

GIORNO 4 - GIORNATA DA MONACO

Escursione al monastero di Dodeydra tra natura incontaminata e spiritualità, visita al museo monastico, meditazione guidata e partecipazione alla preghiera serale con i monaci.

Pernottamento nella guest house del monastero o in tenda (C/P/C)

GIORNO 5 - TRAFERIMENTO A TRONGSA

Preghiera mattutina al monastero, escursione a Jungzhina e trasferimento panoramico a Trongsa con sosta al passo Dochula e vista sui villaggi di Chendebji e Rukubji; nel pomeriggio visita al Trongsa Dzong e, se possibile, al museo.

Pernottamento a Trongsa (C/P/C)



GIORNO 6 - VITA RURALE A NABJI

Visita al villaggio dei Monpa con immersione nella cultura locale e pranzo in famiglia, proseguimento per Nabji con attività agricole, visita al tempio della pace e preparazione del vino di riso Ara.
Pernottamento a Nabji (C/P/C)

GIORNO 7 - TREKKING VERSO KORPHU

Escursione al villaggio di Korphu con esperienza della vita comunitaria, rientro a Nabji per partecipare a una cerimonia di tsho e, in caso di festival, alle danze tradizionali in abito bhutanesi.
Pernottamento a Nabji (C/P/C)

GIORNO 8 - VALLE DI PHOBJIKHA

Trasferimento da Nabji a Phobjikha con sosta al passo di Pelela, escursione naturalistica nella valle con visita al villaggio di Khewa e al tempio Khewa Lhakhang, seguita dal Crane Centre e dalla preghiera serale al Monastero di Gangtey.
Pernottamento a Phobjikha (C/P/C)

GIORNO 9: SCOPERTA DI PUNAKHA

Partecipazione al rituale del Thrusel presso la Shedra, trasferimento a Punakha e visita al Punakha Dzong e al Tempio della Fertilità Chimi Lhakhang.
Pernottamento a Punakha (C/P/C)

GIORNO 10: TEMPLI DI PARO

Visita a Pema Ling con scuola di astrologia e monastero. Trasferimento a Dampfu con sosta a Sarpang per pesca bhutanesi e visita a una fattoria di kiwi. Pernottamento a Dampfu (C, P, C).

GIORNO 11: TREK DI BUMBRA

Trekking da Sangchhoeck al campo sotto il monastero di Bumdra tra foreste e panorami himalayani, con tempo libero per esplorazioni e cena sotto le stelle.
Pernottamento in campo tendato (C/P/C)

GIORNO 12: NIDO DELLA TIGRE

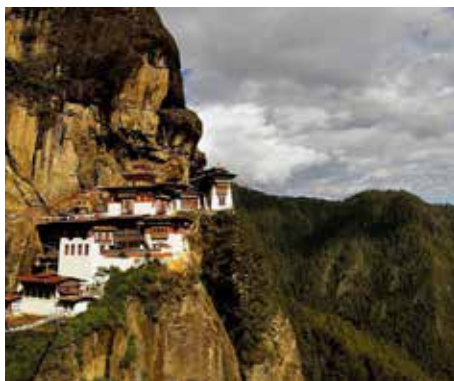
Discesa dal campo a Taktsang con accesso esclusivo allo Zangdopelri e visita ai santuari principali; nel pomeriggio esperienza in fattoria con attività tradizionali e bagno di pietre calde.
Pernottamento a Paro (C/P/C)

GIORNO 13: PARTENZA DA PARO

Trasferimento in aeroporto e volo di rientro. Porterai nel cuore la gentilezza di questo regno: possa ispirare pace a te e a chi ti circonda. Buon viaggio!

Soggiorni

- CALCUTTA
- THIMPHU
- TRONGSA
- NABJI
- PHOBJIKHA
- PUNAKHA
- DAMPHU
- PARO



Bhutan

Il meglio del Bhutan

Un itinerario di 12 giorni per immergersi nel cuore spirituale, naturale e culturale del Bhutan. Un viaggio che segue le orme di Guru Rinpoche, tra monasteri sacri, valli incontaminate e antichi templi rupestri. Dalla capitale Thimphu alla mistica valle di Bumthang, vivrai l'esperienza della vita monastica, parteciperai a rituali tradizionali e camminerai nei paesaggi d'alta quota delle valli di Phobjikha e Punakha. Meditazioni con monaci tantrici, momenti di

raccoglimento nei boschi, bagni curativi e gesti quotidiani pieni di senso ti condurranno fino al leggendario Monastero del Nido della Tigre. Un viaggio profondo per riconnettersi con sé stessi, la natura e le radici più autentiche della spiritualità himalayana.

12
GIORNI



Viaggio privato (min. 2 persone - partenza individuale)



Periodo ideale per partire: da Marzo a Maggio



Itinerario

GIORNO 1 - ARRIVO A PARO

Arrivo a Paro con spettacolare volo sull'Himalaya, trasferimento a Thimphu con visita ai principali siti culturali e alla scuola d'arte tradizionale; incontro sul concetto di Felicità Interna Lorda. Pernottamento a Thimphu (C/P/C)

GIORNO 2 - MONASTERI DI CHERI E TANGO

Escursione al monastero di Cheri con trekking nella foresta e pranzo al sacco sul fiume, poi camminata fino al monastero di Tango immerso nella natura e nella spiritualità bhutanesi; rientro a Thimphu. Pernottamento a Thimphu (C/P/C)

GIORNO 3 - VITA MONASTICA

Trekking al monastero di Dodeydra tra natura e spiritualità, visita al complesso monastico con museo e affreschi; nel pomeriggio meditazione e

partecipazione alla preghiera serale con i monaci. Pernottamento nella foresteria del monastero o in tenda (C/P/C).

GIORNO 4 - TRASFERIMENTO A PUNAKHA

Trasferimento panoramico verso Punakha con sosta al passo Dochula, visita al Tempio della Fertilità e al maestoso Punakha Dzong, tra paesaggi spettacolari e spiritualità. Pernottamento a Punakha (C/P/C).

GIORNO 5 - FATTORIA LOCALE A PUNAKHA

Giornata dedicata alla scoperta della vita rurale nella valle di Punakha, con attività contadine, dimostrazione culinaria e passeggiata panoramica tra i villaggi; possibile bagno tradizionale. Pernottamento a Punakha (C/P/C).



GIORNO 6 - VALLE DI PHOBJIKHA

Trasferimento panoramico da Punakha a Phobjikha con sosta al Dochula Pass, camminata naturalistica nella valle, visita al villaggio di Khewa e al Centro delle Gru dal Collare Nero; preghiera serale al Monastero di Gangtey. Pernottamento a Phobjikha (C/P/C)

GIORNO 7 - TRASFERIMENTO A TRONGSA

Partecipazione al rituale mattutino del Thrusel, trasferimento panoramico da Phobjikha a Trongsa con sosta al Chendebji Chorten e visita al Trongsa Dzong e, se possibile, al Royal Heritage Museum. Pernottamento a Trongsa. (C/P/C)

GIORNO 8 - VALLE DI BUMTHANG

Trasferimento verso la valle spirituale di Bumthang con visita al Jakar Dzong, ai templi storici di Jambay e Chakhar Lhakhang, e passeggiata serale attorno al Palazzo di Wangdicholing e ai villaggi vicini. Pernottamento in Bumthang. (C/P/C)

GIORNO 9: MONTAGNE SACRE

Escursione mattutina al santuario rupestre di Shugdrak con meditazione, seguita da visite ai templi sacri di Kurjey e Tamshing Lhakhang, luoghi chiave della spiritualità bhutanesa. Pernottamento in Bumthang. (C/P/C)

GIORNO 10: VOLO PER PARO

Volo da Bumthang a Paro, visita al Kyichu Lhakhang e al Paro Dzong, con passeggiata nel centro storico; possibilità di relax alla Jiva Spa in preparazione alla salita al Nido della Tigre. Pernottamento a Paro. (C/P/C)

GIORNO 11: NIDO DELLA TIGRE

Discesa esclusiva dal campeggio ai templi superiori del Monastero di Taksang, visita ai santuari principali, esperienza in fattoria e bagno caldo tradizionale. Pernottamento a Paro (B/L/D)

GIORNO 12: PARTENZA DA PARO

Partenza da Paro con volo per la destinazione successiva, portando con sé i ricordi e la spiritualità del Bhutan. Pernottamento non previsto.

Soggiorni

- THIMPHU
- PUNAKHA
- PHOBJIKHA
- TRONGSA
- BUMTHANG
- PARO



Bhutan & India

Bhutan e Isole Andamane

Questo viaggio di nozze combina Bhutan e Isole Andamane per un'esperienza indimenticabile. In Bhutan, i partecipanti esploreranno siti culturali e spirituali, come il monastero di Paro Taktshang, e parteciperanno a una giornata di meditazione con i monaci al monastero di Dongkola. Il Bhutan è noto per preservare specie himalayane rare e il buddismo Vajrayana. La seconda parte del viaggio prevede 7 giorni di relax sulle Isole Andamane,

con spiagge incontaminate, acque cristalline ideali per immersioni e passeggiate su spiagge bianche, specialmente sull'isola di Havelock. L'eco resort offre molte attività, rendendo questo viaggio perfetto per una luna di miele romantica e avventurosa.

**15
GIORNI**



Viaggio privato (min. 2 persone - partenza individuale)



Viaggio di Nozze

Periodo ideale per partire: da Ottobre a Marzo



Itinerario

GIORNO 1: ARRIVO A CALCUTTA

Arrivo all'aeroporto internazionale di Calcutta e trasferimento in hotel. Nel pomeriggio, breve tour della città con un giro in barca sul fiume Gange per ammirare il tramonto. Pernottamento a Calcutta (C)

GIORNO 2 - PARCO DI GORUMARA

Volo mattutino per Bagdogra e trasferimento al resort. Dopo il pranzo, safari pomeridiano nel parco nazionale di Gorumara per osservare la fauna selvatica. Rientro in hotel per cena. Pernottamento a Dooars (C, P, C)

GIORNO 3 - TRASFERIMENTO IN BHUTAN

Dopo colazione, trasferimento a Phuentsholing per visitare negozi locali e pranzo tradizionale. Incontro con la guida Bhutanese e trasferimento a Paro, attraversando Kharbandi Gomba e Chhukha. Arrivo e check in presso l'hotel. Pernottamento a Paro (C, P, C)

GIORNO 4 - VISITA A PARO

Dopo colazione, trasferimento al Mountain Café per informazioni sul tour in e assistere a una competizione di tiro con l'arco. Dopo pranzo, visita a Paro Dzong e al ponte di legno tradizionale, seguita da una visita al tempio Kichu. Pernottamento a Paro (C, P, C)

GIORNO 5 - TIGER NEST

Dopo colazione, breve tragitto verso l'alta valle di Paro per ammirare il Monte Chomolhari. Escursione al monastero di Taksang. Pranzo al Takshang Café. Nel pomeriggio, visita a una casa colonica per scoprire i metodi tradizionali di produzione. In serata, bagno con pietre calde. Pernottamento a Paro (C, P, C)

GIORNO 6 - MONASTERO DONGKOLA

Dopo colazione, trasferimento al monastero di Dongkola per incontrare i monaci e assistere a



un rituale di offerta, seguito dalla visita al tempio principale. Pranzo con i monaci e possibilità di partecipare alle attività di pulizia del tempio e a una sessione di meditazione. In serata, partenza per Haa passando per Chelala. Pernottamento a Haa (C, P, C).

GIORNO 7 - VILLAGGIO DI HAA

Passeggiata mattutina verso un villaggio tradizionale vicino al lodge Sonam Dzingkha per osservare e interagire con gli abitanti durante le loro attività agricole. Rientro in hotel per un pranzo bhutaneese. Dopo pranzo, partenza per Thimphu. Serata libera a Thimphu. Pernottamento a Thimphu (C, P, C).

GIORNO 8 - THIMPHU

Dopo colazione, visita alla Choki Traditional Art School (CTAS) nella valle di Kabesa per interagire con gli studenti e imparare un'arte tradizionale. Nel pomeriggio, visita alla statua del Buddha seduto, al Memorial Chorten e al National Animal Takin. In serata, programma di danza culturale bhutaneese. Pernottamento a Thimphu (C, P, C).

GIORNO 9: PUNAKHA

Al mattino, visita al Vast per esplorare l'arte bhutaneese e interagire con artisti locali. Trasferimento a Punakha con una sosta al Dochula Pass per ammirare la vista

e i 108 stupa. Arrivo a Punakha e passeggiata fino al Tempio della Fertilità Chimmi Lhakhang prima del check-in in hotel. Pernottamento a Punakha (C, P, C).

GIORNO 10: ISOLE ANDAMANE

La mattina, dopo colazione, trasferimento all'aeroporto di Paro per il volo verso Calcutta. Volo pomeridiano per Port Blair e trasferimento in hotel. Pernottamento a Port Blair (C, C).

GIORNO 11: PORTA BLAIR - HAVELOCK

Dopo colazione, trasferimento al molo per l'imbarco sulla nave veloce per l'isola di Havelock. Sull'isola si possono ammirare mari cerulei, biodiversità marina ed esplorare le foreste pluviali. È una destinazione ideale per relax, immersioni e snorkeling. Pernottamento a Port Blair (C, C).

GIORNO 12 - 13 - 14: HAVELOCK

Giornate libere per esplorare l'isola, fare snorkeling, immersioni. Pernottamento a Havelock (C, C).

GIORNO 15: RIENTRO A CASA

Dopo la prima colazione trasferimento via mare a Port Blair (ore 11.45). Trasferimento in aeroporto per il volo per Calcutta e proseguimento con volo internazionale.

Soggiorni

- CALCUTTA
- DOOARS
- PARO
- HAA
- THIMPHU
- PUNAKHA
- PORT BLAIR
- HAVELOCK



Nepal & Bhutan

Nepal e Bhutan: l'anima dell'Himalaya

Un itinerario di 12 giorni pensato per esplorare la dimensione spirituale, culturale e naturale di Nepal e Bhutan. Il viaggio comincia in Nepal, tra templi sacri, antichi stupa e villaggi rurali come Panauti, offrendo esperienze autentiche come cene silenziose con i monaci o l'Aarati serale a Kathmandu. Prosegue in Bhutan, dove si attraversano valli verdi, si visitano monasteri come Cheri e Dodeydra, e si vive il profondo legame tra natura e spiritualità. Il

percorso si conclude con l'ascesa al Nido della Tigre, simbolo della spiritualità himalayana. Un viaggio trasformativo, immersivo, ricco di significato.



Viaggio privato (min. 2 persone - partenza individuale)



Periodo ideale per partire: da Ottobre a Dicembre



Itinerario

GIORNO 1: ARRIVO A KATHMANDU

Accoglienza all'aeroporto di Kathmandu, trasferimento in hotel, drink di benvenuto e presentazione dell'itinerario. Tempo libero nel resto della giornata. Pernottamento a Kathmandu.

GIORNO 2 - VISITA DI KATHMANDU

Giornata dedicata alla visita dei principali siti UNESCO di Kathmandu: Patan e la sua Durbar Square, Swayambhunath, Boudhanath e il Tempio induista di Pashupatinath. Possibile visita al Kumari Ghar e partecipazione alla cerimonia Aarati sul fiume Bagmati. Pernottamento a Kathmandu (C).

GIORNO 3 - ESCURSIONE A NAMOBUDDHA

Trasferimento a Dhulikhel e trekking panoramico di 3-4 ore fino a Namobuddha, tra terrazze coltivate, stupa e villaggi tradizionali. Visita al monastero con possibilità

di partecipare ai canti e condividere un pasto con i monaci. Pernottamento nel monastero (C).

GIORNO 4 - ESCURSIONE A PANAUTI

Trekking da Namobuddha a Panauti con pranzo tradizionale offerto dalla comunità locale, seguito da visita a Bhaktapur e alla sua Durbar Square, tra templi e artigianato tradizionale. Esperienza nella Pottery Square con possibilità di creare un vaso. Pernottamento a Kathmandu (C, P)

GIORNO 5 - PARO E VISITA A THIMPHU

Volo per Paro con vista sull'Himalaya, trasferimento a Thimphu e prime visite: Buddha Dordenma, Memorial Chorten, recinto del Takin, scuola d'arte tradizionale e incontro sul modello della Felicità Interna Lorda. Pernottamento a Thimphu (C, P, C)

GIORNO 6 - MONASTERO DI CHERI

Escursione al Monastero di Cheri tra sentieri forestali e fauna himalayana, con pranzo al sacco lungo il fiume. Nel pomeriggio, visita al collegio astrologico di Pangri Zampa con possibilità di consulto personale. Pernottamento a Thimphu (C, P, C)

GIORNO 7 - TRASFERIMENTO A PUNAKHA

Trasferimento a Punakha con sosta panoramica al Dochu-la Pass, pranzo tradizionale lungo il percorso e visita al tempio di Chimi Lhakhang e al maestoso Dzong di Punakha. Pernottamento a Punakha (C, P, C)

GIORNO 8 - FATTORIA A PUNAKHA

Giornata dedicata alla scoperta della vita rurale a Nubgange, con attività agricole, dimostrazione culinaria e passeggiata tra villaggi locali con vista sul Dzong. Possibilità di bagno tradizionale in pietra calda. Pernottamento a Punakha (C, P, C)

GIORNO 9: GIORNATA DA MONACO

Escursione al monastero di Dodeydra tra natura, spiritualità e arte sacra, con visita al museo, sessione di meditazione e partecipazione alla preghiera serale con i monaci. Pernottamento nella guest house del monastero o in campeggio (C, P, C)

GIORNO 10: RITORNO A PARO

Partecipazione alla preghiera mattutina, escursione a Jungzhina e trasferimento a Paro. Nel pomeriggio visita al tempio di Kyichu Lhakhang, al Paro Dzong e passeggiata in centro. Pernottamento a Paro (C, P, C)

GIORNO 11: MONASTERO DELLA TIGRE

Escursione al Monastero di Taksang con vista sul Monte Chomolhari, pranzo al Takshang Café e visita a una fattoria locale con attività tradizionali e bagno in pietra calda. Pernottamento a Paro (C, P, C)

GIORNO 12: PARTENZA DA PARO

Dopo colazione, trasferimento all'aeroporto. Salutate il Bhutan e imbarco per la vostra destinazione successiva.

Soggiorni

- KATHMANDU
- THIMPHU
- PUNAKHA
- PARO





Perché noi?

Perché siamo locali, quindi, presenti con i nostri uffici direttamente in Asia.

Siamo un DMC con sede in India e filiali in tutta l'Asia. Grazie alla nostra profonda conoscenza delle destinazioni, selezioniamo le migliori esperienze per il tuo viaggio.

Perché ti portiamo nelle destinazioni più belle dell'Asia.

Scopri luoghi indimenticabili, tra natura straordinaria e cultura millenaria. Abbiamo selezionato esperienze e alloggi esclusivi per una vacanza senza paragoni.

Perché conosciamo i nostri paesi.

Testiamo personalmente ogni esperienza e alloggio, garantendo comfort e autenticità. Turismo consapevole non significa rinunciare a servizi esclusivi.

Perché abbiamo progettato le migliori esperienze.

Offriamo viaggi che ti fanno vivere l'anima autentica di ogni destinazione, trasformando ogni tour in un percorso culturale ed emozionale unico.

Perché organizziamo esperienze consapevoli.

Integriamo pratiche spirituali locali come yoga e meditazione, favorendo un incontro autentico tra saggezza orientale e pragmatismo occidentale.

Perché ti facciamo viaggiare in sicurezza.

Garantiamo sicurezza con veicoli selezionati, guide esperte e assistenza 24/7. Offriamo anche connettività wi-fi durante i trasferimenti per essere sempre connessi.

Perché promuoviamo un Turismo Responsabile e Sostenibile.

Supportiamo le comunità locali e tuteliamo l'ambiente, contribuendo a uno sviluppo turistico etico e sostenibile.

SCARICA I NOSTRI
CATALOGHI



CONSCIOUS JOURNEYS PVT. LTD.
39 B, Ballygunge Terrace, Kolkata (Calcutta)
700029, Bengala Occidentale, India

info@consciousjourneys.com
www.consciousjourneys.com