

LADAKH

Festa di Hemis e Templi buddisti

Dal 26 giugno al 07 luglio 2025

12 giorni/09 notti



Una terra incantata, incastonata tra le maestose catene montuose del Karakorum e dell'Himalaya, dove il buddismo tibetano trova ispirazione nei suoi pittoreschi monasteri... oasi di pace tra le cime innevate ed il deserto d'alta quota! Un mondo sospeso tra terra e cielo...

PROGRAMMA DI VIAGGIO

1° GIORNO 26 giugno 2025: ROMA/ DELHI

Ritrovo dei partecipanti presso l'aeroporto di Roma Fiumicino 2h30 prima della partenza.

Partenza con volo di linea diretto AZ 770 delle 13h55.

Pasti e pernottamento a bordo.

2° GIORNO 27 giugno 2025: DELHI- LEH

Arrivo all'aeroporto di Delhi, disbrigo delle formalità doganali e ritiro dei bagagli.

Incontro con la guida e trasferimento al terminal nazionale in tempo utile per il volo per Leh (1h).

All'arrivo, trasferimento presso il **Royal Ladakh hotel** o simile.

Graffiti Sotto la Lente di Ocean Travel S.r.l.

Sede legale: Viale Ettore Franceschini 53b - 00155 Roma - Tel. 0640801412 - P.Iva 14695291006

CCIA RM-1539172 - Licenza N.690 del 03/03/2000 - CCV Unipol Sai Assicurazioni Spa N. polizza 107361069

Pranzo in hotel.

Leh, capitale del Ladakh, un tempo importante snodo commerciale lungo la via della seta, è oggi famosa per i suoi paesaggi mozzafiato tra le vette delle Himalaya, i meravigliosi e suggestivi monasteri buddisti e la sua ricca cultura tibetana. La città è situata ad un'altitudine di 3.500 mt, si avrà perciò, bisogno di tutta la giornata per rilassarsi ed acclimatarsi all'altitudine Himalayana.

Nel tardo pomeriggio visitiamo lo **Shanti stupa**, suggestivo monumento spirituale, anche detto Stupa della pace per il posto suggestivo in cui sorge. Costruita nel 1991 da monaci giapponesi per promuovere la pace nel mondo ed inaugurato dal Dalai Lama nel 1985, la stupa è un luogo sacro con rilievi raffiguranti la vita del Buddha. Oltre al suo valore spirituale, offre una vista panoramica mozzafiato sulla città di Leh e sulle montagne circostanti.

Rientro in hotel. Cena e pernottamento.

3° GIORNO 28 giugno 2025: LEH

Prima colazione in hotel. Partenza per la visita del **monastero di Spituk**. Posto in una posizione strategica con questo antico monastero buddista offre una straordinaria vista sulla valle dell'Indo. Fondato nell'XI secolo, appartiene alla setta Gelug del buddismo tibetano (berretti gialli) e ospita preziose statue e affreschi.

Proseguiamo per il **monastero di Phyang**. Costruito nel XV secolo su una suggestiva collinetta rocciosa in prossimità del villaggio di Phiang, appartiene alla scuola Kangyupa dell'ordine dei berettini rossi del buddismo tibetano. Al suo interno ospita preziosi affreschi, statue sacre e un museo con antichi manufatti. Il monastero è oggi un importante centro di studio e meditazione per giovani monaci ed offre un'esperienza spirituale immersiva.

Rientro a Leh e **pranzo in ristorante locale**.

Nel pomeriggio, visitiamo il **Leh Palace**. Costruito nel XVII secolo dal re Sengge Namgyal, questo antico palazzo serviva come residenza reale della dinastia Namgyal. Oggi, sebbene in parte in rovina, custodisce ancora al suo interno ospita antichi dipinti, manufatti buddisti e stanze che raccontano la storia del regno di Ladakh e dell'architettura tibetana. Dopo la visita, ci spostiamo nel cuore pulsante della città, il **mercato di Leh**, un luogo vivace e ideale per immergersi nell'atmosfera autentica del Ladakh e interagire con i locali. Qui si possono acquistare vari prodotti tipici ladakhi (gioielli, tappeti tibetani, spezie locali, abbigliamento in lana di yak).

Rientro in hotel. Cena e pernottamento.



4° GIORNO 29 giugno 2025: LEH – TREKKING CON PRANZO PICNIC - LEH

Prima colazione in hotel. Partenza per raggiungere il **villaggio di Stok** ed iniziare da qui un'**escursione a piedi** di circa 10-12 km (circa 4h) (facoltativa). Percorreremo suggestivi sentieri che si srotolano tra le montagne himalayane attraversando oasi verdissime solcate da zampillanti ruscelli d'acqua dolce.

Pranzo picnic immersi nella tranquillità della natura imponente. Dopo il pranzo ci addentriamo nel vicino villaggio di Stok per osservare lo svolgersi della vita locale.

Rientro a Leh e visita del **monastero di Thiksey**.

Questo pittoresco monastero dell'ordine Gelupa si erge solitario sui pendii di una formazione rocciosa che sovrasta l'omonimo villaggio, circondata da montagne innevate e villaggi tradizionali. Il contrasto tra il bianco delle strutture monastiche e le sfumature del paesaggio circostante crea un'atmosfera unica, che lo rende una delle destinazioni più suggestive e mistiche del Ladakh.

Costruito nel XV secolo, questo monastero buddista di tradizione tibetana si sviluppa su dodici livelli custodisce al suo interno dipinti sacri, antichi manoscritti, cappelle riccamente decorate e una magnifica statua di Maitreya Buddha alta 15 metri. Il monastero è un centro spirituale attivo, con monaci che praticano quotidianamente preghiere e cerimonie. Particolarmente suggestivo è poter assistere alla cerimonia mattutina che si svolge all'alba nelle sale di preghiera del monastero. Immersi in un'atmosfera mistica tra le luci soffuse delle lampade a burro e inebriata dall'odore dell'incenso, i monaci recitano mantra sacri accompagnati dal suono profondo di trombe tibetane, tamburi e cembali.

I visitatori possono assistere in silenzio, immergendosi nella spiritualità del momento. La puja inizia intorno alle 6:00 del mattino e offre un'occasione speciale per vivere da vicino la tradizione buddista del Ladakh.

Rientro in hotel. Cena e pernottamento.

5° GIORNO 30 giugno 2025: ULEYTOKPO

Prima colazione in hotel. Partenza in direzione di **Uleytokpo**.

Lungo la strada sosta per la visita del **monastero tibetano di Alchi**, situato nell'omonimo villaggio.

Questo prezioso tempio a tre piani accoglie al suo interno straordinari affreschi indo-tibetani, influenzati dall'arte del Kashmir raffiguranti Buddha, bodhisattva e mandala con dettagli e colori ancora ben conservati.

Essendo un monastero non più attivo, Alchi è più un sito storico che un luogo di culto quotidiano, rendendolo una meta imperdibile per gli amanti dell'arte e della spiritualità buddhista.

Proseguiamo poi con la visita del **monastero Likir**, custode di preziosi affreschi e antichi manoscritti, oggi ospita una comunità di monaci e rappresenta un importante centro di insegnamento buddhista.

Grazie alla sua posizione panoramica, il monastero offre una vista mozzafiato sulle montagne e sulla valle circostante dove svetta l'imponente **statua dorata di Maitreya Buddha** alta 23 metri.

Infine proseguiamo per il **monastero di Basgo**. Costruito nel **XVII secolo** dalla dinastia Namgyal, sorge su una collina rocciosa e domina il pittoresco villaggio di **Basgo**, un tempo una fortezza strategica del regno ladakho.

Il complesso ospita tre templi principali dedicati a diverse manifestazioni del Buddha, tra cui il Maitreya Buddha alto diversi metri, decorato con bellissimi affreschi in stile indo-tibetano. Il monastero è noto anche per i suoi antichi dipinti murali ben conservati. Nonostante alcune parti siano in rovina, Basgo rimane un luogo affascinante e suggestivo, con viste spettacolari sulla valle dell'Indo e sulle montagne circostanti.

Attraversando una natura incantevole, tra verdi vallate e montagne spettacolari solcate dal fiume Indo, raggiungiamo il pittoresco villaggio di **Uleytokpo**.

All'arrivo, sistemazione presso **Uley ethnic resort** o simile.

Cena e pernottamento.



6° GIORNO 01 luglio 2025: ULEYTOKPO

Prima colazione al resort. Partenza per il villaggio di **Lamayuru** per visitare uno dei più antichi e rappresentativi monasteri del Ladakh.

Il percorso per raggiungere questo luogo incantato si snoda attraverso i sentieri che percorrevano le antiche carovane. Il **Monastero di Lamayuru**, incastonato su uno sperone di roccia esposto al sole dall'alba al tramonto, si inserisce in un contesto paesaggistico suggestivo che gli conferisce la sua particolare aria mistica e che oggi è considerato luogo ideale per ritrovare la pace spirituale.

Fondato intorno all'anno 1000 da Nāropā, è considerato tra i più antichi e di vaste dimensioni dei monasteri di fede buddista tibetana sul territorio indiano.

Rientro in resort e tempo a disposizione per visitare il luogo circostante ed i villaggi che popolano la zona. Cena e pernottamento al resort.

7° GIORNO 02 luglio 2025: ULEYTOKPO – VALLE DI NUBRA

Prima colazione in hotel. Partenza in direzione della spettacolare **Valle di Nubra**. Racchiusa tra le Himalaya, la valle si raggiunge attraversando il celebre **Passo di Khardung La**, uno dei passi carrozzabili più alti del mondo.

Lungo la strada faremo una breve sosta al **villaggio di Khardung**.

Pranzo in corso di viaggio.

All'arrivo, sistemazione presso l'**Hundur Sarai Resort** o simile.

Nel pomeriggio ci incamminiamo a piedi verso il **monastero di Samsthaling**. Qui, immersi in una natura imponente e silenziosa tra le pittoresche montagne Himalayane, si godrà di un'atmosfera tranquilla e meditativa in compagnia dei 50 monaci che vi vivono. Rientro al resort in serata.

Cena e pernottamento.

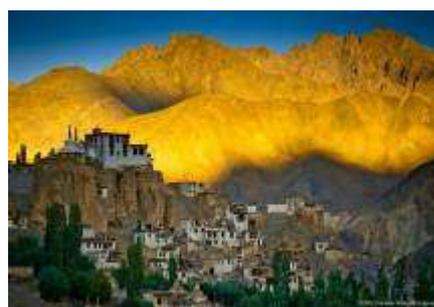
8° GIORNO 03 luglio 2025: VALLE DI NUBRA

Prima colazione al resort. Partenza per il villaggio di **Diskit**, custode del più antico e grande monastero buddista nella valle di Nubra.

Avvolta nella sua atmosfera mistica, la Gompa di bianco dipinta si erge tra le rocce spoglie della montagna che si affaccia sulle pianure alluvionali del fiume Shyok, regalando uno scenario pittoresco. Attraverso una scalinata fatta di pietre si raggiungono le sale di preghiera e la sala che custodisce la statua di Buddha. Nel pomeriggio, si raggiungono le dune del deserto himalayano, incredibilmente racchiuse tra le montagne a 3000 m di altitudine e solcate dal fiume Indo; qui si potrà fare una passeggiata lungo il corso del fiume e tra le dune, dove si possono incontrare i cammelli battriani.

Rientro al resort al tramonto.

Pernottamento presso l'**Hundur Sarai Resort o simile.**



9° GIORNO 04 luglio 2025: VALLE DI NUBRA - LEH

Prima colazione al resort. ripartiamo in direzione di **Leh**, percorrendo la strada panoramica che oltrepassa le vette più alte delle Himalaya.

All'arrivo, sistemazione presso il **Royal Ladakh hotel** o simile.

Pomeriggio libero per attività facoltative o relax.

Cena e pernottamento in hotel.

10° GIORNO 05 luglio 2025: LEH – HEMIS FESTIVAL

Prima colazione in hotel. Partenza per il **monastero di Hemis**. Intera giornata dedicata allo spettacolare **Festival** che si tiene ogni anno al monastero in onore del grande maestro Padmasambhava che ha introdotto il buddismo in Tibet (anche chiamato il secondo Buddha). Durante i festeggiamenti i monaci buddisti indossano costumi coloratissimi e grandi maschere ed eseguono danze rituali al suono di strumenti tipici, regalando affascinanti spettacoli.

Pranzo al sacco durante le cerimonie.

Nel pomeriggio visita al **villaggio Saboo** e cena tradizionale.

Rientro in hotel. Pernottamento.

11° GIORNO 06 luglio 2025: LEH - DELHI

Prima colazione in hotel. Trasferimento in aeroporto in tempo utile per il volo per Delhi.

All'arrivo, visita orientativa della città di Delhi con sosta fotografica alla Porta dell'India (India Gate).

Si visitano la **tomba di Humayun**, il secondo imperatore Mughal costruita dalla sua moglie Persiana e il sito archeologico di **Qutub** che racchiude il celebre minareto in arenaria alto 72 metri, risalente al 1191.

Al termine trasferimento presso il **Jaypee Vasant hotel** o simile per la cena di arrivederci.

Camere a disposizione per cambiarsi prima della partenza (soggette a disponibilità).

Trasferimento in aeroporto in tempo utile per il volo di ritorno in Italia.

12° GIORNO 07 luglio 2025: DELHI- ROMA

Partenza con volo di linea AZ delle 03h00.

Arrivo previsto all'aeroporto di Roma Fiumicino alle ore 08h10.

FINE DEI SERVIZI

AZ 770 26 JUN FCODEL 1355 # 0110

AZ 769 07 JUL DELFCO 0300 0810



QUOTE DI PARTECIPAZIONE

Individuale in camera doppia minimo 12 partecipanti	€ 2.990,00 p.p.
Supplemento singola	€ 490,00 p.p.
Tasse aeroportuali da riconfermare all'emissione	€ 270,00 p.p.
Assicurazione facoltativa Rischio Annullamento Viaggio (fino a € 3.000 di spesa)	€ 90,00 p.p.
Assicurazione facoltativa Rischio Annullamento Viaggio (fino a € 4.000 di spesa)	€ 120,00 p.p.

La quota comprende:

- Volo internazionale di line ITA in classe economica.
- Volo nazionale Delhi-Leh-Delhi, tasse incluse.
- Sistemazione nelle strutture segnalate da programma o simili.
- Trasferimenti da/per aeroporto come indicato.
- Trattamento e pasti come specificato nel programma.
- Visite e attività come specificato nel programma.
- Ingressi nei monumenti e templi come indicato.
- Permessi interni in Ladakh.
- Partecipazione alla festa di Hemis.
- Accompagnatore dall'Italia con min. 12 partecipanti.
- Una bottiglia di acqua al giorno nel veicolo.
- Bombola di ossigeno nella vettura quando si raggiungono le quote alte.
- Assicurazione sanitaria/bagaglio
- Assistenza in loco
- Gadget Graffiti

La quota non comprende:

- Tasse aeroportuali.
- Visto d'ingresso (se gestito da Graffiti costo € 60,00).
- Tasse per l'utilizzo di fotocamere nei monumenti, qualora richiesta.
- Tutte le spese causate da calamità naturali e motivi inaspettati.
- Mance per facchini, hotel, ristoranti, autisti e guida (circa € 60,00).
- Bevande durante i pasti ed extra in genere.
- Extra personali e attività facoltative non indicate nel programma.
- Tutto quanto non espressamente menzionato nel programma e alla voce "La quota comprende".

NOTE IMPORTANTI:

- Le visite possono subire variazioni nell'ordine, ma non nella sostanza.
- Le quote sono state redatte stimando il costo del volo domestico DEL/LEH/DEL con una quotazione di riferimento media (€ 360,00 per persona incl. tasse). Data l'oscillazione delle tariffe aeree in occasione dell'Hemis Festival e la necessità di emissione immediata dei biglietti aerei domestici, le quote potrebbero subire variazioni. Queste verranno comunicate al momento della richiesta di iscrizione al viaggio.
- Il volo domestico è sempre soggetto a disponibilità e alle condizioni meteorologiche.