



Reino do Tibete

REF.ASRTR

Tibete e Nepal

Viaje aos países que são os tectos do mundo. Após uma visão rápida das estreitas ruas de Kathmandu voamos por cima dos Himalaias para aterrar no coração do Tibete. Conheça a antiga casa do Dalai Lama em Lhasa e infiltre-se, no meio de monges budistas, nos mosteiros que ainda restam no planalto tibetano.

Destaques:

- Visite Kathmandu, a colorida capital do Nepal
- Junte-se aos peregrinos em Lhasa
- Fascine-se com os impressionantes mosteiros de Shigatse e Kumbum Gyantse
- Admire a face norte do Evereste, a partir do seu campo base



Épocas de Partida: Abril a Novembro	Duração da viagem: 15 dias
Actividades: Trekking, Percurso 4x4, Descoberta Cultural	Alojamentos: Hotéis e Mosteiros

Data	Preço	Notas	Outros Serviços	Preço
15 a 29 Abril 2012	1740 €		Voo (valor indicativo)	1150 €
13 a 27 Maio 2012	1740 €			
3 a 17 Junho 2012	1740 €			
8 a 22 Julho 2012	1740 €			
5 a 19 Agosto 2012	1740 €			
16 a 30 Setembro 2012	1740 €			
7 a 21 Outubro 2012	1740 €			
11 a 25 Novembro 2012	1740 €			
Outras datas sob consulta	1740 €			

Dia 0

Voo para Kathmandu

Dias 1-2 Kathmandu

Em Kathmandu as ruas são partilhadas por carros, vacas sagradas, monges e até elefantes! Explore os mercados da velha cidade ou relaxe no terraço ao sabor de música tradicional.

Dias 3-7 Lhasa

Visite o inspirador palácio Potala, antiga residência de Inverno do Dalai Lama. Junte-se aos peregrinos pelas ruas de Barkhor e no templo de Jokhang.

Dia 8 Gyantse

Localizado no verdejante vale de Nyang-chu, a imponente fortaleza de Gyantse domina a aldeia. Visitamos os mais de 10.000 murais, que decoram 4 andares.

Dias 9-10 Shigatse/Sakya

Lar do Lama Panchen, encarnação do Buda da luz infinita, o mosteiro de Shigatse é o melhor preservado em todo o Tibete. Deambule pelo bazar e pelas suas ruas e sinta a simplicidade da vida local.

Dia 11 Campo Base do Evereste

Seguimos pelos Himalaias em direcção ao mosteiro de Rongbuk, o mais alto mosteiro do mundo, situado no sopé do Evereste. Os mais

energéticos podem fazer o trekking de duas horas até ao campo base do Evereste.

Dia 12 Lao Tingri

Na pequena aldeia de Lao Tingri conheça a vida rural tibetana. No horizonte, a constante presença do Evereste, erguendo-se sobre a vasta paisagem que o rodeia.

Dia 13 Zhangmu

Resistindo na face da falésia, encontramos a aldeia de Zhangmu, que dominada por várias tonalidades de verde, fruto de um clima quente e tropical, marca a fronteira com o árido planalto tibetano.

Dias 14-15 Kathmandu

Regressamos a Kathmandu por estradas que passam aos 5000m de altitude, e aproveitamos os últimos dias para relaxar nos restaurantes locais, trocando memórias ao recordar a travessia pelo “tecto do mundo”.

Fim do programa e voo de regresso.

Inclui:

- Alojamentos
- Pequeno-almoço continental
- Transportes locais
- Acompanhamento de um guia durante toda a viagem (línguas usadas: inglês)
- Entradas em Parques Naturais
- Voo interno

Exclui:

- Voos internacionais
- Alimentação
- Visitas não especificadas
- Extras pessoais como bebidas, telefone, etc
- Gratificações
- Vistos
- Actividades extra
- Taxas de aeroporto