

## TIBET

IL PAESE DELLE NUVOLE, DEI LAMA E DELLA RESILIENZA

27 giugno - 08 luglio 2025



### SCHEMA SINTETICA

#### Perché andare

Se c'è un luogo il cui solo nome evoca in noi una ridda di emozioni ed immagini è il Tibet. Spesso chiamato il tetto del mondo per l'altezza del suo altopiano e le numerose vette che superano gli 8 mila, è il paese dove più troviamo testimonianze dell'espressione del buddismo e del lamaismo. I monasteri arroccati su dirupi rocciosi sembrano nidi sospesi nel cielo, le secolari tradizioni dei lama e dei monaci guerrieri con i riti e le cerimonie densi di simbologie e misticismo li ritroviamo nella copiosa filmografia. Ma un viaggio in Tibet è anche espressione della cultura locale con i contadini e gli allevatori che popolano le valli, i loro abiti tradizionali e le loro usanze immutate da secoli. I racconti sono il nulla se paragonati a ciò che i tuoi occhi possono vedere e la tua anima sa percepire.

#### Itinerario sintetico

27/06/25 Partenza con volo ➔ Italia - Cina

Incontro con l'accompagnatore/trice a Verona e trasferimento all'aeroporto di Mi-Malpensa. Volo diretto per **Chongqing**. Pasti e pernottamento a bordo.

28/06/25 Mezza pensione

[Chongqing, 3 nt]

Arrivo all'aeroporto di **Chongqing/Cina**. Formalità di ingresso ed incontro con la guida locale. Trasferimento in città ed immediata delle camere.

Pomeriggio dedicato ad una visita panoramica della città, città sorta alla confluenza di uno dei fiumi cinesi più importanti lo Yangtze, o Fiume Azzurro, con lo Jialing.

Al termine rientro in hotel e pernottamento.

29/06/25 Pensione completa

Partenza per la località di **Dazu** dove si trovano spettacolari sculture buddiste, sito Patrimonio dell'umanità UNESCO ed esempio di come possano coesistere armoniosamente tra loro taoismo, buddismo e confucianesimo. Al termine rientro in hotel a Chongqing. Rientro in albergo.

- 30/06/25 Pensione completa → [Lhasa, 3 nt]  
In mattinata trasferimento in aeroporto e volo per **Gonggar** per raggiungere Lhasa a circa due ore di distanza. Lhasa è una città straordinaria che evoca in noi sentimenti contrastanti ed è ad oltre 3 mila metri di altitudine, come la maggior parte delle località del Tibet. Dopo l'arrivo a Gonggar e le formalità doganali, trasferimento in albergo. Sistemazione.
- 01/07/25 Pensione completa  
Giornata dedicata alla visita di Lhasa e dintorni includendo il **Monastero di Sera**, l'esterno del **palazzo d'estate del Dalai Lama, Norbulinka**, il **Monastero di Drepung** che oggi conta poco più di 700 monaci.
- 02/07/25 Pensione completa  
Giornata dedicata alla visita di Lhasa e dintorni. Al mattino visita del **tempio Jokhang**, nell'antico quartiere di Barkhor. Il tempio è uno degli edifici sacri in assoluto più venerati del Tibet che ospita le cappelle e le statue di personalità di spicco. Proseguimento per la visita del **palazzo emblema di Lhasa, il Potala**, uno degli edifici più grandi del mondo, sede del governo dei Dalai Lama dalla metà del 17° secolo, ma anche monastero e caserma. A chiudere la giornata visita del **tempio Ramoche**.
- 03/07/25 Pensione completa [Tsedang, 1 nt]  
In prima mattinata, partenza per iniziare il nostro percorso di scoperta delle valli e città culla della cultura tibetana e del buddismo. Partenza in direzione di **Tsedang**. Sosta per la visita del **monastero di Mindroling**, oggi uno dei centri di studi della tradizione Nyingmapa considerata una delle 7 antiche scuole buddiste. Pomeriggio dedicato alla **visita di Samye**, il più antico monastero buddista del Tibet costruito su 4 livelli con notevoli affreschi. Sistemazione in albergo.
- 04/07/25 Pensione completa [Gyantsé, 1 nt]  
Giornata dedicata ai panorami che fanno del Tibet il tetto del mondo: la catena himalayana e le valli solcate da preziosi corsi d'acqua. Partenza in direzione sud-ovest verso il **passo Kamba-La** (mt 4780) per godere della vista sul bellissimo Lago Yamdrok. Si proseguirà per il passo Karo-La (mt. 5100) per raggiungere **Gyantsé**, terza città del Tibet. Dipendentemente dall'orario di arrivo, visiteremo lo **Stupa Kumbum** situato all'interno del complesso monastico di Pelkor Chobe.
- 05/07/25 Pensione completa → [Shigatsé, 1 nt]  
In mattinata partenza alla volta di **Shigatsé**, seconda città del Tibet, posta ad ovest di Gyantsé. Dopo circa un'ora di tragitto sosta al **monastero di Shalu**, fondato nel sec. XI riconoscibile dal caratteristico tetto di tegole maiolicate verdi e un cortile con pilastri. Visita del **Monastero di Tashilumpo**, uno dei pochi monasteri ad essere uscito quasi indenne dalla rivoluzione culturale. Passeggiare tra i suoi animati vicoli su cui affacciano gli antichi edifici e padiglioni dai tetti dorati. Sistemazione in hotel e pernottamento.
- 06/07/25 Pensione completa [Lhasa, 1 nt]  
In mattinata partenza in direzione di **Lhasa** attraversando la n. G318 ovvero la Friendship Highway (autostrada dell'Amicizia). La strada venne costruita intorno al 1960 per facilitare il commercio tra il Nepal ed il Tibet. Arrivo nel pomeriggio a Lhasa e tempo a disposizione.
- 07/07/25 Mezza pensione → [Chongqing, 1 nt]  
In giornata trasferimento all'aeroporto di Gonggar e volo per Chongqing.  
*Le attività della giornata saranno fissate alla conferma dell'operativo del volo domestico.* Arrivo a Chongqing e trasferimento in hotel per la sistemazione. Tempo a disposizione.  
In tarda serata trasferimento in aeroporto in tempo utile per le pratiche di imbarco sul volo di rientro in Italia in partenza dopo la mezzanotte.

08/07/25 Pasti a bordo | Volo → Cina - Italia  
Partenza con volo per **Mi-Malpensa**.  
Pratiche di sbarco e trasferimento in autopullman a **Verona**. Fine del viaggio.

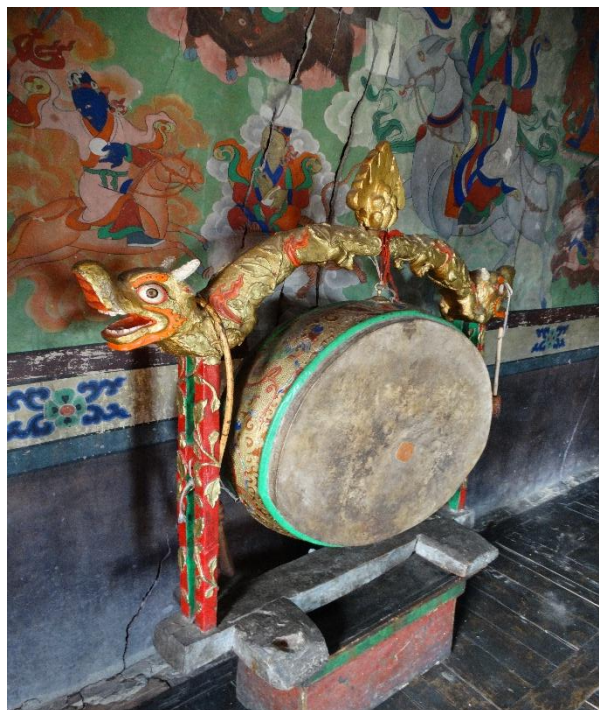
**I plus**

- *Accompagnatore/trice da/a Verona*
- *Volo diretto per Chongqing*
- *Tutti gli ingressi inclusi*
- *Esperienza con la cultura, la religione e la popolazione locale*
- *Gruppo di piccole dimensioni*
- *Previsto early check-in il giorno di arrivo e late check-out il giorno della partenza*

Costi ed Iscrizioni	Quota di viaggio	€ 4.545,00
Per persona	Min 12/max 15 pax ca.	
	Suppl. Singola	€ 670,00 [disponibilità limitata]
	Polizza Ann.to All Inclusive	€ 200,00
	Polizza Int. All Risk	€ 140,00

**04 aprile 2025** **TERMINE ULTIMO ISCRIZIONI o fino ad esaurimento disponibilità**

Per maggiori informazioni richiedi il programma dettagliato:  
le iscrizioni sono aperte.



---

Seguici su [www.meridentours.it](http://www.meridentours.it)

