

SPECIALE AGOSTO - LADAKH CLASSICO - PARTENZA 14 AGOSTO

Il piccolo Tibet indiano - con accompagnatore dall'Italia



Un viaggio nella **Valle dell'Indo** alla scoperta degli scenari naturali della regione himalayana dell'India settentrionale. Un itinerario in Ladakh nella **spiritualità buddista** dei monasteri per vivere l'esperienza d'altri tempi fra tradizioni e miti delle popolazioni locali. Sarà possibile assistere alle preghiere del mattino nel **Monastero di Thiksey**, visitare i monasteri più noti ma anche di quelli meno conosciuti, dove si respira ancora tutta l'atmosfera dell'antico Tibet.

Servizi

I trasferimenti sono previsti con vetture Toyota Innova e autisti esperti (3 passeggeri più autista per ogni mezzo). Tutte le sistemazioni da quest'anno sono previste in buoni hotel i migliori esistenti (della categoria turistica) nella Valle di Nubra e Nurla.

A Leh per l'ultima notte abbiamo inserito un nuovo hotel, in una posizione impareggiabile: circondato da montagne e da una lussureggiante vegetazione.

A Delhi è prevista una camera d'appoggio all'interno dell'aeroporto per le ore di attesa del volo per Leh e una camera, in Hotel 4 stelle, il giorno della partenza.

Il viaggio sarà accompagnato da uno da un **accompagnatore professionista**, indispensabile secondo noi per una esperienza completa in Ladakh, considerando che non esistono guide locali parlanti italiano in questa regione.

Assistenza Earth H24.

NOTA BENE:

Gli hotel menzionati sono indicativi della categoria alberghiera, ma possono variare in funzione della dimensione del gruppo e della data di raggiungimento del minimo richiesto di partecipanti. Le adesioni a

questo viaggio sono a conferma immediata fino al **18 maggio 2018**.

Dopo tale data i servizi andranno su richiesta e non sarà garantita la tariffa aerea e la disponibilità. Le adesioni verranno in ogni caso chiuse il **3 luglio 2018**.

1° Giorno : martedì 14 agosto

Milano Malpensa - Monaco - Delhi

Ritrovo dei Signori partecipanti ai banchi check-in della compagnia aerea Lufthansa, presso l'aeroporto di Milano Malpensa.

Disbrigo delle formalità d'imbarco e registrazione dei bagagli fino a Delhi.

Partenza per con volo di linea Lufthansa per Monaco delle ore 10.15. Arrivo alle 11.20 e proseguimento con volo di linea Lufthansa per Delhi delle ore 12.20. Pasti a bordo.

Arrivo nella capitale dell'India alle 23.15, disbrigo delle formalità d'ingresso nel Paese e sistemazione nelle camere riservate in Hotel all'interno dell'aeroporto.

Pernottamento.

2° Giorno : mercoledì 15 agosto

Delhi - Leh

All'alba partenza con il volo di linea diretto a Leh, il capoluogo del Ladakh situato a 3505 metri di altitudine. Arrivo, incontro con la nostra organizzazione locale e sistemazione in Hotel.

Tempo a disposizione per acclimatarsi.

Nel pomeriggio escursione al Monastero di Shankar e rientro a piedi lungo l'oasi di Leh.

Pensione completa.

3° Giorno : giovedì 16 agosto

Leh: escursioni a Matho e Phyang

Giornata dedicata a una escursione nella Valle dell'Indo per la visita del monastero di Matho, appartenente alla singola setta Saskya, il cui capo spirituale del monastero è anche l'oracolo della comunità, e del monastero di Phyang, uno dei più importanti della scuola dei "berretti rossi" Kagyupa. Rientro a Leh e tempo a disposizione per visite facoltative in città o per escursioni individuali.

Pensione completa.

4° Giorno : venerdì 17 agosto

Leh: escursioni a Hemis - Cheemre - Thag Thog - Stakna

Giornata dedicata alla visita dell'alta Valle dell'Indo con i monasteri di Hemis edificato in una valle laterale a 4000 metri di quota; il monastero di Cheemre che si staglia su una rocca tra campi di colza e d'orzo; il monastero di Thag Thog, uno dei più antichi del Ladakh; il monastero di Stakna situato al centro della Valle dell'Indo in posizione strategica.

Pranzo con box lunch. Rientro a Leh.

Pensione completa.

5° Giorno : sabato 18 agosto

Leh - Lamayuru - Nurla

Partenza per Nurla (circa 5 ore) costeggiando il fiume Indo in direzione ovest, attraverso il Passo Wari La, posto a 5.312 metri di altitudine.

Visita del monastero di Lamayuru (3900 metri-slm) situato in un paesaggio lunare desertico nell'alta Valle dell'Indo. Pranzo con box lunch

Visita del monastero della scuola dei "Berretti Rossi" edificato nell'XI secolo e legato al grande maestro Naropa. Sosta presso il monastero di Rizong proseguimento per Nurla.

Arrivo a 3.041 metri di altitudine e sistemazione in Hotel, circondato da montagne di oltre 6000 metri.

Pensione completa.

6° Giorno : domenica 19 agosto

Nurla - Alchi - Leh

Visita del monastero-fortezza di Alchi (XI secolo) che custodisce i tesori più importanti della cultura buddista in Ladakh: affreschi murali e sculture lignee di grande valore artistico.

Tempo a disposizione per escursioni sulle rive del fiume Indo.

Rientro a Leh, sistemazione in Hotel.

Pensione completa.

7° Giorno : lunedì 20 agosto

Leh: escursioni a Tiksey, Stok e Shey

Partenza verso le 05.30 per raggiungere il Monastero di Thiksey per assistere alla preghiera del mattino, al termine della quale si potrà visitare il monastero, uno dei più antichi e affascinanti del "Piccolo Tibet".

Prima colazione in ristorante e proseguimento per la visita del Palazzo di Stok con il museo della famiglia reale. Pranzo in ristorante.

Proseguimento per il Palazzo di Shey che custodisce una delle più grandi statue di Buddha del Ladakh. Al termine, rientro in Hotel.

Pensione completa.

8° Giorno : martedì 21 agosto

Leh - Valle di Nubra

Partenza per la Nubra Valley lungo la strada carrozzabile più alta del mondo che risale il passo Khardung La (5603 metri-slm), da cui si gode la splendida vista sulle cime di oltre 7000 metri del Karakorum. Visita del monastero di Dishket nei pressi delle dune della Valle di Nubra.

Pranzo con box lunch.

Arrivo e sistemazione in Hotel (3000 metri-slm).

Pensione completa.

9° Giorno : mercoledì 22 agosto

Valle di Nubra

Proseguimento per Panamik (2 ore circa) e camminata di circa 1 ora e mezza (difficoltà media) per raggiungere l'isolato monastero di Insa, nel panorama suggestivo della valle con le dune di sabbia che si stagliano contro ai ghiacciai perenni. Il monastero si trova immerso in una singolare quiete. Pranzo con box lunch.

Rientro in Hotel e lungo il percorso sosta per una piacevole escursione a piedi (1 ora circa) presso il lago di acqua piovana situato al centro della valle.

Pensione completa.

10° Giorno : giovedì 23 agosto

Valle di Nubra - Leh

Rientro a Leh superando il passo di Khardung La Pass. Pranzo box lunch.

Sistemazione in Hotel, in una posizione impareggiabile, ad una decina di chilometri di distanza da Leh, circondato da montagne e da una lussureggiante vegetazione. Sistemazione nei cottage riservati e tempo per relax. Cena con spettacolo e pernottamento.

11° Giorno : venerdì 24 agosto

Leh - Delhi

Al mattino trasferimento in aeroporto e partenza con il volo di linea diretto a Delhi.

Arrivo, incontro con la nostra organizzazione e sistemazione in Hotel.

Breve visita panoramica di New Delhi con i palazzi coloniali del British Raj; tempo a disposizione per acquisti in città. Cena di arrivederci in ristorante e trasferimento in aeroporto (almeno 3 ore prima della partenza del volo) per il rientro in Italia.

12° Giorno : sabato 25 agosto

Delhi - Francoforte - Milano Malpensa

Disbrigo delle pratiche di accettazione e spedizione dei bagagli fino a Milano.

Partenza con volo di linea Lufthansa per Francoforte delle ore 00.55. Pasto e pernottamento a bordo.

Arrivo alle 05.30 e proseguimento con volo di linea Lufthansa per Milano Malpensa alle ore 12.20.

Arrivo, al Terminal 1, previsto alle ore 13.30.

Quote di partecipazione

Quote individuali di partecipazione in camera doppia con accompagnatore italiano

Da 10 a 12 partecipanti € 3.000,00

Da 13 a 14 partecipanti € 2.870,00

Suppl. camera singola € 750,00

| | |
|--|--------------|
| Tasse aeroportuali e fuel surcharge (da riconfermare all'emissione) | € 450,00 |
| Assicurazioni bagaglio/sanitaria/annullamento | € 98,00 |
| Partenze da altri aeroporti | Su richiesta |

Quota gestione pratica € 70,00

Quote di partecipazione

Il presente programma è basato su orari, tasse aeroportuali, tariffe dei trasporti e costi dei servizi a terra in vigore il mese di febbraio 2018.

Le quote di partecipazione indicate sono espresse in Euro e intese per persona.

Le tariffe aeree sono state calcolate in base ad una specifica classe di prenotazione e compagnia aerea, in partenza da Milano. In caso di mancata disponibilità, verranno comunicati i supplementi della classe e/o della compagnia aerea disponibili. E' possibile richiedere (con eventuale supplemento) la partenza da tutti gli altri aeroporti italiani. Le quotazioni alberghiere sono riferite agli hotel indicati, o similari.

Per questa partenza, in deroga alle Condizioni Generali di Contratto, nessun adeguamento valutario verrà applicato. Una variazione delle tariffe aeree che dovesse verificarsi entro 20 giorni dalla data di partenza determinerà una revisione delle quote. Sono escluse dalla "quota di partecipazione" le tasse aeroportuali e l'eventuale sovrapprezzo carburante (fuel surcharge). Essendo tali costi estremamente variabili, saranno riconfermati all'emissione del biglietto aereo.

OPERATIVO VOLI PREVISTI (soggetto a variazioni):

LH 1855 14 agosto Milano Malpensa - Monaco 10.15 - 11.20
LH 762 14 agosto Monaco - Delhi 12.20 - 23.15
LH 763 25 agosto Delhi - Monaco 00.55 - 05.30
LH 1854 25 agosto Monaco - Milano Malpensa 08.30 - 09.35

Le quote di partecipazione includono:

- Assistenza in partenza all'aeroporto di Milano Malpensa
- Voli Lufthansa da Milano Malpensa a Delhi, via Monaco e ritorno, in classe economica
- Voli interni da Delhi a Leh e ritorno, in classe economica
- Franchigia bagaglio in stiva di 23 kg sui voli internazionali Lufthansa e di 15 kg sui voli interni indiani
- Trasferimenti privati con pulmino a Delhi e con mezzi Toyota Innova in Ladakh (3 partecipanti per auto)
- Pernottamento in hotel 4 stelle a Delhi, in hotel 3 stelle a Leh e nei migliori Hotel di categoria turistica a Nurla e Nubra, come sopra indicati
- Day use in Hotel l'11° giorno
- Trattamento di pensione completa durante il tour in Ladakh (pranzo con box lunch durante le

- escursioni) e di prima colazione a Delhi
- Cena di arrivarci a Delhi
- Visite ed escursioni compresi gli ingressi, come indicato in programma
- Guide locali parlanti inglese in Ladakh
- **Accompagnatore italiano**
- Polizza "Viaggi Rischio Zero", UnipolSai Assicurazioni
- Guida "India del Nord", ed. Polaris (una per camera)
- Kit da viaggio

Le quote di partecipazione non includono:

- Assicurazioni (bagaglio/sanitaria/annullamento, UnipolSai Assicurazioni, vedere dettaglio)
- Tasse aeroportuali e fuel surcharge (da riconfermare all'emissione del biglietto aereo)
- Quota gestione pratica (Euro 70,00)
- Eventuali tasse aeroportuali locali: attualmente sono tutte inserite nei biglietti aerei; potrebbero essere richieste o modificate senza preavviso dalle autorità locali
- Eventuali tasse d'ingresso per macchine fotografiche e videocamere (da regolarsi in loco)
- Visto d'ingresso in India (Usd 50,00 da richiedere e [acquistare on line a questo link](#))
- Early check in (prima delle ore 14) e late check out (dopo le ore 12) negli alberghi, eccetto dove espressamente indicato
- Escursioni e visite facoltative, non previste in programma
- Pasti non previsti in programma, menù à la carte, bevande, mance, facchinaggi, extra di carattere personale e tutto quanto non espressamente indicato.

Hotel previsti o similiari

Stelle : -

| | |
|-------|--------------------------------------|
| Leh | Hotel Sera Courtyard |
| Nubra | Lchang Retreat |
| Leh | Saboo Resort |
| Delhi | Holiday Inn Express |
| Nurla | Apricot Tree |

Stelle : 4 stelle

| | |
|-------|-------------------------------|
| Delhi | Novotel Delhi |
|-------|-------------------------------|

Note importanti:

Pasti

Il viaggio in Ladakh viene effettuato in pensione completa in quanto nel capoluogo del Ladakh, Leh, non esistono ristoranti di standard occidentale aperti al pubblico e gli unici luoghi di ristoro di standard occidentale si trovano negli alberghi. Inoltre alle nove della sera la città himalayana si "addormenta" per svegliarsi alle prime luci dell'alba. Di conseguenza le cene sono sempre previste in albergo o presso i campi tendati fissi. Durante le escursioni sarà previsto un pranzo con "box lunch" che potrà risultare ripetitivo nonostante gli sforzi del personale locale per renderlo ogni giorno diverso.

Informiamo che, se necessario, a Leh esistono ottimi bazar dove è possibile comprare formaggi, pane, dolci, bevande e prodotti in scatola, per integrare le vivande fornite dall'organizzazione.

Per le partenze di gruppo con accompagnatore dall'Italia è prevista una piccola fornitura di "viveri di supporto" al seguito del gruppo.

Clima

Il mese di agosto è un buon periodo per effettuare un viaggio sull'Himalaya e in Ladakh in quanto il monsone indiano si ferma ai piedi dell'Himalaya e generalmente non sale nelle valli himalayane sopra i 3000 metri; le temperature diurne nella Valle dell'Indo si aggirano attorno al 20/24 °C (con sole e cielo terso), mentre nella notte scendono attorno ai 10/12 °C. Durante i passi in altitudine (oltre i 4000 metri) le temperature possono scendere attorno allo zero, si consiglia per tanto di munirsi di equipaggiamento da alta montagna. In Ladakh normalmente non si verificano piogge (comunque di lieve intensità, sporadicamente e durante la notte) mentre durante l'attraversata da Sarchu a Dharamsala possono verificarsi piogge di forte intensità che possono danneggiare le strade e causare ritardi lungo il percorso.

Campi tendati

I campi tendati sono confortevoli e rappresentano il massimo standard che si può reperire sull'Himalaya: è richiesto comunque un buono spirito di adattamento.

I campi sono muniti di tende grandi per due persone, letti con materassi, piumoni (o coperte) e lenzuola, asciugamano. Sarà assegnata una tenda singola se la prenotazione è stata richiesta in camera singola.

Tende comuni per la colazione, il pranzo e la cena, con menu a buffet. Le toilette sono in comune con docce con acqua calda e fredda. È preferibile munirsi di un asciugamano e di un sacco lenzuolo.

Categoria dei campi tendati

Ulay Tokpo Camp: categoria Standard, con servizi buoni

Tirit Camp: categoria Standard, con servizi buoni

Tso Moriri Camp: categoria Basic, con servizi minimi e spartani

Sarchu Camp: categoria Basic, con servizi minimi e spartani

Itinerari himalayani

In India i trasferimenti sono previsti su strade asfaltate e su piste non sempre nelle condizioni migliori e sono effettuati con mezzi di trasporto di standard indiano che non sempre sono in grado di offrire un comfort adeguato alle aspettative occidentali. Per questo anche le distanze più modeste possono comportare numerose ore di viaggio. Comunque sempre una media di percorrenza di 40 km all'ora.

Sulle strade himalayane i percorsi sono spesso difficoltosi e impongono tempi non quantificabili con esattezza. La partenza è spesso prevista molto presto al mattino per iniziare le visite o per affrontare i trasferimenti da una località all'altra. La nostra organizzazione prevede 3 passeggeri + autista per ogni vettura (a rotazione la guida locale viaggerà su una delle vetture).

Spirito del viaggio

Affrontare questo straordinario viaggio significa vivere esperienze non abituali e sopportare alcuni disagi logistici, in cambio di realtà e paesaggi altrimenti non raggiungibili. Basta avere una buona condizione fisica e un sentito spirito di adattamento e collaborazione, il resto viene da sé: il piacere di scoprire e conoscere, l'umiltà di imparare, di capire, di crescere.

Standard dei servizi

Gli standard dei servizi in India non sempre rispecchiano i normali standard occidentali; per tanto, affrontare questo viaggio significa dotarsi di un buono spirito di adattamento alle condizioni di un paese profondamente affascinante e allo stesso tempo complesso come l'India.

INFORMAZIONI UTILI

Ladakh

ORDINAMENTO DELLO STATO:

L'India è una Repubblica Costituzionale composta da 28 Stati sovrani, 6 Territori dell'Unione più il distretto di Delhi. La sua Costituzione è entrata in vigore il 26 gennaio del 1950. La più alta carica dell'Unione è il Presidente della Repubblica. L'Unione di Stati indipendenti fa capo al Parlamento, al Governo e alla Costituzione centrale di Delhi.

Il Parlamento fa capo a due camere: la camera bassa Lok Sabha, camera del popolo, e la camera alta, Rajya Sabha, consiglio degli stati. La Lok Sabha è formata da 545 membri e le elezioni si svolgono ogni 5 anni. La Rajya Sabha è composta da 245 membri eletti ogni 2 anni, e 125 membri eletti ogni 6.

Ogni singolo Stato ha un suo governo indipendente, un Presidente e un primo ministro, ed elegge i suoi rappresentanti al Parlamento di Delhi.

Gli Stati indiani sono divisi in distretti e nei villaggi il sistema amministrativo è ancora orientato verso il tradizionale metodo del panchayat retto dai cinque capi della comunità.

BANDIERA DELL'INDIA:

La bandiera nazionale indiana è composta da tre strisce orizzontali: arancione in alto, bianco al centro e verde in basso. Nella striscia centrale è inserita la ruota del carro di Ashoka, il più grande imperatore indiano vissuto nel III secolo a.C.

POPOLAZIONE:

La popolazione dell'India ammonta a circa 1 miliardo e 100 milioni di persone.

Densità della popolazione: 300 abitanti per Km².

LINGUA DELL'INDIA:

L'India conta 23 lingue ufficiali. L'hindi è parlato prevalentemente nelle regioni del nord. Negli stati del sud si parlano le lingue locali. In tutte le metropoli e le grandi città si parla l'inglese.

RELIGIONE:

L'India è la culla delle religioni orientali. Le religioni maggiormente diffuse sono l'Induismo (80%), l'Islamismo (12%), il buddismo, il sikhismo, il jainismo e il cattolicesimo.

DOCUMENTI PER L'ESPATRIO:

Passaporto: necessario, con validità residua di almeno sei (6) mesi al momento dell'arrivo.

Visto di ingresso: necessario.

Dallo scorso Aprile 2017, il Governo indiano ha esteso la possibilità ai cittadini italiani di ottenere il visto online (E-Visa) per viaggi inferiori ai 60 giorni.

L'E-Visa deve essere richiesto online direttamente dal cliente e pagato con carta di credito.

Il costo è di circa 50 Dollari, il pagamento è da effettuarsi online con carta di credito.

Prima di procedere alla richiesta online dell'E-Visa è necessario verificare di essere in possesso di:

- PASSAPORTO con validità minimo sei (6) mesi dalla data di arrivo in India, con almeno 2 pagine bianche.
- SCANSIONE A COLORI DI UNA FOTOTESSERA del formato 5cm x 5cm, frontale e con sfondo bianco

(formato jpeg, minimo 10 KB massimo 1 MB).

- SCANSIONE A COLORI DELLA PAGINA DEL PASSAPORTO contenente i dati personali (formato pdf, minimo 10 KB massimo 300 KB).

Per richiedere l'E-Visa è necessario connettersi al sito <https://indianvisaonline.gov.in/evisa/registration>, cliccare il riquadro "E-Visa Application" e procedere con la compilazione del modulo online in ogni sua parte. Al termine della compilazione verrà richiesto il pagamento di 50 USD ed il caricamento delle due scansioni (fototessera e passaporto).

Il visto in formato elettronico verrà inviato entro 72 ore all'indirizzo di posta elettronica da Voi indicato in fase di compilazione del modulo, dovrà essere stampato, portato con sé in aeroporto insieme al passaporto e conservato per tutta la durata del viaggio.

L'E-Visa è richiedibile:

- a partire da 30 giorni dalla data di partenza del viaggio ed è valido per un periodo di permanenza di massimo 60 giorni dalla data di arrivo in India.

- solamente due volte l'anno.

- solo se l'ingresso in India avviene da uno dei seguenti aeroporti: Ahmedabad, Amritsar, Bagdogra, Bangalore, Calicut, Chennai, Chandigarh, Cochin, Coimbatore, Delhi, Gaya, Goa, Guwahati, Hyderabad, Jaipur, Kolkata, Lucknow, Mangalore, Mumbai, Nagpur, Pune, Tiruchirapalli, Trivandrum, Varanasi, Cochin, Goa e Mangalore.

DISPOSIZIONI SANITARIE:

In India non è richiesta alcuna vaccinazione.

Consigliamo di consultare comunque il proprio medico e l'Ufficio di Igiene del vostro Comune.

Occorre sempre attenersi ad alcune indicazioni preventive nonché mantenere una corretta igiene personale. Il primo consiglio è quello di non bere acqua se non imbottigliata, meglio ancora se addizionata di anidride carbonica (accertandosi sempre della effettiva chiusura del tappo) ed evitare di consumare verdure crude e frutta non sbucciata.

TRASPORTI AEREI E AEROPORTI:

I voli intercontinentali dall'Europa sono operati con numerosi vettori IATA. L'aeroporto internazionale a New Delhi, lo scalo Indira Gandhi International, dista circa 20 Km (45 minuti) dal centro della città ed è collegato tramite un servizio di taxi e autobus. L'aeroporto internazionale di Mumbai dista 15 km dalla città ed è raggiungibile con un percorso di circa 1 ora, che si allunga durante le ore di punta. I voli nazionali in India possono subire ritardi o variazioni determinati da condizioni atmosferiche avverse o da altre cause. I collegamenti sono effettuati da compagnie di bandiera e private che coprono tutto il territorio nazionale. I biglietti aerei degli eventuali voli interni previsti per il vostro tour saranno consegnati dal nostro corrispondente all'arrivo in India.

TASSE AEROPORTUALI:

Al momento non sono previste tasse aeroportuali da pagare in uscita dall'India ad eccezione dell'aeroporto di Bangalore (1100 rupie). La normativa in India è soggetta a improvvisi cambiamenti.

NORME DOGANALI:

L'ingresso di valuta straniera è illimitato. Tutti gli oggetti di valore e di alta tecnologia devono essere dichiarati all'ingresso, trattenendo la ricevuta. E' consentita l'importazione di 200 sigarette, 25 sigari, 2 litri di bevande alcoliche, 4 bottigliette di profumo per uso personale. Esistono alcune limitazioni per l'esportazione di pezzi d'antiquariato.

BAGAGLIO:

Vedere norme internazionali standard.

VALUTA:

L'unità monetaria ufficiale in India é la Rupia indiana (INR), divisa in 100 Paisa.

Vi sono banconote da 5, 10, 20, 50, 100, 500, 1000 Rupie e monete da 1, 2 e 5 Rupie.

La valuta più facilmente convertibile è l'Euro ma viene normalmente accettato anche il Dollaro americano. È consigliabile cambiare il denaro presso gli alberghi dove viene applicata una commissione o presso le banche e gli uffici di exchange presso le principali città indiane.

Le carte di credito sono accettate nei negozi, negli alberghi e nei centri di maggior interesse turistico.

Cambi indicativi (Febbraio 2015):

1 Euro = 70,75 Rupie indiane

1 Dollaro americano = 62,06 Rupie indiane

FUSO ORARIO:

La differenza oraria rispetto all'Italia è di + 4 ore e 30 minuti. Se invece in Italia è in vigore l'ora legale sincronizzata sul meridiano di Greenwich, la differenza è di + 3 ore e 30 minuti.

CLIMA:

Data la vastità del territorio l'India presenta tutti i tipi di clima.

Periodo dei monsoni (da luglio ad agosto): clima caldo-umido con abbondanti piogge, in più momenti della giornata, e umidità attorno al 90%.

Le temperature variano dai 30-32 gradi del giorno ai 20-22 gradi della notte.

Periodo autunno-inverno (da settembre ad aprile): clima caldo-secco generalmente soleggiato, senza piogge di particolare intensità, con temperature che variano tra i 22-26 gradi del giorno e i 14-16 gradi della notte.

È questo il periodo migliore per visitare l'India.

Periodo caldo tropicale (da maggio a giugno): clima secco-torrido con temperature che si aggirano attorno ai 40 gradi durante il giorno.

Per visitare le regioni himalayane del Ladakh, del Kashmir e del Sikkim, il periodo ideale va da aprile a settembre, con clima secco e sporadiche precipitazioni notturne. Durante questi mesi le temperature sull'Himalaya, anche in altitudine sopra i 3000 metri, sono piacevoli: 18-22 gradi di giorno e 8-12 gradi di notte. Sopra i 4000 metri si registrano temperature notturne attorno allo zero.

ABBIGLIAMENTO:

La scelta del vestiario deve in generale rispondere a criteri di praticità, comodità, rispondenza al clima e all'ambiente. Si consiglia pertanto di optare per indumenti sportivi e calzature molto comode, escludere i capi in fibre sintetiche che impediscono la traspirazione corporea, specialmente negli ambienti a clima caldo.

Un principio fondamentale da tenere presente quando si scelgono i capi di vestiario è quello dell'abbigliamento "a strati": è più conveniente avere a disposizione tanti capi leggeri o di medio peso da indossare, se necessario sovrapposti, piuttosto che uno solo pesante.

Tale tecnica consente di adeguare il grado di copertura corporea alle variazioni climatiche e di ottenere un'efficace protezione contro gli sbalzi di temperatura ed il vento.

Nel periodo invernale nel nord dell'India è consigliabile avere una giacca a vento leggera e una felpa per la sera.

EQUIPAGGIAMENTO PERSONALE CONSIGLIATO PER IL VIAGGIO:

Forniamo qui di seguito un elenco orientativo di materiale per intraprendere il viaggio, che ognuno dovrà adeguare alle proprie abitudini ed esigenze.

- cappello da sole, foulard
- abiti e camicie in cotone a manica lunga
- magliette tipo t-shirt
- pantaloni lunghi in tela di cotone, jeans
- pantaloncini corti (non sopra il ginocchio per le donne)
- maglia di lana o felpa per la sera
- mantella impermeabile o cerata leggera
- biancheria intima in cotone
- un paio di scarpe da ginnastica comode
- un paio di sandali
- giacca leggera antivento
- fazzoletti e salviette rinfrescanti
- crema idratante
- crema solare a elevato fattore di protezione
- burro di cacao per labbra
- repellente per insetti
- occhiali da sole
- coltellino multiuso
- presa elettrica con attacco universale
- zainetto per le necessità giornaliere

FARMACIA PERSONALE:

Oltre agli eventuali medicinali di uso personale, si consiglia di portare con sé i medicinali di prima necessità quali: antibiotici (a largo spettro e uno specifico per le vie polmonari), diuretici, antinevralgici, antidiarroici (Imodium), disinfettanti intestinali (Bimixin, Normix), integratori della flora intestinale (Enterogermina), aspirine, antipiretici, collirio, repellente per insetti, disinfettante per l'acqua (Amuchina), cerotti, garze e bende per piccole ferite, pomata a base di penicillina, pomata antistaminica.

Si consiglia inoltre l'uso di reintegratori salini per evitare la disidratazione del fisico, velocissima in queste condizioni ambientali.

UFFICI:

Le banche sono aperte dalle 10,00 alle 14,00 da lunedì a sabato.

I negozi sono aperti dalle 10,30 alle 20,00 da lunedì a sabato.

ELETTRICITÀ:

È preferibile munirsi di un adattatore di tipo universale. La corrente elettrica funziona a 220 volts ed ha prese standard in quasi tutti gli hotel. Non funzionano le spine con la presa terra (spinotto centrale).

TELEFONO:

Per chiamare l'Italia in teleselezione bisogna comporre lo 0039, seguito da prefisso della città italiana con lo zero iniziale e infine il numero dell'abbonato.

In tutte le città indiane esistono telefoni pubblici (chiamati STD e ISD) con operatore, conta scatti e pagamento in contanti. Le schede telefoniche per i telefoni pubblici non sono utilizzate. Un minuto di conversazione dall'India all'Italia costa circa 40 rupie (meno di 1 euro). Telefonare dagli alberghi può costare invece fino a 4 o 5 volte di più.

Per telefonare dall'Italia in India bisogna selezionare lo 0091 seguito dal prefisso della città (New Delhi 11, Mumbai 22, Kolkata 33) e comporre il numero dell'abbonato.

Cellulari: su tutto il territorio nazionale i cellulari funzionano regolarmente. La copertura non è totale nelle regioni desertiche e nelle valli himalayane più remote.

SISTEMAZIONI ALBERGHIERE:

In India la categoria ufficiale degli Hotel non garantisce gli standard internazionali e non sempre assicura le aspettative del cliente. Tutte le strutture, dagli Hotel di lusso alle residenze Heritage (ex dimore dei Maharaja), sono periodicamente supervisionate dal nostro staff. Gli alberghi Heritage (3/4/5 stelle) garantiscono uno standard confortevole e una atmosfera tradizionale in grado di immergere i visitatori nel tempo dei Maharaja. Nelle città principali, dove la proposta ricettiva è più ampia, sono stati selezionati Hotel che garantiscono un accurato servizio, un ambiente accogliente e una ubicazione privilegiata.

MATERIALE FOTOGRAFICO:

È consigliato rifornirsi in Italia di tutto il materiale occorrente: pellicole, micropile, flash, schede di memoria non sempre facilmente reperibili oppure molto costosi. Sarà utile portare con sé un semplice sacchetto di plastica per proteggere gli oggetti da polvere o umidità.

MEZZI DI TRASPORTO:

Le strade che collegano le principali città dell'India sono generalmente asfaltate. I mezzi di trasporto sono privati e di standard indiano, con aria condizionata e autisti parlanti inglese (o italiano) di grande esperienza. Il traffico delle metropoli e il "singolare sistema di guida" rallentano notevolmente i tempi di trasferimento consentendo una media di circa 50 km all'ora. Per i viaggiatori che lo desiderano è possibile prevedere mezzi di categoria superior.

CIBO E BEVANDE:

La cucina indiana è molto ricca e saporita. Ogni stato ha le sue tradizioni culinarie e si distingue per le sue elaborate preparazioni. Le spezie (Masala) vengono utilizzate con quasi tutti i cibi. In generale gli indiani amano molto le verdure, il riso, le lenticchie, lo yogurt, la frutta tropicale, gli ortaggi ma anche il pollo, il montone e l'agnello.

Sono escluse dalla tavola, per motivi religiosi, le carni bovina e suina. Ottimo il pane chapaty, rooti e paratha che viene preparato in modi diversi a seconda della regione.

Il curry, il cumino, il coriandolo, il pepe nero, la noce moscata, il ginger, la cannella, i chiodi di garofano, l'anice, il cardamomo sono presenti in molti piatti vegetariani o a base di carne o pesce; spesso con i piatti si associa il "daal" (lenticchie) con lo yogurt bianco.

In generale la cucina è piccante anche se gli hotel che ospitano viaggiatori occidentali cercano di "limitare" l'uso delle spezie. Da non perdere il Tandoori chicken (pollo tipicamente indiano), la frutta (noci di cocco, mango, papaia, banane) e naturalmente il "chai": tè con il latte e le spezie.

Gli indiani producono un'ottima birra e diverse qualità di rum.

SHOPPING:

In India è possibile acquistare molti oggetti di artigianato ed ogni stato ha la sua particolare arte locale. Dai tappeti alle pietre preziose, dalle stoffe di seta agli oggetti d'argento, dalle spezie ai molteplici oggetti intarsiati nel legno o nel marmo, dagli scialli di pashmina ai copriletto ricamati con filo d'oro e specchi. Viaggiando con le guide locali o con gli accompagnatori indiani avrete molte opportunità di fare acquisti.

Alla fine delle visite previste è consuetudine delle guide e degli accompagnatori consigliare alcuni negozi dove fare acquisti e dove gli oggetti proposti sono di valore autentico. A volte le guide locali possono risultare troppo insistenti nel portarvi nei negozi da loro conosciuti: in questi casi non sentitevi in obbligo di andare ma se seguite i loro consigli non dubitate della qualità della merce che vi viene proposta. Trattate i prezzi con tenacia: è l'usanza locale.

In ogni caso recandovi nei negozi per conto vostro, a meno che non abbiate indicazioni molto precise, inciampate molto probabilmente in "piccole fregature": non illudetevi del contrario!

LETTURE CONSIGLIATE:

Storia dell'India

Stanley Wolpert (Bompiani, Milano 1977)

La storia dell'India raccontata da uno dei più noti storici, occidentali, della cultura indiana.

Freedom at midnight

Dominique Lapiere e Larry Collins (Vikas Publishing, Delhi, 1997).

Una delle più affascinanti ricostruzioni della partizione e dell'indipendenza indiana.

Passaggio in India

E.M. Forster (Oscar Mondadori, Milano 2001)

La storia del rapporto tra inglesi e indiani. Nel 1984 il regista David Lean ne ha tratto un magnifico film, vincitore di due Oscar.

La speranza indiana

Federico Rampini (Mondadori, Milano 2007)

La storia dell'India antica e la speranza dell'India moderna, raccontata da un grande giornalista che vive in prima persona l'esperienza indiana.

Kim

Rudyard Kipling (ne esistono numerose traduzioni in italiano)

Il romanzo più amato di colui che è per antonomasia l'interprete vittoriano dell'India.

L'odore dell'India

Pier Paolo Pasolini (Guanda, Milano 2000)

Le impressioni dell'autore sul viaggio compiuto in compagnia di Alberto Moravia ed Elsa Morante all'inizio degli anni sessanta del Novecento.

Verso la cuna del mondo

Guido Gozzano (Bompiani, Milano 2008)

Lettere dall'India del grande poeta piemontese, durante il viaggio nel Subcontinente effettuato all'inizio del Novecento.

Ritorno alla terra

Vandana Shiva (Fazi Editore, Roma 2009)

Lo sguardo dell'attivista indiana impegnata da sempre per la salvaguardia dell'ambiente e delle culture.

Esperimento con l'India

Giorgio Manganelli (Adelphi, Milano 1992)

Impressioni, appunti, aneddoti, riflessioni di un viaggio compiuto nel 1975 dall'autore, viaggiatore e studioso di filosofie orientali.