



LADAKH  
**India - Ladakh: Cultura e Hiking**

Tour su base privata in lingua inglese

**Quote a partire da**

€ 3.470,00

**Date di partenza**

da Giugno a Ottobre

**Giorni di viaggio**

13

## Caratteristiche di viaggio

Il Ladakh è una regione all'estremità settentrionale dell'India che si estende lungo la Valle del fiume Indo tra incredibili scenari naturali di altissima montagna.

È conosciuto come "Piccolo Tibet" non solo per il paesaggio himalayano in cui è immerso, con le sue oasi verdi che punteggiano i deserti aridi di alta quota, ma anche per la spiritualità buddista che si respira nei suoi innumerevoli **monasteri**.

Il viaggio "cultura e trekking" alterna proprio la visita dei monasteri più significativi della regione con alcune **camminate in alta quota**, per immergersi completamente nella serenità dei paesaggi himalayani.

Partendo dal capoluogo **Leh**, che si raggiunge in volo da Delhi, l'itinerario consente di esplorare in modo completo la **Valle dell'Indo** fino a Hemis in direzione sud-est e fino a Lamayuru in direzione nord-ovest, nonché di apprezzare le particolarità della **Valle di Nubra**, situata non distante dal confine col Tibet e in passato importante via commerciale lungo una ramificazione della "via della seta".

Durante il viaggio, spesso si lascia il proprio veicolo e si intraprendono spettacolari trekking a piedi che consentono di ammirare scorci panoramici e villaggi remoti altrimenti non apprezzabili.

### In evidenza

- Garanzia di massimo 3 passeggeri a bordo di ciascun veicolo in Ladakh
- Camera d'albergo subito disponibile all'arrivo a Delhi per riposo in attesa del volo per Leh, all'inizio del viaggio
- Camera d'albergo disponibile a Delhi fino alla partenza del volo di rientro in Italia, al termine del viaggio
- Visite a monasteri e villaggi alternate ad esperienze di cammino nella natura d'alta quota
- Percorso a piedi nella Hundar Gorge (valle di Nubra)
- Percorso a piedi tra i monasteri di Tak-Tok e Chemrey
- Percorso a piedi tra i villaggi di Tingmosgham e Tia (valle di Sham)
- Percorso a piedi all'eremo di Gotsang, sopra al monastero di Hemis

## Servizi

Questo itinerario si svolge in un ambiente di altissima montagna e prevede esperienze di hiking in quota, di durata variabile tra 1 e 3/4 ore di cammino alla volta suddivise in 4 diverse giornate. Prevedono il superamento di dislivelli non eccessivamente impegnativi, ma si svolgono ad altitudini tra i 3500 ed i 4300 metri: è richiesta pertanto un'ottima condizione fisica.

Le sistemazioni alberghiere ed i pasti sono semplici, adeguati ad una zona remota come il Ladakh. È previsto il trattamento di pensione completa per la scarsità di ristoranti adeguati al di fuori degli alberghi; i pasti possono essere al sacco (box-lunch) o essere consumati in semplici ma selezionati ristoranti locali o infine in albergo). In Ladakh i trasferimenti sono effettuati con veicoli tipo Toyota Innova condotti da esperti autisti di lingua locale (inglese molto basic): i partecipanti (da 1 a 3 massimo) sono ospitati sui sedili posteriori (la guida locale parlante inglese occupa in genere il posto di fianco all'autista). La disposizione sui veicoli è comunque modulabile a richiesta dei partecipanti, nei limiti di capacità dei mezzi stessi.

Assistenza H24 per tutto il viaggio.

---

## Programma di viaggio

### GIORNO 01

#### Partenza dall'Italia per Delhi

Ritrovo dei Signori Partecipanti ai banchi di accettazione della compagnia aerea prescelta, presso l'aeroporto di Milano Malpensa o di Roma Fiumicino (altri aeroporti possibili su richiesta).

Disbrigo delle formalità di check-in con **assistenza di qualificato personale aeroportuale** e spedizione dei bagagli direttamente fino a Delhi.

Partenza con volo di linea per l'India.

Arrivo in nottata presso l'aeroporto internazionale Indira Gandhi di Delhi, disbrigo individuale delle formalità doganali, ritiro del bagaglio e incontro con la nostra organizzazione locale (**riconoscibile dal cartello EARTH**) per il trasferimento in Hotel.

Sistemazione nella camera riservata e tempo per riposo.

## GIORNO 02

### Delhi - Leh

Di primo mattino partenza con volo domestico per Leh, il capoluogo del Ladakh situato a 3505 metri di altitudine (*i biglietti aerei verranno consegnati dal nostro personale locale*). Arrivo, incontro con la guida locale fuori dagli arrivi nazionali (riconoscibile dall'apposito cartello identificativo **EARTH**) e trasferimento in Hotel.

Sistemazione nelle camere assegnate e tempo a disposizione per acclimatarsi.

Nel pomeriggio breve escursione allo **Stupa di Shanti**, fatto edificare da alcuni monaci buddisti giapponesi nel 1991 per promuovere la pace nel mondo e al **Sankar Gompa**, monastero situato ad un paio di km da Leh e appartenente all'ordine dei Gelug-pa.

Per chi se la sente, **passeggiata** attraverso l'oasi di Leh per rientrare in Hotel.

Pensione completa e pernottamento in Hotel.

## GIORNO 03

### Leh

Prima colazione in Hotel.

Giornata dedicata alla visita delle principali attrazioni di Leh, per completare in relax il processo di acclimatemento all'altitudine.

La prima attività consiste nell'**incontro con un oracolo**: gli oracoli del buddismo fungono da mediatori tra gli spiriti e il mondo fisico in cui viviamo e tuttora in Ladakh sono molto considerati sia che si tratti di celebrare riti per scacciare il male o compiacere gli dei, sia per curare disturbi alla salute o infine che occorra una guida spirituale (*visita soggetta a disponibilità dell'oracolo*).

Proseguimento con la visita al **Leh Palace**, edificio storico di nove piani, simbolo del

capoluogo del Ladakh, che presenta una somiglianza stilistica con il Potala Palace di Lhasa, in Tibet.

Costruito nel XVII secolo dal re Singge Namgyal, è stato abbandonato quando i reali nel 1846 hanno spostato la loro residenza a Stok: oggi le sue robuste mura racchiudono alcuni spazi per mostre fotografiche e una piccola sala di preghiera, ma la parte più piacevole di una visita è avventurarsi sui tetti più alti per godersi la vista panoramica sulla cittadina.

Visita poi al **Museo dell'Asia Centrale**, dedicato al ruolo storico che ha avuto Leh come snodo commerciale lungo la via della seta, con esposizioni incentrate sulla ramificazione ladakha, cinese, turkmena e tibetana delle vie carovaniere. Il museo racchiude un cortile che contiene anche la più antica **moschea di Leh**.

Conclusione del giro in città con una sosta presso il **Ladakh Arts & Media Organization**, ospitato presso la Munshi House, una delle case storiche più importanti di Leh: la vista della città vecchia dalla terrazza della Munshi House è uno spettacolo da non perdere, e una tazza di tè locale con accompagnata da qualche snack leggera rende questa esperienza ancora migliore.

Rientro in Hotel.

Pensione completa e pernottamento in Hotel.

## GIORNO 04

### **Leh - Thiksey - Stakna - Matho - Spituk - Leh**

Partenza verso le 5,30 per raggiungere il **monastero di Thiksey** dove si assisterà alla “**puja**” (preghiera) del mattino, al termine della quale si potrà visitare il monastero, uno dei più antichi e affascinanti del “Piccolo Tibet”.

Grazie alla sua posizione scenografica a vari livelli su un'intera collina e ad una vaga somiglianza con il Potala di Lhasa, il gompa di Thiksey è uno dei più riconoscibili e fotografati complessi monastici del Ladakh.

Prima colazione in ristorante e proseguimento lungo il fiume Indo fino al **monastero di Stakna**, anch'esso situato in posizione pittoresca in cima ad una piccola collina: risale al 1618 ed appartiene alla scuola Drukpa (la corrente spirituale dominante in Bhutan); il suo nome significa letteralmente “naso della tigre”.

Pochi chilometri in linea d'aria dividono Stakna dal **monastero di Matho**: questo gompa

appartiene all'ordine Saskya del buddismo tibetano e risale al 1410, anno di fondazione per volere del Lama Dugpa Dorje. Ospita un'ampia collezione di antichi thangka (drappi buddisti dipinti o ricamati), datati tra i 600 ed i 400 anni fa.

L'ultima tappa del giro di visita agli edifici monastici situati nei dintorni di Leh è prevista al **monastero di Spituk** dalle cui terrazze si gode un'ampia vista sulla valle dell'Indo e... sull'aeroporto di Leh. La sua colorata sala delle preghiere ospita una statua di Tsongkhapa, il fondatore del buddismo Gelukpa.

Al termine, rientro in Hotel a Leh.

Pensione completa e pernottamento in Hotel.

## GIORNO 05

### **Leh - Kardung La - Valle di Nubra**

Prima colazione in Hotel.

Partenza in direzione della Valle di Nubra attraverso il panoramico passo **Kardung La** (5.602 metri), il culmine di una delle più alte strade carrozzabili al mondo. Lungo il percorso si effettueranno alcune brevi soste per una pausa tè, per sgranchirsi le gambe e soprattutto per ammirare i paesaggi di altissima montagna.

Arrivo nella Valle Nubra, situata a "soli" 3100 metri e sistemazione in Hotel.

Per la sua conformazione geologica e posizione geografica, la valle di Nubra presenta sorprendenti **dune sabbiose** che assomigliano a quelle dei deserti sahariani: qui vive una particolare specie di cammelli, la cui stirpe risale ai tempi delle carovane della via della seta che attraversavano le vallate himalayane.

Possibilità di passeggiare sulle dune o fare un giro in cammello.

Pensione completa e pernottamento in Hotel.

## GIORNO 06

### **Valle di Nubra: Diskit e trekking nella Hundar Gorge**

Prima colazione in Hotel.

Di buon mattino, visita al **monastero di Diskit**, il più antico ed importante della valle, appartenente all'ordine Gelupa, dei berretti gialli, lo stesso del Dalai Lama. Dalle sue terrazze

si gode una bella vista sulla valle.

Nei pressi sorge una statua del **Buddha Maitreya**, alta 32 metri e risalente al 2010 quando fu inaugurata dal Dalai Lama in persona.

Rientro via strada al villaggio di Hundar (3200 metri) e proseguimento per circa 45 minuti in macchina fino alla cima della **Hundar Gorge** da cui si raggiunge la località di **Hundar Dok** (4300 metri) in circa 15 minuti di cammino. Hundar Dok è un grazioso villaggio di montagna i cui pochi abitanti si dedicano in estate al pascolo di pecore, capre, mucche e yak, alla produzione di burro e formaggio e alla coltivazione dei campi.

Dopo il pranzo al sacco, partenza per un **trekking** di circa 12 km (3/4 ore circa) attraverso campi terrazzati, fattorie isolate e ruscelli alimentati dai vicini ghiacciai.

Percorrendo infine la gola del fiume si scende a valle e, via strada, si raggiunge il proprio Hotel.

Pensione completa e pernottamento in Hotel.

## GIORNO 07

### **Valle di Nubra - Wari La - trekking da Tak-Tok a Chemrey - Leh**

Prima colazione in Hotel.

Giornata dedicata al trasferimento di rientro a Leh.

Si percorrerà una via alternativa per lasciare la valle di Nubra, seguendo parzialmente il corso del fiume Shyok, incredibile per i suoi paesaggi e scorci panoramici sempre mutevoli e spettacolari, prima di attraversare il passo **Wari La**, situato a 5312 metri sul livello del mare.

Durante la tortuosa discesa verso la valle dell'Indo sosta al **monastero di Tak Tok**, letteralmente "tetto di pietra", interessante per le sue sculture realizzate con burro di yak e per i bellissimi affreschi che adornano la sua sala delle preghiere.

Partenza poi per un **trekking** di circa 2 ore (10 km, con circa 100 metri di dislivello in salita e circa 300 metri di dislivello in discesa) lungo un facile sentiero che, percorrendo la valle, passa accanto a villaggi, tempietti e campi fino a raggiungere il **monastero di Chemrey**, fondato dal Lama Tagsang Raschen nel 1664. Il monastero appartiene all'Ordine Drukpa e serve come residenza di circa 20 monaci e una decina di novizi. Camminando si raggiungerà la sommità del complesso principale dove si trova un'immagine dorata di Padmasambhava alta 3 metri e impreziosita da numerosi turchesi. Il monastero vanta anche una significativa

collezione di scritture sacre, con pagine che vantano i titoli in argento e il testo in lettere d'oro.

Proseguimento poi via strada fino a Leh e sistemazione infine in Hotel.

Pensione completa e pernottamento in Hotel.

## GIORNO 08

### **Leh - Likir - Alchi - Nurla**

Prima colazione in Hotel.

Partenza in direzione nord ovest lungo la valle dell'Indo, verso il villaggio di Alchi.

Lungo il percorso è prevista una deviazione dalla strada principale per raggiungere il villaggio di Likir, situato in una spettacolare valle laterale a circa 50 chilometri da Leh: visita al **monastero di Likir**, fondato nel 1065 dal Lama Duwang Chosje durante il regno del 5° re del Ladakh Lhachen Gyalpo, beneficia di una posizione dominante sul crinale della montagna e ospita una grande ed inconfondibile statua del Buddha Maitreya. Seppure attualmente risulti in una posizione remota rispetto alla strada principale che unisce Leh a Srinagar, un tempo Likir si trovava in un punto strategico del percorso commerciale che si snodava tra Tingmosgang, Hemis Shukpachan e Leh.

Al termine della visita, proseguimento fino al villaggio di Alchi.

Pranzo presso il **ristorante Alchi Kitchen**, un locale in stile tradizionale dove è possibile gustare alcune specialità della semplice gastronomia del Ladakh, fatte a mano.

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

Fu fondato all'inizio dell'XI secolo da Ringchen Zangpo, studioso di buddismo ed instancabile traduttore di testi sacri in tibetano, che dal Kashmir si trasferì in Ladakh con un gruppo di artisti: insieme diedero vita a templi religiosi ricchi di statue e pregevoli opere d'arte, come il complesso di Choskhor ad Alchi, Mangyu e Sumdha Chun.

Dopo l'esplorazione di Alchi, sistemazione in Hotel a Nurla, distante circa 25 km.

Pensione completa e pernottamento in Hotel.

## GIORNO 09

## **Nurla - Tingmosgham - trekking fino a Tia - Lamayuru - Nurla**

Prima colazione in Hotel.

Trasferimento via strada in una vallata laterale dell'Indo fino al villaggio di **Tingmosgham**, il più grande villaggio della valle di Sham; all'arrivo visita al palazzo di Tingmosgham e poi inizio del **trekking** verso il villaggio di **Tia**, il più antico della regione con i suoi 500 anni: il percorso dura circa 1 ora (circa 4 km) con un dislivello in salita di circa 170 metri e in discesa di circa 10 metri.

Il villaggio di Tia si trova in cima ad una collina e presenta un'architettura molto interessante, con un edificio principale che ospita l'intero villaggio composto da circa 200 famiglie. Si presenta quindi come un suggestivo labirinto di stradine, cortili e casette in pietra.

Dopo un giro a piedi nel villaggio, trasferimento via strada (circa 40 km) fino al villaggio di Lamayuru, in tempo per il pranzo all'Hotel Moon Land.

Visita quindi al **monastero di Lamayuru**, risalente all'XI secolo e arroccato pittorescamente su uno sperone di roccia a circa 3500 metri di altitudine, in un paesaggio quasi lunare (e difatti conosciuto come "moonland").

Lamayuru si trova all'imboccatura di una stretta gola e la leggenda narra che qui un tempo tutto fosse sommerso da un profondo lago: solo grazie alle preghiere di Naropa (uno degli 84 "santi" del Vajrayana) agli spiriti guardiani, le acque si prosciugarono miracolosamente.

Rientro infine in Hotel a Nurla.

Pensione completa e pernottamento.

### GIORNO 10

## **Nurla - Mangyu - Stok - Saboo**

Prima colazione in Hotel.

Prima tappa della giornata al **villaggio di Mangyu** nascosto in una gola oltre il fiume Indo, magnificamente situato su un'altura: numerose case sono ubicate su terrazzamenti naturali che ospitano campi e orti. Questa parte del villaggio conserva i resti di un **monastero** attribuibile al periodo che va dalla metà del XII secolo all'inizio del XIII secolo: il complesso si affaccia su un cortile aperto e comprende due templi rivolti verso sud-est, situati uno accanto all'altro, oltre a due cappelle di dimensioni diverse su entrambi i lati dei templi.

Al termine della visita, partenza in direzione di Leh, con piccola deviazione dopo l'attraversamento del capoluogo per visitare il **palazzo di Stok**: costruito alla fine del '700 da re Tsepel Tondup Namgyal, il palazzo venne abbandonato pochi anni dopo. Divenne nuovamente dimora ufficiale della casa reale nel 1842, in seguito all'invasione del Ladakh da parte dell'esercito del Jammu condotto da Zorawar Singh. Ancora oggi i discendenti della famiglia reale vivono all'interno del palazzo di Stok, per la precisione all'ultimo dei quattro piani dell'edificio, dove conducono una vita appartata e lontana dai fasti del passato. Recentemente ristrutturato, il palazzo ospita un bellissimo museo al piano terra dove è possibile ammirare un pezzo di storia del Ladakh: dipinti, statue, immagini religiose, fotografie e ricordi della casa reale compresa l'antica corona della regina. Proseguimento infine per il tranquillo **villaggio di Saboo**, situato a pochi chilometri da Leh e sistemazione in resort, in un ambiente sereno circondati da pioppi, montagne e silenzio. Pensione completa e pernottamento in Hotel.

## GIORNO 11

### **Saboo - Hemis - trekking fino all'eremo di Gotsang - Leh - Saboo**

Prima colazione in Hotel.

Trasferimento lungo il fiume Indo in direzione sud-est fino al **monastero di Hemis**, edificato in una valle a 4000 metri di quota: rappresenta la più grande istituzione monastica in Ladakh e colpisce per il grande cortile ricco di decorazioni policrome in legno e per la imponente statua del Guru Lhakhang, alta ben 8 metri.

Inizio del trekking (circa 1 ora per salire e mezz'ora per scendere) fino all'**eremo di Gotsang**, antico luogo di meditazione dei monaci di Hemis. Visita del tempietto e della scura cavità in cui meditava il maestro tantrico Gyalwang Gotsang (1189-1258), lama tibetano riverito per aver tracciato per primo il sentiero di pellegrinaggio intorno al monte Kailash e fondatore del buddismo di scuola Drukpa .

Discesa poi al monastero di Hemis e visita ai suoi ambienti e al suo **museo**, ricco di manufatti in legno, libri, abiti tradizionali e strumenti musicali.

Al termine della visita, rientro verso Leh, con tempo a disposizione da dedicare ad un po' di shopping nel mercatino principale di Leh e/o a relax nell'oasi tranquilla di Saboo.

Pensione completa e pernottamento in Hotel.

## GIORNO 12

### **Saboo - Leh - Delhi - Partenza per l'Italia**

Prima colazione in Resort.

Al mattino trasferimento in aeroporto e partenza con volo domestico diretto a Delhi (*i biglietti aerei verranno consegnati dal nostro personale locale*).

Attenzione! Sui voli originanti dalla regione del Jammu & Kashmir non è consentito portare il bagaglio a mano per ragioni di sicurezza, tutti i colli vanno imbarcati in stiva (ad eccezione di una piccola borsa personale, marsupio o borsa per macchina fotografica).

Arrivo a Delhi, incontro con la nostra organizzazione fuori dagli arrivi nazionali (riconoscibile dall'apposito cartello identificativo EARTH) e trasferimento in città per una visita guidata in italiano delle principali attrazioni della capitale indiana, metropoli di oltre 15 milioni di abitanti che diventano quasi 20 milioni se si considerano anche i quartieri satellite delle sue periferie. Nonostante il traffico intenso e l'infinita umanità che a tutte le ore sciamano tra le sue arterie a più corsie e percorre le sue tipiche sopraelevate, Delhi è una città vivibile, disseminata di parchi verdi, ricca di fascino, storia e spiritualità. Qui convivono i monumenti austeri dell'amministrazione statale, in stile britannico ed i palazzi iper-moderni della finanza e della tecnologia, emblemi di una nuova India dinamica proiettata nel futuro e nel benessere economico. Qui convivono i simboli delle diverse religiosità su cui si fonda la società indiana, da quella islamica a quella sikh passando per la dominante componente induista.

Si comincia con il tempio sikh **Gurudwara Bangla Sahib**, al quale si accede a piedi nudi e con il capo coperto da un fazzoletto arancione in segno di rispetto: qui le cerimonie religiose e le preghiere si svolgono di continuo in una suggestiva armonia di canti, barbe lunghe e turbanti colorati.

Proseguimento con la visita al **memoriale Raj Ghat** dedicato al Mahatma Gandhi e situato in un tranquillo giardino presso il fiume Yamuna, una sorta di oasi pacifica nel caos della metropoli: non è possibile comprendere l'India contemporanea senza riconoscere il ruolo fondamentale del suo padre fondatore.

Poi, tappa ad un altro celebre monumento funerario, il **Mausoleo di Humayun**, primo esempio di architettura Moghul in India risalente al XVI secolo, modello sul quale fu costruito

quasi un secolo dopo il Taj Mahal di Agra.

Dopo un giro panoramico all'arco di trionfo **India Gate**, simbolo della città e omaggio della Gran Bretagna al contributo indiano durante la grande guerra mondiale, trasferimento infine nella zona dell'aeroporto e sistemazione in Hotel, con **camera a disposizione** per rinfrescarsi e cambiarsi d'abito.

Cena libera nel ristorante dell'albergo e in serata trasferimento in aeroporto in tempo utile per la partenza dopo mezzanotte del volo di linea di rientro in Italia.

Pasti e pernottamento a bordo.

## GIORNO 13

### Arrivo in Italia

Arrivo in giornata all'aeroporto di Milano Malpensa o Roma Fiumicino (altri aeroporti su richiesta).

---

## Quote di partecipazione

### Quote individuali di partecipazione in camera doppia - Tour con 1 veicolo

#### Quote

2 partecipanti	€ 3.710,00
3 partecipanti	€ 3.370,00

#### Supplementi

Suppl. camera singola	€ 910,00
Quota volo aereo dall'Italia a Delhi e ritorno, tasse incluse a partire da	€ 1.000,00

Quota gestione pratica	€ 90,00
------------------------	---------

## Quote individuali di partecipazione in camera doppia - Tour con 2 veicoli

### Quote

Da 4 a 5 partecipanti	€ 3.530,00
-----------------------	------------

### Supplementi

Suppl. camera singola	€ 910,00
-----------------------	----------

Quota volo aereo dall'Italia a Delhi e ritorno, tasse incluse a partire da	€ 1.000,00
--	------------

Quota gestione pratica	€ 90,00
------------------------	---------

## Quote individuali di partecipazione in camera doppia - Tour con 3 veicoli

### Quote

Da 6 a 7 partecipanti	€ 3.550,00
-----------------------	------------

### Supplementi

Suppl. camera singola	€ 910,00
-----------------------	----------

Quota volo aereo dall'Italia a Delhi e ritorno, tasse incluse a partire da	€ 1.000,00
--	------------

Quota gestione pratica	€ 90,00
------------------------	---------

## Quote individuali di partecipazione in camera doppia - Tour con 4 veicoli

### Quote

Da 8 a 9 partecipanti

€ 3.470,00

## Supplementi

Suppl. camera singola

€ 910,00

Quota volo aereo dall'Italia a Delhi e ritorno, tasse incluse a partire da

€ 1.000,00

Quota gestione pratica

€ 90,00

## INCLUSO NELLA QUOTA

- Voli domestici da Delhi a Leh e ritorno, in classe economica
- Tutti i trasferimenti in Ladakh con veicolo privato (tipo Toyota Innova, 3 partecipanti massimo per veicolo oltre ad autista e guida) senza aria condizionata e con autista di lingua locale
- Tutti i trasferimenti a Delhi con veicolo privato climatizzato (auto, pulmino o minibus in base al numero dei partecipanti) con autista di lingua locale
- 11 pernottamenti in camera doppia standard presso selezionati alberghi di categoria turistica in Ladakh e 4 stelle in zona aeroporto a Delhi
- Camera disponibile fino all'orario di partenza il 12° giorno a Delhi
- Trattamento di pensione completa in Ladakh (con prime colazioni e pasti in semplici ristoranti locali o in hotel)
- Guida locale parlante inglese in Ladakh, cioè dal 2° al 12° giorno di viaggio (con supplemento, è possibile affiancargli un accompagnatore/traduttore indiano parlante italiano)
- Guida locale parlante italiano per le visite di Delhi, il 12° giorno
- Trasferimenti e visite guidate compresi gli ingressi ai monumenti e alle aree archeologiche indicate in programma
- Permessi di ingresso in Ladakh
- Guida dell'India del Nord (una per camera)
- Zainetto da viaggio, Eastpak

## ESCLUSO DALLA QUOTA

- Voli domestici da Delhi a Leh e ritorno, in classe economica
- Tutti i trasferimenti in Ladakh con veicolo privato (tipo Toyota Innova, 3 partecipanti massimo per veicolo oltre ad autista e guida) senza aria condizionata e con autista di lingua locale
- Tutti i trasferimenti a Delhi con veicolo privato climatizzato (auto, pulmino o minibus in base al numero dei partecipanti) con autista di lingua locale
- 11 pernottamenti in camera doppia standard presso selezionati alberghi di categoria turistica in Ladakh e 4 stelle in zona aeroporto a Delhi
- Camera disponibile fino all'orario di partenza il 12° giorno a Delhi
- Trattamento di pensione completa in Ladakh (con prime colazioni e pasti in semplici ristoranti locali o in hotel)
- Guida locale parlante inglese in Ladakh, cioè dal 2° al 12° giorno di viaggio (con supplemento, è possibile affiancargli un accompagnatore/traduttore indiano parlante italiano)
- Guida locale parlante italiano per le visite di Delhi, il 12° giorno
- Trasferimenti e visite guidate compresi gli ingressi ai monumenti e alle aree archeologiche indicate in programma
- Permessi di ingresso in Ladakh
- Guida dell'India del Nord (una per camera)
- Zainetto da viaggio, Eastpak

## NOTE

### Quote di partecipazione

Il presente programma è basato su orari, tasse aeroportuali, tariffe dei trasporti e costi dei servizi a terra in vigore nel mese di **Marzo 2023**.

Le quote di partecipazione indicate sono espresse in Euro, sono intese per persona e sono state calcolate in base al cambio valutario: **1 Euro = 1,05 USD**.

Le tariffe aeree indicate a parte sono state calcolate in base ad una specifica classe di prenotazione (economy) e compagnia aerea (Lufthansa), in partenza da Milano Malpensa o Roma Fiumicino.

Le quotazioni alberghiere sono riferite agli hotel indicati, o similari.

Qualora i servizi indicati non fossero disponibili ed essendo le tariffe aeree e alberghiere in

continua evoluzione, al momento della prenotazione Earth si riserva il diritto di modificare le quote qui riportate sulla base dei costi dei nuovi servizi confermabili e delle eventuali modifiche di tariffe subentrate.

Una variazione delle tariffe dei trasporti, dei costi dei servizi o del tasso di cambio indicati che dovesse verificarsi entro 20 giorni dalla data di partenza, determinerà una revisione delle quote.

Sono escluse dalla “quota base di partecipazione” le tasse aeroportuali e l'eventuale sovrapprezzo carburante (fuel surcharge). Essendo tali costi estremamente variabili, sono indicati all'atto della prenotazione e verranno riconfermati all'emissione del biglietto aereo.

**NOTA IMPORTANTE:** le quote pubblicate sono indicative e possono subire variazioni a causa dei continui aggiornamenti delle tariffe aeree e dei servizi a terra determinati da diversi fattori (art.39 D.Lgs 62/2018, Codice del turismo). Vi preghiamo pertanto di fare riferimento al nostro sito [www.earthviaggi.it](http://www.earthviaggi.it) o direttamente ai nostri uffici per eventuali aggiornamenti e promozioni.

### **Minimo partecipanti**

Per l'effettuazione di questo viaggio è previsto un numero minimo di 2 partecipanti.

### **Escursioni**

Nel caso in cui il viaggiatore usufruisse di escursioni programmate e svolte da altre agenzie/organizzazioni locali o direttamente dalle strutture alberghiere, Earth by Enterprise S.r.l. non potrà fornire alcuna garanzia.

### **Recesso del consumatore (Penalità di annullamento)**

In deroga alle Condizioni Generali di Contratto pubblicate sul sito [www.earthviaggi.it](http://www.earthviaggi.it), al consumatore che receda dal contratto prima della partenza, in caso di annullamento saranno addebitati a titolo di penale:

- La quota gestione pratica;
- Le seguenti percentuali sulla quota viaggio:
  - penalità del 35% fino a 60 giorni prima della partenza del viaggio
  - penalità del 50% da 59 a 30 giorni prima della partenza del viaggio

- penalità dell'80% da 29 a 15 giorni prima della partenza del viaggio
- penalità del 100% oltre tale termine

Una volta emessi i biglietti aerei (interni ed internazionali) ed il visto sono da considerare non rimborsabili.

Si precisa che:

- il riferimento è sempre ai giorni "di calendario";
- per determinate destinazioni, per particolari servizi, per i gruppi precostituiti e per determinate combinazioni di viaggio, le penali sopra riportate potranno subire variazioni anche rilevanti;
- per determinati servizi turistici e non turistici le penali possono essere del 100% già al momento della proposta irrevocabile o della prenotazione/conferma da parte del tour operator; tali variazioni saranno indicate nei documenti relativi ai programmi fuori catalogo o ai viaggi su misura o a viaggi e servizi in genere non rientranti pienamente o parzialmente nel presente catalogo;
- in ogni caso, nessun rimborso spetta al consumatore che decida di interrompere il viaggio o il soggiorno per volontà unilaterale.

Ai sensi dell'art ex art. 47 1° comma lett. g. del Codice del Consumo si comunica che nei contratti conclusi a distanza è escluso il diritto di recesso. Ai sensi dell'art. 41 comma 7 del Codice del Turismo si comunica che nei contratti negoziati fuori dai locali commerciali nei casi di offerte con tariffe sensibilmente diminuite rispetto alle offerte concorrenti è escluso il diritto di recesso. Si rendono perciò applicabili al viaggiatore/consumatore che recedono dal contratto sottoscritto a distanza o fuori dai locali commerciali con tariffe sensibilmente diminuite rispetto alle offerte concorrenti le penali d'annullamento previste nella scheda tecnica.

Ai sensi dell'articolo 59 del Codice del Consumo, Decreto Legislativo 6 settembre 2005, n. 206 modificato in seguito al D.lgs 21 febbraio 2014 n.21, il diritto di recesso è escluso relativamente ai contratti per la fornitura di alloggi, trasporti, servizi di noleggio di autovetture, catering o servizi relativi alle attività di tempo libero, se il contratto prevede una data o un periodo specifico per la prestazione. Si rendono perciò applicabili al consumatore che recede dal contratto sottoscritto a distanza o negoziato fuori dei locali commerciali le penali d'annullamento previste e indicate in ogni singolo servizio.

**Earth Viaggi protegge i propri Viaggiatori con Unipol Assicurazioni, una copertura completa dal momento della prenotazione, durante il viaggio e anche dopo il rientro Italia! ([verifica nel dettaglio cliccando qui](#))**

- **Assistenza alla persona:** tramite Centrale Operativa H24 (costituita da medici, tecnici e operatori)
- **Rimborso Spese Mediche in viaggio:** fino a € 50.000,00 per persona
- **Bagaglio:** furto, rapina, scippo, incendio mancata riconsegna, fino a € 750,00. Spese di prima necessità per ritardata (12 H) o mancata riconsegna da parte del vettore, fino a € 250,00
- **Annullamento Viaggio:** indennizzo della penale fino a € 10.000 per persona e € 50.000,00 per evento
- **Interruzione Viaggio:** rimborso dei giorni non usufruiti, fino a € 5.000,00 per evento
- **Polizza “Viaggi Rischio Zero”:** per la copertura delle maggiori spese e dei giorni non usufruiti a seguito di eventi fortuiti e casi di forza maggiore in corso di viaggio, fino a € 2.700,00 per persona
- **Polizza Infortuni in viaggio:** € 150.000,00 per invalidità permanente o decesso, compreso il rischio volo (esclusi voli privati)
- **Polizza “Cancellazioni voli”:** per la copertura del maggior costo ragionevolmente sostenuto per l’organizzazione di servizi di trasporto alternativi a quelli previsti da contratto, nei limiti di € 500,00 a persona (Italia/Europa) e € 1.000,00 a persona (Mondo)

---

## E' importante sapere che

### Informazioni 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 monzone 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

### 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 é 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 Km<sup>2</sup>.

### 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 è 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,

inciampereste 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 Lapierre 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.