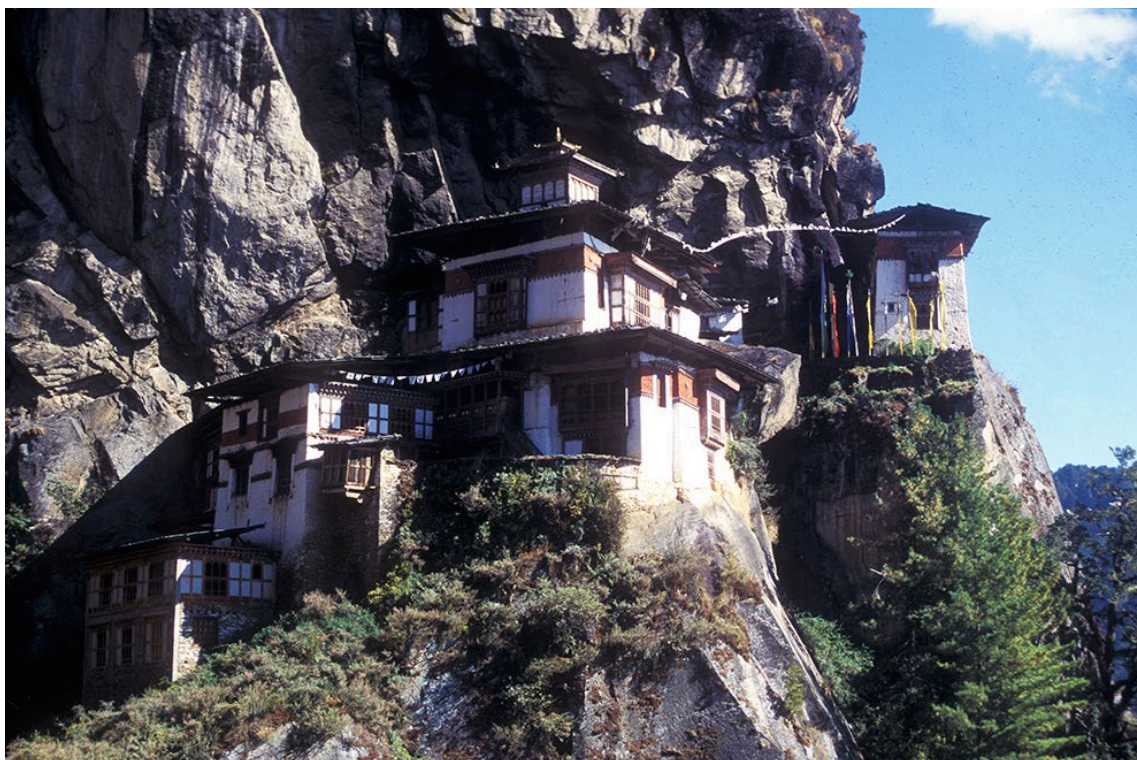


BHUTÁN

Entre Monasterios y Montañas

Descubre la magia de Bután en un viaje inolvidable de 8 días, explorando desde la vibrante Thimphu hasta el emblemático Nido del Tigre en Paro. Sumérgete en la rica cultura y la historia de este fascinante país, camina por senderos boscosos hacia antiguos monasterios y disfruta de la hospitalidad única de los locales. Desde la majestuosidad de Dochula hasta la serenidad de Gangtey, cada día ofrece una nueva aventura. Deléitate con la cocina butanesa, participa en actividades en la granja y relájate con vistas panorámicas. Con una cena de despedida en la Cervecería Namgay, este viaje dejará recuerdos duraderos y un amor renovado por la maravilla del mundo. ¡Una experiencia única que te recomendamos con entusiasmo!



Tesoros Ocultos y Belleza Natural

DÍAS	ITINERARIO	ALIMENTACIÓN	ALOJAMIENTO
1	Vuelo Kathmandú//Paro. Thimpu	C	Hotel turista
2	Thimpu	D-A-C	Hotel turista
3	Thimphu/Punakha	D-A-C	Hotel familiar
4	Punakha	D-A-C	Hotel familiar
5	Punakha/Phobjikha/Gangtey	D-A-C	Hotel turista
6	Phobjikha/Gangtey/Paro	D-A-C	Hotel turista
7	Paro.Nido del Tigre	D-A-C	Hotel turista
8	Vuelo Paro//Kathmandú	D	SIN ALOJAMIENTO

ALIMENTACIÓN Desayuno: D Almuerzo: A Cena: C

ITINERARIO

DIA 1: VUELO KATHMANDÚ/PARO. THIMPU

Al llegar al aeropuerto internacional de Paro, pasarás por inmigración, recogerás tu equipaje, conocerás a tu guía y conductor que te llevará hasta Thimpu.

Es una ciudad única que ofrece una experiencia propia, convirtiéndola en un destino de visita obligada para aquellos que buscan algo diferente. Más tarde visitarás Tamchog Lhakhang, un templo butanés que honra a Thangtong Gyalpo, un santo del siglo XIV conocido por construir puentes. Tiene una arquitectura tradicional, con vistas al río Paro Chhu y cuenta con murales que representan la vida del santo y una estatua de él sosteniendo una cadena de hierro.

DIA 2: THIMPU

Visitarás el Memorial Chorten. Un monumento de 1974 en honor al rey Jigme Dorji Wangchuck. Harás girar ruedas de oración y encenderás

lámparas.

Visitarás la estatua del Buda Shakyamuni en una colina cerca de Thimphu para disfrutar de impresionantes vistas del valle. El camino está bien mantenido y te llevará a través de selvas tropicales, matorrales y pistas de tala. Comenzarás en Changangkha Lhakhang para disfrutar de la mejor experiencia. Ten cuidado con los osos en verano y trae una campana o habla/canta en voz alta.

Visitarás la Reserva de Takin: La Reserva Motithang Takin de Thimphu es el hogar del takin de Bután, un animal inusual que se asemeja a un buey almizclero. Deambulan libremente en un bosque preservado, y la reserva tiene una historia única, ya que una vez fue un zoológico, pero los animales fueron liberados por el cuarto rey de Bután debido a los principios budistas.

Más tarde conocerás el Instituto Nacional de Zorig Chusum en Thimphu capacitará a los estudiantes en 13 oficios tradicionales de Bután. Asistirás a demostraciones o hablarás con los estudiantes para obtener más información.

¡Te prepararás para un almuerzo divertido y delicioso! Será en un restaurante butanés con un toque salvaje: estará decorado con falos y servirá deliciosos platos butaneses.

En la tarde visitarás

a) el Museo Postal de Bután: El museo mostrará la historia del servicio postal del país, incluidos los corredores de correo tradicionales y el correo moderno. Tendrá sellos postales únicos de Bután y de todo el mundo. Podrás hacer sellos personalizados a partir de tus fotos y enviar postales.

b) Museo Textil: El Museo Textil de Bután en Thimphu mostrará el rico patrimonio textil del país con exhibiciones interactivas y una vasta colección de prendas tradicionales, textiles religiosos y cotidianos. Será una visita obligada para aprender sobre la cultura y la historia de Bután.

c) Visitaras el Mercado de Agricultores del Centenario: El Mercado del Centenario es un destino bullicioso que ofrece productos frescos, artesanías hechas a mano, ropa, delicias locales y la oportunidad de sumergirse en la cultura butanesa.

d) Visita Tashichho Dzong: Esta impresionante estructura de visita obligada te dejará asombrado. Explorarás sus salas para conocer su rica historia y cultura. Serás testigo de cómo la policía baja las banderas o incluso vislumbrarás al Rey, que podrá charlar brevemente contigo.

Terminarás el día paseando por la ciudad de Thimphu y probando la cocina y el licor locales mientras interactúas con los lugareños.

DIA 3: THIMPHU/ PUNAKHA

Empezarás un viaje hasta el paso de Dochu La (3140 m), es un paso de montaña histórico en la ruta comercial entre Thimphu y Punakha. Ofrece impresionantes vistas del Himalaya de Bután, rododendros que florecen en primavera y verano,

108 chortens blancos y un templo único llamado Druk Wangyal Lhakhang.

Te unirás a la iniciativa de Green Bhutan Corporation plantando un árbol con tu nombre, contribuirás a eliminar la huella de carbono y a la conservación de la biodiversidad. Cada año, recibirás una actualización sobre el crecimiento de tu árbol. Este pequeño acto no solo beneficiará al medio ambiente, sino que también ayuda a concienciar sobre un mundo más saludable y sostenible.

Más tarde disfrutarás de una caminata, fácil desde Lamperi hasta el pueblo de Thinleygang, atravesando densos bosques y pintorescos pueblos.

Continuarás tu viaje a Punakha: El almuerzo se servirá en un restaurante con vista al Templo de la Fertilidad.

En la tarde visitarás

a) La majestuosa Fortaleza de Punakha, o Punakha Dzong, en la confluencia de dos ríos. Descubrirás varios patios y templos mientras aprendes sobre la historia y la cultura de Bután. Será especialmente hermoso al atardecer.

b) Puente colgante: Te convertirás en un atleta olímpico e intentarás mantener el equilibrio en el puente colgante más largo.

Te alojarás en Aum Leki Farm House en Punakha para vivir una experiencia culinaria única. Participarás en actividades prácticas como la elaboración de chile butanés y la producción de queso. Interactuarás estrechamente con la familia local, obteniendo información sobre las tradiciones culinarias butanesas. Concluirás tu visita disfrutando juntos de una deliciosa comida, saboreando los sabores de los platos que ayudaste a crear. Aprenderás y prepararás una deliciosa cocina butanesa con una gran variedad de sabores.

DIA 4: PUNAKHA

Caminarás desde la aldea de Yambesa hasta el Templo Khamsum Yulley Namgyal. El sendero a través del bosque ofrece excelentes vistas del valle de Punakha y el río Mo Chhu. El templo alberga estupas, banderas de oración, murales y estatuas de deidades budistas.

Explorarás el encantador pueblo de Talo y su gomba para disfrutar de vistas impresionantes del valle de Punakha. Talo es conocido por su encanto rústico, su ambiente limpio y su rica tradición. Darás un paseo por el pueblo, interactuarás con los lugareños y los monjes, y admirarás la elegante arquitectura de Talo Gomba. En el camino de regreso, harás una parada en el convento de monjas Sangchhen Dorji Lhuendrup para conocer la vida de los eruditos monásticos.

También visitarás el templo Chimi Lhakhang de Bután bendecirá a las mujeres con un falo de madera para la fertilidad. El templo honra al santo Drukpa Kunley, que utilizaba falos para ahuyentar a los malos espíritus.



DIA 5: PUNAKHA/PHOBJIKHA/GANGTEY

Hoy te embarcarás en un viaje panorámico hasta el valle de Gangtey, el único valle de humedales de Bután. Este pintoresco destino es famoso por ser el lugar de descanso de las grullas de cuello negro, aves migratorias del Tíbet. Avistarás a estas elegantes aves, consideradas sagradas en la cultura butanesa, y explorarás el significado cultural del monasterio de Gangtey, que ofrece impresionantes vistas del valle. Disfrutarás de la tranquilidad y el ecosistema único de este extraordinario lugar.

Sendero natural de Gangtey: será una caminata de 90 minutos que ofrece impresionantes vistas de pueblos encantadores, bosques frondosos, lugares de anidación de grullas de cuello negro y monasterios tranquilos. La ruta comienza cerca de Gangtey Gompa y pasa por Khewang Lhakhang y la aldea de Semchubara antes de llegar a un mirador que ofrece impresionantes vistas del valle.

En el Centro de la Grulla de Cuello Negro: Aprenderás sobre estas aves en peligro de extinción y otras especies del Himalaya a través de interesantes exhibiciones.

Visitarás el Monasterio de Gangtey y asistirás a la oración vespertina con los monjes, discutir la meditación y la vida según la filosofía budista, y aprender sobre la historia y la cultura. El objetivo de esta visita es brindar la oportunidad de explorar y experimentar la espiritualidad que es inherente al país y es una parte integral de su cultura.

DIA 6: PHOBJIKHA/GANGTEY/PARO

Hoy visitarás la Escuela Primaria Bayta: Por la mañana, sumérgete en la escena de los niños en edad escolar corriendo de sus aldeas a clase, reuniéndose para la asamblea matutina y formando filas ordenadas para la oración. El director de la escuela ocasionalmente dará la bienvenida a los visitantes, lo que te permitirá asistir a clases e interactuar con los alegres niños. Esta visita proporcionará información sobre la educación butanesa y ofrecerá la oportunidad de compartir momentos de alegría con las generaciones futuras.

Comenzamos el viaje desde Gangtey hasta el valle de Paro, que te llevará a través del majestuoso paso de Dochula. Te sorprenderás con las impresionantes vistas del poderoso Himalaya y la vista icónica de los 108 chortens conmemorativos. A medida que descienes hacia el valle de Paro, disfrutarás de excelentes vistas.

DIA 7: PARO. NIDO DEL TIGRE

Caminata hacia el Nido del Tigre: Paro Taktsang, también conocido como el Nido del Tigre, es el monasterio más famoso de Bután y una visita obligada para ti. El monasterio se encuentra a 900 metros sobre el fondo del valle al borde de un acantilado escarpado, y para llegar a él, tendrás

que caminar durante dos o tres horas por un sendero empinado y boscoso. Las leyendas sostienen que Guru Rinpoche una vez voló aquí en una tigresa para someter a un demonio, y podrás aprender más sobre esta mitología mientras disfrutas de las impresionantes vistas.

El almuerzo se servirá en un restaurante con vistas al Nido del Tigre. Después de tu caminata, recompensarás tus músculos con un relajante baño de piedras calientes, seguido de una práctica de tiro con arco y una divertida sesión de disfraces con el atuendo tradicional butanés.

Finalmente explorarás las encantadoras calles de la ciudad de Paro y charlarás con los amables lugareños.

La cena de despedida será Cervecería Artesanal Namgay. Saborearás la deliciosa cocina fusión que se combina a la perfección con una espumosa cerveza artesanal local.

DIA 8: VUELO PARO/KATHMANDÚ

A la hora indicada te trasladaremos al aeropuerto para salir en vuelo hacia Kathmandú. Fin de los servicios.

FECHAS DE SALIDA 2024

Cualquier día del año

GRUPO MINIMO 2 PERSONAS

PRECIOS POR PERSONA

Grupo	Precio por persona
GRUPO DE 2 A 3 PERSONAS	3040 €
GRUPO DE 4 A 7 PERSONAS	2915 €
GRUPO DE 8 A 12 PERSONAS	2800 €

SERVICIOS INCLUIDOS

Vuelos Kathmandú-Paro-Kathmandú
Recepción en el aeropuerto de Paro a la llegada
Traslados especificados
Transporte por tierra en vehículo privado Pensión completa en Bután (según cuadro)
Alojamientos en hoteles de categoría turista en habitaciones dobles con baño privado (según cuadro)
Visitas y excursiones especificadas en el itinerario Entradas a los lugares a visitar en Bután
Guía local de habla inglesa Tasas aéreas
Seguro de asistencia en viaje

SERVICIOS NO INCLUIDOS

Vuelos internacionales
Alimentación no especificada en el cuadro
Extras personales, como bebidas, lavandería, teléfono...etc. Propinas
Visado y tramitación Tasas de aeropuerto
Cualquier otro concepto no mencionado como incluido

DOCUMENTACION

Pasaporte en vigor, con una validez mínima de 6 meses. El visado se consigue en el aeropuerto a la llegada previa tramitación tramitada por nuestra organización

* Para conocer la situación actual del país consultar la página WEB del Ministerio de Asuntos Exteriores WWW.MAE.ES

SANIDAD

IMPRESINDIBLE consultar cualquiera de los Centros de Vacunación Internacional autorizados ya que pueden ser recomendables vacunas y tratamiento antipalúdico, cuya prescripción deberá realizarse de forma personalizada.
<http://www.msc.es/profesionales/saludPublica/sanidadExterior/salud/centrosvacu.htm>

SEGURO

En este viaje hemos incluido un seguro con AXA de asistencia en viaje con cobertura de cancelación de hasta 2000 € por 34 supuestos especificados en la póliza.

Puedes consultar las condiciones en nuestra página web:
www.trekkingyaventura.com/seguros/vipplus2000.pdf

EQUIPO RECOMENDADO

Ropa cómoda de viaje adaptada a un clima cálido por el día y fresco/frío a la noche y de madrugada.

Mochila pequeña para efectos personales/ zapatillas de deporte /sandalias de goma / forro polar/bañador.

Gorro y gafas de sol/cantimplora/navaja multiusos/linterna y pilas.

Bolsa de aseo (incluir toallitas húmedas, crema protección solar /protector labial).

Prismáticos y material fotográfico. BOTIQUIN

Antibiótico de amplio espectro / analgésicos (Aspirina, Gelocatil, Nolotil...)/ antiácido/ anti-inflamatorio/ antidiarreico/ antihistamínico/ laxante/ pomada antibiótica/ desinfectante/ algodón/ tiritas/ venda/ esparadrapo/repelente de mosquitos.

RESERVA

1. La reserva se puede formalizar por teléfono o por correo electrónico a la siguiente dirección:

info@trekkingyaventura.com - telf. 91 522 86 81

Datos para reservar:

- **Nombre y Apellidos** de la persona que va a viajar (exactos a los del pasaporte) y **número DNI**.
- Teléfono de contacto y correo electrónico.
- Pasaporte escaneado en color (en su defecto una foto del mismo con imagen nítida y sin brillos).

2. Se abonará un depósito del 40% del importe total del viaje por persona. **NO SE CONSIDERA DEFINITIVA LA RESERVA HASTA NO TENER CONSTANCIA DEL CITADO PAGO.**

Formas de Pago:

- Transferencia bancaria Banco Santander
Titular: Trekking y Aventura
Datos bancarios: ES0600750349460601118121 (BIC):
BSCHEMMXXX.
- Tarjeta de crédito Visa y/o MasterCard y pasarela de pago seguro, consúltanos tus claves de acceso.

Es necesario que **SIEMPRE APAREZCA EL NOMBRE Y APELLIDOS de LA/S PERSONA/S QUE VAN A VIAJAR**

3. A continuación de tener constancia de estos trámites, enviaremos un correo electrónico adjuntando el recibo del depósito realizado y un código de cliente que junto con tu número de DNI, permitirá el acceso al Área Reservada de Clientes en nuestra web www.trekkingyaventura.com , donde podrás actualizar tus datos personales, consultar algunos datos de tu reserva y descargar la documentación en el momento que todo lo tengamos preparado, además podrás comunicarte con nosotros de manera más rápida y eficaz. En caso de que superen los 5 días laborables sin recibir dicha comunicación, por favor CONTACTA CON NUESTRAS OFICINAS DE TREKKING Y AVENTURA.

***Las informaciones contenidas en este dossier, han de tomarse única y exclusivamente a título informativo, estando sujetas a posibles variaciones. Viajes Trekking y Aventura declina toda responsabilidad por cualquier circunstancia derivada de una interpretación errónea de la información arriba publicada.**

[Sujeto a las condiciones generales que se encuentran en nuestra web.](#)