



★ Anglo Indiago Travels (P) Limited ★

BHUTAN, EL REINO DEL DRAGON DEL TRUENO



Bhutan, conocida como “La Tierra del Dragón del Trueno” donde las banderas de oración son acunadas por el viento .

Situada en el Reino de los Himalayas, está envuelta en misterio y magia.

Bhutan, sin duda, siempre habrá un antes y un después,..



★ Anglo Indiago Travels (P) Limited ★

ITINERARIO

DÍA 1. LLEGADA A PARO – THIMPU

Llegada a Paro, que es, sin duda, uno de los vuelos mas hermosos que ustedes van a poder ver.

A la llegada les estarán esperando y nos trasladaremos hacia Thimpu. Llegada y descanso para aclimatarnos a la altitud. Mas tarde realizaremos un paseo antes de la cena.

DÍA 2. THIMPHU - PUNĀKHA

Por la mañana, se reunirán con un monje budista y erudito para hablarles sobre las creencias budistas, formas de vida y valores en Bhután.

Finalizado, nos dirigiremos hacia Punakha, cruzando el Dochula Pass y disfrutarán de unas vistas impresionantes de los Himalayas a través de las banderas de oración. En este paso (3100 m) es donde se puede tener una vista magnífica del Himalaya Oriental en un día claro.

Visitaremos el hermoso chorten, construido en la colina por Su Majestad Ashi Dorji Wangmo Wangchuck por la seguridad y bienestar de Su Majestad el Rey de Bhután. Unidad en Punakha, la antigua capital de Bhután y actualmente la residencia de invierno del cuerpo central de monje.

Continuaremos para visitar el Monastery-Chhimi Lhakhang, famoso por su Santuario de Fertilidad, donde las parejas que no pueden concebir vienen aquí para tener la bendición.

DÍA 3. PUNĀKHA

Disfrutarán de un día completo de exploración, incluyendo una visita al Punakha Dzong, situado estratégicamente en la confluencia de los Pho Chu y Mo Chu ríos; el dzong fue construido en el siglo XVII por Zhabdrung Ngawang Namgyal para servir como sede administrativa y religiosa de la región. Fue aquí que el sistema dual de gobierno fue introducido en 1907, y el primer Rey entronizado Gongsar Ugyen Wangchuck. Dañado a lo largo de los siglos por cuatro incendios catastróficos y un terremoto, el dzong, que ha sido totalmente restaurado en los últimos años por el cuarto Rey Jigme Singye Wangchuck. No hay que dejar de ver la Kuenray, la Sala de Coronación de todos los reyes de Bhután.

Sangchen Dorji Lhuendrup Nunnery, es un templo grande complejo que está situado en una cresta junto a la vecina y Punakha Wangdue Phodrang entre pinos.

El complejo del templo también tiene un centro de meditación y aprendizaje para las monjas, y también les ofrece otros cursos como el bordado, la sastrería, y la famosa pintura thangka .

Por la tarde, excursión a través de las terrazas de arroz y bosques de Khamsum Yueley Chorten. No hay ningún templo en Bhután construido detalladamente como este. Este fascinante templo fue construido por la Reina Madre del quinto rey para traer la paz universal en este mundo.



★ Anglo Indiago Travels (P) Limited ★

Lo mejor de las obras de arte espirituales están pintados en las paredes interiores. También hay pinturas de los maestros budistas y deidades tutelares del país. Este es un gran templo para estudiar los significados simbólicos de los frescos y esculturas.

DÍA 4. PUNĀKHA - GANGTEY GONPA

Nos despedimos de Punakha para poner rumbo a Gangtey y en ruta visitaremos Black-Necked Crane Centre, una de las zonas más sensibles ecológicamente en Bhután sobre la Grulla de Cuello Negro.

DÍA 5. GANGTEY GONPA

Empezaremos el día con una caminata hasta el monasterio de Gangtey Goempa, conocido para la mayoría de las sagradas reliquias en Bhután.

Continuaremos a través del valle de Phobjikha Khewa donde visitaremos un antiguo templo y haremos una ofrenda

Esta noche, haremos una parada en el poblado de Khewa y visitaremos a una familia que vive en una granja en donde nos harán una demostración de cocina y disfrutarán una cena casera.

DÍA 6. GANGTEY GONPA - THIMPHU

Regresaremos a Thimphu para visitar Kuenselphodrang donde la estatua de Buda más grande del país está encaramada en lo alto de la colina con vistas al valle de Thimphu y también si está interesado o si el tiempo lo permite podrán realizar una caminata a través Kuenselphodrang, parque natural y disfrutar de las bonitas vistas de todo el valle de Thimphu.

Continuaremos con y el Instituto de Zorig Chusum, una escuela de artes y oficios, donde podemos mirar a los estudiantes practicar artes tradicionales como la carpintería, pintura y cerámica.

DÍA 7. THIMPHU - HAA DZONGKHAG

Por la mañana visita Memorial Chorten, que fue construido en el año 1974 como monumento para el tercer Rey del país, Jigme Dorji Wangchuck, quien es ampliamente considerado como el padre de la moderna de Bhután.

Continuaremos hacia el valle de Haa para visitar Lhakhang Karpo - El Templo Blanco- .

Tarde tiempo libre para explorar por su cuenta.

DÍA 8. HAA DZONGKHAG - PARO

Por la mañana nos dirigiremos en coche hasta el valle de Paro, una de las zonas más remotas y valles sagrados Cheela en Bhután a través del paso de montaña a 3,810m . Caminata a Kila Goempa, convento que se aferra a un acantilado rocoso.



★ Anglo Indiago Travels (P) Limited ★

Más tarde, visita Kyichu Lhakhang templo, que fue construido en el año 1974 como monumento para el tercer Rey del país, Jigme Dorji Wangchuck, quien es ampliamente considerado como el padre de la moderna Bután.

DÍA 9. PARO

Por la mañana temprano iniciaremos una vigorosa caminata hasta el monasterio de Taktsang (Tiger's Nest), uno de los lugares de peregrinaje más venerado del mundo. La vista es absolutamente impresionante, con el monasterio aferrado a un acantilado imponente 2,953m por encima del valle. Es uno de los destinos más famosos en Bhután.

Estacionaremos el vehículo y la caminata hasta el mirador tendrá aproximadamente 1 1/2 horas desde el aparcamiento y desde allí, se puede disfrutar de una espectacular vista del monasterio aferrándose al lado del acantilado. Aquí haremos un parada para tomar un refresco y luego continuaremos la caminata hasta el monasterio que debería tomar otra 1 1/2 horas. Primero fue construido en 1.692, en torno a la Taktsang Senge Samdup, una cueva donde Guru Padmasambhava se dice que había meditado durante tres meses en el siglo VIII.

Se cree que el Guru Rinpoche (Padmasambhava) viajó a esta ubicación desde Khenpajong, el Tíbet, en la parte trasera de una Tigresa y sometieron a un demonio. Él entonces realiza la meditación en una de las cuevas y de aquí resurgió en ocho avatares (manifestaciones) y bendijo el lugar. Posteriormente, el lugar pasó a ser conocido como el "Nido del Tigre". Guru Padmasambhava es conocido por haber introducido el budismo en Bhután. Hoy, Paro Taktsang es la más conocida de las 13 cuevas en las que meditaba.

Después de visitar el monasterio, caminaremos de regreso cuesta abajo a la carretera con un almuerzo en la cafetería de Viewpoint.

Finalizado, regreso a Paro y visita a las ruinas de la fortaleza de Drukgyal Dzong.

DÍA 10. PARO – AEROPUERTO

Desayuno y en hora, traslado al aeropuerto para tomar el vuelo de regreso.

FIN DE NUESTROS SERVICIOS



★ Anglo Indiago Travels (P) Limited ★

VISITAS/ACTIVIDADES OPCIONALES.

- **Cena con una familia local en Thimpu.** Saboree la cena tradicional de bienvenida especialmente organizada con una familia local donde usted no sólo saborear las delicias locales, sino también la experiencia de intercambiar opiniones sobre el Bhután cultural único y los valores tradicionales.

Los vestidos tradicionales bhutaneses pueden ser contratados para el evento.

Si lo desea también puede comprar estos vestidos tradicionales bhutaneses. Los precios oscilan desde los 80€ hasta los 600€, dependiendo de la calidad del tejido

- **Danzas Culturales con Máscaras tradicionales:** En Thimphu. Para todos los bhutaneses el arte, la danza, el teatro y la música tiene sus raíces en la religión budista. La música de Bután es una parte integral de su cultura y desempeña un papel importante en la transmisión de valores sociales. Música tradicional bhutanesa incluye un espectro de subgéneros que van desde el folk hasta el canto y la música religiosa. Se realizan danzas vistiendo trajes y máscaras ornamentados; cada aspecto de la danza tiene un significado simbólico.

Habrán aproximadamente 10-12 personas que realizan este espectáculo que se ordenan de la siguiente manera:

1. Canción de bienvenida
2. Ni Pacham gi danza (danza apisonando la tierra)
3. Baile de máscara (realizados por el artista profesional vistiendo el ornamentado traje tradicional)
4. Thrunghrung dance (baile de la grúa de cuello negro)
5. Baile Baile Layap (basadas en folklores realizadas por las niñas en sus atuendos tradicionales)
6. Merak sangtemg (danza permanencia basadas en folklores realizado por niños en sus atuendos tradicionales)
7. Tashi ley bay (despedida/Baile , incluso los huéspedes pueden unirse a la Troupe)

- **Ceremonia TSHEWANG** - Puja encaminadas a la paz, la prosperidad y la felicidad . Puede ser organizada en un monasterio en Paro/Thimphu . Esta es una oración con especial ceremonia celebrada en el monasterio por un grupo de monjes para la paz, la prosperidad y la buena salud, los clientes están obligados al encendido de la lámpara de la mantequilla al monasterio.

- **Tiro con arco - EL DEPORTE NACIONAL** - Paro arquería es el deporte nacional de Bhután y muy aldea tiene su propio campo de tiro con arco. Alta animada competiciones, generalmente acompañado por un banquete, son una parte de todas las ocasiones festivas.

Mediante arcos de bambú (aunque modernos arcos compuestos son ahora comunes en las ciudades) equipo de arqueros disparar a objetivos de sólo 30 centímetros de diámetro a una distancia de 120 metros. Competencia de tiro con arco se encuentran entre los más pintorescos y coloridos eventos en el país y son parte integrante de todas las fiestas.



★ Anglo Indiago Travels (P) Limited ★

La rivalidad entre las diversas aldeas es común en todo el. Generalmente son realizados en el Losar (Año Nuevo de Bhután) pero menor las competiciones se celebran durante todo el año.

- **Mountain Biking en Paro:** el ciclismo es uno de los deportes de aventura disponibles en Bhután. Bhután, con sus diversas características topológicas, hace un perfecto destino para el ciclismo de montaña para los intrépidos. El ciclismo a menudo implica cruzar más de 3000 metros de altura del paso de montaña (o puede conducir al pasar y la bicicleta cuesta abajo).

- **Rafting en el río Mo Chhun:** El río Mo Chu tiene su origen en las colinas del norte de Bhután y el río alimentado por los glaciares en el alto valle glacial de Punakha . El rafting ofrece enormes oportunidades. El Mo Chu river, con 10 Km de curso con 10 rápidos de clase 2 - 2+ son elegidos por nuestros paquetes de rafting de agua blanca en Bhután. Ofrece unos rápidos vertiginosos.

Durante este tour de rafting meticulosamente organizado, a través de los más pintorescos y solitarias millas con agua increíblemente azul, pasaremos por impresionantes paisajes alpinos, avistamiento de aves más raras del mundo e increíbles rápidos sobre el telón de fondo de la sorprendente Punakha Dzong.

Actividad de 1 – 5 pax por barca.

- **Masaje de Piedras Calientes " Hot Stone Bath" :** Se realizan en hoteles especializados