



## **VIAJE A NEPAL. GRUPO VERANO. VIVE EL HIMALAYA**

Viaje responsable en grupo a Nepal este verano. Hemos diseñado un viaje a Nepal para que disfrutéis de un país de naturaleza extrema y espiritualidad.

Nepal, lugar de nacimiento de Buda, cuenta con las montañas más altas del mundo y un clima subtropical que ha dado lugar a zonas de extraordinaria belleza. En la región de Gorkha conviviréis con habitantes de remotas comunidades rurales y en el valle de Katmandú visitaréis ciudades que os parecerán museos medievales al aire libre. Entre tanta belleza, también tendréis la oportunidad de conocer la realidad social del país de la mano de numerosas asociaciones civiles que trabajan por mejorar las condiciones de vida de la población.

## PUNTOS FUERTES DEL VIAJE

- Completo viaje a Nepal, visitando su Patrimonio Unesco, la zona de los Himalayas y las llanuras tropicales de Chitwan.
- Esmerada selección de alojamientos, para aumentar la comodidad y la calidad del viaje, combinando hoteles con casas locales para que la experiencia viajera sea más auténtica.
- Guía acompañante local de habla castellana durante todo el recorrido.
- Viaje con colaboración social a diferentes proyectos y comunidades.

---

## SOSTENIBILIDAD EN ESTE VIAJE

Tarannà rumbo al turismo sostenible. En este viaje destacamos los servicios que fomentan la economía local, favorecen la protección medioambiental (y fauna) y preservan la cultura local, la diversidad y su Patrimonio.

El deseo de Tarannà es hacer felices a las PERSONAS en los viajes, ofreciendo experiencias y vivencias únicas con la máxima seguridad y calidad, y junto a nuestros viajeros y oficinas receptoras, conseguir alcanzar una meta, el Turismo Sostenible. Esta meta es un camino a recorrer, en el que hemos de intervenir todos.

- Alojamiento en casas locales de turismo comunitario.
- Visita a un campamento de refugiados Tibetanos en Pokhara.
- Visita al proyecto Women Skill Development Pokhara, organización asociada a la organización ACP de comercio justo.
- Visita a una plantación de té ecológico.
- En Bhaktapur conoceremos a los Prajapatis, productores de cerámica en el centro de cerámica adscrito a la asociación de comercio justo ACP.
- En Patan seguiremos conociendo esta asociación de comercio justo ACP donde producen bienes de bambú, telas y botones de metal.
- Clases de cocina para aprender a preparar la gastronomía local.
- Potenciamos su cultura y damos apoyo a pequeñas asociaciones de recuperación de las tradiciones locales.
- Nuestra oficina en destino ha firmado "valores y compromisos Tarannà". Un documento que apuesta por la ética, defensa de los derechos humanos, fomento de impactos positivos en la sociedad y el medio ambiente.

---

## VUELOS

TK1854 04AUG BARCELONA – ISTAMBUL 1135 1605  
TK 726 05AUG ISTAMBUL – KATHMANDU 2055 0625+1  
TK 727 19AUG KATHMANDU – ISTAMBUL 0735 1255  
TK1855 19AUG ISTAMBUL – BARCELONA 1450 1735

## RESUMEN DEL VIAJE

DÍA 01 // 04 AGOSTO: BARCELONA – KATMANDÚ  
DÍA 02 // 05 AGOSTO: LLEGADA KATMANDÚ  
DÍA 03 // 06 AGOSTO: KATMANDÚ  
DÍA 04 // 07 AGOSTO: VALLE KATMANDÚ  
DÍA 05 // 08 AGOSTO: KATMANDÚ – BUNGAMATI – KHOKANA – PHARPING  
DÍA 06 // 19 AGOSTO: PHARPING – BANDIPUR  
DÍA 07 // 10 AGOSTO: BANDIPUR  
DÍA 08 // 11 AGOSTO: BANDIPUR – PUEBLO LAWANG  
DÍA 09 // 12 AGOSTO: LAWANG / POKHARA  
DÍA 10 // 13 AGOSTO: POKHARA – DHAMPUS – POKHARA  
DÍA 11 // 14 AGOSTO: POKHARA  
DÍA 12 // 15 AGOSTO: POKHARA – P.N. CHITWAN  
DÍA 13 // 16 AGOSTO: P.N. CHITWAN  
DÍA 14 // 17 AGOSTO: P.N. CHITWAN  
DÍA 15 // 18 AGOSTO: P.N. CHITWAN – KATMANDÚ  
DÍA 16 // 19 AGOSTO: KATMANDÚ – BARCELONA

## ITINERARIO

DÍA 01 // 04 AGOSTO: BARCELONA – KATMANDÚ  
Salida en vuelo regular destino Nepal. Noche a bordo.

## DÍA 02 // 05 AGOSTO: LLEGADA A KATMANDÚ

Bienvenido a Katmandú. Al salir del aeropuerto de Katmandú, le esperaremos para darle la bienvenida y trasladarle a su hotel. Simplemente busque su nombre. El aeropuerto está cerca del centro de la ciudad, pero el tráfico puede hacer el viaje un poco lento, especialmente en horas punta.

Tiempo para descansar. Por la tarde, iniciaremos nuestras visitas.

Swayambhunath es uno de los santuarios más antiguos y reverenciados del país. En lo alto de una colina cónica, su cúpula blanca y su brillante aguja de oro con los ojos que todo lo ven son un hito importante del valle y un símbolo de Nepal. El estupa ha sido un importante sitio de peregrinación budista desde el siglo V. Buda Jayanti (cumpleaños de Buda), Gunla (un festival de un mes) y Lhosar (Año Nuevo tibetano) se celebran con gusto aquí. Usted puede alcanzar el santuario subiendo 365 escalones por la colina, o por un camino sinuoso en el otro lado. Verá numerosos chaityas y templos en el complejo, pero tenga cuidado especialmente con el misterioso templo de Shantipur, dentro del cual se dice que vive desde el siglo 8 Tantric Shantikar Acharya, cuya meditación le ha mantenido vivo ¡durante muchos siglos! Al oeste una de las adiciones posteriores: una gigantesca estatua de Buda en un parque.

La Plaza de Durbar de Katmandú, catalogada Patrimonio de la Humanidad por la Unesco, es un grupo de templos, palacios, patios y calles antiguos que datan de los siglos XII y XVIII. La plaza es conocida por ser un punto social, religioso y urbano de la capital. Nuestra visita a Durbar Square incluye muchos templos como Kumari Chowk; el Patio de la Diosa viva "Kumari", el Templo Aakash Bhairav, el Templo del Señor Machhendranath y el patio Itumbahal.

Itumbahal es un viejo establecimiento newarí situado en un patio grande y famoso por sus comerciantes en especias, hierbas y medicinas. Desde aquí continuaremos hacia Indrachowk, uno de los mercados locales más pintorescos y antiguos de Katmandú. Terminamos nuestro recorrido con un paseo a Ason chowk; otro mercado dedicado a especias y vegetales locales, y el templo Annapurna, que está dedicado a la diosa de los granos.

Alojamiento y desayuno tradicional. Comfort Hotel Bed & Breakfast Plan.



## DÍA 03 // 06 AGOSTO: KATMANDÚ

Desayuno. Día dedicado a visitar el Valle de Katmandú.

Boudhanath Stupa es uno de los sitios más sagrados en Nepal. Envuelve una admiración y una fe absolutas no sólo desde la perspectiva budista, sino también para los hindúes de Nepal. Solía ser un antiguo punto de descanso para los comerciantes tibetanos, donde descansaban y hacían sus oraciones. Desde entonces y hasta ahora, especialmente los tibetanos, pero también budistas de todo el mundo, valoran la Stupa de Boudhanath como su último destino sagrado.

El santuario hindú más importante de Nepal, Pashupatinath (Señor de los animales) es la deidad protectora del país, es un fascinante complejo de santuarios y Arya-Ghats (sitios de cremación) a orillas del río Bagmati. El santuario más fascinante es el templo principal con su techo de estilo pagoda y el enorme bronce de 300 años Nandi (el portador del toro-Shiva) en el frente. Ricamente decorado, el templo alberga el lingam de cuatro pies y seis pies de altura (símbolo

fálico de Shiva) que se dice que data del siglo XIV. Se cree que tiene sus orígenes en el año 400 d.C. Es un sitio importante del peregrinaje para los devotos del señor Shiva. El templo está particularmente lleno durante los festivales de Teej (festival de las mujeres) y Maha Shivaratri (la noche de Shiva). Los sadhus de Naga captan la mayoría de la atención, por sus impresionantes rastas y porque se mantienen desnudos.

Por la tarde, visita a Patan o Lalitpur, otra de las ciudades reales del valle de Katmandú, hoy casi una extensión de la capital. Su Durbar Square, o plaza central, donde se encuentra el Palacio Real y numerosos templos y pagodas ha sido declarada Patrimonio de la Humanidad por UNESCO, y es realmente fantástica. Aquí se pueden encontrar las mejores esculturas en bronce.

Alojamiento y desayuno tradicional Comfort Hotel Bed & Breakfast Plan.



#### **DÍA 04 // 07 AGOSTO: VALLE KATMANDÚ**

Desayuno. Día de visitas en el Valle de Katmandú.

Bhaktapur es la ciudad esencial de los Newari con algunas de las arquitecturas más finas y auténticas de Nepal. Entre las tres ciudades, del Valle de Katmandú, fue la ciudad más grande del reino de Newari y la capital de Nepal durante el período de Malla. Es un lugar fascinante para explorar las artesanías tradicionales de cerámica y metalistería, el arte y las mejores habilidades de artistas nepaleses. Este lugar ha conseguido una atmósfera energética: las viejas calles y templos, cuya existencia data de siglos, se mezclan con la modernización y el compromiso por preservar la cultura. Puede encontrar cualquier tipo de cocina, por ejemplo, china, italiana, o india en la plaza Bhaktapur Durbar.

Visita a un centro de cerámica adscrito en la asociación de comercio justo ACP. Los Prajapatis han sido productores de cerámica toda su vida y su profesión ha pasado entre generaciones desde hace siglos.

Panauti, población que antaño fue un centro de comercio con un palacio real. Actualmente es un lugar más tranquilo y muy bien conservado, con importantes monumentos religiosos budistas e hindúes, y es considerado uno de los lugares medievales más importantes de la zona. Allí tiene lugar el festival Makar Mela que se celebra una vez cada 12 años.

Está construida en la confluencia los ríos Rosi y Punyamati. Se dice que hay un tercero, llamado Lilawati, sólo visible para los sabios. El templo Indreswor es uno de los mayores templos de estilo pagoda en Nepal. Fue construido originariamente sobre un lingam en el año 1294. A lo largo del río hay una colección de santuarios y ghats más recientes, incluyendo un antiguo templo de Krishna, un puente colgante que conduce a un recién renovado templo Brahmayani del siglo XVII y una gran casa de peregrinos. Bien merece la pena pernoctar en la zona para tener la oportunidad de pasear y observar la vida y la fe local. Muchas familias en la aldea Panauti se han unido para ofrecer alojarse en sus casas. Las casas en Panauti son generalmente bastante estrechas, edificios de varios pisos con una escalera central. Los hogares participantes han reservado una habitación para los huéspedes con camas cómodas y

cuarto de baño limpio (algunos en *suite*, todos en el mismo nivel) en el segundo o tercer piso de sus hogares. Aunque simple, las habitaciones son limpias, cómodas y típicas de los hogares en los que te alojas. Dependiendo de si la vivienda está en el centro del pueblo o en las afueras las habitaciones ofrecen hermosas vistas a los campos circundantes o a la calle. Además de conocer a una familia local y explorar la encantadora ciudad, podremos ayudar a cocinar por la noche, aprender a cocinar platos locales y comer junto con su familia anfitriona.

Panauti Homestay Pensión completa

---

*En el día de hoy conoceremos una asociación de comercio justo ACP dedicada a la cerámica. Nos alojaremos en una de las casas colaboradoras de la red de Turismo comunitario de Nepal.*

---

### **DÍA 05 // 08 AGOSTO: KATMANDÚ – BUNGAMATI – KHOKANA – PHARPING**

Desayuno. Bungamati es la residencia de invierno del Dios de la Lluvia. También es justificadamente famoso por el número significativo de talladores de madera entre sus habitantes. Cerca se halla otra aldea antigua newari. Khokana, que ha ganado fama por su manera tradicional de hacer aceite de mostaza. Si en los viejos mercados de Katmandú, te encuentras a alguien que lleva dos latas de hojalata en sus hombros es probable que sea de Khokana y esté en la ciudad para vender aceite de mostaza. Visitar estos dos pueblos será una de las experiencias más genuinas que encontrará en el valle de Katmandú.

Salida hacia Pharping y traslado al monasterio de Neydo. Menos de 25 kilómetros al sur de Katmandú, pero un mundo de distancia. Es uno de los lugares más encantadores de la región de Katmandú. Justo encima de Pharping está el monasterio Neydo Tashi Choeling, un monasterio de estilo tibetano que alberga a aproximadamente 140 monjes de la India y Nepal. El actual Karma Charmé es el séptimo lama reencarnado de la única tradición Neydo Kagyu, que también sigue el linaje Nyingma del budismo tibetano.

La casa de huéspedes del monasterio ofrece alojamiento en cómodas y bien equipadas habitaciones (todas con baño privado, tetera, balcón privado). Otros amplios balcones ofrecen unas vistas impresionantes del valle y la zona de estar es cómoda: es un lugar encantador para relajarse, charlar, leer... En el comedor se sirven excelentes comidas. Hay numerosos paseos que se pueden hacer por el entorno.

Los monjes están felices de tener huéspedes a su lado durante sus ceremonias de la mañana y la tarde en la sala principal, bajo una imponente imagen del Buda Amitabha. Muchas personas han elegido este entorno relajante para retiros personales y de meditación. Asimismo, se imparten cursos sobre literatura tibetana, y filosofía y ética budistas.

---

*Nos alojaremos en la Guest House del Monasterio budista, cuyos beneficios van destinados a mantener el propio monasterio.*

---

### **DÍA 06 // 09 AGOSTO: PHARPING – BANDIPUR**

Desayuno. Salida hacia Bandipur, una pequeña ciudad enclavada a 1.030 metros sobre el nivel del mar, por encima de la carretera principal que une Katmandú con Pokhara. Es un asentamiento histórico newarí, punto importante de una ruta comercial entre el Tíbet y la India. Originalmente un pequeño pueblo de Magar, newarís de Bhaktapur del Valle de Katmandú, se estableció hace doscientos años, trayendo su arte y cultura.

Bandipur tiene mucho que ofrecer. Además de ser un lugar perfecto para romper el viaje entre Katmandú y Pokhara o Chitwan, es un lugar ideal para relajarse, alejarse de las multitudes y disfrutar de las hermosas vistas. Senderos naturales y magníficas cuevas, incluida la cueva Siddha, tal vez la más grande en el Himalaya se puede encontrar aquí. Rodeado de laderas boscosas, en temporada, hasta 24 tipos diferentes de orquídeas se pueden ver aquí. De mayo a junio es el mejor momento para ver estas hermosas plantas en flor.

El hermoso pequeño bazar está situado en una cresta. Varios hoteles, cuidadosamente restaurados, bordean la plaza principal. En tiempos pasados fue un centro comercial muy próspero hasta que en los años 50 se cerró la frontera con Tíbet.

Alojamiento en Old Inn Bandipur con desayuno.



### **DÍA 07 // 10 AGOSTO: BANDIPUR**

Desayuno. Los senderos de la aldea nos llevan a los pueblos donde se puede ver la típica vida de la aldea, casas tradicionales y templos interesantes. Purano Kot, antiguamente una fortaleza, se encuentra a sólo veinte minutos a pie al oeste del bazar. Un pequeño templo cercano contiene viejas estatuas. Al lado se ha construido un templo nuevo, donde la gente local viene a orar para pedir lluvia al dios Mahadav durante épocas de sequía. Otra caminata de dos horas nos lleva al pueblo de Ramkot. Pasando por la aldea de Muchuk y Mukundeswari, Ramkot es un pueblo típico de Magar con casas redondas tradicionales, poco tocado por el desarrollo moderno. A dos horas por un sendero fácil se encuentra Chabdi Barahj, un lugar de peregrinación, ya de regreso a Bandipur.

Alojamiento en Old Inn Bandipur con desayuno.

### **DÍA 08 // 11 AGOSTO: BANDIPUR – PUEBLO LAWANG**

Desayuno. Salida por carretera hacia Pokhara (unas 2,5hrs) rumbo al oeste a través del río Madi, con vistas a profundas gargantas rocosas cruzadas por puentes colgantes antes de descender al amplio valle de Seti.

Salida hacia el pueblo Lwang, donde visitaremos plantaciones de té. Alojamiento en casas locales en Lawang, muy famoso por los jardines de té orgánico. Lawang está habitada principalmente por los Brahmanes, Chhetri, Gurung, Tamang y Newar. El té que se produce se exporta al resto del mundo. Conoceremos el proceso del té y aprenderemos cómo se recolecta.

---

*En el día de hoy conoceremos una plantación de té ecológico.*

*Nos alojaremos en casas locales.*

---

### **DÍA 09 // 12 AGOSTO: LAWANG / POKHARA**

Desayuno. Regreso a Pokhara. Pokhara se encuentra en la ruta de comercio que se extiende entre la India y el Tíbet. Esta es tierra de Magars y Gurungs, agricultores y valientes guerreros que se ganaron fama mundial como soldados Gurkha. Los Thakalis, otro grupo étnico importante aquí, son conocidos por su habilidad emprendedora.

La serenidad de los lagos y la magnificencia del Himalaya que se levanta detrás de ellos crea el ambiente que ha hecho de Pokhara un lugar tan popular para relajarse y disfrutar de la belleza de la naturaleza.

En Pokhara conoceremos el proyecto Women Skill Development Pokhara, de una organización ACP de comercio justo.

Alojamiento en Mount Kailash Resort y desayuno.

---

*Conoceremos el proyecto Women Skill Development Pokhara, de una organización ACP de comercio justo.*

---

### **DÍA 10 // 13 AGOSTO: POKHARA – DHAMPUS – POKHARA**

Desayuno. La caminata a Dhampus comienza una vez hemos llegado por carretera a Phedi (45 min). Desde este punto de partida, el sendero serpentea a través de escénicas terrazas de cultivo, bosques y pintorescos pueblos. La caminata, en general, es de resistencia moderada, sin embargo, al llegar a Dhampus habrá valido la pena.

El pueblo está situado en la cresta de una colina y está rodeado de bosques verdes y campos de mijo y maíz, y terrazas de arroz en las laderas de las montañas. El punto culminante del pueblo es, sin embargo, algo mucho mayor: las espléndidas vistas de la cordillera del Annapurna (Annapurna I: 8.091 m, Annapurna II: 7.937 m, Annapurna IV: 7.525 m); Y Dhaulagiri (7º pico más alto del mundo a 8.167 m) y Manaslu (8º más alto a 8.156 m), así como el Hiunchuli (6.441 m), Lamjung Himal (6.586 m), Macchapucchre (6.993 m) y Ganesh Himal (7.446 m).



#### **DÍA 11 // 14 AGOSTO: POKHARA**

Desayuno. Las cataratas de Devi están situadas cerca del centro tibetano del refugiado de Tashling y de la cueva de Gupteshwor Mahadev. Los templos dignos de visitar en la parte más antigua de la ciudad son Bindhyabasini y Bhimsen. Bindyabasini fue fundado en el siglo XVII y es sagrado para Durga, adorada aquí en forma de saligram (fósil de amonita). Bhimsen es un santuario de doscientos años de antigüedad dedicado al dios Newari de comercio y está decorado con tallas eróticas. La plaza de los alrededores está llena de tiendas que venden cestas y cerámicas.

Por la tarde, visitaremos el campo de refugiados tibetanos donde nos darán una clase de cocina de los tradicionales momos, bolas de masa hervida al vapor llena de carne o verduras.

El Lago Phewa es el segundo lago más grande de Nepal y se puede recorrer caminando o en bicicleta, sobrevolarlo, navegarlo o hacer parapente desde la colina en Sarankot. Caminar hasta la Pagoda de la Paz Mundial en el otro lado y admirar de cerca las vistas del Macizo del Annapurna. Las montañas que se pueden ver son Machhapulchhare (6.997 m), Hiunchuli (6.441m), Annapurna I (8.091m), Annapurna III (7.555m), Annapurna IV (7.525m) y Annapurna II (7.937 m).

Alojamiento en Mount Kailash Resort Cama y desayuno.

---

*Clase de cocina tibetana en el centro de refugiados tibetanos de Tashling.*

---



## **DÍA 12 // 15 AGOSTO: POKHARA – P.N. CHITWAN**

Desayuno. Salida por carretera hacia el Parque Nacional de Chitwan (unas 5 hrs), descendiendo a las fértiles tierras bajas del Terai occidental y su alojamiento en Chitwan.

Por la tarde, daremos un paseo en bicicleta por las pequeñas aldeas Tharu, a la orilla del río Narayani.

El alojamiento será en doce casitas que han sido construidas por el pueblo. Todas están amuebladas de forma sencilla, pero ofrecen todo lo necesario para una estancia confortable. Cada cabaña cuenta con un moderno cuarto de baño y cómodas camas. El alojamiento es básico, pero las habitaciones son atractivas y limpias. Las mujeres del pueblo viven cerca y "poseen las cabañas", que tienen sus nombres en letreros. Cuidan de sus huéspedes como si estuvieran en sus propias casas. Las casas de los aldeanos de Tharu son muy pequeñas y no están bien equipadas para alojar a los huéspedes, pero en las cabañas de la comunidad, los huéspedes tienen la oportunidad de obtener una visión de primer plano de la vida típica de la aldea. El propósito de Barauli Community Homestay es proporcionar una plataforma para los locales (Tharu), uno de los grupos étnicos de Nepal, para generar ingresos adicionales. Desde la época medieval, los Tharu han sido una tribu muy tímida haciendo de la agricultura su principal ocupación. Por lo tanto, este proyecto surgió con el propósito de aumentar su confianza para aceptar y dar la bienvenida a la globalización, sin dejar de proteger su cultura y valores tradicionales. Los Tharu están orgullosos de su cultura, tal vez porque tienen una de las mejores culturas en Nepal. La famosa danza del palo Tharu, y las mujeres bailando y cantando son simplemente increíbles.

Alojamiento en familia con pensión completa.

---

*Nos alojaremos en una de las casas colaboradoras de la red de Turismo comunitario de Nepal.*

---

## **DÍA 13 // 16 AGOSTO: P.N. CHITWAN**

Desayuno, Al estar situado muy cerca del Parque Nacional de Chitwan, iremos de safari a la selva con nuestros jeeps y los mejores naturalistas.

Barauli - Alojamiento en familia con pensión completa.

---

*Nos alojaremos en una de las casas colaboradoras de la red de Turismo comunitario de Nepal.*

---

## **DÍA 14 // 17 AGOSTO: P.N. CHITWAN**

Un corto trayecto en coche nos llevará a las orillas del río Narayani. Traslado a pequeñas embarcaciones de estilo dug-out a remos para navegar por el río Narayani e intentar ver delfines de agua dulce, nutrias y cocodrilos gharial de cerca. Almuerzo picnic y paseo de vuelta a la aldea por la selva.

Por la tarde haremos, un curso de cocina Tharu.

Barauli - Alojamiento en familia con pensión completa

---

*Nos alojaremos en una de las casas colaboradoras de la red de Turismo comunitario de Nepal.  
Curso de cocina Tharu con una familia local.*

---

## **DÍA 15 // 18 AGOSTO: P.N. CHITWAN – KATMANDÚ**

Partiendo de Chitwan, saldrá de las tierras bajas para subir a las colinas centrales y coger la autopista Prithvi en Mugling. Es el inicio de un lento viaje hacia el este a lo largo de la carretera más concurrida de Nepal. Sin embargo, es una ruta escénica con empinadas terrazas de arroz, piras funerarias, puentes colgantes y pueblos. (170 km, 6 h)

Alojamiento en Traditional Comfort Hotel.

## **DÍA 16 // 19 AGOSTO: KATMANDÚ – BARCELONA**

A la hora indicada traslado al aeropuerto. Vuelo de regreso. Fin de nuestros servicios.



**SALIDA: 04 AGOSTO**  
**GRUPO MÍNIMO: 10 PERSONAS**

**DURACIÓN: 16 DÍAS**  
**MÁXIMO. 14 PERSONAS**

**PRECIO POR PERSONA EN BASE A 14 PERSONAS: 2.195€ + 375€ TASAS**  
**SUPLEMENTO GRUPO 10-13 PERSONAS: 95€**  
**SUPLEMENTO INDIVIDUAL: 335€**

Como consecuencia de variables relacionadas con gasolina, tasas aéreas (precio definitivo una vez emitido el billete) y cambios de divisas, los precios establecidos en esta programación pueden ser revisados hasta 20 días antes de la fecha de salida.

#### EL PRECIO INCLUYE

- Billete internacional
- Traslados de llegada y salida al aeropuerto
- Alojamiento y desayuno
- Visitas indicadas en el itinerario
- Entradas a los monumentos
- 1 noche Panauti Community Homestay en pensión completa
- 3 noches Barauli Community Homestay en pensión completa
- Guía local acompañante de habla hispana
- Seguro de viaje y de cancelación VIP3000plus

#### EL PRECIO NO INCLUYE

- Tasas aéreas
- Bebidas durante las comidas no indicadas en el itinerario
- Visado (a tramitar a la llegada 30usd aprox.)
- Todo lo no indicado en el incluye
- Envíos de documentaciones a domicilios fuera de Barcelona

#### ALOJAMIENTOS PREVISTOS O SIMILARES

---

**Katmandú:** Hotel Traditional Comfort

**Conexión Internet Wifi:** Sí.

**Buenas prácticas en sostenibilidad:** Este hotel cree en el poder del turismo sostenible. Además de emplear artesanos locales en el diseño y construcción del hotel, emplean prácticas ambientales responsables.

---

**Panauti:** Casas locales

**Conexión Internet Wifi:** No.

**Buenas prácticas en sostenibilidad:** Economía local.

---

**Monasterio Neydo:** Guest house del monasterio

**Conexión Internet Wifi:** No.

**Buenas prácticas en sostenibilidad:** Los beneficios del alojamientos van directamente para el mantenimiento del Monasterio y sus actividades.

---

**Bandipu:** Old Inn

**Conexión Internet Wifi:** Sí.

---

**Lwang Gau:** Casas locales

**Conexión Internet Wifi:** No.

**Buenas prácticas en sostenibilidad:** Economía local.

---

**Pokhara:** Mt. Kailash Resort

**Conexión Internet Wifi:** Sí.

---

**PN Chitwan:** Casas locales

**Conexión Internet Wifi:** No.

**Buenas prácticas en sostenibilidad:** Economía local.

---

## INFORMACIÓN Y RESERVAS

Para cualquier consulta o aclaración por favor no dudes en contactar con:

### MAR ÚBEDA

[mubeda@taranna.com](mailto:mubeda@taranna.com)

Tel. 934118373

Fax: 93 411 08 75

Vallespir, 174. 08014 08028 Barcelona.

## SOSTENIBILIDAD Y BUEN GOBIERNO

### OFICINA RECEPTIVA EN DESTINO:

Nuestra oficina receptiva en destino ha firmado su compromiso de valores y ética como empresa con Tarannà.

El ámbito del turismo, en la actualidad, ha ampliado con éxito su alcance. En su opinión, los empresarios de turismo de hoy deben promover productos que impliquen en gran medida la participación de las comunidades locales. En otras palabras, el turismo responsable debe mantenerse como un valor central superior.

Como dijo el filósofo chino Lao-Tzu, "un viaje de mil millas comienza con un solo paso". En nuestra oficina, ya hemos comenzado a presentar estos productos e iniciativas locales a nuestros valiosos clientes.

Las casas de familia en Panauti son un buen ejemplo de cómo trabajamos con las mujeres de la comunidad para brindar alojamiento de buena calidad en hogares familiares. Quedándose con la familia, los huéspedes pueden conocer la vida típica de las personas en Nepal, así como ver las vistas de esta pequeña e impresionante ciudad histórica. Un ejemplo perfecto de turismo responsable.

Buscamos ofrecer a los visitantes algo un poco diferente. Ya sea que se esté hospedando en áreas históricas de la ciudad o en un monasterio, se anima a los huéspedes a experimentar un poco del "real" Nepal.

Además de promover el turismo responsable, también participamos activamente en organizaciones benéficas que ayudan en varios proyectos, como la gestión de Kiran Namaste, una organización holandesa que ayuda a mujeres y niños en Katmandú.

También apoyamos a Rural Assistance Nepal (RAN), una organización benéfica registrada en el Reino Unido que trabaja con varias escuelas y un hospital en la zona rural de Nepal. Por último, pero no menos importante, apoyamos a los maestros, construimos clases y proporcionamos ordenadores para las escuelas, y tratamos de alentar a sus asociados para que ayuden donde puedan.

## VISITAS A COMUNIDADES LOCALES



- El respeto es la mejor tarjeta de presentación en todo el mundo. Respetemos sus costumbres y cultura, las normas de sus lugares de culto, también a la hora de realizar fotografías, para no caer en la intimidación o la falta de respeto.
- No dar dinero a los niños, aunque éstos nos insistan, evitaremos que falten a clase para conseguir dinero rápido. Tampoco repartas dulces, es mucho mejor ofrecer donaciones útiles (lápices, cuadernos, pinturas...) directamente a las escuelas o proyectos comunitarios.
- No comprar ni utilizar drogas, fomentan mercado negro y riesgo para el propio viajero.
- Respeto a los derechos humanos: estemos en contra del turismo sexual, que finalmente saca provecho de la miseria de los países que nos acogen. La explotación sexual infantil es un delito punible, tanto en el lugar donde se lleve a cabo como en el país de residencia de quien lo cometa.
- Cuidemos los países que visitemos como si fuese nuestra propia casa: lugares de culto, históricos... ¡todo el planeta es nuestra responsabilidad!
- Acepta con positividad y paciencia posibles risas que se generen a nuestro paso, la posible denegación de entrada a un sitio donde no se aceptan turistas, burocracias lentas en fronteras...

## LOS PUEBLOS INDÍGENAS Y LA TIERRA



Una de las características de la mayoría de comunidades indígenas del mundo es la vinculación que tienen con la tierra que habitan. Tal y como se recoge en la Carta de Naciones Unidas, debido a esta vinculación, **los pueblos indígenas tienen el derecho a la conservación y protección del medio ambiente**, así como de la capacidad productiva de sus tierras y recursos. Por ello, además de las normas y consejos que hemos listado, es importante tener también presente la importancia del medio ambiente para estas comunidades, pues dependen de él para su supervivencia.

Nuestro viaje, y nuestro paso por estas comunidades, han de ser respetuosos con sus costumbres, pero también con el entorno donde

## LOS PASOS DEL VIAJERO RESPONSABLE

- 1 – El mundo es nuestra casa, ¡cuidémoslo!
- 2 – Respetar la diversidad cultural y étnica; nos enriquece.
- 3 – Respetemos las normas y creencias religiosas de los países que visitemos.
- 4 – No dar compensaciones económicas o medicamentos a los niños.
- 5 – Evitemos participar en actividades turísticas con animales en cautividad.
- 6 – Souvenirs de origen animal, vegetal, mineral o arqueológico, no gracias.
- 7 – Evitemos el uso innecesario de energía y agua durante el viaje.
- 8 – Minimizar y gestionar los residuos adecuadamente, incluso en los países que no tienen este hábito.
- 9 – Proyectos medioambientales = compensación del Co2
- 10 – La propina no es obligatoria, pero en muchos países es parte del salario.



## Nuestro compromiso con los OBJETIVOS DE DESARROLLO SOSTENIBLE (ODS)

Los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS- Agenda 2030) son una llamada universal hecha por la ONU para la adopción de medidas mundiales cuya finalidad es la de poner fin a la pobreza, proteger el planeta y garantizar que todas las personas gocen de paz y prosperidad. Personas, organizaciones y empresas forman parte de estos objetivos. Tarannà viajes con sentido junto a sus viajeros apuesta por estos ODS como *focus* fundamentales para alcanzar el Turismo Sostenible.

## TURISMO Y ANIMALES SALVAJES



Según FAADA, cada año se organizan 12 millones de viajes, excursiones y safaris para observar animales salvajes en regiones como África y Galápagos. Si bien un turismo responsable aporta beneficios para la supervivencia de ciertas especies, también tiene efectos que pueden resultar negativos, con la intromisión y perturbación de la flora y fauna. Por ello debemos tener en cuentas unas normas de avistamiento generales:

- **No hacer uso de transportes que alteren la fauna y flora por tierra, mar o aire.**
- **No tocar ni manipular a los animales, pues podrían transmitirle enfermedades, infecciones o parásitos y viceversa. Evitar también provocar a los animales o atraer su atención (el contacto visual con ellos puede significar una amenaza)**
- **No alimentar a los animales ya que puede alterar sus patrones de comportamiento, adquirir dependencia o provocarles problemas de salud. Este punto incluye el recoger la basura que el turista genere, incluidas las pieles de la fruta.**
- **Se requiere un especial cuidado durante la época de reproducción o muda de los animales.**
- **Otros consejos generales son: respetar el tiempo máximo permitido para el avistamiento, respetar el número máximo de visitantes, fomentar el uso de binoculares para el avistamiento de diferentes especies, y finalmente, corregir o denunciar las malas prácticas.**

## BUENAS PRÁCTICAS MEDIOAMBIENTALES DURANTE LOS VIAJES



ALIGERAR TU EQUIPAJE =  
MENOR HUELLA ECOLOGICA



¡AHORRA PAPEL!



SIEMPRE QUE PUEDas, USA EL  
TRANSPORTE PUBLICO O  
ALTERNATIVOS



COMPENSA EL CO<sub>2</sub> DE  
TUS VIAJES



FOMENTAR LA ECONOMIA  
LOCAL DEL DESTINO



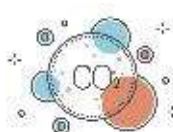
ECONOMIZA EL USO DEL  
AGUA, ES UN RECURSO  
MUY PRECIADO



AHORRA ELECTRICIDAD Y  
RECURSOS ENERGETICOS  
SIEMPRE QUE SEA  
POSIBLE



PRESERVAR EL  
PATRIMONIO HISTORICO Y  
CULTURAL ES CUIDAR EL  
MUNDO DE TODOS



### CALCULADORA DE CO<sub>2</sub>

¡CALCULA LAS EMISIONES DE CO<sub>2</sub> DE TUS VIAJES Y COMPENSALAS CON LA PARTICIPACIÓN EN PROYECTOS MEDIOAMBIENTALES!

Calcular

## Trabajamos tu viaje con responsabilidad



**Medioambiente.**  
Plan oficina verde.  
Compensamos CO<sub>2</sub> a través de proyectos medioambientales.



**Sociedad.**  
Involucrados desde el inicio en más de 110 proyectos solidarios, locales e internacionales.



**Fauna.**  
Apoyamos la protección animal de la mano de la ONG F.A.A.D.A.



### ORGANIZACIÓN TÉCNICA:

**GCMD 90 – Tarannà Club de Viatges, S.A.**

-Para la realización del viaje es necesario el pasaporte con una validez de más de 6 meses a la fecha de regreso del país. Consultar si es necesario Visado de entrada y notificar nacionalidad para conocer condiciones de entrada en los países

- El precio del viaje puede ser revisado hasta 20 días antes de la fecha de salida, debido a variaciones en los importes de las tasas aéreas, carburante y los tipos de cambio aplicados al viaje organizado.
- La categoría hotelera está basada en la clasificación turística local.
- Se incluyen seguro vacacional de asistencia. Consultar coberturas de cancelación en el apartado incluye de tu viaje.
- Para cualquier consulta sobre las vacunas necesarias y otras informaciones sanitarias para el viaje descrito, sugerimos ponerse en contacto con el centro de medicina tropical correspondiente en cada población.

Informaciones de interés para el cliente (situación política del país, recomendaciones, vacunaciones, visados, climatología y otros),

Consultar: [www.mae.es](http://www.mae.es)

<http://www.msc.es/profesionales/saludPublica/sanidadExterior/salud/centrosvacu.htm>

[www.nhc.noaa.gov](http://www.nhc.noaa.gov)

**TARANNÀ**  
VIAJES CON SENTIDO

Vallespir, 174 - 08014 Barcelona. Tel: 93 411 83 73 Fax: 93 411 08 75

E-mail: [taranna@taranna.com](mailto:taranna@taranna.com)

[www.taranna.com](http://www.taranna.com)