



Sikkim-Nepal-Bhutan- Sud Est Asiatico – 11 giorni 2026

Costo a partire da €: **2.400**

Destinazione :Asia

Giorni: **11 giorni**

Numero minimo di partecipanti: **4+**

Livello di difficoltà



Turistico

Sikkim-Nepal-Bhutan- Sud Est Asiatico – 11 giorni 2026



Sikkim:

Il **Sikkim** è uno stato nel Nord-est dell'India, al confine con *Bhutan*, *Tibet* e *Nepal*. Parte della catena montuosa dell'Himalaya, quest'area offre vedute suggestive del monte più alto dell'India, il Kangchenjunga (8586 m). Il Sikkim è ricco anche di ghiacciai, pascoli di montagna e migliaia di specie di fiori selvatici. Ripidi sentieri conducono ai monasteri buddisti sulle alture; uno di questi è Pemayangtse, che risale ai primi del '700.

La capitale è **Gangtok**, nella parte sud-orientale dello stato

Parte dell'Himalaya orientale, il Sikkim è noto per la sua biodiversità, tra cui climi alpini e subtropicali, oltre a ospitare il Kangchenjunga, la vetta più alta dell'India e la terza più alta della Terra. La capitale e la città più grande del Sikkim è Gangtok. Quasi il 35% dello stato è coperto dal Parco nazionale di Khangchendzonga.

Da tempo entità politica sovrana, il Sikkim è diventato un protettorato dell'India nel 1950 e uno stato indiano nel 1975. Nonostante le sue piccole dimensioni, il Sikkim è di grande importanza politica e strategica per l'India a causa della sua posizione lungo diversi confini internazionali.

Popolo e cultura:

Il popolo del Sikkim è composto da tre gruppi etnici, ovvero Lepcha, Bhutia e Nepali. Comunità di diverse tonalità si mescolano liberamente nel Sikkim per costituire una miscela omogenea. I templi indu coesistono con monasteri buddisti, chiese, moschee e Gurudwara. Le comunità predominanti sono Lepcha, Bhutia e Nepalesi. Queste innumerevoli culture hanno prodotto una cultura sikkimese per eccellenza che comprende tutti i modi e i percorsi di vita, ma è anche riuscita a preservare la propria identità. Ciò può essere visto anche nei vari luoghi di culto, festival e danze culturali che vengono celebrati durante tutto l'anno.

I nativi del Sikkim sono costituiti dai Bhutia, che migrarono dal distretto di Kham del Tibet nel XIV secolo, e dai Lepcha, che si ritiene siano migrati dall'Estremo Oriente. I tibetani risiedono principalmente nelle zone settentrionali e orientali dello stato. Le comunità di residenti migranti includono Bengali, Bihari e Marwari, che sono importanti nel commercio nel Sikkim meridionale e a Gangtok.

Le lingue ufficiali dello stato sono inglese, nepalese, sikkimese (Bhutia) e lepcha. Altre lingue ufficiali includono gurun, limbu, magar, mukhia, newari, rai, sherpa e tamang allo scopo di preservare la cultura e la tradizione nello stato.

Il nepalese è la lingua franca del Sikkim, mentre sikkimese (Bhutia) e lepcha sono parlati in alcune aree. Anche l'inglese è parlato e compreso nella maggior parte del Sikkim. Altre lingue includono dzongkha, groma, hindi, majhi, majhwar, thulung, tibetano e yakha.

La quota comprende:

- Colazione e cena nei rispettivi hotel e pranzo presso un ristorante turistico locale.
- Sistemazione (letto singolo/letto matrimoniale condiviso) in hotel a 3 stelle.
- Tutti i trasporti, compresi i trasferimenti aeroportuali.
- Tassa governativa per lo sviluppo sostenibile del Bhutan, 100 USD al giorno a persona/notte
- Biglietti d'ingresso per musei e monumenti.
- Guida locale di lingua inglese.
- Volo da Paro a Kathmandu
- Visite turistiche.
- Tassa per il visto, 40 USD per il Bhutan
- 1 bottiglia di acqua minerale durante le visite turistiche
- Programma culturale
- Assicurazione medico/bagaglio e annullamento base

La quota non comprende:

- * Volo internazionale dall'Italia
- * Visto Nepal eur 30,00 circa
- * Visto India eur 60,00 circa

- * Supplemento camera singola € 250 a camera per 10 notti 11 giorni
- * Spese personali per articoli come lavanderia, bibite analcoliche, spese per la macchina fotografica, acqua in bottiglia,
- * Mance a guide ed autisti
- * Tutto quanto espressamente non menzionato su " **La quota comprende**"
- * Supplemento guida in lingua italiana € 200 al giorno per gruppo

Itinerario

Giorno 1 - Bagdogra- Sikkim Gangtok (125 km/ 4 ore di guida circa): (Tour dell'India)

Arrivo all'aeroporto internazionale di **Bagdogra**. Incontro e guida a **Gangtok**. Sosta alla città di confine di Rangpo per richiedere l'ILP (permesso interno). Proseguimento in auto fino a Gangtok. Trasferimento in hotel. Serata libera per visitare MG Marg. Pernottamento in hotel.

Sistemazione: **Hotel 3 stelle**

Giorno 2 - Sikkim Gangtok Visite turistiche locali

Dopo la colazione visita al monastero di **Rumtek**, sede di Sua Santità il 17° Karma, che si trova a 24 km da Gangtok. Successivamente visita all'Istituto di Tibetologia che ospita la più grande collezione di rari buddhisti tibetani al mondo. Successivamente visita al Dodrul Chorten, al centro artigianale e al Tsuklakhang (cappella reale). Serata libera. Pernottamento in hotel.

Sistemazione: **Hotel 3 stelle**

Pasti: **Pensione completa**

Giorno 3 - Sikkim Gangtok- Darjeeling: (100 km/ 4 ore circa)

Dopo una colazione anticipata, partenza per **Darjeeling** via Rangpo. Sosta al giardino del tè di **Lopchu** per un rinfresco. Proseguimento per Darjeeling. Trasferimento in hotel. Dopo pranzo visita al monastero di **Yiga Choling**, noto anche come monastero di Ghoom, il più antico monastero di Darjeeling, costruito dai lama mongoliani nel 1850. In seguito visita al parco zoologico Padmaja Naidu e all'Himalayan Mountaineering Institute (HMI). Serata libera per passeggiare nel centro commerciale Chowrasta. Pernottamento in hotel.

Sistemazione: **Hotel 3 stelle**

Pasti: **Pensione completa**

Giorno 4 - Darjeeling- Phuntsholing (confine tra India e Bhutan): (189 km/ 6 ore circa) (tour del Bhutan)

Dopo una colazione anticipata, partenza per **Phuntsholing –Bhutan**. Dopo la documentazione necessaria presso l'ufficio immigrazione indiano a Jaigoan per l'uscita dal visto indiano, i nostri rappresentanti bhutanesi vi accoglieranno al confine e vi faranno entrare in Bhutan. Trasferimento in hotel. Pernottamento in hotel.

Sistemazione: **Hotel 3 stelle**

Pasti: **Pensione completa**

Giorno 5 - Da Phuntsholing a Thimphu (160 km/6 ore di guida)

Dopo la colazione ci dirigeremo a **Thimphu – Bhutan**. All'arrivo faremo il check-in in hotel e poi visiteremo i seguenti luoghi:

- **Craft Bazaar**: un luogo unico per ammirare la cultura bhutanesa e acquistare prodotti artigianali e artistici del

Bhutan. Il bazar con le sue 80 bancarelle copre tutti gli aspetti delle arti e dei mestieri tradizionali del Bhutan. In questo bazar artigiani e artisti provenienti da tutto il paese espongono e vendono i loro prodotti artigianali. E visita anche altri negozi di artigianato.

Tashichhoe Dzong, una fortezza della gloriosa religione. Fu costruita nel 1641 da Zhabdrung Ngawang Namgyel e fu ricostruita nella struttura attuale dal defunto re, Sua Maestà Jigme Dorji Wangchuck negli anni 1962-1969. Ospita l'edificio del segretariato, la sala del trono e l'ufficio del re, nonché il corpo centrale dei monaci. Pernottamento a Thimphu.

Sistemazione: **Hotel 3 stelle**

Pasti: **Pensione completa**

Giorno 6 - Visita di Thimphu e viaggio verso Paro. (65 km/1 ora e 30 minuti)
Stamattina dopo colazione visiteremo i seguenti luoghi e ci dirigeremo verso **Paro**.

· **Kuensel Phodrang** visiteremo la statua del Buddha più alta e godremo della vista completa della valle di Thimphu sottostante.

Istituto per Zorig Chusum: Comunemente noto come scuola di arti e mestieri o scuola di pittura, l'istituto offre un corso di sei anni sulle 13 arti e mestieri tradizionali del Bhutan. Durante una visita, si possono vedere gli studenti imparare le varie competenze insegnate nella scuola.

Mercato del fine settimana:

Molti abitanti della valle si riuniscono sulle rive del fiume dove si tiene il mercato del fine settimana. È un posto interessante da visitare e offre l'opportunità di mescolarsi con la gente del posto. Dopo pranzo ci dirigeremo verso Paro.

Ponte Tamchog Lhakhang

Situato dall'altra parte del fiume dell'autostrada Thimphu-Paro, bisogna attraversare un ponte sospeso con catene di ferro per arrivare al Lhakhang.

A circa 30 minuti di auto da Paro verso la città di Thimphu, Tamchog Lhakhang si trova dall'altra parte del fiume Paro. Il Lhakhang è raggiungibile tramite un ponte sospeso con catene di ferro. Il Lhakhang e il ponte furono costruiti da un santo tibetano del XIII secolo Thangthong Gyalpo. Il santo buddista era anche un fabbro e un architetto. Dei tanti ponti con catene di ferro costruiti, ne sono rimasti solo pochi che sono ancora utilizzati. Attraversare questo vecchio ponte può essere un'esperienza emozionante per i turisti. Alcune delle maglie originali delle catene di ferro utilizzate per costruire questo ponte sono esposte nel Museo nazionale di Paro

· **Museo nazionale**, ospitato nel Ta Dzong (torre di guardia). Qui un'intrigante collezione di manufatti offre una meravigliosa introduzione alla ricca cultura e al patrimonio del Regno. La sera passeggiata nella città di Paro e visita ai negozi di artigianato locale. Pernottamento a Paro.

Sistemazione: **Hotel 3 stelle**

Pasti: **Pensione completa**

Giorno 7 - Escursione giornaliera a Taktsang Ghoempa (monastero del nido della tigre)

Dopo colazione, escursione fino al monastero di **Taktsang**, noto anche come "**Nido della tigre**". La camminata fino al punto panoramico durerà circa 1-1 ora e mezza, a seconda della forma fisica, e dal punto panoramico potrai godere di una vista spettacolare del monastero aggrappato al lato della scogliera. Fermata per un rinfresco alla caffetteria del punto panoramico. Poi continueremo a camminare fino al monastero, che durerà circa 1 ora. Si dice che nell'VIII secolo Guru Rinpoche volò sul dorso di una tigre dal Bhutan orientale fino a questo luogo e meditò in una grotta qui per 3 mesi. Il principale Lhakhang (monastero) dell'attuale complesso monastico risale al 1692. Taktsang fu gravemente danneggiato da un incendio nel 1998, ma ora è stato completamente restaurato e riportato al suo antico splendore. Dopo aver visitato il monastero, si torna a piedi in discesa fino alla strada, stop per il pranzo alla mensa del punto panoramico e poi si continua a camminare in discesa fino al punto stradale. Subito dopo guida fino a **Drukgyel Dzong**

(fortezza) che si trova su una cresta nella valle superiore di Paro, a 30 minuti di auto verso nord dalla città di Paro. Drugyel Dzong significa anche "Fortezza dei Drukpa vittoriosi" ed è stata costruita nel 1649 da Zhabdrung Ngawang Namgyel. Lo Dzong è stato un'importante base di difesa nella regione fino al 1951, quando è stato distrutto da un incendio. Le rovine dello Dzong hanno continuato a essere protette come un importante monumento che collega il popolo del Bhutan ai grandi eventi che hanno contribuito a mantenere la sovranità del paese. Drukgyel Dzong è stato utilizzato esclusivamente per scopi difensivi, senza funzioni amministrative e religiose, in particolare contro le minacce esterne dal confine.

Le rovine esistenti dello Dzong sono relativamente ben conservate. Si possono facilmente comprendere o distinguere le caratteristiche del complesso. Sebbene la maggior parte dei componenti in legno dello Dzong, come capriate, telai di porte e finestre, pavimenti e soffitti, siano quasi del tutto assenti, la maggior parte delle strutture murarie in pietra e terra battuta sono ancora in piedi. Esse consentono ai visitatori di comprendere idee e pratiche di difesa nei tempi antichi. La ricostruzione della fortezza è iniziata nell'aprile 2016, su ordine di Sua Maestà il Re, per celebrare la nascita di Sua Altezza Reale il Gyalsey, per commemorare l'arrivo di Zhabdrung Ngawang Namgyal nel 1616 d.C., anno di nascita di Guru Rinpoche. Si stima che i lavori di restauro saranno completati a breve. Pernottamento a Paro

Sistemazione: **Hotel 3 stelle**

Pasti: **Pensione completa**

Giorno 8 - Volo per Kathmandu e tour della città di Kathmandu. (Tour del Nepal)

All'arrivo all'aeroporto di **Kathmandu**, la guida ti trasferirà in hotel e poi inizierà il tour della città. Oggi visiteremo la piazza Durbar di Kathmandu e il vecchio mercato locale.

La piazza Durbar di Kathmandu è uno spazio pubblico storico e un sito patrimonio dell'umanità UNESCO situato nel cuore di Kathmandu, la capitale del Nepal. È anche conosciuta come piazza Hanuman Dhoka ed è stata il palazzo reale dei re Malla e Shah del Nepal fino al XIX secolo.

La piazza Durbar è circondata da numerosi templi e palazzi, la maggior parte dei quali sono stati costruiti tra il XII e il XVIII secolo. L'architettura degli edifici riflette lo stile Newari, caratterizzato da intricate sculture in legno e squisite lavorazioni in pietra e metallo.

Alcune delle attrazioni degne di nota nella piazza Durbar includono il tempio di Taleju, il Kumari Ghar (casa della dea vivente) e il palazzo di Hanuman Dhoka. Il Kumari Ghar è particolarmente famoso perché è la residenza della Kumari, una giovane ragazza venerata come incarnazione vivente della dea indù Taleju.

Oltre al suo significato storico e culturale, Kathmandu Durbar Square è anche un luogo di ritrovo popolare per la gente del posto e i turisti. È un vivace centro di attività con venditori ambulanti, bancarelle di cibo e musicisti che creano un'atmosfera vivace. Tuttavia, la piazza è stata danneggiata anche dai terremoti e attualmente è in fase di restauro.

Sistemazione: **Hotel 3 stelle**

Pasti: **Pensione completa**

Giorno 9 - Tour della città di Kathmandu: Swayambhunath Stupa, Boudhnath Stupa e Tempio di Pashupatinath.

Swayambhunath Stupa, noto anche come *Tempio delle scimmie*, è un tempio buddista situato a Kathmandu, in Nepal. È uno dei siti buddisti più antichi e sacri del Nepal ed è anche un sito patrimonio dell'umanità UNESCO.

Si ritiene che lo stupa sia stato costruito nel V secolo d.C. e abbia subito diverse ristrutturazioni e aggiunte nel corso dei secoli. Si trova su una collina nella valle di Kathmandu e offre viste panoramiche sulla zona circostante.

Lo stupa è una struttura a forma di cupola che è adornata con bandiere di preghiera e presenta un paio di occhi su ciascuno dei quattro lati, che si dice rappresentino gli occhi onniveggenti del Buddha. C'è anche un piccolo tempio dedicato ad Harati, la dea del vaiolo, che è adorata sia dagli indù che dai buddisti.

Il sito ospita una grande popolazione di scimmie, considerate sacre e una parte importante dell'ecosistema del tempio. I visitatori del tempio possono salire una lunga scalinata per raggiungere lo stupa e possono anche esplorare l'area circostante, che comprende una varietà di templi e santuari più piccoli.

Lo stupa di **Boudhanath** è un sito patrimonio mondiale dell'UNESCO situato a Kathmandu, in Nepal. È uno degli stupa (santuari buddisti) più grandi del mondo e un importante luogo di pellegrinaggio per i buddisti. Lo stupa è anche noto come Kh?sti Chaitya, Jyarung Khasyor e Buddha-Jyarung.

Lo stupa di Boudhanath fu costruito nel XIV secolo e si ritiene che sia stato costruito dalla dinastia Licchavi, anche se alcuni sostengono che sia stato costruito dai buddisti tibetani. Si dice che lo stupa sia stato costruito come tributo al Buddha, che si ritiene abbia visitato il sito e abbia predetto che lì sarebbe stato costruito un grande centro religioso.

Lo stupa è costruito su una piattaforma a tre livelli ed è sormontato da una grande cupola bianca, che si dice rappresenti il ??mondo dei vivi. La cupola è coronata da una guglia dorata, che rappresenta l'illuminazione, è circondato da una passerella circolare e ruote di preghiera, ed è adornato con bandiere di preghiera colorate.

Lo stupa di Boudhanath è un luogo di pellegrinaggio per i buddisti di tutto il mondo, ed è anche una popolare destinazione turistica. E' circondato da monasteri e negozi che vendono manufatti buddisti, e i visitatori possono spesso vedere monaci e monache che eseguono rituali e cerimonie religiose.

Il tempio di **Pashupatinath** è un famoso tempio indù situato sulle rive del fiume Bagmati a Kathmandu, in Nepal. È uno dei templi più importanti e sacri del Nepal, dedicato al Signore Shiva, che è adorato dalla comunità indù come Pashupati, il Signore di tutti gli animali.

Il complesso del tempio è un sito patrimonio mondiale dell'UNESCO e si estende su una vasta area, comprendente numerosi templi, ashram e altre strutture religiose. Il tempio principale è una struttura in stile pagoda con un tetto dorato ed è adornato con intricate incisioni e decorazioni.

Si ritiene che il tempio sia stato costruito nel V secolo e abbia subito numerose ristrutturazioni nel corso degli anni. È una destinazione popolare per i pellegrini indù da tutto il mondo ed è anche visitato da turisti che vengono ad ammirare la straordinaria architettura del tempio e i suoi dintorni sereni.

Una delle caratteristiche più notevoli del tempio di Pashupatinath sono i ghat per la cremazione situati sulle rive del fiume Bagmati. Gli indù credono che la cremazione in questo sito sia una pratica sacra e di buon auspicio e molte famiglie portano qui i corpi dei loro cari per la cremazione. I visitatori possono assistere ai rituali e alle cerimonie associati al processo di cremazione da lontano, ma è importante mostrare rispetto per le famiglie e le loro tradizioni.

Nel complesso, il tempio di Pashupatinath è una meta imperdibile per chi è interessato alla cultura e alla spiritualità indù. La ricca storia del tempio, la sua architettura mozzafiato e la sua vibrante atmosfera religiosa lo rendono un'esperienza davvero unica e memorabile.

Sistemazione: **Hotel 3 stelle**

Pasti: **Pensione completa**

Giorno 10 - Patan Durbar Square e Bhaktapur Durbar Square

Patan Durbar Square è un sito patrimonio mondiale dell'UNESCO situato nella città di **Lalitpur**, nota anche come **Patan**, in Nepal. È una delle tre Durbar Square nella valle di Kathmandu, insieme a Kathmandu Durbar Square e Bhaktapur Durbar Square.

La piazza ospita molti antichi templi, palazzi, cortili e statue che sono ottimi esempi di architettura tradizionale Newari. Era il palazzo reale dei re Malla che governarono la valle di Kathmandu dal XII al XVIII secolo. La piazza fu costruita nel XVI secolo durante il regno del re Siddhi Narsingh Malla.

Alcune delle principali attrazioni di Patan Durbar Square includono il tempio di Krishna, dedicato al Signore Krishna e considerato uno dei templi più importanti di Patan. Un altro tempio importante è il tempio Mahaboudha, che è fatto interamente di mattoni di terracotta e ha centinaia di immagini del Buddha sulle sue pareti.

La piazza ospita anche il Museo Patan, che si trova all'interno del restaurato palazzo Keshav Narayan Chowk. Il museo ha una collezione di arte tradizionale Newari, statue di bronzo, sculture in legno e manufatti religiosi.

Patan Durbar Square è una popolare destinazione turistica e attrae visitatori da tutto il mondo che vengono ad

ammirare l'antica architettura, l'arte e la cultura del Nepal. È anche un luogo sacro per la gente del posto che viene qui per pregare e celebrare cerimonie religiose.

Bhaktapur Durbar Square è un sito patrimonio mondiale dell'UNESCO situato nella città di Bhaktapur, che fa parte della valle di Kathmandu in Nepal. Durbar Square è un complesso di templi, santuari e palazzi che furono costruiti durante la dinastia Malla, che governò il Nepal dal XII al XVIII secolo.

La piazza Durbar è nota per la sua architettura squisita, le intricate sculture in legno e le splendide sculture. Le strutture più importanti della piazza includono il Palazzo delle 55 finestre, il Golden Gate, il Tempio di Taleju e il Tempio di Nyatapola.

Il Palazzo delle 55 finestre è una magnifica struttura con 55 finestre costruita nel XV secolo. Il Golden Gate è un ingresso ornato che conduce al Tempio di Taleju. Il Tempio di Taleju è un tempio a tre piani dedicato alla dea indù Taleju. Il Tempio di Nyatapola è un tempio a cinque piani dedicato alla dea Siddhi Laxmi.

Bhaktapur Durbar Square ospita anche molti festival ed eventi culturali durante tutto l'anno, tra cui il festival Bisket Jatra, che si celebra ad aprile.

Nel complesso, Bhaktapur Durbar Square è una destinazione imperdibile per chiunque sia interessato alla cultura e all'architettura nepalese.

Sistemazione: **Hotel 3 stelle**

Pasti: **Pensione completa**

Giorno 11 - Partenza per il rientro

Partenza per il rientro in Italia in tempo per il volo internazionale.

Fine dei servizi!

Info Aggiuntive

Hotel a 3 stelle in India:

Sikkim – Hotel Bella Casa/ Yak and Yeti o simili

Darjeling – Everest Villa o simili

Hotel a 3 stelle in Bhutan:

Thimphu– Hotel Lhayul o simili

Paro– Hotel Gawaling o simili

Phuntsholing – Hotel Alem/Gamega o simili

Hotel a 3 stelle in Nepal:

Katmandu – Hotel Simal o simili

Nota per il visto del Bhutan: per conto dei turisti possiamo richiedere il visto del Bhutan dei clienti, quindi abbiamo bisogno di una foto formato tessera con sfondo bianco e una copia del passaporto

Per il permesso di linea interna in Sikkim all'arrivo il cliente deve produrre 2 copie di foto formato tessera, una copia del visto indiano e il passaporto.

Data di creazione

2025/10/02