

TIBET: Lhasa y Tsang esencial

"Lhasa y alrededores"



Un Visage de aproximacion a Tibet.

Tibet es uno de los lugares memorables del mundo!!!.

Siendo nuestro punto de partida la asistencia de entrega del Permiso TTB a Tibet, se dara el salto en vuelo o tren al Tibet central y desde donde planteamos una ruta esencial que nos llevara a conocer la legendaria ciudad de Lhasa "Morada de los Dioses": los palacios de Potala y Norbulingka, los monasterios de la secta Gelugpa de Sera y Jokhang, y el interesantisimo distrito de Barkhor y destino de miles de peregrinos seran el verdadero corazon palpitante de la visita.

Pero mas alla, no podemos dejar pasar la aproximacion al impactante paisaje de la meseta tibetana, algun otro lugar historico y cercanos pueblos. En una ruta de facil recorrido, avistaremos el sagrado lago Yamdrok, cruzaremos altos pasos como el Kambala y el Karola (del que destaca su impresionante glaciar), y visitaremos 2 de las ciudades de la region del Tsang: Gyantse y Xigatse; en las que destacan sus fortificaciones, sus tradicionales barrios vecinales, y los importantes monasterios de Phalkor Chode (con su stupa de Kumdum Chorten) y Tashilhunpo (residencia de los Panchem Lama). Finalmente terminaremos recorriendo la ribera del mitico rio Yarlung Tsangpo (Brahmaputra).



Nota:

Este programa da inicio en cualquier ciudad de China desde las que haya conexion en vuelo o tren a Tibet (ciudad de Lhasa).

Se hara llegar al viajero el "Permiso TTB a Tibet" via archivo de documento escaneado en correo electronico y que es necesario de presentar en el embarque en vuelos o trenes a Tibet.

Si el viajero asi lo requiere ayudaremos en la contratacion de los billetes de avion o tren y segun disponibilidades de la ciudad de partida y mes en el que se viaja. De importancia es el tener en cuenta los meses que son temporada baja-media-alta.

El final de viaje tambien sera con partida en vuelo o tren desde la ciudad de Lhasa y al destino escogido por los viajeros.

Dentro del final de algunos de nuestros itinerarios en el Sur de China y Tibet Oriental hay varias ciudades que tienen conexion con Lhasa y desde donde podremos ayudar a extender vuestro viaje al Tibet Central:

- terminando en Chengdu (provincia de Sichuan) se puede realizar viaje en vuelo o tren a Lhasa.
- terminando en Xining (provincia de Qinghai) se puede realizar viaje en vuelo o tren a Lhasa.
- terminando en Lanzhou (provincia de Gansu) se puede realizar viaje en vuelo o tren a Lhasa.
- terminando en Kunming, Lijiang o Shangrila (provincia de Yunnan) se puede realizar viaje en vuelo a Lhasa.
- terminando en Guangzhou (provincia de Guangdong -Canton-) se puede realizar viaje en vuelo a Lhasa (con stopover).
- terminando en Guilin (provincia de Guangxi) se puede realizar viaje en vuelo a Lhasa (con stopover).





ruta esencial Tibet:

LHASA - LAGO YAMDROK - GYANTSE - XIGATSE - LHASA

6 días

ITINERARIO:

Día 1. - Llegada a Lhasa (Tarde para aclimatacion y pasear por Barkhor) **MEETING-POINT DAY**

Día 2. - Lhasa (Palacio del Potala y Templo de Jokhang)

Día 3. - Lhasa (Palacio de verano Norbulingka y Monasterio de Sera)

Día 4. - Lhasa - Paso Kambala - Lago Yamdrok - Paso del glaciar Karola - Gyantse Kumbum - Xigatse

Día 5. - Xigatse (Monasterio de Tashilhunpo) - Pueblo de Tunba - Valle del rio Yarlung Tsangpo - Lhasa

Día 6. - Lhasa - Traslado aeropuerto o estacion de tren ... vuelo regreso o EXTENSION DE RUTA

Nota:

El aforo de entrada al Palacio del Potala se encuentra limitado y sujeto a un horario previamente contratado y dado por la oficina de visita al recinto; es por ello que las visitas entre el Día 2 y Día 3 podrian no coincidir con el detalle explicativo del itinerario.

Todas las visitas de los Día 2 y Día 3 seran completamente realizadas aunque deberemos tener en cuenta que estaran finalmente ordenadas segun el dia/horario en que sea asignada la visita al Palacio del Potala.





DETALLE DIA A DIA :

Nota Previa:

Para visitar la region de Tibet (provincia autonoma de Xizang) es necesario de la previa expedicion del "Permiso TTB a Tibet"; este documento es de muy facil aplicacion por parte de las agencias y es requerido antes de los embarques en vuelos domesticos, trenes o entrada por fronteras terrestres a la provincia de Tibet.

Nuestra agencia expedira este documento en el periodo de 1 semana antes de la entrada al Tibet (su aplicacion es de 3 días laborables) y se enviara a los viajeros via archivo de documento escaneado en correo electronico. Para que nuestra agencia pueda aplicar el "Permiso TTB a Tibet" es necesario que los viajeros tengan expedido el "Visado de China" y se nos haga envio de copia via archivo de documento escaneado en correo electronico.

Una vez aplicado y enviado, los viajeros deberan imprimir el "Permiso TTB a Tibet" y adjuntarlo con el pasaporte y billetes de trenes o aereos, y mostrarse antes del embarque o en los check-points de las entradas terrestres. A la llegada a Lhasa en vuelo o tren, en la misma terminal o estacion, se debera pasar otro control de inscripcion del "Permiso TTB a Tibet" y una vez terminado el proceso, a la salida estara esperando el guia local (portando un cartel con los nombres de los viajeros o grupo).

Día 1. - Llegada a Lhasa (Tarde para aclimatacion y pasear por Barkhor) MEETING-POINT DAY

Llegada a LHASA (via vuelo o tren). Traslado a nuestro centrico hotel y primer dia de nuestra estancia en Tibet para la aclimatacion. **MEETING-POINT DAY.**



La ciudad de Lhasa (3650 metros) y el Palacio del Potala suele estar en el imaginario de cualquier viajero. La traducción de su nombre expresa lo que en sí este lugar es: "La Morada de los Dioses".

Tarde libre para acercarse al distrito de Barkhor (cuyo nombre significa "pequeño circuito de peregrinación"); el corazón más activo de la ciudad. Pasear por sus callejuelas, mercados, tenderetes, cantinas y teterías, el barrio musulmán y la mezquita, su animada atmósfera, su colorido... la fuerza magnética del espíritu tibetano quedará bien reflejado en este primer día. No pasar por alto una degustación de los platos típicos.

Noche en hotel en Lhasa.

Día 2. - Lhasa (Palacio del Potala y Templo de Jokhang)

Amanece en Lhasa. Lo primero del día será subir a la azotea del hotel para ver cómo la luz matinal cae sobre el visible Palacio del Potala.

Después del desayuno realizaremos la visita al PALACIO DEL POTALA que significa "Morada de Avalokiteswara", Buddha de la Compasión. Emplazado sobre la Marpo Ri, la "Colina Roja", se alza hasta una altura de 3767 metros. Fue también, inicialmente, construido durante el Siglo VII por Songtsen Gampo como residencia real, y a lo largo de los siglos fue ampliándose, pero no fue hasta la llegada de la Dinastía Qing (1644-1911) cuando este experimento su período más brillante, con la llegada definitiva al poder de la secta Gelugpa y el V Dalai Lama las ampliaciones se suceden hasta tomar su actual apariencia y siendo considerado el "Mayor Palacio del Mundo". Destacan las estancias de las tumbas de los Dalai Lama (la más espectacular la de XIII Dalai Lama), los murales, ingentes riquezas, reliquias, las salas de audiencia, celdas, los espacios de recepciones, capillas, la gran sala de danzas, y sin dejar de contemplar los tejados en oro. Por la tarde regreso a Barkhor para atender especialmente el tesoro que alberga, el TEMPLO DE JOKHANG. Sin duda la "Basilica de Lhasa", este templo es el de más antigüedad del Tibet y el de más importancia para cualquier tibetano que profese la fe budista. Fue construido en el año 641 como regalo nupcial al gran rey tibetano Songtsen Gampo y con la princesa china Wencheng. Su arquitectura, y gran parte de pinturas y tallas de madera datan en parte de aquella época. En las proximidades del templo la actividad es ferviente, los locales y peregrinos vienen diariamente a mostrar su fe y realizar el circuito *Kora* alrededor del edificio y en el sentido de las agujas del reloj, mínimo 3 vueltas, ya sea contando mantras con el *Mala* (parecido a un rosario) o haciendo un encadenado de saluciones y postraciones.

Noche en hotel en Lhasa.

Día 3. - Lhasa (Palacio de verano Norbulingka y Monasterio de Sera)

Por la mañana realizaremos una primera breve visita a la gruta de la capilla de Parla Lupu, situado en las laderas de la colina Yaowang, fue construido en el siglo VII. Tiene 22 metros de altura y desde aquí se puede tener una maravillosa vista panorámica sobre el palacio de Potala. Después visitaremos el PALACIO NORBULINGKA, la residencia de verano de los Dalai Lama. Por la tarde nos trasladaremos al MONASTERIO DE SERA, que fue levantado en 1419 por Jamchen Choje, discípulo de Tsong Khapa y siempre ha sido un importante seminario budista. También es uno de los 6 monasterios principales de los Gelugpa. Como la rosa se planta en todas partes en el monasterio, también se apoda como "la corte de la rosa silvestre". Hoy en día todavía 200 lamas viven allí. Tendremos la oportunidad de experimentar los famosos "debates de las escrituras budistas" y que forman parte de la educación de los monjes.

Noche en hotel en Lhasa.

Día 4. - Lhasa - Paso Kambala - Lago Yamdrok - Paso del glaciar Karola - Gyantse Kumbum - Xigatse

Iniciamos nuestra ruta por tierra a lo largo de las regiones del Tibet Central. Siguiendo ruta y por los valles de U y el río Lhasa He llegaremos a su punto de encuentro con el sagrado RIO YARLUNG TSANGPO (el mítico Brahmaputra).



Luego ascenderemos al paso de montaña de Kambala (4794 m), tras este se extiende el gran LAGO YAMDROK (4339 m). Rodearemos el lago y ascenderemos a un segundo paso, el Karola (5010 m), y en el que veremos su glaciar. A mitad de tarde llegaremos a la ciudad de GYANGTSE (3950 m), ya en la region de Tsang; a la llegada destaca en el horizonte su fuerte (Dzong). Realizaremos una visita al monasterio de Phalkor Chode, construido en 1418. Curiosamente agrupa 3 o 4 sectas. De el destaca su templo central y sus excelentes murales, su muralla, y su edificio mas emblematico: la STUPA KUMBUM CHORTEN, la mayor y mas bella de Tibet, su estructura comprende 6 niveles visitables y que albergan capillas con fresco y estatuas budistas. A final de dia llegaremos a la ciudad de XIGATSE.. Noche en Xigatse.

Día 5. - Xigatse (Monasterio de Tashilhunpo) - Pueblo de Tunba - Valle del rio Yarlung Tsangpo - Lhasa

Matinal visita al monasterio gelugpa de mas importancia de la region de Tsang (y unos de los primeros del Tibet), el MONASTERIO DE TASHILHUNPO, que fue la sede tradicional del Panchen Lama. Fue fundado en 1447 por un discipulo de Tsong Kahpa que mas tarde se convertiria en el primer Dalai Lama. El complejo cuenta con edificios de enorme interes, reliquias, pinturas, stupas... pero lo que realmente aqui destacan son las tumbas de los Panchen Lama. Si se desea se puede realizar su circuito Kora y que pasa por el casco antiguo y fuerte.

Tras el almuerzo regresaremos a la capital de Lhasa a lo largo del paisaje sin excepcion del valle del cauce del RIO YARLUNG TSANGPO. Si el horario lo permite podremos realizar un ultimo alto en el pueblo de Tunba en donde hay un taller tradicional de inciensos. Llegada a Lhasa, ultimo paseo y compras; no olvidar el acercarse a ver la espectacular iluminacion nocturna del Palacio del Potala.

Noche en hotel en Lhasa.

Día 6. - Lhasa - Traslado aeropuerto o estacion de tren ... vuelo regreso o EXTENSION DE RUTA

Ultimas horas par despedir la ciudad/morada de los dioses. Desde Lhasa podremos optar por extender nuestra ruta a otros destinos o con la conexion del vuelo internacional de regreso. Tiempo libre hasta la hora acordada para efectuar el traslado al aeropuerto de Gonggar o estacion de tren para con el regreso o posibles extensiones del itinerario.





PRECIO

Aprox. 1.175 - 715 € / 6 días

Sin vuelos internacionales ni domesticos o trenes.

El precio establecido se considera en RMB.

Este precio está sujeto a las variaciones del cambio de moneda

Programa en hoteles turista y CON GUIA de habla inglesa

	2	3	4	5	6
15 de Abril al 19 de Junio	1.275 €	1.175 €	1.075 €	970 €	870 €
20 de Junio al 25 de Octubre	1.380 €	1.275 €	1.175 €	1.075 €	970 €
26 de Octubre al 14 de Abril	1.175 €	1075 €	970 €	820 €	715 €

Suplemento por habitacion individual 6 dias / 5 noches: 255 Euro (habitacion individual es igual a la twin).

Nota:
 Los precios en Euro estan valorados a inicio de la temporada anual.
 Durante el curso de las diferentes temporadas de viaje podrian darse ofertas... Por favor, consultad la posible oferta entre los 2 meses y mes y medio antes de la salida.





Hoteles previstos o similares en turista

En esta ruta hay diferencias de categoría de los hoteles. En Lhasa y Xigatse los alojamientos son en hoteles de 3* muy bien situados. En las ciudades menores, los establecimientos elegidos son hoteles pequeños con encanto y en las poblaciones pequeñas se pernocta en hoteles locales sencillos aunque muy confortables.

Lugar	Nombre	Standard	Desayuno
Lhasa	Shambhala	3 estrellas	buffet oriental
	Gold Start Shambhala Palace	3 estrellas	buffet oriental
	Kyichu	3 estrellas	buffet oriental
	Yak	3 estrellas	buffet oriental
Gyantse	Yeti	2 estrellas	buffet oriental
	Jianzang	2 estrellas	buffet oriental
Xigatse	Gesar	3 estrellas	buffet oriental
	Mulunlazong	3 estrellas	buffet oriental

Nota:
 La ciudad de Lhasa suele ser muy visitada en algunas de sus temporadas o festivales por lo cual alojarse en el distrito de Barkhor es complejo. Barkhor es el mejor lugar para sentir el palpito de la población a cualquier hora: comercios, templos, muy matinales o nocturnos kora de peregrinos, cafeterías, restaurantes, auténticas cantinas tibetanas...
 Los hoteles tampoco son de gran capacidad y no se les permite levantar más de 4-5 pisos de altura.
 Por todo ello optamos por tener en oferta el hospedaje en 4 hoteles de igual categoría y emplazamiento en Barkhor.





El precio incluye

- Alojamiento 5 noches en hoteles indicados o similares en habitaciones dobles standar con desayuno incluido. Ver apartado "Alojamientos".
- Traslados aeropuerto/estaciones - hotel - aeropuerto/estaciones.
- Transporte en vehículo privado con conductor durante toda la ruta.
- Guía local de habla inglesa en Tibet en el programa CON GUIA.
- Permiso de entrada al Tibet TTB (*se enviara via archivo de documento escaneado en correo electronico*).
- Entradas :
 - Palacio del Potala
 - Palacio de verano Norbulingka
 - Templo de Jokhang,
 - Monasterios de Sera
 - Paso Kamba-la y lago Yamdrok
 - Paso del glaciar Karo-la
 - Monasterio Phalkor Chode (Pelkhor y Kumbum stupa)
 - Monasterio de Tashilhunpo
- Bombin de oxigeno y botellin de agua (solo disponibles en el coche en la ruta de Lhasa a Xigatse)
- Asistencia telefonica 24/7 con la agencia local.



El precio NO incluye

- Vuelos internacionales.
- Visado China y tramitación.
- Vuelos domesticos a/desde Lhasa... *se podran contratar con la agencia segun previa solicitud.*
- Trenes domesticos a/desde Lhasa... *se podran contratar con la agencia segun previa solicitud.*
- Alimentación no especificada
- Entradas no mencionadas en el apartado "Incluye". Existen bonificaciones segun edad.
- Propinas a guias y conductores.
- Gastos eventuales y personales en ruta.
- Seguros de viaje no detallados.
- Cualquier otro concepto no indicado como incluido.

