

# LADAKH 2019: LA TERRA TRA LE NUVOLE

## LANDSCAPE & TRAVEL PHOTOGRAPHY

**14/26 luglio 2019**

**Un viaggio affascinante attraverso una regione racchiusa tra le catene montuose del Karakorum e dell'Himalaya. Viaggeremo alla scoperta degli scenari naturali e dei paesaggi di incomparabile bellezza del "Piccolo Tibet". Un itinerario studiato per consentirvi di realizzare un reportage fotografico dei protagonisti della spiritualità buddista tra piccoli villaggi e dimenticati monasteri, tradizioni, miti e popolazioni locali. Avremo inoltre l'opportunità di fotografare i memorabili paesaggi Himalayani e i suoi cieli stellati. Questo viaggio fotografico tra le nuvole vi conquisterà l'anima.**

### **DAY 0 - 14 Luglio - Partenza dall'Italia**

Partenza con volo di linea dall'Italia.

### **DAY 1 - 15 Luglio - Leh**

Arrivo a Leh, il capoluogo del Ladakh, situato a 3505 metri di altitudine. Incontro con la nostra guida locale e sistemazione in Hotel. Tempo a disposizione per un po' di relax e per iniziare ad abituarsi all'altitudine. Briefing di presentazione del viaggio, cena e pernottamento in Hotel.

### **DAY 2 - 16 Luglio - Indus valley tour**

Partenza alle 6.00am, saliremo al monastero di Leh per assistere alla cerimonia della Puja mattutina che dura circa un'ora. Rientro in albergo per colazione e visita al monastero di Hemis: appartenente alla setta Rosso Brokpa e costruito tra il 1602 e il 1642 è uno dei più grandi complessi monastici in Ladakh. Dall'esterno si nota l'ampia forma rettilinea del Gomba, ma quello che più sorprende





appena arrivati è il bellissimo cortile centrale ricco di particolari policromi lignei; visitando le sale colpisce la bella sala delle preghiere e l'imponente statua di Padmasambhava del Guru Lhakhang. Cena e pernottamento in Hotel.

#### **DAY 3 - 17 Luglio - Leh - Skur Buchan monastery - Beima village,**

Dopo colazione partenza per la Valle di Aryan (circa 160 km, 4/5 ore), più a ovest lungo l'autostrada Leh-Kargil fino agli interni delle regioni di Sham & Drokpa. Dalla stazione di controllo della polizia di Khalatse lasciamo la strada Kargil e guidiamo lungo il fiume Indo fino al villaggio di Beima, i cui abitanti sono presumibilmente uno degli ultimi discendenti della pura razza ariana. Lungo la strada visiteremo il villaggio di Skur Buchan e il suo meraviglioso monastero arroccato su una collina. Arrivo all'Hotel Camp in serata, cena e pernottamento.

#### **DAY 4 - 18 Luglio - Beima - Dha Village**

Oggi esploreremo i due principali villaggi Drokpa: Beima e Dha. Le persone Drokpa seguono un misto di animismo e buddismo e si vestono con costumi colorati, con copricapi decorati con fiori. Avremo l'opportunità di conoscere questa incredibile cultura ai limiti del mondo, e naturalmente di scattare foto esclusive nelle loro abitazioni. Cena e pernottamento in Tented Hotel.

#### **DAY 5 - 19 Luglio - Beima - Lamayuru - Alchi/ Saspol**

Dopo colazione partenza per Alchi/Saspol. Durante il tragitto visita il famoso monastero di Lamayuru, uno dei più antichi monasteri del Ladakh. Costruito nel 10° secolo, in passato accoglieva oltre 400 monaci. Oggi ne sono rimaste poche decine in quanto molti si sono spostati nei villaggi limitrofi. La leggenda dice che in questo luogo ci fosse un meraviglioso lago, oggi prosciugato, ma che ha lasciato un paesaggio "lunare", dominato dalla maestosità del complesso monastico. Oggi il monastero di Lamayuru è uno dei più grandi e antichi conventi buddhisti di tradizione tibetana sul suolo indiano.

#### **DAY 6 - 20 Luglio - Alchi/Saspol - Leh**

Visita al monastero di Alchi. Il complesso comprende quattro insediamenti separati nel villaggio di Alchi nella regione del Ladakh inferiore con monumenti datati a periodi diversi. Di queste quattro frazioni, il monastero di Alchi è considerato il più antico e famoso.





Costruito nel 10° secolo è oggi uno dei 7 principali monumenti Indiani. I dettagli artistici e spirituali del buddismo e dei re indù di quel tempo nel Kashmir e nell'Himachal Pradesh si riflettono nei dipinti murali del monastero. Questi sono alcuni dei dipinti più antichi sopravvissuti in Ladakh. Il complesso ha anche enormi statue del Buddha e elaborate sculture in legno e opere d'arte paragonabili allo stile barocco. Prima di rientrare in hotel ci fermeremo a fotografare il Sangam Point, dove le acque blu del fiume Indus confluiscono con le acque fangose del fiume Zaskar.

#### **DAY 7 - 21 Luglio - Leh - Tso Moriri Lake**

Dopo colazione partenza lungo il fiume Indus fino alla Rupshu Valley. Una bella regione selvaggia conduce al lago Tso Moriri (4522m s.l.m.) 220km a est di Leh. Sulla strada visita Chumathang Hot springs. Attraversiamo il ponte di Mahe e poi guidiamo verso il lago Tso Moriri. Sulla strada potremmo vedere le marmotte himalayane. Arrivo a Tso Moriri Lake a tarda sera e check-in presso il campo tendato vicino al lago o all'Hotel.

#### **DAY 8 - 22 Luglio - Tso Moriri - Tsokar Lake**

Visita di prima mattina alle rive del lago, uno dei santuari delle zone umide di Ramsar e zona di riproduzione e nidificazione per centinaia di uccelli migratori. Questo lago salato che si estende per 24 km circa in lunghezza, 8 km circa in larghezza e circa 4 metri di profondità, è il lago più grande della valle del Rusphu in Ladakh e si trova sulla vecchia via, ormai chiusa, che portava al confine con il Tibet. Le bellissime sfumature di blu offerte da questo lago insieme a un paesaggio pittoresco fanno di questo luogo un posto estremamente fotogenico. Più tardi Sulla strada per il lago Tsokar ci fermeremo a fotografare le sorgenti termali di Puga Geo-Thermal e i campi tendati dei nomadi che incontreremo lungo il percorso. Cena e pernottamento in Hotel o in campo tendato

#### **DAY 9 - 23 Luglio - Toskar Lake – Leh**

Sveglia al mattino presto per visitare il piccolo villaggio di Thukje con il suo monastero. Proseguiremo lungo la Manali Highway attraverso il passo Taglangla (5350m s.l.m. la terza più alta strada carrabile al mondo) arriveremo a Leh nel tardo pomeriggio. Tempo libero a disposizione, cena e pernottamento in Hotel.





#### DAY 10 - 24 Luglio - Stok, il Villaggio Reale del Ladakh

Dopo colazione andremo al villaggio di Stok (17km da Leh). Vedremo la statua del Grande Buddha alta 71 metri sulla cima di una piccola collina vicino al monastero di Stok. Più tardi visiteremo lo Stok Royal Palace, visibile in lontananza, in cima a un'enorme morena di ciottoli che scendono dalle montagne: l'elegante Stok Palace, alto quattro piani, si erge sopra terrazze di orzo e case coloniche bianche. Costruito all'inizio del diciannovesimo secolo dall'ultimo sovrano del Ladakh indipendente, è stata la residenza ufficiale della famiglia reale Ladakhi da quando furono estromessi da Leh e Shey duecento anni fa.

In seguito visiteremo "Gyab-thago Heritage Home" nel villaggio di Stok dove conosceremo lo stile di vita tradizionale di una famiglia Ladaka, nella loro tipica cucina dove degusteremo il tè al burro e la bevanda d'orzo. Non solo visiteremo la loro tipica casa vecchia di 200 anni, ma avremo anche l'opportunità esclusiva di fotografare i membri della famiglia nei loro abiti tradizionali. Qui ci fermeremo anche per pranzo, per provare una vera esperienza culinaria locale.

Nel pomeriggio rientro a Leh. Visita al Leh Palace, costruito nel 16° secolo e alto 9 piani.

Oggi le sue maestose mura sono per lo più disadornate ma è emozionante farsi strada nel labirinto di corridoi bui per arrivare fino al tetto dal quale è possibile ammirare uno splendido panorama della città.

Proseguiremo la visita con il Monastero di Namgyal Tsemo, suggestiva costruzione visibile da ogni angolo della città e termineremo la giornata verso l'ora del tramonto, quando la luce dorata avvolge la città sottostante, allo Stupa di Shanti.

Successivamente esploreremo i mercati locali di Nowshare, il mercato di Chandu, il mercato di frutta secca di Balkang Chowk e le aree del mercato di Moti. Questi mercati riflettono e mostrano l'interessante attività commerciale del Ladakh, dove si possono incontrare persone provenienti da tutti gli angoli della regione che vendono i loro prodotti locali. Cena e pernottamento in hotel.





**DAY 11 - 25 Luglio - Leh**

Giornata libera per esplorare e fotografare la cittadina.

**DAY 12 - 26 Luglio - Leh > Italia**

Colazione e trasferimento in aeroporto per il volo che ci riporterà in Italia.



**Trattamento:** Pernottamento e prima colazione

**Durata:** 12 giorni / 11 notti

**Documenti:** Per visitare l'India è necessario esibire un passaporto con almeno 6 mesi di validità residua e un visto.

**Clima:** In Ladakh in estate si hanno giornate piacevolmente calde e notti fredde.

**Vaccinazioni e consigli sanitari:** Non sono richieste vaccinazioni obbligatorie, è consigliabile portare con se i principali medicinali soprattutto per prevenire problemi intestinali. Possono essere utili degli integratori salini e crema solare.

**Abbigliamento:** Si consigliano abiti in cotone, comodi e leggeri. Per le scarpe, sono sufficienti scarpe da ginnastica o scarponcini leggeri, importante che siano comode. Qualche indumento caldo per la sera..

**Assicurazioni:** Assistenza sanitaria **compresa** nella quota.

**Note:** Prima della partenza, saranno fornite informazioni più dettagliate a tutti i partecipanti.

**NB:** nonostante l'organizzazione farà di tutto per rispettare il programma di viaggio, l'itinerario presentato è da considerarsi come indicativo. In base a eventi atmosferici o ad altri imprevisti alcune escursioni potrebbero essere posticipate, anticipate o cancellate. Le strade, soprattutto durante la stagione delle piogge, possono a volte presentare delle difficoltà, che potrebbero fare ritardare il programma. Eventuali decisioni verranno sempre prese in gruppo, avvalendosi dell'esperienza e dei suggerimenti dell'accompagnatore.

#### **QUOTE DI PARTECIPAZIONE A PERSONA (sistemazione camera doppia):**

**Quota individuale: 2.190€**

**supplemento singola: 390€**

**Numero partecipanti: minimo 6, massimo 8**

**DATA ULTIMA PRENOTAZIONI: 31 Maggio 2019**

#### **LA QUOTA COMPRENDE:**

Assicurazione Sanitaria  
Trasporti e trasferimenti interni  
Minivan privato Tempo Traveller (o simile)  
Cene (bevande escluse)  
Tutti i permessi (inner line permit for Ariyan valley,  
Tso Moriri lake and k-top, wild life fee, Red Cross fee)  
Tasse governative  
Sistemazione in Hotel (Pernottamento, colazione)  
Guida locale (lingua inglese)  
Fotografo accompagnatore (lingua italiana)  
Workshop fotografico

#### **LA QUOTA NON COMPRENDE:**

Volo internazionale dall'Italia a Leh (quotazione indicativa  
a Febbraio 2019 700€)  
Pranzi e bevande  
Attività ed escursioni extra programma  
Ingressi ai monumenti  
Mance  
Visto di ingresso (da richiedere in Italia)  
Assicurazione annullamento viaggio (5%)

#### **Contatti:**

Prenotazioni: Salamanca Viaggi +39 049 880 84 02 / [daniela@salamancaviaggi.it](mailto:daniela@salamancaviaggi.it)

Info e contatti: [info@namaaphototours.com](mailto:info@namaaphototours.com) / +39 335 679 80 11 (solo Whatsapp)

Messenger: [m.me/NamaaTP](https://www.facebook.com/m.me/NamaaTP)