



**Himalàia Indi- Ladakh, el budisme tibetà en estat pur. Caminades a la Vall de Sham.**

**Vall de Nubra i llac Tso Moriri. Final opcional al Taj Mahal. 18 dies.**

---

El Ladakh és un racó únic al món, terra budista a l'extrem de l'Himàlaia, de paisatge grandios i cultura preservada... "El Petit Tíbet". Et proposem un viatge per conèixer els paratges naturals més espectaculars i emblemàtics d'aquest indret tan especial.

Començarem amb uns dies d'aclimatació a Leh i el seus voltants, visitant la cultura budista del Ladakh i alguns dels seus monestirs més rellevants. Després seguirem el riu Indus cap a l'oest, fins a la vall de Sham, a on farem 4 dies de caminades alternades amb visites a monestirs de gran interès. Aquestes caminades formen part del trek més assequible (pel fet de no transcórrer per sobre dels 4060m) del Ladakh, el Sham Trek.

En acabar el trekking, continuarem cap a la Vall de Nubra, un paisatge diferent dins el Ladakh, a tocar dels Karakorums. Hi arribarem travessant un dels ports de muntanya més alts del món que es pot fer en vehicle, el Kardung La, 5360m.

Per posar la cirereta als nostres dies al Ladakh, anirem a gaudir d'un llac emblemàtic: el Tso Moriri. Un indret remot, a tocar de la frontera amb la Xina...i màgic.

En tornar a l'Índia, a Delhi, podrem conèixer aquesta ciutat o (opcionalment) viatjar cap a Agra i visitar la icona de la Índia per excel·lència: el Taj Mahal.

Un viatge original, divers i contrastat amb el nostre estil bonvivant.

## Punts Forts

- El Ladakh és una excepció climàtica, una zona que queda preservada dels monsons que afecten la resta de l'Índia gràcies a la barrera natural de les muntanyes que l'envolten (Himàlaia i Karakourm).
- El paisatge. Es una escena titànica, un caprici dels Déus que han tallat impossibles abismes i creat les llums més pures del planeta enmig de plegaments, colors, textures de la roca de formes cataclismàtiques i monstruosament belles. Valls, muntanyes, glaceres, panoràmiques sobre les muntanyes més altes de la terra.
- Programa amb unes bones etapes d'aclimatació a l'alçada i esforç en augment progressiu que faran que el teu cos s'adapti i pugui assolir les fites d'esforç necessàries.
- Després de l'aclimatació, en què aprofitem per conèixer la cultura i monuments del Ladakh,



**Himalàia Indi- Ladakh, el budisme tibetà en estat pur. Caminades a la Vall de Sham.**

**Vall de Nubra i llac Tso Moriri. Final opcional al Taj Mahal. 18 dies.**

---

caminem quatre dies seguint part d'una travessa per l'únic trek del Ladakh que no arriba a cota 4100m, el Sham Trek.

- Visitem de dos dels llocs més icònics del Ladakh: la Vall de Nubra i el llac de Tso Moriri. A tots dos indrets, hi dormirem dues nits per gaudir plenament de l'experiència.
- La Vall de Nubra, una de les joies del Petit Tibet, amb un paisatge diferent i relaxant. Hi arribarem travessant (en vehicle) un dels ports més elevats del món amb carretera, el Kardung La.
- El Tso Moriri, un gran llac envoltat de muntanyes amb les seves glaceres. Un paisatge únic i molt especial. Dormirem al petit i autèntic poble de Korzok, a la riba del llac.
- Viatge de contrastos, amb paisatges diversos, de la mà d'un bon guia local que ens farà conèixer i estimar la cultura d'aquest racó del món.
- Dormint sempre en llit (en hotels, bungalows, hostals i cases d'hostes als quals s'arriba en vehicle), en habitacions dobles amb bany totes les nits menys una. Un viatge a zones remotes en el que ens allotjarem buscant el màxim confort (tenint en compte la disponibilitat d'aquests indrets tan apartats).
- Vols amb Turkish Airlines, una de les millors companyies aèries.
- Hem dissenyat un viatge divers, contrastat i original. Adreçat als viatgers i viatgeres que gaudeixen de la combinació de trekking de requeriment físic moderat amb la visita i coneixement dels atractius monumentals, naturals i culturals del país.
- Diferents ètnies, races, idiomes, religions, paisatges, arquitectures. La seducció de la diferència. Vides molt diferents a la nostra...la satisfacció de viatjar i observar, de sentir que el viatge no només passa per fora sinó també per dins.



**Himalàia Indi- Ladakh, el budisme tibetà en estat pur. Caminades a la Vall de Sham.**

**Vall de Nubra i llac Tso Moriri. Final opcional al Taj Mahal. 18 dies.**

---

## Dia a Dia

### **Dia 1, 3/08. Viatge Barcelona-Delhi.**

Vol de Barcelona a Delhi, a on arribem l'endemà de matinada.

### **Dia 2, 4/08. Delhi. Vol a Leh - Ladakh.**

Arribada a l'aeroport internacional de Delhi a la matinada. Al cap d'unes hores (descans i esmorzar a una sala-lounge de l'aeroport), vol a Leh, capital del Ladakh, a 3500m d'altitud: JULLEY! Trasllat a l'hotel i temps per descansar.

Nit en hotel a Leh (3500m).

Àpats inclosos: esmorzar, dinar i sopar.

### **Dia 3, 5/08. Leh - Stok, Matho i Sankar.**

Primer dia d'activitat tranquil·la al Ladakh per facilitar al nostre cos el procés d'aclimatació i poder gaudir amb plenitud del viatge. Després de l'esmorzar, creuarem el riu Indus per anar fins al poblet de Stok, al veí monestir de Gurpuk, de l'escola Gelukpa, que data del s. XIV. De nou pujarem als vehicles per anar a una vall veïna, per visitar el monestir de Matho, del s. XIII, l'únic de l'escola Sankyapa al Ladakh.

A la tarda, de nou a Leh, després de dinar i reposar, visitarem el monestir de Sankar, a prop del centre de la ciutat.

Nit en hotel a Leh (3500m).

Àpats inclosos: esmorzar, dinar i sopar.

### **Dia 4, 6/08. Leh - Shey i Thiskey.**

Continuem l'aclimatació gaudint d'un dels tresors més preuats de Ladakh: els seus monestirs i miradors propers, en un radi de 20 Kms a Leh: Shey i Thiksey. En una posició estratègica endinsant-se a la vall de l'Indo, es troba Shey, l'antiga capital, amb les restes del palau més antic del Ladakh. En el temple principal de Shey hi ha una estàtua de Buda amb imprimacions d'or i coure. El monestir de Thiksey és el monestir més antic dels monjos Gelukpa, on encara hi resideixen uns 80. A part de l'interès arquitectònic, religiós i cultural és el paisatge el que juga a favor en crear una rara bellesa entre l'austeritat de les muntanyes, el fons de vall verds i els cims amb glaceres.

En tornar a Leh, temps lliure per passejar pel centre de la població.

Nit en hotel a Leh (3500m).

Àpats inclosos: esmorzar, dinar i sopar.

### **Dia 5, 7/08. Leh - Likhir - Yangthang. Caminada de Yangthang (3650m) a Rizong (3400m). Alchi (3100m).**



**Himalàia Indi- Ladakh, el budisme tibetà en estat pur. Caminades a la Vall de Sham.**

**Vall de Nubra i llac Tso Moriri. Final opcional al Taj Mahal. 18 dies.**

---

Després de l'esmorzar, anirem per carretera al costat del riu Indus fins a Likir, un dels monestirs de Gelugpa més grans del Ladakh. Visitarem el monestir i el seu museu, que presenta magnífics thangkas originals i altres objectes pertanyents als reis del Ladakh.

Continuarem en vehicles fins a Yangthang, a 3650m. Si les condicions ho permeten, seguirem un itinerari a peu al costat del riu, poblat amb salzes i àlbers, fins al monestir de Rizong, a 3400m, ubicat dins un circ de muntanya de roques basàltiques. Després de visitar-lo anirem per carretera fins a Alchi, a on visitarem el seu monestir, el més antic i un dels més bonic del Ladakh, amb uns frescos magnífics.

Trasllat al nostre allotjament d'aquesta nit, a Alchi.

Aproximadament 3 hores i mitja de vehicle en total, uns 95km.

Entre 3 hores i 4 hores de caminada efectiva. Desnivells aproximats: +450m / -700m. Uns 9km de distància.

Màxima cota, 3600 m (hi arribem en vehicle).

Nit a casa d'hostes a Alchi (3100m).

Àpats inclosos: esmorzar, dinar i sopar.

**Dia 6, 8/08. Alchi – Lamayuru. Caminada de Lamayuru (3400m) a Wanla (3150m) pel Priniki La (3700m). Skyindyang (3550m).**

Al matí, sortida en vehicles cap al monestir de Lamayuru, un dels monestirs més espectaculars del Ladakh, situat en un paratge geològicament força particular i encara habitat per uns 200 monjos. També conegut amb el nom de monestir de Tharpa Ling, és d'un dels conjunts més antics de la regió i pertany a l'orde Kagyu. La llegenda diu que un dels fundadors d'aquest orde, Naropa (1016-1100), va meditar en una cova propera. Anteriorment un dels deixebles de Buda, l'ahrat Nyimagonpa, havia fet un viatge aeri sobrenatural fins aquest indret i havia obert una bretxa al llit del llac, dessecant-lo i deixant als pobladors noves terres cultivables.

A continuació, farem una petita caminada cap al coll de Priniki La (3700 m), per després baixar fins a Wanla (3150m).

Després de la caminada, anirem en vehicles fins a Skyindyang (al voltant d'1 hora de trasllat), a on dormirem sota les estrelles dels nítids cels del Ladakh. Aquesta serà la única nit en què dormirem en tenda de tot el viatge.

Aproximadament 3 hores i mitja de vehicle en total, uns 100km.

Entre 4 hores i 5 hores de caminada efectiva. Desnivells aproximats: +350m / -600m. Uns 10km de distància.

Màxima cota, Priniki La (3700m).

Nit en tendes a Skyindyang (3550m). Inclou el sac de dormir (no cal dur-lo de casa).

Àpats inclosos: esmorzar, dinar i sopar.

**Dia 7, 9/08. Caminada de Skyindyang (3550m) a Tia (3550m). Temisgam.**

La caminada d'avui comença amb una suau ascensió des de Skyindyang per un camí ben marcat pel poble, passant per chortens dispersos i terrasses de regadiu. El paisatge s'obre a una vall ampla i suau típica de Sham: camins sorrencs, pendents suaus i vistes cap als pics nevats de la serralada de Ladakh.

A mig camí, el camí creua una petita carena a 4060m, el punt més alt del dia, que ofereix una vista panoràmica cap a Temisgam i Tia. El descens és gradual i constant. Passeu camps d'albercocs, boscos de salzes i rierols alimentats pel desglaç de les glaceres abans d'entrar al poble de Tia, conegut per les seves cases tradicionals i les ruïnes



**Himalàia Indi- Ladakh, el budisme tibetà en estat pur. Caminades a la Vall de Sham.**

**Vall de Nubra i llac Tso Moriri. Final opcional al Taj Mahal. 18 dies.**

---

d'antics palaus propers.

Arribada a Tia a primera hora de la tarda. Trasllat en vehicles a Temisgam (uns 15 minuts), un dels pobles més pintorescos de la vall de Sham, amb un teló de fons de horts i restes d'antics palaus situats en una carena.

Entre 5 i 6 hores de caminada efectiva. Desnivells aproximats: +550m / -550m. Uns 10km de distància.

Màxima cota, 4060m.

Nit a casa d'hostes a Temisgam (3270m).

Àpats inclosos: esmorzar, dinar i sopar.

**Dia 8, 10/08. Caminada de Temisgam (3270m) a Hemis Shukpachan (3650 m) pel Meptek La (3820 m).**

Després d'esmorzar comencem a caminar i deixem enrere Temisgam. A poc a poc anem pujant fins al coll de Meptek La (3750m), en un paisatge lunar ric en materials de diferents colors, de roques minerals rosades, verdes, grogues,... Una suau baixada ens porta al congost i després al poble d'Ang, amb els seus nombrosos albercoquers. Continuarem cap a Hemis Shukpachan, on viuen unes 250 famílies. A l'entrada del poble ens trobem amb una filera d'antics chortens i dos murs de "manis" (murs de pedra gravada amb oracions). Visitarem el monestir construït a la part més elevada del poble. «Shukpa» significa cedre: al llarg dels segles en aquest poble, els homes han plantat cedres i ginebres, les branques dels quals utilitzen per fer i cremar encens cerimonial.

Entre 5 hores i 6 hores de caminada efectiva. Desnivells aproximats: +680m / -300m. Uns 12km de distància.

Màxima cota, Meptek La (3820 m).

Nit a casa d'hostes a Hemis Shukpachan (3650 m).

Àpats inclosos: esmorzar, dinar i sopar.

**Dia 9, 11/08. Hemis Shukpachan - Phyang i Spituk - Leh (3500 m).**

Avui tornarem a Leh per carretera. Seguirem la carretera principal al costat de l'Índus, que creuarem a prop de Saspol, per arribar als monestirs de Phyang i Spituk.

Diu la llegenda que Kungha Tagspa, un lama mèdic del Tibet, va curar el rei Jamyang Namgyal de la lepra des de la distància quan tots els altres metges del lloc havien fracassat. A canvi, el rei li va oferir la terra de la seva elecció en la qual Kungha Tagspa va fundar una comunitat religiosa dedicada a Drikung-Kargyuk, de la qual avui depenen Phyang i Lamayuru.

El monestir de Spituk, 7 km a l'oest de Leh, és un dels monestirs Gelugpa més importants del budisme tibetà a Ladakh. Llar de 100 monjos i una estàtua gegant de Palden Lhamo, el monestir va ser fundat al segle XI com a institució Nyingmapa i més tard va ser conquerit pels Gelugpa al segle XV.

Aproximadament 2 hores i mitja - 3 hores de vehicle en total, uns 90km.

Nit en hotel a Leh (3500m).

Àpats inclosos: esmorzar, dinar i sopar.

**Dia 10, 12/08. De Leh a la Vall de Nubra -Tigar (3200 m) pel Khardung La (5360 m).**



**Himalàia Indi- Ladakh, el budisme tibetà en estat pur. Caminades a la Vall de Sham.**

**Vall de Nubra i llac Tso Moriri. Final opcional al Taj Mahal. 18 dies.**

---

Sortida a primera hora del matí cap a la Vall de Nubra. Per carretera anirem pujant fins a creuar el coll de Khardung La (5360m), per una de les carreteres asfaltades més altes del món. Des del coll, en un dia clar, la vista és magnífica: podem admirar tota la part sud, fins a la vall de l'Indus i els cims de les muntanyes de Zaskar al nord del massís de Saser. La vall de Nubra es troba a l'antiga ruta de caravanes de Leh a Kashgar (ara al Xinjiang xinès) a través dels passos de Saser i Karakoram. A la vall trobem diversos monestirs budistes com Sumur i Tigar, però també el de Disket, construït fa 350 anys, i famós per les seves pintures murals. Des del coll, baixem al poble de Khardung i gaudim de bells paisatges. Els pobles de la vall són pròspers i s'estenen a la vora dels rius Shyok i Siachan. Anirem fins al poble de Tigar, que, com un oasi, es troba agradablement situat en una zona fèrtil, al costat del riu. Al final del dia visitarem el proper monestir de Samsthaling, construït l'any 1842 pel Lama Tultim Nima.

Aproximadament 5 - 6 hores de vehicle (amb parades periòdiques per estirar les cames, dinar, fer alguna foto...), uns 120km.

Màxima cota (en vehicle), Khardung La 5360 m.

Nit en hotel a Tigar (3200m).

Àpats inclosos: esmorzar, dinar i sopar.

**Dia 11, 13/08. Vall de Nubra, Disket i Hundar.**

Dia per conèixer la Vall de Nubra...estem en un dels ramals de la ruta de la seda, envoltats de muntanyes de més de 7000 m i al fons del tot, el Karakorum amb els seus cims de més de 8000m, confluència amb el Pakistà i el Tibet. El fons de la vall és deliciós, al trobar-se més baix que Ladakh és també més càlid i abunden els conreus i les hortes, els fruiters, etc, en un marc grandios envoltat de gegants. Visitarem els seus principals atractius: l'antic monestir de Diskit, el més antic (s. XIV) i gran de la Vall de Nubra, amb la seva estàtua de Buda gegant. Passejarem entre els pobles de Diskit i Hunder, per les dunes del "desert" del Nubra; aquí apareixeran els camells bactrians –una relíquia dels temps de les caravanes de la ruta de la seda-. La vista és sorprenent: una plana immensa barreja de dunes, desert i hortes, rica per la confluència del riu Shyok i Nubra, enmig de muntanyes en la cruïlla del Karakorum i l'Himàlaia.

Caminades curtes i senzilles per la vall de Nubra.

Nit en hotel a Tigar (3200m).

Àpats inclosos: esmorzar, dinar i sopar.

**Dia 12, 14/08. Tigar - Wair La (5280 m) - Monestir de Tak Tak - Shakti (3450 m).**

Avui comencem el viatge, en vehicles privats, al llac Tso Moriri; ho farem en dues etapes, ja que el llac es troba a una zona remota i a més ens aturarem als llocs de més interès que trobarem al llarg de la ruta. Al matí, trasllat a Agham, el punt d'entrada de la vall cap al poble de Tangyur, per una bonica i tranquil·la carretera al llarg del riu Shyok. Continuem fins al coll de Wair La (5600m), per després baixar cap al monestir de Tak Tak. Visita del monestir, construït al voltant d'una cova de meditació, on podrem admirar nombroses pintures a les diferents sales de pregària. Arribem al poble de Shakti, el nostre destí d'avui.

Aproximadament 5 - 6 hores de vehicle (amb parades periòdiques per estirar les cames, dinar, fer alguna foto...), uns 110km.

Màxima cota (en vehicle), Wair La 5280 m



**Himalàia Indi- Ladakh, el budisme tibetà en estat pur. Caminades a la Vall de Sham.**

**Vall de Nubra i llac Tso Moriri. Final opcional al Taj Mahal. 18 dies.**

---

Allotjament en hotel a Shakti, a 3450 m.

Àpats inclosos: esmorzar, dinar i sopar.

**Dia 13, 15/08. Shakti - Llac Tso Moriri (4550 m).**

Després d'esmorzar seguim el viatge cap al llac Tso Moriri. Durant gran part del viatge seguirem la carretera que va paral·lela a l'Indus. Per la vall d'aquest gran riu, envoltada del gran paisatge de les muntanyes del Ladakh, arribarem al poblet de Korzok, a la riba nord-oest del gran llac Tso Moriri, un gran massa d'aigua turquesa inserida en un paisatge àrid com si fos una pedra preciosa. Amb poques cases i un petit monestir, aquest és l'únic assentament estable de la regió del Rupshu, ja que la resta del territori està habitat per ser la població nòmada Changpa, perfectament aclimatats i adaptats a les dures condicions de l'entorn, que viuen tot l'any en tendes que van canviant de lloc segons la disponibilitat de pastures pels seus ramats seguint una rutina anual ancestral. Ens esperen unes vistes esplèndides amb els cims nevats reflectits en les aigües blaves profundes del llac.

Aproximadament 6 - 7 hores de vehicle (amb parades periòdiques per estirar les cames, dinar, fer alguna foto...), uns 200km.

Màxima cota (en vehicle), Nusgur La 4840 m

Nit en bugalows a Korzok (4550m).

Àpats inclosos: esmorzar, dinar i sopar.

**Dia 14, 16/08. Korzok Phu, Tso Moriri (4550 m).**

Dia per explorar els voltants del Tso Moriri. Al matí et proposarem una passejada suau per la riba del llac; també, si vols, podem enfilarnos amunt per la vessant oest del llac per poder tenir millor perspectiva de la immensa bellesa de l'indret, aquest gran llac d'aigües turqueses, considerat com el més bell del Ladakh...o si vols, simplement et pots quedar descansant, gaudint de l'ambient tan especial que t'ofereix aquest indret. També hi haurà la possibilitat de desplaçar-nos a un dels assentaments dels Changpa per veure les ramats de iacs i les petites cabres "pashmines", la llana de les quals s'utilitza per filar la llana utilitzada per teixir els famosos xals.

Caminades curtes, més o menys intenses segons l'interès personal.

Nit en bugalows a Korzok (4550m).

Àpats inclosos: esmorzar, dinar i sopar.

**Dia 15, 17/08. Del Tso Moriri (Korzok) (4550m) a Leh (3500m).**

Després d'esmorzar, deixem enrere el Tso Moriri i tornem a Leh seguint la vall de l'Indus (és la més ràpida i en millor estat).

En arribar a Leh, temps lliure per anar al seu vibrant centre o simplement, descansar.

Aproximadament 7 hores de vehicle (amb parades periòdiques per estirar les cames, dinar, , fer alguna foto...), uns 230km.

Màxima cota (en vehicle), Kyagar La, 4980 m.



**Himalàia Indi- Ladakh, el budisme tibetà en estat pur. Caminades a la Vall de Sham.**

**Vall de Nubra i llac Tso Moriri. Final opcional al Taj Mahal. 18 dies.**

---

Nit en hotel a Leh (3500m).

Àpats inclosos: esmorzar, dinar i sopar.

**Dia 16, 18/08. Vol de Leh a Delhi. Visita de Delhi o (opcional) trasllat a Agra per carretera.**

Després d'un esmorzar matiner, trasllat a l'aeroport i vol a Delhi.

Arribant a Delhi, tenim dues opcions:

Opció A (inclosa al preu): ens registrem a l'hotel i anem a fer un tour de la ciutat amb un guia local turístic, una passejada pels contrastos d'una ciutat immensa i intensa. Dia per deixar-se sorprendre pel que l'Índia de les gran ciutats significa: contrastos, olors i colors, mirades, caos i exotisme... Dos mons, la Nova i la Vella Delhi, compartint espai en una mateixa ciutat, centre del Govern, porta d'Àsia i de cultures mil·lenàries.

Passeig impactant per la Vella Delhi i visita de la mesquita Jama Masjid amb vistes al bell Fort Vermell. Com en un viatge en el temps, rickshaws i gentada a la zona medieval, on es troba el mercat més gran de la ciutat.

Nit en hotel a Delhi.

Opció B (amb suplement): Des de l'aeroport de Delhi anirem per carretera fins a Agra (200 Km, entre 6 i 8 hores, depenent del trànsit a la sortida de Delhi). Arribarem a la tarda/vespre. Ens registrarem a l'hotel d'Agra, sopar i descans, ja que l'endemà matinarem.

Nit en hotel a Agra.

Àpats inclosos (per les dues opcions): esmorzar.

**Dia 17, 19/08. Visita de Delhi o (opcional) Visites del Taj Mahal i del Fort vermell d'Agra i retorn per carretera a Delhi.**

Opció A: Després d'esmorzar, en companyia del nostre guia tuístic, seguirem visitant Delhi. Primer anirem al complex Qutab, amb el seu Qutab Minar, el minaret de maons més alt del món i un destacat exemple de l'art islàmic (és també el monument islàmic més antic de Delhi). El minaret té una altura total de 72,5 metres i és considerat Patrimoni de la Humanitat per la UNESCO des de l'any 1993.

En acabar, visitarem la Gurdwara Bangla Sahib, el principal temple Sikh de la ciutat de Delhi. Va ser originàriament un palau del Raja Jai Singh, governant de l'Índia del segle XVII. El vuitè Guru Sikh, el Guru Har Krishan, va residir en ella durant la seva estada a Delhi en 1664. En aquesta època, una epidèmia de còlera va assolir la ciutat. El Guru va ajudar els afectats oferint ajuda i aigua fresca procedent del pou de la casa. L'aigua d'aquest pou és ara considerada com curativa. Sikhs de tot el Món venen al temple per recollir l'aigua miraculosa i portar-la fins a les seves llars. La gurdwara ha esdevingut un centre de pelegrinatge no només pels sikhs, sinó també pels hinduistes.

Després de dinar, visitarem el Fort Vermell de Delhi. El complex del Fort Roig es va construir com el fort del palau de Shahjahanabad, la nova capital del cinquè emperador mogol de l'Índia, Shah Jahan. La planificació i el disseny del Fort Roig representa la culminació del desenvolupament arquitectònic iniciat l'any 1526 dC pel primer emperador mogol i portat a un esplèndid refinament per Shah Jahan amb una fusió de tradicions: islàmica, persa, timúrida i hindú. El Fort Roig ha estat l'escenari d'esdeveniments que han tingut un important impacte al país.

Nit en hotel a Delhi.

Àpats inclosos: esmorzar.



**Himalàia Indi- Ladakh, el budisme tibetà en estat pur. Caminades a la Vall de Sham.**

**Vall de Nubra i llac Tso Moriri. Final opcional al Taj Mahal. 18 dies.**

---

Opció B (amb suplement): De bona hora anirem a visitar el Taj Mahal amb les primeres llums. En la imaginació col·lectiva, hi ha associat el Taj Mahal amb l'Índia. Visitarem, doncs, una de les meravelles del món, curulla de història, de llegendes i de bellesa única. Patrimoni de la Humanitat de la Unesco. L'emperador Sha Jahan, en memòria de la seva esposa Muntaz Mahal, va fer construir aquesta meravella, una de les obres cimeres de la humanitat.

En acabar la visita, tornarem a l'hotel per esmorzar i recollir el nostre equipatge. Després, visitarem el Fort Vermell d'Agra, patrimoni de la Humanitat de la Unesco, ciutat emmurallada dels mogols, per la qual ens passejarem rememorant els temps antics. Coneixerem la seva història i el seu valor de mans dels nostre guia turístic.

En acabar, retorn a Delhi. Depenent de l'horari d'arribada (el tràfic d'entrada a Delhi és imprevisible), visitarem algun centre d'interès de la ciutat, com pot ser el barri de la Vella Delhi o bé la Gurdwara Bangla Sahib, el principal temple Sikh de la ciutat de Delhi.

Nit en hotel a Delhi.

Àpats inclosos: esmorzar.

**Dia 18, 20/08. Vol Delhi-Barcelona.**

Trasllat a l'aeroport per a vol de retorn. Namasté.

Àpats inclosos: esmorzar.

*Per tal de garantir la seguretat dels participants i el correcte desenvolupament de l'activitat, Bonviure es reserva el dret de modificar els itineraris si les condicions atmosfèriques o l'estat del terreny o qualsevol altra causa així ho requereixen.*



**Himalàia Indi- Ladakh, el budisme tibetà en estat pur. Caminades a la Vall de Sham.**

**Vall de Nubra i llac Tso Moriri. Final opcional al Taj Mahal. 18 dies.**

---

## Fitxa Tècnica

### Preus

**1855 € sense vols. Pensió completa al Ladakh.**

**2495 € amb vols i sense taxes dels vols internacionals. Pensió completa al Ladakh.**

*Suplement grup de 11 a 13 persones: +80 €*

*Suplement grup de 8 a 10 persones: +130 €*

**Suplement habitació individual totes les nits menys una: 390 €**(places limitades, consulteu disponibilitat).

**Opcional Agra - Taj Mahal**, cal afegir els següents suplements als preus anteriors:

Suplement individual: +80 €

Suplement per grup 10-15 pax (\*): +100 €

Suplement per grup 7-9 pax (\*): +125 €

Suplement per grup 4-6 pax (\*): +150 €

Suplement per grup 3 pax (\*): +180 €

Suplement per grup 2 pax (\*): +240 €

Suplement per grup 1 pax (\*): +410 € (en individual)

*(\*) es refereix a la mida del grup que tria anar a Agra- Taj Mahal.*

*Nombre mínim de participants: 8*

*Nombre màxim de participants: 17*

### Condicions del preu del viatge

*\*\*\* Com a conseqüència de variables relacionades amb el carburant, les taxes aèries (preu definitiu una vegada emès bitllet) i el canvi de divises, els preus establerts en aquesta programació poden ser revisats fins a 20 dies abans de la data de sortida. Data de càlcul del viatge, 29 de gener del 2026.*

### Inclou

- Vols internacionals Barcelona- Delhi/ Delhi-Barcelona, sense taxes aèries, de combustible i d'emissió (només per l'opció amb vols inclosos, places limitades). Vols amb equipatge de mà i maleta facturada inclosos.
- Vols domèstics Delhi-Leh-Delhi, amb les taxes incloses (només per l'opció amb vols inclosos, places limitades). Vols amb equipatge de mà i maleta facturada inclosos.
- Guia local de muntanya i cultural durant el trekking.
- El Coordinador de Bonviure amb titulació de guia de muntanya durant el viatge, per un grup de mínim 8 persones.
- Tots els allotjaments (veure detall a l'apartat "Allotjaments").
- Pensió completa al Ladakh. La majoria dels dies es dina de plat, excepcionalment es menja entrepà per dinar.
- Règim d'allotjament i esmorzar a Delhi o Agra.
- El cuiner privat i els seu/s ajudant/s pels tres dies de trekking al Sham.
- Guia turístic a Delhi (o a Agra per l'opcional).



## Himalàia Indi- Ladakh, el budisme tibetà en estat pur. Caminades a la Vall de Sham.

### Vall de Nubra i llac Tso Moriri. Final opcional al Taj Mahal. 18 dies.

---

- Traslats dels dos dies per la visita turística de Delhi. Per l'opcional Agra- Taj Mahal: viatge d'anada i tornada a Agra + trasllat per les visites del Taj Mahal i el Fort Vermell. Per a ambdós casos, en minibus amb aire condicionat.
- Tots els trasllats en vehicle privat al Ladakh (sense aire condicionat).
- El transport de l'equipatge durant el trekking.
- Taxa de Medi Ambient.
- Totes les taxes i permisos al Ladakh.
- La tramitació de permisos especials i la taxa corresponent pel Tso Moriri i la Vall de Nubra.
- Les entrades a monestirs i monuments a Ladakh.
- Les hores de descans en zona de business privada de l'aeroport de Delhi, el Dia 2.
- Assegurança d'accidents a muntanya.
- Assegurança ampliada de viatge i trekking, valorada en 96€ (veure apartat "Assegurances").
- Direcció i gestió tècnica del viatge. Assessorament tècnic i del material a portar.
- L'IVA corresponent.

## No Inclou

- Les taxes aèries, de combustible i emissió dels vols internacionals (390€ a 24/11/2025), sí que estan incloses les taxes del vol domèstic.
- Visat de l'Índia (uns 25\$) i la seva tramitació.
- Dinars i sopars a Delhi o Agra.
- Entrades i taxa de fotos i vídeo als monuments a Delhi o Agra.
- Aigua embotellada o un altre tipus de beguda durant tot el viatge.
- Propines.
- Despeses imprevistos provocats per circumstàncies incontrolables com cancel·lacions o retards de vols, carreteres bloquejades, condicions atmosfèriques, desastres naturals.
- Tot allò no esmentat en l'apartat inclou.

## Nivell

En aquest viatge, tret dels dies en què s'està a Delhi o Agra, sempre s'està per sobre dels 3000m. La capital, Leh, es troba a 3500m d'altura mitjana.

Per tal de evitar problemes per l'alçada, els primers dies a Leh se segueix estrictament un programa d'aclimatació (al qual hem afegit 1 dia més del que es fa habitualment) i els itineraris a peu es fan a un ritme de progressió lent i adequat per continuar amb l'adaptació.

Durant els 4 dies de trekking a la Vall de Sham: bons camins amb algun tram pedregós, sense cap dificultat tècnica. Desnivells diaris mitjos dels dies que es camina: + 510 m / -540 m. Hores diàries de caminada efectiva entre 4h i 6h. Uns 10-12km per dia. Mireu el detall diari al Dia a dia. Caminarem entre els 3500m i els 4060m de màxim. Dormirem entre 3100m i 3650m (2 dies en cases locals i 1 dia en tendes).

Durant la resta del viatge, no es farà trekking pròpiament dit, sinó caminades suaus i del tot opcionals.

A la Vall de Nubra, la cota baixarà als 3200m. Al llac de Tso Moriri, pujarem de cota, fins als 4550m.

Tret d'una nit, sempre es dormirà sota sostre i en llits, una en tendes. Per totes les nits en llits, l'habitació (sempre



**Himalàia Indi- Ladakh, el budisme tibetà en estat pur. Caminades a la Vall de Sham.**

**Vall de Nubra i llac Tso Moriri. Final opcional al Taj Mahal. 18 dies.**

---

doble o individual) tindrà bany privat. Veure més detall a l'apartat "Allotjaments".

En vehicle, superarem els 4000m i en alguns dels dies travessarem colls més alts de 5000m.

Teniu tota aquesta informació, més detallada, en el "Dia a dia".

*Us esteu apuntant a un viatge de senderisme i això comporta una gran satisfacció com a viatgers i esportistes, però aquests es desenvolupen en indrets remots i/o de difícil accés, fet que comporta també una exigència de responsabilitat per part dels participant abans d'apuntar-se i durant l'activitat, ja que el vostre nivell físic i de salut s'ha d'adaptar bé al les necessitats dels itineraris previstos i anunciats. Alhora s'accepta que qualsevol possible rescat o assistència en un accident o malaltia en zones allunyades no sempre és fàcil ni còmode. Així com, que en cas d'una possible extracció d'urgència o rescat i la posterior assistència mèdica -malgrat estar molt ben organitzada tant per nosaltres com per la resta d'agents implicats: asseguradora, serveis mèdics i de rescat, etc.- no sempre estarà l'afectat acompanyat per una persona coneguda del grup o pel guia.*

*El guia es reserva el dret a decidir si el participant està capacitat per a realitzar les sortides per manca de capacitats físiques i/o tècniques.*

Nota important sobre els viatges amb trekking en altura

Gairebé tot el viatge transcorre per sobre dels 3000m, amb pernòctes a 4500m. A peu, arribem a 4060m, i en vehicle, superem en diverses ocasions els 5000m.

Per tal de evitar problemes per l'altura, els primers dies a Leh se segueix estrictament un programa d'aclimatació (al qual hem afegit 1 dia més del que es fa habitualment) i els itineraris a peu es fan a un ritme de progressió lent i adequat per continuar amb l'adaptació. No obstant això, aquesta activitat no està exempta de risc degut a la possible aparició de símptomes associats al mal d'altura.

És del tot necessari que avalueu abans la vostra condició física per a que sigui l'adequada per a realitzar l'esforç descrit en l'anterior apartat de Nivell.

## Material

Passaport (en vigor almenys 6 mesos després de la sortida de l'Índia) amb visat tramitat.

Vestimenta per capes pel trekking (samarretes d'interior, folre polar o jaqueta plomes, jaqueta impermeable-paravent, buff, gorra, guants,...).

Barret, ulleres de sol, cremes solars.

Motxilla petita o mitjana per les caminades i bossa de viatge on podreu posar la resta de la roba i objectes personals.

Els dies en què es fa trekking, dins la motxilla només caldrà dur els afers per la ruta del dia (roba, menjar, aigua, efectes personals, farmaciola,...). La resta del vostre equipatge serà transportat amb vehicles entre els allotjaments.

En el dia en que dormim en tenda, els sac de dormir està inclòs, no cal que el dugeu.

Recomanem bastons de senderisme.

Farmaciola personal.

Setmanes abans del viatge us enviarem la informació completa per preparar tot el necessari pel viatge.

## Documentació i Vacunes

Per entrar a la Índia, **cal tramitar un visat**. Aquets tràmit s'ha de fer **per internet**. Et donarem més detalls sobre com fer-ho quan reserves el viatge. Per fer aquesta tramitació, el teu **passaport ha de tenir una validesa mínima de 6 mesos respecte a la data de sortida de la Índia**



**Himalàia Indi- Ladakh, el budisme tibetà en estat pur. Caminades a la Vall de Sham.**

**Vall de Nubra i llac Tso Moriri. Final opcional al Taj Mahal. 18 dies.**

---

No hi ha cap vacuna obligatòria (tret de la de la febre groga si has estat en un país de risc recentment). Sí que n'hi ha de recomanades (consulteu-ho en l'enllaç que figura al final d'aquest apartat).

Us recomanem que consulteu la següent web del MAEC per tenir més informació sobre Documentació, Vacunes, Sanitat, Seguretat i altres recomanacions oficials:

<https://www.exteriores.gob.es/es/ServiciosAlCiudadano/Paginas/Detalle-recomendaciones-de-viaje.aspx?trc=india>

## Allotjaments

2 nits a Delhi, en hotel de 3\*, en habitacions dobles amb bany (per l'opcional al Taj Mahal, 1 nit a Agra en hotel de 4\* i 1 nit a Delhi en hotel de 3\*, en habitacions dobles amb bany).

5 nits a Leh, en hotel, en habitacions dobles amb bany.

1 nit en hotel a Alchi, en habitacions dobles amb bany.

Durant el trekking, 2 nits en cases d'hostes (Temisgam + Hemis Shukpachan), en habitacions dobles amb bany i 1 nit a Skyindiang en tendes de 2 persones (sac de dormir inclòs).

2 nits en hotel a la Vall de Nubra (Tigar), en habitacions dobles amb bany.

1 nit en hotel a Shakti, en habitacions dobles amb bany.

2 nits en bungalows al Tso Moriri (Korzok), en habitacions dobles amb bany.

La nit del Dia 1 al Dia 2, entre l'avió i una sala de descans de l'aeroport de Delhi.

Possibilitat de dormir en individual totes les nits, pagant un suplement (places limitades, consulteu disponibilitat).

*Si voleu més informació sobre els allotjaments, no dubteu en consultar-nos-ho.*

*A l'hora de compartir habitació òbviament es prioritzaran les preferències personals de compartició (parelles, amics/gues, afinitats sorgides en el primer dia de coneixença, etc...). Si no hi ha cap preferència d'aquesta mena, el guia buscarà el consens dels participants per trobar la millor solució possible a la distribució, podent-se donar el cas d'alguna habitació compartida per persones de diferent sexe.*

## Assegurances

Incloues en el preu: Per imperatiu del país i de l'agent local, degut a que l'activitat es desenvoluparà en indrets remots i de difícil accés, cal tenir contractada una assegurança com la que Bonviure inclou en el viatge. És una assegurança de viatge i trekking **valorada en 96€** que cobreix tant les malalties o accidents durant l'activitat de trekking com les contingències de salut ocorregudes fora d'aquesta activitat (cobertura sanitària fins a 15.000€ i repatriació inclosa). Consulta la seva cobertura clicant aquí. **Si tens una assegurança personal similar te la podem descomptar del preu.**

Opcionals: Si voleu ampliar les cobertures (d'accidents i/o de cancel·lació), nosaltres us ho podem gestionar: consulteu-nos les assegurances que us podem oferir.

Podeu consultar les cobertures de cada una de les pòlisses, a l'apartat "Assegurances".



**Himalàia Indi- Ladakh, el budisme tibetà en estat pur. Caminades a la Vall de Sham.**

**Vall de Nubra i llac Tso Moriri. Final opcional al Taj Mahal. 18 dies.**

---

## Reserves

Podeu fer-ho clicant al botó RESERVA que trobareu dins el viatge.

Per telèfon trucant al 626 887 243.

Per e-mail escrivint a [bonviure@bonviure.com](mailto:bonviure@bonviure.com)

Contactarem amb vosaltres per e-mail o per telèfon i us direm si disposem de places per aquest viatge.

Un cop sapigueu si disposem de places en aquest viatge i voleu reservar-ne una/es cal fer un ingrés d'una bestreta de 350 € per persona al compte corrent que us indicarem.

Fet l'ingrès, envieu un mail a [bonviure@bonviure.com](mailto:bonviure@bonviure.com) o truqueu-nos per poder confirmar-vos que l'hem rebut. La resta de diners els ingressareu posteriorment, aproximadament un mes abans de la data de sortida. Quan ens apropem a la data del viatge, rebreu per mail les últimes informacions com el lloc i hora de trobada del grup, material que cal dur, el temps que es preveu etc.

*A Bonviure realitzem la immensa majoria de viatges, també amb places inferiors a les mínimes. si vols, pots saber el nombre de participants apuntats en el moment de la teva reserva. Per la realització d'aquest viatge és necessita un grup mínim. En cas de no arribar a aquest mínim, o per alguna causa de força major, l'agència podrà a anul•ar el viatge fins a 20 dies abans de la sortida, quan el viatge és de més de 6 dies, i 10 dies abans de la sortida quan el viatge és de 2 a 6 dies. en aquest cas reemborsaríem al participant el total de les quantitats prèviament abonades a Bonviure.*

*En cas de cancel•lació per part del client s'intentarà ocupar la plaça amb un altre client per reduir al màxim les despeses que se'n puguin derivar. Consulteu les condicions generals de contractació.*

*Segons el reial decret –lleí 23/2018 els preus establerts en el contracte només es poden revisar, fins a 20 dies abans de la sortida, per incorporar variacions del preu dels transports, inclòs el cost de carburant, les taxes i impostos relatius a determinats serveis i els tipus de canvi aplicats al viatge organitzat.*

GC-1829