

# Guatemala Etnico

*Conociendo a mi gente*  
2025

Itinerario di 15 giorni



Partenze garantite tutto l'anno per un minimo di 2 viaggiatori.

Il viaggio potrebbe poi essere "aperto" ad altri partecipanti, per viaggiare in compagnia e ridurre i costi!

Il Calendario delle partenze già confermate e dei gruppi in formazione è disponibile sul sito [www.planetviaggi.it](http://www.planetviaggi.it)

In particolare questo viaggio prevede:

- la presenza di un accompagnatore in ogni fase del viaggio! Elemento indispensabile per capire meglio la realtà locale, gli usi e costumi del luogo
- Siti archeologici maya e siti naturalistici
- Incontro e sostegno al progetto CEMOC

## **Perché scegliere Planet Viaggi Responsabili**

*Un viaggio di turismo responsabile si basa su principi di equità economica, tolleranza, rispetto, conoscenza e incontro.*

*Porta a visitare le bellezze naturali, storiche e artistiche del paese visitato, unendo al viaggio incontri con gli abitanti delle località visitate, rendendo il viaggio un'imperdibile occasione di conoscenza, di approccio ad altre tradizioni, usi e costumi, in un'ottica di scambio culturale.*

*Un viaggio responsabile si prefigge come obiettivo primario il sostegno delle economie dei paesi visitati, per ottenere ciò si utilizzano, per quanto possibile, servizi offerti da operatori locali selezionati, questo fa sì che la maggior parte dei proventi turistici rimanga sul posto.*

*Le comunità visitate sono protagoniste nella gestione del viaggio o di una parte di esso, nonché dirette beneficiarie dei risultati economici che ne derivano.*

### Proposta di viaggio di 15 giorni, in breve

1° giorno: Italia-Città del Guatemala  
2° giorno: Antigua Guatemala  
3° giorno: Panajachel-lago Atitlán  
4° giorno: Chichicastenango  
5° giorno: Lago Atitlán e dintorni  
6° giorno: Zacapulas  
7° giorno: Huehuetenango  
8° giorno: Quetzaltenango  
9° giorno: Quetzaltenango-San Andres Xelajul-Antigua Guatemala  
10° giorno: Quirigua-Rio Dulce  
11° giorno: Foresta del Petén-Flores  
12° giorno: Tikal

13° giorno: Tikal-Antigua Guatemala  
14° giorno: Antigua-Città del Guatemala  
15° giorno: arrivo in Italia

è un viaggio di



Il viaggio mira a far conoscere il Guatemala, paese dove l'antica cultura maya è riuscita a sopravvivere alla conquista spagnola ed alle successive forme di dominazione culturale, politica ed economica. Oltre a visitare Antigua, Chichicastenango, Tikal, i laghi e i vulcani del Guatemala, il viaggio offre l'opportunità di approfondire la storia recente del popolo Maya, la sua persecuzione, la resistenza ed ora l'opera di ricostruzione anche attraverso un modo nuovo di vedere il turismo. Il nostro obiettivo è quello di scoprire il

Guatemala dei movimenti popolari indigeni, delle comunità che, dopo anni di esilio in Messico, si stanno insediando nelle loro terre dell'altipiano.

*Ottobre fatto a pezzi in Guatemala, il tradimento dell'esercito fruttiero. Sopra il tuo petto reclinò la fronte il mio popolo angosciato, quando il sapor del cielo nella bocca si sciolse e una pioggia salubre c'inondò il volto...*  
(Miguel Ángel Asturias, Premio Nobel)



## Programma di Viaggio

### **1° GIORNO: ITALIA - CITTÀ DEL GUATEMALA**

Partenza dall'Italia per Città del Guatemala. Trasferimento dall'aeroporto di Città del Guatemala verso la città di Antigua Guatemala. Sistemazione in hotel e pernottamento.

### **2° GIORNO: ANTIGUA GUATEMALA**

Colazione in un ristorante particolare, rinomato non solo per il cibo ma anche per la bellezza e l'antichità del luogo. Potrete salire ad un punto panoramico da cui poter apprezzare l'urbanistica della città ed i suoi dintorni.

Antigua Guatemala è una città dal paesaggio splendido, delimitato da tre vulcani, e impreziosito da strade colorate da macchie di buganvillee e da edifici color pastello. In passato fu centro politico-amministrativo di tutta l'America centrale. Qui si possono ammirare numerose testimonianze dei maestosi edifici coloniali costruiti dagli Spagnoli tra il 17° e il 18° secolo, e sopravvissuti al catastrofico terremoto del 1773, in seguito al quale la capitale fu trasferita a Città del Guatemala. Vedrete il palazzo dei Capitani Generali (non è possibile entrare, trattandosi di uffici municipali) centro amministrativo dell'America centrale fino al 1773, il Municipio e la Plaza de las Armas. Visita della chiesa di San Felipe, icona religiosa della comunità cristiana guatemalteca, del museo della giada, pietra molto utilizzata dai Maya, della Casa Museo Cojom che ospita il Museo del Caffè e il Museo della Musica, dove potrete osservare strumenti precolombiani e avere l'occasione di conoscere il paese con strumenti audiovisivi.

Pernottamento ad Antigua Guatemala.

### **3° GIORNO: PANAJACHEL-LAGO ATITLÁN**

Trasferimento con mezzo privato a Panajachel, sul lago Atitlán, posto a circa 1500 metri e circondato da tre vulcani e da verdi colline. Lungo il tragitto visiterete il sito archeologico, Iximche, la prima città Maya, o Kachikel in guatemalteco. A metà strada soste a Tecpan Guatemala, la prima capitale del regno di Spagna, dove potrete passeggiare per il piccolo mercato e visitare la chiesa restaurata dai caratteri spagnoli. Ultima tappa, prima dell'arrivo a Panajachel, sarà Solola con la sua piazza centrale.

Pernottamento a Panajachel sul lago Atitlán.

### **4° GIORNO: CHICHICASTENANGO ( questa giornata verrà effettuata nei giorni di Giovedì e Domenica, quando si tiene il mercato )**

Partenza da Panajachel alla volta di Chichicastenango, città situata a 2071 m di altezza, importante centro commerciale dei Maya Quiché. Visiterete il famoso mercato del **giovedì e della domenica** che raduna i venditori di prodotti artigianali delle aree vicine e trasforma la città in un vero e proprio Bazar. Vi recherete nella chiesa di Santo Tomas, dove la domenica i capi dei villaggi circostanti offrono incenso e pregano in onore dell'antico calendario maya e dei loro antenati: un magnifico esempio del sincretismo religioso che lega il cattolicesimo alle tradizioni religiose Maya. Nel pomeriggio rientro ad Antigua Guatemala. Pernottamento ad Antigua.

### **5° GIORNO: LAGO ATITLÁN E DINTORNI**

Giornata dedicata alla scoperta di alcuni caratteristici villaggi sulle rive del lago.

I Maya veneravano le acque del lago, ancora oggi sono considerate sacre. Al mattino si potrà compiere un'escursione in lancia a San Marcos, all'arrivo sarete circondati da piccole piantagioni di caffè, alberi di avocado e banani che si fondono perfettamente con i piccoli alberghi che offrono trattamenti rilassanti e terapie olistiche (massaggi, yoga e sauna). Nel centro della piazza c'è uno splendido albero di amate. Osserverete come il popolo indigeno convive con i turisti stranieri in un luogo considerato di riposo.

San Pedro è completamente diverso, qui arrivano giovani da diverse mete nazionali e straniere, per rivivere il clima degli anni '60, quando turisti scalzi e con abiti leggeri, tatuaggi, orecchini, ecc. immersi nella quotidianità della popolazione locale, influenzarono i giovani del luogo che iniziarono a



## Programma di Viaggio

sperimentare le abitudini straniere. Gusterete un delizioso caffè e assaggerete il cacao di una famiglia che lo lavora artigianalmente.

Santiago Atitlán rappresenta la città più antica e grande dell'etnia Tzutujil, di cui apprezzerete i vestiti tradizionali. Vi recherete nella piazza centrale del villaggio di Panabaj, dove si trova il Parco della Pace (in memoria del massacro degli indigeni Tzutujil del villaggio ad opera dell'esercito del Guatemala). Conoscerete il culto di Maximon, un santo pagano di legno che la gente locale creò dopo l'arrivo degli spagnoli per uscire dalla situazione di difficoltà in cui vivevano. E infine visiterete la Chiesa di Santiago e anche qui vi accorgete del sincretismo fra la religione Maya Tzutujil e la religione cristiana cattolica. Nel pomeriggio, sosta a Panajachel.

Pernottamento a Panajachel.

### **6° GIORNO: ZACAPULAS**

Lascerete Panajachel alla volta di Zacapulas, piccola cittadina della regione del Quiche, da cui partono le strade per Ixil e Huehuetenango.

Inizialmente vi recherete a Nebaj per conoscere una comunità indigena molto colpita dalla repressione dell'esercito negli anni 80, e visiterete il villaggio di Chajul.

Tornerete quindi a Zacapulas per poi dirigersi verso Huehuetenango, passando per diversi villaggi situati nelle alture Cuchumatanes. Durante il percorso potrete sostare alle sorgenti del fiume San Juan. Sarà una giornata impegnativa con molte ore di tragitto, ma servirà per farvi un'idea della varietà delle comunità indigene che continuano a difendere la propria identità.

### **7° GIORNO: HUEHUETENANGO**

In mattinata raggiungerete un punto panoramico chiamato Diéguez Olaverri che si trova nei Cuchumatanes da dove potrete ammirare la città di Huehuetenango. I dintorni offrono un paesaggio caratteristico con piante di agave e greggi di pecore.

Giunti a Huehuetenango, capoluogo del dipartimento omonimo, visiterete il sito archeologico Zaculeu costruito dalla civiltà Maya, uno degli ultimi rifugi ad essere conquistato dagli spagnoli. Nel pomeriggio trasferimento a Quetzaltenango dove pernosterete.

### **8° GIORNO: QUETZALTENANGO**

Al mattino vi dirigerete verso il sito archeologico chiamato Tkalik Abaj, questo sito archeologico è un mix tra maya e Olmeca che in questa parte del paese ha raggiunto il suo massimo splendore.

Successivamente ritornerete a Quetzaltenango passando per Las Fuentes Georginas, una zona termale situata a 2.800 metri di altitudine.

Il tragitto al centro termale è bellissimo, pieno di coltivazioni di montagna e se non c'è nebbia potrete vedere il vulcano di Santa Maria.

### **9° GIORNO: QUETZALTENANGO-SAN ANDRES XEJUL-ANTIGUA GUATEMALA**

Partenza da Quetzaltenango verso il pueblo di San Andres Xejul.

Lascerete la zona di montagna per raggiungere la parte bassa del paese, situata a livello del mare, passando attraverso il "corridoio secco" del Guatemala, una zona pietrosa poco coltivabile. Questa parte si trova nella faglia geologica di Motagua, in cui scorre il fiume omonimo.

Sperimenterete il cambiamento radicale del paesaggio: dalla montagna, alla zona arida per giungere poi al clima tropicale dove ci sono grandi aziende agricole con allevamenti di bestiame e piantagioni di banane e melone. Qui la prevalenza della popolazione è ladina, non indigena. Rientro in serata ad Antigua Guatemala.

### **10° GIORNO: QUIRIGUA - RIO DULCE**

Partenza per Quirigua, il sito archeologico Maya di primaria importanza per la grande quantità di statue che vi sono state ritrovate, alcune delle quali sono considerate le più preziose del Mesoamerica. Fra queste sculture particolarmente impressionanti sono alcune steli, scolpite in



## Programma di Viaggio

*singoli blocchi di pietra, la più grande delle quali è alta 10 metri e pesa circa 60 tonnellate (la stele B, la più grande del periodo Maya giunta fino a noi). Oltre alle steli, nel sito sono presenti altari, sculture che decorano le facciate degli edifici e alcune rocce con elaborate sculture zoomorfe rappresentanti animali mitologici. Partirete alla volta del Rio Dulce, il fiume più ampio del paese che collega il lago di Izabal con il mar dei Caraibi nell' Atlantico. Potrete fare una passeggiata in un luogo naturale, ricco di sorgenti calde, chiamato Finca el Paraíso.  
Pernottamento a Rio Dulce.*

### **11° GIORNO: FORESTA DEL PETÉN-FLORES**

*Partenza verso la foresta del Petén, nel nord del Guatemala, dove incontrerete una cooperativa di ex guerriglieri guatemaltechi che testimonieranno la storia recente del Guatemala. I componenti della cooperativa, negli anni 80-90 (gli anni più duri della dittatura militare), si erano rifugiati nella foresta del Petén per sfuggire alla repressione dell'esercito. Dopo la fine della dittatura è iniziato il percorso di riappacificazione. Attraverso esperienze come questa cooperativa specializzata nel turismo, si tenta di costruire le basi democratiche del paese. Nel pomeriggio vi sposterete a Flores, sistemazione in hotel.*

### **12° GIORNO: TIKAL**

*Intera giornata dedicata alla visita del parco archeologico di Tikal, situato all'interno di una riserva naturale di 500 chilometri quadrati di foresta tropicale, ricca di animali come tucani, scimmie, fagiani, uccelli di diverse specie.  
Terminata la visita ci si sposterà verso Flores per il pernottamento.*

### **13° GIORNO: TIKAL-ANTIGUA GUATEMALA**

*Viaggio di rientro verso Antigua Guatemala con sosta durante il percorso. Arrivo in serata ad Antigua Guatemala e pernottamento.*

### **14° GIORNO: ANTIGUA-CITTÀ DEL GUATEMALA**

*Mattinata libera. Nel pomeriggio trasferimento in aeroporto e partenza per l'Italia.*

### **15° GIORNO: arrivo in Italia**

L'itinerario potrà subire variazioni riguardanti gli incontri e le attività in caso di momentanea indisponibilità delle comunità ospitanti o di variazioni delle condizioni sociali ed ambientali che si determinano nel momento in cui si effettua il viaggio.



## Quote di partecipazione

Il programma e le quote saranno comunque confermati prima dell'iscrizione definitiva al viaggio.

La partenza è garantita anche per un minimo di 2 sole persone ed i prezzi diminuiranno via via all'aumentare del numero di viaggiatori.

Quota calcolata su 2 viaggiatori: € 3.100 + volo aereo a persona

Quota calcolata su 3 viaggiatori: € 2.550 + volo aereo a persona

Quota calcolata su 4 viaggiatori: € 2.270+ volo aereo a persona

**Fondo personale da portare in loco:** €450 (per i pasti esclusi dalla quota pagata in agenzia)

**Costo voli aerei a partire da € 1.000 (tasse incluse)**

Il costo del volo aereo dipende dalla tariffa disponibile al momento della prenotazione ed è soggetto a riconferma al momento dell'emissione.

**Quotazione per la sistemazione in camera singola €200**

**I prezzi qui esposti sono stabiliti sulla base del cambio valutario: 1 eur = 1,05 usd**

Una variazione significativa del cambio comporterà un necessario adeguamento, come previsto dalle normative in materia.

**La quota comprende:**

- l'accompagnamento con guida locale parlante italiano
- Trasporto per tutto l'itinerario con mezzo privato
- Pernottamenti senza colazione
- ingressi a parchi, siti archeologici e musei come da programma
- assicurazione medico bagaglio e contro annullamento viaggio
- organizzazione tecnica

**La quota non comprende:**

- volo aereo a/r Italia-Città del Guatemala
- bevande
- **tutti i pasti compresa la colazione** (da pagare con il fondo personale stimato)
- mance, facchinaggio ed extra di carattere personale
- tutto quanto non specificato nella voce "La quota comprende"

**Nota:** La cifra stabilita prevede un certo tipo di vitto e alloggio e nel caso si desiderino delle sistemazioni diverse, il maggior valore sarà a carico del cliente.



## Informazioni utili

### **DOCUMENTI NECESSARI AL VIAGGIO:**

**Passaporto necessario con almeno 6 mesi di validità** (verificare che il documento sia in corso di validità)

**Vaccinazioni:** non ci sono vaccinazioni obbligatorie (vedi paragrafo "Norme sanitarie")

**Polizza assicurativa:** (vedi paragrafo dedicato)

Nel caso di minori o di viaggiatori con cittadinanza diversa da quella italiana, sarà premura del viaggiatore verificare le eventuali normative specifiche.

**NORME SANITARIE:** Si raccomanda di attenersi scrupolosamente a quelle che sono le direttive sanitarie in vigore al momento del viaggio. Sono consigliate solo quelle contro il tifo e l'epatite A e B; la profilassi antimalarica è consigliata soprattutto se si soggiorna nel Petén (Tikal).

**QUANDO PARTIRE:** I viaggi possono essere organizzati in qualunque periodo dell'anno, tuttavia il periodo migliore è fine ottobre inizio novembre.

Il Calendario delle partenze già confermate e dei gruppi in formazione è disponibile sul sito [www.planetviaggi.it](http://www.planetviaggi.it)

Il viaggio potrebbe poi essere "aperto" ad altri partecipanti, per viaggiare in compagnia e ridurre i costi!

**COME ARRIVARE:** Questo itinerario prevede Arrivo e Ripartenza Città del Guatemala

Planet Viaggi Responsabili fornisce il servizio di biglietteria aerea, essendo un operatore specializzato e con esperienza pluriennale nel settore.

Tuttavia il viaggiatore potrà valutare l'acquisto di eventuali biglietti anche in maniera autonoma.

In tal caso sarà responsabilità esclusiva del viaggiatore verificare la coerenza del biglietto con l'itinerario e con i voli di eventuali altri partecipanti, nonché la correttezza dei dati, le regole tariffarie e ogni altro elemento del biglietto.

Si pone attenzione sul fatto che, se il biglietto verrà acquistato direttamente dal viaggiatore, il relativo costo non potrà rientrare nella polizza contro annullamento del viaggio stipulata dall'operatore.

**ACCOMPAGNAMENTO:** Viaggio con coordinatore locale in lingua italiana. L'accompagnamento durante il viaggio è garantito durante tutti i giorni ed è per noi un elemento di fondamentale importanza perchè permette di conoscere e capire meglio la realtà e la cultura locale.

I nostri accompagnatori sono scelti accuratamente poichè rappresentano un forte valore aggiunto al viaggio. Durante l'itinerario, in taluni siti di particolare interesse storico, gli accompagnatori potranno essere supportati da guide specializzate.

**MEZZI DI TRASPORTO DURANTE IL VIAGGIO:** Trasporti interni privati, con autista a disposizione (autista e accompagnatore possono talvolta coincidere). I mezzi potranno essere diversi in base al numero di viaggiatori.

**ALLOGGI:** piccoli alberghi. La particolarità del viaggio richiede una certa capacità di adattamento di fronte ad alcune situazioni che possono prevedere la mancanza del bagno in camera o la sistemazione in camere comuni.

**PASTI:** al momento della prenotazione chiediamo di indicare eventuali intolleranze, allergie o necessità alimentari e di verificarne la possibilità con l'operatore.

**ASSICURAZIONI:** Iscrivendosi a questo viaggio, i partecipanti sono automaticamente coperti dalla polizza NOBIS TRAVEL.

Si tratta di una polizza medico-bagaglio e contro annullamento del viaggio da parte dell'assicurato.

Per maggiori dettagli si raccomanda di riferirsi ai testi completi di polizza disponibili in agenzia o sul sito [www.planetviaggi.it/it/assicurazioni](http://www.planetviaggi.it/it/assicurazioni)

Su richiesta sarà possibile valutare anche l'acquisto di polizze integrative con maggiori coperture.



## Informazioni generali sul paese

**CAPITALE:** Città del Guatemala

**CLIMA:** di tipo tropicale con variazioni dovute alle diverse altitudini.

Il periodo che va da marzo ad ottobre è caratterizzato da brevi rovesci pomeridiani.

In agosto la temperatura media sull'Altopiano durante il giorno è di 24° - 25°C (alla notte di 15° - 16°C) e 26°C nelle terre basse.

Nel Petén (parco di Tikal - Flores) e sulla costa caraibica, il clima ha caratteristiche tropicali: l'estate va da febbraio a maggio ed è secca e calda (30°C - 32°C con punte fino a 40°C). Tutto il resto dell'anno viene considerato inverno, con temperature intorno ai 25° - 28°C.

**VALUTA:** "Quetzal" (Q)

**LINGUA:** spagnolo (ufficiale) inglese (molto diffuso), circa 20 lingue e dialetti maya

**RELIGIONE:** cattolicesimo (ca. 60% della popolazione) e chiese evangeliche (ca. 40% della popolazione)

**FUSO ORARIO:** meno 7 ore quando in Italia vige l'ora solare, meno 8 ore quando vige l'ora legale.

**TELEFONI E COMUNICAZIONI:** buone le comunicazioni telefoniche e roaming con tutte le compagnie di telecomunicazioni presenti (Tigo, Claro e Movistar). Internet ampiamente diffuso.

Per chiamare l'Italia dal Guatemala occorre digitare 0039, il prefisso della città con lo zero e il numero dell'abbonato.

Per chiamare il Guatemala dall'Italia si deve comporre il prefisso internazionale (00) seguito dall'indicativo del Guatemala (502) e dal numero dell'abbonato che si apre con il prefisso della città.

**ATTREZZATURA E ABBIGLIAMENTO:** Ricordarsi di portare occhiali da sole, scarpe comode per le escursioni, impermeabile leggero, creme abbronzanti, repellenti per insetti, disinfettante intestinale e un cappello per il sole.



## Note importanti

*Si raccomanda di accertarsi di essere in possesso di tutti i **documenti necessari all'effettuazione del viaggio** (passaporto in corso di validità minima richiesta nei paesi visitati, eventuali visti, autorizzazioni e assicurazioni obbligatorie, altri documenti eventualmente richiesti per viaggiatori che non abbiano cittadinanza italiana o che siano minorenni).*

*Si raccomanda di attenersi alle regole ed agli eventuali divieti relativi alle **esportazioni** dal Paese visitato.*

*Si raccomanda durante il viaggio di attenersi scrupolosamente alle **disposizioni sanitarie** previste dalla destinazione scelta.*

*Per le **condizioni contrattuali** consultate il sito internet o richiedetele in agenzia.  
Le stesse condizioni sono depositate presso la Provincia di Verona all'ufficio del turismo.*

Organizzazione tecnica:  
**PLANET VIAGGI RESPONSABILI**  
Via Vasco de Gama 12a - VERONA  
Tel: 045 8342630 – 045 8948363  
E-mail:  
viaggiresponsabili@planetviaggi.it  
Skype:  
planet.viaggi.responsabili  
[www.planetviaggi.it](http://www.planetviaggi.it)



**planet**  
viaggiresponsabili