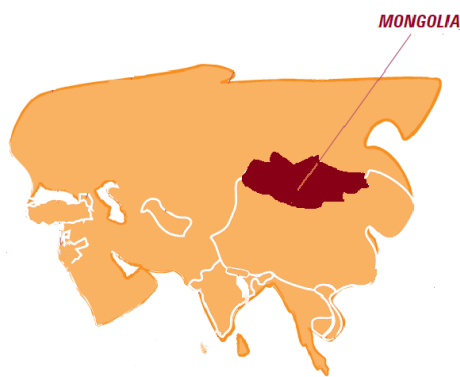


MONGOLIA

La cultura nomade nel Centro e Nord

Itinerario di 14 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

In particolare questo viaggio prevede:

- Visita monasteri buddisti
- Sorgenti termali di Tsenkher
- Flaming Cliffs (faraglioni fiammeggianti)
- Dune sabbiose di Khongor Els
- Deserto del Gobi
- Valle di Yol
- Incisioni rupestri di Khavtsgait
- Visita famiglia di pastori

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: partenza dall'Italia
- 2° giorno: Italia – Ulaanbaatar
- 3° giorno: Ulaanbaatar – Amarbayasgalant
- 4° giorno: Amarbayasgalant – Lago Ugii
- 5° giorno: Lago Ugii – sorgenti termali di Tsenkher
- 6° giorno: sorgenti termali di Tsenkher
- 7° giorno: Karakorum – Monastero di Erdene Zuu
- 8° giorno: Monastero di Erdene Zuu – Tempio di Ongi
- 9° giorno: Tempio di Ongi – Bayanzag, Flaming Cliffs
- 10° giorno: Bayanzag, Flaming Cliffs – Dune di Khongor
- 11° giorno: Dune di Khongor
- 12° giorno: Dune di Khongor – Yol Valley
- 13° giorno: escursione a Khavtsgait Petroglyphs e giornata nomade
- 14° giorno: volo Ulaanbaatar
- 15° giorno: Ulaanbaatar - Italia

è un viaggio di



Un incredibile viaggio in una nazione affascinante ed ancora sconosciuta, terra di religione e sciamanesimo, per conoscere la cultura dell'unica popolazione al mondo interamente nomade: i Mongoli. La Mongolia, grande 5 volte l'Italia, ospita solo 3 milioni di abitanti. Ne risulta la nazione a più bassa densità demografica del mondo, dalle genti fiere e riservate ma allo stesso tempo curiose e disposte all'apertura. Un paese dove il sacro si confonde con il profano, dove l'abilità non si misura solo con la forza e la si impara da piccoli. Accompagnati da guida locale che farà da interprete e da mediatore culturale visiteremo questa nazione cercando di assaporare i molteplici aspetti che essa offre.

Il viaggio inizia ad **Ulaanbaatar**, la capitale, e dopo un tour culturale della città ci dirigeremo verso il Monastero di **Amarbayasgalant** e al **lago Ugii**, nel mezzo della steppa mongola. Andremo alle **sorgenti termali di Tsenkher**, e poi nel piccolo paese di **Tsetserleg** per visitare il museo del monastero. Il viaggio continua con escursioni alle sorgenti termali, dove potremo rilassarci bagnandoci nell'acqua calda, escursioni a piedi e a cavallo, per poi dirigerci a **Karakorum**, dove visiteremo l'antico **monastero di Erdene-Zuu**, con le sue 108 stupa, e il Museo di Karakorum. Visiteremo poi il **Monastero di Ongi**, testimone storico della repressione politica degli anni '30, in cui i suoi templi vennero distrutti e i lama imprigionati. Ci sposteremo poi verso **Bayanzag**, attraversando i meravigliosi e vasti paesaggi mongoli, fino a raggiungere le **Flaming Cliffs** (scogliere fiammeggianti) nel deserto dei Gobi, dove potremo vedere fossili di dinosauri. Con la catena montuosa dei Gobi – Altai, ci sposteremo poi verso le **Singing Sands**, le Dune che cantano, e la **Valle di Yol**, dove visiteremo il Museo di Storia Naturale, prima di fare una passeggiata per scoprire le bellezze naturali dell'area. Vedremo poi le iscrizioni rupestri di **Khavtsgait** dell'Età del Bronzo (4.000 – 3.000 a.C.), e avremo l'occasione di entrare in contatto con una famiglia di pastori, da cui potremo capire di più sullo stile di vita della gente che vive nelle immense terre desolate della Mongolia, osservandoli nelle loro attività quotidiane e gustando diversi prodotti tipici locali.

"Un viaggio di mille miglia deve cominciare con un solo passo" (Lao Tzu)

Programma di Viaggio

1° GIORNO: partenza dall'Italia

2° GIORNO: Italia – Ulaanbaatar

Arrivo a Ulaanbaatar. Incontro con la guida, trasferimento e check-in in hotel.

Dopo un breve riposo e il pranzo al ristorante, cominceremo a fare conoscenza con la città e con il popolo mongolo. Vedremo la grande **piazza Gengis Khan** (ex Sukhbaatar), passeremo lungo il vivacissimo **Viale della Pace** e arriveremo a **Gandan**, il monastero più importante della città e uno dei luoghi più incantevoli e spirituali della Mongolia.

Visita al museo Storia nazionale della Mongolia.

Pernottamento in hotel.

3° - 4° GIORNO: Amarbayasgalant

Partenza in jeep per il monastero più bello della Mongolia, Amarbayasgalant (360km).

Il monastero è stato istituito nel 1736 dall'imperatore, Enkh-Amgalan Khan di dinastia Manchu, per custodire e dare rispetto al primo Bogd (il titolo più alto di buddhismo in Mongolia) Zanabazar e celebrare la sua saggezza. Pernottamento in gher camp*.

Il mattino dopo visita del tempio. Trekking in zona.

Pernottamento in gher camp.

5° GIORNO: Uran togoo

Partenza per Uran togoo (230 km), un vulcano spento della montagna Uran Uul.

Questo è lungo viaggio attraverso le montagne della catena del Khangai.

Si attraverseranno valli e montagne ricche di foreste e fiumi.

Pernottamento in gher familiare.

6° - 7° GIORNO: Moron—lago Khuvsgul

Partenza per Moron, il capoluogo della provincia Khuvsgul (250 km).



Proseguimento per il lago **KHUVSGUL** (100km di distanza), un immenso e profondo lago che copre un'area di 2.612 kmq. Si estende per 134 km da nord a sud ed è largo 39 km. Il Khuvsgul è il lago più profondo dell'Asia centrale, con una profondità massima di 262 metri. Le sue acque, limpide e cristalline, sono incorniciate da montagne innevate e fitte foreste.

In maggio e in settembre è possibile incontrare il "popolo delle renne" che trascorre l'inverno lungo le rive del lago. Successivamente visita ad una famiglia locale di nomadi.

Possibilità di escursioni a cavallo o in barca. Pernottamento in gher.

8° GIORNO: lago Zuun Nuur

Partenza per il lago Zuun nuur passando Moron (235 km).

Questo viaggio vi permetterà di vedere delle meravigliose valli verde. Pernottamento in campo gher.

Programma di Viaggio

9° GIORNO:

Partenza per il **Khorgo Uul** (200 km), un vulcano spento che si trova a est del lago **Terkhiin Tsagaan Nuur**, Il cratere è largo 200 metri e profondo 100.

Il **Terkhiin Tsagaan Nuur** è un lago di sorprendente bellezza con acque limpide e cristalline. I torrenti di lava provenienti dal vulcano **Khorgo** hanno bloccato il fiume **Terkh** sia a nord sia a sud, formando così il lago **Terkhiin Tsagaan Nuur** a un'altitudine di 2.060 metri sul livello del mare. Il lago è largo 16 km, profondo da 4 a 10 metri e lungo più di 20 km. Pernottamento in gher familiare



10° GIORNO: Taikhar Chuluu 170 km



Partenza verso **Taikhar Rock** (170km), è una formazione rocciosa alta più di 18 m.

L'area intorno alla formazione ospita antichi petroglifi e dipinti.

Condividerete per un giorno la vita dei nomadi. Assaggerete i prodotti locali a base di latte e vedrete la preparazione, che da millenni si ripete sempre uguale, della bevanda fatta con il latte di giumenta fermentato: l'**Airag**. Trekking e cavalcate nella steppa.

Il viaggio prosegue con la cittadina di **TSETSERLEG**, 50 km, centro amministrativo della provincia di **Arkhangai**. Il suo nome significa "giardino". Noterete infatti che all'in-

gresso c'è un viale alberato, cosa molto rara in Mongolia!

Qui potrete visitare il mercato locale e il monastero **Zayan Gegeeni**, posto ai piedi di una montagna, in posizione sopraelevata rispetto alla città.

La costruzione originaria risale al 1586, e i lavori di ampliamento sono proseguiti fino al 1679, tanto che era arrivato ad ospitare 1000 monaci. L'architettura dei templi segue il tradizionale stile tibetano, e all'interno sono stati ora adibiti a musei, con una ricca raccolta di oggetti tipici della vita quotidiana nomade.

Molto interessanti la sala dei "giochi di società" e quella degli strumenti musicali.

Pernottamento in campo gher.

11° GIORNO: KARAKORUM

Proseguimento per **Karakorum** (circa 120 km)

Come carovanieri sulla via della seta, si prende la streda verso **KARAKORUM**, l'antica capitale del più grande regno mai conosciuto.

Costruita su ordine di **Gengis Khan**, **Karakorum** è stata il centro del mondo fino al XIII secolo, e oggi restano alcune memorie ma soprattutto un'atmosfera evocativa senza pari. Nel XVI secolo, sulle rovine della città, venne eretto l'**Erdene-Zuu** (mille tesori), il primo grande monastero buddhista della Mongolia, ancora oggi attivo riferimento spirituale. È circondato da un muro a pianta quadrata di 1.680 m (420 per lato) con 108 stupa originali a fare da guardia lungo tutto il perimetro. Nel 1792 ospitava 62 templi e diecimila lama. Durante il periodo comunista il luogo è stato gravemente danneggiato ma restano intatti alcuni templi e reliquie d'epoca. Alla mattina i fedeli vengono richiamati con il suono delle conchiglie e anche noi assisteremo, con grande rispetto, alle funzioni religiose la-



Programma di Viaggio

maiste, con tanti monaci bambini a recitare mantra. Pernottamento in campo gher.

12° GIORNO

*Partenza per le dune di sabbia **Elsen tasarkhai** (letteralmente "striscia di sabbia" nelle steppe). Ma soprattutto raggiungere e visitare gli antichi templi di **Uvgun** e **Erdenekhamba**, distanti un'ora di passeggiata a piedi, molto rilevanti nella storia e nella cultura mongola. Del monastero di Uvgun (letteralmente "nonno, anziano", costruito nell'IX secolo dal monaco lkhambaldorj dopo essere sfuggito alla persecuzione del re tibetano ateo Lkhandarma) oggi si possono ammirare gli antichi resti e 13 templi. Nel XVII secolo il monaco mongolo Erdenetsorj costruì un altro tempio riservato ai "berretti rossi", scuola tibetana avversa a quella tradizionale dei berretti gialli. Il monastero subì devastazioni, prima nel 1688 durante la guerra tra Khalkha e Oirati, con l'uccisione di tutti i monaci e poi, una volta trasferito il monastero, nel 1937 il regime comunista devastò di nuovo i monasteri sterminando i lama. Nel 1992 i templi sono stati restaurati e oggi sono visitabili. Pernottamento in campo gher.*

13° GIORNO

*Partenza per **ULAANBAATAR**, 280 km dove potremo riposarci, fare shopping e alle 18.00, assistere a un concerto di musica tradizionale di uno dei gruppi più importanti della Mongolia. Pernottamento in hotel.*

14° GIORNO: Ulaanbaatar - Italia

Dopo colazione, partenza da Ulaanbaatar con volo di linea.

**Gher Camp: si tratta di campi turistici attrezzati, con bagni, doccia calda, lenzuola pulite e ristorante. Si ispirano all'abitazione tradizionale mongola, fatta in tende di feltro.*

***Gher familiari: si tratta di famiglie che vivono in gher (tenda in feltro, abitazione tradizionale dei popoli nomadi della Mongolia) e che, avendo delle gher in più (solitamente 4 o 5), le mettono a disposizione dei viaggiatori. Qui è necessario avere un sacco a pelo (oppure avvisarci in anticipo, in modo che ve lo facciamo procurare).*

Manca l'acqua corrente ed il bagno non c'è... quindi bisogna arrangiarsi "en plain air" ...

I pasti vengono preparati dagli accompagnatori.

Il programma potrebbe subire variazioni sia in fase di progettazione che durante lo svolgimento dell'itinerario, in ottemperanza alle regolamentazioni anti-Covid 19. Inoltre 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

Quota calcolata su 4–8 viaggiatori: € 2120 + volo aereo a persona

Costo voli aerei a partire da € 1000 (tasse incluse)

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

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:

- Tutti i trasferimenti come da programma, inclusi i costi per autista e benzina
- Pernottamenti come da programma
- Tutti i pasti menzionati nell'itinerario
- Accompagnatore locale in lingua inglese
- Ingressi nei musei, monasteri, parchi indicati nel programma
- Assicurazione medico-bagaglio (massimale medico € 50.000)
- Assicurazione contro annullamento del viaggio

La quota non comprende:

- Volo internazionale
- Bevande
- Mance, facchinaggi, esigenze individuali ed eventuali escursioni facoltative
- Eventuale supplemento singola (facoltativo) - presso le famiglie non sarà in nessun caso possibile prevedere una soluzione individuale
- Escursioni facoltative a dorso di cavallo e cammello (circa 6-7 usd a persona, all'ora)
- Tutto quanto non menzionato 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 : con validità residua di almeno sei mesi

VISTO CONSOLARE: non necessario per soggiorni inferiori ai 30 giorni (per cittadini italiani)

Vaccinazioni: non ci sono vaccinazioni obbligatorie per l'entrata (vedi paragrafo "Norme sanitarie"). Consigliata la vaccinazione contro l'epatite A.

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.

SITUAZIONE SANITARIA: la qualità del servizio sanitario in Mongolia è bassa, specialmente fuori Ulaanbaatar, ed è raro trovare degli ospedali al di fuori della capitale. Evitare il consumo di prodotti alimentari crudi o poco cotti, soprattutto pollame ed uova. Lavarsi frequentemente le mani con sapone disinfettante in particolare se si è in contatto con animali. Portare farmaci di primo soccorso.

QUANDO PARTIRE: I viaggi possono essere organizzati in qualunque periodo dell'anno, tuttavia il periodo migliore va da maggio a ottobre.

Il Calendario delle partenze già confermate e dei gruppi in formazione è disponibile sul sito www.planetviaggi.it

A partire da un minimo di 2 viaggiatori le partenze sono garantite in qualunque periodo, ad hoc.

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 da Ulaanbaatar.

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: L'itinerario prevede la presenza di diversi accompagnatori nelle varie tappe del viaggio. 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.

TRASPORTI: : la rete viaria interna al Paese non è molto sviluppata: la Mongolia possiede circa 1.800 Km di ferrovie e meno di 2000 Km di strade asfaltate.

Vi sposterete in un minivan 4x4. Le piste mongole sono a volte molto rovinata dal "toule ondulée" (il fondo sconnesso delle piste caratterizzato da piccoli dossi alti all'incirca 20 cm e poco distanti tra loro) perciò il viaggio potrà risultare un po' faticoso.

ALLOGGI: in gher camps / gher familiari

Gher Camp: si tratta di campi turistici attrezzati, con bagni, doccia calda, lenzuola pulite e ristorante.

Si ispirano all'abitazione tradizionale mongola, fatta in tende di feltro.

Gher familiari: si tratta di famiglie che vivono in gher (tenda in feltro, abitazione tradizionale dei popoli



nomadi della Mongolia) e che, avendo delle gher in più (solitamente 4 o 5), le mettono a disposizione dei viaggiatori. Qui è necessario avere un sacco a pelo (oppure avvisarci in anticipo, in modo che ve lo facciamo procurare).

Manca l'acqua corrente ed il bagno non c'è... quindi bisogna arrangiarsi "en plain air" ...
E' richiesto ai partecipanti di portare in viaggio un sacco a pelo (per le notti presso le famiglie).

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 Nr.6003000649/J della compagnia di assicurazioni NOBIS TRAVEL.

Si tratta di una polizza medico-bagaglio e contro annullamento del viaggio da parte dell'assicurato (anche in caso di infezione da Covid-19).

Per maggiori dettagli si raccomanda di riferirsi ai testi completi di polizza disponibili in agenzia o sul sito www.planetviaggi.it/it/assicurazioni

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

Informazioni generali sul paese

CAPITALE: Ulanbaatar

CLIMA: il freddo e il vento sono i veri padroni della Mongolia per sette mesi l'anno. Le temperature scendono fino a 40 gradi sottozero nella capitale e a -60 nella taiga. Gli effetti più devastanti si manifestano con lo *zud*, il fenomeno che permea di ghiaccio il terreno impedendo alle mandrie di pascolare: ogni anno si registrano milioni di morti tra bovini e ovini, la principale fonte di sostentamento dell'economia mongola. Le condizioni meteorologiche impediscono per diversi mesi l'anno gli spostamenti e anche i soccorsi alle popolazioni colpite. Da giugno ad agosto esplose un'estate gradevolissima, con clima asciutto e salubre e fino a 25-30 gradi sopra lo zero. Anche in questa stagione breve il vento è protagonista: quello fresco del nord e quello tiepido dal Gobi. Vi abituerete a essere sospinti da minuscoli e improvvisi tornado di polvere. I mesi di luglio e agosto sono anche quelli più piovosi: frequenti acquazzoni si abbattono sulla steppa, rendendo le piste talvolta disagiati.

VALUTA: : La valuta ufficiale mongola è il *togrog* (il cui simbolo è T, Tg o MnT).

Non è consentito uscire dal Paese con una somma superiore a quella dichiarata in entrata.

Il dollaro statunitense e l'Euro sono le valute straniere preferite, accettate nella capitale anche per piccole transazioni commerciali. Le carte di credito hanno una diffusione molto limitata (grandi alberghi e alcuni ristoranti e negozi), mentre sono quasi del tutto sconosciute al di fuori della capitale.

LINGUA: mongolo. I più giovani, soprattutto quelli della capitale, parlano inglese, o almeno ci provano, mentre le generazioni più vecchie conoscono solo il russo perché era la lingua che si insegnava a scuola fino a una quindicina di anni fa. Molti sono i Mongoli che studiano il giapponese e qualcuno parla addirittura l'italiano.

RELIGIONE: buddismo e sciamanesimo siberiano, due affascinanti culture religiose che caratterizzano la vita sociale dei Mongoli.

FUSO ORARIO: : 7 ore avanti rispetto all'Italia, 6 durante l'ora legale.

CUCINA: il clima ha influenzato la cucina mongola, in particolare è basata sugli elementi base della dieta nomade: carne e latte. La superficie coltivabile è limitata, sia per la conformazione fisica della Mongolia sia per le condizioni climatiche.

ATTREZZATURA E ABBIGLIAMENTO: è doveroso rispettare le usanze locali in fatto di vestiario, soprattutto nei siti religiosi; per esempio, bisogna ricordarsi di togliersi le scarpe per entrare nei templi e indossare abiti adeguati. Si suggerisce un abbigliamento comodo e pratico, leggero, sportivo senza dimenticare qualche capo più pesante (a seconda dei luoghi visitati e delle stagioni) e un impermeabile leggero.

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

