



Viaje a India

febrero 2020





¡Hola! Este viaje está pensado para ofrecerte la oportunidad de hacer una experiencia personal en India, país lleno de contrastes, en el que la diversidad es lo más notorio. Diversas culturas, religiones, climas, situaciones sociales y económicas coexisten en una caótica armonía. Esto desafía muchos de nuestros conceptos y creencias. Con espíritu abierto podrás vivir un viaje que será un antes y un después en tu vida.

Llegaremos a New Delhi, capital ubicada en el centro del país, conoceremos el icónico Taj Mahal, monumento al amor, Volaremos al Sur, a la costa del mar Árabe: playas y paisajes tropicales. Iremos hacia el norte a una aldea al pie de los Himalayas atravesada por el sagrado río Ganges y más al Norte aún a conocer la tradición Tibetana

A continuación va la información detallada y el programa día a día de nuestro viaje.

El cupo es limitado. El primer paso para realizar la reserva es completar un formulario de inscripción, y el lugar se asegura mediante una seña.

Para l@s viajero@s que van sol@s, nos ocuparemos de ubicarlos con otr@s compañer@s, en base a compatibilidades y características en común, que se consultarán en la ficha de inscripción (poner todo lo que consideren relevante).

A medida que se vaya conformando el grupo haremos reuniones para conocernos e ir sintonizando la energía grupal, con l@s del interior nos podremos vincular vía Skype o whatsapp

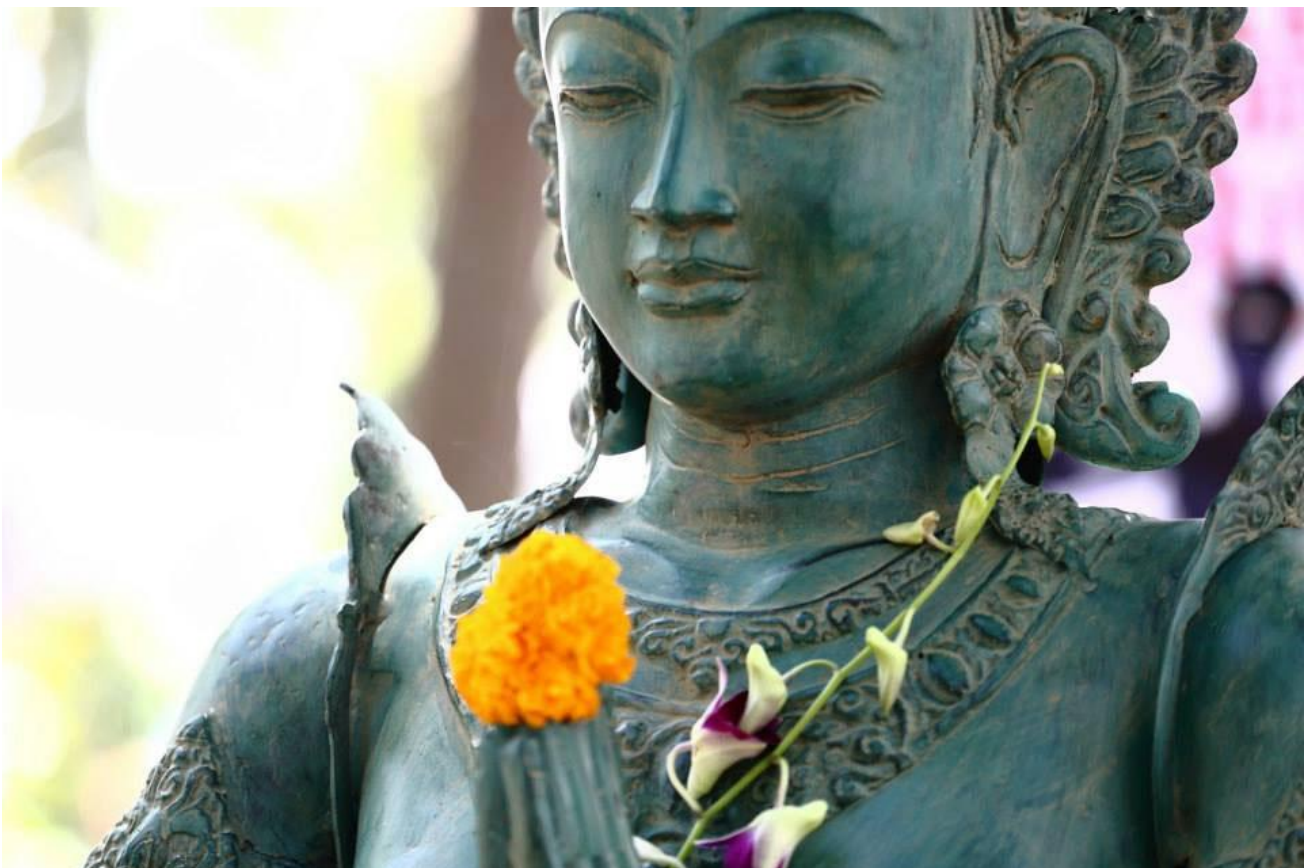
No dudes en escribirme o llamarme para encontrarnos y compartir experiencias relacionadas con esta propuesta.



Información del Viaje

Vuelo Internacional Ethiopian Airlines
Salida de Ezeiza a Delhi vía Addis Adhebbba 31/1
Regreso 24/2

Permite 2 valijas de 23 kg
Viaje en grupo tarifa pre-acordado para el grupo



Día a día en India

Día 1: Llegada a Delhi

Alojamiento – Descanso. Visita al templo Akshardam, dedicado al Dios Vishnu recorriendo sus salas y jardines
Cena en el hotel

Día 2: Recorrida por Old Delhi

Visitaremos Jama Masjid, la antigua Mezquita centro de culto de los musulmanes, recorreremos las calles de Old Delhi en rikshaw, sus callejuelas y su famoso mercado Chandni Chowk
Visita a monumentos importantes de la ciudad, construidos durante la época británica, y el Gurdwara Sahib, Templo Sikh de New Delhi
Compartiremos el almuerzo que se ofrece diariamente en el lugar para todo quien se acerque
Para finalizar visitaremos el Templo Lakshminarayan, templo hindú dedicado a la Diosa Lakshmi, símbolo de la prosperidad
Salida en tren nocturno 1ºclase hacia Orchha

Día 3: Khajurao

Llegada temprano a Khajurao, pequeña localidad en la que se encuentra un complejo arqueológico de templos labrados con figuras eróticas del Kamasutra. Los templos se construyeron entre el año 950 y el 1050 . Toda la zona está amurallada, con ocho puertas que permiten la entrada al recinto.
Originalmente habían unos 80 templos de los que quedan 22 que lograron sobrevivir a la destrucción del imperio mogol y quedaron ocultos por la vegetación. Toda la zona ocupa un área total de 21 km².
Desayuno y descanso en el hotel, por la tarde visita a los templos

Día 4: Khajurao- Orchha -Agra

salida en auto/bus a Orchha después del desayuno, visita a los templos y mercado de esta pequeña ciudad a orilla del río Alorzar
Por la tarde viaje en tren a Agra, antigua capital de la India.
Cena y noche en el hotel

Día 5: Taj Mahal- Fuerte Rojo

Visita al famoso Taj mahal al amanecer, una de las maravillas del mundo, bellissimo mausoleo dedicado por el sultán a la memoria de su esposa
Vuelta al hotel, desayuno y salida a visitrs y Fuerte Rojo y regreso a Delhi

Día 6: Salida a Haridwar en tren- Rishikesh

Llegada a Rishikesh – Alojamiento.-
Rishikesh es un pueblito ubicado en las estribaciones de los Himalayas a orillas del Ganges. Meca de estudiantes de yoga y buscadores espirituales, en sus callejuelas veremos templos, ashrams, escuelas de yoga, tiendas. Nos cruzaremos con sadhus (renunciantes), vacas, monos y gente de todo el mundo disfrutando del lugar.
Ceremonia del Aarti en a orillas del Ganges frente al Asram Parmath Niketan

Día 7, 8 y 9: Rishikesh

Mañanas libres para pasear por la aldea, actividades opcionales: clases de yoga, rafting, satsang
Por la tarde día 7: Travesía de montaña
Visita a las cuevas de Vasista, uno de los Sabta Rishis(siete sabios) que vivió y pasó años de meditación en este lugar a orillas del Ganges
Por la tarde día 8: visita al Asram donde estuvieron los Beatles en los 60

Día 10: vuelta a Delhi

Llegada en tren
Paseo por Conaught Place - Gandhi smriti-
Lodhi Garden

Día 11: vuelo al Sur de India – llegada a Amritapuri- Ashram de Amma

Un Ashram es una comunidad espiritual que se forma alrededor de un Guru o maestro.

En este caso, alrededor de Amma, Mata Amritanandamayi Devi, conocida como la Santa de los abrazos. En la pequeña aldea donde ella nació, entre el mar Árabe y los backwaters, conviven hoy devotos de India y de todo el mundo llevando adelante las distintas actividades y obra humanitaria que Amma impulsa. Hay hospital, orfanato, escuela, universidad, proyectos de cultivo y de reciclado, imprenta, fabricación de preparados ayurvédicos Encontraremos viajeros que pasan temporadas o algunos días compartiendo la vida del Ashram. La rutina diaria es libre, el único compromiso es participar durante un par de horas en alguna de las actividades como servicio. No podemos asegurar la presencia de Amma en esa fecha. Parte de su misión es ir recorriendo el mundo, visitando países en todos los continentes. La agenda se va armando con pocos meses de anticipación.

Más allá de su presencia física, estar allí nos permitirá experimentar su amor y compasión. Si está presente recibiremos darshan, su abrazo.

Días 12 y 13: Actividades libres en el Ashram

Yoga, meditación en la playa, seva (servicio), plegarias y cantos en el templo, caminatas por las aldeas vecinas. Visita a la universidad y al hospital universitario Ayurvédico

Día 14: Kovallam - Llegada al Spa Llegada a Manaltheeram Ayurvedic Resort

Alojamiento y diagnóstico de cada viajero para establecer dieta y tratamiento de masajes adaptados al dosha (tipología según el ayurveda) Primera sesión de masajes- Cena- música de la India

Día 15 y 16:

Yoga- Meditación- Playa- Masajes en un entorno de playa y palmeras.

Día 17: vuelta a Delhi desde Trivardrum

Descanso, compras y cena en el hotel

Día 18: Dharmsala - Mcleod Ganj
llegada a Mcleod Ganj - Alojamiento caminata por este simpático pueblo de montaña, lleno de pequeñas tiendas y mercados de los budistas tibetanos

Día 19

Visitaremos el Templo Tsuglagkhang Temple ,la residencia del Dalai Lama, máxima autoridad del budismo Tibetano, y figura emblemática
Por la tarde caminata en la montaña hasta una cascada

Día 20: Norbulingka Institute of Arts - Namygal Monastery- Iglesia St.John in the Widerness-

Iremos a un Monasterio donde se educan los monjes desde su infancia, y a su templo Conoceremos el Instituto Norbulingka, lugar donde se preservan las artes tradicionales. Cuenta con un pequeño museo con maquetas que representan la historia, costumbres y cultura de Tibet

Día 21

Regreso a Delhi en avión - descanso y cena en el hotel

Día 22

Día libre para últimas compras y preparativos
Traslado al aeropuerto para partida a Buenos Aires



Hoteles Seleccionados

La agencia podrá hacer cambio de hotel en caso de ser necesario pero siempre mantendremos el nivel hotelero contratado. En caso de solicitarlo se hará un recargo por habitación single.

Hotel Radisson Blu Plaza – New Delhi

<https://www.radissonblu.com/en/hotel-newdelhi>

Hotel Vasundahra Palace – Rishikesh

<http://www.hotelvasundharapalace.com>

Manaltheeram Ayurvedic Resort - Kerala

<http://www.manaltheeram.com>

Pride Surya Hotel - Mcleod Ganj

<http://www.pridehotel.com/dharamshala/pride-hotel-dharamshala/reach/>

Valor Total usd 5500

Se puede pagar en pesos al cambio del dólar del día.

1° pago: U\$S 1000.- como reserva

[+info para inscripción](#)

Incluye

Vuelo Internacional Ethiopian Airlines

Aéreos internos mencionados en el itinerario

Hotel 5 estrellas con media pensión en Delhi y Agra y hotel 4 estrellas en Khajuraho, Rishikesh y McLeod Gang

Habitación doble

Todas las comidas y alojamiento en el Ashram

Pensión completa en el resort, masajes y clases de yoga

Guías locales

Coordinadora del grupo desde la llegada a India hasta la partida

No incluye

Asistencia al viajero (obligatorio)

Almuerzos o comidas no detalladas en el itinerario

Bebidas

Propinas a los guías, conductores y maleteros

Actividades opcionales en Rishikesh (clases, rafting)



Requisitos para ingresar a India

Visado a India

Se puede sacar la visa online o presencial

Para la e-visa <https://indianvisaonline.gov.in/visa/tvoa.html>

El proceso de trámite del visado personal demora 10 días hábiles aproximadamente

Trámite personal.

1. Formulario de visa que se completa por internet ingresando en esta página:
<http://indianvisaonline.gov.in>
2. Es necesario traer el formulario impreso. No hace falta subir la foto (si traerla junto al formulario).
3. Pasaporte con una validez mínima de 6 meses

4. Dos fotografías color 5,08 X 5,08 recientes. Una foto debe pegarse en el formulario, y la otra se entregará en la entrevista.

5. Certificado internacional de vacunación contra la fiebre amarilla

Embajada de India Av. Eduardo Madero 942 Ciudad de Buenos Aires
Dirección de Sanidad de Fronteras Av. Ingeniero Huergo 690, Ciudad de Buenos Aires Tel: 4343-1190 / 4334-1875 Horario: De lunes a viernes lunes de 10 a 15hs

Para tener en cuenta

Qué llevar

Ropa cómoda y liviana (en el sur, clima tropical aún en invierno)
Ropa de abrigo para Delhi , Rishikesh y Dharamsala
Calzado liviano y cómodo para caminar
Sandalias/ojotas

Protector solar

Sombrero para protegerse del sol

Botiquín básico de uso personal (incluir pastillas de carbón, buscapina etc.)

Alcohol en gel

Malla (alguna versión discreta tanto hombres como mujeres)

Copia del pasaporte (para dejar en el hotel)

Adaptador para enchufes (en India son redondos)



Sugerencias

Tomar siempre agua envasada.

No comer alimentos vendidos en la calle.

Viajar con poco equipaje para darle espacio a las cosas lindas que seguramente querrás traer.

Es importante respetar las costumbres del lugar, sobre todo para sentirte cómodo/a en el ámbito. Por ejemplo las musculosas, short y/o minifaldas no están aconsejados. Para ingresar a templos y lugares sagrados es necesario cubrirse la cabeza y entrar descalzo.

A l@s viajero@s del interior les sugerimos llegar un día antes a Buenos Aires para prevenir problemas en los vuelos de cabotaje, y no agregar stress a la partida.



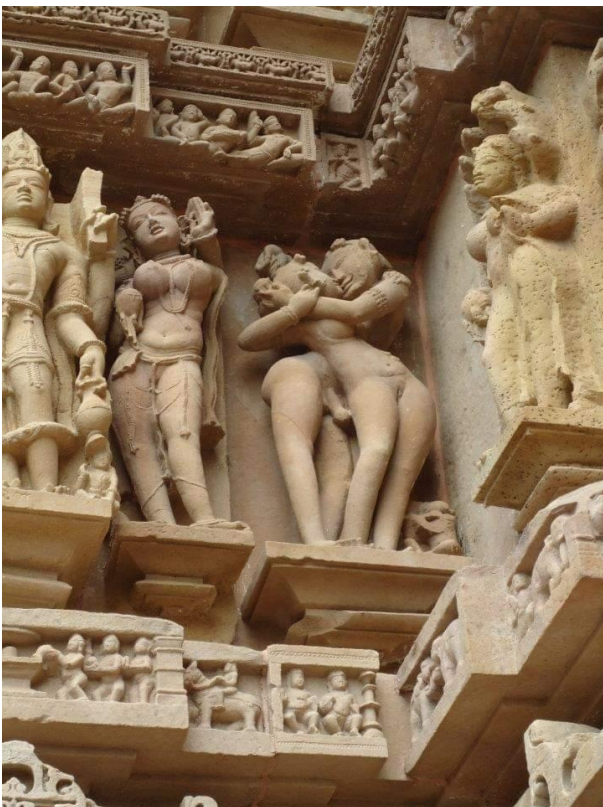
Observaciones

El viaje a India requiere una mente abierta a la experimentación y a la aventura.

Más allá de la organización y previsión pueden surgir un sinnúmero de variables que atenten a la planificación comprometida (cambio de horarios en los vuelos internos, corte de alguna ruta, cambio de medio de movilidad por cuestiones climáticas...)

Con flexibilidad y buen humor todo escollo puede saltarse, contamos con ello y con la buena disposición de la agencia de viajes, la organizadora y el grupo. Haremos reuniones previas para conocernos y tratar de comenzar a gestar el espíritu del grupo desde aquí.

Toda inquietud personal será conversada individualmente para lograr disipar dudas y abrirnos a vivir un viaje maravilloso



Contacto

Alicia Frenkel

aliciafrenkel@yahoo.com.ar

(54 11) 15 5596-2431



Acerca de Alicia

Mi nombre es Alicia Lea Frenkel.

Para describirme puedo encontrar como hilo conductor en mi vida el interés por el trabajo corporal, la búsqueda espiritual, y la vocación de compartirla con otros

Estudié danza, sistema consciente de trabajo corporal "Fedora Aberastrury", Tai chi y hace muchos años que practico y enseño Yoga. Sigo formándome en Ayurveda y Yoga Terapia, y danzando como forma de meditación en movimiento y encuentro en comunidad

Soy maestra y trabajé en escuelas rurales en el Sur de Argentina, luego me aboqué a la pedagogía Waldorf, como madre y como docente en la escuela Clara de Asís de Ing. Maschwitz.

Hace 15 años abrí un centro dedicado al desarrollo personal a través de las terapias corporales "Áurea" www.aureacenter.com.ar En mi camino espiritual hace unos años llegó a mí un video sobre Amma y su trabajo humanitario y eso activó las ganas de conocer India.

Viaje ya 8 veces fascinada por ese país y su gente. Recién en mi 3° viaje llegué al Ashram en Amritapuri y estar ante la presencia de Amma le dio sentido a esa peregrinación. Acompañar viajar@s con ganas de descubrir y descubrirse es una nueva vocación que se ha despertado, acompañada por los amigos de Traditional India Tours: Maanu Schukla; y de Neptuno Viajes: Marcelo Marchetti, que le aportan a este impulso su experiencia y estructura.

Ya 5 grupos han compartido y disfrutado este itinerario

Pueden ver más imágenes de viajes anteriores aquí

<http://aureacenter.com.ar/viajes/>

Organizan

Áurea

Armonía y bienestar consciente
www.aureacenter.com.ar



www.traditionalindiatours.com
AGENCIA AUTORIZADA



www.neptuno.tur.com