



Openeyes

Viaje India

2020

Turismo Responsable Bienestar



BIENESTAR - ESPECIAL DHARAMSHALA – 16 DIAS

16 días en Delhi, Jaipur, Agra, Amritsar, Dharamshala y Rishikesh

16 al 31 agosto

Grupos reducidos 10 - 14 personas

OPEN EYES - QUIÉNES SOMOS

Open Eyes Project es una empresa social que organiza viajes responsables a la India. Desde el 2011, trabajamos para que puedas conocer el país de una forma excepcional. Escogemos rutas con encanto, preferimos alojamientos del país, pequeños hoteles boutique o casas tradicionales.

Nuestro estilo de viaje tiene un valor diferencial: La sostenibilidad. Son viajes creativos que contribuyen a mejorar el **desarrollo sostenible de la India**.

Esto aumenta la calidad de nuestros viajes para que tengas una experiencia autentica y cercana.

Nuestros viajes fomentan la **economía local**, **promueven un turismo más inclusivo**, favorecen la **protección medio ambiental/animal y preservan la cultura** y la diversidad local del país. Nunca perdemos la esencia de viajar y dejamos entrever otra manera de ver el mundo despertando la curiosidad de cada persona.



Hay muchas maneras de viajar, la de Open Eyes consiste no en pasar por un lugar, sino en que éste pase por ti.



VIAJE SOSTENIBLE BIENESTAR

Te explicamos en qué consiste esta ruta:



Durante 16 días haremos yoga en la falda de los Himalayas, nos formaremos en terapias alternativas, conoceremos los masajes Ayurveda y ahondaremos en la filosofía tradicional mientras visitamos antiguos palacios de 'maharajas'.



Viajaras a la India de una manera especial y diferente.



Te introducirás en las tres religiones más fascinantes de este país: el hinduismo, el sijismo y el budismo.



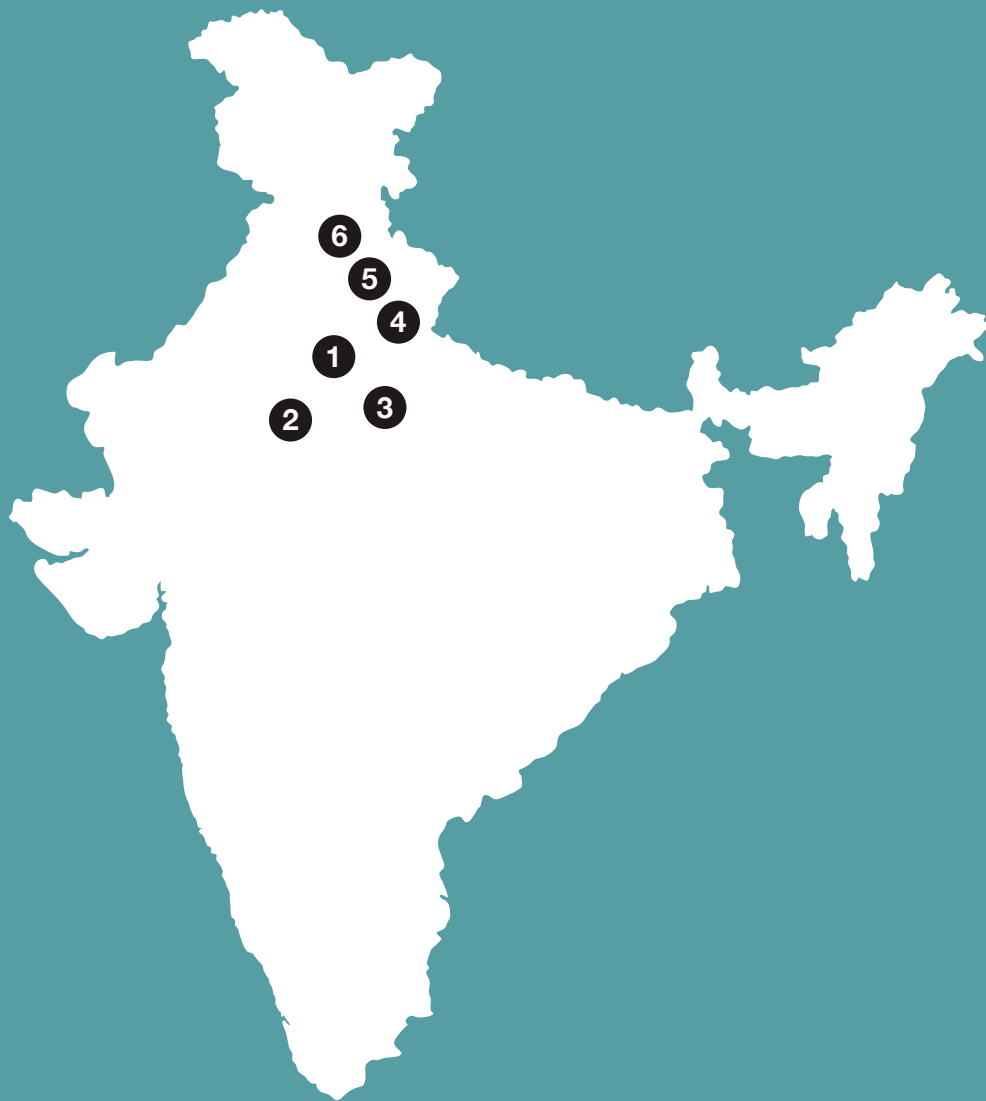
Disfrutaras de bienestar y armonía de cuerpo y mente, apoyándote en las terapias ancestrales y tradicionales como el yoga, la Ayurveda o la meditación.



Te maravillarás con la tranquila ciudad de Rishikesh a orillas de l río Ganges y Dharamsala reposando en las faldas del Himalaya.



Te enamorarás viendo el templo de la pasión, el Taj Mahal.



ITINERARIO

DIA 1 : España – Delhi

DIA 2 : Delhi

DIA 3 : Delhi - Jaipur

DIA 4 : Jaipur

DIA 5 : Jaipur - Agra

DIA 6 : Agra - Delhi

DIA 7 : Delhi - Amritsar

DIA 8 : Amritsar - Dharamshala

DIA 9 : Dharamshala

DIA 10 : Dharamshala

DIA 11 : Dharamshala – Pathankot – Haridwar

DIA 12 : Haridwar – Rishikesh

DIA 13 : Rishikesh

DIA 14 : Rishikesh

DIA 15 : Rishikesh – Delhi

DIA 16 : Delhi – España



DIA 1 Barcelona - Delhi

Llegada a Delhi y traslado al hotel.

DIA 2 Delhi

Delhi es la capital de India desde principios del siglo XX y fue fundada sobre siete ciudades históricas. Una ciudad de contrastes que queda ahora dividida en dos zonas: la Vieja Delhi, mayoritariamente de construcción mogola y Nueva Delhi, la ciudad construida por los ingleses en época colonial.

A la hora convenida realizaremos el Spice Girls Tour en la antigua Delhi es un tour cultural diseñado y formado por Open Eyes a través del corazón de una mujer en un barrio tradicional y conocido por su bullicio y su arte en las especias por la que India es famosa en todo el mundo. Descubrirás una increíble variedad de alimentos, especias y platos especiales de la mano de una mujer taxista y guía local. Mientras formas parte y apoyas una forma alternativa de empleo para mujeres indias (minoría en este país, solo el 5% son mujeres) también obtienes conocimiento sobre la historia antigua del comercio de especias en India, sus usos en alimentos y medicinas, y mucho más!

Visitaremos también la mezquita Jama Masjid, la más grande de la India, que se sitúa muy cerca del animado barrio de Chandni Chowk, famoso por sus mercaderes de oro y de plata.



DIA 2 Delhi - Jaipur

Durante dos noches vivirás el día a día en las aldeas de Jaipur y descubrirás la esencia de las zonas rurales. Vivirás en una comunidad, dirigida por Jaimala y Hitesh que trabajan con niños y adolescentes del Rajasthan y con mujeres artesanas con los que desarrollamos el proyecto de moda ética.

El centro es un ejemplo de un hogar familiar y alegre. Visitarás la escuela y pequeñas iniciativas que hacen que la comunidad viva de forma más autosuficiente (placas solares, biogás, granja orgánica...) Aprenderás, junto las mujeres artesanas, el arte del blockprinting, una de las técnicas de estampación más antiguas de India y ¡realizarás tu propio pañuelo hecho con bloques de madera manual del Rajasthan! Además, tendrás tiempo de interactuar con las mujeres y compartir diferentes formas de vida entre Oriente y Occidente.

Desde el 2011, Open Eyes diseñamos experiencias apoyando esta comunidad con nuestros viajes de grupos pequeños y con gente afín. La comunidad no es un lugar turístico y seguimos trabajando para preservar el bienestar de la comunidad y un balance turístico.

Noches en el centro. Las habitaciones son básicas pero acogedoras y son generadas con energía solar.

DIA 3 Jaipur

Día en la zona rural,

Noche en el centro.



DIA 4 Jaipur - Agra

Por la mañana nos desplazaremos a las afueras para visitar y subir hacia al increíble Fuerte Ambar y callejaremos por el rebotante mercado de Jaipur. Por la tarde partiremos hacia Agra.

Noche en hotel.

DIA 5 Agra - Delhi

A primera hora de la mañana tendremos la oportunidad de conocer el Taj Mahal, templo de la pasión y una de las maravillas del mundo, construido por el Emperador Mogol Shah Jahan en 1631 para que el amor por su reina Muntaz Mahal se mantuviera inmortal.

A la hora prevista, nos desplazaremos a las afueras de Agra y visitaremos un real centro de rescate de elefantes que son recogidos ante la explotación para una actividad turística. En esta visita veremos a los elefantes libres y en su propio hábitat natural. ¡toda una experiencia!

Llegada a Delhi y traslado al hotel.

Noche en el hotel.



DIA 6 DELHI-AMRITSAR

Por la mañana temprano nos trasladaremos a la estación de tren hacia Amritsar. Llegada a la capital del Punjab, Amritsar, conocida como la capital espiritual de los Sikh y traslado al hotel.

Esta parada nos permitirá introducirnos en las tres religiones más fascinantes de este país: el hinduismo, el sijismo y el budismo. Este día lo podréis dedicar a visitar esta magnífica ciudad con su templo más grande Sikh de India, el bellissimo Golden Temple (Harmandir Sahib), donde todas las personas son bienvenidas sin distinción de sexo, raza, religion y nacionalidad, este templo fue fundado en 1574 por el cuarto Sikh Guru, Ram Das.

Mas tarde iremos a la frontera con Pakistan a presenciar la ceremonia de la bandera que se realiza todos los días al atardecer. Noche en el hotel.



DIA 7 - 9 AMRITSAR-DHARAMSHALA

Seguiremos nuestro recorrido entre montañas y nos introduciremos por los paisajes de los Himalayas llevándonos a unos 7 km de Dharamsala, situada al norte de la India, en el estado de Himachal Pradesh, una pequeña población que acoge al Dalai lama, actualmente en el exilio.

A primera hora de la tarde llegaremos a McLeod Ganj y durante estos días aprovecharemos este valle para realizar una inmersión en nuestras actividades de bienestar en el conocido como 'el pequeño Tibet', lugar de exilio de miles de refugiados tibetanos y disfrutaremos de tres días de la naturaleza y la paz de este bello lugar.

Noche en un Monasterio Tibetano.

DIA 10 DHARAMSHALA

Visitaremos la residencia del Dalai Lama, realizaremos paseos y conoceremos la artesanía del lugar. Además, existen decenas de templos y monasterios Tibetanos y entraremos en contacto con la religión budista.

Noche en un Monasterio Tibetano.

DIA 11 DHARAMSHALA – PATHANKOT - HARIDWAR

A la hora convenida partiremos a Pathankot. Llega a Pathankot y trasladaremos a la estación para coger el tren para Haridwar.

Pasar la noche en el tren sin duda será una experiencia inolvidable.

DIA 12 HARIDWAR – RISHIKESH

Llegada a Haridwar y traslado al hotel en Rishikesh. Durante 3 días realizaremos varias actividades de formación en este extraordinario lugar. Descubriremos Rishikesh,, capital mundial del yoga, bañada por las aguas del sagrado Ganges que nace en los cercanos Himalayas. Una ciudad de Ashrams y conocimientos terapéuticos donde podréis enriqueceros de actividades rodeados del frescor de las montañas, en un ambiente de espiritualidad, energía y Ayurveda. Asistiremos al “Aarti” ceremonia de fuego y canticos en honor a la madre Ganges, en un Ashram a orillas del río.

Noche en el hotel.





DIA 13 - 14 RISHIKESH

Días libres para descubrir Rishikesh.

Opcionalmente se podrá realizar un curso de cocina Ayurveda, básica y de aprendizaje, con una familia local de 2-3 horas. Disfrutaremos de tiempo libre para paseos, compras o masajes. Noche en el hotel.

ACOMPañANTE EXPERTO PROFESIONAL

ELEONORA TRANI

www.yogatwork.es



Soy profesora de yoga, titulada (“Yoga Acharya”, Maestra de Yoga) por la International Sivananda Yoga Vedanta (diploma #3333).

Soy también profesora de yoga oncológico e instructora de Pilates Mat, titulada por la Federación Española de Pilates y Taichi (diploma #2961). Tengo el primer nivel de Reiki, método Usui.

Mi formación académica fue en antropología y arqueología, y después la vida me llevó a trabajar durante años en grandes empresas del campo de la comunicación.

Sin embargo, desde muy temprana edad me interesaron todas aquellas disciplinas y técnicas que tienen que ver con el desarrollo y el bienestar general del ser humano. La práctica del yoga empezó como un camino personal de sanación, en breve se transformó en una pasión y al cabo de unos años de estudio e investigación, es mi profesión.

Actualmente vivo y trabajo en Barcelona, comprometida con llevar los beneficios del yoga y del método Pilates en las empresas (www.yogatwork.es).

Pero sobre todo soy una viajera incansable. De todos los lugares del mundo en los que he viajado y vivido (España, Francia, Italia, Inglaterra, Egipto, Nepal, Australia, México, Guatemala, EEUU...), India es el lugar que considero “mi casa”. Recorrí las zonas montañosas del norte, me perdí en sus metrópolis llenas de contrastes, estudié yoga en distintos Ashrams, encontré a muchos maestros y maestras y tuve la oportunidad de colaborar como asistente de dirección en unos documentales acerca del Budismo Tibetano en India.

India es para mí una madre amorosa que te acoge en sus brazos y generosamente te va enseñando algo en cada viaje.

Encantada de compartir su amor y sus enseñanzas contigo



ACTIVIDADES DE SALUD y BIENESTAR EN EL VIAJE

- Charla introductoria y asesoramiento
- Yoga terapéutico y energético
- El Pranayama: la respiración que equilibra - el arte de respirar
- Introducción Ayurveda: los 3 “doshas”
- Una dieta “yoguica”: cómo combinar los alimentos en acuerdo con los “doshas” y las estaciones
- Estar en el aquí y ahora: la práctica del mindfulness (atención plena)
- Cómo integrar la meditación en tu vida diaria
- Yoga para la oficina
- Budismo y yoga: dos sendas paralelas
- Trabajos grupales: de bienvenida y de despedida, con ejercicios basados en técnicas de coaching



NOTA

Todas las actividades realizadas por Eleonora Trani se distribuirán y estructurarán a lo largo del viaje según el interés de los participantes y la disponibilidad del viaje. Eleonora Trani está a disposición de los viajeros y asesorará y responderá a las dudas que surjan en cualquier momento.

El alojamiento en el Monasterio Tibetano y las actividades realizadas por personas locales (por ej. el curso de cocina Ayurveda en Rishikesh), se confirmarán días antes del inicio del viaje, estando sujetas a cambios.

CONDICIONES

SALIDA: 16 AGOSTO - DURACIÓN: **16 DÍAS**

GRUPO MÁXIMO: **14 PERSONAS** – MÍNIMO: **10 PERSONAS**

PRECIO POR PERSONA GRUPO 14 PERSONAS: **2.040€ + 395€ TASAS AEREAS**

SUPL. 12-13 PERSONAS: **135€**

SUPL. 10-11 PERSONAS: **175€**

SUPL. INDIVIDUAL: **295**

Incluye

- Vuelo Internacional con Finnair en clase turista.
- Todos los traslados por carretera serán en un vehículo equipado con aire acondicionado.
- Tren Delhi – Amritsar y Haridwar – Delhi de día y Pathankot – Haridwar de noche en 2 o 3 clase con aire acondicionado literas siempre que haya disponibilidad.
- Habitación doble en hoteles con encanto, en régimen de alojamiento y desayuno.
- El alojamiento en la zona rural son dormitorios compartidos por el mismo sexo. Las habitaciones son sencillas pero acogedoras y el baño es compartido. En estos días se incluyen las comidas que se hagan en el centro.
- El alojamiento en el Monasterio Tibetano son habitaciones básicas pero muy limpias teniendo unas vistas espectaculares. Posibilidad de que el baño sea compartido.
- Entradas a los monumentos y actividades culturales: Qutub Minar (Delhi), el fuerte de Amer (Jaipur) y entrada a Taj Mahal (Agra).
- Guía indio de habla hispana durante toda la ruta.
- Acompañante de bienestar, Eleonora Trani, durante toda la ruta.
- 10 Clases impartidas por Eleonora Trani durante todo el viaje.
- Experiencia en el centro de rescate de elefantes.
- Experiencia Spice Girls Tour en Delhi .
- Dos días de inmersión cultural en la zona rural.
- Experiencia haz tu propio pañuelo de blockprinting con artesanas.
- Visita del ritual Arti en Rishikesh.
- Seguro de asistencia y cancelación AXA VIP PLUS 3.000
- Propinas al conductor.

No incluye

- Tasas de aeropuertos.
- Comidas y/o bebidas no especificadas. Extras personales.
- Visados (tramitación online por parte del cliente).
- Suplementos opcionales para visitas culturales.
- Cualquier otro concepto no mencionado como incluido.



ACTIVIDADES OPTATIVAS

Durante el viaje se ofrecerán actividades opcionales para que puedas enriquecerte con la cultura india. Algunas de las actividades son: un curso de cocina con una familia local, masajes Ayurveda o clase de yoga, en Rishikesh.

Desde el 2015, Open Eyes está comprometido con la Fundación FAADA 'Turismo Responsable con los animales' y no promueve la subida en elefante al Fuerte Amber en Jaipur. Con esta iniciativa nos unimos a la protección y al bienestar de estos animales mediante actividades turísticas.

NOTA



Todas las actividades realizadas por Eleonora Trani se distribuirán y estructurarán a lo largo del viaje según el interés de los participantes y la disponibilidad del viaje. Eleonora Trani está a disposición de los viajeros y asesorará y responderá a las dudas que surjan en cualquier momento.

RESERVAS

Hay que tener en cuenta que los viajes solidarios son organizados y promovidos por Open Eyes, y gestionados por la Agencia de Viajes Tarannà.

Para realizar la reserva contáctanos en:

viajesresponsables@taranna.com o al teléfono **93 411 83 73**.

Los precios de vuelos y tasas han sido calculados según las tarifas, cambios de moneda, combustibles y cotizaciones en enero 2014. Pueden estar sujetos a modificación hasta 20 días antes de la salida.

Al ser un viaje alternativo, este requiere de características especiales y la ruta de viaje podría verse modificada en caso

problemas en las carreteras, climatología, imposiciones del país, cancelaciones etc. Si fuera el caso la coordinación del itinerario y actividades, serían lo más parecido posible a la prevista y se avisaría lo antes posible.

En caso de cancelación una vez realizada la reserva, éste generará unos gastos de penalización sobre el viaje que dependerán de la fecha en que se realice la cancelación y de su cuantía total.

VISADO

Para acceder a la India necesitaras un visado de turista que se realiza online. El visado es imprescindible para la entrada al país debiendo tener el pasaporte una vigencia de más de 6 meses desde el día de entrada a India. Consulta con nuestro colaborador para cualquier gestión del visado.

SEGURO DE ASISTENCIA

Este seguro es obligatorio y se requerirá una copia de la póliza para realizar el viaje.



INDIA

Información de interés

Nombre oficial: República de la India

Superficie: 3.287.590 km²

Población: 1.040.003.817 hab.

Capital: Nueva Delhi

Nacionalidades y etnias: 72% indoarios, 25% drávidos y 3% otros.

Idioma: el hindi y el inglés son los oficiales, pero se hablan centenares de lenguas y dialectos más.

Religión: 80% hindúes, 14% musulmanes, 2,4% cristianos, 2% sijs, 0,7% budistas, 0,5% jainistas y 0,4% otros.

Régimen político: República Federal.

Electricidad: 230-240 V, 50 Hz

Moneda: Rupia india. Aprox. 65 INR por €

Hora local: GMT + 5 y 1/2 horas (Depende del cambio horario puede ser 4 y 1/2)

En la India conviven muchas realidades. Según el Banco Mundial, el país ocupa la cuarta posición económica global; sin embargo concentra el mayor índice de pobreza del mundo. India, es también un espectáculo de rincones llenos de vida, gente por todas partes, una amalgama de vehículos decorados de las maneras más extrañas, de animales sagrados, una mezcla de olores, de sensaciones y el esplendor de una cultura que impresiona, descubrirla resulta una experiencia inolvidable





www.openeyesproject.com

Fotografías: Diego Barrero & airada audiovisuales ©