



NEPAL TIBET

C R O N O G R A M A

26.ABRIL.2019 - 4.MAYO.2019

DÍA 1

KATMANDÚ

VIERNES,
26 ABRIL 2019



Llegada a Katmandú



Almuerzo



Ofrenda en el monasterio Shenchen. Meditación con Ismael Cala.



Visita a la Stupa Boudhanath



Cena de Bienvenida en Bhojan Griha



Alojamiento en el hotel en Katmandú

DÍA 2**KATMANDÚ****SÁBADO,
27 ABRIL 2019**

Meditación con Ismael Cala

6:00 AM

Desayuno en el hotel

7:00 AM

Visita a la Plaza Durbar, Makhan, Indrachowk y Asan



Visita a Kathmandu al Templo de la Diosa Viviente



Almuerzo



Visita a Patan “La ciudad de los mil techos de oro” y la casa de Kumari



Recibimiento de la Tika directamente de la Diosa viviente: La Kumari de Patan



Cena en Mulchowk Restaurant



Alojamiento en el hotel de Katmandú

DÍA 3**KATMANDÚ****DOMINGO,
28 ABRIL 2019**

Meditación con Ismael Cala

6:00 AM

Desayuno en el hotel

7:00 AM

Ritual de desapego y cesamiento del sufrimiento en el Ghat de Pashupatinath



Visita a Bhadgaon/Bhaktapur, la Puerta del León, el Palacio de las 55 ventanas



Visita al Templo de Nyatapola



Almuerzo



Visita a Pashupatinath y al río Bagamati. Ceremonia de Aarati



Cena en Mezze by Roadhouse Café



Alojamiento en el hotel en Katmandú

DÍA 4**KATMANDÚ - LHASA****LUNES,
29 ABRIL 2019**

Desayuno en el hotel

7:00 AM

Traslado al aeropuerto para tomar vuelo a Lhasa



Check in en el hotel



Tiempo libre



SatSang con Ismael Cala



Cena

DÍA 5**LHASA****MARTES,
30 ABRIL 2019**

Meditación con Ismael Cala

6:00 AM

Desayuno en el hotel

7:00 AM

Visita al Palacio Potala



Almuerzo



Visita al Templo Jhokhang y el mercado de Barkhor



Bendición de final del día en el Templo de Jokhang o similar



Cena

DÍA 6**LHASA****MIÉRCOLES,
1 MAYO 2019**

Meditación con Ismael Cala

6:00 AM

Desayuno en el hotel

7:00 AM

Visita al monasterio Drepung



Contemplación en Silencio con Ismael Cala en el monasterio de Drepung



Almuerzo



Visita al Monasterio de Sera. Elaboración de mándalas en grupo



Cena

DÍA 7

LHASA

**JUEVES,
2 MAYO 2019**



Desayuno en el hotel

7:00 AM



Visita al valle de Rongbuk y al lago Yamdrok



Contemplación y Meditación con Ismael Cala en el Lago Yamdrock.



Tiempo libre



Cena



Alojamiento en el hotel en Lhasa

DÍA 8

LHASA - KATMANDÚ

**VIERNES,
3 MAYO 2019**



Desayuno

7:00 AM



Traslado al aeropuerto para tomar vuelo a Katmandú



Almuerzo



Tiempo libre



SatSang con Ismael Cala



Cena



Alojamiento en el hotel en Katmandú

DÍA 9

KATMANDÚ

**SÁBADO,
4 MAYO 2019**



Desayuno

7:00 AM



Traslado al aeropuerto