

**DÍA 1****KATMANDÚ PARO - THIMPHU****SÁBADO,  
4 MAYO 2019**

Traslado al aeropuerto para tomar vuelo a Paro



Visita a Chuzom, la confluencia de los rios Thimphu y Paro



Visita a Thimpu, la ciudad capital de Bután y el centro de gobierno



Almuerzo



Meditación activa con Ismael Cala



Visita a Tashichho Dzong, “fortaleza de la gloriosa religión”



Cena

**DÍA 2****THIMPHU****DOMINGO,  
5 MAYO 2019**

Meditación con Ismael Cala

**6:00 AM**

Desayuno en el hotel

**7:00 AM**

Visita al valle de Thimphu, La Biblioteca Nacional, el instituto de Zorig Chusum, el Museo Textil



Visita a Buddha Point (Kuensel Phodrang), Changangkha Lhakhang, Ceremonia Tshewang



Almuerzo



Visita al King's Memorial Chorten y el bazar de artesanías local



Cena

**DÍA 3****THIMPHU****LUNES,  
6 MAYO 2019**

Meditación con Ismael Cala

**6:00 AM**

Desayuno en el hotel

**7:00 AM**

Salida desde Thimphu a Punakha via Dochula Pass. Reflexión con Ismael Cala



Visita a Punakha, Pungthang Dewachen Phodrang (Palacio de la Gran Felicidad)



Almuerzo



Visita al mercado de Punakha



Cena

**DÍA 4****PUNAKHA****MARTES,  
7 MAYO 2019**

Desayuno en el hotel

**7:00 AM**

Visita al convento de Sangchhen Dorji Lhuendrup Lhakhang. Meditación con Ismael Cala



Visita a Khamsum Yuelley Namgyel Chorten



Almuerzo picnic



Cena

**DÍA 5****PUNAKHA - PARO****MIÉRCOLES,  
8 MAYO 2019**

Desayuno en el hotel

**7:00 AM**

Salida hacia Paro, llegada y registro en el hotel



Almuerzo



Visita a Rinpung Dzong “fortaleza del montón de joyas” y a Ta Dzong Museo Nacional



Contemplación en silencio



Cena

**DÍA 6****PARO****JUEVES,  
9 MAYO 2019**

Desayuno en el hotel

**7:00 AM**

Caminata al monasterio de Taktsang. Meditación con Ismael Cala



Almuerzo



Tiempo libre



Cena

**DÍA 7****PARO - KATHMANDU****VIERNES,  
10 MAYO 2019**

Desayuno en el hotel

**7:00 AM**

Traslado al aeropuerto internacional de Katmandú