

TIBET E NEPAL - CULTURA NOS HIMALAIAS COM SHIGATSE

DURAÇÃO	DIFICULDADE	A PARTIR DE
12 dias / 11 noites	Leve (1/5)	US\$ 3.660,00

Viagem com serviços privativos; Com principais atrativos, porém com mais dias no Tibet.

DIA A DIA

1º Dia - KATHMANDU:

Chegada em Kathmandu, recepção e traslado para o hotel. Restante do dia livre para descanso e pernoite.

Sem refeições inclusas;

Pernoite em Kathmandu.

2º Dia - KATHMANDU / BHAKTAPUR / KATHMANDU:

Após o café da manhã, saída até a Embaixada Chinesa para solicitar a emissão do visto de entrada no Tibet. Na sequência, visitaremos Durbar, visitaremos Durbar Square, Swoyambhunath e Bhaktapur. Nossa primeira parada, a Kathmandu Durbar Square, é um complexo de palácios, pátios e templos. Este local é tombado pela UNESCO e é palco, até os dias de hoje, de cerimônias do governo local. Seguiremos, então, para Swoyambhunath Maha Chaitya, o principal monastério budista do Nepal no topo de uma colina, de onde teremos uma vista maravilhosa da cidade. Por fim, iremos para a cidade histórica de Bhaktapur, que era um reino independente até a unificação do Nepal. Das cidades do vale de Kathmandu, é a mais medieval e explorar suas estreitas ruelas e a sua Durbar Square é uma experiência inesquecível. No final do dia, retorno a Kathmandu, acomodação e pernoite em hotel.

Café da manhã;

Pernoite em Kathmandu.

3º Dia - KATHMANDU / PATAN / KATHMANDU:

Após o café da manhã, visitaremos Pashupatinath, Boudhanath Stupa e Patan Durbar Square. Começaremos visitando Pashupatinath, o maior templo hindu do Nepal, dedicado ao Deus Shiva, que atrai milhares de devotos. Em seguida, seguiremos para a Estupa Boudhanath, o maior templo budista do Nepal. Após o almoço, iremos para Patan, uma das mais famosas cidades do Vale de Kathmandu. Muito conhecida por seus templos hinduístas e budistas, pelo antigo palácio, além da arte e artesanato do povo Newari. No final do dia retorno a Kathmandu, acomodação e pernoite em hotel.

Café da manhã;

Pernoite em Kathmandu.

4º Dia - KATHMANDU / LHASA:

Após o café da manhã, partimos para Lhasa em um dos voos mais bonitos do mundo. Na chegada ao aeroporto de Lhasa Gonggar seremos recebidos pelo nosso guia e motorista tibetano. Experimente as primeiras hospitalidades tibetanas acompanhadas por doces sorrisos! Chegada e acomodação no hotel para relaxar e se ajustar à altitude local.

Distância percorrida: 100km

Tempo estimado: 2h

Café da manhã;

Pernoite em Lhasa.

5º Dia - LHASA / MOSTEIRO SERA / NORBULINGKA / BARKHOR:

Após o café da manhã, o guia nos levará em um passeio para o mosteiro Sera, Norbulingka e Barkhor Square. No mosteiro Sera, aprenderemos aspectos importantes do budismo tibetano. Em seguida, conheceremos o Norbulingka, retiro de verão do Dalai Lama, concluído em 1956. O edifício é ricamente decorado com esculturas e pinturas tibetanas. Por fim, o templo Jokhang fornece outro vestígio da rica herança cultural tibetana. Teremos a oportunidade de passear pela movimentada Barkhor Square, o centro de Lhasa. Depois do passeio, voltaremos para o hotel.

Café da manhã;

Pernoite em Lhasa.

6º Dia - LHASA / PALÁCIO DE POTALA / MOSTEIRO DREPUNG:

Após um café da manhã bem cedo, iremos ao majestoso palácio de Potala. A imponente estrutura do palácio domina a paisagem de Lhasa. Enquanto caminhamos através das antigas câmaras do palácio, poderemos ver o melhor da arte tibetana. O palácio tem uma vasta gama de intrincados murais tibetanos e belas estátuas. Veremos, também, os túmulos dos oito Dalai Lamas. No final do dia, visitaremos o mosteiro Drepung, onde poderemos observar freiras e monges cantando e realizando discursos religiosos. Voltamos ao hotel para um merecido descanso.

Obs.: Uma vez que apenas um número limitado de visitantes está autorizado a visitar o Palácio Potala a cada dia, a ordem dos locais turísticos será decidida pelo guia.

Café da manhã;

Pernoite em Lhasa.

7º Dia - LHASA / GYANTSE:

Após o café da manhã, partiremos para Khampa La Pass (4.730m) em transfer privado. No caminho, faremos uma pequena pausa para uma vista deslumbrante sobre alguns dos principais picos brancos: o Himalaia ao sul e Norjing Gang Sang - montanha de neve espiritual - a oeste, além das águas turquesas do lago Yamdrok. Descendo próximo ao lago, passaremos por aldeias nômades e vilas agrícolas, até a beira ocidental do lago Yamdrok, onde faremos um piquenique. Em seguida, seguiremos para a próxima paisagem: Karo-la (5.050m), nossa primeira experiência de alta altitude no pico glacial de Norjing Gang Sang. Nos divertiremos com os animais locais. Chegaremos em Gyantse no final da tarde, onde faremos o check in no hotel, tomaremos banho e nos preparamos para um bom jantar!

Distância percorrida: 260km

Tempo estimado: 8h

Café da manhã;

Pernoite em Gyantse.

8º Dia - GYANTSE / SHIGATSE:

Após o café da manhã, visitaremos os centros históricos e culturais locais: o Mosteiro Palkhor Chode, incluindo Kumbum Stupa (único com estrutura distinta e milhares de obras de arte) e o antigo forte de Gyantse. Ao meio dia, seguiremos para Shigatse pelo vale Nying Chu. Chegada em Shigatse e descanso.

Distância percorrida: 95km

Tempo estimado: 2h

Café da manhã;

Pernoite em Shigatse.

9º Dia - SHIGATSE / LHASA:

Após o café da manhã, visitaremos o monastério Tashilunpo (sede principal do Panchen Lama) e o mercado local da cidade. Na parte da tarde, deixaremos Shigatse para regressarmos a Lhasa.

Distância percorrida: 270km

Tempo estimado: 5h

Café da manhã;

Pernoite em Lhasa.

10º Dia - LHASA / MOSTEIRO DE GANDEN:

Após o café da manhã, partiremos para conhecer o mosteiro de Ganden, distante 108km de Lhasa. Este foi o primeiro monastério de Gelug Pa fundado no Tibet, fonte, portanto, das grandes tradições de Dalai Lamas, Panchen Lamas e demais personagens budistas. Visitar o mosteiro e fazer uma curta caminhada em seu entorno é um passeio muito prazeroso e relaxante! Após o almoço, visitaremos a aldeia Trupshi. No final da tarde, retornaremos para Lhasa para pernoite.

Café da manhã;

Pernoite em Lhasa.

11º Dia - LHASA / KATHMANDU:

Após o café da manhã, traslado para o aeroporto Gonggar para pegarmos nosso voo com destino a Kathmandu.

Café da manhã;

Pernoite em Kathmandu.

12º Dia - KATHMANDU / ORIGEM:

Após o café da manhã e check out no hotel, teremos o dia livre para os últimos passeios pela cidade. Em horário apropriado, traslado para o aeroporto para embarque com destino à cidade de origem.

Café da manhã;

Sem pernoite inclusa.

*****A programação acima poderá sofrer modificações devido a fatores climáticos, de acesso ou que possam interferir na segurança dos participantes.**

DATAS E PREÇOS

DATA	STATUS	A PARTIR DE
27/09/2026	Saída Garantida	Sob consulta
04/10/2026	Saída Garantida	Sob consulta
01/11/2026	Saída Garantida	Sob consulta
06/12/2026	Saída Garantida	Sob consulta

O QUE ESTÁ INCLUSO

Inclui

- 11 pernoites de hospedagem em apto duplo com café da manhã;
- Bilhetes aéreos para voos internacionais (Kathmandu / Lhasa / Kathmandu);
- Guia local durante a viagem falando espanhol (Nepal) e inglês (Tibet);
- Traslados em todos os aeroportos em serviços privativos;
- Traslados terrestres em serviços privativos, em carro com ar condicionado;
- Todas as entradas dos monumentos visitados durante o roteiro;
- Visto para entrada no Tibet;
- Taxas governamentais;
- Brindes exclusivos Pisa Trekking;
- Assistência 24 horas no Brasil por telefone.

Não inclui

- Parte aérea - Brasil / Kathmandu / Brasil;
- Taxas de embarque;
- Gastos pessoais como telefonemas, lavanderia, refeições não inclusas, bebidas, gorjetas etc;
- Passeios e massagens opcionais;
- Seguro viagem - Recomendamos o World Nomads (www.worldnomads.com.br) ou Coris (www.coris.com.br);
- IRRF(8,7%) referente a remessas ao exterior e IOF(3,5%);
- Qualquer outro item não mencionado como incluso.

PONTOS DE INTERESSE

- O roteiro ideal para quem deseja conhecer os principais atrativos do Tibet e Nepal, porém deseja ficar mais dias explorando outros vilarejos e cidades do Tibet;
- 5 noites em Kathmandu com 2 dias visitando templos e monastérios;
- 5 noites em Lhasa, capital do Tibet, para conhecer durante 3 dias inteiros os principais monastérios e templos tibetanos;
- 2 dias conhecendo outros atrativos muito interessantes Gyantse e Shigatse.
- Os voos de Lhasa são realizados apenas de segunda, quarta e sexta-feira.

O QUE LEVAR

- Roupas leves e confortáveis;
- Calças de moletom (abrigo) ou tãctel;
- Um agasalho de "fleece";
- Um par de tênis para caminhada;
- Chapéu ou boné;
- Óculos de sol;
- Filtro solar para rosto e lábios;
- Hidratante para evitar o ressecamento da pele;
- Álcool em gel e/ou lenços umedecidos para higiene;
- Medicamentos particulares e materiais de higiene pessoal;
- Mochila pequena para usar nos passeios.

Opcionais:

- Máquina fotográfica, tripé, filmadora, mp3, além de baterias e pilhas extras;
- Anorak com gorro, de preferência de material respirável como Gore Tex;
- Gorro e luvas para o período mais frio.

INFORMAÇÕES IMPORTANTES

IMPORTANTE: com relação às novas taxas sobre transações internacionais, os valores descritos no site não as incluem, estando sujeitos a alterações.

- Passaporte deverá ter validade mínima de 6 meses além do término da viagem.

- Vistos:

- Não é necessário obter visto para o Nepal aqui no Brasil. Ele é tirado na chegada ao Nepal no aeroporto de Kathmandu. Tem validade de 30 dias e custa US\$ 40. Recomendamos ter essa quantia exata na chegada ao aeroporto, assim como 2 fotos 3X4. Também é possível aplicar para o visto em:
<http://online.nepalimmigration.gov.np/tourist-visa>;
- O visto para a entrada no Tibet será solicitado na Embaixada da China, em Kathmandu. A Embaixada abre de segunda a sexta-feira, das 10h às 13h, e exige dois dias úteis para o processo do visto. Sendo assim, o cliente

que desejar ir para Lhasa no 4º dia do roteiro deverá chegar no Nepal de domingo a terça-feira, para dar tempo do processo completo de obtenção de visto para o Tibet.

- Vacinas:

- Para os destinos deste roteiro, é necessário o Comprovante Internacional de Vacinação de Febre Amarela (cartão na cor amarela);
- Para a vacinação, em São Paulo favor procurar o Hospital das Clínicas, já que eles fornecem o Certificado Internacional na hora. Endereço: Av. Dr. Enéas de Carvalho Aguiar, 155 – Centro de Imunização – Medicina do Viajante.
- É recomendável entrar em contato com o Centro de Medicina dos Viajantes dos principais hospitais de cada cidade. Os centros têm contato com a Organização Mundial da Saúde e informam quais as doenças e epidemias que podem ocorrer em cada país além de indicar quais as medidas profiláticas (vacinas ou outras formas de prevenção) a serem tomadas para cada destino. No caso deste serviço não estar disponível em sua cidade, consulte o seu médico ou o hospital da sua região para obter maiores informações;
- Mais informações podem ser encontradas nos sites abaixo:

<https://www.gov.br/pt-br/servicos/obter-o-certificado-internacional-de-vacinacao-e-profilaxia>

<http://www.cives.ufrj.br/>

Pisa Trekking — Trekking e Aventuras pelo Brasil e o Mundo · pisa.tur.br

Este documento é um resumo do roteiro **cód. 102**, emitido em 21/09/2026 às 17:13. Valores, datas e condições podem ter mudado desde a emissão — a versão vigente está sempre em <https://pre-prod.pisa.tur.br/pacote/tibet-e-nepal-cultura-nos-himalaias-com-shigatse>. Confirme com a Pisa Trekking antes de fechar a viagem.