



24/02 - 10/03 2024

India Centrale

VIAGGIO NEL CUORE DELLA
SPIRITUALITÀ INDIANA

24 febbraio - 10 marzo 2024



Pellegrinaggio verso il fiume sacro Narmada, la sorella piccola del Gange.

Un viaggio che abbina la bellezza dell'arte e della cultura indiana alla ricerca e scoperta della sua spiritualità.

Atterreremo a Delhi per poi attraversare alcuni siti meravigliosi del Rajasthan e del Gujarat, passando per Jaipur, Udaipur e Ahmedabad per poi raggiungere la nostra destinazione finale nel Madhya Pradesh: Maheshwar, la città sacra lungo il fiume Narmada.

Durante il viaggio, ci sarà modo di praticare yoga e meditazione, di assistere ad alcuni rituali e cerimonie. In altri momenti, goderete di tempo libero per rilassarvi, per eventuali massaggi o curiosare per le città.

Sarete accompagnati da Daisy, Sophie e Cheryl, appassionate dalla cultura e spiritualità dell'India, praticanti e insegnanti rispettivamente di yoga, meditazione e respirazione consapevole.

PROGRAMMA

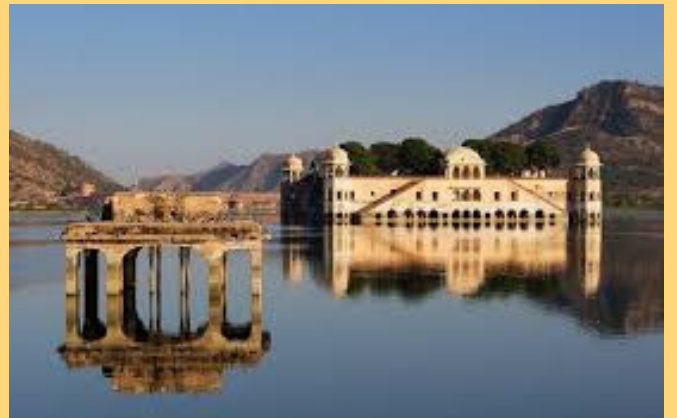
24 febbraio: Partenza da Roma

24 - 25/02: Giorno 1-2 : Arrivo a New-Delhi, sistemazione in albergo, riposo e piccolo giro della città.

26 - 27/02: Giorno 2-4: Partenza in mini bus per Jaipur, sistemazione per 2 notti in albergo, visita e scoperta dei siti e monumenti culturali e spirituali della "città rosa" del Rajasthan.

28/02 - 29/03: Giorno 4- 6: Partenza per Udaipur, sistemazione per 2 notti in albergo, visita e scoperta della "città bianca" del Rajasthan, che, in bilico fra magia e realtà, si specchia sul lago Pichola.

01 - 02/03: Giorno 6 - 8: Partenza per Ahmedabad, capitale culturale del Gujarat, con il suo affascinante labirinto del quartiere vecchio e i suoi musei. Sistemazione in albergo per 2 notti.





03 - 09/03: Giorno 8 - 15: Partenza per Maheswar, la città santa sulle rive del fiume sacro Narmada.

Sistemazione nel Swar ashram, dove saremo accolti e dove riceveremo insegnamenti e pratiche di yoga, meditazione, rituali... da Amma Niradhara. Discepola di Swami Anantram, Amma ha ricevuto dal suo maestro il compito di proseguire i suoi insegnamenti per offrire iniziative di beneficenza in materia di istruzione, elevazione femminile, yoga e Arti tradizionali per il benessere dei più bisognosi della comunità.

L'ashram è situato sulla riva del fiume di Madre Narmada, tra gli antichi Mandir (Templi), sui Ghat (gradini del fiume) della potente Maharani (Grande Regina) del Forte Ahilya.

09/03: Giorno 15: Partenza per Indore per prendere il volo Indore-Delhi.

10/03: Giorno 16: Partenza da Delhi per Roma.



INFORMAZIONI PRATICHE

Volo di partenza: Roma - New Delhi il 24 febbraio

Volo di ritorno: New - Delhi - Roma il 10 marzo.

Il volo non è compreso nel costo del viaggio. Ognuno è responsabile della prenotazione del proprio biglietto aereo. Vi consigliamo di acquistarlo appena vi è possibile per contenerne il prezzo contattandoci prima, per accordarci sugli orari in modo di poter arrivare idealmente tutti insieme a Delhi

Il costo del viaggio è di 2350 euro con caparra di 500 euro.

Early bird per chi si prenota entro il 15/09: 2150 euro con caparra di 500 euro.

Il costo include:

L'alloggio di 14 notti in camera condivisa con la prima colazione, la cena della prima sera a Delhi e tutti i pasti a Maheshwar all' Swar ashram.

Il viaggio in mini bus che ci porterà nelle varie tappe tra Delhi e Maheshwar, il transfert in aeroporto da Maheshwar a Indore e il volo interno da Indore a New-Delhi.

Tutti gli insegnamenti, corsi di yoga, meditazione e respirazione.

Tasse locali e mance.

Il costo non include:

I voli internazionali.

Assicurazione (facoltativa) di viaggio.

Il visto obbligatorio per l'India.

Il trasferimento dall'aeroporto di Delhi all'albergo di New Delhi.

Spese personali e attività facoltative.

Tutti i pasti fuori programma (a parte quelli elencati)

Il gruppo sarà composto da circa 14 persone più noi 3.

Siamo molto felici di accompagnarvi e di condividere la nostra esperienza di questo paese che ci ha sempre riempito il cuore.

Daisy, Cheryl e Sophie



INDIA
24

PELLEGRINAGGIO NEL CUORE
DELLA SPIRITUALITÀ
DELL'INDIA CENTRALE

Per info:

Sophie, Daisy & Cheryl
sophiecommerman@yahoo.it

Early bird entro il 15/09/2023