

Viaggio nello Yunnan

meraviglie a Sud delle nuvole

14 – 27 aprile 2027



Lo **Yunnan** rimarrà un viaggio indimenticabile: visiteremo una terra meravigliosa, rurale, dove la globalizzazione non ha ancora “agredito” la vita di queste minoranze etniche dai vestiti colorati e dall’ospitalità gentile.

I nostri occhi contempleranno paesaggi insoliti: risaie a terrazze e paesini dove il tempo si è fermato; laghi e pascoli in alta quota con lo sfondo dell’Himalaya; città dalle case dai tetti spioventi ricurvi e decorati con tegole di ceramica; giardini “feng shui” dove regna l’armonia e il benessere fisico ed emotivo, templi e tanto, tanto altro...

Programma

14 aprile, mercoledì MILANO MALPENSA / PECHINO in viaggio verso l'Oriente

Alle ore 10.30 ci ritroviamo all'aeroporto di Milano Malpensa; operazioni d'imbarco e alle ore 13.30 partiamo con volo di linea Air China per **Pechino**. Pasti e pernottamento a bordo.

15 aprile, giovedì ARRIVO IN CINA: KUNMING

Alle ore 05,40 arriviamo a **Pechino** e dopo aver cambiato aeromobile, alle ore 07.45 proseguiamo per **Kunming**, dove arriviamo alle ore 11.35. Dopo il disbrigo delle operazioni doganali, incontriamo la guida locale e ci trasferiamo in hotel per sistemarci nelle camere riservate, rinfrescarci e riposare un po'. Kunming, conosciuta come la "Città dell'Eterna Primavera" per il suo clima mite tutto l'anno, è la capitale della provincia dello **Yunnan**, situata nel sud-ovest della Cina. È un importante centro culturale, economico e politico della regione, nonché una popolare destinazione turistica grazie alla sua ricca storia, bellezze naturali e cultura affascinante. La sua storia millenaria risale a oltre 2.400 anni, trovandosi sulla famosa Via della Seta meridionale.

Ci ritroviamo per il pranzo in un ristorante locale e nel pomeriggio ci addentriamo nel centralissimo quartiere che ospita il **Mercato dei Fiori e degli Uccelli** luogo con caratteristiche speciali della vita locale. La strada larga circa un mezzo miglio, è piena di negozi ed affollata di gente: oltre ai fiori, uccelli e pesci, troviamo tutti gli oggetti d'antiquariato, monete e tanto altro che ci offrono uno spaccato della vita locale. Rientro in albergo per la cena e il pernottamento.

16 aprile, venerdì KUNMING / YUANYANG

Dopo la prima colazione in hotel, partiamo alla volta di **Shilin** (ca 90 Km a sud – est di Kunming), per visitare la famosa **Foresta di Pietra**, un complesso naturale che si estende per 350 Kmq, costituito da pilastri di pietra calcarea grigia che la pioggia e il vento hanno eroso e modellato dandogli le sembianze di una foresta pietrificata. Dal 2007 alcune parti del sito sono state proclamate Patrimonio dell'Umanità dall'UNESCO. I fossili rinvenuti sul posto suggeriscono l'ipotesi che un tempo questa zona si trovasse sotto il livello del mare, ma secondo la leggenda qui nacque Ashima una bellissima giovane che si innamorò di un ragazzo non appartenente al suo stesso popolo e che pertanto le fu proibito sposare. Per impedirle di fuggire con il suo amante poi, fu trasformata in pietra insieme a tutta la foresta circostante, che ancora oggi mantiene il suo nome. Il dedalo di pinnacoli e vette grigie, punteggiato da qualche laghetto, è simile a un enorme giardino roccioso in cui si celano passerelle, padiglioni e sentieri. Dopo il pranzo in ristorante locale partiamo per **Yuanyang**, (ca 360 Km equivalenti a 5/6 ore di viaggio). All'arrivo ci sistemiamo in hotel (*) per la cena e il pernottamento.

(*) La struttura – la migliore disponibile del luogo – è un edificio di due piani che NON dispone di ascensore. Facchinaggio incluso.

17 aprile, sabato YUANYANG

Dopo la prima colazione in hotel, dedichiamo l'intera giornata all'esplorazione dei dintorni di **Yuanyang**, dove la natura ha creato pittoresche colline che si susseguono a perdita d'occhio, diventate particolarmente famose grazie al **popolo Hani**, una delle numerose minoranze etniche dello Yunnan, che ha costruito le **terrazze di riso** su ripidi pendii montuosi, trasformando questo difficile terreno in un'area fertile. Questo incredibile risultato agricolo rappresenta una perfetta integrazione fra uomo e natura.

Camminando tra le risaie, abbiamo anche la possibilità di ammirare numerosi villaggi che conservano l'architettura tradizionale ed incontrare le minoranze etniche locali che vivono secondo le loro tradizioni a stretto contatto con la natura. Prova ne sono i vari mercati locali. Pranzo in corso di escursione. Al termine della giornata rientriamo in hotel a **Yuanyang** per la cena e il pernottamento.

18 aprile, domenica **YUANYANG / JIANSUI**

Dopo la prima colazione in hotel, partiamo per **Jianshui**, (ca 80 km equivalenti a 2h – 2h 30 di viaggio), città fondata durante la dinastia Tang oltre 1.200 anni fa. È stato un famoso centro politico e culturale della regione, che ha conservato l'architettura tradizionale delle dinastie Ming e Qing. Visitiamo il **Tempio di Confucio**, il più grande della Cina, costruito durante la dinastia Yuan nel 1285 e che si estende su una vasta area che include padiglioni, sale di preghiera e tranquilli giardini. Pranzo in corso di visite. Nel pomeriggio raggiungiamo la **Residenza della Famiglia Zhu**, notevole esempio di antica abitazione tradizionale dell'epoca Ming e Qing. Si tratta di un complesso di edifici, padiglioni, giardini e stagni che si estende su una superficie di 20.000 mq. Ci regaliamo una passeggiata nel cuore della città vecchia prima di sistemarci in hotel per la cena e il pernottamento.

19 aprile, lunedì **JIANSUI / KUNMING / DALI**

Dopo la prima colazione, iniziamo le nostre visite dal Ponte dei Due Draghi costruito nel periodo Qing e conosciuto come il **Ponte Shuanglong**. È costituito da un arco lungo 148 metri che lo rende famoso per la sua eleganza architettonica.

Arriviamo al **Giardino della Famiglia Zhang**, costruito da una delle famiglie più influenti della regione e certamente una delle migliori rappresentazioni dell'architettura residenziale tradizionale per la combinazione di numerosi elementi locali. La costruzione risale al 1905 e richiese diversi anni per essere completato. Dopo il pranzo in ristorante, raggiungiamo la stazione ferroviaria di **Kunming** (ca 170 Km pari 2h 30 di viaggio) da dove ci imbarchiamo sul treno veloce per **Dali** (ca 2 ore). All'arrivo incontriamo la guida locale parlante inglese e ci trasferiamo in hotel (*) per la cena e il pernottamento.

(*) La struttura si trova in posizione centrale all'interno della città antica di Dali: è composta da 4 cortili tradizionali, con edifici a 2 o 3 piani e NON dispone di ascensore. Facchinaggio incluso.

20 aprile, martedì **DALI**

Dopo la prima colazione dedichiamo l'intera giornata alla visita di **Dali**, rinomata per le sue bellezze naturali, il clima piacevole e il ricco patrimonio culturale. È famosa per la sua città antica cinta da mura e per la presenza di minoranze etniche che la rendono ancor più interessante. Raggiungiamo il **Lago Erhai**, (letteralmente "Lago a Forma d'Orecchio"), un lago d'acqua dolce situato a est della città antica, molto popolare per l'attività della pesca, del canottaggio, del ciclismo e per il suggestivo paesaggio montano che lo circonda arricchito dai pittoreschi villaggi delle varie etnie.

Pranziamo in un ristorante locale e proseguiamo con la visita al Tempio **Chongsheng**, conosciuto anche come il **Tempio delle Tre Pagode**, risalenti all'epoca Tang e che si ergono sul pendio di una collina: sono annoverate tra le più antiche strutture della Cina sud-occidentale e la più importante è la **Pagoda Qianxun**, costituita da 16 piani che raggiunge un'altezza di 70 metri. Il resto del pomeriggio lo dedichiamo a esplorare la **città vecchia**, racchiusa all'interno di una cinta muraria con torri di guardia, che ha conservato alcune vie acciottolate e case tradizionali in pietra. Infatti, **Dali** costituì il

centro nevralgico della regione, per gran parte dei cinque secoli in cui lo Yunnan fu un regno indipendente. Cena in ristorante nella città vecchia e pernottamento in hotel.

21 aprile, mercoledì DALI / XIZHOU / ZHOUCHEG / LIJIANG

Dopo la prima colazione, proseguiamo per la scenografica cittadina di **Xizhou**, la "città della gioia", antico centro commerciale abitato dalla **minoranza etnica Bai**, che conserva alcuni edifici tipici dell'architettura tradizionale combinando insieme elementi di design cinesi e locali. Qui visitando il vivace mercato mattutino scopriamo tutte le specialità locali, dalla cucina all'artigianato tradizionale e in particolare le famose tinture e i ricercati ricami che ornano vestiti, tappezzerie, cappelli e scarpe. Ci spostiamo poi a **Zhoucheng**, tradizionale borgo Bai considerato patrimonio nazionale per aver conservato fino ad oggi la struttura originale del villaggio con vecchie abitazioni, una grande piazza centrale dove si erge un grande albero millenario, nume tutelare degli abitanti e un tempio dedicato alle divinità locali. Qui inoltre abbiamo l'occasione di sperimentare la lavorazione di Batik, una forma tradizionale di tintura dei tessuti che crea intricati disegni sui capi. La tecnica del Batik ha una storia secolare ed è una parte essenziale dell'identità culturale del popolo Bai, forma d'arte tramandata di generazione in generazione. Pranziamo in un ristorante locale e nel pomeriggio, raggiungiamo in pullman **Lijiang** (175 Km ca 3/3h30 di viaggio), dove incontriamo la guida locale parlante inglese e facciamo una passeggiata nella città vecchia conosciuta come la "**Venezia d'Oriente**". Dichiarata Patrimonio dell'Umanità dall'UNESCO, questa antica cittadina a 2.400 metri di altitudine ai piedi della catena dell'Himalaya, ci incanta per la sua raffinata bellezza architettonica, esaltata dalle splendide montagne che la circondano. Non mancheremo di camminare tra le sue strette vie, pavimentate con lastre di pietra rossa che seguono la morfologia dei monti e delle acque. Lijiang è anche un museo di ponti, indispensabili per attraversare i tanti canali che percorrono il centro storico: sul fiume Yuhei, il "Fiume di Giada" ce ne sono oltre 350 di varie tipologie: a galleria, ad arco, in pietra, di legno... tutti con una storia ultracentenaria. Fin dall'antichità, la città fu residenza dell'**etnia Naxi**, la più numerosa dello Yunnan settentrionale a carattere matriarcale e famosa per la presenza degli sciamani (Dongba) come nelle popolazioni tibetane da cui discende. Sistemazione in hotel (*) per la cena e il pernottamento.

(*) La struttura si trova in posizione centrale all'interno della città antica ed è costituita da un edificio a due piani SENZA ascensore. Facchinaggio incluso.

22 aprile, giovedì LIJIANG escursione al MONTE DEL DRAGO DI GIADA / BAISHA / LAGHETTO del DRAGO NERO

Dopo la prima colazione partiamo alla volta del **Monte del Drago di Giada**, perennemente coperto di neve. Osservandolo da Lijiang, inoltre, le sue vette aguzze lo fanno assomigliare a un drago di giada che serpeggia tra le nuvole. Si tratta del ghiacciaio più a sud dell'emisfero boreale, composto da 13 cime, tra cui la più alta, **Shanzidou** raggiunge 5.600 metri. Il Monte del Drago di Giada si estende per una lunghezza di 35 e una larghezza di 20 chilometri ed è una montagna sacra per il popolo Naxi, un vero e proprio santuario per gli animali rari e le piante selvatiche. Qui troviamo circa ¼ di tutte le specie vegetali della Cina, tra cui 400 specie di alberi e oltre 30 di animali protetti. Saliamo con la funivia in cima e camminando su un tranquillo sentiero di legno che attraversa il bosco, raggiungiamo la **prateria Yunshanping** (3.240 mt). Pranzo in corso di escursione. Al termine dell'escursione, scendiamo a valle e proseguiamo per **Baisha**, capitale del Regno Naxi prima dell'avvento della dinastia Yuan: curiosando tra le strette strade sterrate, abbiamo l'occasione di conoscere più a fondo l'autentica **cultura Naxi**, ammirando i numerosi murali risalenti agli anni della Dinastia Ming, patrimonio artistico buddista e taoista. Terminiamo la giornata con la visita al

Parco del Laghetto del Drago Nero, bacino artificiale creato nel 1737 ai tempi della Dinastia Qing, habitat di una ricca fauna e flora, nonché di alcuni gioiellini architettonici, come il Suocui Bridge, un ponte di marmo bianco situato presso l'ingresso che fa da sfondo ad ogni cartolina del parco. Rientriamo in hotel a **Lijiang** per la cena e il pernottamento.

23 aprile, venerdì LIJIANG / ZHONGDIAN (SHANGRI - LA)

Dopo la prima colazione raggiungiamo **Zhongdian** (200 Km ca 3 ore di viaggio) a 3.200 metri di altezza, che segna l'inizio del mondo Tibetano, con incredibili vette costellate da monasteri buddhisti, scenograficamente arroccati sulle pendici delle montagne e dove aleggiano lo spirito e la cultura **dell'etnia tibetana**. Ritenuto dai più la trasposizione geografica della mitica "**Shangri-La**", ambientazione del leggendario romanzo "L'orizzonte perduto" dello scrittore inglese James Hilton, la cittadina nel 2001 fu ribattezzata dal governo cinese proprio con il nome di Shangri-La, allo scopo di incentivare il turismo, evocando così nell'immaginario collettivo il paradiso fantastico descritto nel romanzo, caratterizzato da montagne innevate, vaste praterie, lussureggiante vegetazione, impervie gole e laghi idilliaci. Durante il trasferimento facciamo una sosta presso la **Gola del Salto della Tigre**, una delle gole più profonde del mondo: una leggenda racconta che una tigre, per sfuggire ad un cacciatore, fece un balzo da una parete all'altra nel punto più "stretto" del canyon, che misura ca 25 metri. La gola è percorsa dal fiume Yangtze o **Fiume Azzurro**, chiamato dai cinesi anche Chang Jiang, letteralmente "Fiume lungo: si tratta infatti del quarto corso d'acqua più lungo al mondo, e scorre per 6.400 Km da Ovest a Est, dall'altopiano tibetano del Qinghai fino al Mar Cinese nei pressi di Shanghai. Hutiao Xia, questo il nome originario della gola, è stato inserito nell'elenco dei Patrimoni dell'Umanità dell'UNESCO.

Pranzo veloce in corso di escursione e proseguimento per **Shangri-La**, dove ci sistemiamo in hotel per la cena e il pernottamento.

24 aprile, sabato SHANGRI-LA escursione al PARCO NAZIONALE di PUDACO e al MONASTERO di SONGZANLIN

Dopo la prima colazione partiamo per il **Parco Nazionale di Pudacuo** che si estende su una superficie di 1.300 Km² snodandosi intorno al Lago Shodu grazie a un lungo percorso di passerelle in legno. Qui ammiriamo rigogliose foreste che si alternano a pascoli d'alta quota. Dopo il pranzo in ristorante locale, nel pomeriggio visitiamo il **Monastero di Songzanlin**, il più importante della Cina sud-occidentale che ospita ca 600 monaci. Appartenente all'ordine dei Berretti Gialli, è uno dei 13 famosi monasteri costruiti in seguito a un decreto del Dalai Lama nel 1679: parzialmente distrutto durante la rivoluzione culturale (1966-1976) dall'Esercito Popolare di Liberazione e in seguito riaperto nel 1981 è tutt'oggi in fase di ricostruzione, ma possiamo comunque ammirarne l'imponenza (si sviluppa su un'area di 2600 mq), la bellezza e la maestosità. Rientrando a Shangri-La facciamo visita a una famiglia tibetana per scoprire tradizioni e usanze di questa etnia. Per il resto del pomeriggio passeggiamo per la città vecchia di **Shangri-La**, che conserva vicoli acciottolati e antiche case in legno. Rientriamo in hotel per la cena e il pernottamento.

25 aprile, domenica SHANGRI-LA / NIXI / KUNMING

Dopo la prima colazione, raggiungiamo il **Lago Napa**, un lago stagionale che si trasforma in una vasta prateria durante l'estate. È un'importante riserva naturale e un luogo ideale per osservare uccelli migratori e altre specie di fauna selvatica. Pranzo in ristorante locale. Nel pomeriggio visitiamo il vicino villaggio tibetano **Nixi**, noto soprattutto per la produzione di ceramica nera. Entriamo in un laboratorio artigianale dove assistiamo alla

tradizionale lavorazione dell'argilla nera tipica del luogo. Gli abitanti, prevalentemente di etnia tibetana, hanno sviluppato questa forma d'arte come parte integrante della loro vita quotidiana, ma la ceramica di Nixi non è nota solo per la sua utilità pratica, ma anche per la sua bellezza artistica, ed è strettamente legata alle tradizioni e alla cultura tibetana. In tempo utile raggiungiamo la stazione ferroviaria e nel tardo pomeriggio partiamo con treno veloce per **Kunming** (ca 5 ore di viaggio) dove arriviamo in tarda serata. Ci trasferiamo in hotel per una cena snack veloce e il pernottamento.

26 aprile, lunedì SHANGRI-LA / NIXI / KUNMING / PECHINO

Dopo la prima colazione, visitiamo il **Tempio d'Oro di Kunming**, situato sul monte Mingfeng, a circa 7 Km dal centro città. È uno dei più famosi templi taoisti della Cina sud – occidentale. Costruito originariamente nel XVII secolo durante la dinastia Ming, il tempio è celebre per la sua struttura interamente rivestita in bronzo dorato, da cui prende il nome. L'edificio principale, che pesa oltre 200 tonnellate, è considerato la più grande struttura in bronzo ancora esistente in Cina. Immerso in un rigoglioso parco botanico, il sito offre non solo un'importante testimonianza dell'architettura religiosa tradizionale, ma anche splendide viste panoramiche sulla città di Kunming. Rientrati in città, andiamo a visitare il **Museo etnografico**, dove sono raccolti i costumi e oggetti artigianali delle etnie locali dello Yunnan (circa 50). Dopo il pranzo in ristorante locale ci attende una passeggiata nel **Parco del Lago Verde**, un'oasi di tranquillità nel centro della città di Kunming, famoso per le migrazioni dei gabbiani dal becco rosso provenienti dalla Siberia. In tempo utile raggiungiamo l'aeroporto per le operazioni d'imbarco e alle ore 19.40 partiamo con il volo di linea China Airways per Pechino con arrivo previsto alle ore 22.55. Cena a bordo.

27 aprile, martedì PECHINO / MILANO MALPENSA

Arriviamo a Pechino, cambiamo aeromobile e all' 01.30 partiamo per **Milano Malpensa**. Pernottamento a bordo. Arriviamo alle 07.55 a Milano Malpensa e termine del viaggio.

Scheda del viaggio

Quota di partecipazione in camera doppia

Minimo 20 persone

€ 3.130,00

Minimo 15 persone

€ 3.370,00

Supplemento camera singola

€ 490,00

Quota iscrizione obbligatoria e non rimborsabile

(gestione pratica, assicurazione sanitaria Allianz medico-bagaglio max € 50.000 + Annullamento per spese sanitarie in loco)

€ 130,00

Estensioni assicurazione

(aumento massimale sino a € 1 milione ed estensione annullamento)

Su richiesta: Globy Rosso e

Globy Verde, con supplementi

Cambio applicato € 1/ USD 1,15

Note importanti

- L'itinerario richiede un buono spirito di adattamento.

- Gli hotel sono confortevoli, ubicati in zone strategiche ma alcuni non hanno gli ascensori come specificato sul programma.
- È richiesta una buona forma fisica poiché molte visite si fanno a piedi: nelle risaie si raggiungono villaggi su dislivelli diversi; si fanno escursioni in quota sino a 3600 mt; si visitano aree naturalistiche e città a piedi; molti templi hanno gradini che rendono l'accesso impegnativo.
- Le guide non sono molto preparate, si limitano a comunicare l'indispensabile e non sono abituate a parlare durante i trasferimenti. Non hanno conoscenze approfondite sulla storia cinese, sulla religione (buddismo, confucianesimo o taoismo) ma solo sulla storia locale. Ad oggi non esistono guide italiane e dobbiamo viaggiare con un traduttore.
- Si pranza e si cena quasi sempre in ristoranti fuori dagli hotel: i piatti tipici sono semplici e poco variegati, a base di carne di maiale, pollo, anatra, yak, pesce, talvolta uova. La verdura è normalmente cotta. Non esiste il pane ma solo il riso. Offrono poca frutta e non esistono i dolci.
- Talvolta i servizi igienici dei ristoranti hanno la toilette alla turca.

La quota comprende

- Volo di linea China Airways da Milano Malpensa/ Pechino / Kunming e Kunming /Pechino/ Milano Malpensa, in classe economica.
- Tasse aeroportuali pari a € 441 e soggette a riconferma all'atto dell'emissione dei biglietti per eventuali rincari carburante
- **Coordinatrice FRATESOLE** in partenza dall'Italia e presente per tutto l'itinerario.
- Pullman a disposizione come da programma per i trasferimenti da e per gli aeroporti e stazioni ferroviarie, oltre a tutte le escursioni previste.
- Sistemazione in camera doppia con servizi privati in hotel 3 e 4 stelle (classificazione locale) o comunque nelle migliori strutture possibili.
- Trattamento di pensione completa dal pranzo del 15 aprile al pranzo al pranzo del 26 aprile;
- 1 bicchiere di soft drink incluso ad ogni pasto.
- Guida nazionale cinese in lingua italiana per tutto il tour.
- Guide locali in lingua inglese obbligatorie.
- Ingressi previsti da programma.
- Treno veloce in seconda classe da Kunming a Dali e da Shangri-La a Kunming
- Materiale di cortesia

La quota NON comprende

- **Quota Iscrizione comprensiva di Polizza Multirisk Allianz annullamento e assicurazione medico-bagaglio (massimale di € 50.000 per spese sanitarie in loco) Eur 130,00.**
- Pasti non citati nel programma
- Bevande ai pasti oltre al bicchiere di soft drink già incluso.
- Eventuali ulteriori ingressi.
- Eventuale visto d'ingresso qualora fosse ripristinato.
- **Mance pari ad Eur 80,00**
- Tutto quanto non espressamente citato nella "Quota comprende"

Assicurazione inclusa nella quota di iscrizione

- **Allianz Multirisk:** include massimale per spese sanitarie in loco fino a 50.000 € per persona e plafond per smarrimento/danneggiamento bagaglio; Polizza contro le

penalità di annullamento del viaggio per motivi di salute documentabili (incluse le malattie preesistenti da 140 giorni, escluse malattie/decesso di animali domestici).

Assicurazioni integrative facoltative

- **Allianz Globy Verde:** include massimale per spese sanitarie in loco fino a € 1 milione per persona; plafond per smarrimento/danneggiamento bagaglio; annullamento del viaggio per motivi personali e documentabili (incluse malattie preesistenti e malattia/decesso di animali domestici). STIPULABILE SOLO AL MOMENTO DELL'ISCRIZIONE
- **Allianz Globy rosso:** include massimale per copertura sanitaria in loco sino a € 1 milione per persona. STIPULABILE SINO AL GIORNO PRIMA

Bologna, 15 giugno 2026

E parti con lo spirito giusto!

