



RACCONTI
DI VIAGGIO

SPECIALE VIAGGI

al femminile



INDICE

IN INDIA CON
VALENTINA: DELHI,
AGRA, VARANASI E I
LUOGHI DEL BUDDHA

A SANTORINI CON LUCIA:
4 CHIACCHIERE TRA
AMICHE

A CUBA CON LUCIA: UN
TOUR AL FEMMINILE
TRA SALSA, MARE E
AVVENTURA

IN ALSAZIA CON
VALENTINA: CITTÀ
CARATTERISTICHE E VINI
PREGIATI

IN INGHILTERRA CON SIMONA
SULLE TRACCE DI AGATHA
CHRISTIE, VIRGINIA WOOLF,
JANE AUSTEN E OSCAR WILDE

VIAGGIO FOTOGRAFICO
IN SCOZIA CON SARA E
ALICE

A MADRID CON SIMONA:
LE VIE DELLO SHOPPING

IN MAROCCO CON
LUCIA: RIAD DI LUSO E
DESERTO

A NEW YORK CON LUCIA:
SHOPPING, LOCALI ALLA
MODA E TOUR

PASQUA A ISCHIA CON
LUCIA: RELAX E TERME

IN VIETNAM CON
SARA: TRA ANTICHE
TRADIZIONI E PAESAGGI
SUGGESTIVI

ALBEROBELLO, MATERA,
OSTUNI CON VALENTINA:
DONNE TRA I TRULLI

A SAN TEODORO CON
SIMONA: TRA MARE E
MOVIDA

IN GIRO PER LA ROMA
NEW AGE E VINTAGE
CON VALENTINA E LUISA

IN ISLANDA CON
VALENTINA: ESPERIENZE
NELLA NATURA

IN SARDEGNA
CON SIMONA: TRA
TRADIZIONI, CULTURA ED
ENOGASTRONOMIA

LANGHE, MONFERRATO E
ROERO DA FOTOGRAFARE
E DEGUSTARE CON
VALENTINA E CINZIA

WEEKEND DETOX IN
DIMORA STORICA SUL
LAGO DI GARDA CON
LUCIA

A BUDAPEST CON
VALENTINA: GIRO
IN CITTÀ E RELAX ALLE
TERME

ALLE TERME CON
VALENTINA: RELAX E LIFE
COACHING

PORTO SANTO: L'ISOLA
CHE NON C'È CON
ADRIANA

A PARIGI CON ADRIANA:
SHOPPING E MODA

IN ISRAELE CON
LUCIA: TEL AVIV,
GERUSALEMME, MAR
MORTO, PALESTINA

A LISBONA CON
ADRIANA: BAMBOLE,
FADO E DIVERTIMENTO

PASQUA IN OMAN

CIPRO: L'ISOLA DELLE
DEE CON ADRIANA

IN GIRO PER VERONA
CON SARA: TRA STORIE DI
DONNE, LETTERE D'AMORE
E DEGUSTAZIONI

YOGA E BARCA A VELA
CON LUCIA

INDIA

IN INDIA CON VALENTINA: DELHI,
AGRA, VARANASI E I LUOGHI DEL
BUDDHA



Dal 16 al 25 novembre 2019

Tour al femminile con guide locali in italiano alla scoperta dell'India più spettacolare, con il Taj Mahal, e di un'India più spirituale, sulle tracce del Buddha.

Pernottamenti in hotel 5 stelle, tutti i pasti inclusi. Gruppo di 12 persone.

PROGRAMMA

PRIMO GIORNO

Partenza dall'Italia con volo per Delhi e scalo a Helsinki.

SECONDO GIORNO

Di prima mattina, arrivo all'aeroporto di Delhi, dove saremo accolti da un incarica-

to che ci darà un tradizionale benvenuto regalandoci una ghirlanda e disegnandoci un tilak sulla fronte.

Trasferimento in hotel per la colazione, poi in tarda mattinata partenza per un tour di Delhi. Andremo a Old Delhi, dove faremo un giro in risciò attraverso il Chandni Chowk, l'affollato mercato dove sarete travolti dall'odore di spezie e cibo, dal voci-

delle contrattazioni e dai colori dei tessuti e della frutta.

Passeremo anche davanti al Red Fort, che fu residenza degli imperatori Mughal per quasi 200 anni.

Visiteremo poi la vicina Jama Masjid, la più grande moschea dell'India.

Poi ci sposteremo a New Delhi al tempio sikh Bangla Sahib, dove si entra con il capo coperto e rigorosamente scalzi, anche nelle cucine dove vengono preparati pasti gratis per chiunque voglia mangiare all'interno del tempio. Sarà un'esperienza che non dimenticherete.

Rientro all'hotel Radisson Blu Paschim Vihar***** (o similare) per la cena e il pernottamento.

TERZO GIORNO

Dopo la prima colazione, trasferimento ad Agra. Nel pomeriggio dedicheremo un paio d'ore a imparare come si indossa un sari, il tradizionale vestito portato dalle donne indiane, e a farci fare un mehndi sulle mani, un tatuaggio temporaneo eseguito con henné naturale.

Verso le ore 18 andremo al teatro per assistere allo spettacolo "Mohabbat The Taj Show": oltre 80 artisti rappresenteranno dal vivo la storia dell'amore romantico tra l'imperatore Shajahan e sua moglie Mumtaz Mahal.

Seguirà uno spettacolo di luci e suoni eseguito sulla replica del Taj Mahal.

Potremo in questo modo vedere lo stile di vita dell'impero Mughal, caratterizzato da grandiosità e stravaganza.

Cena e pernottamento ad Agra all'hotel Crystal Sarovar***** (o similare).

QUARTO GIORNO

La mattina prestissimo visiteremo il Taj Mahal, quando ancora non c'è gente e i colori dell'alba rendono ancora più magico questo splendido edificio in marmo bianco, costruito come segno di amore eterno dall'imperatore Mughal Shah Ja-

han per Mumtaz Mahal.

Andremo poi all'Agra Fort, noto anche come "Forte Rosso", punto di attrazione della città di Agra, che fu capitale del sultanato Mughal.

Trasferimento a Delhi. Cena e pernottamento all'hotel Radisson Blu Paschim Vihar***** (o similare).

QUINTO GIORNO

Dopo la colazione in hotel, trasferimento all'aeroporto e volo per Varanasi. All'arrivo, incontro con un incaricato trasferimento in hotel.

Nel tardo pomeriggio potremo assistere alla cerimonia Aarti sulle rive del fiume Gange, un'esperienza indimenticabile.

Cena e pernottamento (2 notti) all'hotel Ramada***** (o similare).

SESTO GIORNO

Dopo la colazione in hotel, trasferimento all'aeroporto e volo per Varanasi. All'arrivo, incontro con un incaricato trasferimento in hotel.

Nel tardo pomeriggio potremo assistere alla cerimonia Aarti sulle rive del fiume Gange, un'esperienza indimenticabile.

Cena e pernottamento (2 notti) all'hotel Ramada***** (o similare).

SETTIMO GIORNO

La mattina presto, giro in barca sul Gange, seguito dalla visita dei principali punti di interesse di Varanasi, città sacra dell'induismo: la Benaras Hindu University, una delle università con strutture residenziali più grandi dell'Asia, il tempio Bharat Mata, conosciuto anche come "Tempio della Madre India", inusuale per la mancanza di immagini di dei e dee (non è offerto a nessuna divinità), Assi Ghat, la scalinata che scende al fiume.

Nel pomeriggio, visita di Sarnath (a 12 km da Varanasi), il luogo dove Buddha predicò per la prima volta, che ospita il Dhamek Stupa, alto 43 m.

Rientro a Varanasi per il pernottamento.

OTTAVO GIORNO

Colazione in hotel e trasferimento a Bodhgaya. All'arrivo, sistemazione in hotel.

Nel pomeriggio, visita del tempio Mahabodhi, dove il Buddha ottenne l'illuminazione, del fiume Niranjana, importante nella storia di Siddhartha, e di una statua del Buddha alta oltre 24 m.

Cena e pernottamento all'hotel Oaks Bodhgaya**** (o similare).

NONO GIORNO

La mattina presto, colazione e trasferimento a Rajgir per visitare Gridhkutta, il "Picco dell'Avvoltoio" da cui si godono vedute magnifiche, lo Stupa della Pace, che si raggiunge con la seggiovia, Venuvanaram e la prigione di Bimbisar.

Proseguiremo quindi per Nalanda e visiteremo le rovine della più importante università buddhista dell'India antica.

Raggiungeremo infine Patna. Cena e pernottamento all'hotel Maurya***** (o similare).

DECIMO GIORNO

Dopo la colazione in hotel, trasferimento all'aeroporto e volo per Delhi. All'arrivo, sistemazione in hotel.

In serata parteciperemo a una cooking class, per imparare a cucinare qualche piatto indiano con una famiglia locale, con la quale ceneremo (cibo vegetariano, acqua, bibite).

Pernottamento a Delhi all'hotel Radisson Blu Paschim Vihar***** (o similare).



DESCRIZIONE STRUTTURA



Dormiremo in hotel 5 stelle, tranne a Bodhgaya, dove non ce ne sono, quindi avremo un 4 stelle. Abbiamo scelto di pernottare nei 5 stelle

soprattutto per le cene, perché negli hotel di categoria più alta siamo sicuri che siano rispettate le norme igieniche. E poi la scelta di cibo è più varia!

APPUNTI DI VIAGGIO



Ciao! Sono Valentina e partirò dall'Italia con voi per accompagnarvi in questo magnifico viaggio.

Ero restia ad andare in India, poi 2 anni fa ho deciso che il Taj Mahal almeno una volta nella vita va visto, così ho organizzato un gruppetto e sono partita per il Rajashtan. Avevo aspettative basse, e invece sono rimasta favorevolmente colpita.

Se volete, sul nostro blog potete leggere l'articolo che ho scritto quando sono rientrata in Italia: *In India in gruppo (o quasi)*.

Ad aprile 2019 ci torno nuovamente, per vedere il Kerala questa volta. E a novembre ci tornerò con voi, per vedere una parte diversa, più spirituale. Senza naturalmente perdermi il Taj Mahal, che va visto una volta nella vita, ma due volte è ancora meglio!

Se parti da sola e vuoi evitare il supplemento singola, con un po' di spirito di adattamento potrai condividere la camera con un'altra viaggiatrice. Farò il possibile per trovarti la compagna giusta, in base a quello che mi racconterai di te!

Questo viaggio è costruito per donne, quindi ci dedicheremo anche a qualche attività prettamente femminile, per scoprire le tradizioni delle donne indiane.

Impareremo (o quantomeno ci proveremo) a indossare un sari.

Il sari (dalla parola sanscrita che significa "stoffa"), è il noto abito colorato indossato dalle donne indiane già nel 100 a.C. Ma è davvero un abito? No, è una fascia di stoffa larga circa 1 metro e lunga dai 4 ai 9 metri! Viene avvolta intorno al corpo con metodi diversi a seconda della sua funzione. Lo stile più comune è quello Nivi: consiste nell'avvolgerlo intorno alla vita, con un'estremità che gira intorno alla spalla. Detto così sembra facile – e in effetti le donne indiane ci impiegano pochissimo – ma in realtà è complicatissimo!

Il sari viene indossato su una sottogonna e una camicetta corta (choli). È un indumento molto comodo, con decorazioni che variano a seconda delle diverse religioni. Può essere realizzato in mille colori e sfumature differenti, ma il rosso è da sempre il colore riservato alle nozze della donna indiana.

Ci faremo disegnare un mendhi sulle mani.

Il mehndi è un tatuaggio temporaneo eseguito con henné naturale rosso, utilizzato in India già nel XII secolo. È usato per decorare mani e piedi per il rito nuziale, a scopo bene augurante e di protezione. Viene

eseguito a mano libera o con appositi stencil, disegnando motivi di buon auspicio per la donna che li porta. Il rito coinvolge le donne di tutta la famiglia, non solo la sposa.

Il tatuaggio all'henné veniva anticamente utilizzato dalle popolazioni dell'area sahariana come pianta medicinale (presenta infatti proprietà terapeutiche lenitive e antinfiammatorie) e per tatuaggi in occasione di feste ed eventi sacri. All'inizio la pratica era riservata a re e sacerdoti, poi raggiunse molti popoli in età romana, fino a quando fu condannata dalla chiesa cattolica come pratica pagana.

Il mehndi ha una durata variabile di 10-15 giorni.

Oggi sono diffusi vari stili, con brillantini, gemme e paste colorate.

Parteciperemo a una cooking class, per imparare a cucinare qualche piatto della cucina indiana.

In India non è obbligatorio dare la mancia, ma tutti se la aspettano. Ecco alcune indicazioni su quanto lasciare.

In hotel si possono dare 10-20 rupie ai facchini per ogni valigia portata o per il servizio in camera.

Al ristorante solitamente si lascia il 10% del totale, ma dipende da quanto si è soddisfatti del servizio.

All'autista incaricato dei trasferimenti dall'aeroporto si possono dare 50 rupie a persona a tratta.

Le mance più grandi si danno alla guida (500 rupie al giorno), in quanto è un operatore specializzato che ha studiato una lingua e ottenuto un'abilitazione, e agli autisti (300 rupie al giorno).

Per non perdere tempo a fare calcoli tra rupie, euro e magari dollari, raccoglieremo i soldi per le mance a guide e autisti a inizio viaggio, così non avremo altri pensieri se non lasciare qualche monetina al ristorante e ai facchini, per chi decidesse di servirsene.

Per entrare in templi e moschee, bisogna rispettare le norme prescritte dalla religione.

Trovate tutto spiegato nell'articolo *Curiosità sull'India: dress code e fotografia* sul nostro blog.





LA QUOTA INCLUDE

VOLO A/R CON 1 BAGAGLIO IN STIVA DA 23 KG PER PERSONA

•
VOLI INTERNI

•
TASSE AEROPORTUALI (L'IMPORTO PUÒ VARIARE FINO ALL'EMISSIONE DEI BIGLIETTI)

•
ACCOGLIENZA IN AEROPORTO ALL'ARRIVO A DELHI

•
TRASFERIMENTI COME DA PROGRAMMA IN VEICOLI DOTATI DI ARIA CONDIZIONATA

•
8 PERNOTTAMENTI IN CAMERA DOPPIA

•
TRATTAMENTO DI PENSIONE COMPLETA (BEVANDE ESCLUSE)

•
GUIDA LOCALE PARLANTE ITALIANO

•
NOSTRA TOUR LEADER DALL'ITALIA (VALENTINA)

•
ATTIVITÀ E VISITE COME DA PROGRAMMA

•
2 BOTTIGLIETTE DI ACQUA PER PERSONA AL GIORNO

•
ASSICURAZIONE SPESE MEDICHE ILLIMITATE, BAGAGLIO € 1000, RESPONSABILITÀ CIVILE € 100.000, INFORTUNI € 50.000

LA QUOTA NON INCLUDE

MANCE A GUIDE E AUTISTI € 120 DA CONSEGNARE ALLA TOUR LEADER A INIZIO VIAGGIO

•
VISTO D'INGRESSO DA RICHIEDERE ON LINE

•
BEVANDE AI PASTI

•
FEE PER L'UTILIZZO DELLA FOTOCAMERA AI MONUMENTI

•
ASSICURAZIONE ANNULLAMENTO (FACOLTATIVA)

•
TUTTO QUANTO NON ESPRESSAMENTE INDICATO IN "LA QUOTA INCLUDE"

COSTI

QUOTE PER PERSONA IN CAMERA DOPPIA € 2035

•
VOLI + TOUR IN ITALIANO COME DA PROGRAMMA + 8 PERNOTTAMENTI + PENSIONE COMPLETA + NOSTRA TOUR LEADER DALL'ITALIA

•
IL VOLO PARTIRÀ DA MILANO, MA PER CHI VOLESSE PARTIRE DA ALTRE CITTÀ POSSIAMO PREVEDERE UN LOW-COST PER RAGGIUNGERE MILANO.

GRECIA

A SANTORINI CON LUCIA: 4
CHIACCHIERE TRA AMICHE



Dal 18 al 21 maggio 2019

4 giorni a nella splendida Santorini per una vacanza tutta al femminile tra mare, wellness, visite culturali, passeggiate, buon cibo e tanto divertimento.

PROGRAMMA

PRIMO GIORNO

Arrivo all'aeroporto di Santorini e trasferimento privato in hotel, situato a circa 4 km. Giornata a disposizione per rilassarci in spiaggia e attendere l'arrivo di tutte le donne del gruppo.

In serata ci dedicheremo a esplorare la vi-

vace Fira, capoluogo di Santorini, distante circa 15 minuti dal nostro hotel, dove potremo ammirare gli spettacolari colori del tramonto sulla Caldera e successivamente rifocillarci in una tipica taverna greca. Ritorno in hotel.

SECONDO GIORNO

Prima colazione in hotel. La giornata sarà

dedicata a esplorare il Sud dell'isola.

In mattinata visiteremo il sito archeologico di Akrotiri, considerato uno dei più importanti siti archeologici dell'Egeo e tappa obbligata di una vacanza a Santorini.

Pranzo e relax a Red Beach, la spiaggia più famosa di Santorini, una distesa di sabbia rossastra delimitata da imponenti scogliere. Nel pomeriggio rientro in hotel, dove potremo rilassarci con un bel massaggio alla Spa o semplicemente sorseggiare un cocktail in riva al mare. Cena in taverna tipica nel villaggio di Kamari.

TERZO GIORNO

Prima colazione in hotel. Mattina libera per relax in spiaggia o alla Spa.

Pranzo in spiaggia.

Nel pomeriggio ci dirigeremo nella raffinata Oia, uno dei villaggi più affascinanti e chic delle Cicladi.

Avremo modo di passeggiare nel pittoresco centro tra stradine tortuose, case bianche e chiese dalle cupole blu, attendendo il tramonto più famoso del mondo.

Cena in taverna tipica e rientro in hotel.

QUARTO GIORNO

Prima colazione in hotel. In base all'orario del volo, tempo a disposizione per godersi un po' di mare.

Trasferimento all'aeroporto in tempo utile per il volo e rientro in Italia.



DESCRIZIONE STRUTTURA

Se parti da sola, in questo viaggio potrai condividere la camera con un'altra viaggiatrice e così evitare il supplemento singola. Farò il possibile per trovarti la compagna giusta, in base a quello che mi racconterai di te!

COSTA GRAND RESORT & SPA*****

Situato sulla spiaggia di Kamari, il Costa Grand Resort & Spa offre sistemazioni di lusso con spiaggia privata e lettini e ombrelloni a pochi passi dal lounge bar, dove è possibile ordinare

un drink da gustare in spiaggia.

Tutte le camere del resort dispongono di aria condizionata, tv a schermo piatto, set per la preparazione di tè e caffè, cassaforte e bagno con doccia. Ogni mattina la struttura serve una colazione a buffet.

A disposizione: un ristorante dove assaggiare le specialità tradizionali greche direttamente sulla spiaggia sia a pranzo sia a cena; un centro benessere dotato di tutti i servizi e trattamenti per il corpo; una piscina all'aperto.

Il Costa Grand Resort Hotel dista 4 km dall'aeroporto di Santorini.



APPUNTI DI VIAGGIO



Ciao! Sono Lucia e sarò con voi in questi 4 giorni alla scoperta di Santorini, la perla delle Cicladi.

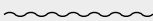
Perché Santorini? Perché mi ricorda il viaggio della maturità, quando si partiva con le amiche spensierate più che mai.

Ho scelto quindi di partire con tutte le donne che vorranno unirsi a me per questi giorni alla scoperta delle bellezze dell'isola, per una vacanza all'insegna del relax, della tintarella e di tante chiacchiere tra amiche sorseggiando un cocktail vista mare.

L'isola di Santorini è molto piccola, pertanto ci sposteremo con i mezzi locali come autobus a taxi, che sono frequenti ed economici.

Per chi ama camminare l'isola offre la possibilità di raggiungere le maggiori località tramite sentieri segnalati e con viste mozzafiato.

Per quanto riguarda i pranzi e le cene, ho deciso di non includerli nel pacchetto, in quanto l'isola offre tante taverne tipiche in cui assaggiare le specialità locali a prezzi contenuti. Decideremo quindi insieme le taverne e i localini che più ci attireranno.





LA QUOTA INCLUDE

3 PERNOTTAMENTI IN CAMERA DOPPIA CON

•
PRIMA COLAZIONE

•
TRASFERIMENTO DA/PER L'AEROPORTO

•
NOSTRA RAPPRESENTANTE D'AGENZIA (LUCIA)

•
ASSICURAZIONE MEDICO-BAGAGLIO

LA QUOTA NON INCLUDE

•
VOLO A/R

•
EVENTUALI TASSE DI SOGGIORNO DA PAGARE IN LOCO

•
INGRESSO AL SITO ARCHEOLOGICO DI AKROTIRI
€ 15 A PERSONA DA CONSEGNARE A LUCIA A
INIZIO VIAGGIO (PARTECIPAZIONE FACOLTATIVA)

•
PRANZI E CENE

•
BUS/TAXI PER TRASFERIMENTI ALL'INTERNO
DELL'ISOLA € 35 A PERSONA DA CONSEGNARE A
LUCIA A INIZIO VIAGGIO

•
TUTTO QUANTO NON ESPRESSAMENTE INDICATO
IN "LA QUOTA INCLUDE"

COSTI

•
QUOTE PER PERSONA IN CAMERA DOPPIA € 410

•
3 PERNOTTAMENTI CON COLAZIONE +
TRASFERIMENTO DA/ PER AEROPORTO +
RAPPRESENTANTE DI AGENZIA

•
VOLO NON INCLUSO: CHIEDETECI LA MIGLIORE
QUOTAZIONE IN BASE ALLE VOSTRE ESIGENZE.

CUBA

A CUBA CON LUCIA: UN TOUR AL FEMMINILE TRA SALSA, MARE E AVVENTURA



Dal 18 al 28 maggio 2019

Un tour tutto al femminile per visitare la vera Cuba con una nostra rappresentante d'agenzia direttamente dall'Italia. Un viaggio all'insegna della storia e del divertimento cubano, tra ballo, mare e un pizzico di avventura.

PROGRAMMA

PRIMO GIORNO

Incontro con Lucia all'aeroporto di Bologna, disbrigo delle pratiche per l'imbarco e partenza per Cuba.

Arrivo all'aeroporto dell'Avana nel tardo pomeriggio. Accoglienza e presentazione da parte della guida locale, trasferimento

agli alloggi. Resto della serata dedicato al relax e al primo impatto con la popolazione cubana. Cena libera.

SECONDO GIORNO

Dopo la prima colazione, si parte per un City Tour con guida locale parlante italiano, in cui si toccheranno i punti di interesse principali della capitale: Plaza de

la Revolucion, il Campidoglio, il Malecon, il castello del Moro. Dopo il pranzo libero, al termine del city tour andremo in un locale dell'Avana Vecchia per una lezione di ballo. Cena libera in ristorante tipico e serata a disposizione. Lucia sarà lieta di accompagnarvi in una discoteca locale per mettere alla prova i primi passi di salsa appena imparati.

TERZO GIORNO

Dopo la prima colazione si parte con destinazione Viñales.

Lungo il tragitto, sosta alla comunità Las Terrazas per il salto in canopy, più comunemente chiamato "il volo dell'angelo" (facoltativo).

Arrivo a Viñales e sosta al belvedere.

La valle di Viñales, Patrimonio Unesco, ospita specie faunistiche e botaniche endemiche presenti solo in questa parte dell'isola. A tratti nella valle si innalzano i mogotes, alti picchi carsici adatti al trekking. Successivamente parteciperemo all'escursione alla Cueva del Indio. Questa antica dimora indigena venne riscoperta nel 1920; all'interno della grotta furono ritrovati disegni rupestri e alcuni resti archeologici risalenti alla cultura cubana precolombiana. L'interno è attraversato dal fiume San Vicente, e si può percorrere un tratto di questo con l'uso di una barca a motore.

Nel pomeriggio visiteremo le piantagioni di tabacco con un tour a cavallo (è possibile anche fare il tour a piedi), che darà la possibilità di scoprire l'intero processo per la produzione di sigari cubani. Un'esperienza che in questa terra non può mancare. Il tour terminerà all'arrivo in una fattoria biologica cubana in cui è possibile acquistare sigari, caffè, rum Guayabita del Pinar (bevanda tipica di questa zona) e miele. Cena libera e pernottamento in casa particular.

QUARTO GIORNO

Dopo colazione, incontro con la guida e

con Lucia per raggiungere il traghetto che ci condurrà a Cayo Levisa (circa 30 minuti di navigazione).

Cayo Levisa è un isolotto che fa parte della provincia di Pinar del Rio, ed è famoso per le sue acque limpide e la spiaggia bianca. Il lato meridionale dell'isola è dominato da mangrovie, habitat naturale dei lamantini (*Trichechus manatus*, manati in lingua locale), che si avvistano talvolta.

I rimanenti 5 km di costa sono costituiti da spiaggia sabbiosa.

L'isola è prossima ad ambienti di barriera corallina ed è nota ai subacquei per i suoi punti di immersione dove si possono ammirare numerose formazioni coralline dai foltissimi rami di coralli nero, grandi spugne e abbondanti banchi di pesci, tra cui esemplari di grandi barracuda.

Pranzo al sacco con bibita inclusa.

Rietro a Viñales, cena libera e pernottamento in casa particular.

QUINTO GIORNO

Dopo colazione partenza di buon mattino verso Trinidad.

Durante questo lungo tragitto sostaremo per un pranzo a buffet (incluso) nella zona di Caleta Buena, con visita alle piscine naturali. Visita della cittadina di Cienfuegos con guida locale. Cienfuegos è il capoluogo della stessa provincia, una delle più antiche colonizzazioni spagnole e oggi economicamente tra le più attive del paese.

L'industria più florida della provincia è quella della raffinazione della canna da zucchero.

Fu fondata nel 1819 dai coloni francesi fuggiti da Haiti durante la rivolta degli schiavi. Per le sue caratteristiche naturali, la baia su cui si affaccia è stata a lungo ottimo rifugio per pirati e corsari.

Arrivo a Trinidad in serata, cena libera e pernottamento in casa particular.

SESTO GIORNO

Dopo colazione, partenza per l'escursione in catamarano a Cayo Iguana, per una

giornata dedicata al relax e allo snorkeling. Questo Cayo dista circa 2 ore da Trinidad ed è caratterizzato dalle iguane che abitano l'isola (da qui il nome). Potremo incontrare iguane di ogni dimensione anche in spiaggia. Pranzo incluso e open bar durante tutta l'escursione. Rientro a Trinidad intorno alle 16:30. Cena libera e ritrovo per una lezione di ballo serale.

SETTIMO GIORNO

Dopo colazione, incontro con la guida e visita di Trinidad. Trinidad è una delle città più belle di Cuba, e fu dichiarata Patrimonio dell'Umanità dall'Unesco nel 1988.

Fu la terza città fondata dalla Corona spagnola a Cuba, grazie a Diego Velázquez, nel 1514. Attualmente è una città-museo, con un grande patrimonio architettonico coloniale, dei secoli XVIII e XIX, che caratterizza le strette vie di selciato, i mera-

vigliosi edifici recentemente restaurati, le maestose chiese e i bellissimi giardini, che le conferiscono un'aria tipicamente coloniale. Dopo la visita alla città partenza per Varadero (pranzo libero). Durante il tragitto sosta alla città di Santa Clara, rinomata per essere sede del mausoleo di Che Guevara, diviso in 2 due parti: la prima zona ospita, dall'agosto del 1997, le tombe di Ernesto Guevara e di 6 suoi compagni caduti in Bolivia, e di 14 combattenti uccisi in Guatemala; la seconda zona è dedicata a un fotocronista della vita del Che fin dai primi anni di vita, integrando le foto a oggetti di proprietà del combattente e di uso comune durante la sua attività come medico nel Sud di Cuba all'epoca dello sbarco con Fidel Castro, nel 1956. Arrivo a Varadero, deposito bagagli nelle camere e resto della giornata a disposizione. Cena e pernottamento in hotel.

DESCRIZIONE STRUTTURA



Le strutture scelte durante tutto il tour che parte dall'Avana fino a Trinidad saranno casas particulares.

Che cos'è una casa particular? Le casas particulares, più comunemente chiamate in italiano case private, sono stanze composte da uno o più letti con bagno privato. Sono paragonabili ai nostri bed&breakfast, in quanto tutte forniscono il trattamento di prima colazione.

STARFISH CUATRO PALMAS ALL INCLUSIVE***

Ubicato sulla penisola di Varadero, questo hotel gode di un'incantevole vista sulla spiaggia di sabbia bianca che si estende per 20 km.

La struttura si presenta come soluzione ideale sia per chi desidera trascorrere una vacanza rilassante prendendo il sole sia per chi preferisce una vacanza attiva all'insegna dello sport e del movimento. L'hotel è situato in prossimità del centro cittadino, dove si può venire a contatto con lo stile di vita locale. Tra le attrazioni da non perdere figurano il mercato e gli spettacoli di musica cubana. L'Avana si raggiunge in 2 ore di

viaggio.

L'hotel è composto da 3 edifici. L'edificio principale ospita 100 camere, l'edificio coloniale 60 camere e l'edificio Las Palmas, sull'altro lato della strada, 122 camere. Il complesso dispone di giardino e terrazza.

La dotazione include 3 bar: il bar Coralía, il bar Las Olas e il bar Ranchon Coce (presso la spiaggia). Ad accogliere gli ospiti una hall dotata di reception aperta 24 ore su 24, cassetta di sicurezza, sportello per il cambio valuta e guardaroba. A disposizione della clientela vi sono anche un deposito bagagli, possibilità di parcheggio, l'accesso a internet, il servizio lavanderia, lavatrici a gettoni, negozi, il servizio di assistenza medica e un autonoleggio.

Per i momenti di svago, l'hotel è attrezzato con una discoteca, un teatro e un casinò.

Le camere dispongono di bagno con doccia (vasca da bagno nell'edificio in stile coloniale), asciugacapelli, telefono con linea diretta, tv via satellite, frigorifero, climatizzatore, letto per bambini (a richiesta per bambini fino ai 3 anni), balcone o terrazza.

OTTAVO GIORNO

Intera giornata a disposizione per il relax. Trattamento di All Inclusive in hotel.

Varadero occupa la stretta penisola di Hicacos a Cuba ed è una popolare località balneare.

Lungo i 20 km di costa affacciata sull'oceano Atlantico sorgono hotel e centri benessere, a cui si aggiunge un campo da golf.

Nei pressi della punta più a est della penisola si trova la riserva ecologica di Varahicacos, un'area protetta con sentieri e un'antica grotta funeraria.

Il parco Josone ospita un piccolo lago e dei giardini.

Le cose da fare a Varadero sono tante, come anche i luoghi di interesse. Si può visitare la casa del gangster Al Capone, oggi divenuta un'attrazione turistica, con all'interno un elegante ristorante di pesce "a tema" Al Capone, con sue foto d'epoca e non solo.

La casa Du Pont, nota come "la Rocca di San Bernardino", è stata costruita come una casa di riposo per il magnate dell'industria chimica, nordamericano di origine francese, Irenee Dupont; attualmente è diventata il campo da golf di Varadero (classificato come uno dei migliori dei Caraibi) e dispone anche di un ristorante specializzato in cucina francese, con una grande cantina originale di vini. La costruzione iniziò nel 1927, quando il signor Du

Pont decise di lasciare la presidenza della sua azienda ed era alla ricerca di un luogo di riposo. È stato il primo edificio in pietra di Varadero. Oggi la Maison Dupont è diventata un hotel.

È possibile inoltre visitare il museo Municipal de Varadero.

NONO GIORNO

Intera giornata a disposizione per il relax. Trattamento di All Inclusive in hotel.

Da Varadero è possibile raggiungere Cayo Blanco in escursione con il catamarano.

L'isola non dispone di hotel, ma di un "ristorante" che accoglie i turisti al loro arrivo in giornata (alcune escursioni prevedono il pranzo con aragosta sulla spiaggia).

Già dal mare l'isola si presenta in tutta la sua selvaggia bellezza, con una spiaggia da cartolina, con palme e sabbia bianchissima, talmente bianca da non riuscire a tenere gli occhi aperti. Il mare caldissimo è basso per centinaia di metri con diverse sfumature di azzurro. È davvero la classica spiaggia da sogno!

DECIMO GIORNO

Dopo colazione tempo libero a disposizione. Trasferimento all'aeroporto dell'Avana in tempo utile per volo di rientro in Italia.

UNDICESIMO GIORNO

Arrivo in Italia.



APPUNTI DI VIAGGIO



Ciao! Sono Lucia e partirò dall'Italia con voi per accompagnarvi in un luogo magico: Cuba!

Ho già visitato Cuba in 2 differenti occasioni. La prima volta ho deciso di noleggiare un'auto e farmi tutto il Nord dell'Isla Grande, fino a raggiungere Trinidad. La seconda, con l'esperienza alle spalle e con memoria di come sono le strade cubane, ho deciso di visitarla con un autista privato e di recarmi nel centro e nel Sud di questo fantastico paese. Cuba è magica, l'atmosfera e la sua gente riescono a mettere tutti di buon umore! Potrei parlare per ore di ciò che Cuba può offrire, ma preferisco che veniate con me alla scoperta di questo fantastico paese! Se parti da sola e vuoi evitare il supplemento singola, con un po' di spirito di adattamento potrai condividere la camera con un'altra viaggiatrice. Farò il possibile per trovarti la compagna giusta, in base a quello che mi racconterai di te!

Questo viaggio è costruito per donne, quindi ci dedicheremo anche a qualche attività prettamente femminile, come lezioni di ballo private.

La salsa è un tipo di ballo e di musica che nasce a Cuba nei primi anni del XX secolo: un mix di diverse tradizioni musicali proprie dei colonizzatori spagnoli così come degli schiavi neri emigrati forzatamente dall'Africa. Ha origine dal "son montuno", la stesso antenato del mambo e della rumba.

La salsa rappresenta un elemento chiave nella definizione dell'identità e della storia di Cuba e dei cubani: lungi dall'essere "un ballo da spettacolo", come nelle nostre scuole o nei nostri locali, lo stile della salsa a Cuba è profondamente diverso. Si parla di salsa da strada, basata cioè sull'improvvisazione e sulla fluidità dei movimenti in sintonia con il partner e la musica. Come dire: poca coreografia, tanta passione.

A Cuba le mance sono importanti e sono divenute quasi una norma.

La maggior parte dei lavoratori riceve lo stipendio in pesos cubani (CUP), per cui lasciare anche solo una piccola mancia in pesos cubani convertibili (CUC) comporta una gran differenza (1 CUC corrisponde a 25 CUP).

In taxi si può concordare l'importo della corsa preventivamente, oppure calcolare una mancia pari al 10% del tassametro.

Nei ristoranti la mancia standard è pari al 10% del totale, ma se si considera il servizio eccellente o ci si sente generosi si può arrivare al 15%.

È bene avere sempre con sé qualche spicciolo per le mance ai musicisti di bar e ristoranti. Negli hotel è raccomandabile lasciare una piccola mancia ai receptionist, agli addetti alle pulizie e al personale del ristorante.





LA QUOTA INCLUDE

6 PERNOTTAMENTI IN CASA PARTICULAR CON COLAZIONE DURANTE IL TOUR

•
3 PERNOTTAMENTI IN HOTEL A VARADERO CON ALL INCLUSIVE

•
1 PRANZO AL SACCO CON BIBITA A CAYO LEVISA

•
1 PRANZO A BUFFET A CALETA BUENA

•
1 PRANZO CON OPEN BAR IN CATAMARANO

•
GUIDA PARLANTE ITALIANO PER TUTTA LA DURATA DEL TOUR

•
ATTIVITÀ E VISITE COME DA PROGRAMMA

•
TRASFERIMENTO DA/PER L'AEROPORTO

•
TRASFERIMENTI COME DA PROGRAMMA IN VEICOLI DOTATI DI ARIA CONDIZIONATA

•
NOSTRO RAPPRESENTANTE D'AGENZIA (LUCIA)

•
ASSICURAZIONE SPESE MEDICHE 100.000, BAGAGLIO € 1000, RESPONSABILITÀ CIVILE € 100.000, INFORTUNI € 50.000

LA QUOTA NON INCLUDE

VOLO A/R DALL'ITALIA

•
EVENTUALI TASSE DI SOGGIORNO DA PAGARE IN LOCO

•
VISTO DI INGRESSO CUBA (TARJETA TURISTICA)

•
INGRESSI, MANCE A GUIDE E AUTISTI € 90 DA CONSEGNARE A LUCIA A INIZIO VIAGGIO

•
ASSICURAZIONE ANNULLAMENTO (FACOLTATIVA)

•
TUTTO QUANTO NON ESPRESSAMENTE INDICATO IN "LA QUOTA INCLUDE"

COSTI

QUOTE PER PERSONA IN CAMERA DOPPIA € 995

•
6 PERNOTTAMENTI CON COLAZIONE + 3 PERNOTTAMENTI IN ALL INCLUSIVE + PASTI COME DA PROGRAMMA + TOUR + TRASFERIMENTI + 2 LEZIONI DI BALLO + ESCURSIONI E VISITE COME DA PROGRAMMA

•
IL VOLO NON È INCLUSO, RICHIEDICI LA MIGLIORE QUOTAZIONE.



Dal 13 al 16 settembre 2019

Un tour alla scoperta delle perle dell'Alsazia: Strasburgo, Colmar, Eguisheim, Riquewihr. Tra case a graticcio, borghi medievali e canali silenziosi, degusteremo pregiati vini Grand Cru.

PROGRAMMA

PRIMO GIORNO

La mattina incontro alla stazione di Milano Centrale e partenza con treno per Basilea (10:15-14:55). Da Basilea prenderemo il treno per Strasburgo (15:21-16:39). Arrivo a Strasburgo e trasferimento in hotel, che dista 10 minuti a piedi.

Resto del pomeriggio dedicato alla visita di Strasburgo, città d'arte e ricca di tradizioni e capoluogo dell'Alsazia, affascinante regione ai confini tra il mondo latino e quello germanico, con cattedrali gotiche, cibi prelibati, vini pregiati, paesaggi pittoreschi.

Sede del Parlamento Europeo dal 1979,

Strasburgo è una città affascinante e cosmopolita, dove nell'architettura, nell'organizzazione sociale, nell'arte e nella gastronomia convive l'equilibrio tra consistenza tedesca e raffinatezza francese.

Potremo passeggiare nel centro storico, Patrimonio dell'Umanità dell'Unesco. Da vedere la cattedrale di Nôtre Dame, una delle più alte espressioni del gotico in Europa, con la sua guglia alta oltre 140 m, la Maison Kammerzell, la più bella casa di Strasburgo, la pittoresca Petite-France, la parte più intatta del centro storico, per molti secoli il quartiere dove vivevano mugnai, conciatori e pescatori, il Palazzo Rohan, che ospita 3 musei (Belle Arti, Arti decorative e Museo archeologico).

SECONDO GIORNO

Prima colazione in hotel. Giornata dedicata alla scoperta di alcune cantine e di vini "Alsace Grand Cru AOC", ovvero i vini alsaziani di qualità più elevata. Questa denominazione risale al 1975 e include vini che soddisfano alcuni criteri di qualità molto precisi. Solo 4 varietà di uve possono essere utilizzate per produrre i vini Grand Cru: Riesling, Gewürztraminer, Pinot Grigio e Moscato (varietà alsaziana).

Guideremo lungo la strada dei vini e, serpeggiando fra le vigne, arriveremo a Kaysersberg, un borgo fortificato sul fiume Weiss, con la sua spettacolare conca di vigneti.

Qui visiteremo il Domaine Weinbach (ore 10), dove Colette Faller, insieme alle sue due figlie, produce etichette fra le più titolate d'Alsazia, come il Riesling Grand Cru Schlossberg Cuvée Sainte Catherine L'Inedit!, vino di splendida raffinatezza in perfetto equilibrio fra snellezza nitida e compostità opulenta.

Proseguiremo poi per il paesino di Niedermorschwihr, dove faremo una sosta per scoprire le marmellate di Christine Ferber. Tra le confetture più sfiziose ci sono quelle allo Champagne Veuve Clicquot, alle fragole di bosco con i petali di rosa e

all'amarena e menta. Sosta per il pranzo in un ristorantino che potremo scegliere nei dintorni.

Nel primo pomeriggio (ore 14 circa), raggiungeremo Katzenthal, per visitare la cantina Meyer-Fonné.

Viticoltori da tre generazioni, vantano 5 grand cru (Wineck-Schlossberg, Kaefferkopf, Furstentum, Sporen e Schoenenbourg). La loro filosofia di lavoro ruota attorno al concetto di flessibilità, per assecondare le necessità delle diverse vigne, delle diverse stagioni e annate, per ottenere vini sempre vicini al territorio. Così ottengono vini dal carattere unico, come i Gewürztraminer noti a livello internazionale, fra i vini di questa Cantina brilla anche il Muscat Vignoble de Katzenthal e il Riesling Grand Cru Wineck-Schlossberg.

Potremo degustare 10 vini, tra cui 3 Grand Cru.

Infine andremo a Colmar, dove scopriremo lo charme della città vecchia, i suoi prestigiosi monumenti, lo storico edificio Maison Pfister (prima metà del XVI secolo), ornato di affreschi e balconi in legno, l'Antica Dogana (1480), monumento nazionale di Francia, esempio di arte rinascimentale, la collegiata di San Martino, mirabile esempio di architettura gotica, la Petit Venice ("Piccola Venezia"), dove begli edifici a graticcio si affacciano sui canali. Rientro a Strasburgo per il pernottamento.

TERZO GIORNO

Prima colazione in hotel. Giornata dedicata a un tour alla scoperta delle perle dell'Alsazia.

Anche oggi guideremo lungo la strada dei vini, molto panoramica, tra colline, villaggi, vigneti, case deliziose.

Faremo la prima tappa a castello di Haut Koenigsbourg (XII secolo), un gioiello di architettura medievale costruito in granito rosa che domina il territorio circostante dall'alto di un promontorio boscoso e regala una vista meravigliosa sulla valle.

Proseguiremo per Ribeauvillé, il villaggio più pittoresco dell'Alsazia grazie ai suoi vicoli stretti e alle stupende case a graticcio dai colori pastello.

Infine raggiungeremo la cittadina di Riquewihr, paese eletto fra i più belli di Francia con vecchie case a graticcio colorate, balconi fioriti, mura fortificate e stradine.

Da vedere il Dolder, un portale a graticcio risalente al XIII secolo sormontato da una bella torre campanaria.

Se avremo voglia di allungare la strada di

una quarantina di chilometri, potremo andare a Eguisheim, uno dei borghi più belli della Francia, con l'atmosfera magica di un villaggio da fiaba.

Rientro a Salisburgo per il pernottamento.

QUARTO GIORNO

La mattina, partenza dalla stazione con treno per Basilea (10:51-12:09). Da Basilea prenderemo il treno per Milano (12:31-16:37).

APPUNTI DI VIAGGIO



Ciao! Sono Valentina e sarò con voi in questo viaggio alla scoperta dell'Alsazia. Amo la Francia in tutte le sue sfaccettature: città, paesini, natura, architettura, natura. E l'enogastronomia! Non ho inserito pasti nel programma, perché l'offerta della Francia è così varia che imporre un menù senza poter scegliere sul posto mi sembrava assurdo.

Questo è un viaggio al femminile, quindi ci concentreremo su una cantina gestita da una donna, Colette Faller, che insieme alle sue due figlie manda avanti il Domaine Weinbach, producendo alcuni tra i vini alsaziani più rinomati. E andremo anche a sbirciare tra le originali marmellate prodotte da un'altra donna, Christine Ferber, con le sue confetture dagli abbinamenti strani e sfiziosi. In Alsazia, oltre alle birre di marche commerciali più famose (Kronenbourg, Fischer, Adelscott), si bevono decine di birre artigianali prodotte da piccoli birrifici. Per quanto riguarda i vini, avremo l'imbarazzo della scelta, con Gewürztraminer, Moscato, Pinot bianco, grigio e nero, Tokay, Riesling, Sylvaner. Gustando questi vini, potremo mangiare una choucroute, piatto a base di crauti e carne di maiale, o la vigneronne ("pasticcio del vignaiolo"), fatta di carni marinate e messe in pasta sfoglia, spesso con l'aggiunta di una goccia di Riesling. Oppure potremo dedicarci alla cucina tedesca e assaggiare gli Knack, wüstel che prendono il nome dal rumore che fanno sotto i denti, e i Fleischschneke, "girelle" preparate mettendo della carne su uno strato di pasta che viene arrotolata, tagliata e bollita nel brodo.

Per gustare tutto questo ci accomoderemo in una Winstub, la tipica taverna alsaziana.



LA QUOTA INCLUDE

- TRENO MILANO-STRASBURGO A/R
-
- 3 PERNOTTAMENTI IN CAMERA DOPPIA CON PRIMA COLAZIONE
-
- TRASFERIMENTI IN MINIVAN 9 POSTI
-
- VISITA DELLA CANTINA MEYER-FONNÉ CON DEGUSTAZIONE DI VINI, TRA CUI 3 GRAND CRU
-
- VISITA DELLA CANTINA DEL DOMAINE WEINBACH CON DEGUSTAZIONE
-
- NOSTRA TOUR LEADER DALL'ITALIA (VALENTINA)

LA QUOTA NON INCLUDE

- BENZINA E PARCHEGGI: € 50 DA CONSEGNARE A VALENTINA A INIZIO VIAGGIO
-
- EVENTUALI TASSE DI SOGGIORNO DA PAGARE IN LOCO
-
- TUTTO QUANTO NON ESPRESSAMENTE INDICATO IN "LA QUOTA INCLUDE"

COSTI

- QUOTA PER PERSONA IN CAMERA DOPPIA € 450
-
- TRENO A/R + 3 PERNOTTAMENTI CON COLAZIONE + TRASPORTO IN MINIVAN + VISITA DI 2 CANTINE CON DEGUSTAZIONI

DESCRIZIONE STRUTTURA

Anche se parti da sola, in questo viaggio potrai evitare il supplemento singola: con un po' di spirito di adattamento potrai infatti condividere la camera con un'altra viaggiatrice. Farò il possibile per trovarti la compagna giusta, in base a quello che mi racconterai di te!

IBIS STRASBOURG CENTRE HISTORIQUE***
L'hotel Ibis Strasbourg Centre Historique, a 500

metri dal centro storico, dista 10 minuti a piedi dalla stazione dei treni e meno di 20 minuti dalla cattedrale.

Le 244 camere sono dotate di aria condizionata, Wi-Fi gratuito, tv, telefono, scrivania, ferro/asse da stiro. I bagni dispongono di doccia e asciugacapelli.

A disposizione: una terrazza, il ristorante Ibis Kitchen, un bar, servizio di lavanderia/lavaggio a secco, reception aperta 24 ore su 24.

INGHILTERRA

IN INGHILTERRA CON SIMONA SULLE TRACCE DI AGATHA CHRISTIE, VIRGINIA WOOLF, JANE AUSTEN E OSCAR WILDE



Dal 4 all'11 agosto 2019

Tour al femminile con guida in italiano alla scoperta del Sud del Regno Unito, da Londra al Somerset, passando per il Sussex e il Devon. Gruppo di 12 partecipanti.

PROGRAMMA

PRIMO GIORNO

Arrivo a Londra e trasferimento autonomo in hotel. In serata, incontro in hotel con Simona e con il resto del gruppo. Cena e pernottamento.

SECONDO GIORNO

Prima colazione in hotel.

Giornata dedicata alla visita guidata di Londra. L'itinerario inizia da uno degli edifici più belli e importanti della città: il palazzo del Parlamento.

Ci soffermeremo al centro della piazza del Parlamento per illustrare le diverse architetture che ci circondano, come l'abbazia di Westminster e la Corte Suprema di Giustizia.

Proseguiremo quindi lungo la Whitehall, la via che ospita il maggior numero di istituzioni e ministeri di Londra.

Vedremo la residenza del primo ministro inglese al numero 10 di Downing Street, la Banqueting House e le guardie della regina a cavallo.

Percorreremo poi un breve itinerario alla scoperta di St James's Park, in cui è facile rubare qualche scatto agli scoiattoli che non mancano di avvicinarsi.

Qui godremo anche di un piacevole scorcio di Buckingham Palace.

Arriveremo così a Trafalgar Square, piazza simbolo della capitale che ospita anche la National Gallery, che visiteremo.

Il tour, una volta dentro la National Gallery, si snoda all'interno delle sue sale, dove potremo ammirare alcuni dei capolavori della pittura mondiale, come la Vergine delle Rocce di Leonardo da Vinci e i famosi girasoli di Van Gogh.

Dopo questa tappa artistica faremo una sosta per il pranzo.

Avremo a disposizione più soluzioni: il buffet nella cripta di St Martin in the Fields, il pub The Chandos e diversi altri locali della zona, per una pausa breve ma ristoratrice. Cena e pernottamento in hotel.

TERZO GIORNO

Prima colazione in hotel. Oggi gireremo per Londra sulle tracce di Agatha Christie, ripercorrendo i luoghi legati alla vita e alle opere della scrittrice.

Il percorso si snoda in vari punti della capitale, partendo da Kensington e Chelsea, dove è possibile vedere due delle case in cui la scrittrice visse, rispettivamente in Cresswell Place e 58 Sheffield Terrace.

Spostandoci nel West End potremo invece visitare St Martin's Theater, il teatro in cui è andato in scena il suo giallo Trappola per topi durante gli ultimi 40 anni! Lo show ha battuto ogni record registrando oltre 25.000 performance a Londra.

Tra Cranbourn Street e Great Newport Street vedremo il memoriale, un libro di 2

metri e mezzo che contiene il busto della scrittrice e informazioni sulla sua vita e le sue opere. A Smithfield sorge l'edificio Art déco Florin Court, la casa londinese dell'ispettore Hercule Poirot negli adattamenti televisivi delle sue avventure.

Pranzo libero. Proseguiremo poi per un giro dei pub storici, rivivendo l'atmosfera del vecchio porto di Londra attraverso il tour lungo il Tamigi, esplorando i pub più antichi di Londra.

I pub in Gran Bretagna sono una vera istituzione, centri di socializzazione e luoghi di ricreazione, frequentati da persone di tutte le età, genere, cultura ed estrazione sociale. Durante l'itinerario ci verrà illustrata la storia dei monumenti che vedremo, dal moderno Shard (il grattacielo più alto d'Europa) all'antico Globe Theatre, il teatro in cui Shakespeare e la sua compagnia misero in scena i loro spettacoli.

Ecco che l'arte contemporanea e le sorprese diventano protagoniste: a metà del tour entreremo infatti nella Tate Modern, la nota galleria d'arte contemporanea, che vanta ogni anno il maggior numero di visitatori al mondo.

Qui sono esposte le opere di tutti i più grandi artisti del XX secolo, tra cui Picasso, Matisse, Dalí e Kandinsky.

Cena e pernottamento in hotel.

QUARTO GIORNO

Prima colazione in hotel. Questa mattina ci dedicheremo a una passeggiata per la capitale sulle tracce di Virginia Woolf e Oscar Wilde.

Virginia Woolf faceva parte del Bloomsbury Group, un gruppo di artisti e intellettuali nato nell'omonimo quartiere nel 1905 che ha influenzato l'arte, l'estetica, la letteratura ma anche il femminismo. Si parte quindi da Bloomsbury Square, procedendo in Gordon Square, Fitzroy Square, Lytton Street e altri luoghi associati alle sorelle Stephen, Vanessa e Virginia, come gli Omega Workshops e le case di Virginia. A Chelsea, al 34 Tite Street, potremo vede-

re la casa dove Oscar Wilde visse con sua moglie Costanza e i loro due figli, e dove scrisse Il ritratto di Dorian Gray e Un marito ideale. Ironia della sorte, il giudice che condannò il drammaturgo per grave indecenza visse al numero 58.

A Soho troveremo "Liberty", il grande magazzino preferito da Oscar Wilde che, ricordiamo, veniva chiamato "l'ultimo dandy". Di fronte a Liberty si trova il Courthouse Hotel, dove una volta sorgeva la Magistrates Court di Marlborough Street. Wilde portò in tribunale il marchese di Queensbury, un caso che alla fine portò alla reclusione dello scrittore. La panchina del giudice originale e il banco dei testimoni e il molo sono ancora nel ristorante dell'hotel. Pranzo libero.

Ci dirigeremo verso il Sussex, dove faremo una sosta a Brighton, nata come un piccolo villaggio di pescatori, grazie anche all'immagine che nel XVIII secolo ne diede il futuro re Giorgio scegliendola come una delle sue mete preferite. Oggi è una vera e propria città e la più frequentata tra le spiagge d'Inghilterra nei dintorni di Londra. Le sue principali attrazioni sono il lungomare, con una miriade di negozi, gelaterie e artisti di strada e le sue viste sull'oceano; il Brighton Pier, un famoso pontile turistico con un grande luna park sempre pieno di gente, con attrazioni e giostre per i più piccoli ma anche per gli amanti delle sensazioni forti; il Royal Pavilion, sede delle vacanze di re Giorgio, fatto ristrutturare dall'architetto John Nash in tipico stile orientale, tanto che la sua architettura esterna è facilmente riconducibile ai più famosi edifici indiani.

Cena e pernottamento in hotel.

QUINTO GIORNO

Prima colazione in hotel. Oggi andremo nel villaggio di Rodmell, a circa 5 km a sud di Lewes, per visitare Monk's House, un cottage del XVII secolo che la scrittrice Virginia Woolf e suo marito, l'attivista poli-

tico, giornalista ed editore Leonard Woolf, acquistarono nel 1919.

Qui ricevettero molti visitatori collegati al Bloomsbury Group, tra cui T. S. Eliot, E. M. Forster, Roger Fry e Lytton Strachey.

Quando il loro appartamento a Londra fu danneggiato durante un bombardamento aereo, si stabilirono a Rodmell a tempo pieno. La solitudine della vita del villaggio aiutò Virginia a dare vita a molti dei suoi romanzi, scritti nella piccola casetta di legno in fondo al giardino.

Pranzo libero. Ci dirigeremo poi verso il Devon, attraversando panorami di una bellezza ineguagliabile fra castelli, scogliere, spiagge e villaggi incantevoli.

Cena e pernottamento in hotel in zona.

SESTO GIORNO

Prima colazione in hotel. Oggi percorreremo un itinerario autonomo che si snoda attraverso la città di Torquay e rivive alcuni momenti della vita di Agatha Christie.

Inizieremo dalle spiagge, come Beacon Beach, dove Agatha passò la sua infanzia e i suoi momenti di relax, passando poi al Royal Torbay Yacht Club, di cui suo padre era un illustre membro, e arrivando al Princess Pier, uno dei suoi luoghi preferiti per pattinare.

La vita da adulta della scrittrice è invece legata al Pavilion, un teatro ora visitabile solo esternamente, dove suo marito Archie la chiese in sposa, e al Grand Hotel, dove passarono la loro prima notte di nozze e dove esiste ancora una suite Agatha Christie.

Ci recheremo poi a Greenway, la residenza delle vacanze, affascinante casa georgiana in stile Art déco con una bellissima vista immersa nel verde, sulle sponde del fiume Dart.

Oggi la casa è patrimonio dal National Trust, che ne garantisce mantenimento e accoglienza.

I meravigliosi giardini hanno fatto da sfondo a numerosi romanzi; la fama della casa

è legata soprattutto al romanzo La saga del delitto, dove la regina del crimine ambientò il romanzo, con Greenway che compare sotto il nome di Nasse House e la rimessa delle barche, ancora oggi visitabile, teatro della scena del delitto di Marlene Tucker.

Pranzo libero (si può anche mangiare nel parco della villa).

Attraversando panorami sempre incantevoli giungeremo nel Somerset.

Cena e pernottamento in hotel.

SETTIMO GIORNO

Prima colazione in hotel. Oggi andremo alla scoperta di Bath, unica stazione con terme naturali del Regno Unito. Il nome prende proprio origine dai bagni romani.

Sempre grazie alle sue terme divenne un importante ritrovo mondano nel XVIII secolo, andando incontro a un forte sviluppo edilizio che la fece diventare uno straordinario esempio di architettura georgiana. Bath è stata dichiarata Patrimonio mondiale dell'Umanità dall'Unesco, grazie alla sua architettura e al suo retaggio culturale. Jane Austen visse qui per molti anni. Vedremo dall'esterno diverse case dove visse e la chiesa dove si spostarono i genitori, tutti luoghi resi celebri dai suoi romanzi.

Visiteremo il Jane Center, in cui godremo dell'atmosfera del periodo ottocentesco.

Pranzo libero.

Nel pomeriggio visita del pittoresco villaggio di Lacock: Church Street e High street sono state l'ambientazione dei film Emma e Orgoglio e pregiudizio, tratti dai romanzi della scrittrice.

Il villaggio è popolare quale sede ideale per ambientazioni del XVIII secolo grazie all'atmosfera avvolgente che ancora oggi assale i visitatori.

Sulla via, tempo permettendo, sosta a Salisbury per una breve passeggiata nella romantica cittadina, dove il tempo sembra essersi fermato ai tempi della Austen.

Proseguiremo per Winchester e faremo sosta per la visita di uno dei luoghi più legati alla storia della scrittrice. Qui si trova la casa dove si spense nel 1817, al numero 8 di College street; nella cattedrale invece una lastra di ottone ricorda che qui vi fu sepolta.

Si parte per Londra.

Cena e pernottamento in hotel.

OTTAVO GIORNO

Prima colazione in hotel e trasferimento autonomo all'aeroporto per il volo di rientro in Italia.

DESCRIZIONE STRUTTURA



In questo viaggio, anche se parti da sola, potrai evitare il supplemento singola: con un po' di spirito di adattamento potrai infatti condividere la camera con un'altra viaggiatrice. Farò il

possibile per trovarti la compagna giusta, in base a quello che mi racconterai di te!

Soggiureremo in hotel 3 stelle, in camere doppie con bagno privato e dotate di tutti i servizi essenziali per trascorrere un buon soggiorno.

APPUNTI DI VIAGGIO



Ciao! Sono Simona e verrò con voi a scoprire questo splendido angolo di Inghilterra. Lo faremo ripercorrendo i luoghi dei romanzi o della vita di 4 autori cari a noi donne. Sarà un viaggio che ci porterà a viaggiare anche con la fantasia, calandoci nelle scene dei nostri libri preferiti.

Essendo un viaggio al femminile, abbiamo scelto solo autori fortemente amati dalle donne, completamente diversi fra loro, ognuno con la sua storia e le sue caratteristiche.

Agatha Christie, una delle scrittrici più vendute al mondo, che non frequentò mai una scuola (la sua educazione veniva curata dalla governante o dalla madre). Creatrice del personaggio di Hercule Poirot, protagonista di una lunga serie di racconti e romanzi che hanno ispirato diversi film, che tutte almeno una volta nella vita abbiamo visto.

Virginia Woolf, che definire "scrittrice" è riduttivo: fu piuttosto un'attivista e un'intellettuale femminista. I suoi romanzi, come *Gita al faro*, sono ancora studiati nelle scuole, mentre i suoi saggi sono un fedele spaccato della vita delle donne del tempo. Era una donna fragile, che tuttavia tra il XIX e il XX proponeva argomentazioni sulla condizione femminile in termini ancora validi a quasi ottant'anni dalla sua morte.

Oscar Wilde, noto per la sua stravaganza, la lingua sferzante e la profonda intelligenza, pubblicò un unico romanzo, *Il ritratto di Dorian Gray*, che gli diede fama mondiale e imperitura. Nei suoi scritti seppe spaziare dalle tinte fosche alla satira fino alla denuncia dello sfruttamento delle donne o della corruzione dei politici.

Jane Austen, una delle più grandi scrittrici di tutti i tempi. Cresciuta in una famiglia numerosa, iniziò a scrivere nel rumore della sua casa senza avere una stanza tutta sua. Rimase a scrivere nella campagna inglese senza lasciarsi turbare dalle vicende storiche e politiche.





LA QUOTA INCLUDE

- 7 PERNOTTAMENTI IN CAMERA DOPPIA
- TRATTAMENTO DI MEZZA PENSIONE
- PULMINO PER GLI SPOSTAMENTI
- 5 GIORNI DI TOUR GUIDATO IN ITALIANO
- NOSTRA RAPPRESENTANTE D'AGENZIA (SIMONA)
- ASSICURAZIONE MEDICO-BAGAGLIO

LA QUOTA NON INCLUDE

- VOLO A/R
- TRASFERIMENTO DA/PER L'AEROPORTO
- EVENTUALI TASSE DI SOGGIORNO DA PAGARE IN LOCO
- INGRESSI AI SITI E AI MUSEI PER UN TOTALE DI € 25 (SOGGETTO A RICONFERMA) DA CONSEGNARE A SIMONA A INIZIO VIAGGIO
- TUTTO QUANTO NON ESPRESSAMENTE INDICATO IN "LA QUOTA INCLUDE"

COSTI

- QUOTE PER PERSONA IN CAMERA DOPPIA DA € 1535
- 7 PERNOTTAMENTI + MEZZA PENSIONE + 5 GIORNI DI TOUR CON GUIDA + ASSICURAZIONE
- VOLO NON INCLUSO: CHIEDETECI LA MIGLIORE QUOTAZIONE IN BASE ALLE VOSTRE ESIGENZE. SONO DISPONIBILI ANCHE VOLI LOW-COST DA ALCUNE DELLE PRINCIPALI CITTÀ ITALIANE.

SCOZIA

VIAGGIO FOTOGRAFICO IN SCOZIA CON
SARA E ALICE



Dal 13 al 17 luglio 2019

Un tour al femminile alla scoperta della Scozia, insieme a una fotografa che ci illustrerà come immortalare i meravigliosi paesaggi delle Highlands. Viaggeremo in treno da Edimburgo a Fort William e saliremo sul treno a vapore di Harry Potter.

PROGRAMMA

PRIMO GIORNO

Arrivate a Edimburgo, prenderemo il bus per raggiungere l'ostello in centro città. Subito dopo cominceremo a gironzolare per Edimburgo. Potremo fare shopping oppure visitare qualche museo, per esempio il National Museum of Scotland.

La sera parteciperemo a un tour sui fantasmi e sulle leggende, visitando i cimiteri e zone della città meno conosciute, il tutto con guida che ci racconterà il lato più oscuro della città.

SECONDO GIORNO

Oggi partiremo da Edimburgo in treno. Lasciamo la città alle nostre spalle per

addentrarci nelle famose Highlands. Meravigliosi paesaggi ci accompagneranno, mentre Alice ci leggerà qualche pagina dei romanzi di Outlander.

Arrivate a destinazione andremo a lasciare i bagagli in hotel.

Dopo il pranzo libero, ci recheremo in un luogo ideale per apprendere da Alice qualche nozione su come scattare la fotografia perfetta (il paesaggio ci aiuterà molto in questo), poi ognuna avrà 15 minuti a disposizione per prestarsi alla bravura di Alice (ricordatevi il vestito!).

TERZO GIORNO

Dopo colazione andremo alla stazione per una giornata all'insegna della magia. Torneremo indietro nel tempo, saliremo sul treno a vapore più famoso al mondo grazie alla saga di Harry Potter e partiremo verso occidente attraversando paesaggi fiabeschi.

Questa è considerata una delle tratte ferroviarie più suggestive al mondo: il treno attraversa l'emblematico viadotto di Glenfinnan e offre panorami mozzafiato

su luoghi suggestivi, come il Loch Shiel, il Loch Eilt e il Ben Nevis, molti dei quali presenti anche nei film di Harry Potter.

Ci fermeremo a Mallaig per un paio di ore e poi torneremo a Fort William in serata.

QUARTO GIORNO

Oggi si torna a Edimburgo, sempre con il treno. Sarà un'occasione per raccontarci le emozioni che abbiamo vissuto.

Arrivate in stazione ritorniamo in ostello per lasciare le nostre cose e poi via in giro per la città.

Il pomeriggio sarà libero. Potrete rimanere con noi e raggiungere Calton Hill, da dove avremo una splendida vista mozzafiato, e poi scoprire il quartiere Dean Village, dove il tempo sembra sospeso: un grazioso borgo immerso nel verde e affacciato sul fiume Leith, il posto ideale per chi vuole scattare fotografie suggestive.

QUINTO GIORNO

In base all'orario del volo, trasferimento all'aeroporto in bus o in tram.

L'avventura è giunta al termine.

DESCRIZIONE STRUTTURA



SAFESTAY HOSTEL (Edimburgo)

Situato nei dintorni di Royal Mile, a 400 metri dalla Stazione ferroviaria di Edimburgo Waverley, il Safestay Edinburgh offre la connessione Wi-Fi gratuita, reception aperta 24 ore su 24, un vivace ristorante e bar. Caratterizzato da un arredamento raffinato ed elegante, propone dormitori spaziosi con grandi letti a castello e un bagno per camera con doccia.

ALEXANDRA HOTEL *** (FORT WILLIAM)

In posizione super centrale, l'Alexandra Hotel si trova a soli 5 minuti d'auto dalle pendici del Ben

Nevis, il monte più alto della Gran Bretagna, e a 10 minuti a piedi dalle rive dei laghi Loch Linnhe e Loch Eil; a meno di 5 minuti di cammino si trova la stazione ferroviaria del treno a vapore Jacobite, che collega Fort William a Mallaig e regala splendide viste sul paesaggio della campagna scozzese. La struttura vanta una hall con camino a focolare aperto e un ristorante di prodotti locali tipici scozzesi, e offre Wi-Fi gratuito nelle aree comuni. Le spaziose camere sono dotate di bagno privato con set di cortesia, tv, scrivania e set per la preparazione di tè e caffè.

Dormiremo in ostello a Edimburgo e in camere triple in hotel a Fort William. Nessuna resterà da sola!

APPUNTI DI VIAGGIO



Ciao a tutte! Sono Sara, classe 1978, e viaggerò con voi per vivere una splendida esperienza tutta al femminile in uno dei paesi più incantevoli e suggestivi d'Europa: la Scozia. Sono super entusiasta di partire con voi per questo viaggio, soprattutto perché con noi ci sarà la mia amica Alice, fotografa professionista che si distingue per il suo lato romantico. Entrambe amiamo leggere ascoltare musica e coltivare rapporti personali. Da qui nasce questo progetto. Ora vi racconto come si strutturerà il viaggio.

Arriveremo a Edimburgo e alla sera parteciperemo a un tour guidato sui fantasmi per apprendere fin da subito quanto questo paese sia legato a leggende e mistero.

Il giorno dopo prenderemo il treno per raggiungere Fort William. Durante il viaggio Alice ci leggerà qualche pagina dei libri di Outlander, romanzo e serie tv ambientata in Scozia, ma chi sarà meno interessata potrà approfittarne per fare una conoscenza più approfondita con le altre partecipanti.

Nel pomeriggio, dopo pranzo, Alice ci darà delle indicazioni basi di fotografia paesaggistica e inoltre farà a ognuna uno shooting fotografico di 15 minuti, che poi potrete avere come ricordo della giornata (quindi ricordatevi di portare con voi il vostro vestito preferito!).

Il giorno dopo saliremo sul Jacobite Train, il treno a vapore reso famoso dalla saga di Harry Potter (Hogwarts Express), per percorrere una tratta ferroviaria considerata tra le più suggestive al mondo. Il treno attraversa l'emblematico viadotto di Glenfinnan e offre panorami mozzafiato su luoghi suggestivi, come il Loch Shiel, il Loch Eilt e il Ben Nevis, molti dei quali presenti anche nei film di Harry Potter. Questa escursione sarà confermata al raggiungimento del numero minimo richiesto.

Ci fermeremo a Mallaig per un paio di ore e poi torneremo a Fort William in serata. Il giorno dopo si torna a Edimburgo per trascorrere un'ultima notte nella capitale scozzese prima del ritorno.

Il viaggio è aperto non solo a ragazze ma a tutte le donne e di tutte le età! Spero tanto di avervi convinte, venite con me in questa magica avventura!





LA QUOTA INCLUDE

- 2 PERNOTTAMENTI IN OSTELLO A EDIMBURGO
- 2 PERNOTTAMENTI IN HOTEL IN CAMERA TRIPLA CON PRIMA COLAZIONE A FORT WILLIAM
- TRENO DA EDIMBURGO A FORT WILLIAM E RITORNO
- JACOBITE TRAIN
- NOSTRA RAPPRESENTANTE D'AGENZIA (SARA)
- FOTOGRAFA PROFESSIONALE (ALICE)
- CENNI BASE PER FOTOGRAFIA DI PAESAGGI E SHOOTING FOTOGRAFICO PERSONALIZZATO NELLE HIGHLANDS SCOZZESI (CIRCA 15 MINUTI A TESTA)
- TOUR GUIDATO SERALE DEI FANTASMI E DELLE LEGGENDE A EDIMBURGO
- ASSICURAZIONE MEDICO-BAGAGLIO

LA QUOTA NON INCLUDE

- VOLO A/R
- EVENTUALI TASSE DI SOGGIORNO DA PAGARE IN LOCO
- TRASFERIMENTI DA/PER L'AEROPORTO (MEZZI PUBBLICI)
- TUTTO QUANTO NON ESPRESSAMENTE INDICATO IN "LA QUOTA INCLUDE"

COSTI

- QUOTA PER PERSONA € 600
- 2 PERNOTTAMENTI IN OSTELLO + 2 PERNOTTAMENTI IN HOTEL CON COLAZIONE + TOUR GUIDATO DEI FANTASMI + NOSTRA RAPPRESENTANTE D'AGENZIA + FOTOGRAFA PROFESSIONALE + SHOOTING FOTOGRAFICO + TRENI
- VOLO NON INCLUSO. CHIEDETECI LA MIGLIOR QUOTAZIONE DALL'AEROPORTO A VOI PIÙ COMODO.



Dal 21 al 24 febbraio 2019

Un viaggio tutto al femminile nella “città che non dorme mai”, che ci porterà a scoprire non solo le più importanti attrazioni turistiche ma anche i mercati e i poli commerciali con prodotti per tutte le tasche.

PROGRAMMA

PRIMO GIORNO

Arrivo individuale all'aeroporto e trasferimento in hotel. Sistemazione e incontro con il resto del gruppo.

La prima tappa sarà senz'altro Puerta del Sol, nodo del traffico cittadino “chilometro zero”: da qui parte la numerazione delle

case. Si contende con Plaza Major il titolo della più importante piazza della città.

Un esempio della sua notorietà è il fatto che qua si festeggia il Capodanno: dalla Real Casa de Correos, l'edificio più antico della piazza, un grande orologio ha il compito di scandire le famose “campanadas”, i 12 rintocchi che segnano gli ultimi secondi dell'anno che volge al termine e l'ini-

zio dell'anno nuovo. Sempre qui si trova il simbolo di Madrid: la statua dell'Orso che addenta un corbezzolo. Se volete iniziare lo shopping, nelle vicinanze si trova Casa Hernanz, dove si vendono le alpargatas (espradillas), che vengono fatte su misura e possono diventare anche parecchio costose!

Percorrendo Calle de La Montera ci sposteremo nella Gran Via, la strada principale della città, che può essere paragonata a Oxford Street a Londra. Qui troveremo i marchi più famosi.

Da segnalare "Primark", un grande magazzino simile alla Rinascente, e El Corte Inglés, il più grande e famoso grande magazzino spagnolo. La Gran Via è il risultato di un progetto urbano fra i più importanti del XX secolo in Europa, la sua costruzione è durata 20 anni. Il tratto più interessante è quello che va da Plaza del Callao all'edificio Metropolis. Cena e pernottamento in hotel.

SECONDO GIORNO

Prima colazione in hotel. Una guida privata ufficiale ci porterà a scoprire a piedi il cuore della vecchia Madrid con le sue piazze e le stradine.

Vedremo come gli Asburgo, costruendo strade e arterie di traffico, la trasformarono nella capitale di fama mondiale che è ora. Il tour durerà circa 2 ore e mezzo, durante le quali vedremo: il Palazzo Reale, Calle Mayor, Palazzo Abrantes, Palazzo Uceda, Chiesa di San Nicolás de los Servitas, Mercado de San Miguel, Plaza Mayor, Calle de Toledo, Chiesa di San Isidro.

Il giro terminerà al Mercado di San Miguel, dove ci verrà offerto un drink. Potremo fermarci anche per pranzo (non incluso).

Il pomeriggio è dedicato alla visita del quartiere di Salamanca. Lungo la strada che conduce qui, troveremo il Cafè del Cir-

culo de Bellas Artes, elegante caffetteria, la Plaza de Cibeles, coronata da una fontana e fiancheggiata da preziosi edifici.

Arrivati a destinazione troveremo un quartiere piacevole ed elegante, con viali alberati e negozi qualità: oltre Zara, Bimba Y Lola, Massimo Dutti, ci sono Camper, leader in Spagna delle scarpe comode e di qualità, Mercado de la Paz, con i prodotti freschi più appetitosi di Madrid, e Lavinia, definito il negozio di vini più grande d'Europa. Cena e Pernottamento in hotel.

TERZO GIORNO

Prima colazione in hotel. La prima tappa di oggi è il Parque del Retiro, polmone verde della città, museo a cielo aperto e luogo di incontro.

L'ingresso è gratuito, così come la visita al celeberrimo Palazzo di cristallo in stile vittoriano in metallo e vetro, costruito in occasione dell'Esposizione delle Isole Filippine nel 1887, circondato da piante e affacciato su un laghetto, che ospita mostre di arte contemporanea.

Per pranzo e per tutto il pomeriggio ci sposteremo a Chueca, il quartiere hippy della città. Troveremo tante alternative per mangiare: dal Mercado di San Anton ai diversi locali che servono le tapas (quando andar per tapas si dice fare la "Marcia").

Le occasioni per lo shopping sono svariate, da The Deli Room, l'antica gastronomia che ospita designer, al Mercado de Fuenarral, dove troveremo abiti di scena, marchi più conosciuti, artisti, dj, parrucchieri, artigiani. Cena e Pernottamento in hotel.

QUARTO GIORNO

Prima colazione in hotel. A seconda dell'orario del volo, ancora tempo a disposizione in città.

Trasferimento all'aeroporto in tempo utile per il volo di rientro in Italia.

APPUNTI DI VIAGGIO



Ciao! Sono Simona e sarò con voi in questo week-end lungo alla scoperta della vivace Madrid e dei suoi poli commerciali.

Se parti da sola e vuoi evitare il supplemento singola, con un po' di spirito di adattamento potrai condividere la camera con un'altra viaggiatrice. Farò il possibile per trovarti la compagna giusta, in base a quello che mi racconterai di te!

Madrid sta diventando capitale dello shopping europeo, sta pian piano guadagnando terreno su Londra, anche perché il clima è decisamente più piacevole. Noi coniugheremo alla classica visita della città l'attività prettamente femminile dello shopping!

Nella capitale madrilenas potremo trovare brand originalissimi come Bimba Y Lola, nato nel 2006, che produce total look al femminile, famoso soprattutto per le borse, il più grande negozio di Zara al mondo (e qui il marchio è decisamente più economico che in Italia), una vecchia gastronomia dove ora espongono alcuni degli stilisti più estrosi della nazione.

Nella città ci sono tre "poli commerciali": il Centro (tra Puerta del Sol e Gran Via), Chueca (quartiere hippy ed eccentrico) e Salamanca (quartiere chic e con negozi di lusso).

Cercheremo di scoprirli tutti, camminando il più possibile a piedi, così faremo anche un po' di sport!

Quando proprio saremo stanche, potremo usare la metropolitana: la città vanta una rete molto fitta e i biglietti sono economici.

DESCRIZIONE STRUTTURA



HOTEL VICTORIA 4 ***

La struttura è situata in pieno centro, nelle immediate vicinanze della Puerta del Sol, nodo della città; da qui si può raggiungere a piedi la gran parte delle attrazioni della capitale.

Hotel storico, risalente al 1850, vanta interni finemente rinnovati.

La colazione e la cena possono essere consumati nel ristorante tradizionale "Carmela".

Le camere sono insonorizzate, dotate di cassaforte gratuita e di ampio bagno con vasca e asciugacapelli.



LA QUOTA INCLUDE

- 3 PERNOTTAMENTI IN CAMERA DOPPIA
- TRATTAMENTO DI MEZZA PENSIONE (BEVANDE ESCLUSE)
- TOUR A PIEDI DELLA CITTÀ CON GUIDA PARLANTE ITALIANO
- NOSTRA RAPPRESENTANTE D'AGENZIA (SIMONA)
- ASSICURAZIONE MEDICO-BAGAGLIO

LA QUOTA NON INCLUDE

- VOLO A/R
- EVENTUALI BIGLIETTI PER LA METROPOLITANA
- TRASFERIMENTO DA/PER L'AEROPORTO € 45 IN MEZZO CONDIVISO CON UN'ALTRA PERSONA
- EVENTUALI TASSE DI SOGGIORNO DA PAGARE IN LOCO
- TUTTO QUANTO NON ESPRESSAMENTE INDICATO IN "LA QUOTA INCLUDE"

COSTI

- QUOTE PER PERSONA IN CAMERA DOPPIA DA € 380
- 3 PERNOTTAMENTI + MEZZA PENSIONE + TOUR GUIDATO + ASSICURAZIONE
- VOLO NON INCLUSO: CHIEDETECI LA MIGLIORE QUOTAZIONE IN BASE ALLE VOSTRE ESIGENZE.



Dal 20 al 24 giugno 2019

Un breve tour al femminile nel colorato Marocco, coronato da una cooking class. Con partenza dall'esotica Marrakech, in cui il caos e il traffico verranno accompagnati da un soggiorno in tranquillo riad di lusso con spa, per poi raggiungere il deserto, dove la pace regna sovrana!

PROGRAMMA

PRIMO GIORNO

Arrivo all'aeroporto di Marrakech in mattinata. Trasferimento in hotel e pranzo libero. Incontro con guida locale parlante italiano per visita di Marrakech. Quasi al centro del Marocco, 580 km a sud di Tangeri, 327 km a sudovest di Rabat e 246 km

a nordest di Agadir, si trova la meravigliosa città di Marrakech. Chiamata anche la città rossa, Marrakech è la quarta città per dimensione del Marocco dopo la capitale Rabat, Fez e Casablanca.

Questa città vivace e affascinante ha una Medina meravigliosa, e il suo cuore pulsante è piazza Djemaa el Fna, dove si incontrano acrobati, incantatori di serpenti, ballerini, musicisti, comici e cantastorie.

Marrakech è la più importante delle città imperiali: fondata nella metà dell'anno 1000, nel corso dei secoli è stata influenzata dallo stile andaluso, di cui sono esempio le mura in arenaria che la cingono e numerosi edifici.

Marrakech, inoltre, è il fulcro del commercio del Marocco, e tra le strade labirintiche della Medina potrete trovare circa 20 souq dove passeggiare e osservare le numerose merci in vendita, dai tappeti berberi ai cappelli di lana, dalle spezie ai cestini, passando per molti oggetti dell'artigianato locale. Nella parte moderna della città, la Ville Nouvelle, troverete piacevoli caffè all'aperto, negozi di lusso, numerosi giardini e viali tipici degli interventi architettonici francesi. La popolazione di Marrakech è nota per l'ospitalità, il buonumore e l'onestà. Il cibo è ottimo e potrete gustare il meglio della cucina tradizionale marocchina a ogni angolo della città, dove si trovano numerosi chiosci e ristoranti.

La Medina di Marrakech è il posto dove troverete ristoranti in stile francese, bistrot e gran parte dei locali. Le montagne dell'Atlante che si trovano alle spalle della città fanno sì che le estati a Marrakech siano umide e calde e gli inverni rigidi con precipitazioni anche a carattere nevoso. Successivamente, incontreremo un cuoco locale che ci insegnerà l'arte della cucina marocchina. Impareremo il lessico degli ingredienti utilizzati e l'importanza delle spezie, che sono al primo posto nella cucina marocchina.

Potremo assistere e partecipare alla creazione di questi piatti tipici della tradizione. Tra i più importanti ricordiamo il cuscus e tajine. Una lezione di cucina della durata di circa 3-4 ore per apprendere i segreti dei cibi di questa popolazione.

Rientro in hotel per la cena.

NB L'ordine delle attività potrebbe subire variazioni.

SECONDO GIORNO

Dopo la colazione in hotel, incontro con

la guida per partire in direzione dell'Alto Atlante attraversando il passo del Tizi-n-Tichka, salendo attraverso una strada che si arrampica dalla pianura fino a 2260 m sul livello del mare, incontrando piccoli villaggi e cascate, cambiando il paesaggio e i colori delle montagne in modo molto suggestivo. Sarà possibile fare una sosta sul passo per un bicchiere di rinfrescante tè alla menta e per ammirare il paesaggio prima di prendere la strada per la Kasba di Ait Benhaddou, dove arriveremo in tempo per il pranzo. Qui potremo visitare la famosa kasba, dichiarata Patrimonio mondiale dall'Unesco, che è stata scenario delle riprese di film come Il Gladiatore, Babel, Lawrence d'Arabia, Il legionario, Il tè nel deserto e molti altri ancora. Partiremo poi verso Ouarzazate, attraverso la famosa valle delle Rose e la valle del Dades. Arriveremo alle gole del Dades in tempo per il tramonto. Cena e pernottamento in hotel.

TERZO GIORNO

Dopo la colazione, avremo la possibilità di fare una passeggiata attraverso le gole del Dades. Proseguiremo il viaggio passando per la valle del Draa, dove ci fermeremo per una piacevole passeggiata, attraversando il palmeto e il ksour fino a Zagora. Pranzo in corso d'escursione (incluso). Arrivo nel pomeriggio a Zagora, dove partiremo a dorso di cammello, con tutto l'occorrente per trascorrere la notte. L'escursione inizierà dal deserto fino a raggiungere una piccola oasi nel mezzo delle dune, dove passeremo la notte in campo con tende di lusso, gustando una cena tipica.

QUARTO GIORNO

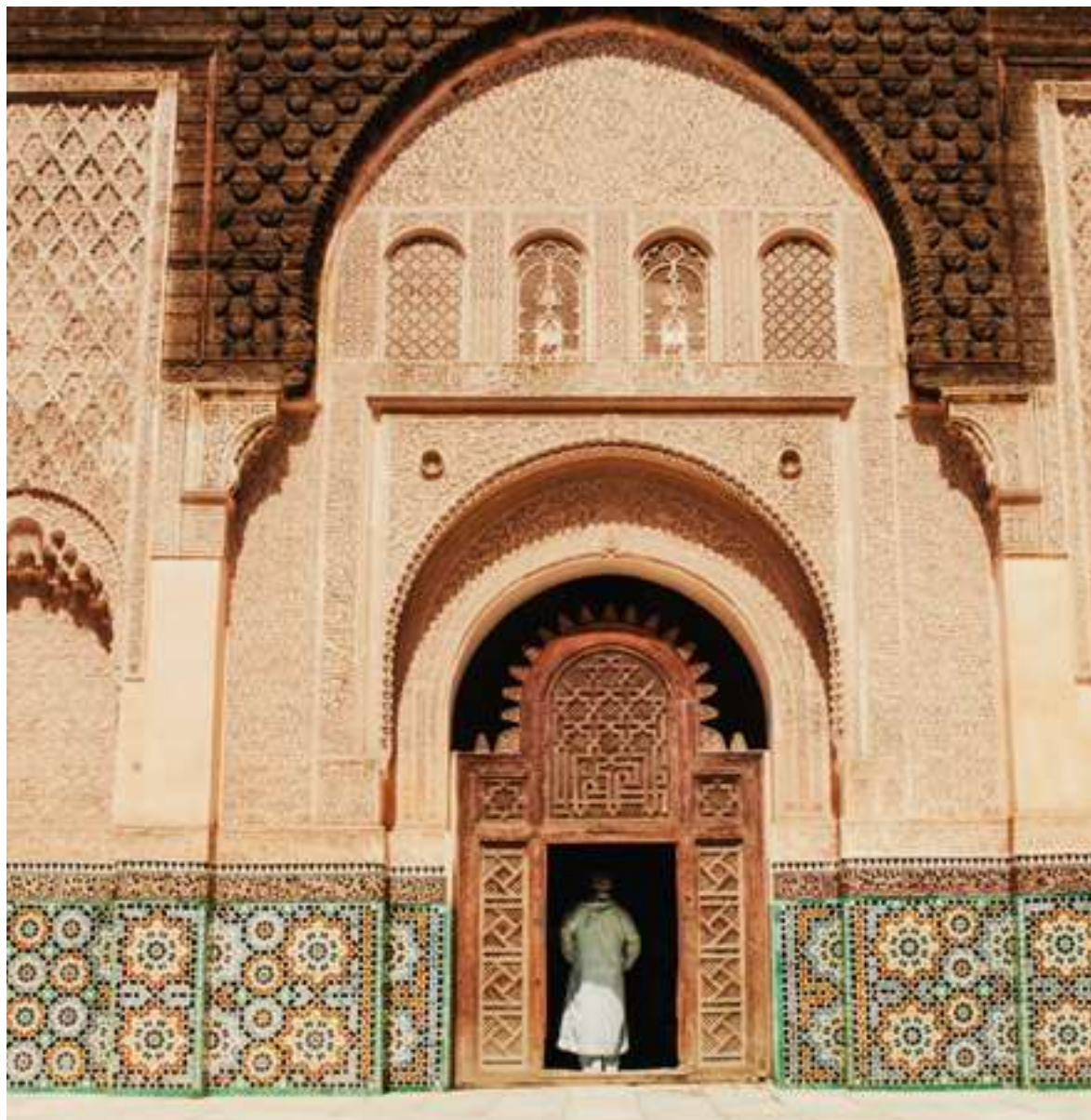
Sveglia presto al mattino per vedere l'alba e i diversi colori delle dune rispetto a quelli del tramonto. Successivamente inizieranno i preparativi per il rientro sempre a dorso di cammello per giungere a un bivacco, in cui ci sarà anche la possibilità di rinfrescarsi. Dopo colazione, partenza con direzione Marrakech. Durante il tragitto sosta

per vedere le tante kasbah che si trovano nella valle del Daraa, per poi proseguire verso Ouarzazate, dove faremo una sosta per il pranzo. Arrivo a Marrakech nel pomeriggio. Tempo libero a disposizione.

Cena in hotel.

QUINTO GIORNO

Colazione in hotel e trasferimento all'aeroporto in tempo utile per il volo di rientro.



DESCRIZIONE STRUTTURA



ROYAL MIRAGE DELUXE**** (Marrakech)
Situato a 5 minuti di auto dalla piazza Jamaa El Fna, questo hotel offre eleganti camere climatizzate, una piscina all'aperto e un centro benessere con area fitness, sauna e hammam. Arredate in elegante stile marocchino, le sistemazioni vantano la connessione Wi-Fi

gratuita, una rilassante area salotto con tv a schermo piatto e un bagno interno completo di asciugacapelli.

Ogni mattina viene servita una prima colazione a buffet. L'hotel offre una scelta di 3 ristoranti, consentendovi di gustare specialità francesi, marocchine e libanesi. Imperdibili lo snack bar a bordo piscina e l'elegante cocktail bar in loco.

APPUNTI DI VIAGGIO



Ciao! Sono Lucia, e voglio portarvi con me alla scoperta del Marocco!

Sono stata in Marocco nel Natale del 2017, e Marrakech, nonostante sia una città molto caotica, mi ha lasciata sbalordita: i suoi colori, il mercato e i suoi profumi non li scorderò mai.

Proprio per questo imparare l'arte della cucina marocchina sarà un'esperienza che non potete perdere! Sarà un tour divertente e speziato! In più non si può andare in Marocco senza trascorrere una notte nel deserto, un'esperienza che almeno una volta nella vita deve essere fatta!

Questo viaggio è costruito per donne, quindi ci dedicheremo anche a qualche attività prettamente femminile, come ad esempio un corso sulla cucina marocchina. Avremo a disposizione un cuoco personale che ci mostrerà i segreti di questa cucina estremamente varia. Una cucina che è stata soggetta a influenze berbere, moresche, mediterranee e arabe.

Se parti da sola e vuoi evitare il supplemento singola, con un po' di spirito di adattamento potrai condividere la camera con un'altra viaggiatrice. Farò il possibile per trovarti la compagna giusta, in base a quello che mi racconterai di te!

La maggior parte del personale non è retribuita molto bene e fa quindi molto affidamento sulle mance per incrementare il proprio reddito. Generalmente una mancia da 10 a 20 dirham è adatta per facchini, per chi si presta a farsi fotografare e a chi fornisce indicazioni. Il personale di ristoranti, bar, club e caffè si aspetta una mancia sia dai turisti sia dai marocchini. Supponendo un servizio soddisfacente, normalmente si lasciano 2-5 dirham per conti di basso importo e circa il 10% per quelli più alti. Una mancia che varia dal 10 al 20% è pratica abituale per autisti e guide.







LA QUOTA INCLUDE

2 PERNOTTAMENTI A MARRAKECH CON TRATTAMENTO DI MEZZA PENSIONE

•
3 GIORNI E 2 NOTTI DI TOUR CON TRATTAMENTO DI PENSIONE COMPLETA

•
VISITA GUIDATA IN ITALIANO DI MARRAKECH

•
TRASFERIMENTO DA/PER L'AEROPORTO

•
NOSTRA RAPPRESENTANTE D'AGENZIA (LUCIA)

•
ASSICURAZIONE SPESE MEDICHE 30.000, BAGAGLIO € 750, ASSISTENZA DURANTE IL VIAGGIO

•
1 LEZIONE DI CUCINA MAROCCHINA CON CUOCO LOCALE

LA QUOTA NON INCLUDE

VOLO A/R

•
BEVANDE AI PASTI

•
ASSICURAZIONE ANNULLAMENTO (FACOLTATIVA)

•
MANCA A GUIDE E AUTISTI € 20 DA CONSEGNARE A LUCIA A INIZIO VIAGGIO

•
TUTTO QUANTO NON ESPRESSAMENTE INDICATO IN "LA QUOTA INCLUDE"

COSTI

QUOTA PER PERSONA IN CAMERA DOPPIA € 660

•
4 PERNOTTAMENTI + PASTI COME DA PROGRAMMA + TOUR + COOKING CLASS + TRASFERIMENTI + ASSICURAZIONE

•
IL VOLO NON È INCLUSO, RICHIEDICI LA MIGLIORE QUOTAZIONE.

NEW YORK

A NEW YORK CON LUCIA: SHOPPING,
LOCALI ALLA MODA E TOUR



Dal 22 al 28 settembre 2019

New York, il centro del mondo! La meta ideale per tutte le donne: dallo shopping sfrenato ai locali di lusso! La Big Apple, il cuore pulsante d'America. Partiamo per questo viaggio e diventiamo "le ragazze" della grande mela!

PROGRAMMA

PRIMO GIORNO

Incontro con Lucia a Milano Malpensa e partenza con volo intercontinentale.

Arrivo nella metropoli per eccellenza nel pomeriggio, trasferimento a Manhattan e sistemazione in hotel.

Vista la vicinanza dell'hotel a Times Squa-

re (circa 20 minuti a piedi), Lucia avrà il piacere di accompagnarvi alla piazza più famosa del mondo per avere il primo impatto con la caoticità newyorchese.

Times Square è il luogo più visitato di Manhattan. Questa piazza, conosciuta anche come "l'incrocio del mondo", ha dozzine di maxischermi LED ed è pieno di personaggi particolari. È il posto in città dove si fanno più selfie e un must per turisti.

Neanche tanto tempo fa, Times Square non era niente di speciale, ma durante gli anni Novanta il precedente sindaco Giuliani e Disney hanno trasformato la piazza nello spettacolo di luci e architettura che è oggi.

Tempo libero a disposizione, cena libera e rientro in hotel per il pernottamento.

SECONDO GIORNO

Dopo colazione incontro con la nostra guida locale parlante italiano per la visita dei posti più iconici e autentici di Manhattan, il cuore della Grande Mela. Il tour verrà fatto in parte con un pulmino privato (durata del tour 5 ore).

Prime fermate a Lincoln Center, Central Park West, Dakota Building, Upper West Side e Harlem.

Poi passeremo per l'American Museum of Natural History, il Guggenheim Museum, il Metropolitan Museum, il Museo del Barrio and the Frick Collection, e successivamente per la Fifth Avenue, il Rockefeller Center, il Radio City Music Hall, con una fermata alle Nazioni Unite con una bella vista del Chrysler Building.

Successivamente un'altra fermata al Flatiron Building, in cui vedremo anche l'Empire State Building.

Poi si continua per downtown attraversando Greenwich Village e Bleecker Street, Soho, con una fermata Little Italy e Chinatown dove faremo una passeggiata con la guida.

Successivamente arriveremo e ci fermeremo sul ponte di Brooklyn.

Dopo una pausa caffè proseguiremo con Wall Street, il Financial District, con una fermata a Battery Park per vedere da lontano la Statua della Libertà.

Faremo l'ultima tappa alla West Highway, vedendo la Freedom Tower, e raggiungeremo il famoso Meatpacking District, rinomato per ristoranti e discoteche di lusso.

Pranzo libero.

Pomeriggio libero per visitare e salire sul Top of The Rock o sull'Empire State Buil-

ding (biglietti non inclusi).

Resto della giornata a disposizione, cena libera e pernottamento in hotel.

TERZO GIORNO

Dopo colazione in hotel oggi ci dedicheremo finalmente allo shopping!

Verrete sorprese dalla quantità di negozi, e da quanto sono enormi i centri commerciali. New York offre davvero ottime opportunità per fare acquisti, e moltissimi sono i negozi di moda, tecnologia, giocattoli, elettronica e molto altro.

Se siete fan di Sex and the City o avete letto i libri di Sophie Kinsella, saprete che New York è il paradiso incontrastato dello shopping, in America e non solo. Crogiolo di razze e culture, è a New York che nascono nuovi stili e tendenze.

La via dello shopping firmato per eccellenza è la Fifth Avenue, la quinta strada: un susseguirsi di boutique, negozi di alta moda ma non solo. Immane una passeggiata, anche solo per ammirare le vetrine.

Lungo questa via troverete Barney's New York, specializzato in abiti firmati di qualità (660 Madison Ave), Bergdorf Goodman (754 5th Ave), lussuoso ed elegante, l'esclusivo Henri Bendel (712 5th Ave), che espone gioielli Art Decò e scarpe fatte a mano come vere e proprie opere d'arte, solo per citarne alcuni. Ancora: Saks Fifth Avenue (615 5th Ave), un'istituzione in campo di stile ed eleganza, e non si potrà fare a meno di notare l'ingresso di Tiffany, reso indimenticabile dal celebre film.

Visiteremo il famoso centro commerciale di Macy's. Questo è certamente il grande magazzino più conosciuto a New York, che si vanta addirittura di essere il più grande al mondo: le sue dimensioni, che occupano un intero isolato, potrebbero dargli ragione!

Davanti al centro commerciale di Macy's, avremo la possibilità di entrare nel famoso negozio di lingerie femminile Victoria's Secret. Verrete colpite da questi appariscen-

ti negozi dalle esposte ali da angelo, che vengono indossate dalle bellissime modelle per le sfilate di intimo. I maxi schermi e tv all'interno mandano a ripetizione le foto e i video di queste sfilate, famose per la cura di ogni dettaglio e la presenza di innumerevoli attrici e cantanti famose. Rientro in hotel e ritrovo alle ore 19:00 davanti Paramount Hotel, per il tour delle terrazze panoramiche di New York (3 drink inclusi). Questo tour in 3 Rooftop Lounge ci darà modo di vivere il vero sogno mostrato da tanti film e telefilm americani. Il cielo è il limite, tranne a New York, dove arrivare a toccarlo è facile.

I bar panoramici sono una delle attrazioni più grandi di Manhattan. Impossibile non emozionarsi facendo scorrere la vista oltre i grattacieli, sorseggiando un drink, lasciando che il sogno di New York si impadronisca di noi. Rientro in hotel per il pernottamento.

QUARTO GIORNO

Dopo colazione, Lucia vi accompagnerà nel luogo più toccante di Manhattan. Visiteremo la zona del World Trade Center, conosciuta come "Ground Zero" dopo gli attentati dell'11 settembre 2001, che si trova in Lower Manhattan (o Downtown Manhattan).

A 10 anni dagli attentati, l'11 settembre 2011 ha aperto un nuovo centro per la memoria delle vittime, chiamato 9/11 Memorial, e il 21 maggio 2014 ha aperto il museo. Il memoriale è ubicato proprio nella zona dell'ex complesso del World Trade Center, in 1 Liberty Plaza; è visitabile gratuitamente tutti i giorni, dalle 8:30 alle 20:30, senza più bisogno di pass.

Il 9/11 Memorial è frutto di un concorso internazionale del 2003, in cui il progetto degli architetti Arad e Walker è stato approvato dopo un lungo processo di selezione. Il nome del progetto, Reflecting Absence, ha comportato da un lato la costruzione di due enormi vasche in quello che era lo spazio occupato dalle due torri, circondate

da un bosco composto da 400 alberi.

Sul bordo delle vasche sono incisi su placche di metallo i nomi delle 3000 persone che hanno perso la vita sia alle torri sia negli altri luoghi degli attentati di quel tragico giorno, e anche i nomi dei morti nell'attentato al World Trade Center nel 1993.

Tra i vari alberi ce n'è uno molto importante: il Survivor Tree. Situato di fronte alle vecchie torri gemelle, durante il giorno dell'attentato fu gravemente danneggiato, riuscendo tuttavia a rimanere miracolosamente in vita. Trapiantato una prima volta per poter essere curato in serra, è stato riportato dopo vari anni al suo posto: sotto la sua fronda si possono riconoscere i segni e le cicatrici di quel giorno. L'albero ha un significato speciale per i newyorkesi, che ne hanno fatto un simbolo della città. Pranzo libero. Nel pomeriggio ci sposteremo a Battery Park per salire sul traghetto per raggiungere la Statua della Libertà ed Ellis Island. Avremo a disposizione un'audioguida in italiano. Rientro in hotel, cena libera e pernottamento.

QUINTO GIORNO

Dopo colazione, ci recheremo a Central Park per una tranquilla passeggiata nel cuore di Manhattan. Il più grande parco del distretto si trova nella Uptown, al centro tra i due quartieri residenziali, l'Upper West Side e l'Upper East Side, che prendono il nome dalla loro posizione rispetto al parco. Anche le strade che lo circondano prendono il suo nome.

Nei 340 ettari che occupa troveremo giardini, laghi artificiali, cascate e zone simili a quelle di un vero e proprio bosco. All'interno del parco vi è, inoltre, lo zoo.

Oltre a essere il principale polmone di Manhattan, questo parco è uno dei luoghi preferiti dai newyorkesi per passeggiare, prendere il sole e fare sport.

Pranzo libero e resto del pomeriggio a disposizione. È possibile dedicare anche parte del nostro tempo alla visita del

MoMA (Museo di arte moderna).

Nel tardo pomeriggio (ore 19:00) ci incontreremo al The Duplez Piano Bar, per iniziare una serata nei famosi locali della serie televisiva Sex and The City.

Sex and the City è stato uno dei più grandi fenomeni televisivi di tutti i tempi. Ragazze sole e in carriera che tentano di costruirsi la propria felicità newyorkese! Di farcela da sole, di raggiungere un sogno, di vivere.

Per farvi assaggiare questa atmosfera unica, il tour unisce l'atmosfera del Village all'eleganza del Meatpacking District. Visiteremo i posti in cui è stata girata la serie, tra cui la casa di Carrie, Tao, Buddakan e

Magnolia Bakery.

Visiteremo 4 delle location presenti nel telefilm. Ci sposteremo in taxi proprio come nel telefilm. Il tour include 2 drink, uno snack e una deliziosa sorpresa.

Rientro in hotel per il pernottamento.

SESTO GIORNO

Colazione in hotel. Tempo a disposizione per lo shopping dell'ultimo minuto.

Trasferimento in aeroporto in tempo utile per il volo.

SETTIMO GIORNO

Arrivo a destinazione.



DESCRIZIONE STRUTTURA



Se parti da sola, in questo viaggio puoi condividere la camera con un'altra viaggiatrice e così evitare il supplemento singola. Farò il possibile per trovarti la compagna giusta, in base a quello che mi racconterai di te!

HERITAGE HOTEL ***

Grazie alla posizione ottimale dell'Heritage Hotel (Midtown), ci troveremo a 5 minuti a piedi dal Flatiron Building e dal Madison Square Gar-

den, e a 10 minuti dall'Empire State Building e a meno di un quarto d'ora da Macy's.

L'hotel dispone di 111 camere dotate di aria condizionata, Wi-Fi gratuito, cassaforte e ferro/asse da stiro. I bagni dispongono di vasca o doccia e asciugacapelli. Le pulizie sono eseguite tutti i giorni.

La colazione continentale viene servita tutti i giorni dalle ore 7:00 alle ore 10:00.

A disposizione: una palestra aperta giorno e notte, quotidiani gratuiti nella hall.

APPUNTI DI VIAGGIO



Ciao! Sono Lucia e partirò dall'Italia con voi in questo esuberante viaggio.

Sono stata a New York diversi anni fa, e, se volete conoscere le mie impressioni sulla Grande Mela, potete leggere il mio articolo sul nostro blog: *Quando mi regalarono*

New York per Natale. New York mi ha stupita ed entusiasma-

ta allo stesso tempo. Ma sono consapevole che, essendo una città in continua evoluzione, sarà come visitare un luogo nuovo, diversa dall'ultima volta in cui ci sono stata e differente da come la ritroverò la prossima volta!

Questo viaggio è costruito per donne, quindi ci dedicheremo anche a qualche attività prettamente femminile.

Primo tra tutti, seguire le tracce delle "ragazze" della famosa serie televisiva *Sex and the City*. E ovviamente a New York non può mancare lo shopping! Ci potremo sbizzarrire in negozi di lusso e per tutte le tasche.

Lo shopping a New York è un'esperienza che non può assolutamente mancare nella vostra lista delle "cose da fare"! Durante questo viaggio visiteremo la città per lo più a piedi, ma verranno utilizzati anche mezzi pubblici come metropolitana e anche mezzi privati durante i tour guidati. Che si tratti di un aspetto culturale newyorkese, americano, o di un'usanza presa nel tempo e fatta propria, rimane il fatto che le mance a New York sono praticamente obbligatorie.

La mancia, in inglese *tip*, concettualmente va lasciata a chiunque vi offra un servizio, sia esso il cameriere al ristorante che vi serve la cena, il fattorino che vi porta le valigie in camera, il barista che vi serve un drink, il tassista che vi scorrazza in giro per la città.





LA QUOTA INCLUDE

5 PERNOTTAMENTI IN CAMERA DOPPIA CON
PRIMA COLAZIONE

•
TRASFERIMENTO CONDIVISO DA/PER
L'AEROPORTO

•
1 TOUR GUIDATO IN ITALIANO UTILIZZANDO
MEZZO PRIVATO (DURATA 5 ORE)

•
1 TOUR SERALE SULLE TERRAZZE ROOFTOP
LOUNGE (INCLUDE TRASFERIMENTI PER
RAGGIUNGERE LE TERRAZZE)

•
1 TOUR SERALE "SUI PASSI DI SEX AND THE CITY"
(INCLUDE 2 DRINK)

•
1 INGRESSO CON AUDIOGUIDA ALLA STATUA
DELLA LIBERTÀ

•
NOSTRA RAPPRESENTANTE DI AGENZIA (LUCIA)

•
ASSICURAZIONE SPESE MEDICHE ILLIMITATE,
BAGAGLIO € 1000, RESPONSABILITÀ CIVILE
€ 100.000, INFORTUNI € 50.000

LA QUOTA NON INCLUDE

EVENTUALI TASSE DI SOGGIORNO DA PAGARE IN
LOCO

•
ASSICURAZIONE ANNULLAMENTO (FACOLTATIVA)

•
VOLO A/R

•
AUTORIZZAZIONE ESTA (DA RICHIEDERE ON LINE)

•
INGRESSI AD ATTRAZIONI E BIGLIETTI DELLA
METROPOLITANA

•
MANCE AD AUTISTI, FACCHINI, CAMERIERI € 50 DA
CONSEGNARE A LUCIA A INIZIO VIAGGIO

•
TUTTO QUANTO NON ESPRESSAMENTE INDICATO
IN "LA QUOTA INCLUDE"

COSTI

QUOTE PER PERSONA IN CAMERA DOPPIA € 1360

•
5 PERNOTTAMENTI CON COLAZIONE + TOUR
E VISITE COME DA PROGRAMMA + NOSTRA
REFERENTE DI AGENZIA + TRASFERIMENTI
DA/PER HOTEL + ASSICURAZIONE

•
VOLI DALL'ITALIA ESCLUSI (CHIEDETECI LA
QUOTAZIONE MIGLIORE).



Dal 20 al 22 aprile 2019

Una Pasqua alternativa tra donne in completo relax! Che cosa ci può essere di meglio? Stacciamo la spina e immergiamoci nella bella Ischia, tra massaggi, centri termali e buon cibo.

PROGRAMMA

PRIMO GIORNO

Ritrovo alla Stazione di Napoli Centrale in tarda mattinata, incontro con tutte le partecipanti e trasferimento al porto di Napoli, dove ci imbarcheremo sul traghetto (durata del tragitto 1 ora e mezza circa). Arrivate al porto di Ischia, verremo accom-

pagnate all'hotel. Resto della giornata dedicato al relax e ai trattamenti di bellezza. Cena e pernottamento in hotel.

SECONDO GIORNO

Colazione in hotel. Oggi ci recheremo al parco termale Poseidon, meglio noto come Giardini Poseidon Terme, poco distante dall'hotel (1 km circa).

Giardini Poseidon Terme è il più grande parco termale dell'isola: acque termali altamente curative alimentano oltre 20 piscine immerse nel verde, con temperature che variano da 28 °C a 40 °C, 3 piscine con acqua di mare per il nuoto sportivo, una grotta di vapore termale secondo la tradizione greco-romana scavata nel tufo, 3 gruppi Kneipp (bagni alternati 40 °C / 15 °C) di effetto circolatorio e un cammino di esercizio vascolare degli arti inferiori.

Un esclusivo centro salute e benessere: 500 metri quadrati per farvi coccolare all'insegna del wellness con massaggi rilassanti, trattamenti estetici e fisioterapici e rigorose terapie mediche da parte di personale altamente qualificato.

A completare l'offerta del parco, un'accogliente e tranquilla spiaggia privata lunga

circa 500 metri per complessivi 8000 mq di estensione, perfettamente organizzata e sorvegliata.

Sulla sabbia trovano posto gli eleganti ombrelloni in rafia naturale che caratterizzano i Giardini Poseidon, da sempre realizzati appositamente per il parco da un artigiano locale.

Rientro in hotel, cena e pernottamento.

NB Biglietto, pranzo e trasferimento per il parco non inclusi.

TERZO GIORNO

Dopo colazione, ultime ore di relax presso il centro termale dell'hotel.

Trasferimento verso Ischia Porto; ad attenderci il traghetto che ci porterà a Napoli e trasferimento fino alla stazione Centrale.

DESCRIZIONE STRUTTURA



HOTEL PARCO MARIA TERME****

L'hotel Parco Maria Terme è costituito da diversi edifici nel villaggio di Cuotto, a Forio d'Ischia. Sul sito potrete trovare un parco, 3 piscine termali e un ristorante.

La maggior parte delle camere è dotata di balcone o terrazza, con vista sul pittoresco parco a giardino, il mare o la piscina.

Il centro termale Terme Parco Maria offre trattamenti a base del fango locale, proveniente dalle grotte intorno a Ischia.

L'hotel Terme Parco Maria offre agli ospiti 3 piscine con le celebri acque termali di Ischia, dono del fertile sottosuolo che circonda l'hotel.

2 piscine sono esterne, nascoste nei giardini di piante tropicali e subtropicali del parco e circondate da grandi solarium con lettini e ombrelloni. La terza piscina dell'hotel è interna ed è perfetta

per un bagno rilassante in tranquillità; la piscina interna d'estate viene scoperta per godere al meglio del sole e della natura circostante.

Tra una piscina e l'altra si stendono isolette di macchia mediterranea, con palme e fiori sgarigianti. Ai bordi delle piscine, potenti cascatelle con getti di acqua termale infondono energia e invitano a lasciarsi alle spalle tutti i problemi, per godere al meglio della vacanza a Ischia. Il mio consiglio? Lasciarsi andare a un completo relax. Il sontuoso parco è pieno di enormi palme e fiori magnifici.

Il ristorante La Pietra Verde serve piatti napoletani e mediterranei, tra cui pesce fresco, carne alla griglia e buffet di verdure. Snack e bevande sono servite a bordo vasca.

La bellissima spiaggia di Citara dista solo 1 km dal Parco Maria. C'è una fermata del bus per il centro di Forio a 100 metri.



APPUNTI DI VIAGGIO



Ciao! Sono Lucia e voglio trascorre con voi queste giornate all'insegna del relax e della bellezza!

Dopo aver sentito tanto nominare e parlare di questa fantastica isola, sinonimo di puro relax e bellezza, ho deciso finalmente di andarci e di portarvi con me per un week-end pasquale alternativo!

Se parti da sola e vuoi evitare il supplemento singola, con un po' di spirito di adattamento potrai condividere la camera con un'altra viaggiatrice. Farò il possibile per trovarti la compagna giusta, in base a quello che mi racconterai di te!

Questo viaggio è costruito per donne, quindi ci dedicheremo anche ad attività prettamente femminili, ma a Ischia non risulterà difficile, visto che il benessere e la bellezza sono al primo posto.

Incluso nel pacchetto un trattamento al centro benessere dell'hotel a scelta tra massaggio linfodrenante parziale, riflessologia plantare o massaggio decontratturante.





LA QUOTA INCLUDE

- 2 PERNOTTAMENTI
-
- TRATTAMENTO DI MEZZA PENSIONE (BEVANDE ESCLUSE)
-
- TRASFERIMENTI DA NAPOLI STAZIONE CENTRALE ALL'HOTEL A/R
-
- TRAGHETTO NAPOLI-ISCHIA A/R
-
- 1 TRATTAMENTO AL CENTRO TERMALE DELL'HOTEL
-
- ASSICURAZIONE MEDICO-BAGAGLIO

LA QUOTA NON INCLUDE

- BEVANDE AI PASTI
-
- TRASFERIMENTI DALLA VOSTRA CITTÀ ALLA STAZIONE CENTRALE DI NAPOLI
-
- TRASFERIMENTO DA HOTEL A GIARDINI POSEIDON A/R
-
- BIGLIETTO D'INGRESSO AI GIARDINI POSEIDON € 33
-
- ASSICURAZIONE ANNULLAMENTO (FACOLTATIVA)
-
- TUTTO QUANTO NON ESPRESSAMENTE INDICATO IN "LA QUOTA INCLUDE"

COSTI

- QUOTA PER PERSONA IN CAMERA DOPPIA € 344
-
- TRASFERIMENTI DA NAPOLI STAZIONE CENTRALE AL PORTO + TRAGHETTO PER ISCHIA E RITORNO + 2 PERNOTTAMENTI + MEZZA PENSIONE
-
- IL TRASFERIMENTO DALLA TUA CITTÀ A NAPOLI NON È INCLUSO: CHIEDICI LA MIGLIORE QUOTAZIONE IN BASE ALLE TUE ESIGENZE.

VIETNAM

IN VIETNAM CON SARA: TRA ANTICHE
TRADIZIONI E PAESAGGI SUGGERITIVI



Dal 27 agosto all'8 settembre 2019

Itinerario in Vietnam costruito per vivere un'esperienza toccante tutta al femminile. Visiteremo i luoghi must, come l'incantevole baia di Halong, combinandoli con esperienze dirette a stretto contatto le donne locali. Venite con noi!

PROGRAMMA

PRIMO GIORNO

Arrivo ad Hanoi e trasferimento in hotel. La stanza sarà a nostra disposizione a partire dalle 14:00.

Hanoi (in vietnamita "al di qua del fiume"), capitale politica del Vietnam, è adagiata lungo la sponda del Fiume Rosso ed è abi-

tata da circa un milione di persone.

Capitale imperiale fin dal 1010 e durante la dinastia Le dal 1428 al 1788, riprese il suo ruolo nell'Indocina francese durante il periodo coloniale dal 1902 al 1953, per diventare la capitale politica del paese dopo la riunificazione nel 1976.

Nel pomeriggio andremo a visitare il mausoleo di Ho Chi Minh e la pagoda a un solo

pilastro. Continueremo con la visita del Museo delle donne vietnamite, uno dei più interessanti musei di Hanoi.

Faremo una passeggiata al lago della Spada Restituita (Hoan Kiem) e poi, a bordo di un ciclo, visiteremo il Quartiere Vecchio. Pasti liberi.

SECONDO GIORNO

Giornata dedicata a una lezione di cucina che ci mostrerà il meglio della cucina vietnamita. La lezione si svolgerà in una casa tradizionale ad Hanoi.

Impareremo a cucinare piatti tipici semplici e deliziosi sotto la guida esperta dello chef. Una volta completati i piatti, potremo gustare il nostro pasto vietnamita, sorseggiando birre locali e altre bevande.

Dopo il corso di cucina, avremo un trattamento speciale di cura delle unghie.

Poi rientreremo in hotel.

Pasti inclusi: colazione, pranzo.

TERZO GIORNO

La mattina (ore 8 circa) partiremo dall'hotel di Hanoi con la macchina privata e la guida locale alla scoperta di Ninh Bìn.

Situato alla pianura settentrionale, Ninh Bìn mostra bei paesaggi naturali e grotte incredibili.

Lungo il percorso, potremo ammirare la bellezza rurale dei villaggi.

Dopo 2 ore, giungeremo all'antica capitale di Hoa Lu, che occupa una valle circondata dalle montagne calcaree di Tràn An.

Visita dei templi dei 1000 anni dei regni Dinh Le e Hoa Lu, considerati due eroi del Vietnam. Dopo l'approfondimento storico, andremo a Tam Coc, considerata "la seconda baia di Halong sulla terra".

Dopo un pranzo in un ristorante tipico, nel pomeriggio inizieremo la scoperta delle magnifiche grotte.

A bordo di una barca sampan (un tipica barca asiatica), ammireremo panorami naturali tra cui le risaie, le grotte e rocce di varie forme.

Ci accompagneranno poi con la barca a

Tam Coc per una pausa, prima di raggiungere Bich Dong con la bicicletta. Faremo un giro in bici intorno ai villaggi per osservare meglio la vita quotidiana.

Nel pomeriggio, saluteremo questa città affascinante per ritornare ad Hanoi (arrivo previsto alle ore 18:30 circa).

Pasti inclusi: colazione, pranzo.

QUARTO GIORNO

Dopo colazione partiremo da Hanoi con autista privato e senza guida per un viaggio di 180 km verso la baia di Ha Long, definita l'ottava meraviglia del mondo.

La baia, costellata da rocce carsiche, ha subito nei millenni l'opera di erosione del vento e dell'acqua, creando un ambiente fantasmagorico di isole, isolette e faraglioni, alcuni dei quali alti centinaia di metri.

Alcune isole hanno formato un laghetto interno, accessibile attraverso un sentiero che sparisce del tutto durante l'alta marea, mentre altre presentano grotte e formazioni dalle forme più strane.

Durante le mezze stagioni, la foschia del mattino crea effetti ancor più suggestivi, facendo apparire e scomparire isole e rocce in lontananza.

Secondo una leggenda, le centinaia di isolotti sarebbero i resti della coda di un drago inabissatosi nelle acque della baia.

Parteciperemo a una crociera notturna a bordo di una splendida barca e mangeremo menù a base di pesce freschissimo.

Pernottamento a bordo.

Pasti inclusi: colazione, pranzo, cena.

QUINTO GIORNO

Ci sveglieremo presto per godere delle bellezze della baia al mattino.

Pranzo a bordo. Escursione attraverso le isole calcaree che circondano la baia. Nel pomeriggio trasferimento all'aeroporto per il volo per Da Nang. All'arrivo a Da Nang, incontreremo la guida locale. Trasferimento in hotel a Hoi An.

Pasti inclusi: colazione, pranzo.

SESTO GIORNO

Dopo la colazione, inizieremo la visita di Hoi An. Ci imbarcheremo per dirigerci al centro del fiume Thu Bon, in modo da poter osservare le attività quotidiane dei pescatori locali (come gettano le reti e acquistano i prodotti).

La nostra barca poi continuerà per circa mezz'ora di navigazione fino a raggiungere un villaggio di pescatori.

Faremo un cambio barca per salire su di una più piccola e ci addentreremo in una foresta di mangrovie. Gusteremo un pranzo delizioso in una casa locale. Nel pomeriggio faremo una passeggiata nelle viuzze della antica città.

I siti comprendono il ponte giapponese, il tempio cinese e la casa del commercio Tan Ky. Parteciperemo anche a un workshop di produzione delle lanterne, dove avremo l'opportunità di comprendere meglio questo prodotto di artigianato tradizionale.

Pasti inclusi: colazione, pranzo.

SETTIMO GIORNO

Partenza da Hoi An e trasferimento in una fattoria locale nel villaggio di Tra Que, dove parteciperemo alla concimazione dell'orto con i contadini e lavoreremo la terra con loro (rastrelleremo, semineremo e raccoglieremo le verdure). Successivamente i contadini ci mostreranno come preparare il tam huu, una prelibatezza locale, prima di sederci per un ottimo pasto cucinato a casa. Assaggeremo anche il banh xeo, una frittella saporita speciale avvolta in carta di riso, prima di ritornare in hotel. Rientreremo in hotel intorno alle 15:00, per poi recarci al Reaching Out Tea House per godere di una buona tazza di tè.

Un luogo molto particolare, che si trova all'interno di una casa antica, dove si degusta il tè in silenzio, respirando solo pace e serenità. Reaching Out non è solo una Teahouse, ma fa parte di un più ampio pro-

getto equo e solidale: il locale è gestito da ragazze sordomute, e la comunicazione avviene solo attraverso blocknotes e blocchetti di legno, incidendo solo le richieste più semplici (ice, hot water, bill, thanks...).

Inoltre Reaching Out è anche una bottega di artigianato locale di prodotti creati da persone disabili, per lo più legati al momento del tè: oggetti in ceramica, tovaglie ricamate e vasellame nello stile imperiale di Hué. Rientro in hotel.

Pasti inclusi: colazione, pranzo.

OTTAVO GIORNO

Giornata libera per godere delle bellezze del mare di Hoi An. Pasti inclusi: colazione.

NONO GIORNO

Dopo la colazione in hotel, tempo libero fino al trasferimento all'aeroporto di Da Nang per il volo interno per Ho Chi Minh.

Nel pomeriggio, visita del vecchio ufficio postale di Saigon, della cattedrale di Notre Dame, dell'Opera House e del mercato di Ben Thanh. In particolare, avremo la possibilità di imparare a creare un dipinto di sabbia sotto la guida della persona che ha portato quest'arte nel mondo: Mrs Y Lan. Y Lan, il cui vero nome è Tran Thi Hoang Lan, è una famosa artista vietnamita che utilizza sabbia multicolore per creare splendidi dipinti. Le sue opere sono famose in tutta l'Asia, così come in Europa e in Nord America. Rientro in hotel.

Pasti inclusi: colazione.

DECIMO GIORNO

Dopo la prima colazione, arriveremo al molo di Hung Vuong, per una navigazione lungo il fiume Ben Tre, uno degli affluenti del Mekong. Durante la navigazione avremo modo di vedere le attività quotidiane dei locali, come la pesca.

Sosteremo in vari luoghi di produzione locale, come quella del cocco. In un laboratorio potremo assaggiare cocco fresco.

Proseguiremo in barca fino al villaggio

di My Long, che raggiungeremo con una breve passeggiata, per vedere la produzione della carta di riso e goderci la torta di riso. Proseguiremo lungo un piccolo canale e ci fermeremo in un giardino dove producono il miele. Ascolteremo musica locale e visiteremo il mulino delle caramelle. La passeggiata prosegue per visitare la casa di un contadino che produce stuoie per dormire. In bicicletta o tuk tuk attraverseremo boschi e pianure coltivate. Continueremo il percorso con una barca locale e ci fermeremo per pranzo in un ristorante locale.

Ritorno al molo Hung Vuong in motoscafo, poi rientro a Ho Chi Minh per il pernottamento in hotel.

UNDICESIMO GIORNO

Dopo colazione lasceremo la città con auto privata per visitare i tunnel di Cu Chi, un distretto circa 30 km fuori Ho Chi Minh City, nell'area conosciuta come "Triangolo di ferro", dove si trova una intricata rete di gallerie sotterranee che si estende per ben 250 km, scavate interamente a mano fino a una profondità di 9 metri.

La rete di gallerie iniziò a essere scavata sotto un terreno ricoperto dalla giungla dai Viet Minh alla fine degli anni Quaranta del secolo scorso, durante la lotta di indipendenza dalle autorità coloniali francese. Negli anni Sessanta e Settanta i Viet Cong espansero gradualmente le gallerie per

difendersi dagli attacchi degli americani. Gli Stati Uniti, qui a Cu Chi, avevano una delle loro basi più grandi, ma questo non impedì ai Viet Cong di portare avanti con successo la guerra di sfinimento antiamericana, in cui i tunnel giocarono un ruolo strategico nella preparazione dell'offensiva del Tet.

Al suo apice, durante la guerra del Vietnam, la rete di tunnel nell'area di Cu Chi collegava le basi di supporto Viet Cong lungo una distanza di circa 250 km, dalla periferia di Saigon (ora Ho Chi Minh City) fino al confine cambogiano. I guerriglieri vietnamiti utilizzarono i tunnel per nascondere le truppe, per rifornirsi di armi o cogliere di sorpresa i soldati americani organizzando rappresaglie e spedizioni punitive. Potremo scendere nel tunnel per renderci conto delle dure condizioni affrontate dai guerriglieri.

Alla sera, trasferimento sulla riva del fiume Saigon e imbarco sulla Bonsai Cruise. Ci godremo una cena a buffet a bordo.

Rientro in hotel per il pernottamento.

Pasti inclusi: colazione, cena.

DODICESIMO GIORNO

Tempo libero fino al trasferimento all'aeroporto di Ho Chi Minh per il volo di rientro. La camera è a nostra disposizione fino a mezzogiorno.

TREDICESIMO GIORNO

Arrivo a destinazione.



APPUNTI DI VIAGGIO



Ciao! Sono Sara, classe 1978, e sarò con voi in questo emozionante viaggio!

Affronteremo questo viaggio itinerante insieme e lo condivideremo con guide locali, che ci faranno innamorare del Vietnam. Entreremo a stretto contatto con le donne locali, le quali ci mostreranno con la loro grande

umiltà le tradizioni del posto.

Parteciperemo a una lezione di cucina vietnamita, ci addentreremo nei villaggi di minoranze etniche, dove, con le donne locali, impareremo a coltivare la terra.

Saliremo su barche per ammirare baie incantevoli e grotte nascoste, viaggeremo con tipiche imbarcazioni lungo il delta del Mekong e visiteremo pittoreschi villaggi di pesca.

Impareremo inoltre a disegnare con la sabbia. Una famosa artista asiatica ci insegnerà i segreti di questa antica arte.

Non mancheranno ovviamente le visite ai monumenti e palazzi più famosi.

Vi ho incuriosito? Leggete il programma.

Se parti da sola, in questo viaggio potrai condividere la stanza con un'altra viaggiatrice, così da evitare il supplemento singola.

Raccontatemi di te, dei tuoi viaggi, dei tuoi sogni, e io cercherò di trovarti la compagna di stanza ideale!

Le mance non sono obbligatorie in Vietnam ma sono comunque ben apprezzate e rappresentano una forma di ringraziamento.

Di solito vengono date alle guide e agli autisti che vi accompagnano durante il viaggio, ma anche in hotel e nei ristoranti, se lo vorrete, saranno apprezzate.



LA QUOTA INCLUDE

- 11 PERNOTTAMENTI
-
- PASTI COME DA PROGRAMMA
-
- VOLI INTERNI
-
- TASSE AEROPORTUALI (L'IMPORTO PUÒ VARIARE FINO ALL'EMISSIONE DEI BIGLIETTI)
-
- TRASFERIMENTI COME DA PROGRAMMA IN VEICOLI DOTATI DI ARIA CONDIZIONATA
-
- GUIDA LOCALE PARLANTE ITALIANO
-
- 2 GIORNI 1 NOTTE NELLA BAI DI HALONG
-
- ESCURSIONI, VISITE E INGRESSI COME DA PROGRAMMA
-
- NOSTRA RAPPRESENTANTE D'AGENZIA DALL'ITALIA (SARA)
-
- ASSISTENZA 24/24
-
- ASSICURAZIONE SPESE MEDICHE ILLIMITATE, BACAGLIO € 1000

LA QUOTA NON INCLUDE

- VOLO A/R
-
- MANCANCE
-
- ASSICURAZIONE ANNULLAMENTO (FACOLTATIVA)
-
- TUTTO QUANTO NON ESPRESSAMENTE INDICATO IN "LA QUOTA INCLUDE"

COSTI

- QUOTE PER PERSONA IN CAMERA DOPPIA € 1400
-
- TOUR IN ITALIANO, VISITE ED ESCURSIONI COME DA PROGRAMMA + 11 PERNOTTAMENTI + PASTI COME DA PROGRAMMA + NOSTRA RAPPRESENTANTE D'AGENZIA DALL'ITALIA
-
- VOLI DALL'ITALIA ESCLUSI (CHIEDETECI LA QUOTAZIONE MIGLIORE).



Dal 10 al 13 maggio 2019

I trulli di Alberobello, i Sassi di Matera (capitale europea della cultura 2019), le case bianche di Ostuni. E ancora: una lezione di cucina pugliese, una degustazione di vini, cene tipiche, pernottamenti nei trulli. Tutto questo in un viaggio al femminile (massimo 9 viaggiatrici).

PROGRAMMA

PRIMO GIORNO

Partenza da Milano (o da altra città) con volo per Bari. All'arrivo, incontro con Valentina e con il resto del gruppo (nel caso si arrivi con voli diversi) e trasferimento ad Alberobello, dove potremo mangiare qualcosa di veloce.

Nel pomeriggio faremo una visita guidata della "capitale dei trulli", Patrimonio dell'Umanità Unesco. Potremo passeggiare per le stradine in salita del nucleo storico, costituito quasi interamente da trulli, le tradizionali costruzioni bianche in pietra a secco con il tetto conico grigio scuro. Percorreremo i vicoli che attraversano i rioni

Aia Piccola e Monti.

Vedremo la chiesa di Sant'Antonio, l'unica chiesa al mondo a forma di imponente trullo, poi ammireremo il trullo Sovrano (ingresso € 1,50), l'unico a 2 piani, che ospita un interessante museo caratterizzato da arredi tipici del XX secolo, dichiarato monumento nazionale italiano.

Ceneremo al ristorante "L'aratro", per assaggiare alcuni piatti tipici della cucina pugliese. Il menù degustazione prevede un antipasto ricavato da una selezione di prodotti tipici della stagione, 2 assaggi di primi, un secondo a base di carne, dessert e acqua. Trasferimento ai tipici trulli in cui pernosteremo.

SECONDO GIORNO

Dopo la prima colazione, andremo a Matera, Patrimonio Mondiale dell'Umanità dell'Unesco dal 1993 e capitale della Cultura europea 2019. Il «New York Times» e la Lonely Planet la inseriscono tra i luoghi da visitare assolutamente.

La città lucana, tra le più antiche d'Italia, è famosa soprattutto per i Sassi, due quartieri del centro storico di Matera (Sasso Caveoso e Sasso Barisano) formati da edifici rupestri costruiti nelle cave naturali della Murgia e abitati fin dal Paleolitico.

Architettonicamente presentano una serie incredibile di elementi che si sono stratificati nel tempo, come grotte, ipogei, palazzotti, chiese, vicinati, scalinate, ballatoi, giardini e orti tutti incastonati l'uno nell'altro a formare un luogo unico e magico.

Alle ore 11 faremo un tour guidato a piedi alla scoperta dei Sassi. Da piazzetta Pascoli, da cui è possibile godere di un panorama stupendo sui Sassi di Matera e sull'altopiano delle Murge, ammireremo palazzo Lanfranchi, che ospita il Museo di Arte Moderna e Medievale della Basilicata e la vicina chiesa del Carmine.

Il tour proseguirà tra le antiche abitazioni dei Sassi, in parte costruiti e in parte scavati nella roccia e arredati così com'erano durante la civiltà contadina.

Visiteremo la chiesa di Santa Lucia alle Malve per ammirare gli impressionanti affreschi e l'elaborata architettura, poi procederemo verso l'antica Gravina e il Museo Laboratorio della Civiltà Contadina, in cui sono esposti arredi tipici, manufatti e attrezzi risalenti alla civiltà contadina.

Andremo quindi alla scoperta di una tipica casa grotta del 1900 e della suggestiva chiesa rupestre di Santa Lucia alle Malve.

Torneremo verso il centro della città per fare una piacevole passeggiata e ammirare alcune splendide chiese, testimonianza dell'architettura barocca del luogo, come Santa Chiara e San Francesco d'Assisi.

Termineremo il tour in bellezza, sul belvedere al di sopra del Sasso Barisano, di fronte alla splendida cattedrale di Matera in stile romanico.

Per pranzo (libero) potremo provare uno dei piatti materani, poveri ed essenziali ma pieni di storia e di profumi del Sud. Tra i piatti tradizionali, la crapiata e le pettole. Scopriremo che cosa sono!

Nel pomeriggio potremo passeggiare ancora per Matera, così sceglieremo un ristorante dove cenare. Rientro ad Alberobello per il pernottamento.

TERZO GIORNO

Dopo la prima colazione, oggi andremo a Ostuni, definita la "città bianca" per i caratteristici edifici candidi.

Alle ore 09:30 saremo già in attività con un corso di cucina pugliese, per imparare a preparare le orecchiette a mano il sugo con brasciole di carne, i peperoni in agrodolce, i tipici biscotti ceglieesi di mandorle, presidio Slow Food, le polpette di carne e di pane da mangiare con l'aperitivo insieme ad altre pietanze che ci saranno offerte. Durante il pranzo, per chi lo desidera il sommelier può abbinare vini a tutti i piatti. Questi saranno gli abbinamenti, tutti di vini cru: con l'aperitivo un vino Rosato da primitivo e aleatico, con il primo un Salice riserva, con il secondo un Primitivo di Manduria o Gioia del Colle, con i dessert

un Moscato passito o un Primitivo dolce naturale.

Nel pomeriggio visiteremo il centro storico (la "città vecchia"), famoso per le sue case completamente bianche grazie alla copertura di calce. Via Cattedrale lo taglia in due, mentre tra le case si snoda un dedalo di viuzze, molte delle quali finiscono in un vicolo cieco.

Da vedere la cattedrale di Santa Maria As-

sunta, con un grande rosone centrale finemente decorato, piazza della Libertà, dove sorgono il Palazzo di Città, ex monastero francescano, la chiesa di San Francesco e il famoso obelisco di Sant'Oronzo.

Rientro ad Alberobello.

QUARTO GIORNO

Dopo la prima colazione, trasferimento a Bari in tempo utile per il volo.

APPUNTI DI VIAGGIO



Ciao! Sono Valentina e vi accompagnerò in questo week-end lungo in Puglia.

Per questo viaggio è previsto un gruppo di massimo 9 viaggiatrici, quindi ce ne andremo in giro a bordo di un pulmino, alla scoperta di questa splendida zona della Puglia.

Potremo assaggiare alcuni piatti tipici, e impareremo anche a cucinarne alcuni grazie a una lezione di cucina. Senza dimenticare gli ottimi vini!

NB Se sei vegetariana o vegana, comunicamelo: ci sono piatti tipici anche per te!



DESCRIZIONE STRUTTURA

LE DIECI PORTE

(Contrada Appiccia, Alberobello)

In piena campagna, questo tipico antico borgo di trulli è stato ristrutturato mantenendo le sue caratteristiche originali. Intorno a un'antica corte si trovano tutti gli alloggi, nei quali si riconoscono le loro funzioni originali. Il forno, il "palmento" e le cisterne completano il tutto. Luogo

ideale per godere di un soggiorno in un quadro calmo e bucolico nella terra dei trulli.

La struttura offre la connessione Wi-Fi gratuita e al mattino propone una colazione all'italiana. Anche se parti da sola, in questo viaggio potrai evitare il supplemento singola: dormiremo infatti in camera doppia o in appartamento da 5 all'interno di tipici trulli. Farò il possibile per trovarti la compagna giusta, in base a quello che mi racconterai di te!



LA QUOTA INCLUDE

3 PERNOTTAMENTI IN TRULLO CON PRIMA COLAZIONE

•
PULMINO PER I TRASFERIMENTI

•
TOUR GUIDATO DI 2 ORE AD ALBEROBELLO

•
TOUR GUIDATO DI 2 ORE AI SASSI DI MATERA

•
1 CENA AD ALBEROBELLO CON MENÙ DEGUSTAZIONE

•
LEZIONE DI CUCINA CON PRANZO A OSTUNI

•
NOSTRA TOUR LEADER (VALENTINA)

•
ASSICURAZIONE MEDICO-BAGAGLIO

LA QUOTA NON INCLUDE

VOLO A/R (DA MILANO CIRCA € 65 CON SOLO BAGAGLIO A MANO)

•
€ 25 PER BENZINA E PARCHEGGI DA CONSEGNARE A VALENTINA A INIZIO VIAGGIO

•
DEGUSTAZIONE DI VINI DURANTE LA CENA A OSTUNI € 40 A PERSONA (SE IL GRUPPO DECIDERÀ DI FARLA, ALTRIMENTI ORDINEREMO UNA BOTTIGLIA!)

•
EVENTUALI TASSE DI SOGGIORNO DA PAGARE IN LOCO

•
TUTTO QUANTO NON ESPRESSAMENTE INDICATO IN "LA QUOTA INCLUDE"

COSTI

QUOTE PER PERSONA € 454

•
3 PERNOTTAMENTI IN TRULLO CON COLAZIONE + PULMINO PER I TRASFERIMENTI + VISITE GUIDATE A MATERA E ALBEROBELLO + 1 CENA + LEZIONE DI CUCINA CON CENA

•
PER LA DEGUSTAZIONE DI VINI A OSTUNI, IL SOMELLIER PROPONE TUTTI VINI CRU:

- APERITIVO: VINO ROSATO DA PRIMITIVO E ALEATICO

- CON IL PRIMO: SALICE RISERVA

- CON IL SECONDO: PRIMITIVO DI MANDURIA O GIOIA DEL COLLE

- CON IL DESSERT: MOSCATO PASSITO O PRIMITIVO DOLCE NATURALE



Dal 12 al 14 luglio 2019

Un week-end adatto per un addio al nubilato, un'occasione speciale per festeggiare o semplicemente per trascorrere un paio di giorni con le vostre più care amiche tra spiagge fantastiche e movida notturna.

PROGRAMMA

PRIMO GIORNO

Arrivo all'aeroporto di Olbia e trasferimento privato in hotel a San Teodoro (circa 30 km). Sistemazione e incontro con Simona, che vi darà consigli e indicazioni su come trascorrere al meglio il vostro week-end. Giornata a disposizione per rilassarci in

hotel o sulla spiaggia di Cala d'Ambra.

Se l'orario di arrivo del volo ce lo consente (e per chi è una buona camminatrice!), dalla spiaggia possiamo arrivare a S'Isuledda, spiaggia con acque cristalline, fondali bassi e sabbia fine e bianca.

La sera con una passeggiata possiamo arrivare in centro, dove troveremo una vasta scelta di ristoranti (un po' per tutte le ta-

sche), locali notturni, lounge bar, discobar.

SECONDO GIORNO

Prima colazione in hotel. Intera giornata a disposizione per oziare in spiaggia o per fare qualche escursione.

Grazie al servizio di bus navetta potremo anche recarci alle spiagge più note del centro, dalla Cinta, arco lungo di circa 5 km di sabbia fine e bianca, dune e fondali bassi, a Cala Brandinchi, spiaggia di una bellezza mozzafiato nota come "la Piccola Tahiti".

La sera cenerete in uno dei locali più esclusivi della costa est, il Bal Harbour, ristorante e beach bar affacciato sul porto turistico.

Dopo cena ci si può divertire a bordo piscina ascoltando la musica o ballando sotto le stelle.

Il menù della serata prevede una cena al

churrasco:

- aperitivo di benvenuto con calice di prosecco
- buffet con selezione di salumi e formaggi, verdure grigliate, insalate varie, riso venere, caponata di verdure, vinaigrette brasiliana, contorni al tavolo di riso basmati e feijoada (tipico piatto brasiliano)
- selezione di carni rosse e bianche cotte al grill e servite al tavolo dai churrascheri
- ananas spolverata con cannella
- acqua, vino bianco o rosso e caffè

TERZO GIORNO

Prima colazione in hotel. In base all'orario del volo, tempo a disposizione per godersi un po' di mare.

Trasferimento all'aeroporto in tempo utile per il volo.



APPUNTI DI VIAGGIO



Ciao! Sono Simona, sarda doc, e vi assisterò e darò consigli in questo week-end in uno dei centri più vivaci della Sardegna, dove potrete trascorrere ore di relax e di puro divertimento.

Ho scelto per voi San Teodoro perché può offrire tutto ciò di cui ha bisogno un gruppetto di donne in una breve "fuga" con le amiche: spiagge, relax e tante possibilità di svago.

San Teodoro è situata in Gallura, sulla costa est della Sardegna, e attira ogni anno innumerevoli turisti che ne apprezzano il litorale, la movida, il clima mite e l'atmosfera di semplicità e relax.

A caratterizzare i panorami la spettacolare isola di Tavolara dalla conformazione particolarissima: maestoso massiccio calcareo a picco sul mare, di forma grossomodo rettangolare, lungo circa 6 km e largo 1 km che poggia su un substrato granitico. L'isola è ricca di storia condita da leggende antiche e moderne. Di giorno offre spiagge candide e acque cristalline (una più bella dell'altra), con possibilità di escursioni diverse: snorkeling, equitazione, siti archeologici e trekking. La sera si anima, i turisti (migliaia!) si riversano nelle strade, dove prende vita un piacevole mercatino serale con una vastissima scelta di locali trendy, esclusivi, con musica per tutti i gusti.

Se non amate passeggiare e soprattutto se non volete farlo la sera con le scarpe con il tacco, è disponibile 24 ore su 24 un servizio taxi su chiamata; il costo per una macchina per massimo 4 persone all'interno della cittadina è di € 10 circa.

DESCRIZIONE STRUTTURA

HOTEL L'ESAGONO***

La struttura è si affaccia direttamente sulla meravigliosa Cala d'Ambra ed è collegata alla spiaggia di sabbia bianca, in cui l'hotel fornisce il servizio di lettini e ombrelloni per i suoi ospiti. A disposizione: connessione internet wi-fi gratuita, piscina, piscina idromassaggio, noleggio sdraio e ombrelloni in spiaggia sino a esauri-



mento, banco per prenotazione escursioni, lezioni di yoga individuali e di gruppo, sala massaggi. L'hotel è inoltre dotato di un bar e di un ristorante affacciati sulla spiaggia con vista sull'isola di Tavolara.

Le camere sono comode e spaziose, affacciate su un ampio giardino e con ingresso indipendente. Sono dotate di ampio bagno privato con tutti i servizi, connessione wi-fi gratuita, scrivania, tv led satellitare, telefono e frigobar.



LA QUOTA INCLUDE

2 PERNOTTAMENTI IN CAMERA DOPPIA CON
PRIMA COLAZIONE

•
TRASFERIMENTO DA/PER L'AEROPORTO

•
CENA CON APERITIVO E BEVANDE AL BAL
HARBOUR

•
NOSTRA RAPPRESENTANTE D'AGENZIA (SIMONA)

•
ASSICURAZIONE MEDICO-BAGAGLIO

LA QUOTA NON INCLUDE

VOLO A/R

•
EVENTUALI TASSE DI SOGGIORNO DA PAGARE IN
LOCO

•
TUTTO QUANTO NON ESPRESSAMENTE INDICATO
IN "LA QUOTA INCLUDE"

COSTI

QUOTE PER PERSONA IN CAMERA DOPPIA € 280

•
2 PERNOTTAMENTI CON COLAZIONE + 1 CENA
CON APERITIVO E BEVANDE

•
VOLO NON INCLUSO: CHIEDETECI LA MIGLIORE
QUOTAZIONE IN BASE ALLE VOSTRE ESIGENZE.

•
SI CONSIGLIA DI ARRIVARE IN TRENO ALLA
STAZIONE TERMINI.

ROMA

IN GIRO PER LA ROMA NEW AGE E
VINTAGE CON VALENTINA E LUISA



Dal 27 al 30 settembre 2019

Una passeggiata emozionante in una Roma nascosta e insolita, come non l'avete mai vista. Seguirete Luisa, che vi farà scoprire angoli della capitale davvero unici. Vivrete un'esperienza teatrale indimenticabile e farete shopping nelle Roma vintage.

PROGRAMMA

PRIMO GIORNO

Arrivo individuale a Roma e trasferimento in hotel per l'incontro con Valentina e Luisa e con il resto del gruppo.

Siamo nel quartiere Prati, uno dei più eleganti e raffinati di Roma, con i suoi viali al-

berati e le sue piccole piazze residenziali, pieno di bar e bistrot new age.

Dall'hotel inizieremo subito con una passeggiata suggestiva e ricca di emozioni.

Passeggiando tra via Crescenzo e Borgo Pio, arriveremo a uno dei simboli di Roma: Castel Sant'Angelo. Da qui si intravedono già la maestosità di San Pietro e via della Conciliazione. Attraverseremo il Tevere sul

ponte Vittorio Emanuele II ed entreremo in via dei Banchi Vecchi, una delle vie più autentiche di Roma, nel rione Regola.

Da piazza Farnese ci dirigeremo verso un'altra celebre piazza molto amata dai romani, Campo de' Fiori.

Da qui andremo verso via dei Giubbonari, per immergerci nell'antico ghetto ebraico, uno dei luoghi più affascinanti di Roma! Il ghetto è un mondo a parte, fatto di piccole stradine, botteghe e ristoranti caratteristici, dove la storia trasuda da ogni sanpietrino. Vedremo il teatro Marcello, il portico di Ottavia, la fontana delle Tartarughe, e potremo provare i famosi carciofi alla giudia. Proseguiremo verso l'Aventino, uno dei 7 colli più belli di Roma. Per salire cammineremo lungo via della Murcia, per arrivare al roseto comunale, uno degli angoli più romantici della capitale.

Proseguendo lungo via di Santa Sabina, arriveremo nella Roma segreta, davanti al giardino degli Aranci, la terrazza su Roma da cui ammirare il Cupolone.

Concluderemo con l'ultima "chicca", piazza dei Cavalieri di Malta e il famosissimo buco della serratura. Scenderemo dall'Aventino e torneremo indietro verso il teatro Marcello, per attraversare il ponte che ci porterà sull'isola Tiberina; qui passeremo davanti al famoso ristorante dei film di Alberto Sordi, Sora Lella. Attraverseremo l'isola Tiberina per raggiungere l'altra sponda del Tevere ed entrare nell'affascinante rione Trastevere, dove ceneremo al ristorante "Tonnarello" o "Grazia & Graziella", per assaggiare i piatti della tradizione romana (cena non inclusa, così ognuno potrà decidere che cosa provare). Dopo cena, prima di rientrare in hotel, potremo berci qualcosa al Coffee Pot oppure provare il rinomato mojito del locale brasiliano.

SECONDO GIORNO

Dopo la prima colazione, arriveremo fino a piazza Cavour, dal profilo molto europeo, con alle spalle il palazzo della Corte Suprema di Cassazione, chiamato dai romani

"Er Palazzaccio".

Andremo poi nuovamente a Castel Sant'Angelo. Attraversando il ponte dell'Angelo, entreremo nel rione Ponte, dove potremo passeggiare tra negozi e ristorantini, perderci tra le stradine e percorrere via della Pace per arrivare al Bar del Fico. Faremo anche un salto al Chiostro del Bramante, dove ci sono sempre bellissime mostre (per chi fosse interessato). Potremo bere qualcosa al bar interno. Percorreremo poi le strade intorno a piazza Navona, come via del Governo Vecchio, piena di negozi vintage e alternativi, via dell'Orso, via dei Portoghesi e via dei Coronari, la parte più artistica e un po' bohémien di Roma, con gallerie d'arte e scorci dall'atmosfera suggestiva. Torneremo indietro verso il "Palazzaccio", passando per il ponte Umberto, in tempo per goderci lo spettacolo magico offerto dal tramonto. Vietato non fare foto!

Da qui andremo verso via della Conciliazione per ammirare San Pietro in tutta la sua maestosità.

Alle ore 20:30, presso l'Auditorium della Conciliazione, potremo assistere all'esperienza teatrale "Giudizio Universale di Michelangelo". Secoli dopo la loro creazione, i capolavori di Michelangelo sono ancora in grado di ammaliare i loro ammiratori, e ora avremo la possibilità di viaggiare indietro nel tempo e di osservare il geniale artista mentre completa le sue opere.

Marco Balich, il produttore della Cerimonia Olimpica, ha realizzato uno spettacolo dal vivo sulla vita di Michelangelo, in cui l'artista dipinge il soffitto della Cappella Sistina e il Giudizio Universale. Lo show include molte altri aspetti della vita dell'artista, come i suoi rapporti con i papi che gli commissionarono i lavori. La colonna sonora dello spettacolo è stata affidata a Sting. Lo spettacolo è composto da attori dal vivo, musica, danze e vivaci proiezioni che riportano in vita la storia di Michelangelo in modo contemporaneo e indimenticabile.

TERZO GIORNO

Dopo la colazione, percorrendo tutta via Cola di Renzo arriveremo a piazza del Popolo. Saliremo verso Villa Borghese e proseguiremo verso la passeggiata del Pincio, per arrivare all'incredibile terrazza del Pincio.

Da piazza del Popolo proseguiremo lungo via del Babuino, dove si nasconde uno dei vicoli più belli della città eterna, via Margutta. Vedremo la fontana delle Arti e la targa ricordo a Federico Fellini, che viveva proprio qui.

Andremo poi a piazza di Spagna, dove saliremo tutti gli scalini verso Trinità dei Monti e raggiungeremo Villa Medici, lasciandoci incantare dal panorama. Una chicca: all'interno di Villa Medici potremo fare una sosta al Caffè Colbert, dove c'è una finestra con balconcino che offre una veduta mozzafiato.

Dall'alto di Trinità dei Monti proseguiremo verso i giardini del Quirinale e arriveremo alla basilica di Santa Maria Maggiore. Da qui ci immergeremo in un quartiere nascosto, incredibile, dal sapore vintage e alternativo: il rione Monti.

Monti è un'esperienza: potremo perderci tra le stradine, trovando la salita dei Borgia, una stretta strada fatta di scale che attraversa anche via Cavour che si riconosce anche dall'edera che la ricopre. Saliremo e passeremo sotto l'arco, sbucando in un luogo nascosto, piazza di San Pietro in Vincoli, dove si trova l'omonima basilica e, all'interno, una delle opere d'arte più belle e famose al mondo: il Mosè di Michelangelo. Percorrendo via Eudossiana ci troveremo davanti il Colosseo, visto da una prospettiva unica!

Ritourneremo nel trendy rione Monti e qui potremo rilassarci passeggiando tra le sue strade e piazze: via Panisperna, una delle più belle, incorniciata da edere che scendono dai palazzi, che taglia di netto il quartiere e ha come sfondo la basilica di Santa Maria Maggiore; piazza Madonna



dei Monti, il cuore del quartiere, la sera si incontrano tutti qui; via Leonina, il luogo ideale dove fare shopping e perdersi tra vestiti vintage; il sabato e la domenica apre le porte al pubblico anche il mercato urbano di Monti, un luogo imperdibile per gli amanti dello shopping, del vintage e della moda ricercata; via dei Neofiti, ricca di piccole botteghe e negozi che vendono street food o gioielli. La sera ci fermeremo a cenare al "Blackmarket Hall" (tavoli pre-

notati ma cena non inclusa, così ognuno può decidere che cosa ordinare), accompagnati da bellissima musica jazz live.

QUARTO GIORNO

Trasferimento libero alla stazione o all'aeroporto. Chi riparte in treno da Termini può fermarsi per una "sosta culinaria" dentro la stazione al Mercato Centrale. Provate il "trapazzino"!



DESCRIZIONE STRUTTURA



COLADIR GUEST HOUSE

Il Coladir Guest House è situato a 10 minuti a piedi da Castel Sant'Angelo e a un quarto d'ora a piedi da piazza San Pietro e da piazza del

Popolo. Le camere sono dotate di aria condizionata, tv a schermo piatto, minibar, bollitore per tè e caffè, scrivania e bagno privato completo di bidè e doccia. A disposizione: deposito bagagli e il Wi-Fi gratuito.

APPUNTI DI VIAGGIO



Ciao! Sono Valentina e vi accompagnerò in questo week-end lungo.

Qualche mese fa mi sono ritrovata a Roma insieme a Luisa e, nonostante ci fossi già stata molte volte, grazie a lei ho scoperto una città diversa da come la conoscevo e anche da com'è nell'immaginario collettivo. Mi è piaciuta tantissimo, così ho deciso di condividere quest'esperienza con voi. Naturalmente con noi ci sarà anche Luisa, che non è romana (e forse è per questo che conosce Roma così bene!), ma ha vissuto a Roma diversi anni, per studio e per lavoro.

Ecco che cosa ci racconta: *«Ho vissuto Roma in tutte le sue contraddizioni e mi sono immersa nella sua bellezza. È una città complicata e impegnativa, ma è così magica che ti resta dentro, per sempre. E anche se ti fa impazzire, non riuscirai a fare a meno di tornarci e sorridere, perché in fondo non finisce mai di sorprenderti. La cosa più bella da fare è passeggiare e perdersi tra i suoi quartieri, le strade e le botteghe, immaginare la dolce vita di un tempo e immergersi tra profumi e sapori tipici. È il modo più autentico di conoscere la città, e basterà anche solo vederne una piccola parte per innamorarsene perdutamente»*. Ed è proprio quello che faremo: passeggiare e lasciare che Roma ci sorprenda. Roma non è una città come le altre. È un grande museo, un salotto da attraversare in punta di piedi. (Alberto Sordi)

Questo tour è diverso dal solito, perché i monumenti fanno da sfondo, anziché da protagonisti. Li vedremo, ma da angolazioni insolite. Insomma, non torneremo a casa con fotografie identiche a quelle scattate da mille altri turisti. Se però qualcuna non fosse mai stata a Roma, oppure semplicemente volesse ascoltare spiegazioni dettagliate sui vari punti di interesse, potrà usare un'app da scaricare sullo smartphone che funziona offline. Si tratta di un'audioguida (quindi solo da ascoltare, gli occhi possono continuare a guardarsi intorno!) che riconosce la posizione e racconta quello che si sta vedendo, approfondendo i contenuti in base a scelte, interessi e durata della visita impostati. Parlerà di arte e monumenti, leggende, aneddoti, luoghi del cinema e dello shopping (quasi 25 ore di ascolto).

Vedremo da un punto di vista particolare anche le opere di Michelangelo, grazie all'esperienza teatrale "Giudizio Universale di Michelangelo" di Marco Balich, con musiche di Sting, attori dal vivo, musica, danze e proiezioni.

Questo viaggio è costruito per donne, quindi daremo sfogo al nostro lato femminile con lo shopping! Ciascuna avrà a disposizione un buono da € 50 da spendere in un negozio di abbigliamento e accessori vintage molto ben fornito, il King Size Vintage. In questo viaggio potrai condividere la camera con un'altra viaggiatrice e così evitare il supplemento singola. Farò il possibile per trovarti la compagna giusta, in base a quello che mi racconterai di te!





LA QUOTA INCLUDE

3 PERNOTTAMENTI IN CAMERA DOPPIA CON
PRIMA COLAZIONE

•
TOUR IN COMPAGNIA DI LUISA

•
NOSTRA TOUR LEADER (VALENTINA)

•
UN BUONO DA € 50 DA SPENDERE NEL NEGOZIO
KING SIZE VINTAGE

•
ESPERIENZA TEATRALE "GIUDIZIO UNIVERSALE DI
MICHELANGELO"

•
APP AUDIOGUIDA (25 ORE DI ASCOLTO)

LA QUOTA NON INCLUDE

•
TRASFERIMENTO A/DA ROMA

•
TASSA DI SOGGIORNO € 3,50 A PERSONA AL
GIORNO DA PAGARE IN LOCO

•
EVENTUALI INGRESSI

•
TUTTO QUANTO NON ESPRESSAMENTE INDICATO
IN "LA QUOTA INCLUDE"

COSTI

QUOTE PER PERSONA IN CAMERA DOPPIA € 420

•
3 PERNOTTAMENTI CON COLAZIONE + TOUR +
APP AUDIOGUIDA + BUONO € 50 DA SPENDERE
IN NEGOZIO VINTAGE + ESPERIENZA TEATRALE

•
IL TRASFERIMENTO PER ROMA E RITORNO NON
È INCLUSO: POSSIAMO CERCARVI IL TRENO O IL
VOLO CON LA TARIFFA MIGLIORE

•
SI CONSIGLIA DI ARRIVARE IN TRENO ALLA
STAZIONE TERMINI.





Dal 9 al 18 luglio 2019

Un viaggio avventura al femminile nella natura islandese, con bagni nelle sorgenti calde, una cavalcata sulla spiaggia, una cena tradizionale in una famiglia locale, una navigazione tra gli iceberg, e poi ancora natura, natura, natura.

PROGRAMMA

PRIMO GIORNO

Partenza dall'Italia per Keflavík (Valentina partirà da Milano). All'arrivo, ritiro delle auto a noleggio e trasferimento in hotel per la nostra prima notte in Islanda. Pomeriggio a disposizione per fare un giro a Reykjavík. Pernottamento a Reykjavík.

SECONDO GIORNO

Oggi visiteremo alcuni dei luoghi più interessanti e famosi dell'Islanda. La nostra prima tappa sarà il parco nazionale di Thingvellir, Patrimonio mondiale dell'Unesco e una delle meraviglie geologiche del mondo. Proseguiremo fino alla famosa area geotermale di Geysir, dove Strokkur è il più attivo dei geyser, e più avanti fino

alla cascata "d'oro" Gullfoss. Procedendo verso sud potremo fare una sosta alla Secret Lagoon, un hot pot dove potremo fare un bagno nelle acque calde naturali. Sulla strada lungo la costa sud passeremo due cascate spettacolari: Seljalandsfoss e Skógarfoss, due fermate da non perdere. Potremo camminare dietro Seljalandsfoss, mentre a Skógar c'è un museo etnografico che mostra come si viveva in passato in Islanda. Se avremo tempo, nel pomeriggio potremo andare al Dyrhólaey, scogliera dove di solito si possono vedere le pulcinelle di mare. Pernottamento nell'area di Vík/Skógar.

TERZO GIORNO

Oggi potremo guidare attraverso l'impressionante distesa di sabbia nera di Mýrdalsandur, il bel campo di lava Eldhraun e le immense pianure glaciali di Skeiðarársandur, con una splendida vista sui ghiacciai di sbocco del grande Vatnajökull, il più grande ghiacciaio d'Europa. Faremo una sosta per assaporare le bellezze mozzafiato del parco nazionale di Skaftafell, un'oasi circondata da ghiacciai e sabbia nera con molte possibilità di escursioni, e della spettacolare laguna glaciale di Jökulsárlón. Enormi iceberg sono alla deriva. Faremo un tour in mezzo anfibio sulla Glacier Lagoon. Pernottamento nella zona di Höfn.

QUARTO GIORNO

Il viaggio di oggi ci porterà attraverso i fiordi orientali e i loro piccoli villaggi di pescatori e di alta montagna. Guideremo attraverso il tunnel Almannaskarð per raggiungere i villaggi Djúpvogur e Breiðdalvík. In Stöðvarfjörður potremo visitare la Stone Collection di Petra, una delle più complete collezioni di minerali islandesi. La sera ci delizieremo con una cena tradizionale a 2 portate con una famiglia locale. Pernottamento nella zona di Egilsstaðir.

QUINTO GIORNO

Al mattino guideremo attraverso il pae-

saggio lunare degli altipiani Möðrudalur fino alla possente Dettifoss, la cascata più potente d'Islanda, che tuona fino a 44 m all'interno in una profonda gola, tanto che sentiremo tremare la terra sotto la forza dell'acqua glaciale. Continueremo il nostro percorso ed esploreremo Ásbyrgi, una gola a forma di ferro di cavallo, che con le sue impressionanti pareti rocciose e abbondante vegetazione è il luogo ideale per fare una passeggiata o un picnic. Guideremo lungo il suggestivo tratto di costa della penisola di Tjörnes fino ad arrivare nel villaggio di pescatori di Husavík.

Pernottamento in o vicino alla zona di Mývatn/Husavík.

SESTO GIORNO

Oggi avremo tempo per esplorare le meraviglie della Riserva Naturale del Lago Mývatn. Mývatn è senza dubbio una delle zone più rinomate d'Islanda per via della sua attività vulcanica e della sua incredibile avifauna. A Mývatn ci sono vari emozionanti luoghi di interesse che si possono visitare a nostro piacimento. Una delle principali attrazioni è la zona geotermica Namaskard, dove troveremo ribollenti pozze di fango e sibilanti sfiati di vapore. Da non perdere l'area Krafla, con il cratere Víti e la zona Leirhnjúkur. La passeggiata verso la zona Leirhnjúkur vale la pena, in quanto porta a una piccola area geotermica e poi a una linea di crateri circondati da campi di lava nera, derivante da una serie di eruzioni vulcaniche che hanno avuto luogo negli anni 1975-1984.

In seguito potremo azzardare una passeggiata fino alla cima del cratere Hverfjall o un tuffo in acqua geotermica delle terme naturali situati a est del lago.

Potremo rilassarci ai Mývatn Nature Baths, circondati da foreste incontaminate e avifauna sul lago Mývatn. La temperatura dell'acqua in questa laguna artificiale è di circa 130 °C quando arriva all'enorme bacino situato vicino alla laguna. Una volta raffreddata, l'acqua fluisce verso la laguna

con una temperatura di 36-40 °C. L'acqua contiene una grande quantità di minerali, è molto alcalina e adatta alla balneazione. Sulla strada per Akureyri va assolutamente fatta una sosta alla cascata Godafoss, la "cascata degli dei". Ad Akureyri, la capitale del Nord, potremo passeggiare per questa affascinante città, dare un'occhiata allo straordinario giardino botanico, andare in piscina all'aperto, fare shopping, sedersi in un bar o in un ristorante. Pernottamento nella zona di Akureyri.

SETTIMO GIORNO

Oggi guideremo attraverso il Skagafjörður nel Nord-Est dell'Islanda. Questa regione è famosa per l'allevamento dei cavalli, quindi sarà certamente possibile vedere molti affascinanti cavalli islandesi nei prati. Potremo anche visitare il Museo Glaumbær, che è una delle fattorie dal tetto di torba meglio conservate d'Islanda. Continueremo a guidare attraverso la brughiera Holtavörðuheidi a sud-ovest. Oggi potremo scoprire una zona interessante, Borgarfjörður, ricca di patrimonio culturale e storico. Borgarfjörður County Hvalfjörður ("fiordo balena") è stato un'importante base navale per gli Alleati durante la Seconda guerra mondiale.

In Borgarfjörður visiteremo le splendide cascate di Hraunfossar, dove l'acqua scorre da sotto un campo di lava nel fiume sottostante, Reykholt, dove visse l'autore del XIII secolo Snorri Sturluson, e Deildartunguhver, la più grande sorgente termale d'Islanda (in termini di produzione di acqua al secondo).

In giornata potremo provare l'esperienza di una cavalcata sulla spiaggia (2-3 ore). Attraverseremo brughiere su una strada di campagna poco trafficata, fino a un antico villaggio sulla spiaggia. Cavalcheremo sulla costa o direttamente su una spiaggia di sabbia nera, su una bellissima scogliera tra l'oceano artico e un lago di acqua dolce che confina con la fattoria. Il livello dell'attività è facile, adatto sia ai princi-



pianti sia agli esperti. Pernottamento nella zona Borgarfjörður.

OTTAVO GIORNO

Oggi esploreremo le meraviglie naturali della penisola Snæfellsnes, che è nota per lo splendido parco nazionale Snæfellsjökull e per il ghiacciaio Snæfell, che domina la regione. Guideremo attraverso la parte nord della penisola passando per Stykkishólmur, un villaggio di pescatori magnificamente situato di fronte alla baia Breiðafjörður. Da Stykkishólmur avremo la possibilità di ammirare le innumerevoli isole ed esplorare la natura e l'avifauna unica di Breiðafjörður. Pernottamento nella zona di Snæfellsnes.

NONO GIORNO

L'itinerario di oggi ci porterà attraverso

campi di lava e fertili campi coltivati.

Guideremo intorno alla penisola Snæfellsnes, che ha molte attrazioni da non perdere, come il ghiacciaio Snæfellsjökull, Hellnar, Djúpalónssandur e il cratere Eldborg. Esploreremo il villaggio di Arnarstapi, dove colonne di basalto sono state erose dalle martellanti onde. Ci sono anche le scogliere ricoperte di uccelli, casa di gabbiani e sterne artiche.

Durante l'estate Snæfellsnes offre una vasta gamma di attività, come escursioni a cavallo, escursioni a piedi e molto altro.

Trasferimento a Reykjavík per il pernottamento.

DECIMO GIORNO

Trasferimento all'aeroporto e riconsegna delle auto in tempo utile per il volo di rientro in Italia.



DESCRIZIONE STRUTTURA



Pernotteremo in hotel di categoria standard con bagno privato. Anche se parti da sola, in questo viaggio potrai

condividere la camera con un'altra viaggiatrice e così evitare il supplemento singola, senza dover dormire in ostello. Farò il possibile per trovarti la compagna giusta, in base a quello che mi racconterai di te!



APPUNTI DI VIAGGIO



Ciao! Sono Valentina e vi accompagnerò in questo fantastico tour in Islanda.

Per questo viaggio avventura è previsto un gruppo di 12 viaggiatrici, quindi ce ne andremo in giro a bordo di 2

pulmini: uno lo guiderò io, per l'altro si potranno alternare 2 delle partecipanti al viaggio. Tu sei disponibile a guidare?

Io non vedo l'ora di immergermi nella natura islandese, di vedere geysir, ghiacciai, brughiere, coste meravigliose, pulcinelle di mare, spiagge di sabbia nera. E poi di cavalcare in un paesaggio incontaminato, di provare qualche piatto tipico insieme a una famiglia locale, di fare il bagno nelle sorgenti termali, di navigare tra gli iceberg.

E tu, vieni con me?





LA QUOTA INCLUDE

VOLO A/R CON UN BAGAGLIO IN STIVA PER PERSONA

TASSE AEROPORTUALI (L'IMPORTO PUÒ VARIARE FINO ALL'EMISSIONE DEI BIGLIETTI)

9 PERNOTTAMENTI IN CAMERA DOPPIA CON BAGNO PRIVATO CON PRIMA COLAZIONE

NOLEGGIO 2 VOLKSWAGEN CARAVELLE 4WD 9 POSTI (O SIMILARE) CON CHILOMETRAGGIO ILLIMITATO, ASSICURAZIONE CWD, GPS, GUIDATORE AGGIUNTIVO, MAPPA DELL'ISLANDA

WI-FI ILLIMITATO IN AUTO

SERVIZIO D'EMERGENZA 24/24 IN INGLESE

ASSICURAZIONE MEDICO-BAGAGLIO FINO A € 10.000

LA QUOTA NON INCLUDE

PACCHETTO ATTIVITÀ € 335: TOUR IN MEZZO ANFIBIO SULLA GLACIER LAGOON, CENA TRADIZIONALE A 2 PORTATE IN FAMIGLIA LOCALE, INGRESSO AI MÝVATN NATURE BATHS, CAVALCATA SULLA SPIAGGIA

LE SPESE DI CARBURANTE SARANNO SUDDIVISE TRA LE PARTECIPANTI DURANTE IL VIAGGIO (CIRCA € 60 A PERSONA)

TUTTO QUANTO NON ESPRESSAMENTE INDICATO IN "LA QUOTA INCLUDE"

COSTI

QUOTA PER PERSONA IN CAMERA DOPPIA € 2770

2 VOLI + NOLEGGIO MINIVAN + 9 PERNOTTAMENTI CON COLAZIONE + NOSTRA TOUR LEADER DALL'ITALIA + ASSICURAZIONE



Dal 09 al 14 aprile 2019

Tour al femminile con guide specializzate alla scoperta di una Sardegna insolita e delle sue tradizioni: dal centro meno conosciuto ai nuraghi, dall'assolata Cagliari al Sud-Ovest tra mare e archeologia. Gruppo di 12 persone.

PROGRAMMA

PRIMO GIORNO

Arrivo all'aeroporto di Cagliari Elmas con i primi voli del mattino. Incontro con il resto del gruppo e con la guida, e partenza verso il centro dell'isola, per dedicare la giornata alla cultura e all'enogastronomia. Prima tappa è Mamoiada, dove si visiterà il

Museo delle maschere, eccellenza a livello europeo. A farla da padrone sono le maschere tradizionali del paese Mamuthones e gli Issohadores, note in tutte il mondo. Seguirà la visita di una famiglia e della sua cantina di Cannonau, dove potremo degustare questo magnifico vino e pranzare. Ci sposteremo poi nella vicina Orgosolo, paese noto per i murales: faremo un

walking tour per scoprire queste icone della Sardegna moderna e visiteremo una famiglia per ammirare l'abito tradizionale. Partiremo poi per Belvì, luogo scelto per il nostro soggiorno, piccolo centro capoluogo della omonima Barbagia, abbarbicato fra tacchi calcarei e il massiccio del Genargentu. Ci sistemereemo in hotel e qui ci delizieremo con una cena tipica.

SECONDO GIORNO

Prima colazione in hotel. Giornata interamente dedicata alla visita di Aritzo, paese che dista poco più di 1 km da Belvì e si erge in una vallata ricoperta di verde. Un tempo era sede del commercio della neve. La giornata di oggi ha un nome particolare: "Family Experience". Passeggeremo fra le oasi naturalistiche, faremo una visita agli artigiani del paese che lavorano il legno e realizzano coltelli, visiteremo l'ecomuseo (immerso in un parco), le antiche carceri spagnole del Seicento e la Casa de Villa (non necessariamente in quest'ordine). Poi, accolte in un ambiente familiare e ospitale del quale ci sentiremo parte integrante, parteciperemo al laboratorio di pasta fresca. Consumeremo poi il pranzo in famiglia con prodotti tipici e genuini, circondati da sorrisi in ambiente genuino che sa di tradizione. Conosceremo le persone anziane, che avranno sicuramente qualcosa da raccontarci. Verremo rapite dall'ospitalità mai invadente della "gente" del centro della Sardegna.

In serata torneremo in hotel per la cena e il pernottamento.

TERZO GIORNO

Prima colazione in hotel e partenza verso la regione della Marmilla.

A Barumini visiteremo Su Nuraxi, l'area archeologica più importante e imponente della Sardegna (Patrimonio dell'Unesco), venuta alla luce dai primi scavi del 1950. Ammireremo ciò che rimane della civiltà nuragica avvolta dal mistero.

Sempre a Barumini ci recheremo nel polo

museale "Casa Zapata", una meravigliosa e complessa residenza fatta erigere dall'antica e nobile famiglia aragonese degli Zapata a partire dalla fine del XVI secolo.

Il museo è suddiviso in 3 sezioni: quella archeologica, in cui è ricostruito un complesso nuragico ed è conservata una grande quantità di reperti, quella storico-archivistica e quella etnografica. Dopo ci si sposterà a Gesturi per una passeggiata sull'altopiano della Giara, dove vivono circa 600 cavalli (detti appunto "della Giara"), esemplari unici al mondo caratterizzati dalla loro piccola stazza.

Pranzo libero o in zona o a Cagliari a seconda dell'orario. Arrivo a Cagliari e check-in in hotel.

Proseguiremo con un giro panoramico della "Città del sole". Partiremo dalle spiagge, la più famosa fra tutte quella del Poetto, poi ci sposteremo verso monte Urpinu e il suo belvedere.

Altra tappa sarà la basilica di Bonaria, caratterizzata dalla candida facciata eretta su un ampio piazzale da cui si dipartono infiniti scalini che si affacciano sul porto di Su Siccu. La leggenda narra che nel 1370, nel mezzo di una tempesta, una nave si liberò del carico. La bufera si placò appena gettata in mare una pesante cassa, che approdò sulla riva di fronte al colle di Bonaria. Dentro c'era una statua lignea: la Madonna con in braccio il bambino e in mano una candela, rimasta prodigiosamente accesa. In tutta la Sardegna si diffuse la devozione per la statua, che oggi è custodita sull'altare del piccolo santuario, primo esempio sardo di architettura gotico-catalana, costruito da Alfonso d'Aragona (1324) durante l'assedio ai pisani e donato ai mercedari. Accanto i frati vi costruirono il convento, che tuttora abitano. Si termina con un walking tour nel pittoresco quartiere Castello (uno dei quattro quartieri storici di Cagliari), fra le sue vie, le botteghe e gliscorci pittoreschi.

Cena in un ristorante vicino all'hotel.

QUARTO GIORNO

Prima colazione in hotel e partenza verso il Sud-Ovest dell'isola. La prima tappa è l'area archeologica di Nora, città fenicia, punica e romana, patrimonio dell'archeologia sarda, situata sul promontorio di Capo Pula. In questo sito è stato girato il video di una canzone di Ligabue. Dopo faremo una passeggiata fino a Capo Spartivento, tra natura incontaminata e tratti di costa. Vedremo una delle più belle spiagge dell'isola: Tuerredda. Essendo bassa stagione, riusciremo a vederla poco affollata (se siamo fortunate, deserta!). Ci dirigiamo a San Sperate, centro vicino a Cagliari dove visiteremo il Giardino Sonoro, dove le sculture in pietra di Pinuccio Sciola sono incise per generare delle musiche: far parlare con i suoni un materiale muto era proprio lo scopo dello scultore. Rientro in città, cena in ristorante e pernottamento in hotel.

QUINTO GIORNO

Dopo la prima colazione in hotel, partiremo per trascorrere la giornata nella zona del Sulcis. Arriveremo a Sant'Antioco, collegata alla terraferma da un istmo, città fenicio-punica e ora borgo di mare dal fascino speciale. Visiteremo il museo di Chiara Vigo, ultimo "maestro del bisso". Passeggiata nell'area archeologica fra topfet (santuario), catacombe e necropoli. Sosta alla Cooperativa dei pescatori per il pranzo. Proseguiremo con un walking tour di Calasetta, borgo caratteristico dalle case bianche dove visiteremo anche il Museo di arte contemporanea. Rientro in città, cena in ristorante e pernottamento in hotel.

SESTO GIORNO

Prima colazione in hotel. Giornata libera per continuare a scoprire la città. Trasferimento autonomo all'aeroporto in modo che ognuna possa sfruttare al meglio la giornata in relazione al proprio orario di partenza.



APPUNTI DI VIAGGIO



Ciao! Sono Simona e sarò con voi durante questo tour alla scoperta della "mia" Sardegna più vera e autentica. Difficilmente troverete un altro viaggio che vi farà scoprire l'isola in questo modo.

Andremo dal mare alla montagna per esplorare luoghi completamente diversi fra loro che ci faranno sentire in un piccolo continente, scoprendo realtà locali autentiche da cui rimarrete senz'altro affascinate.

Essendo un viaggio costruito per le donne, ci dedicheremo ad attività prettamente femminili e incontreremo donne che avranno qualcosa da raccontarci. A Orgosolo (paese nel cuore dell'isola noto per i suoi murales) avremo modo di ammirare il costume tradizionale, sicuramente uno dei più belli, caratterizzato da su lionzu, una benda di seta grezza realizzata dalle mani sapienti delle donne del paese. L'ulteriore particolarità è che la stessa seta viene prodotta qui, dove si alleva un baco da seta che nel tempo non è mai stato incrociato con altre razze, tanto che si è selezionata una vera e propria specie riconosciuta oggi come "razza Orgosolo". Ad Aritzo, nel cuore della Barbagia, parteciperemo a una cooking class in cui impareremo, o meglio proveremo, a fare la pasta fresca in un'atmosfera familiare e cordiale. Anche il Giardino Sonoro a San Sperate dedicato all'opera del famosissimo scultore Pinuccio Sciola ha una grande impronta femminile, perché è seguito da Maria, figlia di Pinuccio, che tramanda così il messaggio artistico del padre. Infine nel Sud-Ovest, e più precisamente a Sant'Antioco, visiteremo Chiara Vigo e la sua casa. La sua storia è affascinante: lei è l'ultimo "maestro di bisso marino", cioè una tessitura finissima che si ottiene dalla bava di un mollusco che solidificandosi va a formare un bioccolo. Ma quello che fa e soprattutto la maestria con cui lo fa non sono facili da spiegare a parole.

Se parti da sola e vuoi evitare il supplemento singola, con un po' di spirito di adattamento potrai condividere la camera con un'altra viaggiatrice. Farò il possibile per trovarti la compagna giusta, in base a quello che mi racconterai di te!

DESCRIZIONE STRUTTURA



HOTEL EDERA*** (Belvi)

Struttura a conduzione familiare nel centro della Barbagia dove verrete accolti dal sorriso di Marianna in un ambiente amichevole e ospitale. Il ristorante serve piatti della tradizione barbaricina preparati con prodotti locali.

Le camere sono arredate in stile sardo e dispongono di un bagno privato con doccia, asciugacapelli e kit di cortesia.

Inoltre a disposizione degli ospiti cassaforte, aria condizionata, tv, e minibar.

HOTEL REGINA MARGHERITA**** (Cagliari)

L'hotel è situato in zona centrale, sotto le fortificazioni della città, a due passi dal porto e dalle principali vie dello shopping e dei locali.

Gli ospiti possono usufruire di un bistrot che offre gastronomia tradizionale e di qualità, e di un bar aperto fino a tarda notte.

Le camere sono confortevoli e dispongono di tutte le più moderne tecnologie: sono totalmente insonorizzate, dotate di sala da bagno con doccia o vasca, connessione internet cablata e wi-fi, gestione computerizzata delle temperature, cassaforte e frigobar.





LA QUOTA INCLUDE

- 2 PERNOTTAMENTI IN HOTEL 3* IN CAMERA DOPPIA CON MEZZA PENSIONE A BELVÌ
- 3 PERNOTTAMENTI IN HOTEL 4* IN CAMERA DOPPIA CON PRIMA COLAZIONE A CAGLIARI
- 3 CENE IN RISTORANTE (BEVANDE ESCLUSE)
- 3 PRANZI (ACQUA E VINO INCLUSI)
- PULMINO PER GLI SPOSTAMENTI
- GUIDA TURISTICA RAS
- NOSTRA RAPPRESENTANTE D'AGENZIA (SIMONA)
- ASSICURAZIONE MEDICO-BAGAGLIO

LA QUOTA NON INCLUDE

- € 50 DA CONSEGNARE A SIMONA A INIZIO VIAGGIO PER GLI INGRESSI AI SITI E AI MUSEI: MUSEO DELLE MASCHERE, SITO ARCHEOLOGICO SU NURAXI, CASA ZAPATA, CITTÀ DI NORA, GIARDINO SONORO, 4 SITI SANT'ANTIOCO, MUSEO CHIARA VIGO, MUSEO D'ARTE A CALASETTA E ACCESSO TORRE
- VOLO A/R
- TRASFERIMENTO HOTEL/AEROPORTO € 60 A MACCHINA (FINO A 3 PERSONE)
- EVENTUALI TASSE DI SOGGIORNO DA PAGARE IN LOCO
- TUTTO QUANTO NON ESPRESSAMENTE INDICATO IN "LA QUOTA INCLUDE"

COSTI

- QUOTE PER PERSONA IN CAMERA DOPPIA € 710
5 PERNOTTAMENTI + TRATTAMENTO COME DA PROGRAMMA + TOUR CON GUIDA
- VOLO NON INCLUSO: CHIEDETECI LA MIGLIORE QUOTAZIONE IN BASE ALLE VOSTRE ESIGENZE. SONO DISPONIBILI ANCHE VOLI LOW-COST DA ALCUNE DELLE PRINCIPALI CITTÀ ITALIANE.



Sabato 12 e domenica 13 ottobre 2019

Un tour al femminile nei paesaggi vitivinicoli di Langhe, Roero e Monferrato, dichiarati Patrimonio dell'umanità Unesco, per immortalare gli scorci migliori grazie all'aiuto di una fotografa, tra una caccia al tartufo, una camminata nelle vigne e una degustazione di vino, formaggi, tartufo, nocciole.

PROGRAMMA

PRIMO GIORNO

Arrivo individuale ad Asti. Alle ore 9, dal piazzale antistante la stazione, partenza per le Langhe.

Trasferimento a Castiglione Falletto presso la cantina di Livia Fontana, che ha ereditato la passione per la viticoltura dal

padre, forte di 7 generazioni che l'hanno preceduta nella gestione. Parteciperemo a un interessante tour della cantina, con degustazione e scatti fotografici all'interno, guidati da Cinzia.

Per un miglior risultato qualitativo delle fotografie, è consigliato dotarsi di un cavalletto, così da poter utilizzare la poca luce presente nelle cantine. Seguirà una

passaggiata tra i vigneti con scatti panoramici a luce naturale. Ci sposteremo poi alla Foresteria dei Marchesi di Barolo per il pranzo, non senza visitare la cantina e fare qualche scatto nelle vigne di nebbiolo da Barolo.

Dopo pranzo, trasferimento nel borgo di Barbaresco, per immortalare scorci dalla torre panoramica, che permette un'ampia visione, dal massiccio del Rosa al Monviso, con il Tanaro che divide idealmente i territori di Langhe, Roero e Monferrato. Torneremo poi nell'Astigiano per visitare l'azienda agricola Teresina, per vedere il processo di lavorazione e trasformazione delle nocciole e per degustare la nocciole gentile trilobata IGP, considerata la migliore al mondo, e alcuni prodotti a base di questo magnifico frutto.

Rientro ad Asti per la cena (libera) e il pernottamento.

NB Chi avesse difficoltà a trovarsi ad Asti per le 9 di mattina può aggiungere il pernottamento del venerdì sera ad Asti.

Chi arrivasse all'aeroporto di Torino la mattina intorno alle 08:00 potrà usufruire del trasferimento fino al luogo d'incontro ad Asti con un supplemento di € 10.

SECONDO GIORNO

Alle ore 9, partenza per le colline del Monferrato per la caccia al tartufo con "trifolai" e cani. Faremo una camminata nei boschi, con cani e uomini che sono in grado di scoprire dove il tubero cresce, con tanto di set fotografico. Successivamente visiteremo il caseificio Aris, dove vengono prodotti eccellenti formaggi a base di latte delle capre camosciate. Degustazione a base di ricette tipiche del territorio con tartufi e formaggi, e set fotografico per scatti alimentari. Ci sposteremo quindi nella zona del Roero per visitare i territori del vino arneis. Faremo una passeggiata tra i vigneti, che in questa zona sono solitamente destinati al vino bianco e al barbera rosso, e che in autunno si colorano di pennellate di rossi e gialli dorati molto piacevoli da fotografare. Faremo poi un salto a La Morra, per visitare i vigneti di nebbiolo da Barolo e per scattare foto panoramiche molto suggestive dalla terrazza del paese.

Rientro ad Asti.

NB Chi dovesse trovarsi all'aeroporto di Torino la sera potrà usufruire del trasferimento da Asti con un supplemento di € 10.

DESCRIZIONE STRUTTURA



LA FABBRICA DELL'ORO

La Fabbrica dell'Oro è situata nel centro storico di Asti ed è ubicata in tre palazzine appena ristrutturate.

Propone camere dotate di Wi-Fi gratuito, tv a schermo piatto, impianto di climatizzazione, bagno con asciugacapelli e set di cortesia. Ogni

camera inoltre ha un tema diverso che si rispecchia negli eleganti e originali arredamenti.

Nell'accogliente e originale sala colazione è a disposizione un buffet ricco e invitante: brioche appena sfornate, pane, miele, burro, marmellata, torte fatte in casa, biscotti di ogni tipo, frutta fresca e sciropata, yogurt, spremuta di arance, succhi di frutta, corn flakes, muesli, prosciutto, salame e formaggi affettati al momento.

APPUNTI DI VIAGGIO



Ciao! Sono Valentina e vi accompagnerò per questi 2 giorni di immersione totale nei magnifici paesaggi di casa mia: le colline di Langhe, Roero e Monferrato, che sono state inserite dall'Unesco tra i siti Patrimonio dell'umanità.

Con noi ci sarà anche Cinzia Trenchi, di professione giornalista e fotografa free lance, specializzata in food e itinerari enogastronomici.

Cinzia realizza per case editrici italiane e straniere libri e servizi di cucina con ricette inedite o interpretazioni della tipicità. Cuoca appassionata, collabora da molti anni con White Star e De Agostini per la realizzazione di piatti, testi e fotografie per la preparazione di libri tradotti in diverse lingue, che hanno come focus specialità regionali, della tradizione e della cucina naturale.

Insieme vi guideremo alla scoperta del territorio, con camminate tra le vigne dai colori autunnali e nei boschi insieme ai trifolai con i cani da tartufo, e anche tra i noccioli. E riporterete a casa fotografie stupende, grazie ai consigli esperti di Cinzia.

Non si può visitare questa zona del Piemonte senza avvicinarsi all'enogastronomia! E Cinzia, da ottima cuoca e buongustaia, ci porterà ad assaggiare formaggi di capra, tartufo, nocciole, e soprattutto a degustare ottimi vini in alcune cantine.

Se parti da sola, potrai condividere la camera con un'altra viaggiatrice ed evitare il supplemento singola. Farò il possibile per trovarti la compagna giusta, in base a quello che mi racconterai di te!





LA QUOTA INCLUDE

TRASFERIMENTI IN VAN 9 POSTI COME DA PROGRAMMA

•
1 PERNOTTAMENTO IN CAMERA DOPPIA CON PRIMA COLAZIONE

•
VISITA ALLA CANTINA LIVIA FONTANA CON DEGUSTAZIONE

•
PRANZO ALLA FORESTERIA DEI MARCHESI DI BAROLO CON VISITA DELLA CANTINA

•
INGRESSO ALLA TORRE DI BARBARESCO

•
VISITA ALL'AZIENDA AGRICOLA TERESINA CON DEGUSTAZIONE DI NOCCIOLE

•
CACCIA AL TARTUFO

•
VISITA DEL CASEIFICIO ARIS CON DEGUSTAZIONE DI FORMAGGI E TARTUFO

•
FOTOGRAFA PROFESSIONISTA (CINZIA)

•
NOSTRA TOUR LEADER (VALENTINA)

LA QUOTA NON INCLUDE

TRASFERIMENTI A/DA ASTI

•
EVENTUALI TASSE DI SOGGIORNO DA PAGARE IN LOCO

•
TUTTO QUANTO NON ESPRESSAMENTE INDICATO IN "LA QUOTA INCLUDE"

COSTI

QUOTE PER PERSONA IN CAMERA DOPPIA € 390

•
1 PERNOTTAMENTO CON COLAZIONE + TRASFERIMENTI + VISITE E DEGUSTAZIONI COME DA PROGRAMMA + FOTOGRAFA

•
SE AVETE BISOGNO DEL TRENO O DI QUALSIASI ALTRO MEZZO (ANCHE FLIXBUS) PER RAGGIUNGERE ASTI, CHIEDETECI LA MIGLIORE QUOTAZIONE.



Dal 28 al 30 giugno 2019

Weekend detox con pernottamenti in una dimora storica nella splendida cornice del lago di Garda. Avremo a disposizione 2 esperte di bellezza che ci coccoleranno con trattamenti ayurvedici, tisane e meditazione.

PROGRAMMA

PRIMO GIORNO

Arrivo presso il Relais Villa Belvedere & Spa nel tardo pomeriggio o in serata e ritrovo con Lucia e con il resto del gruppo.

Se ne avremo il tempo, potremo dedicarci subito a qualche coccola nel centro benessere.

In serata ceneremo in un locale nel centro di Sirmione (tavoli prenotati).

SECONDO GIORNO

Risveglio muscolare e respirazione per circa 1 ora nello splendido giardino della villa. Colazione a buffet. Durante la giornata, Elena e Ylenia ci coccoleranno con trattamenti di peeling al sale, riflessologia plantare,

bagno d'olio e massaggi ayurvedici, gusteremo tisane depuranti e termineremo la giornata con 30 minuti di meditazione. Gli appartamenti e le suite sono dotate di cucina dove prepareremo un pranzo leggero e sano con la collaborazione di tutte le partecipanti. Cena in un ristorante nel centro di Sirmione (tavoli prenotati).

TERZO GIORNO

Risveglio muscolare e respirazione per cir-

ca 1 ora a bordo piscina. Colazione a buffet. Durante la giornata Elena ed Ylenia ci coccoleranno con trattamenti come fanghi, lavaggio con sapone di Aleppo, massaggi e riflessologia con oli essenziali.

Avremo il tempo per concludere la giornata con tisane e relax in sauna o nella jacuzzi. Pranzo leggero e sano preparato con la collaborazione di tutte le partecipanti.

Partenza e rientro a casa in serata.



APPUNTI DI VIAGGIO



Ciao! Sono Lucia e ho organizzato questo weekend per tutte le donne che hanno necessità di staccare la spina e dedicare un po' di tempo alla cura di se stesse.

Amo e frequento il lago di Garda fin da bambina; è uno di quei posti che riescono sempre a rilassarmi. Quale miglior location quindi per organizzare un weekend relax e detox, per svuotare la mente e prenderci cura di noi stesse?

DESCRIZIONE STRUTTURA



Se parti da sola e vuoi evitare il supplemento singola, con un po' di spirito di adattamento potrai condividere la camera con altre viaggiatrici. Farò il possibile per trovarti le compagne giuste in base a quello che mi racconterai di te!

RELAIS VILLA BELVEDERE & SPA
Dimora d'epoca a due passi da Sirmione sul lago

di Garda. La struttura è circondata da colline e vigneti e vanta una vista mozzafiato sul lago di Garda; è il luogo ideale per prendersi una pausa, immergersi nella quiete e dedicarsi al proprio benessere.

La struttura offre appartamenti e suite dotati di tutti i comfort; al mattino viene offerta la colazione continentale.

Il relais offre ai propri ospiti una piscina all'aperto, una piscina riscaldata, un centro benessere



LA QUOTA INCLUDE

2 PERNOTTAMENTI CON PRIMA COLAZIONE

•
TRATTAMENTI BENESSERE COME DA
PROGRAMMA EFFETTUATI DA PROFESSIONISTE
ESPERTE

•
ASSICURAZIONE MEDICO-BAGAGLIO

LA QUOTA NON INCLUDE

2 PRANZI, QUANTIFICATI IN € 15 A PERSONA DA
CONSEGNARE A LUCIA A INIZIO VACANZA PER
SPESA COMUNE

•
2 CENE IN RISTORANTI PRENOTATI SPESA
MASSIMA € 30 A PERSONA A CENA

•
TRASFERIMENTI DA/PER RELAIS BELVEDERE

•
TUTTO QUANTO NON ESPRESSAMENTE INDICATO
IN "LA QUOTA NON INCLUDE"

COSTI

QUOTA PER PERSONA IN APPARTAMENTO LUSO
DA 6 PERSONE € 210

•
2 PERNOTTAMENTI CON COLAZIONE +
TRATTAMENTI BENESSERE PER 2 GIORNI
CON PROFESSIONISTE ESPERTE A NOSTRA
DISPOSIZIONE PER L'INTERO SOGGIORNO

•
IL TRASFERIMENTO DALLA VOSTRA CITTÀ AL
RELAIS NON È INCLUSO, MA LUCIA FARÀ IL
POSSIBILE PER ORGANIZZARE CAR SHARING E
CONDIVIDERE LE SPESE DI VIAGGIO.

•
MAN MANO CHE IL GRUPPO SI FORMERÀ,
VI METTERÀ IN CONTATTO PER NON DOVER
VIAGGIARE DA SOLE.

UNGHERIA

A BUDAPEST CON VALENTINA: GIRO
IN CITTÀ E RELAX ALLE TERME



Dal 6 al 9 dicembre 2019

Un weekend al femminile nella classica, imponente e divertente Budapest. Navigheremo sul Danubio, che la taglia in due parti, e ci godremo una giornata di relax alle terme Széchenyi, tra le più suggestive delle oltre cento presenti in città.

PROGRAMMA

PRIMO GIORNO

Arrivo all'aeroporto di Budapest, trasferimento in hotel e incontro con Valentina e con il resto del gruppo. Nel pomeriggio possiamo andare al quartiere ebraico, per vedere la splendida sinagoga in stile neomoresco, la seconda più grande del mon-

do dopo quella di New York (può ospitare fino a 3000 persone). Vedendo alcuni scorci della città, ci renderemo subito conto del perché è soprannominata la "Parigi dell'Est".

SECONDO GIORNO

Prima colazione in hotel. Alle ore 09:30 una guida parlante italiano verrà a prenderci

in hotel per un tour a piedi di Budapest di mezza giornata. Ammireremo le perle nascoste, oltre ai luoghi di attrazione più conosciuti della capitale, come piazza degli Eroi. Decideremo poi se andare a caccia di antichità, scoprire i segreti dell'architettura della città o optare per una degustazione gastronomica. Ascolteremo la storia tumultuosa della città e della nazione e potremo apprezzare la piacevole atmosfera e i bellissimi parchi cittadini, visitare il sorprendente bagno termale Széchenyi e il pittoresco castello Vajdahunyad.

Viaggeremo sulla prima linea metropolitana dell'Europa continentale e ci fermeremo alla bellissima Casa dell'Opera per ascoltare gli aneddoti e le storie interessanti sulla sua costruzione. Potremo ammirare la splendida architettura della basilica di Santo Stefano, la seconda chiesa più grande dell'Ungheria. Visiteremo i luoghi di attrazione di Castle Hill, come la chiesa di Mattia, risalente a 700 anni fa, e il bastione dei Pescatori (Halászbástya), un edificio maestoso costruito in stile neogotico e neoromanico con 7 torri e la terrazza con vista su Pest. Prenderemo un pullman pubblico dal quartiere del Castello e viaggeremo fino a Gellért Hill, dove scopriremo la leggenda del vescovo Gellért e la storia della Cittadella e della Statua della Libertà. Dalla punta della collina Gellért potremo godere di un magnifico panorama sulla città.

Dopo essere scesi dalla collina, potremo ammirare l'architettura dell'Art Nouveau dei bagni termali Gellért.

Da non perdere il Great Market Hall, il più grande mercato coperto della città.

Nel pomeriggio (ore 16) faremo una crociera sul Danubio, e scopriremo perché Budapest è definita "la perla del Danubio".

Attraverseremo in barca i sei ponti della città, costeggiando i luoghi più famosi della città, come il palazzo del Parlamento ungherese, esternamente in stile gotico, internamente barocco e rinascimentale, con la facciata posta proprio sulla riva del Danubio.

Vedremo il ponte delle Catene, il castello di Buda, il bastione dei Pescatori sopra la collina di Buda e la montagna Gellért, coronata dalla maestosa Cittadella.

TERZO GIORNO

Prima colazione in hotel. I bagni termali Széchenyi si trovano nel cuore del parco Városliget, vicino alla famosa piazza degli Eroi. La struttura risale al 1881, ma nel 1927 furono eseguiti lavori di ampliamento che portarono i bagni termali Széchenyi a diventare tra i più grandi e apprezzati d'Europa. In questi bagni termali l'acqua sgorga una fonte artesianiana che possiede due sorgenti di acqua, che alla fine del XIX secolo furono convogliate in strutture atte a portarle in superficie da una profondità di circa 1000 metri, dove a temperatura dell'acqua si aggira intorno ai 76 °C.

L'acqua delle terme Széchenyi possiede qualità terapeutiche dimostrate e contiene una grande quantità di fluoruro, calcio, solfato e acido metaborico, che aiutano a trattare diverse malattie degenerative come problemi alle articolazioni e artrite cronica.

Esiste anche una sorgente di acqua minerale potabile particolarmente indicata per chi soffre di gastrite cronica, reflusso gastrico e problemi alle vie urinarie. Naturalmente non mancano le vasche idromassaggio per le diverse attività di divertimento e relax.

Le temperature delle piscine all'aperto variano dai 26 ai 28 °C, le piscine estive dai 30 ai 34 °C, mentre quelle termali si aggirano intorno ai 38 °C. Le vasche con acqua fredda sono a circa 20 °C, mentre quelle per le cure termali sfiorano i 30 °C.

Dal 1963 i bagni Széchenyi restano aperti anche d'inverno. Prima del 1997 c'erano corridoi riscaldati e chiusi che conducevano alle piscine all'aperto, ma con il restauro furono demoliti per ripristinare l'estetica dello stabilimento Széchenyi: accappatoio e ciabatte sono essenziali per chi vuole

fare il bagno all'aperto d'inverno, in quanto occorrerà farsi un paio di secondi di passeggiata nel freddo gelo ungherese fino ad arrivare ai bagni caldi fumanti!

QUARTO GIORNO

Prima colazione in hotel. Trasferimento all'aeroporto in tempo utile per il volo di rientro.

APPUNTI DI VIAGGIO



Ciao! Sono Valentina e sarò con voi in questo weekend di scoperta e di relax a Budapest.

Budapest è una città dalle molteplici identità e influenze storiche, da quella romana a quella medievale testimoniata dal castello, a quella moderna.

Ma può anche essere una città rilassante, grazie alle numerose terme che offrono un'esperienza unica, soprattutto in inverno, quando la metropoli è ricoperta di neve. E noi lo esploreremo con una giornata alle terme Széchenyi, che sono tra le più suggestive nonché tra le più grandi e apprezzate d'Europa.

Faremo anche una navigazione sul fiume che la divide in due parti, il Danubio, sul quale si affacciano imponenti castelli e splendidi palazzi.

DESCRIZIONE STRUTTURA

Anche se parti da sola, in questo viaggio potrai evitare il supplemento singola: con un po' di spirito di adattamento potrai infatti condividere la camera con un'altra viaggiatrice. Farò il possibile per trovarti la compagna giusta, in base a quello che mi racconterai di te!

CORVIN PROMENADE APARTHOTEL***

Il Corvin Promenade Aparthotel si trova in uno dei più vasti quartieri centrali di Budapest, il distretto VIII, Józsefváros, un'ottima base per visitare la città, vicino ai luoghi di maggiore interesse turistico ma lontano dal trambusto del centro. Il distretto VIII è infatti tranquillo e molto

elegante, e comprende zone come il Palace Neighbourhood, un'area ricca di sontuose dimore che un tempo ospitavano le famiglie aristocratiche di Budapest oggi trasformate in hotel di lusso, università e istituti culturali, tra cui il National Museum, il più grande museo del paese.

Lo splendido connubio tra arte, storia e architettura conferisce al quartiere Józsefváros un fascino senza tempo, tutto da scoprire passeggiando negli ampi viali residenziali e facendo una sosta ai tavolini all'aperto di bar e ristoranti. L'aparthotel propone 30 camere dotate di aria condizionata (€ 5 al giorno), cucina con frigorifero e microonde, balcone, tv led, Wi-Fi gratuito, bollitore elettrico, lavatrice. A disposizione: check-out veloce, deposito bagagli.



LA QUOTA INCLUDE

TRASFERIMENTI DA/PER L'AEROPORTO IN BUS
NAVETTA

•

3 PERNOTTAMENTI IN STUDIO 2 DA PERSONE CON
PRIMA COLAZIONE

•

TOUR GUIDATO IN ITALIANO DI MEZZA GIORNATA

•

NAVIGAZIONE SUL DANUBIO

•

INGRESSO PRIORITARIO ALLE TERME SZÉCHENYI
CON CABINA PRIVATA

•

ASSICURAZIONE MEDICO-BAGAGLIO

LA QUOTA NON INCLUDE

VOLO A/R (A OGGI DA MILANO € 175 CON SOLO
BAGAGLIO A MANO)

•

TASSE DI SOGGIORNO DA PAGARE IN LOCO

•

TUTTO QUANTO NON ESPRESSAMENTE INDICATO
IN "LA QUOTA INCLUDE"

COSTI

QUOTA PER PERSONA IN CAMERA DOPPIA € 215

•

3 PERNOTTAMENTI CON COLAZIONE +
TRASFERIMENTI + TOUR GUIDATO IN ITALIANO +
NAVIGAZIONE SUL DANUBIO + INGRESSO ALLE
TERME

•

VOLO NON INCLUSO: CHIEDETECI LA MIGLIORE
QUOTAZIONE DEL MOMENTO.



Dal 25 al 27 ottobre 2019

Un week-end che unisce all'esperienza del viaggio fisico quella di un viaggio all'interno di se stesse, per andare a scoprire e determinare un'area della propria vita in cui si desidera avere risultati nuovi o differenti.

PROGRAMMA

PRIMO GIORNO

Arrivo individuale in hotel nel pomeriggio e incontro con il resto del gruppo.

Le camere sono disponibili dalle ore 14, quindi è possibile sfruttare le piscine e le Spa già dal venerdì pomeriggio. Con l'aiuto del life coach, decideremo come for-

mare le camere, utilizzando un Ice Breaker chiamato "Carta di Identità Musicale". Sarà divertente! Cena in hotel (19:15-20:15) e serata a disposizione per conoscerci e chiacchierare.

SECONDO GIORNO

Prima di colazione, per chi lo desidera, è possibile andare a nuotare nella grande

piscina esterna, che è riscaldata ma non troppo, a una temperatura adatta al nuoto. Dopo la colazione, il life coach darà il via alle sessioni di coaching individuale della durata di 1 ora. In questa sessione sarà utilizzata la "ruota della vita", un grafico che serve a esaminare gli "spicchi" che compongono la vita di una persona, per individuare quelli in cui esistono margini di miglioramento che il coachee (la persona) vuole mettere in atto.

Mentre una partecipante sarà impegnata con la sua sessione, il resto del gruppo potrà rilassarsi in una delle piscine o usufruire delle Spa.

A pranzo (ore 12:15-13:15) è possibile mangiare un pasto completo e/o usufruire dell'ampio buffet di verdure crude e cotte. Nel pomeriggio proseguono le sessioni di life coaching e il relax in piscina e alla Spa. Cena in hotel (19:15-20:15) e serata libera.

TERZO GIORNO

Anche questa mattina, prima di colazione, chi vuole può andare a nuotare. Dopo la colazione, sessioni di coaching individuale con ogni partecipante della durata di 1 ora. In questa sessione si procederà con l'approfondimento del tema individuato nella sessione di ieri e si comporrà la "lettera" o la "serenata" destinata all'obiettivo che si è dichiarato di voler raggiungere. Mentre una partecipante sarà impegnata con la sua sessione, il resto del gruppo potrà rilassarsi in una delle piscine o usufruire delle Spa, fino al momento della partenza (utilizzo delle piscine consentito fino alle ore 19). A pranzo (ore 12:15-13:15) è possibile mangiare un pasto completo e/o usufruire dell'ampio buffet di verdure crude e cotte.

NB Le camere vanno lasciate entro le ore 11, ma è disposizione uno spogliatoio dove riporre le nostre cose.

DESCRIZIONE STRUTTURA



Anche se parti da sola, in questo viaggio potrai evitare il supplemento singola: potrai infatti condividere la camera con un'altra viaggiatrice. Ci penserà il life coach ad aiutarci a formare i giusti abbinamenti!

CONTINENTAL TERME HOTEL****

L'hotel si trova a Montegrotto, a 2 passi dalla stazione dei treni.

Le camere Comfort (23 mq) presentano mobili eleganti e funzionali, pavimento in moquette o parquet, infissi insonorizzati, ampie finestre e terrazza dove è possibile concedersi un momento di relax. Sono dotate di climatizzazione indipendente e regolabile, telefono, minibar, cassaforte privata, tv-sat, wi-fi gratuito e bagno privato con doccia o vasca accessoriato con esclusiva biancheria e kit cortesia firmato Continental Terme Hotel, asciugacapelli.

La mattina vi attende un'abbondante colazione internazionale a buffet dolce e salata.

Nella spaziosa hall è disponibile un lounge bar interno per una pausa caffè, un aperitivo o un drink post cena.

Il ristorante Le Magnolie racchiude la tradizio-

nale essenza veneta e italiana del mangiar bene e di un'alimentazione equilibrata tipica della dieta mediterranea, senza tralasciare ciò che la cucina internazionale ha saputo trasmettere.

Disponibili anche menù per chi necessita di diete personalizzate, gluten-free o prive di agenti allergenici, ai vegetariani e ai vegani.

NB È vietato accedere al ristorante con ciabatte, accappatoio, tuta da ginnastica, canotta.

L'hotel dispone di 5 piscine termali caratterizzate da differenti tipi di idromassaggio e percorsi, e riempite al 100% con acqua salso-bromo iodica ipertermale, proveniente da pozzi profondi, a una temperatura che varia da 28 °C a 36 °C. Grazie anche alla presenza di idromassaggi, walking kneipp e combinazioni di aria e acqua, stimolano la distensione muscolare e l'armonia psicofisica.

Spa Thalasso al piano terra è ideale per temperare il corpo ed eliminare le tossine, mentre la nuova Spa Aqva&Thermae a picco sull'acqua, di recente costruzione, dal concept moderno, energico e rilassante, propone hammam, bagno turco, sauna finlandese e russa, ice room, bagno romano, gyser e docce emozionali per un benessere a 360°.



APPUNTI DI VIAGGIO



Ciao! Sono Valentina e sarò con voi in questo weekend di relax fisico e lavoro interiore, nello splendido contesto del Continental Terme Hotel di Montegrotto.

Il life coaching è uno strumento per “far emergere le potenzialità di ognuno”. Il life coach stimola e supporta le persone al fine di far loro raggiungere gli obiettivi che desiderano, come migliorare la propria qualità di vita, gestire in modo funzionale il proprio tempo, migliorare i rapporti con i propri affetti.

Un life coach può essere utile a chiunque voglia modificare qualche aspetto della propria vita, gli obiettivi possono essere variegati: diventare un genitore più consapevole, dimagrire, trovare un lavoro, cambiare lavoro, trovare un partner, avere un modo efficace di comunicare con gli altri...

Il nostro life coach sarà Enrico Bossotto, che ci supporterà e stimolerà nella scoperta dei nuovi mondi che possiamo creare.

Secondo Enrico: *«ogni persona ha la forza della creazione e la esercita trovando nuovi punti di vista; il cambio di punto di vista è il big bang del nuovo mondo in cui si muoverà».*

Enrico è un coach iscritto all'Associazione Italiana Coach professionisti (AICP) e per questa associazione è il referente del Piemonte per una ricerca sugli effetti dei percorsi di coaching, sviluppata in collaborazione con l'Università della Sapienza di Roma, Dipartimento di Medicina e Psicologia, Cattedra di Valutazione e Talent Management (Prof.ssa Laura Borgogni).

Nel suo lavoro da coach, Enrico utilizza alcuni “strumenti” che trova molto “potenti” e che sono legati anche al suo hobby, recitare in teatro, e che sono la “simulazione del discorso” e il “viaggio nel tempo”. Con questi strumenti è possibile sperimentare quello che desideriamo senza “correre rischi”.

Per altre informazioni su di lui potete visitare la sua pagina Facebook Enrico Bossotto Coach oppure il suo sito.





LA QUOTA INCLUDE

2 PERNOTTAMENTI IN CAMERA DOPPIA COMFORT
CON LETTI SEPARATI

•
2 COLAZIONI, 2 PRANZI, 2 CENE (BEVANDE
ESCLUSE)

•
ACCESSO ALLE 5 PISCINE TERMALI,
IDROMASSAGGI, CASCATE CERVICALI, HYDROBIKE,
PERCORSO KNEIPP

•
ACCESSO ALLA SPA THALASSO, CON BAGNO
TURCO SALINO, SAUNA FINLANDESE, BIO-
GROTTA TERMAL, CASCATA DI GHIACCIO, DOCCE
EMOZIONALI CON AROMATERAPIA E STANZA DEL
SALE

•
ACCESSO ALLA SPA AQVA&THERMAE, CON SOFT
SAUNA, SAUNA FINLANDESE, BAGNO TURCO, ICE
ROOM, BAGNO ROMANO, DOCCE EMOZIONALI
CON AROMATERAPIA E GEYSER

•
ICE BREAKER GUIDATO DAL LIFE COACH

•
2 SESSIONI INDIVIDUALI DI 1 ORA CIASCUNA CON
IL LIFE COACH

•
LIFE COACH PRESENTE TUTTO IL TEMPO

•
NOSTRA TOUR LEADER (VALENTINA)

LA QUOTA NON INCLUDE

TASSE DI SOGGIORNO DA PAGARE IN LOCO € 2
A PERSONA AL GIORNO

•
TRASFERIMENTO A/DA MONTEGROTTO

•
TUTTO QUANTO NON ESPRESSAMENTE INDICATO
IN "LA QUOTA INCLUDE"

COSTI

QUOTE PER PERSONA IN CAMERA DOPPIA € 484

•
2 PERNOTTAMENTI + PENSIONE COMPLETA + 2
SESSIONI DI COACHING + UTILIZZO PISCINE E SPA

•
IL TRASFERIMENTO A MONTEGROTTO NON È
INCLUSO. C'È LA POSSIBILITÀ DI ARRIVARE IN
TRENO: CHIEDETECI ORARI E COSTI.



Dal 14 al 21 giugno 2019

La chiamano “l'isola che non c'è”, racchiusa tra due penisole. Porto Santo, nell'arcipelago portoghese di Madeira, è nota per le acque calde e la spiaggia di sabbia. Piccola ma ricca di piacevoli sorprese, l'isola vanta uno dei più importanti centri di thalassoterapia e panorami mozzafiato. Quindi, partiamo?

PROGRAMMA

PRIMO GIORNO

Partenza da Milano con volo per Porto Santo. Trasferimento all'hotel in bus navetta.

SECONDO GIORNO

Giornata dedicata a conoscere le altre

partecipanti e a prendere confidenza con questa magnifica zona. Potremo decidere se goderci il mare o un po' di relax presso il centro benessere. Verso il tramonto, chi ha voglia di camminare sulla morbida sabbia dorata fino alle isolette, sarà premiato da una vista super gustando una sangria bianca. Rientro in hotel per la cena..

TERZO GIORNO

Mattina dedicata al relax.

Dopo il pranzo, visita dell'isola per scoprire le famose Canne d'organo, da dove potremo ammirare una vista che lascia senza fiato da Pico de Ana Ferreira, scogliere che formano mini piscine naturali.

Da Pico da Ana Ferreira si apprezza un panorama completo sulla città e sull'isoletta Ilhéu de Flora e la favolosa Pedreira do Pico da Ana Ferreira, dove si sono disotterrate le colossali colonne di basalto scolpite che rivelano quel fenomeno naturale che i locali chiamano il "piano". Pico de Ana Ferreira prende il nome dai fari accesi sulla sua sommità per proteggersi dalle incursioni nemiche. Vicino si trova anche uno splendido golf a 18 buche, disegnato dal campione Severiano Ballesteros, sempre super frequentato dagli appassionati. La maggior parte delle buche si affaccia sull'oceano. Se qualcuna fosse un'appassionata, potrebbe passare qui qualche ora. Rientro in hotel per relax al centro benessere.

QUARTO GIORNO

Giornata libera. Visita della cittadina di Vila Baleira. Chi la ama storia e cultura può recarsi al museo dedicato a Cristoforo Colombo, nella casa dove abitò, e che mira a ricreare la vita da lui condotta sull'isola, oltre a esporre numerosi suoi ritratti. Gli splendidi pannelli di mattonelle della seicentesca chiesa di Nossa Senhora da Piedade, accanto al museo, meritano anch'essi una visita.

Volendo, potremo cenare vicino all'hotel, per assaggiare le specialità dell'isola, come le polpette di manzo cotte alla griglia su una foglia di alloro e bagnate con burro d'aglio, oppure il famoso bolo de caco, un

pane di patate dolci servito anch'esso con burro all'aglio (qui l'aglio regna sovrano, attenzione!).

QUINTO GIORNO

Mare, piscina, terme: come desiderate!

Se avete voglia di vedere un mondo di colori, possiamo visitare il lussureggiante giardino della Quinta das Palmeiras, che ospita una collezione di uccelli esotici tra i quali cigni, tucani, emù e pappagalli. I suoi ruscelli tranquilli e i giardini aromatici assicurano un fresco rifugio dal sole e dalla sabbia.

Sulla strada ci potremmo fermare presso l'hotel Quinat Do Serrado, splendida chicca all'interno dell'isola, per gustare un buon caffè e godere del suo meraviglioso giardino.

SESTO GIORNO

Il nostro relax continua, tra chiacchiere, riposini e movimento.

Perché non regalarci una vista all'isola del Faro, patria dei gabbiani e di ragni giganti che sembrano granchi?

Passeremo vicino all'isolotto del Gorilla, che deve il nome alla sua sagoma.

SETTIMO GIORNO

Libertà assoluta per prendere un bel colorito e pensare a noi, a questa settimana che ci siamo regalate.

La sera un bel brindisi "bordo piscina" per salutarci.

OTTAVO GIORNO

Ci tocca, è ora di lasciare questa piccola e magica isola, ricca di energie positive, dando un ultimo sguardo al mare, che ci inviterà a ritornare.

Trasferimento all'aeroporto e volo di rientro.

APPUNTI DI VIAGGIO

Ciao! Sono Adriana e sarò con voi durante questo soggiorno nella splendida cornice di Porto Santo.



La chiamano "l'isola che non c'è", racchiusa tra due penisole. Porto Santo è un'isoletta nell'arcipelago portoghese di Madeira nota per le acque calde, con una lunga spiaggia di sabbia. Qui si fermò anche Cristoforo Colombo, infatti è possibile visitare la sua casa nel centro del paesino. La natura è varia, dalla bella spiaggia di sabbia sottile dove fare stupende passeggiate, all'interno con fossili nel deserto e strutture rocciose che formano un organo gigante.

Piccola ma ricca di piacevoli sorprese, ospita uno dei più importanti centri di thalassoterapia e vanta panorami mozzafiato. Con i suoi 11 km x 4 di estensione, Porto Santo è il monolocale delle isole, ma è decisamente ben arredato. Il nostro viaggio al femminile includerà un pacchetto "signore" che comprende un cesto di frutta in camera ogni giorno, il minibar fornito di bevande e acqua, telo mare in camera con cambio giornaliero, ombrelloni e lettini in spiaggia, ingresso benessere giornaliero di 1 ora e mezza. Secondo studi scientifici, l'isola di Porto Santo e il mare che ne bagna la costa sono ricchi di iodio, calcio, magnesio e stronzio. Questi elementi aiutano a supplire alla carenza di sali minerali nell'organismo provocata dallo stress e dalla stanchezza, contribuendo a un veloce recupero del sistema nervoso. L'isola è quindi ideale per la *thalassoterapia* (dal greco *thalassa*, "mare", e *thérapeia*, "trattamento").

DESCRIZIONE STRUTTURA



In questo viaggio, anche se parti da sola, potrai evitare il supplemento singola: con un po' di spirito di adattamento potrai infatti condividere la camera con un'altra viaggiatrice. Farò il possibile per trovarti la compagna giusta, in base a quello che mi racconterai di te!

VILA BALEIRA

L'hotel è situato nel Sud-Ovest dell'isola, un'elegante e tranquilla zona dell'isola di Porto Santo. Dista 4 km dal centro della capitale e sorge in una posizione privilegiata di fronte alla lunga spiaggia dorata lunga 9 km.

Con le passeggiate è possibile raggiungere il centro cittadino costeggiando il mare cristallino.

Per le più pigre, sono comunque a disposizione i bus di linea che transitano direttamente davanti all'hotel a orari regolari a seconda delle stagioni.

La struttura dispone del ristorante "Atlantico", dove vengono servite a buffet le portate principali della cucina tipica locale e internazionale, e del ristorante tematico "Dunas", situato nella zona del giardino vicino alla piscina, dove per le amanti del sole e per chi è a dieta si può gustare un'ampia scelta di insalate, snack dolci e salati, gelati.

La storia del Vila Baleira Resort è legata alle proprietà terapeutiche della sabbia di Porto Santo. La spiaggia è composta da sabbia biogenica carbonatica, dalle proprietà fisiche, chimiche e termiche.



LA QUOTA INCLUDE

- VOLO A/R DA MILANO
- TASSE AEROPORTUALI (L'IMPORTO PUÒ VARIARE FINO ALL'EMISSIONE DEI BIGLIETTI)
- TRASFERIMENTO DA/PER L'AEROPORTO
- 7 PERNOTTAMENTI IN CAMERA DOPPIA
- TRATTAMENTO DI HARD ALL INCLUSIVE
- NOSTRA RAPPRESENTANTE DI AGENZIA DALL'ITALIA (ADRIANA)
- ASSICURAZIONE MEDICO-BAGAGLIO

LA QUOTA NON INCLUDE

- ASSICURAZIONE ANNULLAMENTO € 25 (FACOLTATIVA)
- TUTTO QUANTO NON ESPRESSAMENTE INDICATO IN "LA QUOTA INCLUDE"

COSTI

- QUOTA PER PERSONA IN CAMERA DOPPIA DA € 1130
- VOLO + TRASFERIMENTI + 7 PERNOTTAMENTI + HARD ALL INCLUSIVE + ASSICURAZIONE



Dal 18 al 21 ottobre 2019

Voulez-vous venir avec moi à Paris? Ebbene, partiamo per un week-end lungo nella Ville Lumière, dove assaggeremo cibo, degusteremo vino e assisteremo a una sfilata, divertendoci a fare anche un po' di sano shopping!

PROGRAMMA

PRIMO GIORNO

Arrivo all'aeroporto e trasferimento in hotel utilizzando il treno Rer.

Incontro con Adriana e il resto del gruppo per iniziare a conoscersi.

Dopo una rinfrescata veloce, si parte per la Ville Lumière e per una cena in brasserie e

per farci incantare dalle luci della sera.

SECONDO GIORNO

Dopo la prima colazione con i deliziosi croissant, tour di assaggio con bus turistico. Potremo fermarci dove desideriamo.

Andremo a gustare il caffè al famoso Café de Flore, che si trova nell'antico quartiere di Saint Germain des Près, all'angolo del Bou-

levard Saint-Germain e la Rue St Benoît. Fu fondato probabilmente nel 1887 e deve il suo nome a una scultura di Flora che, alla fine del XIX secolo, era situata proprio nell'angolo della strada.

Conosciuto anche come il caffè dei letterati, fu sempre frequentato da grandi personaggi della cultura tra cui Apollinaire, Rimbaud, Sartre, Simon de Beauvoir, Boris Vian, Picasso, Camus, Jacques Prévert, Gabriel Pomerand e molti altri, che hanno trasformato questo locale in una vera e propria istituzione culturale. Pomeriggio in Rue de Rivoli per uno struscio nella via dei negozi. Rientreremo in hotel per rinfrescarci e poi ripartiremo per la nostra cena da "soirée", vestite come desideriamo (siamo a Paris, la città turistica per eccellenza!). Ceneremo al 56° piano della Tour Montparnasse al Café Ciel de Paris per rimanere senza fiato con Parigi ai nostri piedi!

TERZO GIORNO

Colazione leggera, perché andremo alla famosa pasticceria Lacroix Pâtisserie ad assaggiare i noti macaron.

Questo è il periodo del Festival dell'Autunno, ricco di spettacolo. Il festival propone spettacoli di danza, concerti musicali, proiezioni di film ma anche tanto teatro e mostre di arti plastiche. In tutto sono in programma una cinquantina di manifestazioni, che si tengono in vari luoghi della città, dal centro Pompidou alla Ménagerie de Verre. Ma Parigi è anche magia: parteciperemo a un tour guidato di un'ora e mezza che ci porterà alla scoperta di una Parigi sconosciuta e misteriosa.

Dietro la Ville Lumière si nasconde un lato più tenebroso e oscuro, che vede leggende e magia nera fondersi tra loro. La nostra visita guidata inizierà a Place Mau-

bert, sui passi del maestro Alberto di Colonia il Mago, poi giungeremo davanti a Notre Dame, cattedrale avvolta da favole e misteri. Davanti alla torre Saint-Jacques comprenderemo quanto la realtà possa trasformarsi in finzione, e nel cuore della romantica rue de la Ferronnerie verremo a sapere come il "vert galant" perse la vita. Dopo aver evocato il vecchio carnaio dei Saints-Innocents, ornato un tempo da un bizzarro e macabro sfregio, la visita finirà alla torre astrologica e astronomica della Reine Noire ("Regina Nera"). In questa torre il mago di Caterina de' Medici praticava la magia nera. Alcuni raccontano che, durante le notti di tempesta, il fantasma dell'indovino viene ancora a visitare la torre. Vivete questa esperienza unica, brividi garantiti! E per riprenderci: pranzo in una cripta al ristorante Le Foyer de la Madeleine, situato nel sotterraneo della chiesa della Madeleine, a cui si accede attraverso una porticina laterale della chiesa.

Il ristorante è no profit, i camerieri sono volontari e un pasto completo costa € 10 per i membri dell'organizzazione e € 15 per tutti gli altri. I piatti sono deliziosi e l'atmosfera unica permette anche di aiutare i meno fortunati. Pomeriggio (o ormai tardo pomeriggio) libero.

QUARTO GIORNO

Mattinata libera.

Per chi si fosse dimenticata qualche acquisto, andremo alle Galeries Lafayette, per una sfilata di 35 minuti: non poteva mancare nella capitale della moda!

Adesso è proprio ora, prepariamoci per il rientro. Trasferimento in treno Rer all'aeroporto, in tempo utile per il volo.

À bientôt Paris!



APPUNTI DI VIAGGIO

Ciao! Sono Adriana e sarò con voi durante questi 3 giorni a Parigi.



DESCRIZIONE STRUTTURA



In questo viaggio, anche se parti da sola, potrai evitare il supplemento singola: con un po' di spirito di adattamento potrai infatti condividere la camera con un'altra viaggiatrice. Farò il possibile per trovarti la compagna giusta, in base a quello che mi racconterai di te!

MERCURE PARIS ALESIA****

L'hotel è situato accanto alla stazione della metropolitana e del tram Porte d'Orleans.

Le camere sono dotate di tv lcd con canali satellitari, minibar e aria condizionata.

A disposizione: Wi-Fi gratuito, un lounge-bar contemporaneo con divani colorati, reception attiva 24 ore su 24.



LA QUOTA INCLUDE

- 3 PERNOTTAMENTI CON PRIMA COLAZIONE
- BIGLIETTI DEL TRENO RER DA/PER L'AEROPORTO
- CENA DI GALA A MONTPARNASSE
- TOUR MAGICO
- SFILATA ALLE GALLERIE LAFAYETTE
- ASSICURAZIONE MEDICO-BAGAGLIO

LA QUOTA NON INCLUDE

- VOLO
- EVENTUALI TASSE DI SOGGIORNO DA PAGARE IN LOCO
- ASSICURAZIONE ANNULLAMENTO (FACOLTATIVA)
- TUTTO QUANTO NON ESPRESSAMENTE INDICATO IN "LA QUOTA INCLUDE"

COSTI

QUOTA PER PERSONA IN CAMERA DOPPIA € 439

- 3 PERNOTTAMENTI CON COLAZIONE +
1 CENA + TOUR COME DA PROGRAMMA +
SFILATA + TRENO RER

- VOLO NON INCLUSO: CHIEDETECI LA MIGLIOR
QUOTAZIONE DALL'AEROPORTO
A VOI PIÙ COMODO.

ISRAELE

IN ISRAELE CON LUCIA: TEL AVIV,
GERUSALEMME, MAR MORTO,
PALESTINA



Dal 7 al 14 settembre 2019

Un viaggio al femminile in Israele, meta cool del momento. Scopriremo non solo luoghi splendidi e significativi, ma parteciperemo anche a una cooking class di cucina Kasher, scopriremo il ruolo delle donne nella cultura ebraica, palestinese e beduina, attraverseremo il deserto e proveremo a galleggiare nel mar Morto.

PROGRAMMA

PRIMO GIORNO

Arrivo dall'aeroporto Ben Gurion di Tel Aviv, disbrigo della formalità doganali, incontro con la guida e trasferimento in hotel.

Pernottamento a Tel Aviv all'hotel Ben Yehuda 14*** (o similare), situato nel cuore di Tel Aviv a 250 metri dalla spiaggia, che

vanta camere semplici ma dotate di ogni comfort, come bagno privato e wi-fi gratuito. Cena e pernottamento in hotel.

SECONDO GIORNO

Dopo la prima colazione in hotel, inizieremo la giornata con la visita di Giaffa, l'antico porto che ha rappresentato per tanti anni l'accesso principale alla terra di Sion.

Avremo l'occasione di parlare, osservare e capire la trasformazione di una città giovane, dinamica e proiettata verso l'innovazione e il ruolo della donna nella società israeliana, così come i ritmi di vita della laica capitale amministrativa del paese.

Cena e pernottamento a Tel Aviv.

TERZO GIORNO

Dopo la colazione in hotel, ci avvieremo verso sud alla scoperta del deserto del Negev, quel territorio inospitale che occupa più della metà del paese e che è stato "addomesticato" per ospitare i pionieri, che iniziarono ad arrivare all'inizio del XX secolo. Durante il nostro viaggio avremo l'occasione di incontrare una minoranza presente nel paese, i beduini, e di capire il ruolo della donna nella loro società. Proseguimento verso il mar Morto e pernottamento a Ein Bokek all'hotel David Dead Sea Resort & Spa**** (o similare), che vanta un'ampia zona con piscina all'aperto e alcune piscine sulfuree coperte, oltre a un centro benessere, campi da squash, un centro fitness, 3 ristoranti e camere dotate di wi-fi gratuito, bagno privato e minibar. Cena in hotel.

QUARTO GIORNO

Dopo la prima colazione, tempo a disposizione per il bagno nelle acque del mar Morto. Check-out e partenza per la visita della fortezza di Masada, roccaforte erodiana in pieno deserto che testimonia la grandezza del re Erode e l'importanza della presenza romana in questa terra. È arrivato il momento di risalire verso le montagne di Giudea e raggiungere Gerusalemme, localizzata a 800 metri sul livello del mare. Avremo la prima panoramica dal monte degli Ulivi. Arrivo all'hotel Ibis Jerusalem City Center**** (o similare), situato nel cuore di Gerusalemme a poca distanza dalle mura della città vecchia, dotato di camere climatizzate con wi-fi gratuito. Cena e pernottamento.

QUINTO GIORNO

Prima colazione in hotel. La nostra giornata inizierà con la visita a piedi della storica Gerusalemme, la città vecchia, che include la Spianata delle moschee e il quartiere cristiano, la via crucis e il Golgota.

Le nostre visite saranno analizzate da un punto di vista storico, archeologico e culturale. Gerusalemme è una città mistica, unica città al mondo sacra per tre religioni monoteiste. Questa è l'occasione per vedere i punti di incontro e di scontro tra di esse. Nella seconda parte della giornata ci dedicheremo alla conoscenza del ruolo della donna nella società ebraica, e sarà molto interessante incontrare donne ebraiche locali per capire insieme differenze e punti di incontro tra le varie culture.

Cena e pernottamento in hotel.

SESTO GIORNO

Dopo la colazione termineremo la visita della città vecchia con il quartiere ebraico e poi andremo a visitare il memoriale dell'olocausto, lo Yad Vashem, simbolo della storia del paese. Cena e pernottamento in hotel.

SETTIMO GIORNO

Per capire questo paese bisogna analizzarlo da ogni punto di vista, e per questo è necessario incontrare le maggiori etnie che lo popolano. Dopo la colazione, oggi andremo in Palestina e, dopo la visita della chiesa della Natività di Betlemme, recentemente rinnovata, ci sarà l'occasione di conoscere da vicino la società palestinese e quindi il ruolo della donna. Attraverseremo il muro che separa Israele dalla Palestina per rientrare a Gerusalemme. Cena e pernottamento in hotel.

OTTAVO GIORNO

Prima colazione in hotel. Tempo a disposizione a seconda dell'orario del volo. Potremo fare un'ultima passeggiata a Gerusalemme o rientrare a Tel Aviv e goderci le ultime ore di mare e sole. Trasferimento all'aeroporto di Tel Aviv in tempo utile per il volo di rientro.

APPUNTI DI VIAGGIO



Ciao! Sono Lucia e sarò con voi in questo viaggio in Israele, semplicemente perché ho visitato questo paese lo scorso anno e ne sono rimasta incantata.

Questo è un viaggio costruito per donne, quindi ci dedicheremo anche ad attività prettamente femminili come la visita di villaggi e associazioni di donne ebraiche, palestinesi e beduine che ci accoglieranno nella loro quotidianità, ci mostreranno come vivono e lavorano le donne, e avremo l'occasione di pranzare e conversare con loro.

Non ci faremo mancare poi un bagno nei fanghi del mar Morto.

Durante la nostra visita saremo accompagnate da Rebecca, una guida donna che ci parlerà del complicato ruolo della donna in questo paese complicato e controverso.

Partiremo dalla moderna e cosmopolita Tel Aviv per poi dirigerci verso l'antica e affascinante Gerusalemme.

Attraverseremo il muro che divide Israele e la Palestina, famoso oltre che per l'impatto politico anche per i murali di Banksy.

Attraverseremo il deserto, pranzeremo nei villaggi locali, ci rilasseremo sul mar Morto per poi rientrate a Tel Aviv per goderci le ultime ore di sole e mare in una delle città più giovani al mondo.

DESCRIZIONE STRUTTURA



In questo viaggio, anche se parti da sola potrai evitare il supplemento singola, condividendo la

camera con un'altra viaggiatrice.

Farò il possibile per trovarti la compagna giusta, in base a quello che mi racconterai di te!



LA QUOTA INCLUDE

- 7 PERNOTTAMENTI IN CAMERA DOPPIA
- TRATTAMENTO DI MEZZA PENSIONE (COLAZIONE E CENA)
- 6 GIORNI DI TOUR COME DA PROGRAMMA
- 3 PRANZI IN VILLAGGI
- 8 GIORNI CON MINIBUS PER CIRCA 200 KM AL GIORNO E 10 ORE DI ATTIVITÀ
- INGRESSI AI SITI COME DA PROGRAMMA
- GUIDA PARLANTE ITALIANO PER TUTTA LA DURATA DEL TOUR
- NOSTRA RAPPRESENTANTE D'AGENZIA (LUCIA)
- ASSICURAZIONE SPESE MEDICHE ILLIMITATE, BAGAGLIO € 750, INFORTUNI € 50.000, RESPONSABILITÀ CIVILE € 100.000

LA QUOTA NON INCLUDE

- VOLO A/R
- 4 PRANZI (CONSIDERARE CIRCA € 8 A PRANZO A PERSONA)
- BEVANDE AI PASTI
- MANCIE PER GUIDA E AUTISTA
- ASSICURAZIONE ANNULLAMENTO (FACOLTATIVA)
- TUTTO QUANTO NON ESPRESSAMENTE INDICATO IN "LA QUOTA INCLUDE"

COSTI

- QUOTA PER PERSONA IN CAMERA DOPPIA DA € 1800
- 7 PERNOTTAMENTI + MEZZA PENSIONE + 3 PRANZI + TOUR COME DA PROGRAMMA CON GUIDA IN ITALIANO E MINIBUS PRIVATO + ASSICURAZIONE
- IL VOLO NON È INCLUSO, CHIEDETECI LA MIGLIORE QUOTAZIONE.

LISBONA

A LISBONA CON ADRIANA: BAMBOLE, FADO E DIVERTIMENTO



Dal 22 al 25 marzo 2019

Lisbona, la città della rivoluzione culturale e giovanile degli ultimi tempi, una città indaffarata ed entusiasmante che vanta un'ampia scelta di attività e attrazioni turistiche, con un'atmosfera accogliente e liberale, ma ben radicata al suo passato.

Ci divertiremo a percorrerla con il famoso tram 28.

PROGRAMMA

PRIMO GIORNO

Arrivo all'aeroporto di Lisbona, trasferimento in hotel e incontro con Adriana e con il resto del gruppo.

Nel pomeriggio, prenderemo il tram storico numero 28, che collega Matrim Moniz con Campo Ourique e passa per i popolari

quartieri Graca, Alfama, Baixa e Estrela.

Questo è il classico viaggio in tram a Lisbona, a bordo di un pittoresco tram giallo che stride e sferraglia per le strette vie della città. Se non sarete troppo stanche, andremo a visitare LX Factory, il posto che più testimonia la vivacità culturale e lo stile urbano e giovane di Lisbona.

LX Factory è uno dei centri culturali più

visitati della città di Lisbona, fulcro di un progetto di rivalutazione dell'intero quartiere di Alcantara, un luogo in cui passato e presente convergono naturalmente. All'interno di questo spazio, i visitatori possono partecipare e interagire ai vari eventi culturali. L'immenso spazio è diviso concettualmente in 3 grandi aree: il viale centrale e tutta la parte open air sono utilizzate per il mercatino vintage della domenica, per concerti e per vari festivaleventi; il piano terra dei due grandi edifici è occupato dalle attività commerciali, tra cui una libreria bellissima, "Ler e Devagar"; i piani alti degli edifici sono destinati a uffici e atelier. Torneremo in hotel per rinfrescarsi e uscire per la nostra serata nella magica Lisbona.

SECONDO GIORNO

La mattina, appuntamento in hotel per un tour guidato in italiano alla scoperta della città. Faremo una visita panoramica di Lisbona, nelle vie e nelle piazze più importanti. La passeggiata ci porterà nei quartieri Alfama, famoso per i suoi vicoli stretti e i palazzi in equilibrio precario, Bairro Alto, il quartiere dei giovani e del divertimento, che ospita artisti, librerie, locali notturni, Baixa, il quartiere che parte dalle rive del fiume Tago ed è il cuore della città.

Faremo soste in alcuni dei belvedere più belli della città.

Proseguiremo per Belém, quartiere noto per i suoi giardini colorati e lo stile architettonico dei suoi monumenti, tra i quali spicca la Torre di Belém.

Infine visiteremo la chiesa del monastero dos Jerónimos. Nel pomeriggio visiteremo l'Hospital de Bonecas ("ospedale delle bambole"), un laboratorio artigianale che si occupava e si occupa di costruire, ma soprattutto di riparare, bambole e pupazzi.

Il laboratorio ha una storia antichissima: fu aperto nel 1830 da una signora che si occupava di sartoria e abitava in Praça da Figueira (dove ancora oggi si trova l'Hospital), dove c'era uno dei mercati più grandi della città. La signora si sedeva sull'uscio di casa

e rammendava le bambole che le signore le portavano andando al mercato.

Il laboratorio esiste ancora ma chiaramente ha cambiato clientela, il target si è alzato molto e le bambole che vengono ospitate all'Hospital sono tutte di valore e provengono da ogni parte del mondo.

Alla sera spettacolo di fado dal vivo in un autentico vecchio locale nel quartiere Alfama; in questa esperienza di 3 ore potremo conoscere la storia del fado, uno stile di musica romantica, malinconica, e intensa suonata con la chitarra portoghese, per lo più famoso come il canto triste delle minoranze. Dal 2011 il fado è diventato Patrimonio mondiale immateriale dell'Unesco.

Esploreremo inoltre il cuore di Alfama, la parte più antica di Lisbona, dove le minoranze hanno sempre vissuto e dove la famosa "saudade" portoghese diventa la colonna sonora. Mentre ci godremo la musica, potremo bere un bicchiere di vino locale, di sangria o di birra. Sono inclusi: Spettacolo dal vivo di fado, 1 bevanda (vino, sangria o birra), guida multilingue ed esperto locale.

TERZO GIORNO

Oggi faremo un'escursione di tutto il giorno a Sintra, Cabo da Roca, Cascais ed Estoril. Sintra lascia maggior parte dei visitatori con una sensazione di incanto mistico. I suoi palazzi magici, le foreste, il castello Moresco Patrimonio mondiale dell'Unesco sono come una pagina da una fiaba.

Inizieremo con una passeggiata attraverso il misterioso Pena Park, per scoprire grotte segrete e sentieri.

In seguito visiteremo il Palácio Nacional da Pena, un meraviglioso palazzo del XIX secolo che è anche uno dei più importanti esempi di architettura portoghese del periodo romantico. Poi ci dirigeremo nel centro storico di Sintra, dove avremo un po' di tempo libero per esplorare e visitare Palácio Nacional de Sintra. Dopo il pranzo libero, attraverseremo il parco naturale di

Sintra, passando accanto a numerosi palazzi imponenti, fino ad arrivare alle scogliere di Cabo da Roca, il punto più occidentale dell'Europa continentale.

Successivamente faremo un giro panoramico lungo la costa atlantica, con una sosta alla spiaggia Guincho, paradiso dei surfisti, e poi alla scogliera Boca do Inferno. Godremo poi di una piacevole passeggiata lungo la baia alla città glamour di

Cascais.

Infine, proseguiremo lungo la costa fino a Lisbona, passando per Estoril.

QUARTO GIORNO

Tempo a disposizione. Possiamo fare un salto al Pasteis del Belem, la migliore pasticceria di Lisbona, per assaggiare i famosi pastéis de nata.

Trasferimento all'aeroporto in tempo utile per il volo di rientro.



APPUNTI DI VIAGGIO

Ciao! Sono Adriana e sarò con voi a Lisbona.

DESCRIZIONE STRUTTURA



In questo viaggio, anche se parti da sola, potrai evitare il supplemento singola: con un po' di spi-

rito di adattamento potrai infatti condividere la camera con un'altra viaggiatrice. Farò il possibile per trovarti la compagna giusta, in base a quello che mi racconterai di te!



LA QUOTA INCLUDE

- 3 PERNOTTAMENTI IN CAMERA DOPPIA CON PRIMA COLAZIONE
-
- TOUR GUIDATO IN ITALIANO DI MEZZA GIORNATA A LISBONA
-
- ESCURSIONE DI UNA GIORNATA A SINTRA, CABO DA ROCA, CASCAIS, ESTORIL
-
- SPETTACOLO DI FADO
-
- ASSICURAZIONE MEDICO-BAGAGLIO

LA QUOTA NON INCLUDE

-
- VOLO A/R
-
- TRASFERIMENTO DA/PER L'AEROPORTO
-
- EVENTUALI TASSE DI SOGGIORNO DA PAGARE IN LOCO
-
- TUTTO QUANTO NON ESPRESSAMENTE INDICATO IN "LA QUOTA INCLUDE"

COSTI

-
- QUOTE PER PERSONA IN CAMERA DOPPIA DA € 380
-
- 3 PERNOTTAMENTI CON COLAZIONE + VISITA GUIDATA IN ITALIANO + ESCURSIONE DI UNA GIORNATA + SPETTACOLO DI FADO
-
- IL VOLO NON È INCLUSO: CONTATTATECI PER AVERE LA MIGLIOR QUOTAZIONE DEL MOMENTO.





Dal 22 al 28 aprile 2019

Oman: la parola stessa è morbida, fa pensare a spazi immensi e silenzi. Un tour al femminile alla scoperta di un deserto dove le oasi sorgono su letti di fiumi, di montagne a picco che dominano il mare di Muscat, di antiche tradizioni.

PROGRAMMA

PRIMO GIORNO

Partenza dall'Italia con volo per Muscat. All'arrivo, disbrigo delle formalità per il rilascio del visto.

Incontro all'area arrivi con l'autista, trasferimento all'hotel Coral e pernottamento.

SECONDO GIORNO

Alle ore 8:30 partenza per le visite della capitale del sultanato: si inizia dalla Grande Moschea del Sultano Qaboos, la più grande del paese e l'unica aperta ai visitatori.

Adiacente alla moschea c'è il Centro Culturale Islamico, dove spesso si radunano le donne dopo la preghiera.

È un'occasione di incontro per sorvegliare

un caffè e scambiare due chiacchiere con le signore di Muscat! Passeggeremo lungo la Corniche accarezzati dalla brezza marina fino ad arrivare al souq di Muttrah, il più fornito dell'intera penisola araba.

Visita del Museo Bait al Zubair nella parte vecchia della città. Successivamente faremo una sosta fotografica al palazzo governativo di Al Alam e ai forti di Mirani e Jalali. Infine, sosta alla fabbrica dell'esclusivo profumo Amouage.

Dove, se non in Oman, poteva nascere uno dei più preziosi profumi al mondo? Il suo nome è Amouage, la cui eccellente qualità si riscontra nei dettagli e negli ingredienti ricercati che compongono le diverse linee. Visitando la fabbrica ci si accorge che è una casa di profumi di nicchia, dove ogni processo è curato nel dettaglio per soddisfare appieno il pubblico.

La loro linea è semplicemente quella di far tesoro delle opinioni delle persone! Forse è per questo che ogni flacone riporta il nome della persona che l'ha confezionato?

Nel pomeriggio partenza per il deserto di Wahiba Sands. Incontro con gli autisti dei 4x4 che ci porteranno al campo tendato. Il deserto di Wahiba Sands ci accoglie con le sue immense distese di sabbia rossa e ocre e prima di cena ammireremo il tramonto dall'alto delle dune.

Cena e pernottamento al campo Sama Al Wasil e possibilità di una passeggiata nel deserto per ammirare le stelle.

TERZO GIORNO

Dopo la prima colazione, partenza per il canyon Wadi Bani Khalid, scavato nella roccia con piscine naturali d'acqua dove è possibile bagnarsi.

Prima di rientrare al campo tendato, incontreremo una famiglia di beduini per una pausa caffè.

QUARTO GIORNO

Partenza per visitare il mercato delle donne di Ibra: qui le donne sono le sole protagoniste della vendita e dell'acquisto di stoffe, profumi e articoli di uso quotidiano. Proseguimento per il Jabrin Castle, che conserva meravigliosi soffitti affrescati e sosta fotografica al forte di Bahla, Patrimonio mondiale dell'Unesco.

Cena e pernottamento a Nizwa all'hotel Falaj Daris.

QUINTO GIORNO

Partenza per i caratteristici villaggi di Al Hamra, in parte abbandonato, e Misfah, arroccato sulle montagne e dove sono ancora utilizzati i sistemi di irrigazione del falaj. Si parte in direzione di Jabal Shams, la "montagna del sole", con sosta fotografica a Wadi Ghul. Raggiungeremo la cima più alta della montagna per ammirare il Gran Canyon d'Arabia. Rientro a Nizwa, cena e pernottamento in hotel.

SESTO GIORNO

Oggi a Nizwa, al mattino presto, si svolge un particolare e unico mercato omanita: il mercato del bestiame. Gli allevatori vengono a esporre i loro animali e si assiste alla vivace compravendita di capre, mucche e pecore.

Sosta al souq di Nizwa e visita del forte del XVII secolo. Partenza per Muscat. Lungo la strada ci fermeremo al villaggio Birkat Al Mauz, con il falaj al Khatmeen, Patrimonio Unesco.

SETTIMO GIORNO

Partenza per la regione di Batinah, una delle coste più fertili del paese.

La prima tappa sarà presso il villaggio di Barkha, alla scoperta del mercato del pesce. Si continuerà per Nakhli, un antico villaggio circondato da palmeti, noto per il

suo forte e le sue sorgenti termali.
Visita della fortezza, costruita nel XVI secolo su uno sperone roccioso. Dopo la visita, rientro a Muscat.

OTTAVO GIORNO

Intera giornata a disposizione per relax in piscina, per gli ultimi acquisti o per partecipare a escursioni facoltative, come la

minicrociera nella baia di Muscat per avvistare i delfini!

La camera sarà a disposizione per l'intera giornata. Trasferimento all'aeroporto 3 ore prima della partenza del volo di rientro.

NONO GIORNO

Arrivo in Italia.

APPUNTI DI VIAGGIO

L'Oman è un paese di contrasti, dalla città di Muscat sulla costa, di architettura moderna araba, all'interno, dove è possibile visitare villaggi antichi abitati. Un paesaggio tra montagne, un bellissimo deserto con alte dune di sabbia dorata, rigogliose valli verdi con palme da dattero, forti, caratteristici del paese, molti ancora in fango.

Qui le donne possono studiare, laurearsi, fare carriera nel lavoro, partecipare alla vita politica del loro paese, guidare l'automobile e perfino chiedere il divorzio!

Il sultano dell'Oman crede nell'emisfero femminile, grande lezione per la vicina Arabia Saudita.

Nel nostro viaggio andremo a Ibra, dove c'è l'unico ospedale della zona: qui il mercoledì le donne beduine andavano dal medico, e per recuperare il costo del viaggio vendevano i loro prodotti. Nasce così il mercato delle donne. Caotico e colorato, una gradevole sosta per osservare le donne nei loro vestiti tradizionali. Coloro che indossano la "maschera al viso" sono dalla tribù beduina e la maschera indica lo stato civile (sposate).

DESCRIZIONE STRUTTURA



In questo viaggio, anche se parti da sola, potrai evitare il supplemento singola: con un po' di spi-

rito di adattamento potrai infatti condividere la camera con un'altra viaggiatrice. Farò il possibile per trovarti la compagna giusta, in base a quello che mi racconterai di te!



LA QUOTA INCLUDE

VOLO A/R CON 1 BAGAGLIO IN STIVA DA 30 KG
(O 2 BAGAGLI DA 15 KG) PER PERSONA

TASSE AEROPORTUALI (L'IMPORTO PUÒ VARIARE
FINO ALL'EMISSIONE DEI BIGLIETTI)

8 PERNOTTAMENTI IN CAMERA DOPPIA CON
PRIMA COLAZIONE NEGLI HOTEL INDICATI O
SIMILARI

TUTTI I TRASFERIMENTI IN MINIBUS

TOUR CON GUIDA LOCALE PARLANTE INGLESE
E NOSTRA RAPPRESENTANTE D'AGENZIA
DALL'ITALIA

4x4 NEL DESERTO E PER L'ESCURSIONE A JABAL
SHAMS

2 CENE NEL CAMPO TENDATO, 2 CENE IN HOTEL
A NIZWA

ASSICURAZIONE MEDICO-BAGAGLIO

LA QUOTA NON INCLUDE

PASTI NON MENZIONATI

MANCE

ASSICURAZIONE ANNULLAMENTO PARI AL 5% DEL
VIAGGIO

VISTO D'INGRESSO DA RICHIEDERE ON LINE

TUTTO QUANTO NON ESPRESSAMENTE INDICATO
IN "LA QUOTA INCLUDE"

COSTI

QUOTE PER PERSONA IN CAMERA
DOPPIA DA € 2550

VOLO + TOUR, VISITE E PASTI COME DA
PROGRAMMA + 8 PERNOTTAMENTI + NOSTRA
RAPPRESENTANTE D'AGENZIA

PER ENTRARE IN OMAN È NECESSARIO IL VISTO
D'INGRESSO, DA RICHIEDERE ON LINE



Dal 17 al 24 maggio 2019

Un viaggio nella magica isola di Cipro, dove storia e leggenda si fondono, e le spiagge da sogno si alternano a siti archeologici che raccontano miti e storie lontane. Greci, Romani, cavalieri, mercanti veneziani si sono alternati creando un mix di culture.

PROGRAMMA

PRIMO GIORNO

Arrivo all'aeroporto di Cipro e trasferimento privato in pullman a Kyrenia, al resort. Prendiamo possesso delle nostre camere e facciamo giretto sul posto per curiosare. L'hotel è sul mare con una spiaggia lunghissima. E poi c'è la Spa!

Pausa aperitivo chiacchiere e cena.

SECONDO GIORNO

Potremo dedicare la mattinata al relax con un percorso benessere, la piscina coperta, l'hammam, la sauna e un massaggio da 30 minuti (incluso). Nel pomeriggio possiamo andare nei paesini vicini, magari con una bella passeggiata.

TERZO GIORNO

Oggi passeremo un'intera giornata insieme, ricca e curiosa, alla scoperta della gastronomia cipriota, con un corso di cucina presso l'hotel Lapida nel villaggio di Lapta, famoso per il verde, le arance, i limoni e le verdure fresche. Lo chef ci presenterà diversi alberi da frutto e come accendere il tradizionale forno in argilla in cui verrà cotto il pane. Continueremo all'interno con la lezione di cucina e impareremo a fare il pane al formaggio e olio d'oliva, pirohu, che è la pasta locale con formaggio hellim. Quindi vedremo come i ciprioti fanno gli involtini ripieni di riso avvolti in foglie di vite. Dopo questa prima fase, faremo una passeggiata nel centro di Lapta, per acquistare nel bazar locale i materiali necessari per procedere a cucinare.

Dopo una piacevole pausa in un caffè del centro, rientro in hotel per preparare il secondo piatto insieme allo chef.

Buon appetito a tutti, per assaggiare ciò che si è cucinato! E dopo pranzo di nuovo ai fornelli, solo per preparare il tipico caffè turco e imparare insieme a un "maestro esperto" come leggere il fondo della tazza, che prevede il futuro..

QUARTO GIORNO

Oggi relax! Con qualche puntatina sulla spiaggia e pausa yoga per chi desidera.

Ma anche sosta in piazzetta!

QUINTO GIORNO

Oggi sarà una giornata lunga ma molto eccitante e informativa. Faremo un'interessante ed emozionante visita sulle orme di San Paolo a Cipro.

Con un bel viaggio in montagna raggiungeremo l'incantevole città di Paphos, che ha una grande importanza nel cristianesimo: nei pressi, secondo la tradizione, il santo fu legato a un pilastro (la colonna di San

Paolo) e frustato, prima che il governatore romano Sergius Paulus si convertisse al cristianesimo. Dopo una pausa caffè, visita del porto e del Museo del mosaico.

Dopo pranzo, ci dirigeremo verso la zona di Love Goddess e visiteremo la roccia di Afrodite. Afrodite rappresenta la potenza irresistibile dell'amore e l'impulso alla sessualità che stanno alla radice della vita stessa. In ogni creatura vivente la dea, se vuole, sa accendere il desiderio, che procede come un incendio, travolgendo ogni regola.

«O Musa, dimmi le opere di Afrodite d'oro, dea di Cipro, che infonde il dolce desiderio negli dei

e domina le stirpi degli uomini mortali, e gli uccelli che volano nel cielo, e tutti gli animali,

quanti, innumerevoli, nutre la terra, e quanti il mare.»

SESTO GIORNO

Oggi riposo! Giornata libera da organizzare insieme, a gruppetti, da sole, come desiderate!

SETTIMO GIORNO

Oggi andremo a Nicosia, ancora oggi una città divisa da un muro, la cosiddetta "Green Line", che divide in due la città: Λευκωσία per la parte cipriota, Lefkoşa per la parte turca.

La città antica, racchiusa ancora nelle mura veneziane del XVI secolo, si snoda in un fitto reticolo di viuzze che sbucano in suggestive piazze dove edifici antichi, chiese e moschee si trovano a fianco di strutture coloniali inglesi.

Visita del castello di Sant'Ilario, a cui si dice che Disney si sia ispirato.

Il castello è situato sulla cima di una impervia montagna (indossate scarpe comode!), e dalle sue rovine si gode di un'ottima

vista su tutta la vallata sottostante fino al mare. La salita fino alla terza cinta muraria è piuttosto impegnativa, ma da lassù si ha una vista mozzafiato!

OTTAVO GIORNO

La nostra vacanza è finita, ci prepariamo per il trasferimento privato in pullman che ci porterà in aeroporto.

APPUNTI DI VIAGGIO

Secondo il mito, proprio a Cipro nacque Afrodite, la dea della bellezza, delle donne.



Sull'isola, infatti, sono molti i luoghi legati alla dea: pochi chilometri a sud di Pafos si trova Petra tou Romiou, la baia in cui la dea nacque, generata dalla spuma del mare.

A nord di Pafos, invece, sulla costa occidentale dell'isola, a Cape Arnaoutis, si trovano i Bagni di Afrodite.

La cucina di Cipro è strettamente legata alla cucina greca e turca, ma è stata anche influenzata da quelle bizantina, francese, italiana, catalana, ottomana e mediorientale.

Gli ingredienti più utilizzati sono verdure fresche, come zucchine, peperoni verdi, gombo, fagiolini, carciofi, carote, pomodori, cetrioli, lattuga e foglie d'uva, e legumi, come fagioli, fave, piselli, fagioli con occhio nero, ceci e lenticchie; frutti come pere, mele, uva, arance, mandarini, nettarine, fragole, fichi, angurie, meloni, avocado, agrumi, limoni, pistacchi, mandorle, castagne, noci, nocciole sono tra i più comuni.

Le spezie e le erbe più utilizzate includono pepe, prezzemolo, rucola, sedano, coriandolo fresco, timo e origano. Tradizionalmente, semi di cumino e coriandolo costituiscono i principali aromi di cottura dell'isola. La menta è un'erba molto importante a Cipro.

Le città hanno un nome greco e uno turco, esempio Larnacain è scritto Larnaka, mentre Pafosa volte viene scritto Paphos. Nicosia è il nome greco, mentre in turco si dice Lefkosia.

DESCRIZIONE STRUTTURA



ACAPULCO RESORT & CONVENTION & SPA*****
L'hotel si trova a Kyrenia, a 20 minuti dall'aeroporto di Ercan e a 60 minuti dall'aeroporto di Larnaca. Dista circa 15 minuti dalla fortezza di

Kyrenia, dal museo Shipwreck, dalla chiesa di Sant'Ilario, dal monastero di Karmi e dal monastero di Bellapais. Sorge direttamente sulla spiaggia privata e vanta una Spa all'interno. Tutte le camere sono dotate di balcone.



LA QUOTA INCLUDE

VOLO A/R

•

TASSE AEROPORTUALI (L'IMPORTO PUÒ VARIARE
FINO ALL'EMISSIONE DEI BIGLIETTI)

•

TRASFERIMENTI IN BUS

•

PERNOTTAMENTI IN CAMERA DOPPIA

•

TRATTAMENTO COME DA PROGRAMMA

•

CORSO DI CUCINA

•

NOSTRA RAPPRESENTANTE DI AGENZIA
(ADRIANA)

•

ASSICURAZIONE MEDICO-BAGAGLIO-
ANNULLAMENTO

LA QUOTA NON INCLUDE

MANCE

•

TUTTO QUANTO NON ESPRESSAMENTE INDICATO

IN "LA QUOTA INCLUDE"

COSTI

QUOTA PER PERSONA IN CAMERA DOPPIA € 1190

•

VOLO + PERNOTTAMENTI + TRASFERIMENTI +
ESCURSIONI

•

SUPPLEMENTO SINGOLA € 182



Sabato 16 e domenica 17 novembre 2019

Un tour insolito a Verona dedicato alle donne. Conosceremo la città attraverso storie di donne, leggeremo le lettere inviate a Giulietta e sorseggeremo del buon vino gustando prelibatezze tipiche.

PROGRAMMA

PRIMO GIORNO

Incontro con Sara e con la guida per una visita guidata di Verona su vicende, fatti e aneddoti che prendono il via con l'epoca romana, attraverso poi il Medioevo, il Rinascimento, il periodo austriaco fino ad arrivare alla Seconda guerra mondiale. Prota-

goniste sono figure come le ricche Gavia Massima e Claudia Marcellina vissute nel corso del I e del II secolo d.C., le nobili donne dei Signori della Scala, ma anche cortigiane come la sfortunata Bernardina Ferrarese, la coraggiosa Rita Rosani e molte altre ancora. Pranzo libero.

Nel pomeriggio si partecipa a una visita guidata sulla storia di Giulietta con am-

bientazione sia storica sia letteraria. Si visiteranno anche luoghi dove è stato girato il film *Letters to Juliet* e si concluderà al Club di Giulietta, dove si potranno leggere alcune lettere inviate da ogni parte del mondo a Giulietta Capuleti.

Se lo desiderate, potrete provare a rispondere come segretarie di Giulietta (prevista una donazione al club). Alla sera passeggiata in città con sommelier per sorseggiare buon vino (il prezzo può variare dalla scelta dei vini) e cena libera.

SECONDO GIORNO

Dopo colazione la mattinata sarà dedicata alla sponda sinistra dell'Adige includen-

do un laboratorio di mosaico. Creeremo il nostro gioiello con una lezione pratica con tessere ceramiche e/o vetrose e murrine veneziane (esecuzione di un mosaico su pendente).

Il corso vuole essere l'occasione per far sperimentare alle partecipanti un'antica tecnica manuale divertendosi e creando un manufatto moderno: il loro gioiello unico e personale. Sarà possibile visitare il Museo archeologico (con particolare attenzione ai mosaici pavimentali) e Santa Maria in Organo con le tarsie lignee di fra Giovanni e poi fare il laboratorio. Pranzo e pomeriggio libero.



DESCRIZIONE STRUTTURA



RESIDENZA PIETRA VERONA

In posizione ottimale per visitare la città, questo b&b offre sistemazioni dotate di Wi-Fi gratuito, area salotto, tv a schermo piatto, cassaforte, scrivania e bagno privato con set di cortesia, bidè e

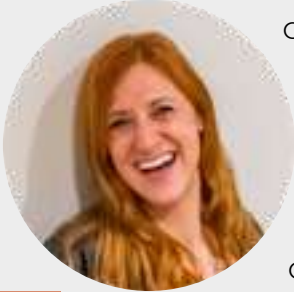
doccia. Le pulizie sono eseguite tutti i giorni.

Ogni mattina vi attende una colazione a buffet o all'italiana.

Potrete rilassarvi nel giardino della struttura, usufruire di deposito bagagli e di una navetta da e per l'aeroporto (24 ore su 24) a pagamento.



APPUNTI DI VIAGGIO



Ciao a tutte! Sono Sara, classe 1978, veronese doc! Sono ben felice di portarvi in giro nella mia splendida città.

Conosceremo una Verona diversa attraverso storie di donne.





LA QUOTA INCLUDE

1 PERNOTTAMENTO IN CAMERA DOPPIA CON
PRIMA COLAZIONE

•

VISITA GUIDATA SULLA STORIA DELLE DONNE
VERONESI (CIRCA 2 ORE)

•

VISITA GUIDATA AL CLUB DI GIULIETTA
(CIRCA 2 ORE)

•

DEGUSTAZIONE DI VINI (IL PREZZO PUÒ VARIARE
IN BASE ALLA SCELTA DEI VINI)

•

LABORATORIO DI MOSAICO (CIRCA 2 ORE)

•

NOSTRO RAPPRESENTANTE D'AGENZIA (SARA)

LA QUOTA NON INCLUDE

TRASPORTI PER RAGGIUNGERE IL CENTRO

•

PASTI NON MENZIONATI

•

DONAZIONE AL CLUB GIULIETTA (30 € IN TOTALE)

•

ENTRATA AL MUSEO ARCHEOLOGICO (6 €)

COSTI

QUOTA PER PERSONA DA € 176

•

1 PERNOTTAMENTO CON COLAZIONE + VISITE
COME DA PROGRAMMA + LABORATORIO
MOSAICO



Dal 2 al 4 agosto 2019

Un weekend al femminile sul lago di Garda per avvicinarsi al mondo della barca a vela e a quello dello yoga con istruttori professionisti, alternando momenti di navigazione ad altri di yoga e meditazione. Possono partecipare tutti, non serve esperienza, solo entusiasmo!

PROGRAMMA

PRIMO GIORNO

Arrivo a Torri del Benaco (VR) nel tardo pomeriggio o in serata, ritrovo presso B&B Locanda San Marco con Lucia e il resto del gruppo. Cena presso la struttura.

SECONDO GIORNO

Sveglia e colazione a buffet. Alle ore 9:30 circa si salpa e si naviga verso la costa bresciana, dove effettueremo una sosta a Bogliaco, luogo pacifico e solare adatto per praticare yoga e per una leggera pausa pranzo. Pomeriggio di navigazione e sosta bagno.

Rientro a Torri del Benaco verso le 17.
Prima di cena avremo modo di praticare nuovamente yoga nel giardino del nostro B&B. Cena e pernottamento in B&B.

TERZO GIORNO

Risveglio muscolare con la prima sessione di yoga e qualche saluto al Sole.
Colazione e buffet. Alle ore 9:30 circa si

salpa e si naviga nuovamente verso la costa bresciana in direzione di Tignale, dove effettueremo una sosta e dove potremo praticare yoga "sotto" una cascata alta 30 metri. Pomeriggio di navigazione e sosta bagno.

Rientro a Torri del Benaco verso le 17.

Partenza in serata per il rientro.



DESCRIZIONE STRUTTURA



Anche se parti da sola, in questo viaggio potrai evitare il supplemento singola: con un po' di spirito di adattamento potrai infatti condividere la camera con un'altra viaggiatrice. Farò il possibile per trovarti la compagna giusta, in base a quello che mi racconterai di te!

Locanda San Marco

Situata nel piccolo e incantevole borgo di Pai di Sopra, a soli 300 metri dal lago di Garda, la Locanda San Marco è un bed&breakfast a con-

duzione familiare che offre un servizio cordiale e accogliente, e la connessione Wi-Fi gratuita nell'intera struttura. Dotata di una piccola piscina e di una terrazza solarium, la Locanda sorge nella piazza principale del paese, nelle vicinanze di campi sportivi e sentieri per le mountain bike e il trekking, e a 5 minuti di auto, lungo il lago, da Torri del Benaco.

Presso il ristorante della Locanda San Marco, ben noto in paese per la sua deliziosa cucina, potrete gustare le specialità della tradizione locale e ottimi piatti di pesce.



APPUNTI DI VIAGGIO



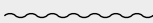
Ciao! Sono Lucia e sarò con voi durante questo weekend, in cui abbineremo la pratica della yoga alla navigazione a vela, due discipline che amo molto.

Ho scelto come location il lago di Garda in quanto si presta alla navigazione anche per chi non ha nessuna esperienza.

Saremo accompagnati da istruttori professionisti di estgardavela (<http://www.estgardavela.it>) che ci guideranno in un mondo nuovo e affascinante, quello della navigazione a vela: ognuna di noi potrà approcciarsi alla guida o semplicemente ammirare il paesaggio.

Faremo soste in luoghi particolarmente magici per praticare lo yoga, come a fianco di una cascata d'acqua alta 30 metri: provate a immaginare!

Ci guiderà nelle nostre pratiche quotidiane di Yoga l'insegnante certificata Claudia Fontanesi. Scopriamo attraverso le sue parole quale sarà il tema principale delle nostre pratiche: «Un viaggio nel viaggio attraverso la pratica dello Yoga verso l'affascinante mondo del femminile. Ogni essere umano contiene quantità maschili e femminili che si compenetrano in una splendida danza armonica. Talvolta con i ritmi sostenuti della società moderna il lato femminile può subire sbilanciamenti. Momenti in cui le donne sono chiamate ad accantonare le qualità originarie che la stessa Madre Terra ci suggerisce. Sentirsi un tutt'uno con la natura circostante e la sua ciclicità riporta alle radici e a quella Grazia innata di cui ogni donna è portatrice. Il femminile è nutrimento, accoglienza, amore incondizionato ed è legato agli aspetti lunari, il cui elemento dominante è l'acqua. Ci serviremo proprio dell'elemento dell'acqua nella splendida cornice del lago di Garda per fare amicizia con questa materia, madre dell'amplificazione e trasmissione, che assume ogni forma e nessuna, offrendo un collegamento profondo con la creatività, la spontaneità e l'intuito.»





LA QUOTA INCLUDE

2 PERNOTTAMENTI CON PRIMA COLAZIONE

•

NAVIGAZIONE A VELA PER 2 GIORNI CON
ISTRUTTORE

•

4 LEZIONI DI YOGA CON INSEGNANTE
PROFESSIONISTA

•

NOSTRA RAPPRESENTANTE DI AGENZIA (LUCIA)

LA QUOTA NON INCLUDE

TRASFERIMENTO DA/PER TORRI DEL BENACO

•

2 PRANZI AL SACCO STIMATI IN € 10
A PERSONA TOTALI

•

2 CENE IN RISTORANTE PRENOTATI STIMATI IN
€ 50 A PERSONA TOTALI

•

EVENTUALI TASSE DI SOGGIORNO
DA PAGARE IN LOCO

•

TUTTO QUANTO NON ESPRESSAMENTE INDICATO
IN "LA QUOTA INCLUDE"

COSTI

QUOTA PER PERSONA IN CAMERA DOPPIA/
TRIPLA/QUADRUPLA € 255

•

2 PERNOTTAMENTI CON COLAZIONE + 2 GIORNI DI
NAVIGAZIONE A VELA + 4 LEZIONI DI YOGA

•

IL TRASFERIMENTO DA/PER TORRI DEL BENACO
NON È INCLUSO. LUCIA FARÀ DEL SUO MEGLIO
PER ORGANIZZARE CAR SHARING E CONDIVIDERE
I COSTI DEL VIAGGIO.



