

Viaggio in India 2010

In occasione del Kumbha Mela: pellegrinaggio
sulle orme dei Maestri del Kriya Yoga

24 gennaio – 14 febbraio 2010

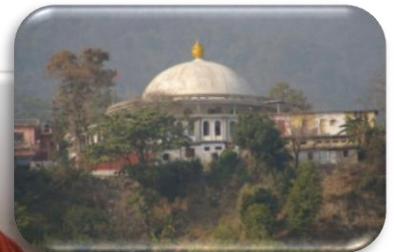
25th Jan, Mon

Arrive Delhi

Delhi / Rishikesh (225 Kms. / 6 Hrs)

Assistenza all'arrivo a
Delhi e trasferimento a
Rishikesh con bus privato.
Sistemazione presso il
Kriya Yoga Ashram
(www.kriya-yoga.com)
del Maestro

Swami Shankarananda Giri



dal 26th Jan, Tue al 2.ndFeb, tue Rishikesh

Giornate a disposizione per praticare yoga,
meditare e visitare la città e altri ashram.
In queste settimane Swami
Shanakrananda presiederà al **Kumbha
Mela** nella vicina Haridwar con un campo
per i kriyaban: chi lo desidera potrà quindi
unirsi a Baba per l'intera settimana o
anche solo per pochi giorni, per meditare
e vivere con lui l'intensa esperienza del
Kumbha Mela, dove migliaia di "sadhu" da ogni angolo
dell'India convergono per le abluzioni nelle sacre acque del
Gange. Vi è anche la possibilità di ricevere in quell'occasione
l'iniziazione al kriya.
(maggiori informazioni all'atto dell'iscrizione)



3rd Feb, wed

trasferimento Delhi (225 Kms. / 6 Hrs)

Delhi - Varanasi (treno notturno)

04th Feb, Thu

Varanasi

Arrivo alle ore 8.50 e trasferimento all'hotel Palace on Gange, (www.palaceonganges.com) situato direttamente sulle sponde del sacro fiume. In giornata visita ai ghat e al centro della città con il suo caratteristico mercato. Meditazione serale sulla riva del fiume.



05th Feb, Fri

Varanasi .



Gita in barca all'alba sul Gange per osservare i pellegrini nelle loro rituali abluzioni quotidiane. Rientro in hotel per la colazione e in mattinata visita ai moltissimi templi sparsi lungo i ghat. Pomeriggio visita alla casa del grande Maestro di Kriya Yoga **Lahiri Mahashaya**. Alla sera meditazione.



06th Feb, Sat

Varanasi / Mughal Sari

Mughal Sari / Howrah (Kolkata)(Kalka Mail Train 2040 Hrs. /0710 Hrs . Next Day)

Meditazione mattutina sul Gange. Tempo libero a disposizione fino al momento del trasferimento alla stazione di Varanasi e partenza con il treno notturno delle ore 20.40 per Kolkata (Calcutta) Pernottamento a bordo.



07th Feb, Sun

Arrival Kolkata at 0710 Hrs

Arrivo a Kolkata alle ore 07.10
Prima escursione guidata alla città e trasferimento entro mezzogiorno all'hotel LYTON (3*)

(www.lyttonhotelindia.com)

Nel pomeriggio prosegue la visita guidata alla città. La visita di Kolkata, capitale del West Bengala prevede:

KALI TEMPLE



INDIAN MUSEUM



VICTORIA MEMORIAL



**LA CASA MUSEO DEL NOBEL
RABRINDANATH TAGORE**



**LA SEDE DELLA MISSIONE
DI MADRE TERESA**



08th Feb, Mon
09th Feb, Tue

Kolkata + Kolkata / Puri (Howrah - Puri Exp. dep. 2235 Hrs).
Puri arrival 07.20 Hrs

Prima colazione in hotel. Escursione in mattinata alla **casa di famiglia di Yogananda** dove trascorse la sua gioventù e all'ashram fondato da Yogananda, oggi sede della Self Realization Fellowship indiana, la **Yogoda Satsanga Society of India.**



Pomeriggio visita a Serampore (40Km a nord della città) all'antico **ashram del grande Maestro Swami Sri Yukteshwar.**

In questo luogo Yogananda trascorse molto tempo con il suo Guru durante gli anni universitari.



In serata trasferimento alla stazione di Kolkata e partenza con treno notturno per Puri delle ore 23.35. pernottamento a bordo.

09th Feb, Tue

Arrival Puri at 0720 Hrs

Arrivo a Puri alle ore 07.20
Trasferimento sulla spiaggia per un po' di yoga e meditazione in attesa del check in all'hotel HANS COCO PALMS (Resort)(ore 12.00)
Pomeriggio relax sulla spiaggia.
Yoga e meditazione al tramonto.



10th Feb, Wed

Puri

Yoga e meditazione al mattino sulla spiaggia.
Colazione e visita al **Karak ashram, l'eremitaggio di Swami Sri Yuktershwar** sul mare, altro luogo caro a Yogananda e dove Baba, Swami Shankarananda, è vissuto dall'età di 12 anni ed ha iniziato a praticare il Kriya.





Nel pomeriggio visita al centro della città e ad uno templi più antichi e sacri di tutta l'India, il Jagannath Mandir, dedicato a Jagannath, incarnazione di Vishnu, Signore dell'Universo.

Fu costruito nel 1198.

11th Feb, Thu

Puri

Yoga e meditazione sulla spiaggia.
Prima colazione in hotel.
Escursione a Konark per ammirare l'imponente e antico "tempio del sole", dichiarato patrimonio dell'umanità dall'Unesco.



12th Feb, Fri

Puri / Bhubaneswar (60 Kms. / 1 & ½ Hrs)

Yoga e meditazione sulla spiaggia.
Prima colazione in hotel.
Trasferimento a Bhubaneswar all'hotel Empires (3*), vicino all'ashram di Swami Shankarananda.
Pomeriggio visita ai principali templi della città (bindu sagar area) e in serata al Kriya Yoga Ashram di Baba per meditare.



13th Feb, Sat

Bhubaneswar / Mumbai (IC 169 1415 Hrs. / 1615 Hrs)

Leave India

14th Feb, Sun

Arrivo in Italia

Al mattino ritorno all'ashram per l'ultima meditazione. Colazione in Hotel e trasferimento all'aeroporto di Bhubaneswar per la partenza per Mumbai.

All'arrivo visita al centro della città e in serata alle 21.00 volo di ritorno in Italia.

14 febbraio arrivo in Italia: fine del viaggio, restano iricordi!

COMPAGNIA DI VOLO INTERCONTINENTALE: ETHYHAD (Emirati Arabi)

Partenza: sabato 24 gennaio ore 11.20 da Milano Malpensa (con scalo ad Abhou Bhabi)

Arrivo: domenica 25 gennaio ore 3.00 a New Delhi

Ritorno: sabato 13 febbraio ore 21.10 da Mumbai (con scalo ad Abhou Dhabi)

Arrivo in Italia: domenica 14 febbraio ore 6.20 a Milano Malpensa.

Costo del viaggio: 2100€

Il prezzo comprende:

- Volo intercontinentale di linea (Ethihad) di andata e ritorno
- Volo di trasferimento interno da Bhubaneswar a Mumbai
- Trasferimenti in minibus privato da:
 - Delhi aeroporto a Rishikesh il 25 gennaio e da Rishikesh alla stazione ferroviaria di Delhi il 3 febbraio 2010.
 - Tutti i trasferimenti da aeroporto/stazione all'hotel e viceversa.
 - Escursioni per la visita:
 - ✓ Alla casa di Lahiri Mahasaya a Varanasi, situata fuori città e difficile da raggiungere.
 - ✓ All'ashram di Sri Yukteswar a Serampore (40Km a nord di Calcutta)
 - ✓ della città di Calcutta con guida in inglese, alla casa di Yogananda e della Yogoda Satsanga Society.
 - ✓ A Konark, 30 km da Puri (Orissa) per ammirare il Tempio del Sole
 - ✓ Al centro di Mumbai in attesa dell'orario di imbarco per volo di ritorno in Italia
- Carrozza letto di prima classe con aria condizionata per le tratte ferroviarie di:
 - Delhi – Varanasi
 - Varanasi – Calcutta
 - Calcutta – Puri
- Sistemazione in camera doppia con trattamento di pernottamento più prima colazione negli hotel menzionati (3* - eccetto hotel Palace on Gange di Varanasi che essendo un heritage è classificato 4*)
- Sistemazione in pensione completa nel kriya yoga ashram di Rishikesh + yoga e meditazione.
- Assicurazione medico-bagaglio con kit da viaggio.

Il prezzo esclude:

- Visto consolare per l'India (65€ + spese corriere)
- Partecipazione alle attività del Kumbha Mela di Haridwar (facoltativa) (circa 17€ al giorno)
- Iniziazioni al Kriya Yoga 1° livello (per chi interessato: 100€)
- I pasti consumati nei ristoranti
- Le mance

NOTA: data la costante variabilità dei prezzi dei voli è suggerito di prenotare prima possibile per bloccare i posti al prezzo attuale. In ogni caso le prenotazioni si chiudono al più tardi entro il 10 dicembre. Per le suddette ragioni, purtroppo non si può garantire a chi si aggiunge all'ultimo minuto che il costo rimanga invariato.



Associazione Armonie
centro yoga, arte, salute
c.so Statuto7, Mondovì (Cn)

Organizzato da

Per info e prenotazioni
CHIARA ☎ 338 2584545
mailto:kailash3@alice.it

www.centroarmonie.it