

2024

25 OCT - 7 NOV



# DESCUBRE INDIA

VIAJE Y RETIRO

V.08 9-ABRIL-2024

SĀDHAK YOGA | ROMA TOURS | GABRIELA OROZCO

# ¿QUÉ HAY PARA MÍ EN INDIA?

La mayor riqueza de India es su diversidad cultural, que ha quedado materializada en arte, arquitectura y creencias desde la antigüedad, mezclándose perfectamente entre toda la pureza de sus junglas y la imponente de sus montañas.

Visita la cuna del yoga y la meditación en esta aventura que removerá tu corazón.

Los primeros días será hacia el sur, en Mysore llamada la “Ciudad de los Palacios” y también “Ciudad de sándalo” en el estado de Karnataka. Mysore ha ganado por varios años la ciudad más limpia de India. Fue la capital del Reino de Mysore de 1399 a 1947. En su centro, se encuentra el opulento palacio de Mysore, sede de la antigua dinastía Wodeyar. El palacio combina los estilos hindú, islámico, gótico y rajput. Mysore también alberga el antiguo mercado Devaraja, lleno de especias, seda y sándalo.

Muchos yoguis de todo el planeta visitan esta ciudad para el refinamiento de las técnicas yógicas. Ahí se encuentran grandes maestros de India que nos guiarán con su conocimiento y linaje: Dr. M.A. Jayashree y M. A. Narasimhan son



reconocidos por su trayectoria en Ciencias, Yoga, tradiciones y escrituras antiguas, sánscrito y meditación. Los maestros Cynthia Landa y Marteen Zárate, fundadores de Sādhak Yoga Institute (México desde 2009) viajarán contigo para clases de yoga y meditación por las mañanas y traducir simultáneamente las charlas de los maestros.

Las clases de yoga y meditación serán multinivel, así que si no tienes experiencia también podrás venir, sin duda será muy revelador y lleno de sorpresas.

Seleccionamos esta ciudad para comenzar ya que además de ser tradicional te permite acceder a todo lo moderno.

Los primeros 5 días por la mañana tendrás práctica de yoga y meditación, seguido de un buen desayuno y charlas de filosofía. Luego tiempo para visitar los palacios, templos, el mercado y hasta un campamento de elefantes.

En este viaje estarán incluidos todos los desayunos, y para las comidas y cenas habrá la oportunidad de explorar los deliciosos y explosivos sabores que ofrecen la gastronomía de la región.

Luego irás al norte del país, hacia la capital Nueva Delhi y lugares sagrados a las faldas de los Himalayas, Rishikesh la capital del yoga, Varanasi a las orillas del Río Ganges y la visita obligada al Taj Mahal en Agra. Tendrás la experiencia de viajar en tren nocturno y el divertido paseo en Riskshaw (moto taxi).

No te querrás perder la oportunidad de traerte un Sari, el vestido tradicional de India y hacerte el mehndi (tatuaje de Lena) para la buena fortuna.

# RESUMEN

INDIA 2024 - 14 DÍAS

## CIUDADES



Oct 25 - 31  
**Mysore**



Nov 1  
**Varanasi**



Nov 2  
**Agra**



Nov 3 - 4  
**Delhi**



No 5- 7  
**Rishikesh**

## ACTIVIDADES



**Palacio de  
Mysore**



**Templo  
Somnathpur**



**Mercado  
Devaraja**



**Chamundi  
Hills**



**Campamento  
de Elefantes  
Dubare**



**Monasterio  
Budista  
Bylekupee**



**Templo  
Sirangapatna**



**Bollywood  
Dance  
Studio**



**Dashedwamedh  
Gath**



**Manikarnia  
Gath**



**Bharat Kala  
Bhawan**



**Taj Mahal**



**Templo del  
Loto**



**Fuerte Rojo**

**CONTINÚA...**

# RESUMEN

INDIA 2024 - 14 DÍAS

## ACTIVIDADES CONTINUACIÓN



**Mezquita  
Jama**



**Templo  
Akashardham**



**Templo  
Gurudwara**



**Memorial  
Gandhi**



**Har Ki Pauri**



**Arati Río  
Ganges**



**Ashram Los  
Battles**

## YOGA, MEDITACIÓN Y FILOSOFÍA



**Cynthia  
Landa**



**Marteen  
Zárate**



**Dr. M.A.  
Jayashree**



**M.A.  
Narasimhan**



+52 33 1992 4290



GABRIELAOSOL29@GMAIL.COM



# VUELOS

**Todos los vuelos incluidos en compañía del grupo.  
Salida internacional desde Cdmx.**

FECHA	SECTORES	SALIDA	LLEGADA
23 OCT	CDMX - DUBAI	18:40	00:15
25 OCT	DUBAI - BANGALORE	03:20	8:55
31 OCT	BANGALORE / VARANASI	09:45	12:05
7 NOV	DEHRANDUN / DELHI	09:50	10:35
7 NOV	DELHI / DUBAI	21:55	23:55
8 NOV	DUBAI / CDMX	03:45	16:00

## Además:

Equipaje de mano + Carry on (10 K). Equipaje documentado 23 Kilos en trayecto internacional. Trayecto nacional en India de hasta 15 Kilos.

El equipaje documentado tiene un valor de \$190 usd aproximadamente, está incluido en esta experiencia.

**Equipaje Documentado ~~\$190~~ Usd. INCLUIDO**



+52 33 1992 4290



GABRIELAOSOL29@GMAIL.COM



# **TRANSPORTE**

**Todos los traslados terrestres a las actividades mencionadas, aeropuertos y hoteles.**

<b>TREN</b>	<b>SECTORES</b>	<b>SALIDA</b>	<b>LLEGADA</b>
<b>MARUDHAR EXPRESS (NOCTURNO)</b>	<b>VARANASI / AGRA</b>	<b>17:15</b>	<b>6:40</b>
<b>DDN SHATABDI EXPRESS</b>	<b>DELHI / HARIDWAR</b>	<b>6:45</b>	<b>11:13</b>

<b>AUTOBÚS SERVICIO PRIVADO</b>	<b>SECTORES</b>
<b>WIFI DISPONIBLE</b>	<b>TRAYECTOS A AEROPUERTOS Y ACTIVIDADES MENCIONADAS</b>

## **Además:**

Manejo de equipaje de 1 maleta por persona en los aeropuertos, estación de tren y hoteles. Sólo tienes que sacar tu maleta a la puerta de tu habitación y pasarán por ella.



+52 33 1992 4290



GABRIELAOSOL29@GMAIL.COM



# ALOJAMIENTO

**10 noches en habitación doble en hoteles, 2 noches en Ashram de Rishikesh, 1 noche en tren nocturno**



**Southern Star | Hotel Near Mysuru Railway Station | Official Website**

Cushioned in the heart of Mysuru city, Hotel Southern Star Mysuru is one of the best hotels in the city where comfort and style come together.

[hotelsouthernstar.com](https://www.hotelsouthernstar.com)

## **Hotel Sede Retiro**

Southern Star Mysore

### **Check-in**

Viernes 25 Oct

### **Check-out**

Jueves 31 Oct

### **Tipo de habitación**

Habitación Doble

<https://www.hotelsouthernstar.com/mysuru/>



## **Ashram Rishikesh**

Yoga Niket Ashram

### **Check-in**

Martes 5 Nov

### **Check-out**

Jueves 7 Nov

### **Tipo de habitación**

Habitación Doble

<https://yoganiketanashram.org>



+52 33 1992 4290



GABRIELAOSOL29@GMAIL.COM



# ALIMENTOS

**Desayuno diario en todos los hoteles. En actividades que hay que salir temprano se dará un lunch para llevar.**

**Todas las comidas incluidas en Ashram Rishikesh**



## Notas

La alimentación en India es tradicionalmente lacto-vegetariana, encontrarás disponible alimentos con huevo y en ocasiones con pollo en los buffets de los hoteles

En el Ashram será comida básica vegetariana estricta.

No querrás perderte la oportunidad de probar el tradicional Tali en hoja de plátano y un chai indio de la calle.

Inclusive en algunos lugares hallarás franquicias occidentales como McDonalds, KFC o Dominos Pizza.



+52 33 1992 4290



GABRIELAOSOL29@GMAIL.COM



## RETIRO DE YOGA

**Es un honor que seas parte de este retiro de yoga y meditación de Sādhak Yoga Institute en India (5 DÍAS).**

Con 7 escuelas y una App, Sadhak recibe a cientos de alumnos diariamente y celebra su Aniversario XV con tu presencia y la de sus Gurus Dr. M.A. Jayashree y M.A. Narasimhan, ambos son guías la institución y con su dulzura y carisma te compartirán la sabiduría del yoga tradicional.

Cynthia Landa y Marteen Zárate, Co-Fundadores de Sadhak guiarán para tí clases de yoga Sādhak Vinyāsa para todos los niveles, estas clases incluyen Satsang, movimientos preliminares, vinyasas de abdomen, vinyasa de pie y de sentado, posturas de fuerza e inversión, extensiones, secuencia final, relajación, pranayama y meditación. Si eres principiante te guiarán para que puedas establecer bases seguras para tu práctica, si ya tienes experiencia te ayudarán con ajustes físicos y verbales a ir más allá en tus posturas.

7:00 a 8:30 Sādhak Vinyasa Multinivel

8:30 a 10:30 Desayuno

10:30 a 12:00 Filosofía o actividades

Inicia: 26 Oct. Termina: 30 Oct

Requisitos: Ropa para ejercicio y tapete

Lugar: Hotel Sede Southern Star Mysore

**Valor del retiro ~~\$850~~ Usd. INCLUIDO**

Algunos horarios pueden variar de acuerdo a la agenda del viaje.



+52 33 1992 4290



GABRIELAOSOL29@GMAIL.COM



# ITINERARIO DE VIAJE

14 DÍAS

DEL 23 DE OCTUBRE AL 7 DE NOVIEMBRE 2024



Templo de Chennakeshava/Somnathpur.

## **DÍA 0, OCTUBRE 23 - SALIDA DE CDMX**

## **DÍA 1, OCTUBRE 25, VIERNES: LLEGADA BANGALORE/MYSORE**

A su llegada, se le dará una bienvenida tradicional y salida por carretera hacia Mysore (Aprox. 145kms, 3½ horas), la capital política de la dinastía Wodeyar que gobernó Karnataka para unos 150 años hasta la independencia del país desde los británicos. Los grandes mecenas del arte y la cultura del rey, desarrolló Mysore como un importante centro de la religión, la educación y la cultura. Una ciudad de edificios palaciegos y avenidas bordeadas de árboles, relajado Mysore es poseedor de un encanto pintoresco, una resaca digna de los días en que era la capital de un estado principesco rico. Hoy en día, Mysore es una ciudad de palacios, jardines, avenidas sombreadas y los templos sagrados y conserva parte del encanto del viejo mundo, mientras que entrar en la modernidad con entusiasmo. Famoso por su pintura tradicional y su seda, madera de sándalo y producción de incienso, A su llegada traslado al hotel. Tarde libre para sus actividades independientes. Alojamiento en el Hotel.

## **DIA 2, OCTUBRE 26, SABADO: MYSORE**

Temprano por la mañana DÍA 1 DEL RETIRO. Luego visitaremos el templo de Chennakeshava o Somnathpur (Aprox 35kms). El Templo de Chennakeshava, también conocido como el Templo de Chennakeshava y el Templo Keshava, es



+52 33 1992 4290



GABRIELAOSOL29@GMAIL.COM



**Mehndi o tatuaje de hena  
en el mercado Devaraja**

un templo hindú Vaishnava a orillas del río Kaveri en Somanathapura, Karnataka, India. El templo fue consagrado en 1258 CE por Somanatha Dandanayaka, un general del rey Hoysala Narasimha III.

### **DIA 3, OCTUBRE 27, DOMINGO: MYSORE**

Temprano por la mañana DÍA 2 DEL RETIRO. El Palacio de Mysore, construido en el estilo Indo-sarraceno, el palacio es una imponente estructura en la corazón de la ciudad. Un palacio más antiguo se quemó en 1897 y la actual, diseñada por el arquitecto Inglés Henry Irwin, fue terminada en 1912 a un costo de Rs 4,5 millones. 15 años de construcción sin parar, producido una estructura fabulosa abombada, arqueado, porticada con lujosos interiores - techo de madera teca, talladas barandillas de mármol, dorados salones con columnas, las deidades de marfil, soportes de lámparas, candelabros de cristal Italianos, vidrieras, las millas de pisos de mármol blanco, y techos a base de vidrios de colores trajo todo el camino desde Glasgow. Será difícil encontrar una sección sin decoración de paredes o techos; frescos, pinturas, estatuas y delicadas tallas de socorro recuerdan religiosa, así como escenas seculares, incluyendo procesiones gloriosas del estado. Dentro de los patios interiores, gruñidos felinos de piedra cuidan las escaleras, mientras que en otros lugares, las puertas talladas de palo de rosa marcan las entradas de las salas aún más espléndidas y las cámaras. Las pinturas por Raja Ravi Varma, carros de oro, espejos de marco dorado, retratos majestuosos de la familia (incluyendo una escultura de cera del Maharajá), y todo tipo de objetos de fantasía adornada añaden el espectáculo de la riqueza abundante.



+52 33 1992 4290



GABRIELAOSOL29@GMAIL.COM



## 98,000 luces son encendidas en el Palacio de Mysore

Luego visita el mercado de Devaraja es un lugar adecuado para conocer la vida cotidiana de la población local (Mysoreanos, como se les llama). Con más de 100 años de historia, este mercado está bien integrado en la herencia de Mysore. Esta es una buena muestra de un mercado tradicional indio que es colorido, ruidoso, vibrante y un poco caótico. Lo ideal es entrar al mercado por una de las dos entradas principales en los extremos, de modo que puedas caminar a lo largo del mercado y salir por el otro extremo. El lado norte del mercado está lleno de puestos que venden frutas, principalmente plátanos. La parte sur es para la venta de verduras. Y hay una sección en el medio donde encontrarás hileras de tiendas que venden flores locales. Además encontrará una generosa mezcla de tiendas de incienso, tiendas que venden herramientas domésticas tradicionales, enredaderas beatle, hojas de plátano, semillas e incluso algunos puestos de souvenirs. Dentro del mercado de Devaraja, encontrará tres pasillos a lo largo del mercado con tiendas abiertas repletas a ambos lados. Hay alrededor de 800 comerciantes dentro y alrededor del mercado. Por la noche paseo nocturno al Palacio de Mysore, ya que a las 19:00 prenden las 98,000 luces que adornan su exterior, sin duda es un gran espectáculo.

### **DIA 4, OCTUBRE 28, LUNES: MYSORE**

Temprano por la mañana DÍA 3 RETIRO DE YOGA. Visita a Chamundi Hill, es un templo hindú ubicado en Mysore. Es uno de los principales lugares de peregrinación en Karnataka y uno de los lugares de visita obligada como parte de los paquetes turísticos de Mysore.



+52 33 1992 4290



GABRIELAOSOL29@GMAIL.COM



El Templo Chamundi está dedicado a la Diosa Chamundeswari, una encarnación de la Diosa Parvathi que tomó esta forma para destruir a Mahishasura. Este es uno de los mejores lugares para visitar en Mysore. También conocido como Krouncha Pitham, el Templo Chamundi es uno de los 18 Maha Shakti Peethas que representan el cabello de Sati Devi. A una altitud de 1.065 metros, el templo en la colina Chamundi fue construido en el siglo XI. Durante siglos, los Wodeyars de Mysore veneraron a la deidad e hicieron grandes contribuciones a este santuario. El ídolo de la diosa Chamundi dentro del santuario central fue hecho con oro puro. El templo es un buen ejemplo de la arquitectura del templo dravídico. El templo posee muchas imágenes de Nandi. El más famoso es el Nandi, de 15 pies de alto y 24 pies de largo, en el escalón 800 de la colina. La torre del templo tiene 40 metros de altura con 7 pisos y está pintada en color dorado.

## **DÍA 5, OCTUBRE 29, MARTES: MYSORE**

Desayuno para llevar. Excursión a Coorg Temprano por la mañana salida por carretera hacia Coorg. Explore el campamento de elefantes Dubare es una oportunidad para conocer mejor a estas criaturas gigantes y encantadoras. Con una serie de actividades creadas en torno a esto, muchos huéspedes abandonaron el campamento con un sentido de responsabilidad de aportar su granito de arena para proteger a los elefantes. Un naturalista capacitado guía a nuestros huéspedes a través de las complejidades de la historia, la ecología y la biología de los elefantes. Arremángate y participa en una sesión de cuidado de elefantes: ver a los elefantes recibir un baño exfoliante en el río,



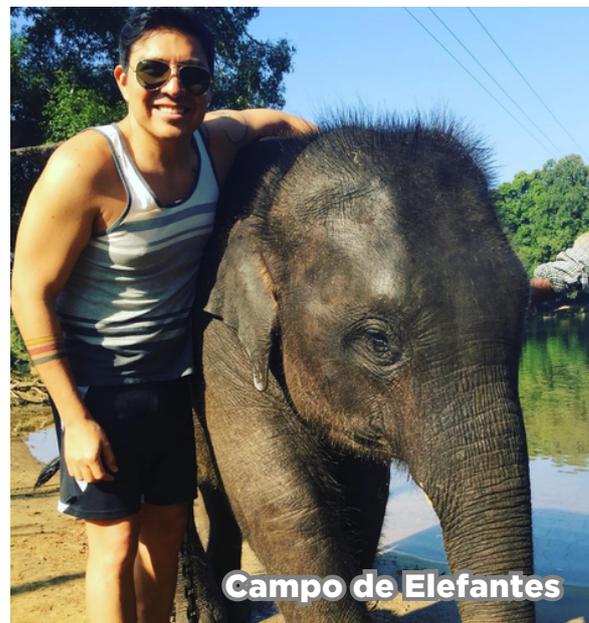
+52 33 1992 4290



GABRIELAOSOL29@GMAIL.COM

con rituales como la aplicación de aceite en la frente, los colmillos y otros aspectos del cuidado de los elefantes cambiará tu idea del mantenimiento de las mascotas. Una vez terminado el baño, aprenda cómo se prepara la comida para elefantes y cómo se les alimenta. Los mahouts también demostrarán cómo los elefantes obedecen órdenes y cómo funcionaban durante su papel anterior en las operaciones madereras. En el camino una parada en el monasterio budista de Bylekuppe. Lo más destacado del Monasterio Namdroling es el espectacular Templo Dorado, presidido por tres estatuas de Buda bañadas en oro de 18 m de altura. El templo alcanza su mejor momento dramático cuando se realiza la oración y suena con gongs, tambores y el zumbido de cientos de jóvenes monjes cantando. El complejo del Templo Dorado alberga a unos 16.000 refugiados y 600 monjes. Nota: (La reserva de elefantes comienza a las 09 a. m. y finaliza a las 11 a. m.)

Por la tarde regreso a Mysore DÍA 4  
RETIRO DE YOGA.



## **DÍA 6, OCTUBRE 30, MIERCOLES: MYSORE**

Temprano por la mañana DÍA 5 RETIRO DE YOGA Después del Desayuno visita Srirangapatna, anteriormente Seringapatam en inglés británico, es una ciudad y es la sede de uno de los siete Taluks del distrito de Mandya, en el estado indio de Karnataka. Ubicada cerca de la ciudad de Mandya, es de importancia religiosa, cultural e histórica. Los monumentos de la ciudad isleña de Srirangapatna han sido nominados como Patrimonio de la Humanidad por la UNESCO y la solicitud está pendiente en la lista provisional de la UNESCO. Por la tarde visitaremos Bollywood dance studio aquí puedes reunirte con coreógrafos y bailarines y también puedes tener sesiones de baile con ellos.



+52 33 1992 4290



GABRIELAOSOL29@GMAIL.COM



## **DÍA 7, OCTUBRE 31, JUEVES: MYSORE/BANGALORE/VARANASI**

Desayuno. Por la mañana salida por carretera hacia Bangalore (Aprox. 145kms, 3½ horas) y traslado al aeropuerto para su vuelo hacia Varanasi.

A su llegada traslado a Namoo ghat en autobús y de Namoo ghat al hotel traslado en barco. Más tarde, disfrute de un recorrido a pie por el mercado local para comprar sari tradicional, etc. Luego nos dirigimos a la parte vieja de Varanasi donde ubican los ghats (pabellones que bajan hacia al río sagrado Ganges). A continuación, testigo de las ceremonias de oración en los 'ghats' (escalones de piedra) de río Ganges donde los sacerdotes realizan el Aarti en Dashashwamedh Ghat. Todo el Ghat se ilumina con una luz divina que se puede sentir con fuerza. El magnífico ritual involucra enormes lámparas de bronce iluminadas con aceite y los sacerdotes cantan los santos mantras que reverberan en todo el lugar.

## **DÍA 8, NOVIEMBRE 1, VIERNES: VARANASI/AGRA**

Por la mañana al amanecer llegamos al Ganges para experimentar un paseo en barco por el río Ganges para ver los rituales hindúes en los Ghats (un tramo de escalones que bajan al río). Las riberas grandes del río en Varanasi son altas, con pabellones, palacios, templos y terrazas de los siglos XVIII y XIX. Cada uno de los cien ghats, ocupa su propio lugar especial en la geografía religiosa de la ciudad. Más tarde, pase por Manikarnika Ghat, el lugar para hacer cremaciones hasta el Corredor Kashi Vishwanath, seguido de un paseo por la ciudad vieja,



+52 33 1992 4290



GABRIELAOSOL29@GMAIL.COM



sus callejuelas estrechas, sus bazares y experimente la vida de las calles vibrante de la ciudad sagrada de Varanasi. A disfruta un paseo en E-Rikshaw para visitar Bharat Kala Bhawan, es un museo universitario ubicado en la Universidad Hindú de Banaras, Varanasi, India. Ha sido fundamental en la difusión del conocimiento sobre el arte y la cultura de la India. Es una de las atracciones turísticas importantes de la Universidad Hindú de Banaras. Por la tarde traslado a Namho Ghat abordar el autobús para traslado a la estación de tren para su viaje hacia Agra. Noche a bordo.

## **DÍA 9, NOVIEMBRE 2, SABADO: LLEGADA AGRA**

A su llegada al amanecer, seria recibido y visita Taj mahal (cerrado los viernes), el monumento más fascinante y hermoso de la India. El Taj Mahal fue completado en 1653 DC por el Emperador Mogol Shah Jahan en la memoria de su reina favorita, Mumtaz Mahal. Este monumento perfectamente simétrico tomó 22 años de trabajos forzados y 20.000 trabajadores, los albañiles y los joyeros para la construcción y se encuentra en medio de jardines También visita al Fuerte de Agra, una imponente fortaleza en las orillas del río Yamuna, construida por el Emperador Mogol Akbar, en 1565 DC. Luego visitaremos la Tumba de Itmad-ud-Daulah, donde albergan los restos de Mirza Giyas y Asmat Begum, padres de Nurjahan, la reina de Emperador Mogol Jahangir, famosa por su inteligencia y belleza.



+52 33 1992 4290



GABRIELAOSOL29@GMAIL.COM



**Templo del Loto, Nueva Delhi**

### **DÍA 10, NOVIEMBRE 3, DOMINGO: AGRA/DELHI**

Desayuno. Por la mañana salida por carretera hacia Delhi (Aprox. 210kms, 3-4 horas). A su llegada traslado al hotel. Por la tarde visitaremos el Templo de Loto (cerrado los lunes), o Templo Bahai, que se encuentra en las proximidades y es famoso por su forma de Flor de Loto. Después, visita del Templo Akshardham (cerrado los lunes) una verdadera obra de arte construida hace muy poco gracias a las donaciones de miles de hindúes ricos. Se trata de un lugar que resume 10 mil años de cultura, con toda su grandeza, belleza, esperanza y bendiciones.

### **DÍA 11, NOVIEMBRE 4, LUNES: DELHI**

Desayuno. Por la mañana visita de Vieja Delhi, pasando por el Fuerte Rojo, construido por el Emperador Mogol Shah Jahan y disfruta de un paseo en un rickshaw (Carrito bicicleta, tirado por hombre) en Chandni Chowk, uno de los bazares más antiguos y grandes en la India. Cruzado por calles estrechas con tiendas que luchan por el espacio, Chandni Chowk da la sensación de las viejas compras de Delhi. Desde la era del siglo 17, este lugar se llama con razón un "paraíso de los compradores" en Delhi. Durante el reinado de Shah Jahan, había un canal arbolado que atravesaba su centro y reflejaba la luna. Por lo tanto, el nombre "Chandni Chowk" surgió, lo que significa "lugar de luz de luna". Luego, visitamos la Mezquita Jama, la mezquita más grande de la India. Por la tarde, visita de Nueva Delhi Paseo por los



+52 33 1992 4290



GABRIELAOSOL29@GMAIL.COM



edificios gubernamentales, Rashtrapati Bhawan (residencia del presidente de la India), el Parlamento y la Puerta de la India (Arco del Triunfo). A continuación, visita al Gurudwara, el Templo de religión Sikh, una belleza arquitectónica. Los Sijs por su religión realizan Seva también Sewa, abreviatura de la palabra Karseva se refiere a "servicio abnegado", trabajo o servicio realizado sin ningún pensamiento de recompensa o beneficio personal. Los voluntarios que participan en Seva se conocen como Sevadars. Durante su visita a la cocina, van a tener la oportunidad de convertirse como un sevadar y participar en la cocina haciendo chapatis (tortilla india), echar mano a preparación de lentejas, verduras y servir a los numerosos sentados esperando para comida. Es una experiencia bien elevadora en que en alguna manera están regresando algo a la comunidad/gente. Luego visitaremos Gandhi Smriti (también llamada Birla House), es el lugar donde Mahatma Gandhi pasó los últimos 144 días de su vida y fue asesinado el 30 de enero de 1948. (Gandhi Smriti está cerrado los lunes y si está en Delhi el lunes, visitará Rajghat (el crematorio de Gandhi) en lugar de Gandhi Smriti). Más tarde visita al Qutub Minar, una torre gigantesca de 72m, construida por el primer gobernante musulmán de la India, Qutub-ud-din Aibak.



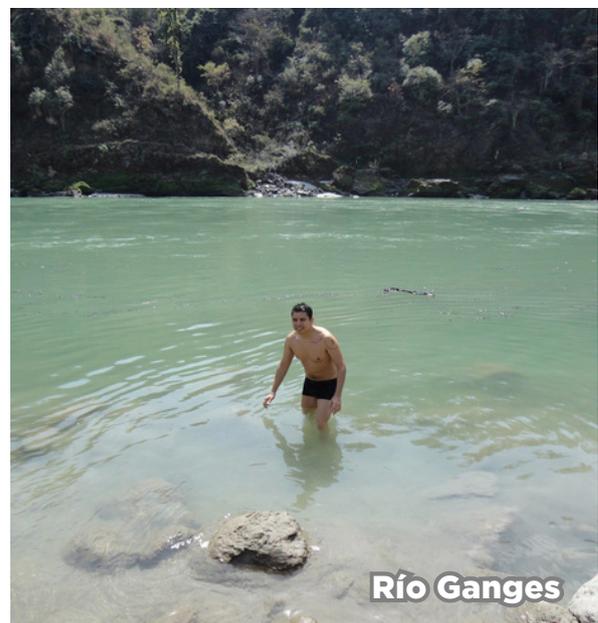
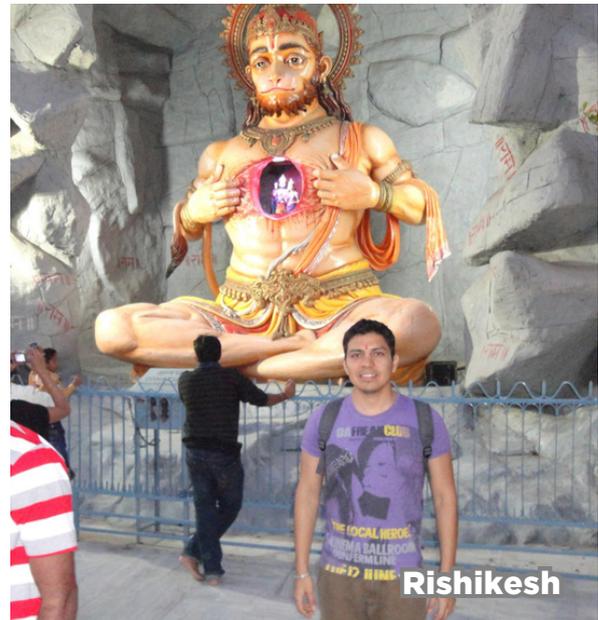
+52 33 1992 4290



GABRIELAOSOL29@GMAIL.COM

## **DÍA 12, NOVIEMBRE 5, MARTES: DELHI/HARIDWAR/RISHIKESH**

Desayuno para llevar. Por la mañana, traslado a la estación de tren para su viaje hacia Haridwar. A su llegada, sería recibido y visita Har-Ki-Pauri, el ghat más importante (pasos de baño), los templos y Ashrams de Haridwar. Haridwar, situada en la orilla derecha del sagrado Ganges, es considerado entre las siete ciudades sagradas de la India. La leyenda dice que este fue uno de los cuatro sitios en la India, donde una gota de Amrit, llevado por Garuda, el celeste se cayó. Por tanto, es uno de los cuatro lugares donde el Kumbh Mela, la congregación más grande de la humanidad en cualquier parte del mundo, se celebra una vez cada 12 años. A continuación salida por carretera hacia Rishikesh (Aprox.27kms, 45minutos), más conocida como La “capital mundial del yoga”. La célebre ciudad espiritual de Rishikesh se encuentra a las orillas del río Ganges, rodeado de gama Shivalik del Himalaya en tres lados. Alojamiento en Ashram.



## **DÍA 13, NOVIEMBRE 6, MIERCOLES: RISHIKESH**

Día libre para actividades en el Ashram. Por la tarde visita a los Templos, Ashrams y Ghats (los pasos de baño) en Rishikesh. También visitaremos al Ashram de los Beatles, que llegaron a Rishikesh en 1968 para aprender meditación trascendental con Maharishi Mahesh Yogi y crearon muchas canciones durante la estadía en India. Ahora ese Ashram está cerrado, pero se puede visitar. A continuación, ser testigo de la ceremonia 'Aarti' (la oración) al atardecer en los ghats de Río Ganges. Alojamiento en Ashram.



+52 33 1992 4290



GABRIELAOSOL29@GMAIL.COM



**DÍA 14, NOVIEMBRE 7, JUEVES: RISHIKESH/DEHRADUN/DELHI**

Desayuno en el Ashram. Por la mañana, salida por carretera hacia al aeropuerto de Dehradun (Aprox.28kms, 1 hora) para su vuelo a Delhi. Regreso a México.

**NOVIEMBRE 8, VIERNES: LLEGADA A CDMX**



+52 33 1992 4290



GABRIELAOSOL29@GMAIL.COM

# INVERSIÓN

**\$93,975 MXN \***

## INCLUYE

- Vuelos internacionales y locales mencionados.
- Alojamiento 10 noches en hoteles mencionados o similares, incluido impuestos de hoteles.
- Alojamiento 2 noches en Ashram Rishikesh en habitación básico con pensión completa (todas las comidas incluidas)
- 1 noche a bordo del tren
- Clases de Yoga y Charlas con Cynthia, Marteen, Jayashree y Narsimhan
- Desayuno diario
- Traslados aeropuerto / hotel / aeropuerto por autobús privado, aire acondicionado con asistencia en español (Asistencia en inglés en Bangalore, Mysore y Varanasi).
- Manejo de equipaje 1 maleta por persona en los aeropuertos, estación de tren y hoteles.
- Visitas guiadas y excursiones según el itinerario.
- Booleto de tren Varanasi / Agra/ Haridwar mejor clase disponible con aire acondicionado (sujeto a disponibilidad).
- Retiro de Yoga
- Guía local en español den Varanasi
- Guía local en inglés en Mysore
- Guía acompañante en español desde llegada en Agra hasta Delhi
- Entrada a monumentos
- Paquete de bienvenida (carta de bienvenida, itinerario detallado, mapa de India, cuaderno, pluma, tarjetas postales pre-estampadas y un regalo sorpresa.
- Agua mineral en el vehículo.
- Patucos de los zapatos para visitar Taj Mahal, templos, mezquitas, etc.
- Wi-Fi Gratis en vehículo en todo el recorrido (sujeto a buena señal).
- Servicio de consejería en español 24/7 por vía telefónica +91 9818448420



+52 33 1992 4290



GABRIELAOSOL29@GMAIL.COM

# NO INCLUYE

- \* Impuestos de aeropuertos (aproximadamente \$750 usd, puede variar)
- Transportes, viajes y excursiones no mencionadas en el itinerario
- Cualquier comida excepto las mencionadas en el desayuno
- Honorarios de Pasaporte y Visa
- Gastos personales tales como bebidas, lavandería, llamadas telefónicas, faxes, Wifi, masajes, spa, etc.
- Propina para choferes, guías, camareros, restaurantes.

# TÉRMINOS Y CONDICIONES

- Separa con \$10,000 MXN y luego realiza pagos parciales (ver tabla)
- No reembolsable.
- \* Tarifa asegurada tipo de cambio tope 1 = 18.50 (si sube más puede variar).



+52 33 1992 4290



GABRIELAOSOL29@GMAIL.COM

## PLAN DE PAGOS TRANSFERENCIA\*

	SECTORES	FECHA
<b>SEPARO</b>	<b>\$10,000</b>	
<b>PAGO 1</b>	<b>\$16,795</b>	<b>30 ABRIL 2024</b>
<b>PAGO 2</b>	<b>\$16,795</b>	<b>31 MAYO 2024</b>
<b>PAGO 3</b>	<b>\$16,795</b>	<b>30 JUNIO 2024</b>
<b>PAGO 4</b>	<b>\$16,795</b>	<b>31 JULIO 2024</b>
<b>PAGO 5</b>	<b>\$16,795</b>	<b>30 AGOSTO 2024</b>

## PLAN DE PAGOS TRANSFERENCIA + TARJETA DE CRÉDITO\*

	SECTORES	FECHA
<b>SEPARO</b>	<b>\$10,000</b>	
<b>PAGO 1 (TRANSFER)</b>	<b>\$9,744</b>	<b>30 ABRIL 2024</b>
<b>PAGO 2 (TRANSFER)</b>	<b>\$9,744</b>	<b>31 MAYO 2024</b>
<b>PAGO 3 (TRANSFER)</b>	<b>\$9,744</b>	<b>30 JUNIO 2024</b>
<b>PAGO 4 (TRANSFER)</b>	<b>\$9,744</b>	<b>31 JULIO 2024</b>
<b>PAGO 5 (TARJETA)</b>	<b>\$45,000</b>	<b>15 AGOSTO 2024</b>

- \* NOTA: AGREGAR EN CUALQUIER PLAN LOS IMPUESTOS DE AEROPUERTOS 15 DE AGOSTO 2024, PUEDE VARIAS FECHA Y MONTO.



+52 33 1992 4290



GABRIELAOSOL29@GMAIL.COM

# FORMA DE PAGO

Depósitos:

SCOTIABANK  
GABRIELA OROZCO GONZÁLEZ  
CLABE 044320010013883131  
CUENTA 01001388313

ENVIAR COMPROBANTE A WHATSAPP +52 33 1992 4290  
gabrielaosol29@gmail.com

Opción de pago con Tarjeta de Crédito.

Esta experiencia es diseñada por Sādhak Yoga Institute y operada por  
Consultor de viajes Gabriela Orozco y Roma Tours Operadora Mayorista S.A  
de C.V.



+52 33 1992 4290



GABRIELAOSOL29@GMAIL.COM