PEDALANDO IN GIAPPONE

"Fai un tour in bicicletta strabiliante del Giappone storico, culturale, rurale e moderno"

Viaggi Giappone

PROGRAMMA DI VIAGGIO

Giorno 1. BENVENUTI IN GIAPPONE

Benvenuti a Kyoto. Servendo come capitale del Giappone e residenza dell'imperatore dal 794 al 1868, Kyoto è il centro spirituale del Buddismo Zen e una delle città storicamente più importanti del Giappone. A differenza di molti dei suoi vicini, Kyoto è sfuggita alla distruzione durante la seconda guerra mondiale e migliaia di templi, santuari e altre strutture storicamente inestimabili sopravvivono nella città oggi. Questa avventura inizia con un incontro di benvenuto alle 18:00 dove incontrerai il tuo tour leader e altri viaggiatori. Puoi arrivare in qualsiasi momento della giornata poiché non ci sono attività pianificate fino a questo importante incontro. Successivamente, esci per una passeggiata serale prima di scegliere se vuoi unirti al gruppo per una cena facoltativa o andare in strada da solo. Se arrivi in ??anticipo, Kyoto offre una miriade di opzioni da esplorare. Per un assaggio della vita dello Shogun, dirigiti al Castello di Nijo, dichiarato Patrimonio dell'Umanità, forse il miglior esempio sopravvissuto di architettura di un castello dell'era feudale giapponese. Guarda come visse l'imperatore al Palazzo Imperiale di Sento all'interno del Parco Imperiale di Kyoto, un affascinante parco nel centro della città. Oppure, per un momento più tranquillo, potresti voler contemplare in silenzio uno dei sereni karesansui (giardini zen) che punteggiano la città. Distanza di corsa - nessuna corsa inclusa oggi Struttura ricettiva ryokan (1 notte) Attività opzionali Kyoto - Corso di cucina - JPY6000 Kyoto - Kiyomizu-dera - JPY400 Kyoto - Palazzo Imperiale - Gratuito Kyoto - Tempio Nanzenji - Gratuito Kyoto - Shosei Walking Garden - JPY500 Kyoto - Mercato Nishiki-Koji - Gratuito Museo Nazionale - JPY500 Pasti inclusi Non ci sono pasti inclusi in questo giorno. Informazioni speciali Se non riesci a organizzare un volo che ti faccia arrivare in tempo per l'incontro di benvenuto di oggi, potresti voler arrivare con un giorno di anticipo in modo da poter partecipare. Saremo lieti di prenotare per voi un alloggio aggiuntivo (soggetto a disponibilità). In caso di ritardo, si prega di informare la reception dell'hotel. Raccoglieremo i dettagli dell'assicurazione e le informazioni sui parenti prossimi a questa riunione, quindi per favore tienili a portata di mano.

Giorno 2. KYOTO

Dopo colazione e un discorso sulla sicurezza del tuo leader, familiarizza con la tua bicicletta e fai un breve giro di prova prima di pedalare con il gruppo a ovest dal nostro ryokan al fiume Katsura, quindi a nord lungo una pista ciclabile dedicata oltre le case tradizionali e gli orti della comunità fino al antica località imperiale di Arashiyama. Fermati per una pausa caffè ad Arashiyama, famosa per le sue splendide foreste di bambù. Dopo una dose di caffeina e la possibilità di immergerti nell'atmosfera pacifica, prosegui fino al Tempio Tenryuji e al Tempio Ryoanji, con il suo famoso giardino zen roccioso bianco. Fermati qui per contemplare il suono di una mano che batte le mani e poi passa a contemplare un pranzo. Successivamente, pedala verso est attraverso l'estremità nord di Kyoto e poi sul Sentiero della Filosofia e nell'area di Higashiyama prima di tornare al nostro alloggio. La corsa oggi sarà dolce, con solo una leggera elevazione sulle strade mentre ci dirigiamo ad Arashiyama. Iniziamo con un giro di 5 chilometri su una strada principale, poi seguiamo piste ciclabili dedicate e strade secondarie per il resto della giornata. Al ritorno a Kyoto, fai un tour di orientamento serale del quartiere Gion di Kyoto. Osserva Geisha e Maiko (l'apprendista Geisha) dai punti chiave delle vecchie strade secondarie della città e lasciati tentare da alcuni degli ottimi ristoranti locali della zona, magari tornando a visitare per cena al termine del tour. Le strade di Kyoto sono disposte secondo un comodo schema a griglia, cosa insolita per le città giapponesi. Nell'VIII secolo, gli urbanisti imperiali copiarono la disposizione a griglia di Chang'an (ora Xian), la capitale della dinastia Tang in Cina. Questo non è l'unico vantaggio che otteniamo oggi dalla dinastia Tang: due famosi ingegneri Tang, Ma Jun e Zhang Heng, hanno inventato il sistema di cambio meccanico utilizzato dalle biciclette che guidiamo in questa città facile da navigare. Dinastia Arigato Tang! Distanza di

percorrenza: ca. 40 km/25 miglia, ondulato con ca. 230 m/755 piedi di dislivello. Struttura ricettiva ryokan (1 notte) Attività incluse Kyoto - Passeggiata nel distretto di Gion Kyoto - Foresta di bambù di Arashiyama Attività opzionali Kyoto - Centro culturale Gion Corner - JPY3150 Kyoto - Giardino Zen Ryoanji - JPY500 Kyoto - Tempio di Tenryuji - JPY600 Pasti inclusi Colazione Il pranzo Informazioni speciali Mentre miriamo a visitare il Tempio Tenryuji e il Tempio Ryoanji, ci sono volte in cui visitiamo templi diversi a seconda della stagione.

Giorno 3. NARA

La pista ciclabile ti porta attraverso uno splendido scenario giapponese su una pista ciclabile dedicata lungo il fiume dall'antica capitale di Kyoto alla capitale ancora più antica di Nara. Qui vedrai il Buddha gigante ospitato nella più grande struttura in legno del pianeta. Questa città è famosa per il suo tempio Todaiji e il suo simpatico cervo selvatico in libertà. Dirigiti a sud lungo il fiume per la maggior parte della giornata, fermandoti brevemente al ponte Nagarebashi, un ponte di legno di 356 metri che è una popolare location cinematografica per i drammi sui samurai. Ritorno in treno a Kyoto. Distanza di percorrenza: ca. 50 km/31 miglia, prevalentemente pianeggiante con ca. 240 m/790 piedi di dislivello. Struttura ricettiva ryokan (1 notte) Pasti inclusi Colazione

Giorno 4. KANAZAWA

Oggi è una giornata abbastanza rilassante mentre ci riposiamo prima di raggiungere le colline della penisola di Noto. Prendi il treno da Kyoto a Kanazawa, dove ci godiamo un piacevole giro in bicicletta attraverso la città vedendo il meglio che ha da offrire. Attraversa i famosi giardini, tra cui il verdeggiante Kenrokuen, uno dei più grandi giardini del Giappone, e gli antichi quartieri di Geisha e Samurai. È un posto davvero bellissimo da godersi in bicicletta. Si prega di notare che andiamo alla maggior parte dei siti ma li percorriamo a piedi una volta che siamo lì. Distanza di corsa: ca. 10-15 km (6-9 miglia), prevalentemente pianeggiante con ca. 80-140 m (260-460 piedi) di dislivello Struttura ricettiva Hotel (1 notte) Attività incluse Kanazawa - Giardino Kenroku-en Kanazawa - Nomura Samurai House Attività opzionali Kanazawa - Mercato di Omicho - Gratuito Kanazawa - Castello - JPY310 Pasti inclusi Colazione Il pranzo

Giorno 5. TOGI

Nei prossimi quattro giorni, scopri il cuore della rustica penisola di Noto. Questa parte rilassata del Giappone cattura davvero il concetto giapponese di "satoyama", società in armonia con la natura, e "satoumi", aree costiere in cui il mare ha un forte legame con i mezzi di sussistenza delle persone. Il tuo primo giro nella penisola di Noto è speciale mentre pedali lungo la costa panoramica fino al tempio Myojoji per un'introduzione al buddismo giapponese Nichiren. Scopri tranquille strade costiere e spettacolari viste sull'oceano, tornando indietro nel tempo attraverso sonnacchiosi villaggi di pescatori e terreni agricoli. I momenti salienti di oggi, tra cui l'equitazione su Chirihama Beach Drive, un tratto di spiaggia di 8 km lungo il Mar del Giappone che ti consente di fare un breve giro lungo la sabbia proprio lungo il bordo dell'acqua, oltre a passare dalle rocce di Hatagoiwa, sede del sacro giapponese spiriti. Stanotte dormiamo nel piccolo paese di Togi. Distanza di percorrenza: ca. 80 km/50 miglia, ondulato con ca. 520 m/1700 piedi di dislivello. Struttura ricettiva ryokan (1 notte) Attività incluse Tempio Myojoji Pasti inclusi Colazione Il pranzo Cena

Giorno 6. WAJIMA

Un giro leggermente più breve oggi mentre pedaliamo verso nord lungo strade costiere più panoramiche, piccoli villaggi e bellissime risaie a terrazza. Lasciando la costa, la strada attraversa le montagne collinari di

Noto fino all'affascinante città portuale di Wajima, nota per la produzione di alcuni dei migliori oggetti in lacca del Giappone. Lungo la strada fai una breve pausa a Masuhogaura Beach – a 460 m di lunghezza dovresti riuscire a trovare un po' di spazio sulla "panchina più lunga del mondo" per sgranchirti le gambe stanche – e tieni anche d'occhio la famosa roccia di Totoro lungo il modo. Scopri un po' della cultura della penisola di Noto mentre visitiamo la Kadomi House, una casa tradizionale di proprietà di un grossista di piccole navi mercantili. Costruito nel 1870, offre un'affascinante visione della vita tradizionale giapponese. Distanza di corsa: ca. 55 km/35 miglia, ondulato con una salita più lunga a 38 km. Gli ultimi 10 km sono in discesa. ca. 520 m/1700 piedi di dislivello. Struttura ricettiva Hotel (1 notte) Pasti inclusi Colazione Il pranzo Cena

Giorno 7. SUZU

Oggi è la nostra giornata di guida più dura, ma ricca di ricompense mentre abbracci la costa drammatica e collinare del Mar del Giappone. Lasciati stupire dal famoso Shiroyone Senmaida (Le mille risaie a Shiroyone) dove le 1004 piccole risaie si aggrappano impossibilmente ai ripidi pendii che si tuffano verso l'acqua, creando un bellissimo e luminoso contrasto con lo sfondo del profondo blu del Mar del Giappone. Passando accanto ai piccoli villaggi e alle spettacolari cascate, risaliamo la penisola fino alla costa di Suzu, all'estremità della penisola di Noto. Visiterai anche un'esclusiva salina locale che utilizza un metodo tradizionale di produzione del sale chiamato "produzione del sale in stile Agehama" che è stato tramandato di generazione in generazione. Dopo un lungo giro scegli di alzare i piedi, visitare un negozio di ceramiche di Suzu-yaki, ammirare le viste sul mare (e sul faro) a Rokko Saki Point o ammirare Mitsukejima (Found Island), un'enorme isola rocciosa proprio al largo della costa di Suzu. Distanza di percorrenza: ca. 80 km/50 miglia, ondulato con diverse ripide colline, pianeggiante verso la fine, con ca. 1150 m/3775 piedi di dislivello. Struttura ricettiva Hotel (1 notte) Pasti inclusi Colazione Il pranzo Cena

Giorno 8. WAKURA ONSEN

Il tuo ultimo viaggio sulla penisola di Noto ti vede dirigersi verso sud, passando per piccoli villaggi rurali, montagne imponenti e alcune delle coste e spiagge più belle della zona, per finire ad Anamizu prima di salire a bordo di un treno locale per il resto del viaggio. La tua destinazione finale oggi è Wakura Onsen, una città termale con una storia che risale a 1200 anni fa. Oggi è di nuovo una pedalata ondulata ma abbastanza rilassata – e la possibilità di immergere le gambe stanche nelle acque terapeutiche dei bagni termali è di solito una motivazione sufficiente per andare avanti! Distanza di percorrenza: ca. 70 km/43 miglia, ondulato con diverse ripide colline, ca. 770 m/2525 piedi di dislivello. Struttura ricettiva Hotel (1 notte) Pasti inclusi Colazione Il pranzo Cena

Giorno 9. TOKYO

Nessun viaggio in Giappone è completo senza provare il leggendario sistema ferroviario del paese. Sostituisci la tua bici con un treno e guarda il paesaggio panoramico volare via durante un viaggio (circa 5 ore) a Tokyo. Scendi per le strade all'arrivo per una passeggiata di orientamento notturna. Esplora il centro contemporaneo della città e le antiche strade e senti il ??brusio della vita moderna in questa famosa città. Distanza di percorrenza: nessuna Struttura ricettiva Hotel (1 notte) Attività incluse Tokyo - Tempio di Sensoji Pasti inclusi Colazione

Giorno 10. TOKYO

Tieni i tuoi caschi perché c'è una vera delizia oggi: due corse in un giorno! Questa mattina avrai un'idea migliore delle diverse aree della città mentre pedali lungo gli stessi percorsi locali che gli abitanti di Tokyo

usano per attraversare la città. Ci sono sorprese, sia antiche che moderne, ad ogni svolta lungo il percorso e gli appassionati di architettura saranno in paradiso. Lungo la strada visitiamo molti dei monumenti più famosi di Tokyo; la prima corsa lungo i viali fiancheggiati dai ciliegi del Parco di Ueno, sede dei musei e dei templi più famosi di Tokyo, la città dei gadget di Akihabara, il quartiere "Japan Bridge" di Nihonbashi e l'esclusivo quartiere di Ginza con la sua stupefacente gamma di negozi, gallerie e caffè. Ci fermiamo tra una giostra e l'altra per goderci il pranzo al famoso mercato del pesce esterno di Tsukiji prima di iniziare il nostro secondo giro per vedere luminari come il Palazzo Imperiale dell'era Edo, la Torre Eiffel alta 333 m che somiglia alla Torre di Tokyo, l'elegante Santuario di Hachimangu, Tsukishima (Isola della Luna), l'isola artificiale nella baia di Tokyo e, naturalmente, lo Skytree Asakusa, con i suoi 634 m l'edificio più alto di tutto il Giappone Successivamente goditi una serata libera da trascorrere come meglio credi: goditi una notte tranquilla, scatenati al karaoke o passeggia e bevi per la città con il tuo leader locale. Distanza di percorrenza: ca. 40 km/25 miglia, prevalentemente pianeggiante con ca. 200 m/650 piedi di dislivello. Struttura ricettiva Hotel (1 notte) Attività incluse Tokyo - Mercato del pesce di Tsukiji Attività opzionali Tokyo - Shinjuku-gyoen - JPY200 Tokyo - Museo Edo-Tokyo - JPY600 Tokyo - Museo della spada dei samurai - JPY600 Tokyo - Santuario Meiji Jingu - Gratuito Tokyo - Karaoke - JPY2000 Tokyo - Palazzo Imperiale - Gratuito Gioco della Nippon Professional Baseball League - JPY2000 Classe di noodle Soba - JPY2000 Tokyo - Lezione di giapponese e calligrafia - JPY2000 Pasti inclusi Colazione Informazioni speciali Nell'ottobre 2018 il mercato ittico all'ingrosso di Tsukiji di Tokyo (e le sue leggendarie aste di tonno) si è trasferito dalla sua sede tradizionale a un mercato di nuova costruzione a Toyosu. Poiché si tratta di una costruzione nuova di zecca, c'è poca atmosfera nell'area che circonda il mercato e la maggior parte dell'azione si svolge prima delle 8:00, continueremo a visitare il mercato esterno che si trova ancora nella sua vecchia posizione a Tsukiji. C'è molto da vedere, rimangono caffè e bancarelle vivaci, anche un sacco di pesce, molta azione e una buona occasione per assaggiare i deliziosi frutti di mare in offerta. Se desideri vedere l'asta del tonno, parla con il tuo leader, ma attenzione, inizia intorno alle 5:00 e di solito termina entro le 6:30 e ora può essere vista solo dalle piattaforme di osservazione piuttosto che sul mercato.

Giorno 11. FINE DEL TOUR

Purtroppo è ora di dire addio a questa grande avventura giapponese. Non sono previste attività per la giornata e puoi lasciare l'hotel in qualsiasi momento. Il check-out è alle 11:00, ma se parti più tardi, puoi organizzare il deposito bagagli in hotel. Pasti inclusi Colazione

DATA PARTENZA	DURATA GIORNI	CODICE TOUR	QUOTA DI PARTECIPAZIONE
-	11	1765	4550 €
MIN. PARTE CIPANTI	**AEROPORTO DI PARTENZA**		**GUIDA**
OPERATIVO VOLI			

LA QUOTA INCLUDE

- PASTI: 10 Colazioni, 6 Pranzi, 4 Cene
- TRASPORTI: Bicicletta (e-bike disponibile su richiesta e salvo disponibilità), Veicolo di Supporto, Treno
- PERNOTTAMENTI: 4 Notti in Hotel, 6 Notti in Ryokan
- ATTIVITA' INCLUSE: (Vedi nelle Note)

LA QUOTA NON INCLUDE

- Volo intercontinentale dall'Italia A/R (Il volo aereo verrà quotato in agenzia su richiesta dell'interessato)
- Pasti non menzionati nel programma
- Tutto quanto non menzionato in "Cosa Comprende"
- Assicurazione viaggio
- Supplemento Camera Singola (€300) a persona

INFORMAZIONI DI VIAGGIO
TRASPORTI DURANTE IL TOUR
GUIDE DURANTE IL VIAGGIO
PASTI
HOTELS
ASSISTENZA DURANTE IL VIAGGIO
VALUTA CONSIGLIATA PER LE SPESE
A CHI E' RIVOLTO QUESTO VIAGGIO

PRENOTA

RICHIEDI INFORMAZIONI

CHIAMACI CON TEL 0432 21231

Piazzale Gabriele D'Annunzio n.13 – 33100 – Udine – Italia
Tel. +39. 0432 21231 Tel. +39. 0432 25400
http://www.exploretodayviaggi.it
Agenti IATA 3827668

D&P S.r.l. P. IVA 02398830303 - CCIA Udine n. 25774
Aut. Reg. F.V.G n. 3124 - Polizza “Filo Diretto” n. 1505000904/E