

YOKOSO! GIAPPONE



MARATONA DI TOKYO

28 FEBBRAIO - 09 MARZO 2019, 10 giorni - 7 notti



Il Giappone, sinonimo di armonia e di equilibrio, due cose che ogni abitante ricerca nel corso di tutta la vita. Al giorno d'oggi sembra che la globalizzazione che lo ha investito abbia estirpato questi principi, ma visitando il Paese del Sol Levante ci si accorge di come riescano a convivere grattacieli e templi zen, centri commerciali e meditazione. La cultura giovanile dipinge di colori sgargianti gli avveniristici centri finanziari mentre i profumi e i suoni della tradizione cambiano al variare delle stagioni.

La maratona di Tokyo 2019, uno degli eventi più apprezzati dai runners di tutto il mondo, segue un percorso che simboleggia il passato, il presente e il futuro della città. Una gara che si snoda tra alcune delle zone più suggestive della città: il Tokyo Metropolitan Government Building, le stazioni di Iidabashi e Nihombashi, il quartiere di Ginza, quello di Asakusa e la Tokyo Station.



PROGRAMMA DI MASSIMA:**1° giorno, giovedì 28 febbraio 2019: Milano Malpensa > Dubai**

In mattinata, ritrovo dei signori partecipanti all'aeroporto di Milano Malpensa in tempo per il volo di linea Emirates EK 206 delle 13h40 diretto a Dubai. Arrivo previsto alle 22h45.

2° giorno, venerdì 1° marzo 2019: Dubai > Tokyo

Coincidenza con il volo Emirates EK 318 delle 02h55 diretto a Tokyo. Arrivo a Tokyo Narita previsto per le 17h20 locali. Dopo il disbrigo delle formalità doganali e di sbarco, incontro e accoglienza da parte della vostra guida parlante italiano per il trasferimento in hotel con bus riservato. Sistemazione nelle camere riservate. Cena libera, pernottamento.

3° giorno, sabato 2 marzo 2019: Tokyo

Mezza pensione con pranzo. Dopo la prima colazione in hotel, partenza per l'intera giornata dedicata alla visita guidata della città di Tokyo. La visita includerà i siti più evocativi della cultura classica giapponese. Visita del santuario shintoista Meiji Jingu e ai grattacieli del Metropolitan Government Offices (progettati da Tange Kenzo), nell'avveniristico quartiere di Shinjuku. Visita alla Piazza del Palazzo Imperiale, residenza dell'Imperatore del Giappone con l'emblematico Ponte Nijubashi. Pranzo in ristorante locale e nel pomeriggio completamento delle visite con il quartiere di Asakusa, dove si trova il venerato Tempio di Kannon. Tempo libero per ritiro dei pettorali di gara (*informazione da verificare con le autorità competenti*). Rientro in hotel e cena libera.

Tokyo, sulla foce del fiume Sumidagawa, viene chiamata Edo, 'porta sul fiume', quando Ieyasu Tokugawa, vi stabilisce il suo shogunato. Nel 1868 diviene capitale con il nuovo nome di Tokyo: capitale orientale. Viene considerata una delle più affascinanti metropoli del pianeta, poiché qui le tradizioni dei secoli passati coesistono con gli elementi in continua evoluzione della cultura urbana più moderna. L'area metropolitana della città ospita un quarto della popolazione giapponese con 12 milioni di abitanti, ma vanta un sistema di trasporto pubblico altamente sviluppato e straordinariamente efficiente che consente una mobilità incredibile per una densità tale. Le sue avveniristiche architetture la fanno assomigliare ad una novella New York in costante trasformazione dove però le parole chiave sono efficienza, sicurezza e cortesia. È così inusuale per un occidentale muoversi liberamente in una città straniera senza l'ansia di dover badare al proprio portafogli, dove è sufficiente dispiegare una mappa della città per essere attorniata da qualche giapponese che gentilmente offre la sua assistenza!

La guida Lonely Planet™ include Tokyo tra i 1000 luoghi del mondo che meritano di essere visitati almeno una volta nella vita.

4° giorno, domenica 3 marzo 2019: Maratona di Tokyo

Mezza pensione con cena. Intera giornata libera per assistere o partecipare alle gare. Cena e pernottamento in hotel.

5° giorno, lunedì 4 marzo 2019: Tokyo > Nikko > Tokyo

Mezza pensione con pranzo. Dopo la prima colazione in hotel, partenza con bus privato per Nikko (150 km, 1h55'), centro religioso e Patrimonio dell'Umanità dell'UNESCO. La città si trova in un'area montuosa di rara bellezza. Il complesso templare, molto articolato e di grande ricchezza decorativa, si trova immerso in boschi secolari che conferiscono al sito un'aura mistica molto suggestiva. Visita al complesso templare che ospita il Santuario Toshogu e il mausoleo del fondatore dello shogunato di Tokugawa. Visita ai templi Taiyu-in e Futarasan. Pranzo in ristorante locale. Stop fotografico al ponte rosso Shinkyu e rientro a Tokyo in serata. Cena libera e pernottamento in hotel.

 **Nikko.** Alle porte di Tokyo si trova questa perla di tradizione nipponica, protetta da una natura rigogliosa. Per la sua importanza culturale, artistica e naturale, venne dichiarata dall'UNESCO Patrimonio Mondiale nel 1999, e classificato dal governo nipponico Tesoro nazionale e Importante patrimonio culturale. Oltre al complesso di santuari, è possibile visitare il ponte di Shinkyu o "Ponte Sacro" sopra il fiume Daiya.

6° giorno, martedì 5 marzo 2019: Tokyo > Hakone > Mishima > Kyoto

Mezza pensione con pranzo. Dopo la prima colazione continentale in hotel, trasferimento in bus privato ad Hakone (95 km, 1h30'). Salita sulla funivia che risale le pareti della valle; dall'alto si ha una vista sulla zona chiamata Owakudani, la "grande valle bollente", un'area formatasi durante un'eruzione circa 3000 anni fa, caratterizzata da vapori sulfurei e sorgenti d'acqua calda. A seguire crociera panoramica sul lago Ashinoko. Pranzo in ristorante locale. Nel pomeriggio proseguimento per Kyoto, prendendo il famoso treno proiettile *shinkansen* dalla stazione di Mishima (350 km, 2h). Arrivo a Kyoto in serata e sistemazione in hotel. Cena libera.


I vostri bagagli verranno spediti direttamente a Kyoto (1 bagaglio a testa). Si raccomanda di preparare un bagaglio a mano per la giornata (borsa, zaino, trolley... non ci sono limitazioni di peso/dimensione solo si consideri gli spazi limitati dei bagagliai treni).

Hakone si affaccia sulle rive del Lago Ashi, noto perché dalle sue rive è possibile ammirare il Monte Fuji, il vulcano più famoso dell'arcipelago giapponese. Seguendo le rive del lago, si arriva al Santuario shintoista Hakone Jinja, fondato nel 757, si fronte al quale spicca il cancello (torii) rosso, sulle acque del lago. L'atmosfera attorno a questo luogo è molto affascinante, il santuario si trova infatti praticamente in mezzo ad una foresta sullo sfondo del Fujisan, spesso ammantato dalle nubi.

Shinkansen. Il Giappone fu il primo paese a costruire delle linee ferroviarie interamente dedicate all'alta velocità, opera che si rese necessaria data la particolare conformazione del territorio giapponese, ricco di montagne. Il Paese era sempre stato caratterizzato da una rete composta da tante piccole linee collegate tra loro, più agevoli dal punto di vista logistico ma incapaci di fornire alte prestazioni in termini di velocità. Negli anni successivi alla fine della guerra, il Giappone era alle prese con grossi problemi dovuti alla ricostruzione e il progetto dei treni proiettile venne accantonato, fino alla fine degli anni quaranta quando il boom economico portò il ministro delle ferrovie a riconsiderarlo. Il Tōkaidō Shinkansen entrò in servizio il 1° ottobre 1964, pochi giorni prima dell'inizio delle Olimpiadi di Tokyo, e progetti per l'espansione della rete sono ancora in corso ad oggi.

7° giorno, mercoledì 6 marzo 2019: Kyoto

Mezza pensione con pranzo. Dopo la prima colazione in hotel, partenza per l'intera giornata dedicata alla visita guidata della città, la Firenze del Giappone, miracolosamente scampata alle devastazioni dell'ultima guerra mondiale. Qui si trova il 20% dei tesori nazionali del Paese, tra cui 17 siti dichiarati dall'UNESCO Patrimonio dell'Umanità e più di 1800 templi risalenti alle varie epoche. Visita dei siti più significativi: il Kinkakuji, Padiglione d'Oro, e il suo bel giardino in stile giapponese, il Castello di Nijo, famoso per il pavimento in legno detto "dell'usignolo". Pranzo in ristorante locale. Proseguimento delle visite con il tempo dedicato alle 1001 manifestazioni della dea Kannon, il Sanjusangendou, e del tempio buddista Kiyomizudera. Rientro in hotel con bus privato. Cena libera.


 **Kyoto.** Nel 794 era la capitale del Giappone, Heian-kyo, a fasi alterne è stata centro politico alternandosi al potere con Nara, prima che Tokyo diventasse a tutti gli effetti la capitale. L'Higashi Hongan Ji, è uno dei più famosi templi costruito dopo lo scisma provocato in seno alla scuola buddista Jodo Shin-shu. A sud-est si trova il Nanzen-ji, uno dei templi più belli di Kyoto circondato da numerosi tempietti minori e giardini zen; costruito per essere la residenza dell'imperatore Kakeyama, è diventato un tempio dopo la sua morte nel 1291. La città mantiene ancora oggi il fascino classico del Sol Levante, particolarmente nel quartiere di Gion, che ha ispirato anche il film "memorie di una geisha" dove ancora oggi tra i suoi vicoli angusti e le casette in legno è possibile rivivere l'atmosfera dell'antico Giappone e scorgere le ragazze in kimono e trucco tradizionale.

Agli appassionati di fumetti giapponesi consigliamo la visita del Manga International Museum il santuario dei manga che vanta la collezione più completa al mondo (150.000 fumetti).

La guida Lonely Planet™ include Kyoto tra i 1000 luoghi del mondo che meritano di essere visitati almeno una volta nella vita.

8° giorno, giovedì 7 marzo 2019: Kyoto > Nara > Kyoto

Mezza pensione con pranzo. Dopo la prima colazione in hotel, partenza con bus privato a Nara per la visita (43 km, 1h20'). Nara è universalmente famosa per i bei parchi che circondano il suo complesso templare. Nara-koen è stato realizzato nel 1880 e, ad oggi, all'interno ospita una popolazione di 1200 cervi molto docili e molto interessati ai biscotti che i turisti acquistano dai venditori locali. Prima del buddismo erano considerati i messaggeri degli dei, e oggi sono considerati Tesoro Nazionale. L'attrazione principale è il tempio di Todaiji che ospita la statua del Grande Buddha, la più grande in Giappone. Visita al Grande Santuario shintoista Kasuga. Pranzo in ristorante locale. Nel pomeriggio, sulla strada per il rientro a Kyoto, visita al tempio shintoista di Fushimi Inari, famoso per le moltissime porte rosse donate come ex voto da privati ed aziende. Cena libera e pernottamento in hotel.

 **Nara** è stata la prima capitale del Giappone, e conta otto siti l'UNESCO, qui si trova infatti il più grande Daibutsu-den, Grande Buddha, del mondo, risalente al 746, alto più di 16 metri e realizzato in bronzo e oro. Raffigurante il Dainichi Buddha, il Buddha cosmico antecedente a tutte le epoche e ai Buddha rivelatesi nella storia è immerso nel bosco e preceduto da migliaia di lanterne votive in pietra. Vicino si trova il santuario shintoista Kasuga, gestito da monache, indimenticabile per la brillantezza dei suoi colori e per le innumerevoli lanterne rosse.

9° giorno, venerdì 8 marzo 2019: Kyoto > (Dubai)

Prima colazione in hotel. Intera giornata a disposizione per visite libere di Kyoto. Consigliamo il Padiglione d'Argento Ginkaku-ji, da dove parte la cosiddetta passeggiata del filosofo "Tetsugaku-no-michi", che si estende per circa 2 Km costeggiando il canale. In serata, trasferimento con bus riservato e guida locale parlante italiano all'aeroporto di Osaka in tempo utile per l'imbarco sul volo di linea Emirates EK 317 delle 23h35 diretto a Dubai.

10° giorno, sabato 9 marzo 2019: Dubai > Milano

Pasti e pernottamenti a bordo. Arrivo previsto a Dubai alle 05h54 e coincidenza con il volo di linea Emirates EK 205 delle 09h10 diretto a Milano Malpensa. Arrivo previsto alle 13h10.

QUOTA INDIVIDUALE DI PARTECIPAZIONE**BASE 15 PERSONE € 2600****BASE 10 PERSONE € 3000****SUPPLEMENTO CAMERA SINGOLA € 320**

**Tasse aeroportuali e sovrapprezzo carburante (fuel surcharge) sono inclusi,
ma sono indipendenti dalla nostra politica commerciale e possono aumentare senza preavviso
cambio applicato 1 € = 130 YEN*

QUOTA DI ISCRIZIONE € 50**Le quote comprendono:**

- ✓ Voli di linea Emirates Milano / Dubai / Tokyo // Kyoto / Dubai / Milano;
- ✓ Tasse aeroportuali (€ 70) aggiornate al 7 agosto 2018;
- ✓ sistemazione in hotel quotati o similari;
- ✓ trattamento di mezza pensione come da programma;
- ✓ trasferimenti in pullman privato GT come da programma;
- ✓ trasferimenti in treno veloce dove indicato in programma;
- ✓ ingressi ai siti in programma;

- ✓ guida parlante italiano a disposizione per tutto il tour;
- ✓ assicurazione sanitaria (massimale € 5.000) e bagaglio (massimale € 750);
- ✓ assicurazione RC Tour Operator Grandi Rischi (massimale € 33,5 milioni).

Le quote non comprendono:

- * iscrizione alla maratona o alle altre gare;
- * pasti non specificati;
- * bevande;
- * mance e facchinaggi;
- * tutto quanto non espressamente indicato alla voce la quota comprende.

Iscrizione maratona (prezzi per persona):

MARATONA 42Km	10 Km
12800 Yen (circa 100 €)	6700 Yen (circa 50 €)

Assicurazioni facoltative:

- ☐ assicurazione annullamento viaggio:
 - + 87 € fino a 3.000 € di spesa
 - + 99 € fino a 3.500 € di spesa
 - + 115 € fino a 4.000 € di spesa

In caso di sottoscrizione dell'assicurazione facoltativa AXA F30 contro i rischi di annullamento del viaggio, le coperture per spese mediche sono aumentate a 30.000 € per i viaggi extraeuropei.

La sottoscrizione della polizza contro l'annullamento del viaggio dovrà essere richiesta contestualmente al versamento del primo acconto di iscrizione con accettazione scritta di ricezione e presa visione delle condizioni di polizza, con particolare riferimento al comma C3 (esclusioni).

Operativi aerei (non sono state effettuate prenotazioni):

✈ EK 206	Milano Malpensa	Dubai	13h40	22h45	6h05'
✈ EK 318	Dubai	Tokyo	02h55	17h20	9h25'
✈ EK 317	Kyoto	Dubai	23h35	05h45 del giorno seguente	11h10'
✈ EK 205	Dubai	Milano Malpensa	09h10	13h10	7h00'

Hotel quotati (o similari):

- 📍 Tokyo Sunshine City Prince *** ●●●●
- 📍 Kyoto The Royal Park Hotel Kyoto Sanjo *** ●●●●●

Documenti necessari per i cittadini italiani adulti e minori:

- 📄 Passaporto con validità minima residua di 6 mesi dalla data prevista di rientro.
- 📄 Dal 26 giugno 2012 non sono più ritenute valide le iscrizioni di minori sul passaporto di un adulto accompagnatore. Il passaporto attestante l'iscrizione di un minore resta comunque valido, solo ed esclusivamente per il titolare adulto, fino alla data di scadenza.
- 📄 Dal 26 giugno 2012 i minori che dovessero presentarsi alla partenza senza i documenti di espatrio individuali non saranno accettati.
- 📄 Travel Design Studio non è responsabile del negato imbarco a causa di documenti personali non validi per l'espatrio.

Note:

- 🕒 *Le distanze e i tempi di percorrenza riportati nel programma sono desunti da siti di mappe elettroniche e sono forniti, come le descrizioni delle località, a titolo puramente indicativo; la sequenza delle visite è da ritenersi orientativa e le visite previste possono non includere alcuni dei siti o dei monumenti descritti, in dipendenza degli orari e dei giorni di accessibilità stagionali e del tempo effettivamente a disposizione.*
- 🕒 *Le tariffe aeree di gruppo non danno diritto alla preassegnazione dei posti a bordo, né all'emissione anticipata delle carte di imbarco. Le nostre hostess e il nostro personale d'agenzia si adopereranno, in collaborazione con la compagnia aerea e nei limiti del possibile, per favorire una sistemazione a bordo che mantenga il gruppo unito. Potrà essere tuttavia possibile che la compagnia aerea richieda un supplemento per questo servizio. L'assegnazione di posti particolari individuali è a totale discrezione della compagnia aerea, che per alcuni di essi può richiedere un supplemento. Le regole dell'aeronautica civile prevedono che i posti antistanti le uscite d'emergenza possano essere assegnati solo a passeggeri adulti in buone condizioni di salute e che parlano fluentemente inglese.*
- 🕒 *Alcuni nomi di località e altri nomi citati nel programma sono traslitterati in lettere latine a partire dall'originale giapponese. La traslitterazione dei nomi locali in caratteri latini è di tipo fonetico, per questo il medesimo vocabolo può essere ritrovato scritto in caratteri latini in forme diverse tra loro.*
- 🕒 *Per gli alberghi sono riportati, se disponibili, la classificazione ufficiale e, con i pallini verdi, il giudizio assegnato dal sito Tripadvisor®, rilevato alla data del presente preventivo.*
- 🕒 *I partecipanti al viaggio dovranno sottoscrivere il contratto di viaggio al momento dell'iscrizione, per accettazione dei contenuti e dei termini contrattuali, così come richiesto dalle normative vigenti.*

➔ Rif. 2770.1 BER



Patrimoni dell'Umanità UNESCO (World Heritage)

La Convenzione sul Patrimonio dell'Umanità, adottata dalla Conferenza generale dell'UNESCO il 16 novembre 1972, ha lo scopo di identificare e mantenere la lista di quei siti che rappresentano delle particolarità di eccezionale importanza da un punto di vista culturale o naturale e possiedono valore di universalità, unicità e insostituibilità.

Al 20 luglio 2016, la lista include 1.052 siti in 165 paesi dei 190 che hanno ratificato la Convenzione.



Lonely Planet's 1000 Ultimate Sights (Luoghi da vedere)

Sono almeno 1000 i luoghi del mondo che meritano almeno una visita secondo le guide turistiche Lonely Planet™: per ognuna di cento aree di interesse diverse le dieci migliori, le più romantiche, le più avventurose, le più esotiche mete da visitare.

