



# Ladakh – La terra dei grandi passi

Viaggio in India del Nord - dal 27 luglio al 6 agosto 2019

Un'esperienza di viaggio pensata da Gemma per conoscere il Ladakh, considerato uno dei gioielli dell'India buddista e soprannominato «il piccolo Tibet».

Situato in India del Nord, il Ladakh si trova in alta montagna: è la terra dei mille Buddha dallo sguardo intenso e pacifico, la terra degli yogin leggendari, dei monasteri, delle preghiere di stoffa colorata, delle voci dei bambini, del canto dei monaci, dell'eco dei mantra e, soprattutto, del sorriso di tutti i suoi abitanti - sullo sfondo di un paesaggio mozzafiato, dai colori limpidi e luminosi.

*Tariffe convenienti per i voli si esauriscono molto presto. Si consiglia di prenotarsi in tempo.*

**Per informazioni e il programma contattare**

Gemma D'Alessandro

Email [gemma.corsiyoga@gmail.com](mailto:gemma.corsiyoga@gmail.com)

**Comfort:** Viaggio su misura, curato per un piccolo gruppo (max 8 persone) – sistemazione nelle migliori strutture e spostamenti con autista privato e guida locale

**Cultura:** la visita dei monasteri e dei luoghi più suggestivi della regione, ogni tappa si inserisce in un percorso di conoscenza guidato da Gemma

**Yoga e natura:** momenti quotidiani per pratica yoga e meditazione

**Gemma D'Alessandro** è insegnante di yoga e viaggiatrice instancabile dell'India. Studiosa di cultura indiana, si reca regolarmente in India da oltre dieci anni, attratta dalla sua gente e dalle sue tradizioni. Dalla storia dell'arte alle antiche discipline di cura del corpo e della mente, lo yoga e le pratiche meditative sono all'origine del legame di Gemma con l'India, quindi parte integrante di questa proposta di viaggio.

**Quota di partecipazione 1.170€ + volo, visto e assicurazione**