



BUTÃO PLENO

PARO - TIMPHU - PUNAKHA

GANGTEY - TRONGSA - BUMTHANG

UMA IMERSÃO INESQUECÍVEL

16 DIAS E 15 NOITES

COM MARCOS AQUINO

20/10 a 04/11 de novembro de 2026

ROTEIRO SIMPLIFICADO

Dia 1 - 20/10 - Kathmandu

Dia 2 - 21/10 - Kathmandu/ Paro/ Timpbu

Dia 3 - 22/10 - Timpbu

Dia 4 - 23/10 - Timpbu/ Punakha

Dia 5 - 24/10 - Punakha

Dia 6 - 25/10 - Punakha/ Gangtey

Dia 7 - 26/10 - Gangtey/ Trongsa

Dia 8 - 27/10 - Trongsa/ Bumthang

Dia 9 - 28/10 - Bumthang

Dia 10 - 29/10 - Bumthang

Dia 11 - 30/10 - Bumthang/ Paro

Dia 12 - 31/10 - Paro

Dia 13 - 01/11 - Paro

Dia 14 - 02/11 - Paro/ Kathmandu

Dia 15 - 03/11 - Kathmandu/ Istambul

Dia 16 - 04/11 - Istambul/ São Paulo



MARCOS AQUINO

Professor de Yoga há 25 anos, é diplomado pelo Instituto de Kaivalyadhama (Índia) e fundador do YOGABAHIA, escola de Yoga estabelecida em Salvador desde 1999. Atualmente é o Presidente da Associação Brasileira de Yoga (ABY).

Coordenador de cursos de formação em Yoga e autor dos livros "Guia Ilustrado de asanas (Editora Svarupa)." e "A respiração nas técnicas do Yoga (Editora Svarupa). Idealizador do Festival de Yoga Salvador, evento anual que acontece desde 2010 e que reúne centenas de participantes de todo o Brasil.

Organizador de viagens para a Índia, Nepal e Butão tendo realizado, até o momento, 31 grupos de viagens para esses locais guiando e orientando pessoas interessadas em conhecer a cultural oriental.

ROTEIRO DETALHADO

A PARTIR DA CHEGADA EM KATHMANDU

1º dia - 20/10/26

CHEGADA EM KATHMANDU

Dia que o grupo chegará em Kathmandu. Marcos receberá o grupo no aeroporto e faremos o traslado para o Hotel e descanso. Pela noite jantar com o grupo em restaurante típico nepalês.

2º dia - 21/10/26

KATHMANDU/PARO/ TIMPHU (BUTÃO)

Viajaremos pela manhã para Paro/Butão (Duração do voo: 1h). Durante o voo, **se a visibilidade permitir**, poderemos avistar a imponente cordilheira dos himalaia. Ao chegar em Paro, os nossos guias locais nos recepcionarão e nos levarão de carro para Thimphu (57km) onde nos acomodaremos. Fim da tarde livre para conhecer melhor a cidade. Pela noite, teremos um jantar de confraternização para experimentar a gastronomia local, celebrando o nosso primeiro dia neste país incrível.

3º dia - 22/10/26

Após o café da manhã, sairemos para visitar pontos turísticos em Timphu. No final da tarde teremos uma palestra sobre o Programa de Felicidade Interna Bruta com um representante oficial do projeto no país.

4º dia - 23/10/26

TIMPHU/ PUNAKHA

Após o café da manhã, visitaremos Duchula (3000 metros de altitude), um lugar sagrado para os budistas com suas 108 estupas (estruturas que são usadas para orações). Depois, seguiremos para Punakha (72 km/ 3h de viagem de ônibus, com paradas) onde passaremos por belíssimas áreas rurais. Ao chegar em Punakha, iremos direto para o Hotel. Teremos prática de Yoga no final da tarde curtindo o silêncio marcante e as lindas paisagens da região.

5º dia - 24/10/26

PUNAKHA

Após o café da manhã, sairemos para visitar pontos interessantes em Punakha (destacaremos posteriormente as atividades), entre eles, o Punakha Dzong. No final do dia, faremos uma meditação em grupo.

6º dia - 25/10/26

PUNAKHA/ GANGTEY

Após o café, viajaremos para Gangtey (3 horas de ônibus com paradas). Ao chegar, nos acomodaremos no hotel e sairemos pela tarde para fazer uma caminhada contemplando as lindas paisagens deste vale e visitar um antigo monastério local e os monges que ali vivem.

7º dia - 26/10/26

GANGTEY/ TRONGSA

Após o café, sairemos de carro para Trongsa onde teremos uma experiência exclusiva que normalmente não é oferecida por outras agências. Nos acomodaremos na casa de uma família local e poderemos nos aproximar bastante da realidade da vida dos moradores do Butão em um local distante da capital.

8º, 9º e 10º dias - 27, 28 e 29/10/26

TRONGSA/ BUMTHANG

Bumthang é considerada o coração religioso do Butão e famosa pela sua beleza exuberante. Nos 3 dias que ficaremos lá, realizaremos vários passeios por locais importantes da região e teremos atividades diversificadas aproveitando o melhor da reunião (Informaremos em breve as diversas atividades que estamos preparando exclusivamente para o grupo, entre estas: caminhadas, visitas aos templos, gastronomia local, aulas de meditação etc.)

11º dia - 30/10/26

BHUMTHANG - PARO

Viajaremos de volta para Paro de avião (tempo de voo: 30 minutos) . Ao chegar em Paro, teremos o dia livre para curtir a cidade e nos prepararmos para a subida ao Tiger Nest.

12º dia - 31/10/26

PARO

Acordaremos cedo e após o café da manhã iniciaremos um dos passeios mais incríveis do Butão, a subida para o Monastério Taktsang/ Tigers Nest (O ninho do tigre) encravado numa elevada montanha. Almoçaremos na volta em restaurante local. Previsão de término da atividade por volta das 17h. Final da tarde e noite livres para passeios e massagens. Importante: A subida a pé exige razoável preparo físico. A caminhada até o topo tem a duração média de 3 horas e a descida aproximadamente o mesmo tempo.

13º dia - 01/11/26

PARO

Manhã e tarde livres em Paro para compras, descanso, contemplação e massagens. Final da tarde, jantar de confraternização com o grupo.

14º dia - 02/11/26

PARO/KATHMANDU

Pela manhã, voaremos para Kathmandu (duração do voo: 1h) . Ao chegar, nos acomodaremos no mesmo hotel, na região de em Boudhnath e teremos a tarde livre para desfrutar livremente da reunião.

15º dia - 03/11/26

KATHMANDU - ISTAMBUL

Voaremos para Istambul e, ao chegar, nos acomodaremos em hotel próximo ao aeroporto. Dormiremos em Istambul.

16º dia - 04/11/26

ISTAMBUL/SÃO PAULO

Voaremos para São Paulo com chegada prevista para tarde do mesmo dia.

PARTE TERRESTRE

PREÇO EM USD : USD6.350,00

PREÇO EM REAIS EM 01/05/226: R\$35.052,00(Dólar turismo = R\$5,25)

FORMA DE PAGAMENTO:

Entrada de USD1.350,00 + 4 x USD1250,00 (Consulte outras formas de pagamento)

A PARTE TERRESTRE INCLUI

- **15** noites de hospedagem em quarto duplo em hotéis mencionados (ou similares) com café da manhã em todos os hotéis (com exceção em Istambul) e banheiro privativo. Para quarto individual, acrescentar **USD1.680,00**.

Atenção: Apenas na noite em Gangtey os banheiros são coletivos externos aos quartos

- 01 passagem aérea em classe econômica voando DRUKAIR no trecho Bumthang/ paro
- Pensão completa em todos os dias no Butão com café da manhã, almoço e jantar incluídos.
- Traslados de chegada e saída conforme mencionado na programação em veículo privativo com ar condicionado no Nepal e Butão.
- Guias locais durante os passeios no Nepal e Butão.
- Ingressos para todas as atrações turísticas citadas na programação no Nepal e Butão.
- Gorjetas para guias, motoristas e assistentes.
- Seguro de viagem **GTA FULL (USD75.000,00)** pelo período de viagem desde a saída até a chegada - Coberturas e valores válidos para passageiros até 64 anos. Acima desta faixa etária, consultar sobre diferença de valores e/ou redução de coberturas.
- Acompanhamento de Marcos Aquino por toda a viagem a partir da chegada no Nepal até o embarque de volta no mesmo aeroporto.
- Serviço de despachante para conferência de documentos para enviar ao Butão.
- Visto de entrada no Butão.

A PARTE TERRESTRE NÃO INCLUI

- Passagem aérea internacional nos trechos **KATHMANDU (NEPAL) - PARO (BUTÃO) KATHMANDU (NEPAL)** cotado a parte voando DRUK AIR.
- Passagem aérea internacional nos trechos **ISTAMBUL - KATHMANDU (NEPAL) - SÃO PAULO** cotado a parte voando **TURKISH AIRWAYS** ou similar.
- Taxa consular (em torno de USD30,00 para entrada no Nepal pagos diretamente na imigração na chegada do grupo) Alimentação não mencionada no roteiro
- Café da manhã no hotel em Istambul na volta
- Extra de ordem pessoal como telefonemas, lavanderia, gorjetas em geral e etc...
- O que não estiver especificado como incluído.

PASSAGENS AÉREAS INTERNACIONAIS

PASSAGEM INTERNACIONAL 1

SÃO PAULO / ISTAMBUL / KATHMANDU/ISTAMBUL/ SÃO PAULO (TURKISH AIRWAYS)

Valor previsto: USD2.350,00 (em até 5x no cartão de crédito) . Emissão prevista para maio de 2026.

PASSAGEM INTERNACIONAL 2

KATHMANDU/PARO (BUTÃO)/ KATHMANDU

Valor previsto: USD640,00 (à vista). Emissão prevista para junho de 2026.

IMPORTANTE: Após a emissão do bilhete aéreo, remarcações e cancelamentos estão sujeitos à política de cancelamento das companhia aéreas.

VISTOS E PASSAPORTES

BUTÃO

O custo com despachante + taxa consular já incluso na Parte Terrestre. O visto para o Butão será providenciado através do nosso operador do Butão que são associados às agências credenciadas butanesas.

NEPAL

A taxa consular custa em torno de USD 30,00 (trinta dólares) e deverá ser paga em espécie na imigração em Kathmandu. O viajante deverá levar o valor trocado para facilitar o pagamento.

CONFIRA A VALIDADE DO SEU PASSAPORTE

Confira a validade do seu passaporte e a disponibilidade de folhas em branco. É necessário que o passaporte seja válido pelo menos até ABRIL/2027.

FALE CONOSCO

MARCOS AQUINO (YOGABAHIA) - 71 98101- 6115
MARCIA ROSA - (FLYTOUR) 71 98851-5048