

## GIAPPONE: Indimenticabile altrove

**Tradizione, modernità e spiritualità da Osaka a Kyoto, da Hiroshima a Nara.  
Ed infine Tokyo...**

**Viaggio di gruppo, ID949-23**

**Durata: 19 giorni/17 notti**

### IL FASCINO DEL VIAGGIO

Il **Giappone** è l'altrove per antonomasia: è un Paese di tali diversità e di così tante sfaccettature, che visitandolo e cercando di conoscerlo almeno in parte, vivrete l'essenza del viaggio, il valore delle differenze, la bellezza dell'armonia e della nostalgia, che anche nella modernità più frenetica permeano ogni cosa. Abbiamo scelto il Giappone tradizionale, pur non rinunciando ad esplorare le grandi città: da **Osaka** ad **Hiroshima**, dalla metropoli moderna alla ricostruzione eroica e coraggiosa di un'intera città, simbolo degli orrori della guerra, passando per **Kyoto** dai mille templi e dalla secolare cultura; **Kobe**, città portuale di grande importanza, avamposto dei rapporti con l'Occidente in un periodo di chiusura con il mondo esterno; **Himeji** ed uno dei castelli feudali meglio conservati del paese. E poi **Naoshima**, un tuffo nell'arte contemporanea in un contesto naturalistico meraviglioso; **Miyajima** per poter godere delle bellezze di questa piccola isola con il suo torii in mezzo al mare; **Nara**, prima capitale del Giappone con il **Todaiji**, la costruzione di legno più grande al mondo con il **Grande Buddha** alto 14 metri. La storia ed il viaggio proseguono a **Tokyo**, capitale del Giappone **moderna e sorprendente per la sua efficienza**. Modernissima, eppure molto tradizionale e profondamente spirituale: un mix tipico giapponese!

### PLUS SOLIDALE

In un'epoca segnata da una nuova escalation del pericolo di un conflitto nucleare, risulta ancor più significativo visitare il Paese che per primo già settant'anni fa dovette confrontarsi con l'orrore della bomba atomica: a Hiroshima presteremo dunque grande attenzione alla tragedia della città colpita il 6 agosto 1945 e rifletteremo sull'oggi attraverso le testimonianze e le memorie raccontate nel **Peace Memorial Museum** e nel **Peace Memorial Park**.

A **Nara visiteremo il Todaiji Ryoiku Byoin, un ospedale per bambini e adolescenti con gravi handicap** che qui trovano assistenza e cura secondo la filosofia buddhista dell'accettazione. La struttura, si avvale solo in parte di finanziamenti statali.

**Hands On Tokyo** è un'associazione non profit dell'area metropolitana che si occupa di formare volontari giapponesi e stranieri che, con regolare certificato del Governo Metropolitano di Tokyo, operano a beneficio di innumerevoli ambiti: per assistere persone disabili, bambini con bisogni speciali, persone anziane, per promuovere attività a favore dell'ambiente. È un progetto nato nel 2006, ed ha un grande impatto in una società che assiste, ma che lascia

anche soli. Il lavoro di Hands on Tokyo aiuta anche i volontari stessi ad inserirsi in circuiti virtuosi.

Le quote di solidarietà del viaggio vanno a sostenere Il Todaiji Ryoiku Byoin e Hands on Tokyo.

## PROGRAMMA

### 1° Giorno: Partenza dall'Italia

Partenza dall'Italia, notte in volo.

### 2° Giorno: Arrivo a Osaka

Arrivo al Kansai International Airport situato su un'isola artificiale a 50 km a sud della città di Osaka. L'aeroporto, progettato da Renzo Piano ed inaugurato nel 1994, è il primo approccio con la modernità del Giappone.

In aeroporto dopo aver ritirato in aeroporto il Japan Rail Pass e acquistato l'abbonamento ICOCA (a carico di ognuno), ci si recherà in albergo con un transfer privato.

Osaka, città principale della regione del Kansai, è nucleo del distretto metropolitano detto Keihanshin che comprende anche Kyoto e Kobe, secondo solo a Tokyo per numero di abitanti. Osaka inoltre è famosa per la pullulante vita notturna e per le prelibatezze della sua cucina.

Dopo il check-in, per chi lo desidera, faremo una passeggiata di acclimatamento prima del meritato riposo.

Cena libera.

### 3° Giorno: Osaka - Kyoto

Dopo la prima colazione ed il check-out, lasciando le valigie in albergo, si visiterà il **castello di Osaka**, che ha origine nel XVI secolo. Osakajo fu distrutto e ricostruito più volte, l'ultima nel secondo dopoguerra; oggi è uno dei simboli più conosciuti della città. Salendo fino all'ultimo piano panoramico, le sale museali offrono un interessante spaccato della vita del periodo dello shogunato e del daimyo (signore feudale) Toyotomi Hideyoshi, che volle eleggere qui la sua residenza dopo avere contribuito alla riunificazione del paese.

Nel pomeriggio, visita al **santuario shintoista Sumiyoshi Taisha**, con la sua architettura chiamata "Sumiyoshi zukuri", sede delle divinità protettrici della navigazione, delle arti marziali e della poesia tradizionale giapponese detta *waka*. Si proseguirà, dopo avere recuperato i bagagli, con il trasferimento a Kyoto e la sistemazione in albergo.

### 4° Giorno: Kyoto

Kyoto è una meta imperdibile per chi visita il Giappone. Capitale nel periodo storico detto Heian (dal nome antico della città, 794-1185 d.C.), culla del fermento culturale del paese, che resterà tale anche dopo lo spostamento della capitale a Kamakura, sede spirituale dove le scuole buddhiste provenienti dalla Cina si fondono con la spiritualità autoctona, dando origine ad una religiosità unica ed originale, che ancora oggi caratterizza il paese. Visiteremo il santuario shintoista **Fushimi Inari Taisha** salendo sulla collina omonima (che i giapponesi chiamano montagna) con 1 ora e mezza di facile cammino attraverso i torii rossi che seguono tutto il percorso; nel primo pomeriggio, dopo il pranzo libero, visiteremo il **tempio zen Tofuku ji**, con i suoi meravigliosi giardini e la San mon, la più antica porta di accesso ad un tempio zen del Giappone.

In seguito, ci trasferiremo con i mezzi **nella zona centrale della città tra Sanjodori e Shijodori** e raggiungeremo il **mercato alimentare Nishiki**: da qui il resto della giornata sarà libero.

### 5° Giorno: Kyoto

Di mattina presto per evitare l'affollamento costante, si visiterà il **Kinkakuji, famosissimo Padiglione d'Oro, uno dei simboli più conosciuti e fotografati della città**. Costruito nel 1397 per essere la residenza dello shogun Ashikaga Yoshi, divenne in seguito tempio buddhista per opera del figlio. Il Padiglione che si specchia nel lago, una passeggiata nei giardini zen sono un'imperdibile tappa per chi visita Kyoto per la prima volta.

Ci si sposterà poi con l'autobus verso il **complesso di templi buddhisti Daitokuji**, una "città di templi nella città": Intorno al principale Daitoku ji infatti si trovano 22 templi secondari, alcuni dei quali aperti al pubblico occasionalmente. Se ne visiteranno 2 concedendosi il tempo per ammirarne le bellezze uniche.

Dopo il pranzo, ci si sposterà nel quartiere di **Gion**, per una passeggiata per vedere le stradine (il cui accesso è vietato da aprile 2024 per difendere luoghi privati dall'invasione del turismo di massa) fiancheggiate dalle *machiya*. Gion è noto per essere il quartiere i cui locali sono frequentati dalle geishe, e dove si trovano anche le *okiya*, vere e proprie scuole che formano per 5 anni le *maiko*, apprendiste *geishe* in un'arte complessa e poliedrica dell'accoglienza e dell'intrattenimento.

La sera è libera.

### 6° Giorno: Kyoto – Kobe – Kyoto

Trasferimento in treno nella città di Kobe. Colpita dal Grande terremoto del 1995 che causò circa 6000 vittime e che motivò la ricostruzione del porto, storicamente uno dei principali porti del paese, avamposto dell'apertura all'Occidente nel 1868, ne conserva le testimonianze nel **quartiere Kitano**, che visiteremo liberamente passeggiando per le vie. Ognuno potrà scegliere se e quali case visitare: sarà un'esperienza bizzarra e unica vedere un pezzo di Europa in un mondo così lontano. Si passerà dal santuario shintoista Tenman e successivamente saliremo con la funicolare per godere della visita della città e visitare il **giardino Nunobiki Habu Koen**, con le sue meravigliose serre e giardini di erbe, fiori e profumi a cielo aperto: i più grandi del Giappone!

Dopo il pranzo ci trasferiremo nel quartiere dei **produttori di sake**, dove avremo modo di visitare uno stabilimento per capire i processi di lavorazione di questa bevanda poco conosciuta, e godere di una piccola degustazione.

Concluderemo con una passeggiata nella **vivace zona portuale** e rientreremo a Kyoto in prima serata.

### 7° Giorno: Kyoto – Himeji – Kyoto

Di prima mattina si prenderà lo *shinkansen* (treno giapponese ad alta velocità, esempio di eccellenza tecnologica, famoso in tutto il mondo) dalla stazione di Shin Osaka per Himeji, una piccola e deliziosa città nota per l'omonimo **castello**, uno dei più antichi e meglio conservati in Giappone (World Heritage Unesco). Qui, a differenza del castello di Osaka, sarà la parte strutturale e non quella museale ad avere il maggior

rilevo. **Accompagnati da guide volontarie impegnate nella tutela e nella salvaguardia del monumento** ci si immergerà nella storia del luogo ascoltando i loro racconti.

Dopo il castello, visita libera al **Koko en** per ammirare le ricostruzioni di **9 diversi giardini ispirati al periodo Edo (1603-1868)**. Il pranzo ed il pomeriggio sono liberi, il rientro a Kyoto è previsto per la seconda metà del pomeriggio.

### 8° Giorno: Kyoto-Hiroshima

Di prima mattina dopo il check-out e lasciando i bagagli in albergo, raggiungeremo l'imperdibile **tempio buddhista Kyomizudera**, World Heritage Unesco, uno dei più rinomati simboli della città. Lo visiteremo incuranti della folla che lo anima costantemente, ammirandone le bellezze architettoniche, la vista sulla città, la natura che lo circonda.

Passeggeremo nelle stradine **Sannenzaka e Ninenzaka** affollate di negozi tipici che offrono prelibatezze locali e degustazioni.

Nel primo pomeriggio dopo il pranzo libero ci trasferiremo ad Hiroshima con lo *shinkansen* dalla stazione di Shin Osaka. La città è, insieme a Nagasaki la città simbolo degli orrori della guerra e del pericolo atomico. Ma Hiroshima non è solo questo: è una piacevole città moderna di 1 milione di abitanti, con ampi viali, estesi parchi ed un castello. Check-in e resto della giornata libero.

### 9° Giorno: sabato: Hiroshima-Miyajima

Dopo la prima colazione dopo il check-out e lasciati i bagagli in albergo, incontreremo una guida turistica locale parlante italiano che ci porterà a visitare la città: ci parlerà della sua storia e della rinascita. Visiteremo il **Peace Memorial Park** entrando nel vivo della tragedia che ha colpito Hiroshima. Ascolteremo il racconto della guida, così attuale in un periodo come questo, di minaccia e recrudescenza del pericolo atomico.

Visiteremo il **Peace Memorial Museum**: un luogo solitamente affollatissimo, e che ognuno potrà percorrere con i propri tempi. Dopo il pranzo libero, passeggiata guidata in città.

Nel pomeriggio, dopo avere recuperati i bagagli **ci rechiamo nell'incantevole isola di Miyajima** dove è previsto il pernottamento in un **ryokan tradizionale, con cena in stile kaiseki**.

### 10° Giorno: Miyajima-Okayama

Ci sveglieremo presto e prima di colazione visiteremo il santuario shintoista **Itsukushima Jinja** prima che venga preso di assalto dai visitatori provenienti da Hiroshima. Il santuario ha origine intorno al 590 d.C. e fu ripreso ed ampliato più volte, fino al suo danneggiamento a causa del tifone nel 1325, che ne motivò la ristrutturazione in una pianta architettonica che resta ancora quella attuale. Composto di 37 ambienti nella parte interna e 19 nella parte esterna, che si affaccia sulla baia. Il santuario è stato visitato e venerato sin dai tempi più antichi, e resta **un'icona del Giappone contemporaneo**, uno dei luoghi più visitati. La zona intorno circostante è popolata di daini, che si avvicinano senza alcun timore. Consigliamo di ammirarli a distanza e di non dar da loro mangiare loro per non renderli insistenti ed aggressivi.

Dopo la colazione e lasciando i bagagli nel ryokan, ci si potrà dedicare ancora alla visita dell'isola; dopo avere visitato insieme tempio **Daisho in**, della scuola buddhista shingon la mattina ed il pranzo sono liberi,

Nel pomeriggio si lascia Miyajima per recarsi ad Okayama, dove è previsto il pernottamento.

### 11° Giorno: Okayama-Kurashiki-Okayama

Dopo la prima colazione ci recheremo in treno nella città di **Kurashiki**, dove incontreremo **una guida volontaria dell'associazione cittadina che tutela il patrimonio storico e culturale della città**: ci accompagnerà alla scoperta del suo **prezioso centro storico**. Un tempo Kurashiki era **crocevia strategico del commercio del riso**, che veniva conservato nei suoi innumerevoli magazzini (*kura*, da qui il nome della città) e trasportato lungo i suoi **canali**. Attraverso i racconti della guida volontaria, potremo vivere il fascino del periodo Edo (1603-1868): immaginare la vita negli anni in cui Tokyo era capitale, il potere effettivo detenuto dalla famiglia militare dei Tokugawa, mentre l'imperatore restava a Kyoto, ed il paese chiuso nell'isolamento pressoché totale dal mondo esterno per volere degli *shogun*.

Il pomeriggio, dopo il pranzo libero entreremo in **una antica casa di una famiglia di mercanti**, gli Ohashi, un tempo samurai, decaduti con la vittoria dei Tokugawa. Rientreremo ad Okayama per il resto del pomeriggio e la sera libera.

### 12° Giorno: Okayama – Nara

Dopo la prima colazione, trasferimento a **Nara**, dopo in shinkansen e treno locale di circa 2 ore e mezza.

Giunti in albergo, dopo il pranzo libero, ci si recherà in taxi (costo a carico di ognuno) nel **Centro Medico Todaiji Ryoiku Byoin** per bambini con gravi disabilità che **sosteniamo con la nostra donazione**. Questo luogo, nato secondo la filosofia buddhista dell'accettazione, cura ed offre attività ludiche, educative ed assistenza medica a bambini e ragazzi che soffrono gravi forme di disabilità o sono vittime di violenze familiari. Incontro con il personale medico ed i responsabili del centro per conoscere a fondo le varie attività.

Nel pomeriggio, dopo la visita, consigliamo nel tempo libero una passeggiata a Naramachi, centro storico della città. Un affascinante tuffo nel passato

### 13° Giorno : Nara

Incontro con una guida volontaria locale, membro di una **associazione che tutela e promuove i beni culturali di Nara**, prima capitale permanente del Giappone (710-785 D.C.). Insieme si visiteranno il parco di Nara, **il tempio Todaiji** la più grande costruzione in legno al mondo, entrando dalla porta Nandai mon protetta dai suoi possenti guardiani Nioi; e ancora, sempre nel perimetro del parco il tempio **Nigatsu do** e lo shintoista **Kasuga Taisha**.

Anche qui avremo la possibilità di incontrare i numerosissimi daini che girano liberamente nel parco: attenzione, sono un po' aggressivi, abituati come sono a mangiare dalle mani dell'uomo i biscotti di riso venduti dagli ambulanti. Consigliamo di astenerci per non eccitare l'aggressività di questi animali

Dopo il pranzo assisteremo alla **cerimonia tradizionale del tè** proposta dal centro visite di Nara, permettendoci anche di gustare questa prelibatezza. Ritorno in hotel e sera libera.

### 14° Giorno: Nara - Tokyo

Alla mattina sveglia, colazione e partenza per Tokyo, con treno locale e poi lo *shinkansen*. Il viaggio durerà circa 4 ore.

Una volta arrivati a Tokyo, check-in e visita pomeridiana del quartiere di Asakusa con il più antico tempio buddhista della città, il **Senso ji** (VII secolo), costruito **per custodire una statua del buddha Kannon, trovata da due pescatori nel fiume Sumida**. Per quanto i due cercassero di restituire la statua al fiume, questa tornava a loro: e così si decise di custodirla in un tempio in suo onore. Attraverso l'imponente porta **Kaminari mon**, e la strada

fiancheggiata da botteghe chiamata Namkamise dori, si raggiunge il tempio. A pochi minuti si trova un piccolo santuario shintoista, a sottolineare la coesistenza delle due religioni. Sera libera.

### 15° Giorno: Tokyo

Oggi dopo la prima colazione, visiteremo il **principale santuario Shintoista della città, Meiji Jingu**, nel quartiere di Harajuku. Costruito in origine nel 1915 in onore all'imperatore Meiji, si trova dentro un'oasi verde nel cuore della città; **visiteremo i giardini interni** voluti in onore della moglie dell'imperatore, ed il santuario con i suoi imponenti torii in legno di cipresso taiwanese.

Ci spostiamo poi a visitare lo Yoyogi National Stadium: costruzioni ancora oggi moderne ma che risalgono alle Olimpiadi di Tokyo del 1964, con la firma di Kenzo Tange. A Dopo pranzo ci spostiamo verso Takeshi Street e poi attraverso Omotesando, raggiungiamo **Shibuya**, dove vedremo l'incrocio più attraversato del mondo; da lì potremmo passeggiare in Center Gai, meta di migliaia di giovani giapponesi (e di turisti!) in cerca di un negozio tipico o di un caffè.

Nel pomeriggio, infine, **incontro con Hands on Tokyo che sosteniamo con la quota solidale.**

### 16° Giorno: Tokyo

Dopo la prima colazione, ci recheremo a visitare la zona di Ueno accompagnati da una guida turistica parlante italiano. Visiteremo il padiglione principale del **Tokyo National Museum**, che vanta **la più importante collezione d'arte giapponese al mondo.**

Dopo il pranzo libero passeremo nel parco ed andremo a visitare la zona di **Yanaka**, fatta di **case tradizionali** che danno l'idea di quella che era la vita nella Shitamachi (città bassa, la più popolare) del periodo Edo. Torneremo nel parco dove si trova il Toshogu, tempio eretto in onore di Tokugawa Yeyasu (sepolto a Nikko) e rimasto intatto nonostante le ripetute distruzioni; si può vedere a distanza il laghetto Shinobazu. Termineremo la visita a Tokyo salutandoci al **coloratissimo mercato multietnico Ameyoko**. Da qui il resto del pomeriggio e la sera sono liberi.

### 17° Giorno: Kamakura

Dopo la prima colazione di prima mattina, trasferimento in treno nella città di Kamakura (1h30 di treno, costo a carico di ognuno, costo circa 15€ A/R). Giornata dedicata alla vista della città, ed ai suoi meravigliosi templi.

Iniziamo dal **tempio buddhista zen fra i più antichi del Giappone: il Kencho-ji (1253 d.C.)**, a circa un chilometro a piedi dalla stazione Kita Kamakura. Con **la sua splendida architettura di stile cinese**, i giardini circostanti, i padiglioni antichi in sequenza, ed infine il giardino zen della sala di meditazione, **questo luogo trasmette un senso di pace dello spirito che ci fa capire senza parole ed al riparo dalla logica, l'essenza della meditazione.**

A breve distanza visiteremo il santuario shintoista **Tsurugaoka Hachimangu**, consacrato al dio della guerra, Hachiman, a sottolineare il passaggio storico verso un feudalesimo militare e di rivalità tra i clan (in questo caso, i Taira e i Minamoto). Raggiungiamo il centro città e dopo il pranzo libero visiteremo andando in bus il **Kotoku in e il Grande Buddha, simbolo della città.**

Rientro a Tokyo in serata, cena di arrivederci e pernottamento

**18° Giorno: rientro in Italia. Trasferimento all'aeroporto con mezzo privato.**

## Scheda tecnica del viaggio

### VITTO E ALLOGGIO

I pernottamenti sono previsti in alberghi con camere in stile occidentale e in strutture di tipo tradizionale (Ryokan) con camere alla giapponese (tatami) e bagno condiviso tra più camere.

### TRASPORTI

Gli spostamenti avverranno tutti con mezzi pubblici locali e treni. Per 7 giorni i viaggiatori avranno a disposizione il Japan Rail Pass- Sanyo Regional, un documento che permette di salire su tutti i treni con una modalità molto semplice e senza acquistare i singoli biglietti. Nelle altre giornate si dovranno invece acquistare i biglietti per i singoli spostamenti. Previste brevi tratte in battello per raggiungere le isole la cui visita è prevista in programma.

Biglietto Kyoto-Tokyo con Shinkansen compreso nella quota.

### CLIMA

Il clima del Giappone è influenzato dai monsoni: in inverno prevalgono le correnti fredde da nord-ovest, mentre in estate prevalgono le correnti calde e umide di origine tropicale.

Il viaggio è programmato in primavera e in autunno, periodi in cui il clima è piacevole con temperature miti tra fioriture primaverili e colori autunnali.

### DOCUMENTI E SALUTE

Il passaporto deve essere in corso di validità (almeno per i 6 mesi successivi al giorno della partenza).

Fast Track per velocizzare le procedure di sbarco all'aeroporto: [Fast Track \(mhlw.go.jp\)](http://mhlw.go.jp)

## Costi viaggio indicativi della proposta:

**Quota volo: da 1050 euro**, quota inclusa di tasse e diritti

**Quota viaggio: 3250 euro**

**Supplementi**

**10-11 partecipanti: 150 euro**

**Camera singola\* (a richiesta e soggetta riconferma): 380 euro**

\*non è disponibile durante il pernottamento nel ryokan.

### La quota comprende:

Quota di iscrizione, comprendente assicurazioni "Assistenza alla persona", "Spese mediche", "Bagaglio" e "Annullamento". Accompagnatore/mediatore culturale italiano presente per tutto il viaggio. Pernottamenti in camera doppia (letti separati) in hotel e ryokan

(strutture tradizionali) con prima colazione (no a KYOTO). Trasferimento privato in bus da e per l'aeroporto di Osaka. Abbonamento del treno Sanyo Regional Pass di 7 giorni; shinkansen Kyoto-Tokyo. Tutte le visite segnalate in programma e due visite guidate con guide turistiche locali. Quota di solidarietà per lo sviluppo di progetti locali (70 euro).  
La singola NON è garantita durante le notti nei Ryokan.

#### **La quota non comprende:**

- Volo aereo intercontinentale (vedere prenotazione e tariffa bloccata)
- Tassa di soggiorno a Kyoto (1000Y)
- Tassa di ingresso a Miyajima (100Y)
- I pasti non inclusi
- L'acquisto della tessera ricaricabile per gli spostamenti con i mezzi pubblici locali nelle varie città, i trasferimenti in battello/funicolare/treno non inclusi nel Japan Rail Pass Regionale, mance e tutto quanto non espressamente indicato alla voce "la quota comprende".

#### **ASSICURAZIONE INCLUSA NEL PACCHETTO:**

Assistenza alla Persona, Spese Mediche, Bagaglio ed Annullamento.

I nostri viaggi sono coperti da polizza ERGO (Polizza n. 69180175-PV19), compagnia specializzata nelle coperture assicurative del turismo. Le garanzie considerate dalla suddetta polizza sono "Assistenza alla persona", "Spese mediche", "Bagaglio" e "Annullamento" con i seguenti massimali per assicurato:

- Garanzia Assistenza in viaggio: specifici per prestazione come da dettaglio riportato nella Polizza
- Garanzia Rimborso Spese Mediche: Italia 1000 euro, Europa 10.000 euro, Mondo 30.000 euro
- Garanzia Assicurazione Bagaglio: Italia 500 euro, Europa 1000 euro
- Garanzia Assicurazione Annullamento Viaggio: Costo totale del viaggio (fino a 10.000 euro per persona)

La polizza inclusa nel pacchetto, prevede le garanzie Assistenza, Rimborso Spese Mediche e Annullamento anche in caso di malattia da Covid-19 .

Le relative condizioni sono contenute nel DIP (Documento Informativo Precontrattuale) pubblicato sul nostro sito all'indirizzo:

[https://www.viaggisolidali.it/wp-content/uploads/2020/12/assicurazioni-viaggiatore\\_-NEW-04dic20.pdf](https://www.viaggisolidali.it/wp-content/uploads/2020/12/assicurazioni-viaggiatore_-NEW-04dic20.pdf)

Per chi ne facesse richiesta è possibile sottoscrivere una polizza integrativa scegliendo fra i prodotti Globy Allianz Global Assistance