

# ЙОГА в Ришикеше у подножья священных Гималаев (8 ночей)

Дели (1) - Ришикеш (7) / Харидвар – Дели  
[8 ночей/9 дней]

---

- \* С русскоговорящим сопровождающим гидом
  - \* Йога и медитации дважды в день - 13 занятий
- 

## **ДЕНЬ 1: ПРИБЫТИЕ В ДЕЛИ**

Прибытие в столицу Индии Нью Дели, встреча нашим представителем на выходе из международного аэропорта. После теплого приветствия, трансфер в ваш отель для отдыха.

## **ДЕНЬ 2: ТРАНСФЕР ДЕЛИ-РИШИКЕШ**

**[230 км/7 ч]**

После завтрака в отеле – трансфер в **Ришикеш**, популярный центр йоги и индуистского паломничества. По дороге вы посетите **Храм Дакши и Сати Кунд** в Харидваре. Храм Дакши считается одним из пяти самых священных мест в Харидваре, а Сати Кунд является священным прудом, названным по имени Сати – супруги Шивы. Продолжение пути в Ришикеш, прибытие, регистрация в отеле, где вы пробудете 7 ночей. Вечером вы пересечете знаменитый мост через Гангу **Рам Джула**, увидите **Церемонию Аарти**, проводимую на берегах Ганги йогом-ашрамом Параматх Никетан каждый вечер на закате солнца. Священники проводят церемонию для богини Ганги с подношением воскурений, цветов, огня. Паломники поют гимны, славящие богиню реки. Ночь в отеле.

**ДЕНЬ 3: В РИШИКЕШЕ [ЙОГА/МЕДИТАЦИЯ + ЭКСКУРСИИ]**

**Утренний класс Йоги/медитации** (точное время занятий будет сообщено ближе к датам путешествия)

Позже – завтрак, после которого – экскурсия в Ришикеше.

Сегодня вы побываете на пешеходном мосту Лакшман Джула, откуда открывается красивый вид на Гангу и ашрамы Ришикеша, выстроенные по берегам реки. Вы побываете в Бхарат Мандире, древнем храме, посвященном божеству Вишну, основанном Адигуру Шанкарачарьей в 12 веке. Позже вы побываете на берегу реки Ганги на **Тривени Гхатах**, и увидите **большую церемонию аарти**, проходящую здесь на закате.

**Вечерний класс йоги/медитации** (точное время занятий будет сообщено ближе к датам путешествия)

**ДЕНЬ 4: В РИШИКЕШЕ [ЙОГА/МЕДИТАЦИЯ + ЭКСКУРСИИ]**

**Утренний класс Йоги/медитации** (точное время занятий будет сообщено ближе к датам путешествия)

После завтрака вы посетите **Храм Нилкантх Махадев**, посвященный божеству Шиве, расположенный в 12 км от Ришикеша на вершине холма на высоте 1675 м. Согласно индуистской мифологии, этот храм воздвигли в том самом месте, где Шива выпил мировой яд, который появился из вод всемирного океана. После того, как Шива выпил яд, его шея стала синей – и Шиву стали звать Нилкантх (с синей шеей). Позже – насладитесь прекрасными видами на Гималаи и священную реку Гангу **из Ашрама Пхул Чатти**. Ашрам расположен среди зеленых лесистых склонов, на берегу реки Ганги. Здесь у вас будет возможность помедитировать на лоне природы, под шелест бегущей воды, сидя на речных валунах или на серебристом песчаном берегу священного Ганга.

**Вечерний класс йоги/медитации** (точное время занятий будет сообщено ближе к датам путешествия)

**ДЕНЬ 5: РИШИКЕШ/ХАРИДВАР/РИШИКЕШ [ЙОГА/МЕДИТАЦИЯ + ЭКСКУРСИИ]**

**Утренний класс Йоги/медитации** (точное время занятий будет сообщено ближе к датам путешествия)

После завтрака – дневная экскурсия в Харидвар (он расположен в 30 км от Ришикеша).

По прибытию в Харидвар вас ждет визит в **Храм Манса Деви**, посвященный богине Манса Деви, исполнительнице желаний тех, кто попадает в храм. Храм находится на холме, поэтому вас ждет поездка по канатной дороге. Паломники и посетители по традиции обвязывают священные нити вокруг ствола дерева, которое растет внутри храма. Также вы подниметесь на подъемнике в **храм Чанди Деви**, расположенный на вершине холма Нил Парват, храм был построен в начале прошлого века, хотя, как говорят, был основан в 8 веке Шанкарачарьей. Храм посвящен богине Парвати, принявшей форму Чандики – прекрасной девы, явившейся спасти мир от демона. Считается, что Чандика присела отдохнуть на вершине холма там, где ныне стоит храм.

Днем – посетите **ашрам Сапта Риши** (семи мудрецов), один из самых популярных в Харидваре. Считается, что храм построен в том месте, где медитировали семь известных мудрецов (сапта риши): Кашьяп, Вашишт, Атри, Вишвамित्रа, Джамадагни, Бхарадваджа, Гаутам.

Вечером вас ждет посещение вечерней церемонии **Ганга Аарти** на известных молельных ступенях у реки (гхатах) Хар ки Паури. Большое количество людей собираются на обоих берегах реки, чтобы пропеть священные гимны. Священники проводят церемонию для богини Ганги с подношением воскурений, цветов, огня. Многие паломники затем совершают свое собственное приношение реке, и вы увидите, как плывут зажженные лампы «дийя» по водам Ганги.

**Вечерний класс йоги/медитации** (точное время занятий будет сообщено ближе к датам путешествия)

**ДЕНЬ 6: В РИШИКЕШЕ [ЙОГА/МЕДИТАЦИЯ]**

**Утренний класс Йоги/медитации** (точное время занятий будет сообщено ближе к датам путешествия)

Свободный день.

**Вечерний класс йоги/медитации** (точное время занятий будет сообщено ближе к датам путешествия)

Дополнительно по желанию за доплату - трекинг к храму Кунджапури Деви(8 км): В этот день у вас есть возможность совершить небольшой трекинг к храму Кунджапури Деви, храм расположен в 15 км от Ришикеша (на машине) + 8 км пешком. От храма открываются прекрасные виды на долину, горы и холмы, на Ришикеш. (За доплату 40 долл. на чел, опция возможна для минимум 2 чел.)

**ДЕНЬ 7: В РИШИКЕШЕ [ЙОГА/МЕДИТАЦИЯ + ЭКСКУРСИИ]**

**Утренний класс Йоги/медитации** (точное время занятий будет сообщено ближе к датам путешествия)

После завтрака – посещение пещеры Вашишта Гуфа. Пещера находится в 1 часе езды от Ришикеша, считается, что в ней медитировал известный святой Вашиштха (Васиштха). Здесь очень тихо, это также прекрасное место для медитации.

**Вечерний класс йоги/медитации** (точное время занятий будет сообщено ближе к датам путешествия)

**ДЕНЬ 8: В РИШИКЕШЕ [ЙОГА/МЕДИТАЦИЯ]**

**Утренний класс Йоги/медитации** (точное время занятий будет сообщено ближе к датам путешествия)

Свободный день.

**Вечерний класс йоги/медитации** (точное время занятий будет сообщено ближе к датам путешествия)

Дополнительно по желанию за доплату – рафтинг по реке Ганге: Ришикеш хорошо известен среди любителей Рафтинга. Вы покорите быстрые воды гималайской реки, многие ее пороги имеют свои названия: «Return to sender», «Roller coaster», «Golf Course», «Club House», «Double Trouble», «Hilton» и «Terminator rapids». (За доплату 40 долл. на чел, опция возможна для минимум 2 чел.)

**ДЕНЬ 9: ТРАНСФЕР РИШИКЕШ-ДЕЛИ [230 км /7 ч] [ЙОГА/МЕДИТАЦИЯ]**

**Утренний класс Йоги/медитации** (точное время занятий будет сообщено ближе к датам путешествия)

После завтрака – возвращение в Дели. В Дели – трансфер согласно вашей дальнейшей программе – в отель Дели (ночь не включена в стоимость программы), во внутренний или международный аэропорт.

Наши советы: Эту йога-программу можно также соединить с групповой или индивидуальной экскурсионной программой, с пляжным отдыхом в Гоа, аюрведическим лечением в Керале.

*В зависимости от времени вылета, можно заказать дополнительные услуги в Дели:*

\* Машину с водителем на половину или полный день в Дели для самостоятельной программы

\* Дополнительная экскурсия в Дели (посещение храма Акшардхам, храмов Чаттарпура, храма Лотоса и усыпальницы Хумаюна, шоппинг в Дели, посещение развлекательного комплекса Kingdom of Dreams и любые другие ваши пожелания)

\* Ночь в отеле Дели

<b>2. ЙОГА ТУР : Ришикеш, у подножья священных Гималаев [08 ночей]</b>			
<b>ДЕЛИ (1) - РИШИКЕШ (7) - ДЕЛИ</b>			
<b>ЦЕНА НА ЧЕЛ. В USD</b>	<b>4*</b>	<b>3*</b>	<b>3* Budget</b>
1 чел.	\$1 805	\$1 398	\$1 340
2 чел.	\$968	\$773	\$726
3 - 4 чел.	\$810	\$610	\$567
5 чел. и более	\$685	\$490	\$443
<b>Доплаты на человека в USD</b>			
Доплата за SNGL	\$336	\$112	\$107
Доплата за доп. кровать	\$307	\$106	\$101

## **В стоимость включено & не включено**

### **В СТОИМОСТЬ ВКЛЮЧЕНО**

- Размещение на основе ½ DBL/TWIN
- Ежедневный завтрак в отеле
- Сессии йоги и медитации в Ришикеше согласно программе (13 утренних+вечерних сессий в течение 7 дней)
- Сопровождающий русскоговорящий гид-эскорт на весь тур
- Помощь русскоговорящего представителя в международном аэропорту Дели при прибытии и отбытии
- Русскоговорящий менеджер в головном офисе Travelite на связи 24 часа
- Кондиционированный транспорт с шофером для всех трансферов и экскурсий
- Все текущие налоги

### **В СТОИМОСТЬ НЕ ВКЛЮЧЕНО**

- Расходы персонального характера, такие чаевые и вознаграждения, стирка, звонки, факс, интернет, напитки, плата за фото- и видеосъемку на монументах, медицинские расходы, налоги в аэропорту и пр.
- Все, что указано в качестве доплаты (входные платы)
- В стоимость не включена одежда для занятий йогой, коврики и пр. – все это мы советуем взять с собой**
- Международные и внутренние авиабилеты.
- Плата за индийскую визу.
- Любые другие услуги, не упомянутые как включенные

### **ЗАМЕЧАНИЯ**

- Регистрация в отелях обычно с 14-00, выписка из отелей обычно в 12-00 полудня
- Цена включает только то, что указано в программе
- Стоимость указана на человека, в долл. США, ½ DBL или TWIN, оплата в гривне по коммерческому курсу на день оплаты
- В случае любого значительного колебания курсов иностранных валют, введения новых налогов, повышения стоимости топлива, мы оставляем за собой право соответственно пересмотреть цену
- В случае отсутствия мест в указанных отелях, будут предложены альтернативные отели того же стандарта
- В случае форс-мажорных ситуаций (таких как изменение погодных условий, заторов на дорогах, политических событий, задержки или отмены авиарейсов и пр), если в процессе тура произойдет вынужденная задержка, изменение, отклонение от программы, мы с согласия и в интересах клиента сделаем все возможное, чтобы максимально реализовать описанную выше программу, и при необходимости организуем дополнительные услуги. В случае, если эти дополнительные услуги вызовут дополнительные расходы – эти расходы должны быть покрыты за счет клиента. По тем частям программы, выполнение которых стало невозможно из-за форс-мажорной ситуации, компенсация производится не будет