



CRAL GRUPPO UNIPOL



GIAPPONE

**5 – 15 OTTOBRE 2016 (11 GIORNI – 8 NOTTI)
4 NT. A TOKYO – 1 NT A HAKONE – 3 NT. A KYOTO**

PROGRAMMA

1° giorno – mercoledì 5 ottobre 2016 Bologna / Milano / Roma – Dubai

Partenza da Bologna: Alle ore 12.45 ritrovo dei Gentili Ospiti CRAL GRUPPO UNIPOL all'aeroporto di Bologna. Partenza per **Dubai** con volo Emirates Airlines (EK 094-Boeing 777) alle ore 15.20 con arrivo ore 23.15 (6 ore volo).

Partenza da Milano: Alle ore 11.45 ritrovo dei Gentili Ospiti CRAL GRUPPO UNIPOL all'aeroporto di Milano Malpensa. Terminal 1. Assistenza all'imbarco.

Partenza per **Dubai** con volo Emirates Airlines (EK 206-Airbus A380 l'aereo più grande del mondo) alle ore 14.05 con arrivo alle ore 22.10 (5 ore e 55 min. di volo).

Partenza da Roma: Alle ore 13.00 ritrovo dei Gentili Ospiti CRAL GRUPPO UNIPOL all'aeroporto di Roma Fiumicino. Terminal 3. Assistenza all'imbarco.

Partenza per **Dubai** con volo Emirates Airlines (EK 98-Airbus A380 l'aereo più grande del mondo) alle ore 15.25 con arrivo alle ore 23.15 (5 ore e 50 min. di volo).

2° giorno – giovedì 6 ottobre Dubai - Tokyo

Partenza per **Tokyo-Narita** con volo Emirates Airlines (EK 318-Boeing 777) alle ore 02.50 con arrivo ore 17.35.

(9 ore e 35 min. di volo)

Incontro con le guida locale di lingua italiana. Disbrigo delle formalità doganali. Cena in un ristorante nei pressi dell'aeroporto.

Trasferimento in bus privato al **SHINAGAWA PRINCE HOTEL** (cat.4 stelle - www.princehotels.com/en/shinagawa/) di Tokyo. Sistemazione nelle camere riservate.

IL GIAPPONE

Giappone (Nihon o Nippon, dall'antico cinese Jih-pên-kuo, «da dove ha origine il Sole»), è un paese complesso ed interessante, tant'è che un viaggio nella terra del Sol Levante è un'esperienza di vita, un viaggio in mondo straordinario, spesso distante dalla nostra cultura occidentale, dove convivono armoniosamente tradizioni millenarie e un avanzato sviluppo tecnologico. Dire 'Giappone', infatti, significa evocare immagini anche molto contrastanti tra loro: templi antichi dove si respira un'antica religiosità e città hi-tech, incantatati – ed incantevoli - paesaggi naturali e città avveniristiche unite tra loro da futuristici treni ad alta velocità, geishe vestite con kimono colorati e donne con tailleur firmati e tacchi alti.



CRAL GRUPPO UNIPOL

BENVENUTI A TOKYO

Tokyo, simbolo della storia di successo del Giappone, è una megalopoli sulla costa pacifica di Honshu, la più grande isola dell'arcipelago giapponese. La città possiede numerosi siti da visitare, inclusa l'area dello Shitamachi intorno ad Asakusa, il più importante tempio buddista Senso-ji, il tranquillo terreno boschivo di Meiji-jingu, il santuario più venerato della città, ed il frenetico mercato del pesce a Tsukij. Tokyo (13.200.000 abitanti circa) è una delle più grandi e popolate città del mondo e conserva molto poco della città che fu fondata nel XV secolo. Infatti a causa di un terribile terremoto, ma soprattutto dopo i bombardamenti della Seconda Guerra Mondiale il centro abitato è andato completamente distrutto; la ricostruzione avvenne in tempi molto brevi.



3° giorno – venerdì 7 ottobre - Tokyo

Prima colazione buffet in hotel.

Incontro con le guide di lingua italiana e visita di Tokyo.

Sosta alla **Nakamise Shopping Arcade**, una delle vie commerciali più vecchie di Tokyo.

Visita del celebre Tempio di **Sensoji Asakusa Kannon** che custodisce l'effigie dorata della Dea buddista della misericordia, scoperta secondo la leggenda da due pescatori nell'anno 628 d.C., (il tempio attuale risale al 1950).

Alle ore 13.00 **pranzo** in un ristorante locale.

Trasferimento in bus privato con la guide per la visita al **Tokyo National Museum**.

Trasferimento con il treno locale dalla stazione di Ueno Yurakucho diretto al quartiere Ginza.

Pomeriggio a disposizione per lo shopping ed una passeggiata a **Ginza**, quartiere simbolo della Tokyo benestante con le sue boutique di alta moda, gli eleganti ristoranti e caffè.

Cena libera nei ristorantini nel quartiere Ginza. Rientro libero in hotel.



4° giorno – sabato 8 ottobre - Tokyo

Prima colazione buffet.

Sosta alla Piazza del **Palazzo Imperiale**, residenza dell'imperatore del Giappone e sosta al **Ponte Nijubashi**.

Visita del Tempio **Meiji Jingu Shrine** che è un santuario shintoista dedicato alle anime dell'Imperatore Mutsuhito e di sua moglie, l'imperatrice Shoken. Sosta agli animati quartieri di **Shibuya** e **Harajuku**. L'area è nota per essere una fucina di stili di strada e le tendenze giovanili estremamente innovative. La zona ha due principali strade dello shopping, Takeshita ed Omotesandō. **Pranzo** in un tipico ristorante.

Tempo libero per una passeggiata nel quartiere di **Shinjuku**.

Gli Ospiti saliranno in ascensore fino all'osservatorio della famosa **Tokyo Tower** per avere una vista mozzafiato a 250 mt di altezza su Tokyo. Alle ore 18.30 rientro in hotel. Cena libera.



CRAL GRUPPO UNIPOL



5° giorno – domenica 9 ottobre Tokyo (Nikko)

ALLA SCOPERTA DI NIKKO

Prima colazione. Partenza con la guide, per l'escursione di una intera giornata a **Nikko**, centro religioso e Patrimonio dell'Umanità dell'UNESCO. Nikko vanta uno straordinario patrimonio di templi e santuari, immersi nella splendida cornice di un paesaggio collinare.

Sosta sulle rive del lago **Chuzenji** che è un bellissimo lago con rive boschive, ai piedi del vulcano sacro del Monte Nantai ad Okunikko. Il lago è stato formato dai flussi di lava provenienti dal vulcano, spento ormai diverse migliaia di anni fa. Fa parte del Nikko National Park. Sosta per ammirare l'imponente cascata **Kegon** alta 97 metri.

Visita del celebre **Santuario Toshogu**, dedicato a Tokugawa Ieyasu, il fondatore dello shogunato di Edo, che governò il Giappone dal 1603 al 1867. Il parco di Ueno è infine famoso per i suoi oltre 1000 ciliegi. Durante la stagione della fioritura, il parco diventa uno dei più affollati luoghi del paese per lo hanami (contemplazione della fioritura dei ciliegi)

Pranzo giapponese in un tipico ristorante.

Rientro in hotel nel tardo pomeriggio. Cena libera.



6° giorno – lunedì 10 ottobre Tokyo - Kamakura - Hakone

Prima colazione buffet.

Le valigie (1 valigia a persona) saranno imbarcate su un camion e saranno trasferite all'hotel di Kyoto. Occorre provvedere a preparare una borsa con il necessario per 24 ore.

Alle ore 08.30 partenza in bus privato con la guide di lingua italiana per **Kamakura** (circa 2 ore di percorso), città di mare e di colline, antica roccaforte dei samurai. Uno dei più importanti siti storici del Giappone, Kamakura è stata la prima capitale feudale del Giappone, quando lo shogun regnante stabilì qui il suo quartier generale militare nel 1192.

Visita al tempio shintoista Tsurugaoka Hachimagu Shrine ed il Hase Kannon Temple.

Alle ore 12.30 **pranzo** in un tipico ristorante.

La principale attrazione di Kamakura rimane il Kotokuin Temple con il **Grande Buddha** in bronzo, un gigante alto 11,4 metri e pesante 122 tonnellate, seduto in meditazione nella posizione del loto sotto la volta celeste.

Intorno sorgono numerosi templi buddisti, che fiancheggiano le strade della città. Passeggiando senza fretta tra queste vie, tra il profumo dei fiori, sarà come rivivere l'antico splendore della città.

Proseguimento verso **Hakone** (circa 1 ora e 30 min.), rinomata località termale, che fa parte del parco nazionale Fuji-Hakone-Izu; una destinazione amata dagli abitanti di Tokyo e dai turisti per i suoi magnifici paesaggi del Monte Fuji.

Alle ore 17.00 sistemazione all'**HOTEL RESORPIA HAKONE** (<http://reserve.resort.co.jp/hotels/smc/hako/index.html>)

Tempo a disposizione per relax. **Cena** giapponese in hotel.



CRAL GRUPPO UNIPOL



7° giorno – martedì 11 ottobre Hakone - Kyoto

Prima colazione buffet. Alle ore 08.30 partenza per la visita all'interessante museo all'aperto "**Hakone Open Air Museum**" con splendide sculture di Picasso, Rodin, Mirò, Henry Moore, Arnaldo Pomodoro ecc.. Alle ore 11.00 **pranzo** in un ristorante locale. Si effettuerà una mini crociera (30 minuti) sul **lago Ashi**, dove il famoso e venerato **Monte Fuji** si rispecchia in tutto il suo splendore. Fuji, alto 3777 metri, è la cima più alta del Giappone ed uno dei più bei con simmetrici del mondo.

La regione dei laghi del Monte Fuji, situata intorno al monte, è molto pittoresca con laghi e foreste. Nel pomeriggio trasferimento in bus alla stazione di Mishima. Alle ore 15.48 partenza in treno ad velocità **Shinkansen** per **Kyoto**. Alle ore 17.47 arrivo e trasferimento al **KYOTO ROYAL HOTEL & SPA** (cat. 4 stelle www.kyoto-royal.ishinhotels.com/en) *Gli Ospiti troveranno le loro valigie in camera. Cena libera.*



8° giorno – mercoledì 12 ottobre Kyoto

BENVENUTI A KYOTO

Kyoto è definita "il cuore del Giappone", per la sua importanza storica e culturale nella storia del Paese. Pur avendo ormai un aspetto moderno, la città è riuscita comunque a conservare le architetture tradizionali dei suoi antichi quartieri, templi e giardini, che la rendono unica per le sue tradizioni artistiche, religiose, culturali ed artigianali.

Il modo migliore per visitare la città è a piedi, passeggiando per le sue strette viuzze costeggiate da botteghe artigiane, sale da tè, negozi di antiquariato, giardini, templi e santuari.

ALLA SCOPERTA DI KYOTO

Prima colazione buffet. Dalle ore 09.00 alle ore 18.00 visita guidata della città che fu la capitale del Giappone per più di mille anni fino alla metà del XIX secolo.

Si visiteranno: **Tempio Kinkaku o Padiglione d'Oro**, immerso in uno stupendo parco ed affacciato ad un ampio stagno circondato da giardini in fiore. Il Kinkakuji (Padiglione d'Oro) è un tempio zen, formalmente conosciuto come Rokuonj. Nel 1397 iniziò la costruzione del Padiglione d'Oro come parte di una nuova residenza per il ritiro dello shogun Ashikaga Yoshimitsu. Il Kinkakuji è stato convertito in un tempio zen dopo la morte Yoshimitsu nel 1408. Il Padiglione d'Oro funziona come sharden, ospita le sacre reliquie di Buddha ed è rivestito in foglia d'oro. L'edificio attuale risale al 1955, poiché il padiglione originale è stato bruciato da un monaco fanatico nel 1950.



CRAL GRUPPO UNIPOL

Tempio Ryoanji o Tempio del Pacifico Dragone dove si trova il più famoso giardino Zen del mondo. La principale attrazione del tempio è il suo giardino roccioso, il più famoso nel suo genere in Giappone. Il semplice giardino zen consiste in rocce, muschio e ghiaia ordinatamente rastrellata. Il significato del giardino non è nota, per cui ciascun visitatore ne dà una propria interpretazione.

Pranzo in un ristorante di Kyoto.

Il **Castello Nijo** fu costruito da Tokugawa Ieyasu, fondatore dello shogunato di Edo, come residenza di Kyoto per sé e per i suoi successori. L'edificio del palazzo, oggi conosciuto come Ninomaru ("castello secondario"), fu completato nel 1603 e ampliato da Iemitsu, il nipote di Ieyasu. L'edificio è stato preservato nella sua forma originale ed è famoso per la sua architettura Momoyama, con porte scorrevoli decorate e pavimenti che squittiscono come usignoli quando qualcuno cammina sopra di essi (una misura di sicurezza contro gli intrusi).

Iemitsu costruì lo Honmaru ("castello principale") e la torre del castello a cinque ordini. Tuttavia, le strutture originali dello Honmaru sono state distrutte dagli incendi scoppiati nel XVIII secolo, e l'edificio attuale è stato portato qui dal Palazzo Imperiale nel 1893. Il Castello Nijo è uno dei tanti siti del patrimonio mondiale dell'UNESCO di Kyoto.

Il Tempio **Kiyomizu** "tempio dell'acqua pura") è uno dei più famosi templi del Giappone. Fu fondato nel 780 e rimane associato alla setta Hosso, una delle più antiche sette del buddismo giapponese. Nel 1994, il tempio è stato aggiunto alla lista dei siti del patrimonio mondiale dell'UNESCO. Il Kiyomizudera sorge sulle colline boschive di Kyoto ed offre ai visitatori una bella vista sulla città dalla sua celebre terrazza di legno. Dietro la sala principale si trova il Santuario Jishu, dedicato alla dea dell'amore.

Sosta per una piacevole passeggiata al celebre **Quartiere di Gion**. Nelle strade dalle case che evocano la perfezione architettonica del Giappone antico e dove passeggiano le eleganti maiko (apprendiste geisha), ritroverete un'atmosfera unica. È anche un luogo dove si trovano numerosi negozi che vendono manufatti tradizionali tipici dell'artigianato artistico della città. Questo è uno dei quartieri di **geishe** più tradizionali, dove le case antiche ben conservate ricordano la Kyoto di una volta. Rientro in hotel.

Facoltativo: nel pomeriggio show delle geishe www.japan-guide.com/e/e3902.html (da concordare con le guide)
Cena libera.



9° giorno – giovedì 13 ottobre Kyoto (Nara)

ALLA SCOPERTA DI NARA

Nara è una delle più antiche capitali del Giappone ed è stata in passato la culla dell'arte, della letteratura e della cultura giapponese. Si tratta di una piccola cittadina dall'atmosfera accogliente, ricca di pittoreschi piccoli quartieri ed antichi e suggestivi edifici. Le principali attrazioni turistiche della città sono tutte concentrate nelle vicinanze della stazione ferroviaria. Il Parco di Nara-koen, o parco dei daini, ospita oltre un migliaio di questi deliziosi animali in libertà. In Giappone il daino è l'emblema di jurojin, divinità del successo delle dottrine, e rappresenta una delle sette divinità shintoiste della fortuna.

Prima colazione buffet. Alle ore 09.00 partenza in bus privato, con la guide, alla volta di **Nara** e visita di:



CRAL GRUPPO UNIPOL

Il **Kasuga Taisha** è il più celebrato santuario di Nara. Fu eretto quando Nara è diventata la capitale del Giappone ed è dedicato alla divinità protettrice della città. Kasuga Taisha è stato anche il santuario tutelare dei Fujiwara, la più potente famiglia del Giappone durante il periodo Nara e Heian. Come i santuari di Ise, il santuario Kasuga è stato abbattuto e ricostruito periodicamente ogni 20 anni per molti secoli. Nel caso del santuario Kasuga, tuttavia, questa tradizione shintoista è stata interrotta alla fine del Periodo Edo.

Il Kasuga Taisha è famoso per le sue numerose **lanterne** che sono state donate dai fedeli.

Pranzo in un ristorante locale.

Il **Tempio Toda-ji** forse il più importante tempio buddhista di tutto l'arcipelago giapponese. Costruito interamente in legno nel 752. L'ingresso principale di questo maestoso tempio si affaccia su un piccolo viale ai margini del parco di Nara. All'entrata di questo viale si è subito avvicinati da numerosi cervi, l'animale sacro simbolo di Nara, che colorano il parco della città in tutte le stagioni dell'anno. Il tempio è costruito nel tradizionale stile cinese armonizzato con le forme e i materiali giapponesi. Al suo interno è custodito il **Daibutsu**, la gigantesca statua di **Buddha** in bronzo, alta 14 metri e considerata Tesoro Nazionale. L'attuale padiglione centrale, il Daibutsu den, è una ricostruzione del 1709 e costituisce l'edificio in legno più largo al mondo.

Visita del **Parco di Nara** (Nara-koen), un grande e piacevole parco nel centro di Nara, fondato nel 1880. È la sede di molte delle principali attrazioni turistiche di Nara, tra cui il Todaiji, il Kasuga Taisha, il Kofukuji ed il Museo Nazionale di Nara, un museo di arte buddista. Alle ore 17.00 rientro in hotel a Kyoto. Relax e shopping. Cena libera.



10° giorno – venerdì 14 ottobre Kyoto - Osaka - Dubai

Prima colazione buffet. Rilascio delle camere alle ore 10.00. Le valigie saranno custodite in una sala.

Giornata a disposizione per relax, visite facoltative e per lo shopping. Pranzo libero.

Alle ore 18.30 circa trasferimento (circa 2 ore) in bus privato all'aeroporto di Osaka Kansai. Assistenza all'imbarco.

Partenza per **Dubai** con volo Emirates Airlines (EK 317) alle ore 23.40.

11° giorno – sabato 15 ottobre 2016 Dubai - Bologna / Milano / Roma

Arrivo a **Dubai** alle ore 04.50 (10 ore di volo circa).

Proseguimento per **Bologna** con volo Emirates Airlines (EK 093-Boeing 777) alle ore 09.00 con arrivo alle ore 13.20 (6 ore e 20 min. di volo).

Proseguimento per **Milano** Malpensa-Term.1 con volo Emirates Airlines (EK 205-Airbus 380) alle ore 09.05 con arrivo alle ore 14.10 (6 ore di volo).

Proseguimento per **Roma** Fiumicino con volo Emirates Airlines (EK 97-Airbus 380) alle ore 09.10 con arrivo alle ore 13.15 (6 ore di volo)





CRAL GRUPPO UNIPOL

QUOTA INDIVIDUALE DI PARTECIPAZIONE (in camera letti separati TWIN):

	SOCI	INVITATI
Partenza da Bologna, Roma e Milano	€ 2.565,00	€ 2.595,00
Supplemento camera singola	€ 580,00	
Adulti in camera tripla	€ 2.485,00	€ 2.515,00
Tasse aeroportuali e carburante	€ 380,00 (da confermare)	

- Acconto alla prenotazione € 500,00
- Saldo entro il 10 settembre 2016

ISCRIZIONI

Le iscrizioni si effettuano presso la segreteria del Cral P.zza della Libertà 2 – 50129 Firenze oppure versando la quota di partecipazione a mezzo bonifico sul conto corrente presso Banco Posta n. **IBAN IT 80 X 07601 02800 000067756791** intestato al **CRAL GRUPPO UNIPOL**

Quotazione basata su servizi a terra al cambio: 1 euro = 131 yen (JPY) il 4 febbraio 2016

La quota comprende:

- passaggio aereo A/R con voli di linea Emirates Airlines in classe economy
- bagaglio 2 valigie da 23 kg. ciascuno - bagaglio a mano: max: 56 cm x 45 cm x 25 cm e peso fino a 8 kg.
- assistenza agli aeroporti a Bologna, Milano, Roma e in Giappone
- tutti i trasferimenti in bus privato e in treno 2^a classe in Giappone
- guida giapponese di lingua italiana per tutto il soggiorno
- sistemazione negli hotel menzionati nel programma
- pasti come da programma 7 pranzi – 2 cene (escluse bevande)
- escursioni, visite e serate particolari come da programma
- polizza viaggio (garanzie: assistenza medica, bagaglio, annullamento)
- brochure e piantine del Giappone, cartelli ed etichette bagaglio

La quota non comprende:

- Tasse aeroportuali
- Extra personali e tutto quanto non indicato alla voce “la quota di partecipazione comprende”

Penalità per annullamento viaggio:

- Dal giorno successivo all'iscrizione € 20,00
- 20% della quota di partecipazione da 49 a 35 giorni dalla partenza
- 50% della quota di partecipazione da 34 a 20 giorni dalla partenza
- 75% della quota di partecipazione da 19 a 15 giorni dalla partenza
- 100% della quota di partecipazione da 14 giorni fino alla partenza

NOTIZIE UTILI

DOCUMENTI: Per i cittadini italiani è necessario il passaporto in corso di validità e con validità residua di almeno 3 mesi al momento dell'ingresso nel paese. Non è richiesto nessun visto di ingresso. Non è richiesta nessuna vaccinazione

VALUTA: Yen giapponese (1 Euro = 130 Yen circa). È possibile acquistare la valuta presso gli uffici di cambio in aeroporto, le banche, gli alberghi e nei grandi magazzini autorizzati. Le maggiori carte di credito sono accettate.

LINGUA: la lingua ufficiale è il giapponese. L'inglese è compreso quasi ovunque.

FUSO ORARIO: Il Giappone è avanti di 7 ore rispetto all'Italia ad ottobre.

CLIMA: Le stagioni migliori per visitare il Giappone sono la primavera (aprile e maggio) e l'autunno (**ottobre e novembre**).

TELEFONO: Il prefisso telefonico internazionale del Giappone è 0081. Per chiamare dal Giappone all'Italia il prefisso internazionale è 0039. Esistono diverse compagnie telefoniche. I telefoni pubblici sono molto diffusi e quelli di colore grigio sono abilitati alle chiamate internazionali con schede telefoniche (acquistabili presso i distributori automatici o le edicole). È possibile inoltre effettuare chiamate dagli alberghi. Il Giappone utilizza un sistema di comunicazione dei cellulari non compatibile con altri; è possibile affittare in loco i telefoni cellulari.

VOLTAGGIO:La corrente elettrica ha una tensione di 100 volt e le spine più comuni sono quelle piatte (prese americane). È necessario un adattatore/ trasformatore. Nei grandi alberghi ci sono prese di corrente a 110 e 220 volt.

CUCINA: La cucina giapponese è una vera e propria arte che presta molta attenzione non solo ai gusti ma anche all'aspetto nutrizionale e alla presentazione visiva. La cucina giapponese sembra ricca, in realtà gli ingredienti usati sono molto semplici, addirittura primitivi (come il pesce crudo), con il riso sempre protagonista. I piatti più gustosi sono: "Tempura", lo snack giapponese a base di pezzi di pesce, gamberetti e verdure passati nella pastella e fritti nell'olio; "Sushi", tratta di canapè di riso con aceto, di forma oblunga, sormontata da pesce crudo, Sashimi" fettine di pesce fresco (tonno, orata, sogliola) che si mangiano con salsa di soia; "Yakitori" pezzettini di carne e di fegato di pollo e di verdure punte su un bastoncino di bambù e passati alla griglia. Sono conditi con una salsa di soja leggermente dolce o con del sale; "Tonkatsu" scaloppe di maiale panate e fritte servite con cavolo crudo tagliato sottile. Il sakè, vino di riso, accompagna tutti i pasti. La qualità della birra è ottima, un esempio è la Kirin. Naturalmente, la bevanda nazionale è il tè, che viene servito in molti modi.

SHOPPING: Il materiale elettrico ed elettronico, le macchine fotografiche, i video e gli orologi sono famosi in tutto il mondo. Ampia scelta di souvenirs tra i prodotti dell'artigianato locale e gli articoli come le **perle**, la seta, la lacca, le stampe, le bambole, le ceramiche, gli articoli di bambù, i ventagli, i bronzi che sono lavorati squisitamente e sono famosi da lunga data.

