



# ÍNDIA - NORTE

## *Peregrinação e Autoconhecimento*

Grupo com o especialista **Marco Schultz**

De 17 a 25 de janeiro de 2024

Junte-se a Marco Schultz, experiente professor e especialista em espiritualidade com ênfase no autoconhecimento, para uma inesquecível jornada de peregrinação em um dos lugares mais fascinantes do mundo. Conhecida por sua pluralidade espiritual, a Índia nos convida a uma profunda investigação interior para além das aparências, dos paradoxos e das contradições nas várias manifestações religiosas lá professadas. Iniciaremos a viagem por Nova Delhi, capital da Índia, visitando majestosos e importantes monumentos e templos, como Qutab Minar, Lotus Temple, Akshardam, Gurdwara Bangla Sahib e o memorial dedicado a Mahatma Gandhi. Logo seguiremos a Haridwar, nas margens do rio Ganges, e, em seguida, a Rishikesh, cidade sagrada aos pés do Himalaia. Visitaremos diversos ashrams e também participaremos das inúmeras atividades do dia a dia desses importantes lugares de peregrinação da tradição védica. A programação inclui práticas de Yoga, meditações e ensinamentos, caminhadas e visitas a templos

e locais sagrados, assim como momentos livres, de introspecção e solitude. Além de Marco Schultz, teremos a presença de Deni Miranda, professora do Simplesmente Yoga, que estará acompanhando o grupo e conduzindo práticas de Yoga regularmente.

**Esta jornada tem um sincero propósito de peregrinação espiritual. Ela é aberta a todos, mas, para melhor proveito, é fundamental que exista um alinhamento verdadeiro do/a participante com o propósito do autoconhecimento em sua vida.**

## *Roteiro resumido*

---

1º dia - 17/01/2024 - São Paulo - Dubai

2º dia - 18/01/2024 - Dubai - Delhi

3º dia - 19/01/2024 - Delhi

4º dia - 20/01/2024 - Delhi - Rishikesh

5º dia - 21/01/2024 - Rishikesh

6º dia - 22/01/2024 - Rishikesh - Haridwar - Rishikesh

7º dia - 23/01/2024 - Rishikesh

8º dia - 24/01/2024 - Rishikesh - Delhi

9º dia - 25/01/2024 - Delhi - Dubai - Brasil

**Esta viagem oferece uma extensão opcional a Agra, para ver o Taj Mahal.**

Caso tenha interesse, converse com nossas consultoras.

## *Especialista Marco Schultz*

---



Formado em Educação Física, Ciência do Exercício e Letras pela California State University (San Diego), Marco especializou-se em atividades de integração corpo e mente. Há mais de trinta anos estuda yoga, meditação, religião comparada e espiritualidade com professores de diferentes tradições da Índia e de outras culturas do Oriente e Ocidente. Marco coordena o **Simplesmente Yoga**, programa de estudo e aprofundamento dedicado ao autoconhecimento e ao desenvolvimento humano integral. Conduz grupos em jornadas de peregrinação pelo mundo desde 1997, já esteve na Índia mais de 20 vezes acompanhando grupos e viaja extensivamente pelo Brasil ministrando cursos, retiros e



satsangs (encontros caracterizados por momentos de meditação, canto de mantras e ensinamentos de temática espiritual). Marco é coprodutor do aclamado documentário *Eu Maior* (2013), assim como dos CDs e DVD *Simplesmente Satsang*.

\* [Clique aqui](#) para ver a outra viagem com Marco no sul da Índia.

## *Roteiro detalhado*

---

### LEGENDA DE REFEIÇÕES INCLUSAS:

C = Café da manhã

A = Almoço

J = Jantar

### **Dia 1 – 17/01/2024 | São Paulo – Dubai**

Voo São Paulo a Dubai.

**IMPORTANTE: apresentação no aeroporto dia 16/01/2024, às 22h30.**

### **Dia 2 - 18/01/2024 | Dubai – Delhi (-/-/-)**

Chegada em Delhi e traslado ao hotel. Após uma pausa para descanso e almoço, seguiremos para um breve passeio turístico com guia local, aproveitando para aclimatar e regular o “jet-lag”

da viagem. Visitaremos o **Qutab Minar**, um histórico minarete muçulmano, passaremos pela Casa do Presidente e pelo Parlamento indiano, o Edifício Lutyens e finalmente o histórico **India Gate**. No final do passeio visitaremos **um mercado de rua** para sentirmos a atmosfera da capital deste país tão surpreendente. Retorno ao hotel para uma importante noite de sono restaurativo.

### **Dia 3 - 19/01/2024 | Delhi (C/-/-)**

Na parte da manhã, meditação e encontro com Marco, que trará a orientação e o propósito desta verdadeira viagem de peregrinação. Café da manhã no hotel e, em seguida, partimos para a visita do **Lotus Temple**, uma maravilha arquitetônica incomparável, símbolo de unidade e inclusão, e uma das principais atrações turísticas da cidade. Ao contrário da maioria dos outros locais religiosos, este templo ou Casa de Adoração Bahai não permite cerimônias ritualísticas, apenas a partilha do silêncio e da oração contemplativa. Seguiremos, então, para **Akshardham**, magnífico templo dedicado à cultura védica e a Swami Narayan, construído em tempos recentes por 11.000 artesãos e voluntários devotos. Após o almoço, visitaremos o memorial dedicado ao líder pacifista indiano Mahatma Gandhi, chamado **Raj Ghat**. Concluiremos o dia conhecendo o **Gurdwara Bangla Sahib**, o mais proeminente local de culto da tradição Sikh em Délhi. Ensinamentos com Marco ao longo do dia.

### **Dia 4 - 20/01/2024 | Delhi - Rishikesh (C/-/-)**

Translado para a notável estação de trem de Nova Délhi para embarcarmos em direção a **Haridwar**. Na chegada, transporte para **Rishikesh**, considerada a capital mundial do Yoga, situada às margens do sagrado Rio Ganges, aos pés do Himalaia. Há muitos anos, milhares de indianos e estrangeiros procuram a tranquilidade e a auspiciosidade deste local em busca dos inúmeros *ashrams* para fazer cursos de yoga, retiros de meditação e também para estudar a filosofia védica. Devido ao caráter dinâmico da cidade e à grande familiaridade do Marco com o lugar, a programação será ajustada de acordo com os eventos, acontecendo nos dias em que estaremos por lá. Rishikesh proporciona boas caminhadas, participação em rituais e oferendas às margens do Ganges, além da possibilidade de aulas com professores e monges locais. É importante informar que esse é um local ideal para compras e presentes da Índia para levar de lembrança.

### **Dia 5 - 21/01/2024 | Rishikesh (C/-/-)**

A programação dos próximos dias será cuidadosamente organizada pela equipe de Marco, com práticas de Yoga e meditação matinais com Deni, ensinamentos e *satsangs* com Marco, caminhadas, visita a templos, cavernas, *ashrams* e atividades em grupo, assim como momentos de tempo livre.



**Dia 6 - 22/01/2024 | Rishikesh – Haridwar – Rishikesh (C/-/-)**

Neste dia, cedinho, iremos a **Haridwar** para participarmos de um puja, um ritual com oferendas direcionadas à Divina Mãe no Ashram de **Sri Ma Anandamayi**. Em seguida visitaremos um lindo templo dedicado a Hanuman, deidade que representa o ideal do serviço altruísta e da aspiração devocional na tradição hindu. O local é inspirado no grande mestre de Bhakti Yoga **Neem Karoli Baba**. Pela tarde, almoçaremos às margens do rio Ganges e, logo após, visitaremos uma das antigas cavernas da região onde supostamente viveu um grande sábio da tradição hindu. Restante do dia livre.

**Dia 7 - 23/01/2024 | Rishikesh (C/-/-)**

A programação será cuidadosamente organizada pela equipe de Marco, com práticas de Yoga e meditação matinais com Deni, ensinamentos e *satsangs com Marco*, caminhadas, visita a templos, cavernas e *ashrams*, atividades em grupo, assim como momentos de tempo livre.

**Dia 8 - 24/01/2024 | Rishikesh – Delhi (C/-/-)**

Manhã livre. Na parte da tarde, traslado ao aeroporto em Dehradun e voo com destino a Delhi. Transferência direta do aeroporto nacional ao internacional, onde faremos conexão com os voos de retorno ao Brasil. *Para quem tiver optado por fazer extensões complementares, haverá serviço de traslado de retorno ao hotel.*

**Dia 9 - 25/01/2024 | Delhi – Dubai – São Paulo (C/-/-)**

Voo de volta ao Brasil na madrugada, via Dubai.

# Hospedagem

---

**Delhi | Le Meridien**

[site do hotel](#)

Categoria 5 estrelas | Superior Room

**Rishikesh | Divine Resort & Spa**

[Site do hotel](#)

Categoria 3 estrelas | Executive room

## Valores da *parte terrestre*

---

**Valores em Dólares Americanos (USD), por pessoa:**

**a) Pagamento para a Latitudes no Brasil:**

**Grupo com 10 pessoas ou mais:**

	Valor	Parcelado	Taxas e Impostos à parte
Por pessoa em <b>quarto duplo</b>	USD 2.270,00	Entrada USD 800,00 + 6 x USD 245,00	USD 150,00
Por pessoa em <b>quarto single</b>	USD 3.120,00	Entrada USD 1.080,00 + 6 x USD 340,00	USD 205,00

Os valores em dólares serão convertidos para reais, de acordo com o câmbio turismo do dia do pagamento.

Desconto de 5% para pagamento à vista.

Parcelamento em todos os cartões de crédito ou em cheque

Taxas e impostos serão pagos juntamente com a entrada

**b) Pagamento na Índia: USD 600,00\***

\*A pedido do Simplesmente Yoga, buscamos diferentes formas de essa viagem ter um custo mais acessível. Alguns pagamentos logísticos serão efetuados diretamente na Índia, o que evitará a cobrança de taxas e impostos. Assim sendo, o valor de **USD 600,00** deverá ser entregue ao



assistente que estará acompanhando o grupo no 1º dia da viagem. Confiamos que todos honrarão esse acordo, que tem o objetivo de beneficiar os participantes.

**Para solicitar reserva | USD 250,00 por pessoa**

**PRAZO DE INSCRIÇÃO: 10/11/2023**

Enviar ficha de reserva preenchida e cópia do passaporte.

\* Todas as vagas desta viagem foram preenchidas nos últimos anos com meses de antecedência. Recomendamos que sua inscrição seja feita antecipadamente.

**+ INCLUI:**

- Acompanhamento de Marco Schultz e Deni Miranda na viagem (Deni estará acompanhando o grupo no voo de ida. Marco estará na Índia aguardando o grupo);
- Acomodação nos hotéis em quartos duplos;
- Voos domésticos em classe econômica;
- Ingressos e passeios especificados no roteiro;
- Transporte terrestre com ar-condicionado, especificado no roteiro;
- Assistência médica de viagem (cobertura USD 150 mil\*) para pessoas com até 70 anos\*\*

\* Limite de USD 30 mil para assistência médica relacionada a COVID-19.

\*\* A partir de 71 anos, consulte-nos sobre condições diferenciadas.

**- NÃO INCLUI:**

- Vistos;
- Valores extras para excesso de bagagem;
- Voos internacionais ou domésticos no Brasil;
- *Upgrade* de hotel e/ou categoria de apartamentos;
- *Early check-in* ou *late check-out* nos hotéis;
- Visitas não citadas como inclusas;
- Refeições não citadas como inclusas;
- Bebidas nas refeições;
- Gorjetas aos guias, carregadores de malas, motoristas e em restaurantes;
- Despesas pessoais, tais como: lavanderia, telefonemas, internet, refeições, entre outras;
- Qualquer item não citado acima como incluso.

## *Documentos necessários*

---

**Vistos** | Brasileiros necessitam de visto para entrada na Índia.

**Vacinas** | Comprovante Internacional de Vacinação contra a Febre Amarela.

**Passaporte** | com validade mínima de 6 meses contados a partir da data final da viagem.

**INFORMAÇÕES E RESERVAS:**

[latitudes@latitudes.com.br](mailto:latitudes@latitudes.com.br)

+55 11 3045-7740 | 11 91056-0662