



## JAPÃO ESPIRITUAL

Visitando Tóquio, Monte Fuji, Kyoto, Nara, Kanazawa, Shirakawago, Takayama, Gero, Nagoya, Toba, Nachi-Katsuura e Osaka

### DATAS DE PARTIDA:

À SEGUNDA-FEIRA

DE 08 JUNHO 2026 A 29 MARÇO 2027

PASSAPORTE OBRIGATÓRIO

### 1º Dia – LISBOA ou PORTO / TÓQUIO

Comparência no aeroporto 120 minutos antes da hora de saída. Formalidades de embarque e partida em voos regulares com destino a Tóquio, via uma cidade de ligação. Noite a bordo.

### 2º Dia – TÓQUIO

Chegada a Tóquio e recepção pelo nosso representante local na área das chegadas. Para chegadas ao aeroporto de Narita o transporte ao hotel será no serviço regular Airport Limousine Bus. A última partida de Narita deste serviço será às 19h. Para chegadas mais tardias o transporte será efetuado em autocarro regular até à Estação de Tóquio e de seguida em táxi até ao hotel (o representante local dará todas as informações relativas a estes serviços). Para chegadas ao aeroporto de Haneda o transporte ao hotel será em táxi. Chegada ao Hotel New Otani Tokyo, Garden Tower ou ao Hotel Grand Nikko Tokyo Daiba ou similar. Direito à ocupação do quarto a partir das 15h. Neste dia no hotel, no lobby junto à recepção da torre principal haverá entre as 14h e as 20h uma mesa de informações com um guia do representante local. Alojamento.

### 3º Dia – TÓQUIO

Pequeno-almoço no hotel. Tóquio, capital do Japão desde 1868, está localizada na Ilha de Honshu, frente à baía que se abre sobre o Oceano Pacífico e rodeada a norte pela fértil planície de Kanto. Apesar de muito modernizada, Tóquio ainda conserva o seu encanto de outrora, bem representado nas festas típicas e nos seus costumes tradicionais. Pelas 08h20 encontro com o guia local no lobby do piso térreo / piso 1, na torre principal (The Main), para início da visita de meio-dia à cidade de Tóquio. Durante a visita será dado destaque ao Santuário Meiji, dedicado ao ex-imperador Mutsuhito; à Praça do Palácio Imperial (não se entra no recinto do palácio), rodeado de grandes muralhas, fossos e belos jardins, sendo hoje a residência oficial do Imperador do Japão; ao Templo de Senso-ji; e à rua comercial de Nakamise. A visita terminará pelas 13h na famosa zona de Ginza, conhecida pelas lojas luxuosas, restaurantes e entretenimento. Tarde livre. O guia dará as devidas explicações de como regressar ao hotel. Como atividade **opcional** poderá assistir à famosa Cerimónia do Chá em Asakusa. Os participantes nesta cerimónia não irão no autocarro até Ginza e necessitam de levar meias. Às 12h30, após a visita do templo e da rua comercial o guia indicará o ponto de encontro para o transporte ao local da cerimónia, a qual terá início às 13h. Esta atividade terminará às 14h na estação de metro de Asakusa, sendo que o assistente explicará aos participantes como regressar ao hotel. Recomendamos que os participantes desta atividade comam alguma coisa durante o tempo livre na rua Nakamise, pois a cerimónia não inclui almoço. Em algumas datas esta atividade não está disponível. Alojamento.

### 4º Dia – TÓQUIO / HAKONE / TÓQUIO

Pequeno-almoço no hotel. Pelas 07h50 encontro com o guia no lobby do hotel e saída em direção ao Parque Nacional de Hakone. Após a chegada, passeio de barco no lago Ashi, oportunidade de admirar as belíssimas paisagens do vale Owakudani e visitar o Museu ao Ar Livre de Hakone. Hakone é uma área montanhosa, com o lago Ashi repousando ao centro e o Monte Fuji quase sempre visível a noroeste. Caso o passeio de barco não se realize devido ao tempo (chuva e vento), em alternativa visitaremos Hakone Sekishoato ou o

Santuário Hakone-Jinja. Dependendo da densidade dos gases vulcânicos, há a possibilidade de não se poder visitar o vale Owakudani. **Almoço** em restaurante. Regresso ao hotel em Tóquio pelas 17h. Alojamento.

#### 5º Dia – TÓQUIO / KYOTO / NARA / KYOTO

Pequeno-almoço no hotel. Às 07h30 as malas serão enviadas diretamente para o hotel em Kyoto (aconselhamos a levar na bagagem de mão roupa e outros objetos indispensáveis para uma noite, caso a sua mala só chegue no dia seguinte). Cerca das 08h encontro com um assistente local no lobby do hotel e transporte para a estação de caminho-de-ferro. Partida às 09h21 no comboio bala Nozomi #227 com destino a Kyoto. Após a chegada pelas 11h32, receção pelo guia local e partida para Nara, a primeira capital do Império, situada 42 km a sul de Kyoto (cerca de 1h). Os 7 imperadores que governaram em Nara, protegeram a expansão do budismo e com a construção do Grande Buda de bronze, o maior do mundo, atingiram o apogeu desta cultura religiosa. Em Nara, durante a visita será dado destaque para o Templo Todaji (séc. XIII), onde se encontra uma enorme estátua de Buda; e o Parque de Nara, popularmente conhecido por Parque dos Veados. Ao final da tarde, regresso a Kyoto. Fundada em 794, Kyoto manteve-se o centro da civilização nipônica durante mais de mil anos. Mesmo hoje, apesar de a capital ter mudado para Tóquio, Kyoto mantém a sua posição de centro histórico e cultural do país. Chegada pelas 18h | 18h30 e transporte ao Hotel Kyoto Tokyou ou similar. Alojamento.

#### 6º Dia – KYOTO

Pequeno-almoço no hotel. De manhã, pelas 08h20 encontro com o guia no lobby. Início da visita Kyoto com destaque para o Templo de Sanjusangendo, com 1000 estátuas de Kannon, deus da misericórdia; o Santuário Fushimi Inari, com inúmeros pórticos “torii”; o Templo Kinkaku-ji (séc. XIV), também conhecido por Pavilhão Dourado; o Templo Tenryu-ji (séc. XIV), famoso pelo seu jardim de pedras tipicamente japonês; e o Bosque de Bambu de Sagano em Arashiyama. **Almoço** em restaurante. Regresso ao hotel pelas 17h30. Para os que queiram visitar ao famoso bairro das geishas, Gion, seguirão no autocarro. Passeio no bairro de Gion e regresso ao hotel por conta própria. Alojamento.

#### 7º Dia – KYOTO

Pequeno-almoço no hotel. Dia inteiramente livre em Kyoto. Aconselhamos a **excursão opcional** a Hiroshima e Miyajima (consultar suplemento). Às 07h30 transporte para a estação de caminho-de-ferro e partida às 08h26 em comboio bala Nozomi #3 com destino a Hiroshima. Chegada a Hiroshima cerca das 10h e início da visita, com destaque para o Santuário Xintoísta de Itsukushima, do séc. VI, na ilha de Miyajima, famoso pelo seu pórtico “torii”, que se encontra sobre a água, e que é Património da Humanidade pela UNESCO. De seguida visitaremos o Parque e Museu do Memorial da Paz e a Cúpula Genbaku, também conhecida por Cúpula da Bomba Atômica pelos japoneses. Regresso a Kyoto pelas 17h57 no comboio bala Nozomi #52. Chegada à estação de caminho-de-ferro cerca das 19h37 e transporte por conta própria no shuttle do hotel ou de táxi). Alojamento.

#### 8º Dia – KYOTO / KANAZAWA

Pequeno-almoço no hotel. Hoje as malas serão enviadas diretamente para o hotel em Osaka, por essa razão deverão na bagagem de mão levar roupa e outros objetos indispensáveis para as noites em Kanazawa e Gero. Pelas 08h encontro com o guia local no lobby do hotel e transporte de autocarro de turismo com destino a Kanazawa, onde se chegará pelas 12h. Visita de Kanazawa, a qual incluirá alguns dos principais pontos de interesse da cidade, tais como o Mercado Omicho, animado mercado de peixe, marisco e legumes; o Bairro Higashichaya; e o Jardim Kenrokuen, um dos mais famosos do Japão. Após a visita, pelas 17h-17h30, transporte ao Hotel Kanazawa Tokyou ou similar. Alojamento.

#### 9º Dia – KANAZAWA / SHIRAKAWAGO / TAKAYAMA / GERO

Pequeno-almoço no hotel. Pelas 08h15 encontro com o guia local no lobby do hotel e saída com destino a Shirakawago. Trata-se de uma aldeia tradicional que se localiza na fronteira dos denominados alpes do Japão, a cerca de 1h de Takayama, famosa pelas suas habitações tradicionais, aí chamadas gasshokukuri, inteiramente construídas em madeira e com telhado coberto por plantas de arroz, que são trocadas a cada 5 anos. Foi juntamente com a aldeia de Gokayama, declarada Património Mundial da Humanidade pela UNESCO. De seguida partida com destino a Takayama. **Almoço** em restaurante. Visita desta pequena e tradicional cidade, situada na província de Gifu. Destaque para o bairro típico e histórico de Kami-Sannomachi; e o Takayama Matsuri Yatai Kaikan, museu e salão de exposição dos exclusivos e espetaculares carros alegóricos do Festival de Takayama. Após a visita, pelas 18h, transporte para o Gero. Chegada pelas 19h ao alojamento tradicional Ryokan Suimeikan (Edifício Hisenkaku ou Sansuikaku), em quarto típico japonês, ou ao Ryokan Ogawayaya, em quarto típico japonês, ou um ryokan similar. Aconselhamos a experimentar um banho de águas termais Onsen. **Jantar** típico japonês no Ryokan. Alojamento.

#### 10º Dia – GERO / NAGOYA

Pequeno-almoço no ryokan. Encontro com o guia local no lobby pelas 08h15. Transporte em autocarro privado com destino a Nagoya. Chegada às 10h45 a Nagoya, seguindo-se a visita panorâmica da cidade. Destaque para o Museu Comemorativo de Tecnologia e Indústria da Toyota. Tempo livre para almoço no restaurante do museu (não incluído). Visita do famoso Castelo de Nagoya (a torre de menagem encontra-se encerrada), e entrada no Palácio Honmaru Goten, que tem paredes e portas corridas de papel com belíssimas pinturas. Pelas 17h transporte ao Hotel Nikko Style Nagoya ou similar. Alojamento.

#### 11º Dia – NAGOYA / ISE / TOBA

Pequeno-almoço no hotel. Hoje as malas serão enviadas diretamente para o hotel em Osaka, por essa razão deverão na bagagem de mão levar roupa e outros objetos indispensáveis para as noites em Toba e Nachi-Katsuura. Encontro com o guia local no lobby pelas 08h e transporte em autocarro privado com destino a Ise (cerca de 1h45). Após a chegada visita do Santuário de Ise, o mais



importante santuário xintoísta no Japão, consagrado à deusa do sol Amaterasu-Omikami; seguindo-se a rua Oharaimachi, as ruelas Okage e Yokochō, localizadas num bairro que preserva a atmosfera da época dos samurais. **Almoço** na Casa Anta, onde se come peixe e marisco capturados e cozinhados por mergulhadoras (não há comida alternativa, caso não seja do agrado, terão de comer algo, por conta própria, na rua Oharaimachi). De tarde visita à Ilha das Perolas Mikimoto, que inclui uma demonstração das mergulhadoras e o museu dedicado ao cultivo de pérolas (a demonstração poderá não ser realizada caso o tempo não esteja propício). Pelas 16h30 transporte para o Hotel Toba Internacional ou similar. **Jantar** e alojamento.

#### 12º Dia – TOBA / ISE / KUMANO / NACHI-KATSUURA

Pequeno-almoço no hotel. Às 08h30 encontro com o guia local no lobby do hotel. Saída do hotel para se visitar, na zona de Ise, Meotoiwa, duas rochas no mar amarradas com uma corda grossa de palha, local sagrado onde se diz que os deuses descem, mas também simbolizam um casamento feliz. De seguida, em Kumano, conheceremos Onigajo, um conjunto de formações rochosas e grutas esculpidas pela erosão do mar e do vento. **Almoço** em restaurante. De tarde, caminhada leve pelo Trilho Kumano, desde Daimonzaka (encosta de paralelepípedos ladeada por cedros) até à Cascata Nachi (cerca de 2h). No trajeto encontramos o Santuário Kumano Nachi, um dos 3 grandes santuários de Kumano, destino da rota de peregrinação xintoísta; o Templo Seigantoji, com um pagode de 3 andares; e a Cascata Nachi, com mais de 130 metros de altura. Chegada a Nachi-Katsuura, **jantar** e alojamento no Ryokan Kamenoi Hotel ou similar.

#### 13º Dia – NACHI-KATSUURA / KOYASAN / OSAKA

Pequeno-almoço no ryokan. Encontro com o guia local no lobby pelas 08h15. De seguida, partida em veículo privado com destino a Koyasa, situada a aproximadamente 3h45 de Nachi-Katsuura (breve paragem no trajeto). Após a chegada a Koyasa, **almoço** vegetariano “Shojin-ryori”, seguindo-se uma experiência de meditação num dos mosteiros budistas “Shukubo”. De tarde, visitamos o Templo Kongobuji, o centro da Escola Shingon do budismo; o cemitério Okunoin, com mais de 200.000 lápides e cenotáfios no meio de um bosque de cedros milenários. Após a visita, partida com destino a Osaka, cerca de 2h de viagem. Pelas 15h15 chegada ao Hotel Sheraton Miyako ou similar. Alojamento.

#### 14º Dia – OSAKA / LISBOA ou PORTO

Pequeno-almoço no hotel (dependendo da hora do voo). Direito à ocupação do quarto até às 11h. Em hora a indicar localmente encontro com o assistente local no lobby do hotel. Transporte no embarque no transporte regular Airport Limousine Bus com destino ao aeroporto (o assistente não acompanha os passageiros). Após a chegada ao aeroporto, formalidades de embarque e partida em voos regulares com destino a Lisboa ou Porto, via uma cidade de ligação. Noite a bordo.

#### 15º Dia – LISBOA ou PORTO

Chegada a Portugal ao final da tarde.

**FIM DA VIAGEM**



**O PREÇO INCLUI:**

- Passagem aérea em classe económica para o percurso Lisboa ou Porto / Cidade de Ligação / Tóquio – Osaka / Cidade de Ligação / Lisboa ou Porto, em voos regulares, com direito ao transporte de 23 Kg de bagagem (1 mala);
- Transporte em autocarro de serviço regular Airport Limousine Bus para o percurso aeroporto de Narita ao hotel. No caso de chegadas ao aeroporto de Haneda o transporte será em táxi;
- Passagem de comboio em classe económica para percurso Tóquio / Kyoto;
- Transporte de autocarro de turismo para o percurso Kyoto / Kanazawa / Shirakawago / Takayama / Gero / Nagoya / Toba / Nachi-Katsuura / Osaka;
- Transporte em autocarro de serviço regular Airport Limousine Bus do terminal de autocarros situado ao lado do hotel para os aeroportos de Osaka;
- 10 noites de alojamento em hotéis de 4\* incluindo o pequeno-almoço;
- 2 noite em alojamento tradicional Ryokan em Gero e Nachi-Katsuura, incluindo o pequeno-almoço;
- 6 Almoços e 3 Jantares;
- Todos os transportes como indicado no programa;
- Guias locais falando espanhol;
- Todas as visitas e entradas mencionadas no itinerário;
- Assistência local pelo nosso representante;
- Todos os impostos aplicáveis;
- Taxas de aeroporto e combustível;
- Seguro Multiviagens PVFM Premium5K+CIV.

**O PREÇO NÃO INCLUI:**

- Bebidas às refeições;
- Gratificações (bagageiros, motorista, guia e restaurantes);
- Despesas de carácter pessoal e tudo o que não esteja como incluído de forma expressa.

