

KARMATRAVEL CLUB

ПРОЕКТ АЛЕКСЕЯ СИТНИКОВА

ЯПОНИЯ

ПСИХОЛОГИЯ ДОЛГОЛЕТИЯ

20-27 ОКТЯБРЯ 2023 Г.

8 дней / 7 ночей





8 ДНЕЙ / 7 НОЧЕЙ

ЯПОНИЯ – ЧЕМПИОН ПО
ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОСТИ
ЖИЗНИ НА ПЛАНЕТЕ.

В настоящее время в Японии проживает
более 30 тысяч человек старше 100 лет.

Во время путешествия мы познакомимся
с японским образом жизни, узнаем
о феномене японского долголетия
и разберемся, как применить эту
практику в своей жизни.

ПРОГРАММА (КРАТКО)

ДЕНЬ 1 // 20 ОКТЯБРЯ (ПТ)

Прибытие на Окинаву

ДЕНЬ 2 // 21 ОКТЯБРЯ (СБ)

Окинава. Деревня

ДЕНЬ 3 // 22 ОКТЯБРЯ (ВС)

Перелет в Киото. Джо Окада.
Чайная церемония

ДЕНЬ 4 // 23 ОКТЯБРЯ (ПН)

Киото. Фотосессия в кимоно

ДЕНЬ 5 // 24 ОКТЯБРЯ (ВТ)

Ритуал очищения огнем.
Переезд на Миэ

ДЕНЬ 6 // 25 ОКТЯБРЯ (СР)

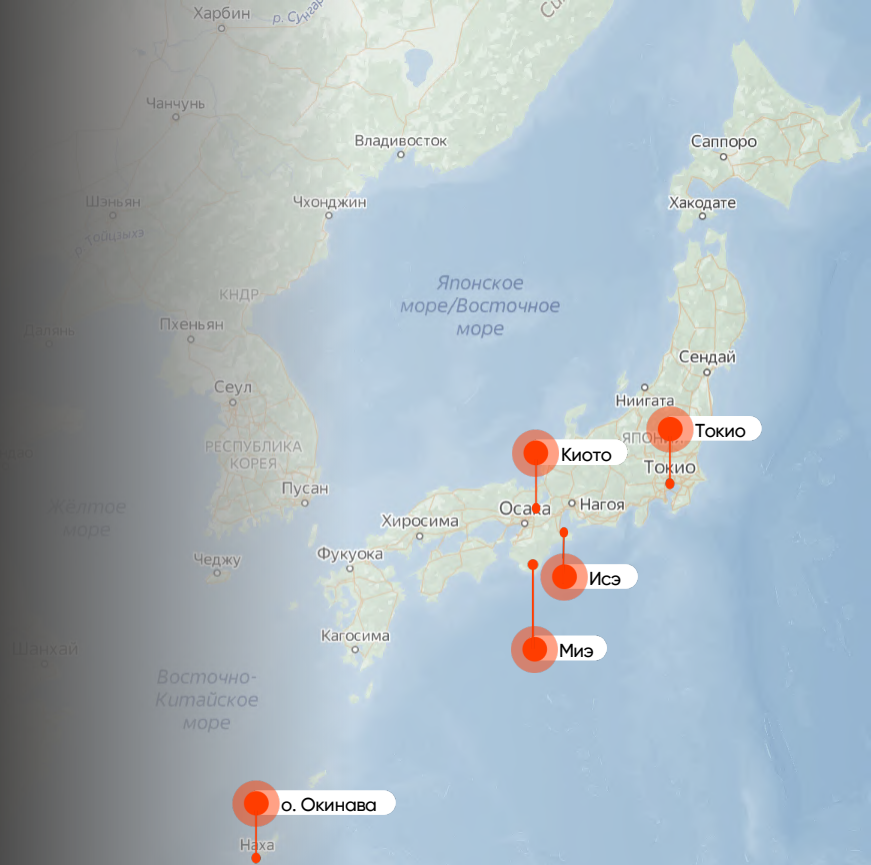
Исэ. Микимото. Жемчуг
и ныряльщицы ама

ДЕНЬ 7 // 26 ОКТЯБРЯ (ЧТ)

Переезд в Токио

ДЕНЬ 8 // 27 ОКТЯБРЯ (ПТ)

Токио. Отъезд





ДЕНЬ 1 // 20 ОКТЯБРЯ (ПТ)

ПРИБЫТИЕ НА ОКИНАВУ

Прилет на Окинаву (аэропорт Наха).

Ночь на Окинаве в отеле





ДЕНЬ 2 // 21 ОКТЯБРЯ (СБ)

ОКИНАВА. ДЕРЕВНЯ

Утром Алексей Ситников прочитает лекцию.

А после обеда посетим деревню долгожителей на Окинаве. Там пообщаемся с местными долгожителями.

Увидим, как выращивают местный цитрус «сикваса». Посмотрим на местных бабушек, которые ткут ткань «басёфу», традиционную для королевства Рюкю.

Вечером – ужин культурным шоу (окинавские танцы и музыка).





ДЕНЬ 3 // 22 ОКТЯБРЯ (ВС)

ПЕРЕЛЕТ В КИОТО. ДЖО ОКАДА. ЧАЙНАЯ ЦЕРЕМОНИЯ

Перелет в Киото (аэропорт Итами, Осака).

Обед с собой (бэнто).

Трансфер в Киото.

Погуляем по Киото в компании живой легенды – Джо Окада. Он популярнейший медиа-персонаж и старейший работающий англоговорящий гид Японии. Джо 87 лет.

А потом для нас устроят чайную церемонию.

Ужин в отеле.

Ночь в Киото в отеле 5*.

A photograph of an elderly man, Joe Okada, dressed in traditional Japanese samurai attire, including a dark brown kimono and hakama. He has a long white beard and wears glasses. He is holding a katana with both hands, the blade pointing towards the right. The background is a rustic, traditional Japanese setting with wooden structures, bamboo, and a red and white striped flag on the left.

JOE OKADA: LAST SAMURAI

//
ВЫСТУПЛЕНИЯ
ОКАДА-САН НА ПУБЛИКЕ

были показаны по федеральным
японским каналам ТВ около
1000 раз.

ДЕНЬ 4 // 23 ОКТЯБРЯ (ПН)

КИОТО. ФОТОСЕССИЯ В КИМОНО

В этот день переоденемся в кимоно и устроим фотосессию с профессиональным фотографом в старинном районе Киото – Арасияма.

Обед в городе.

На ужин попробуем высокую японскую кухню кайсэки в компании гейши или майко.

Ночь в Киото в отеле 5*.



ДЕНЬ 5 // 24 ОКТЯБРЯ (ВТ)

РИТУАЛ ОЧИЩЕНИЯ ОГНЕМ. ПЕРЕЕЗД НА МИЭ

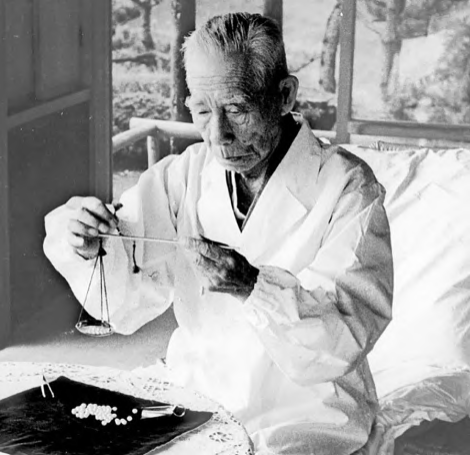
Сегодня мы отправимся в буддийский храм в Нара, посетим службу и пройдем ритуал очищения огнем «гома», сопровождаемый чтением сутр и игрой на огромных барабанах тайко. По окончании церемонии можно отдать любую вещь монаху для «очищения» священным огнем.

Обед японской говядиной Мацудзакэ.

Ужин в отеле.

Ночь на Миэ в отеле 5*.





ДЕНЬ 6 // 25 ОКТЯБРЯ (СР)

ИСЭ. МИКИМОТО. ЖЕМЧУГ И НЫРЯЛЬЩИЦЫ АМА

Посетим храм Исэ.

А затем встретимся с ныряльщицами ама. Они расскажут, как в прошлом жемчуг добывался без водолазного оборудования, с использованием только традиционных инструментов.

Съездим на остров Микимото, сходим в музей и магазин, где можно купить украшения из жемчуга.

Обед в местном ресторане.

Ужин в глэмпинге – французская кухня с видом на море.

Ночь на Миэ в отеле 5*.



ХРАМ ИСЭ

ДЕНЬ 7 // 26 ОКТЯБРЯ (ЧТ)

ПЕРЕЕЗД В ТОКИО

Транфер на станцию Нагоя.

Едем в Токио на скоростном поезде-синкансэн.

Экскурсия по Токио.

Обед в городе.

Поедим традиционным блюдом-тянко-набэ вместе с борцом сумо.

Ночь в Токио в отеле 5*.





ДЕНЬ 8 // 27 ОКТЯБРЯ (ПТ)

ТОКИО. ОТЪЕЗД

Проведем время в Токио.

Программа зависит от времени вылета.

Трансфер в аэропорт и вылет домой.



НАТАЛИЯ +7(903)673 63 99

KARMATRAVEL CLUB
ПРОЕКТ АЛЕКСЕЯ СИТНИКОВА

ЯПОНИЯ С KARMATRAVEL | NG@SITNIKOV.RU



ПРОЖИВАНИЕ

ОТЕЛИ 5* //

НАТАЛИЯ +7(903)673 63 99

KARMATRAVEL CLUB
ПРОЕКТ АЛЕКСЕЯ СИТНИКОВА

ЯПОНИЯ С KARMATRAVEL | NG@SITNIKOV.RU

ОТЕЛИ 5* //





СТОИМОСТЬ

\$ 15 790

При двухместном размещении

\$ 20 110

При одноместном размещении

ЧТО ВХОДИТ В СТОИМОСТЬ

- Проживание в отелях 5* в соответствии с программой.
- Питание: завтраки, обеды и ужины, 2 бокала вина за ужином.
- Трансферы на автобусе с группой.
- Внутренний авиаперелет Окинава-Осака.
- Переезд на скоростном поезде-синкансэн Нагоя-Токио.
- Лекция Алексея Ситникова.
- Экскурсии и активности с русскоговорящим гидом в соответствии с программой.

ЧТО НЕ ВХОДИТ

- Международные авиаперелеты.
- Медицинская страховка.
- Личные расходы и покупки.
- Экскурсии, услуги и активности, не указанные в программе.
- Питание, не указанное выше.
- Премиальный алкоголь.
- Виза в Японию.



ВИЗА

Гражданам России нужна виза. Виза оформляется в консульском отделе посольства Японии в Москве.

Оформить визу можно с нашей помощью или самостоятельно.

Паспорт должен быть действителен до выезда из Японии. В паспорте должна быть как минимум 1 чистая страница.

УСЛОВИЯ БРОНИРОВАНИЯ И ОТМЕНЫ

- При бронировании поездки оплачивается 100% ее стоимости.
- При отмене брони до 14 июня оплата возвращается.
- При отмене брони с 15 июня до 14 июля удерживается 30% стоимости поездки.
- При отмене брони с 15 июля до 14 августа удерживается 50% стоимости поездки.
- При отмене брони после 15 августа удерживается 100% стоимости поездки.

КОВИД

Для въезда в Японию необходимо иметь вакцинацию от ковида и бустерную дозу.

Для не вакцинированных или тех, у кого нет бустерной дозы, необходимо сделать ПЦР-тест за 72 часа до вылета.

Также требуется заполненная анкета.

(Правила могут измениться).



РЕКОМЕНДУЕМЫЕ АВИАПЕРЕЛЕТЫ

Текущий вариант – Emirates

Туда – с 2 пересадками.

На сегодняшний день это самый удобный вариант.

19 октября 17:30–23:25

Москва (ДМД)–Дубай / EK 134

Обратно:

28 октября 00:05–06:20

Токио–Дубай / EK 313

20 октября 03:00–17:15

Дубай–Осака / EK 136

28 октября 10:10–14:25

Дубай–Москва (ДМД) / EK 133

20 октября 20:15–22:20

Осака–Окинава (только эконом)

/ NH1739 (выполняется ANA WINGS)

Эконом–класс от 140 000 руб

Бизнес+эконом класс от 600 000 руб

Возможен вариант на Etihad со стоповером в Сеуле

Туда:

17 октября 11:40–18:15

Москва (ШРМ)–АбуДаби / EY 066

Обратно:

27 октября 17:10– 23:20

Токио –АбуДаби / EY 871

17 октября 22:15– 11:40 +1

АбуДаби– Сеул / EY 856

28 октября 03:45– 08:20

АбуДаби –Москва/ EY 065

Эконом класс от 152 000 руб

20 октября 08:00– 10:20

Сеул–Окинава / EY8485

Бизнес класс от 427 000 руб

ИХ КАЗАХСТАНА:

Asiana Airlines (Юж. Корея)

Туда:

19 октября 23:00–07:40

+1

АлмаАты –Сеул / OZ 578

20 октября 09:45 –11:55

Сеул–Окинава / OZ 172

Обратно:

27 октября 13:20– 15:50

Токио–Сеул / OZ 101


27 октября 18:05– 21:40

Сеул–АлмаАты / OZ 577

Эконом–класс от 90 000 руб.

Бизнес–класс от 200 000 руб.

Стоимость авиабилетов дана ориентировочно и меняется ежедневно.



НАТАЛИЯ
ГУНДЕРИНА
ПРОДЮСЕР ПРОЕКТА
+7 903 673 63 99
NG@SITNIKOV.RU

KARMA TRAVEL CLUB
ПРОЕКТ АЛЕКСЕЯ СИТНИКОВА