

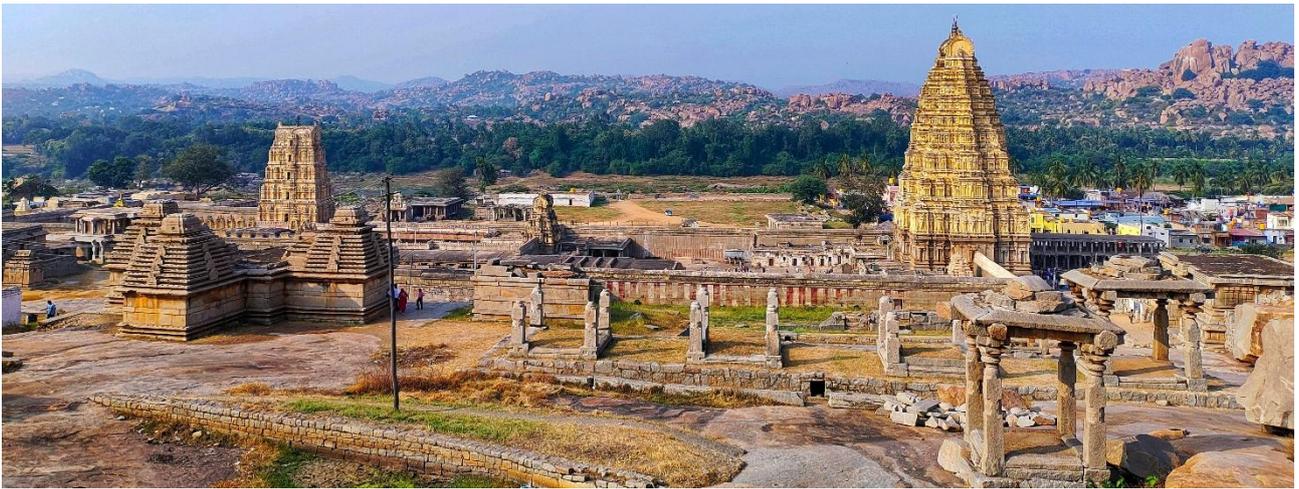
SUL DA ÍNDIA

A Arte de Bem Viver

Grupo com **Márcia De Luca**

14 de fevereiro a 01 de março de 2025





“Índia, país milenar de cores, cheiros e sabores que detém um imenso conhecimento e sabedoria. Venha conhecer essas terras sagradas que alimentam não só os nossos sentidos, mas sobretudo nossa alma e os anseios mais profundos do nosso coração. Não existe nada mais enriquecedor do que as experiências de uma viagem de conhecimento. Vamos praticar yoga, meditação, resgatar valores essenciais, entender os arquétipos energéticos das divindades que ali habitam e muito mais. Vem, espero por você. Vamos decolar?”

– Márcia De Luca

ESPECIALISTA MÁRCIA DE LUCA



Estudiosa de Yoga, Meditação e Ayurveda há mais de 40 anos. Formou-se pelo *The Chopra Center for Well-Being* e aprofundou seus conhecimentos nessa área com o médico americano Dr. David Frawley e vários mestres indianos. Dá palestras para empresas, consultoria, atendimento individualizado e celebra rituais de passagem, como casamentos. Ministra também grupos de estudos para inspirar pessoas no caminho da evolução espiritual. É autora de vários livros: *A idade do poder – Transformação, saúde e beleza para a mulher* (Tornado, 2002), *Ayurveda – Cultura do Bem-Viver* (Cultura, 2007), Trilogia *Yoga, Meditação e Ayurveda* para a Revista Caras, *Filosofia de Bem Viver* (Fontanar, 2015), *Vamos Brincar de Estátua* (Cia. das Letrinhas, 2014), *Let's Play Yoga* (The Experiment, 2018) e *Mindfulness em Família* (Fontanar, 2019). Todos os anos, Márcia viaja à Índia em busca de novos conhecimentos, além de levar seus alunos para vivenciarem *in loco* a sabedoria milenar desse país.



ROTEIRO RESUMIDO

1º dia: 14/02/2025 | São Paulo – Dubai

2º dia: 15/02/2025 | Dubai – Kochi

3º dia: 16/02/2025 | Kochi

4º dia: 17/02/2025 | Kochi – Kumarakon

5º dia: 18/02/2025 | Kumarakon

6º dia: 19/02/2025 | Kumarakon

7º dia: 20/02/2025 | Kumarakon – Kochi – Bangalore

8º dia: 21/02/2025 | Bangalore

9º dia: 22/02/2025 | Bangalore – Hampi

10º dia: 23/02/2025 | Hampi

11º dia: 24/02/2025 | Hampi

12º dia: 25/02/2025 | Hampi – Hyderabad

13º dia: 26/02/2025 | Hyderabad

14º dia: 27/02/2025 | Hyderabad – Mumbai

15º dia: 28/02/2025 | Mumbai

16º dia: 01/03/2025 | Mumbai – Dubai – São Paulo

ROTEIRO DETALHADO

LEGENDA DE REFEIÇÕES INCLUSAS:

C: Café da manhã | **A:** Almoço | **J:** Jantar

1º Dia – 14/02/2025 | São Paulo – Dubai (-/-/-)

Voo São Paulo a Dubai.

2º Dia – 15/02/2025 | Dubai – Kochi (-/-/J)

Voo de Dubai a Kochi. Chegada em **Kochi** por volta das 08h55 e traslado ao hotel. **Kochi**, ou Cochin, é a cidade mais charmosa de Kerala. Antigamente, era o primeiro ponto de parada na Índia para os árabes, chineses e, finalmente, para os comerciantes europeus, sendo conhecida como a "Rainha do Mar Árabe". Atraído pela promessa de especiarias, o português Vasco da Gama chegou em 1500, e os frades franciscanos, que acompanharam o explorador Pedro Álvares Cabral, estabeleceram uma igreja católica e começaram a converter os nativos. Em 1663, Cochin foi tomada pelos holandeses e depois pelos britânicos em 1795. Restante do dia livre.

3º Dia – 16/02/2025 | Kochi (C/-/-)

Após o café da manhã, iniciaremos o passeio pela cidade, visitando os principais pontos turísticos: as **famosas redes de pescaria** chinesas do **Forte Kochi**, a **Igreja de São Francisco**, considerada a mais antiga igreja europeia na Índia, o **Palácio Mattancherry**, conhecido também como Palácio Holandês, e o **bairro judeu**, incluindo a sinagoga judaica, a mais antiga entre as nações do Commonwealth.



4º Dia – 17/02/2025 | Kochi – Kumarakon (C/-/-)

Após o café da manhã, seguiremos para **Kumarakom**, via Kollencheri (2 horas aproximadamente). Nesse local, teremos uma experiência única com um almoço na casa de Ananda Jyothi, astrólogo e cineasta indiano. Conheceremos uma autêntica casa do sul da Índia e nela saborearemos uma comida deliciosa. Ananda Jyothi nos presenteará com uma leitura de mãos. Logo após, seguiremos viagem para Kumarakon (aproximadamente 2 horas). Na chegada, traslado ao hotel.

5º Dia – 18/02/2025 | Kumarakon (C/A/-)

Na parte da manhã, faremos um passeio pelos **Backwaters** em barcos tradicionais chamados Kettuvalam. Desfrutaremos de um cruzeiro navegando por águas tranquilas e verdejantes. Conheceremos o estado de Kerala navegando pelos encantadores canais e contemplando a beleza natural, além de vivenciar um estilo de vida pouco modificado ao longo dos séculos. O almoço será servido no próprio barco. Retorno ao hotel e tarde livre para relaxar no hotel.



6º Dia – 19/02/2025 | Kumarakon (C/-/-)

Dia Livre.

7º Dia – 20/02/2025 | Kumarakon – Kochi – Bangalore (C/-/-)

Após o café da manhã, seguiremos viagem terrestre de Kochi até o aeroporto, onde pegaremos um voo para **Bangalore** (91 508 15h15 / 13h40). Na chegada, traslado ao hotel e restante do dia livre. **Bangalore**, ou **Bengaluru**, é a capital do estado de Karnataka e, no passado, era o centro do domínio colonial britânico no sul da Índia. A cidade era uma estação preferida para o Exército Britânico devido ao seu clima agradável durante todo o ano. Bangalore foi chamada de cidade da aposentadoria por muitos anos, mas após a década de 1960, muitas indústrias

de telecomunicações e software mudaram-se para lá. Agora é conhecida como o Vale do Silício da Índia em razão de sua posição preeminente como o principal empregador e exportador de TI do país. Bangalore combina um charme antigo e pitoresco, apesar de sua reputação como uma cidade moderna e de alta tecnologia. A cidade oferece uma experiência variada com palácios, museus, templos, igrejas e jardins.

8º Dia – 21/02/2025 | Bangalore (C/-/-)

Após o café da manhã, seguiremos para o **Palácio de Verão de Tipu Sultan**, construído exclusivamente para conduzir o durbar, que lidaria com os acontecimentos no território. A maioria dos palácios era feita de pedra ou tijolo, mas essa estrutura única foi completamente construída de madeira, sendo assim conhecida como Palácio de Madeira. Tudo o que foi usado para construir o palácio, desde as colunas delicadamente esculpidas até as vigas e o teto, é de madeira. Essa arquitetura é uma fusão dos estilos sarraceno e indiano. Depois, passaremos pelo edifício neo-dravídico **Vidhana Soudha**, o secretariado do governo e a assembleia legislativa. Visitaremos também os jardins botânicos de **Lal Bagh**, que pertencem aos governantes islâmicos de Bangalore. O jardim oferece uma variedade de árvores antigas, muitos lagos, terraços de plantas e uma diversidade de ervas e plantas espalhadas por acres. Por fim, iremos ao **Templo do Touro**, onde a divindade é um grande touro de granito, veículo de Shiva. Retorno ao hotel.



9º Dia – 22/02/2025 | Bangalore – Hampi (C/-/J)

Após o café da manhã, traslado ao aeroporto para voo a **Hampi** (91 527 12h00 / 13h25). Na chegada, traslado ao hotel e restante do dia livre.

10º Dia – 23/02/2025 | Hampi (C/-/J)

Após o café da manhã, visitaremos um dos mais belos sítios arqueológicos da Índia, as ruínas

de **Vijayanagara**. Protegido pelo rio Tungabhadra ao norte e pelas rochas de granito pelos outros 3 lados, o complexo narra a história de uma época de muita riqueza e esplendor.



11º Dia – 24/02/2025 | Hampi (C/-/J)

Este dia será dedicado ao **sítio arqueológico de Hampi**. Diz um ditado indiano que, se um sonho fosse feito de pedra, esse sonho seria Hampi, que foi construída no século 14. Visitaremos uma das maiores e mais famosas estruturas do local, o **Vittala Temple**, localizado na margem sul do rio Tungabhadra e famoso pela Carruagem de Pedra e pelos Pilares Musicais.

12º Dia – 25/02/2025 | Hampi – Hyderabad (C/-/-)

Manhã livre. Na hora determinada, traslado para o aeroporto e voo a **Hyderabad (9! 870 13h50 / 15h05)**. Na chegada, traslado ao hotel.

13º Dia – 26/02/2025 | Hyderabad (C/-/-)

Após café da manhã, visitaremos o **Forte Golconda**, usado como defesa desde o século 14. Em seguida, iremos à **Charminar**, local mais famoso da cidade. Considerado um exemplo da arquitetura Cazia, está localizado no coração da cidade. Logo após, seguiremos para a **Mecca**

Masjid, uma das maiores mesquitas da Índia, exemplo da arquitetura Qutb Shahi. Por fim, conheceremos o **Chowmahalla Palace**, antiga sede oficial da Dinastia Asaj Jahi. Retorno ao hotel.



14º Dia – 27/02/2025 | Hyderabad – Mumbai (C/-/-)

Após o café da manhã, visitaremos o **Museu Salar Jung**. Esta é uma coleção extraordinária do nobre e colecionador de arte Yousuf Ali Khan Salar Jung III. Em seguida, visitaremos o **Lad Bazar**, uma rua bastante antiga e estreita, sempre cheia de pessoas, agitação, atividade e produtos variados. Também é conhecida pelos seus artesãos que confeccionam bordados em ouro e prata, em uma diversidade de tecidos. No final da tarde, traslado ao aeroporto para voo a Mumbai (AI 652 17h05 / 18h30). Na chegada, traslado ao hotel.

15º Dia – 28/02/2025 | Mumbai (C/-/-)

Após o café da manhã, visitaremos o **Portal da Índia**, construído pelos britânicos e projetado pelo arquiteto George Wittet. A primeira pedra dessa estrutura de estilo indo-sarraceno foi lançada em 31 de março de 1911. O projeto final foi aprovado em 1914 e inaugurado formalmente em 1924. Iremos à área de **Dhobi Ghat**, onde há filas de tanques de lavagem de concreto ao ar livre, cada um equipado com sua própria pedra de bater roupa. Em seguida,

passaremos pela **Flora Fountain** e pela **Estação Victoria**, uma estação ferroviária histórica em Mumbai, considerada Patrimônio da Unesco. Ela foi projetada por Frederick William Stevens, com influências da arquitetura gótica vitoriana italiana e dos edifícios tradicionais mogóis, e construída em 1887. Mais tarde, visitaremos **Mani Bhavan**, um pequeno edifício que foi a residência de Mahatma Gandhi durante suas numerosas visitas a Mumbai. Hoje, funciona como um encantador e pequeno museu. Finalizaremos o passeio pela **Marine Drive**, conhecida como o 'Colar da Rainha'. Retorno ao hotel.



16º Dia – 01/03/2025 | Mumbai – Dubai – São Paulo (-/-/-)

Na hora determinada, traslado ao aeroporto e voo a Dubai e conexão imediata com voo ao Brasil.

HOSPEDAGEM

Kochi | Taj Malabar Resort & Spa

[Site do hotel](#)

Categoria 5 estrelas



Kumarakon | Kumarakon Lake Resort

[Site do Hotel](#)

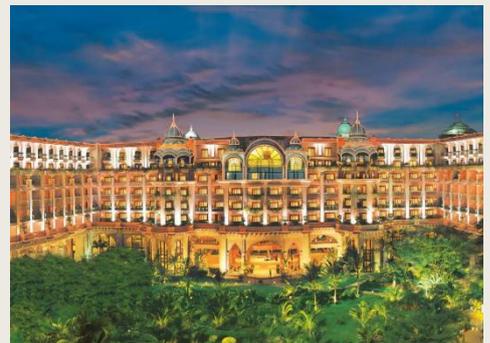
Categoria 5 estrelas | Meandering Pool Villa



Bangalore | The Leela Palace

[Site do Hotel](#)

Categoria 5* | Deluxe Room



Hampi | Evolve Back Resort

[Site do Hotel](#)

Categoria 5 estrelas | Nivas Suite



Hyderabad | Taj Falaknuma Palace

[Site do Hotel](#)

Categoria 5 estrelas | Palace Room



Mumbai | Taj Mahal Palace

[Site do Hotel](#)

Categoria 5* | Luxury Grand Sea



VALORES (*Parte Terrestre*)

Valores em Dólares Americanos (USD), por pessoa:

Grupo de 10 ou mais pessoas:

	Valor	Parcelado	Taxas e Impostos à parte
Por pessoa em quarto duplo	USD 10.990,00	Entrada USD 3.850,00 + 6 x USD 1.190,00	USD 715,00
Por pessoa em quarto single	USD 15.340,00	Entrada USD 5.380,00 + 6 x USD 1.660,00	USD 995,00

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

Desconto de 5% para pagamento à vista.

Parcelamento em todos os cartões de crédito

Taxas e impostos serão pagos juntamente com a entrada

Para solicitar reserva | USD 500,00 por pessoa

PRAZO DE INSCRIÇÃO: 01/12/2025

Enviar ficha de reserva preenchida e cópia do passaporte

+ INCLUI:

- Acompanhamento da especialista Marcia De Luca*;

***Nota:** a especialista não necessariamente viajará no mesmo voo do grupo.

- Acompanhamento de guia local;
- Acomodação em hotéis conforme mencionado no roteiro, com café da manhã incluso;

- Refeições mencionadas como inclusas, conforme a informação na legenda (C= café da manhã, A= almoço, J= jantar);
- Voos mencionados no roteiro em classe econômica;
- Entradas nos locais de visita especificados no roteiro;
- Transporte privativo para o grupo nos deslocamentos previstos no roteiro;
- *Transfer In e Out* para o grupo, no voo referencial apenas;
- Assistência médica de viagem (cobertura USD 150 mil*) para pessoas com até 69 anos**

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

**** A partir de 70 anos, consulte-nos sobre condições diferenciadas.**

- NÃO INCLUI:

- Visto de entrada na Índia;
- Voos internacionais;
- Voos domésticos no Brasil e no exterior;
- *Early check-in* ou *late check-out* nos hotéis, exceto quando mencionado no roteiro;
- Upgrade de hotel ou categorias de apartamentos;
- Despesas pessoais, como lavanderia, telefonemas, internet, refeições, entre outros;
- Visitas não citadas como inclusas;
- Refeições não mencionadas no roteiro;
- Bebidas nas refeições;
- Gorjetas aos guias, carregadores de malas, motoristas e em restaurantes;
- Qualquer item não citado acima como incluso.

DOCUMENTOS NECESSÁRIOS

Vistos | Brasileiros necessitam de visto para entrada na Índia.

Vacinas | É necessário o Comprovante Internacional de Vacinação contra Febre Amarela.

Passaporte | Com validade mínima de seis meses contados a partir da data final da viagem.




Latitudes
VIAGENS DE CONHECIMENTO

Informações e reservas: latitudes@latitudes.com.br | +55 11 3045 7740 ou 11 91056 0662