



Escuela de  
evolución personal

Viajes  
con Alma

Un camino de evolución personal

---

# Japón

En busca del Ikigai

9 al 20 May 2024

[info@escuelaphilae.com](mailto:info@escuelaphilae.com)

# Un viaje diferente

A veces, el destino nos tiene preparadas sorpresas que nos cambian la vida. Cuando viajamos, muchas veces lo hacemos pensando más en los paisajes que veremos, en los templos que visitaremos o en las fotos que haremos. Casi siempre prestamos más atención al “exterior” y nos olvidamos un poco del “interior”, de las experiencias de vida, del cambio que experimentaremos al regresar a casa.

En Philae tenemos como objetivo principal el viaje interior, la evolución de la conciencia, la conexión entre las personas, sin olvidar paisajes de ensueño, conocimiento de otras culturas y experiencias transformadoras.

Por eso, te proponemos acompañarnos a....



# Un viaje diferente

Por el lugar al que vamos...

- Escaparemos de nuestra rutina diaria, viajando a un continente cargado de magia y exotismo.
- Nos impregnaremos de la cultura del pueblo japonés, sumergiéndonos en su modo de vida, costumbres y tradiciones.
- Disfrutaremos de las modernas ciudades, de los magníficos templos y de la exuberante naturaleza del país, de la mano de guías locales y experimentados.
- Nos albergaremos en hoteles confortables, en alojamientos tradicionales japoneses denominados ryokan y hasta en un templo budista, siempre buscando la experiencia más auténtica.

Por los objetivos que perseguimos...

- Realizaremos actividades encaminadas al despertar y evolución de la conciencia.
- Iniciaremos un camino de transformación personal que permita descubrir nuestra verdadera esencia y nuestro poder.
- Experimentaremos el concepto de "creación de realidad", a través de ejercicios y dinámicas específicas.
- Descubriremos personas y generaremos vínculos que nos lleven a crear auténticas "redes humanas".
- Pondremos nuestro granito de arena en la creación de una nueva humanidad, despierta y consciente de su potencial infinito.



# Cuándo viajaremos

## MAYO 2024

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMINGO
		<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
<b>6</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>	<b>11</b>	<b>12</b>
<b>13</b>	<b>14</b>	<b>15</b>	<b>16</b>	<b>17</b>	<b>18</b>	<b>19</b>
<b>20</b>	<b>21</b>	<b>22</b>	<b>23</b>	<b>24</b>	<b>25</b>	<b>26</b>
<b>27</b>	<b>28</b>	<b>29</b>	<b>30</b>	<b>31</b>		



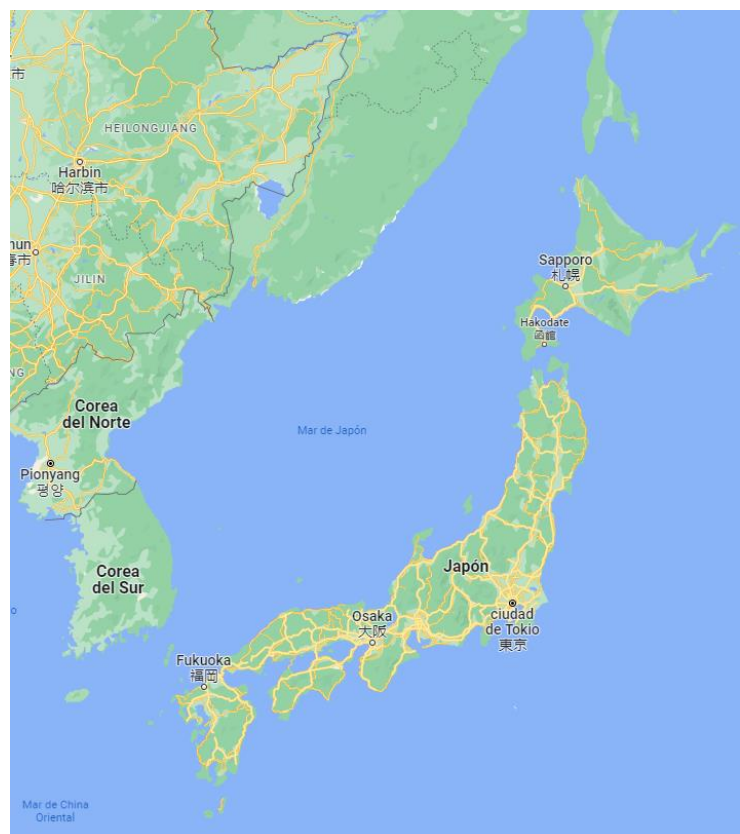
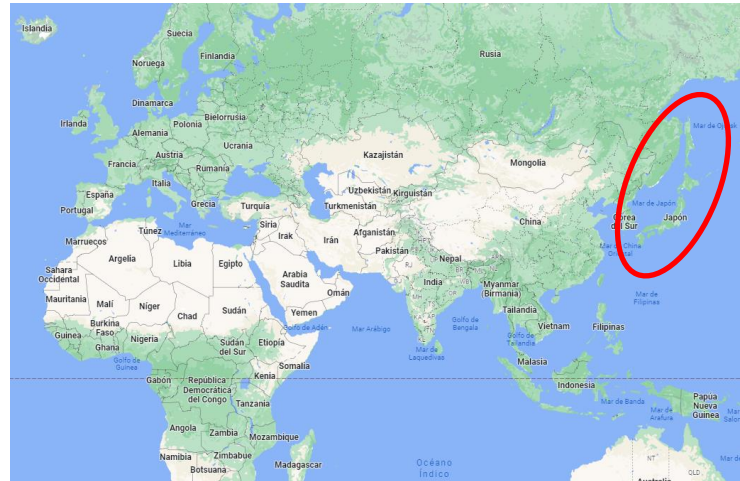
# Dónde viajaremos

Japón, cuyo nombre significa “el origen del sol”, es un país fascinante. Por su cultura, por su naturaleza, por su biodiversidad y sus pintorescos rincones, por los valores de respeto y orden de su sociedad. También por sus costumbres y tradiciones, en perfecta armonía con la modernidad. Y, cómo no, por su excelente gastronomía, reconocida mundialmente.

Japón es un archipiélago formado por casi 7.000 islas, situadas en el Océano Pacífico, aunque solo 430 están habitadas. Las 4 islas principales donde se concentra la población son: Hokkaidō, Honshū, Shikoku y Kyūshū. En este viaje visitaremos una parte de la más grande y poblada, Honshū, donde se encuentran las principales ciudades como Tokio, Kioto, Osaka, Nagoya o Yokohama. También se encuentran en esta isla el monte Fuji, emblema del país, la montaña sagrada de Koyasan y la histórica Nara, la ciudad de los ciervos.

Japón tiene una superficie de casi 380.000 km<sup>2</sup> (un 75% de la superficie de España), con una población de 123,7 millones de habitantes (2,5 veces la de España), lo que lo convierte en uno de los países con mayor densidad de población del mundo.

El gobierno de Japón tiene forma de monarquía parlamentaria, siendo Naruhito su emperador. Su moneda es el YEN y su PIB (Producto Interior Bruto) es el 3º del mundo, por detrás de EE UU y China.



# Programa de viaje



# El programa de viaje

DIA 1 / Jueves / 9 May '24

## Vuelo Madrid - Tokio

- ❑ Salida del aeropuerto de Madrid en vuelo de la compañía Etihad Airways con destino a Tokio Narita, con escala en Abu Dhabi:
  - ❑ EY0076 Madrid 10:35 h. – Abu Dhabi 19:25 h.
  - ❑ EY0878 Abu Dhabi 22:10 h. – Tokyo Narita 13:05 h. +1 (Llegada 10 Mayo)
- ❑ Noche a bordo, Llegada al día siguiente al de salida (diferencia horaria entre Madrid y Abu Dhabi: +2 horas) (diferencia horaria entre Madrid y Tokio: +7 horas)

VUELO	ORIGEN	DESTINO	DIF.HORARIA	SALIDA		LLEGADA		HORAS		
				FECHA	HORA	FECHA	HORA	VUELO	ESCALA	TOTAL
EY0076	MADRID	ABU DHABI	+2	09/05	10:35	09/05	19:25	6:50	2:45	9:35
EY0878	ABU DHABI	TOKIO NARITA	+5	09/05	22:10	10/05	13:05	9:55	0:00	9:55
<b>TOTAL</b>			<b>+7</b>					<b>16:45</b>	<b>2:45</b>	<b>19:30</b>

# El programa de viaje

DIA 2 / Viernes / 10 May '24

---

## Llegada a Tokio + isla de Odaiba

---

- ❑ Llegada al aeropuerto de Tokyo-Narita. Tras los trámites de inmigración y aduana, nos recibe el guía de habla española que nos dará la bienvenida al país y nos acompañará en el traslado a Tokio, la capital de Japón.
- ❑ Antes de llegar al hotel pararemos en Odaiba, isla artificial de la bahía de Tokio, a la que se accede a través del puente Rainbow. Daremos un paseo para tener una magnífica vista panorámica de la ciudad. Continuaremos hasta el hotel y check-in.
- ❑ Tiempo libre para aclimatarse.
- ❑ Cena en un restaurante cercano al hotel.



# El programa de viaje

DIA 3 / Sábado / 11 May '24

---

## Tokio: visita a la ciudad

---

- ❑ Desayuno en el hotel.
- ❑ Visita al templo de la diosa de la Misericordia Asakusa Kannon y su calle comercial adyacente Nakamise donde se encuentran numerosas tiendas de artesanía y recuerdos.
- ❑ Visita a la Torre Tokyo SkyTree que es la torre de radiodifusión y la estructura artificial más alta en Japón con una altura de 634 m. Subiremos al mirador que está a una altura de 350 m. donde podremos observar toda la ciudad.
- ❑ Almuerzo.
- ❑ A través de un crucero-ferry por el río Sumida llegaremos a Hamarikyu Pier, desde donde podremos acceder al precioso Jardín Hamarikyu, construido originalmente como residencia de la familia Tokugawa y hoy abierto al público.
- ❑ Cena en un restaurante cercano al hotel.

# El programa de viaje

DIA 4 / Domingo / 12 May '24

---

## Parque nacional de Nikko

---

- ❑ Desayuno en el hotel.
- ❑ Excursión de día completo al Parque Nacional de Nikko. Tras el traslado por carretera, llegada a Nikko y visita del Gran Santuario Toshogu, construido por Iemitsu Tokugawa en el 1636, declarado Patrimonio de la Humanidad.
- ❑ Almuerzo.
- ❑ Regreso a Tokio.
- ❑ Cena en un restaurante cercano al hotel.

# El programa de viaje

DIA 5 / Lunes / 13 May '24

---

## Lago Kawaguchi con vistas a Fuji

---

- ❑ Desayuno en el hotel.
- ❑ Visita al lago Kawaguchi donde se ve el magnífico Monte Fuji. Subiremos en teleférico panorámico y seguidamente iremos al Santuario Arakura Fuji Sengen-jinja. La pagoda tiene una ubicación privilegiada con vistas espectaculares del Monte Fuji en la lejanía.
- ❑ Almuerzo.
- ❑ Visita al pueblo Oshino Hakkai, lugar hermoso conjunto de ocho estanques provenientes del Monte Fuji el cual podremos observar con toda su grandeza.
- ❑ Regreso a Tokio.
- ❑ Cena libre (no incluida en el precio).

# El programa de viaje

DIA 6 / Martes / 14 May '24

---

## Izukogen (baños termales “onsen”)

---

*(La maleta grande será trasladada al hotel de Kyoto directamente, por lo que será necesario un equipaje pequeño para dos noches intermedias).*

- ❑ Desayuno en el hotel.
- ❑ Traslado en transporte público (JR Izu Tokkyu Odoriko) a Izukogen. Andando hasta el Ryokan, alojamiento tradicional de estilo japonés.
- ❑ Almuerzo en el mismo Ryokan nada más llegar. Después pasaremos por su entorno natural.
- ❑ Check-in Ryokan. El resto del tiempo es libre para seguir disfrutando de un relajante baño de aguas termales “onsen” y para empezar a descansar merecidamente en la habitación con tatami japonés.
- ❑ Cena al más estilo tradicional japonés “kaiseki”.
- ❑ Estancia en Izu (en Ryokan) por una noche.

# El programa de viaje

DIA 7 / Miércoles / 15 May '24

---

## Kioto y Arashiyama

---

- ❑ Desayuno en el Ryokan.
- ❑ Traslado en transporte público hacia Kioto (~3h30m).  
Andando hasta la estación de Izukogen. Cogemos Izu Express hasta la estación de Atami y seguidamente cogeremos el tren bala rápido Shinkansen hasta el destino final Kioto.
- ❑ Almuerzo.
- ❑ Traslado en transporte público (16m) al vecino pueblo de Arashiyama para visitar su precioso Bosque de bambú y el Templo Tenryuji, declarado Patrimonio de la Humanidad.
- ❑ Regreso al hotel en Kioto y check-in.
- ❑ Cena en un restaurante cercano al hotel.

# El programa de viaje

DIA 8 / Jueves / 16 May '24

---

## Montaña Sagrada de Koyasan

---

*(Hay que preparar mochila para una noche).*

- ❑ Desayuno en el camino.
- ❑ Andando hasta la estación de Kioto, cogeremos el tren JR hasta Osaka y luego en el metro hasta la estación de Namba y de ahí subiremos a Nankai Tokkyu Koya Rapid Express hasta el Monte Koyasan.
- ❑ Almuerzo.
- ❑ Visita al Templo Kongōbu-ji, templo principal del budismo Koyasan Shingon y visita al Templo de Konpon Daito, famosa pagoda de color bermellón y blanco.
- ❑ Para finalizar el día, nos dirigiremos al Syukubo, un monasterio tradicional donde podremos descansar plácidamente bajo el mismo techo que unos cuantos monjes. Dormir y despertarse con la calma del amanecer, es una experiencia única.
- ❑ Check-in Syukubo y cena del estilo japonés en Syukubo.

# El programa de viaje

DIA 9 / Viernes / 17 May '24

---

## Kioto: templo dorado de Kinkakuji

---

- ❑ Desayuno en el Syukubo.
- ❑ Traslado en transporte público a Osaka para coger el Nankai Tokkyu Koya Rapid Express hasta Namba.
- ❑ Almuerzo.
- ❑ Regreso a Kioto. A continuación, nos dirigiremos en transporte público al Templo Kinkakuji, conocido como el Pabellón Dorado, construido por el tercer Shogun Ashikaga.
- ❑ Llegada al hotel y check-in.
- ❑ Cena en un restaurante cercano al hotel.

# El programa de viaje

DIA 10 / Sábado / 18 May '24

---

## Nara, Uji y templo de Fushimi Inari

---

- ❑ Desayuno en el hotel.
- ❑ Traslado en autobús privado para visitar el parque de ciervos de Nara y el Templo Todaiji, la estatua del Gran Buda, declarada tesoro nacional, y la mayor estructura de madera del mundo.
- ❑ Almuerzo.
- ❑ Visita al Templo Byodoin de Uji, un ejemplo perfecto de la arquitectura típica del Budismo de la Tierra Pura y la imagen de las monedas de 10 yenes.
- ❑ Regreso a Kioto y visita al Santuario Fushimi Inari Taisha, el arco de puertas Torii de un vibrante color rojo anaranjado que se torna casi interminable.
- ❑ Cena en un restaurante cercano al hotel.



# El programa de viaje

DIA 11 / Domingo / 19 May '24

## Vuelo Osaka - Madrid

- ❑ Desayuno en el hotel.
- ❑ Check-Out a las 10 h.
- ❑ Tiempo Libre hasta la 13:00.
- ❑ Traslado al Aeropuerto de Osaka Kansai en autobús para tomar vuelo de la compañía Etihad Airways con destino a Madrid, con escala en Abu Dhabi:
  - ❑ (19/5) EY0831 Osaka Kansai 17:25 h. – Abu Dhabi 22:55 h.
  - ❑ (20/5) EY0075 Abu Dhabi 02:45 h. – Madrid 08:15 h.)

VUELO	ORIGEN	DESTINO	DIF.HORARIA	SALIDA		LLEGADA		HORAS		
				FECHA	HORA	FECHA	HORA	VUELO	ESCALA	TOTAL
EY0831	OSAKA KANSAI	ABU DHABI	-5	19/05	17:25	19/05	22:55	10:30	3:50	14:20
EY0075	ABU DHABI	MADRID	-2	20/05	02:45	20/05	08:15	7:30	0:00	7:30
<b>TOTAL</b>			<b>-7</b>					<b>18:00</b>	<b>3:50</b>	<b>21:50</b>

# Galería fotográfica



DIA 2:

Isla artificial Odaiba, en la bahía de Tokio, y puente Rainbow



DIA 3:

Templo de la diosa de la Misericordia Asakusa Kannon (Tokio)



DIA 3:  
Calle comercial Nakamise (Tokio)



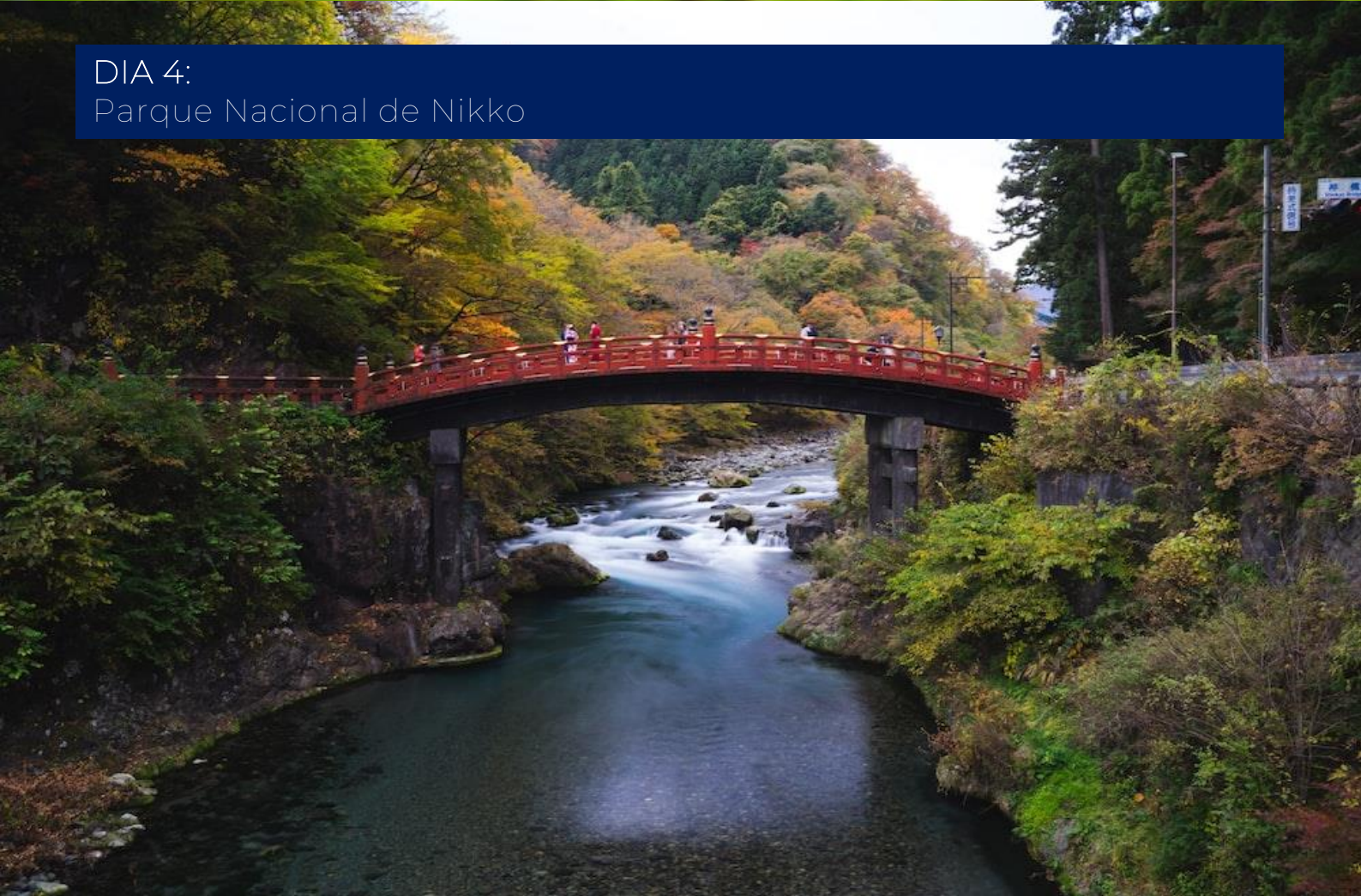
DIA 3:  
Torre Tokio Sky Tree (Tokio)



DIA 3:  
Jardines de Hamarikyū (Tokio)



DIA 4:  
Parque Nacional de Nikkō



DIA 4:  
Gran santuario Toshogu (Nikko)



DIA 5:  
Lago Kawaguchi con vistas al monte Fuji



DIA 5:  
Santuario Arakura Fuji Sengen-jinja



DIA 5:  
Oshino Hakkai



DIA 6:  
Baños termales “onsen” (Izukogen)



DIA 7:  
Bosque de bambú (Arashiyama)





DIA 7:  
Templo Tenryuji (Arashiyama)



DIA 8:  
Templo Kongōbu-ji (Koyasan)



DIA 8:  
Templo de Konpon Daito (Koyasan)



DIA 9:  
Templo Kinkakuji (Kioto)



DIA 10:  
Parque de ciervos (Nara)



DIA 10:  
Templo Todaiji (Nara)



DIA 10:  
Gran Buda de Todaiji (Nara)



DIA 10:  
Templo Byodoin (Uji)



DIA 10:  
Templo Fushimi Inari Taisha (Kioto)



# Actividades PHILAE



# Actividades PHILAE

Los “viajes con alma Philae” no son solo viajes turísticos. El objetivo es que, al volver a casa, sintamos que no somos los mismos. Que un cambio en nuestras conciencias, en nuestras vidas, nos ha hecho mejores personas y que, en adelante, estaremos más preparados para afrontar nuestro día a día y conseguir crear, literalmente, aquella vida que anhelamos.

Para ello, realizaremos una serie de actividades, reflexiones, talleres, debates, etc. encaminados a acompañar las experiencias que toque vivir en cada uno de los días del viaje. Para que te hagas una idea de lo que estamos hablando, se trata de lo siguiente:

- Saludo al nuevo día: meditación grupal al inicio de la jornada para la conexión energética del grupo y agradecer las experiencias que vamos a recibir.
- Conceptos de vida japoneses para la felicidad: la cultura japonesa es milenaria y sus habitantes están entre los más longevos del planeta. Cada día seleccionaremos un concepto de sabiduría japonesa que nos acompañará durante toda la jornada. Por ejemplo, “ikigai”, que es el que da título a nuestro viaje, y que quiere decir “encuentra tu propósito de vida”.

# Actividades PHILAE

- Respiración consciente: la respiración consciente es el arte de centrar la atención en la forma en que inspiramos, retenemos el aire y espiramos, y se basa en la aplicación de un conjunto de técnicas sencillas que aumentan la creatividad, favorecen el sueño, alivian el dolor y mejoran el rendimiento físico y mental.
- Visualización creativa: descubriremos el poder que tiene la visualización mental para la creación consciente, mediante ejercicios prácticos encaminados a conseguir objetivos concretos.
- Despertar nuestro poder interior: trabajaremos la sanación de nuestro pasado, para que no sea un obstáculo para poder vivir con plenitud el momento presente ni para crear el futuro que cada uno desee para su vida.

Estos ejercicios y talleres, y otros que se puedan considerar adecuados en cada momento, se realizarán a lo largo del viaje, sin interferir con las actividades planificadas en el programa. Además, son totalmente gratuitos y voluntarios, con lo que cada uno podrá decidir libremente su participación en cada uno de ellos.



# Información general

---

Precio del viaje en habitación doble: 4.490 €, impuestos incluidos.

- Suplemento por habitación individual: 600 €
- 

## El precio Incluye:

- Las tasas aéreas y carburante están incluidos y sujeto a variación hasta la emisión.
  - 9 noches de estancia en hoteles de 3 o 4 estrellas o tipo "ryokan", según destinos.
  - 9 desayunos
  - 9 almuerzos (no incluye el 10 Mayo)
  - 9 cenas (no incluye el 19 Mayo)
  - Traslados y visitas según Itinerario en autobús privado (40 plazas) para 10,11,12,18,19 Mayo
  - Guía de habla española y/o asistente de habla española.
  - Billetes de Tren según Itinerario Tokyo-Izu-Kyoto-Arashiyama-Koyasan-Kyoto
  - Billetes de Ferry para Asakusa-Hamarikyu
  - Envío de equipaje desde Tokio a Kioto (1 maleta por persona. Será necesario un equipaje de mano para dos noches intermedias).
  - Entradas indicadas en el itinerario.
  - Seguro de viaje básico con la compañía MAPFRE.
  - Talleres y actividades específicas de Philae durante todo el viaje.
- 

## El precio no Incluye:

- Bebidas durante las comidas y/o cenas (pago directo).
- Cualquier servicio de índole particular.
- Cualquier otro servicio no especificado anteriormente.

## Moneda local

La moneda local es el Yen japonés (¥). La tasa de cambio aproximada es de 1 € = 158 ¥. Se puede reintegrar dinero en los cajeros automáticos de Japón y pagar con tarjeta de crédito en prácticamente todo el territorio. Recomendable utilizar tarjetas tipo Revolut o similar para evitar comisiones bancarias en el cambio de divisa.

---

## Wifi

En los alojamientos dispondremos de wifi gratuito. También existe la posibilidad de contratar un router portátil o tarjetas SIM no incluidos en el precio.

---

## Clima y vestimenta

La temperatura máxima en esta época del año es de 24°C, aproximadamente, y la mínima de 14°C. Hay un promedio de temperatura de 19° en todo el mes de mayo. Hay una probabilidad de lluvia del 30%, aproximadamente.

---

## Vacunas

No hay vacunas obligatorias ni recomendadas.

# No somos una agencia de viajes. Somos buscadores de experiencias con alma

Nuestro objetivo es que recuerdes cada experiencia vivida como única e inigualable y que vuelvas a casa habiendo conseguido una auténtica transformación personal. Para ello:

- Elegimos cuidadosamente destinos que aportan un plus de conciencia.
- Contamos con personal y guías locales que nos ayudarán a sumergirnos en la cultura y las costumbres del lugar de destino.
- Elaboramos un programa de actividades diseñado para disfrutar de la belleza del lugar de destino y profundizar en el conocimiento del modo de vida de sus gentes.
- Compaginamos estas actividades con dinámicas de trabajo personal encaminadas al autoconocimiento y a la evolución de la conciencia.

phylae

Viajes  
con Alma

# Somos



En Philae nos hemos propuesto poner nuestro granito de arena en la creación de una nueva humanidad. Una nueva humanidad despierta, con valores, conectada con el Universo, con la Tierra, con el resto de seres humanos, con todos los seres vivos.

Aunque a veces pueda parecer que justo vamos en sentido contrario, directos al abismo, estamos totalmente convencidos de que no es así. Estamos viviendo una época en que la que es cierto que hay muchas personas “dormidas”, atrapadas por un sistema que a menudo no favorece la evolución de las personas. Pero, a la vez, se está dando un despertar masivo, lento pero imparable. Un despertar en el que el ser humano recupera su poder, a través de la conexión con el Universo en el que vive, desarrollando todo su potencial para, literalmente, poder crear su propia realidad, más allá de las limitaciones impuestas por la educación, la familia o la sociedad.

# Una nueva humanidad despierta



[info@escuelaphilae.com](mailto:info@escuelaphilae.com)

+34 647 425 881 Valentín

+34 654 949 933 Mari Carmen

+34 651 838 682 Silvia