



# Touring Club Italiano

## Viaggio esclusivo Touring Club

# GIAPPONE

## tra modernità e tradizione

### dal 28 settembre all'8 ottobre 2023



Il Giappone è un paese ultramoderno, ma al contempo ha preservato la sua anima profondamente classica, e ci è riuscito “afferrando” la tecnologia in continuo divenire e tenendo salde le sue tradizioni.

Un viaggio per scoprire arte, storia e usanze del paese del Sol Levante: giardini perfettamente rastrellati, misteriosi santuari shintoisti, cibi insoliti, castelli feudali dove l’immaginazione riporta immediatamente a samurai, shogun e daimyo, fino ai fenomeni giovanili più bizzarri della cultura pop, che spuntano come funghi nei quartieri più trendy di Tokyo.

L’itinerario che proponiamo è un classico del Giappone che offre la possibilità al viaggiatore di un assaggio piuttosto completo delle maggiori attrazioni del Paese. Dalle antiche culture alla modernità.

Non solo le grandi città ma anche centri minori e piacevoli esperienze.

L’importante metropoli di Tokyo, dove convivono l’antica cultura giapponese, l’armonia di templi e giardini e il “caos ordinato” della città.

I caratteristici villaggi di Shirakawa-go. Il bellissimo giardino Kerouku-en di Kanazawa. La vecchia capitale Kyoto.



### PROGRAMMA DI VIAGGIO

#### 1° giorno – giovedì 28 settembre

##### Partenza dall'Italia per Tokyo

Partenza con volo di linea; proseguimento per Tokyo.

#### 2° giorno – venerdì 29 settembre

##### Arrivo a Tokyo, la capitale sulle sponde del fiume Sumida

**Tokyo** "capitale orientale", in quanto più ad oriente rispetto alla precedente capitale imperiale Kyoto, si trova nella regione del Kanto sull'isola di Honshu. Viene considerata come una delle 47 prefetture del Giappone e comunemente indicata come capitale del Giappone, dato che il governo giapponese e l'imperatore del Giappone risiedono nel quartiere di Chiyoda. Con una popolazione superiore ai 12 milioni, pari al 10% degli abitanti del Giappone, è di gran lunga la prefettura più popolosa e più densamente popolata. Secondo il rapporto urbanistico dell'ONU, è il più grande agglomerato urbano del mondo.

E' una città fatta di numerosi nuclei urbani sviluppatisi intorno ad una stazione ferroviaria. La capitale giapponese è uno sterminato assembramento di quartieri, ognuno avente un proprio centro, che è solitamente la sua maggiore stazione ferroviaria. Ecco perché non si può parlare del "centro di Tokyo" se non da un mero punto di vista geografico: Tokyo ha tanti centri quante sono le sue grandi stazioni, che fungono da luogo d'incontro, di socializzazione, ma anche di shopping e di ristorazione.

Trasferimento in città con pullman privato. Inizio della visita dell'immensa metropoli, Cominceremo con il famoso mercato del pesce, lo **Tsukiji Market**. La visita al mercato del pesce è prevista alla parte esterna. Il mercato interno di Tsukiji è stato trasferito al Toyosu district che al momento non è ancora accessibile ai visitatori.



Prosegue, la visita della zona futuristica di **Odaiba**, costruita su un'isola collegata al cuore della città dal famoso Rainbow Bridge; prima a bordo di un treno monorotaia e poi a piedi, ammireremo i suoi grattacieli da fantascienza, realizzati in varie forme e dimensioni dai maggiori architetti giapponesi contemporanei. Pranzo libero. Trasferimento in hotel e riposo.

**Le camere dell'albergo prenotato saranno a disposizione a partire dalle ore 15.**

**Cena in ristorante locale raggiungibile a piedi.**







### 3° giorno - sabato 30 settembre

#### Tokyo

Colazione in hotel. Giornata dedicata alla visita della città con pullman privato.

Visiteremo il **santuario Meiji**, il più importante santuario scintoista di Tokyo che risale al 1920; la zona centrale di Shibuya con il grande viale Omotesando, il tempio della moda giapponese. A seguire visita di **Asakusa**, storico quartiere della città ricco di templi e non particolarmente caotico che conserva il fascino della vecchia Tokyo. Ad Asakusa si visiterà il **tempio di Senso-ji**



(conosciuto come Asakusa Kannon), forse l'unico santuario buddhista, che si raggiunge attraversando l'animata via pedonale Nakamise-dori. Di fronte al tempio di Senso-ji troviamo Asakusa-jinja, tempio shintoista, una testimonianza di come in Giappone i due culti convivano in maniera pacifica.



Passeggiata nel **vivace quartiere Harajuku**. La visita termina nell'elegante **quartiere di Ginza**, l'equivalente della Quinta Strada di New York dove la grande varietà di negozi, da quelli di artigianato ai grandi magazzini, costituisce il paradiso per gli amanti dello shopping.

Pomeriggio, si sale sulla **Sky Tree** (35 mt) per ammirare la città dall'alto; poi sosta a Shibuya, l'incrocio pedonale, più fotografato al mondo. Ritorno in hotel.

**Pranzo in ristorante locale.** Cena libera.

### 4° giorno - domenica 1 ottobre

#### Tokyo - Kanazawa (Shirakawa go)

\*\*occorre preparare un bagaglio piccolo per il pernottamento, perchè le valigie verranno inviate al vostro hotel a Osaka\*\*

Colazione in hotel. Trasferimento alla stazione di Tokyo con il pullman. Partenza con treno Shinkansen per Kanazawa. Trasferimento in bus privato per i pittoreschi villaggi, dichiarati Patrimonio dell'Umanità UNESCO, della zona di **Shirakawa-go** nella valle di Shokawa. Fino all'inizio del '900 questi villaggi, dalle caratteristiche case triangolari dal tetto di paglia, erano isolati dal Giappone in rapida modernizzazione. Lo sbarramento del fiume e l'esodo della popolazione dalle campagne minacciava la sopravvivenza di questa forma di architettura chiamata "gasso-zukuri" (casa





delle mani giunte) finché nel 1971 i residenti avviarono una campagna di salvaguardia che ebbe un grande successo.

Si visiterà a piedi, il celebre villaggio con le caratteristiche case rurali “eashozukuri”.

Pranzo libero. Ritorno a Kanazawa in pullman privato. Sistemazione in hotel. Cena libera

### 5° giorno – lunedì 2 ottobre

#### Kanazawa - Osaka

**Kanazawa**, sulla costa del Mar del Giappone, è una città dalla forte identità culturale e con una storia che risale a oltre sette secoli fa quando la zona era nota come Kaga, nome ancora oggi usato per designare le raffinate attività artigianali della città, come la tintura della seta, i lavori in lacca e la delicatissima cucina.



Colazione in hotel. Mattino visita del bellissimo **Kenroku-en**, uno dei primi tre giardini del Giappone. Il nome significa “sei giardini combinati” e si riferisce alle sei bellezze che racchiude: spazio, isolamento, artificio, antichità, acqua e vista panoramica.

Visita della casa **Nomura** che ci darà un’idea della vita dei samurai e breve passeggiata per le vie della città per ammirare le antiche case da the. Pranzo libero. Trasferimento alla stazione; partenza con treno espresso per Osaka. Trasferimento in hotel

con mezzi pubblici .Dopo il check-in, si potrà passeggiare nel centro in autonomi

### 6° giorno – martedì 3 ottobre

#### Osaka (Himeji) - Kyoto

Colazione in hotel. Partenza con pullman privato per Himeji. Dedichiamo la mattina alla scoperta del bellissimo **Castello di Himeji**, il più grande dei dodici castelli feudali esistenti. L’edificio è meglio noto ai giapponesi come Shirasagi-jo “il castello dell’airone bianco” per la somiglianza della pianta delle mura di cinta con l’immagine di un uccello che spicca il volo. Partenza in pullman per Kyoto (2 ore **mezzo**). Pranzo libero.

**Pomeriggio, inizio delle visite di Kyoto, il con famoso tempio Fushimi Inari**, dai numerosi portali rossi. Ritorno in hotel in bus. Cena libera.







### 7° giorno – mercoledì 4 ottobre

#### Kyoto

Colazione in hotel. Giornata di visite in questa città dalla cultura ricchissima che evoca l'immagine classica del Giappone. Al mattino, visiteremo inoltre il



il **Kinkaku-ji**, il famoso tempio zen con il suo Padiglione dorato, prosegue con la visita **Ryoan-ji**, edificato nel 1450, che deve la sua fama al giardino roccioso, una composizione di ghiaia bianca e 15 pietre, che molti considerano come la massima espressione del buddhismo zen; si compie una passeggiata nella **foresta di bambu di Arashiyama**.

**Pranzo in ristorante locale.** Pomeriggio, il tempio **Kiyomizu-dera** sospeso sulla valle da cui si gode una

splendida vista su Kyoto in lontananza. Una porzione minoritaria del tempio è in restauro, ma questo non pregiudica la godibilità della visita a uno dei luoghi buddhisti più famosi e affascinanti di Kyoto. Le antiche strade di **Ninenzaka e Sannenzaka**. Il giro termina nel famoso **quartiere Gion**, ove potrete cenare nei numerosi locali (se fortunate, potrete ammirare le geisha che passeggiano nei vicoli). Ritorno in hotel, in autonomia.



### 8° giorno - giovedì 5 ottobre

#### Kyoto - Uji - Nara - Kyoto

Colazione in hotel. Partenza con pullman privato per la piccola città di **Uji** che vanta uno dei templi più belli



di tutto il Giappone, il **Byodo-in**, con il grande Padiglione della Fenice dedicato ad Amida, il Buddha del paradiso occidentale. Si visiterà l'esterno del tempio ed il museo adiacente dove sono conservate le opere artistiche di maggior valore. *(La visita all'interno del tempio non è prenotabile anticipatamente, i biglietti potrebbero essere acquistati direttamente in loco al momento dell'arrivo anche se con grosse difficoltà, soprattutto in alta stagione).*

**Uji** fin dal Trecento produce una qualità di tè

fra le migliori del paese, pertanto prima di proseguire se ne sorgerà una tazza.

Proseguimento per Nara, prima capitale del Giappone e per 74 anni una delle più straordinarie città dell'Asia. È qui che è avvenuta l'introduzione del buddhismo in Giappone ed è anche l'ultima tappa della



via della seta. Oggi è un luogo bello e rilassante che si staglia su uno sfondo di colli boschivi. La maggiore attrattiva e sinonimo della città è il grande tempio di **Todai-ji** fondato dall'imperatore Shomu nel 745. Per ultimarlo ci vollero più di quindici anni, il che non stupisce sapendo che il padiglione principale è ancora il più grande edificio ligneo del mondo. Dietro al portale sud già si intravede il tetto del Daibutsu-den, il grande Padiglione che accoglie la statua in bronzo di 15 metri del Buddha cosmico che presiede tutti i livelli dell'universo. Altra tappa d'obbligo a Nara è al **Santuario Kasuga**, uno dei siti scintoisti più famosi realizzato nel 710 come tempio tutelare dell'influente famiglia dei Fujiwara.

Rientro a Kyoto in pullman privato. Cena libera

### 9° giorno - venerdì 6 ottobre

#### Kyoto - Hakone

\*\*preparare un bagaglio piccolo per la notte; la valigia principale verrà spedita mezzo corriere a Tokyo, 1 collo pp \*\*\*

Colazione in hotel. Intera giornata di visita guidata in lingua italiana. Trasferimento a piedi alla stazione di Kyoto. Partenza con treno Shinkansen per Odawara (stazione di Hakone) sono 2 ore di treno

Inizio della visita di Hakone con bus privato. Pranzo libero. Escursione nelle bellezze naturalistiche di



**Hakone**, località dalla quale si può ammirare in lontananza il maestoso Monte Fuji (condizioni atmosferiche permettendo).

Abbiamo previsto il pernottamento in "**ryokan**", la locanda tradizionale giapponese con il pavimento in tatami (fatto d'erba secca intrecciata), con porte scorrevoli e rifiniture in legno.

I letti vengono allestiti dopo cena disponendo il futon, le coperte e i cuscini sul tatami. Troverete a vostra disposizione lo "yukata", il tipico kimono in cotone. Una bellissima esperienza giapponese!

**Cena tipica kaiseki in ryokan.**

### 10° giorno - sabato 7 ottobre

#### Hakone - Kamakura -Tokyo

Colazione in hotel. Partenza per **Kamakura** (1 ora a mezza di strada) visita al famoso Grande Buddha, la monumentale statua originariamente conservata nel tempio Kotokuin che si staglia solitaria sotto il cielo di Kamakura dal 1495, anno in cui il tempio venne distrutto da uno tsunami; e in seguito al **Tempio Hassedera**, con il suo splendido giardino pieno di ortensie e di fiori colorati. Partenza per Tokyo in pullman (1 ora e mezza). Sistemazione in albergo. Tempo libero per girare per la capitale. Pasti liberi.





# Touring Club Italiano

## Viaggio esclusivo Touring Club

**11° giorno – domenica 8 ottobre**

**Partenza con volo di linea da Tokyo**

Colazione in hotel. Trasferimento in aeroporto con pullman privato. Partenza con volo di linea .

**Per partecipare al viaggio occorre essere soci Touring Club o associarsi all'atto della prenotazione.**

### **Sistemazioni previste**

Hotel Keio Plaza Tokyo 4\* - [www.keioplaza.com](http://www.keioplaza.com)

Kanazawa Tokyu Hotel - [www.tokyuhotelsjapan.com/](http://www.tokyuhotelsjapan.com/)

Sheraton Miyako Hotel Osaka 4\* - <http://www.miyakohotels.ne.jp/osaka/english/index.html/>

Hotel Miyako Kyoto Hachijo - [www.miyakohotels.ne.jp](http://www.miyakohotels.ne.jp)

Hakone Yunohana Price Hotel - <https://www.princehotels.com/yunohana/guest-rooms/>

**Quota base Socio TCI (minimo 15 – massimo 20 persone) - € 4.695,00**

con esperto e guida locale parlante italiano

### **Supplementi per persona**

Supplemento singola	€ 915,00
Supplemento partenza da Milano	€ 180,00
Tasse aeroportuali/fuel surcharge	€ 440,00



# Touring Club Italiano

## Viaggio esclusivo Touring Club

### LA QUOTA BASE COMPRENDE:

- La quota comprende: **volo a/r da Roma** come da operativo allegato
- AZ 792 28 SEP FCO HND 15.05 11.20+1
- AZ 793 08 NOV HND FCO 13.35 20.30
- 10 pernottamento in hotel 4\* ed 1 pernottamento in ryokan ad oggi disponibili
- Visite ed escursioni come da programma con guida locali parlanti italiano
- Assistente parlante inglese per i trasferimenti da e per l'aeroporto
- Trasporti in treno veloce in seconda classe come da programma
- Pullman privato per le visite ed i trasferimenti, salvo ove specificato
- Ingressi ai monumenti come da programma
- Tutte le prime colazioni
- Pasti principali come da programma
- Servizio di spedizione bagaglio da Tokyo e Kyoto; da Kyoto a Tokyo 1 pezzo pp
- Esperto della destinazione in partenza dall'Italia

### LA QUOTA BASE NON COMPRENDE:

- Bevande
- Mance
- Pasti non inclusi
- Facchinaggio negli aeroporti
- Tasse aeroportuali, fuel surcharge
- Assicurazione annullamento-medico-bagaglio
- Extra personali in genere e quanto non espressamente indicato nel programma e al paragrafo "la quota comprende"
- Assicurazione medico-bagaglio-annullamento

quota viaggio complessiva		pp
fino a euro 2000	€	80,5
fino a euro 3000	€	115,5
fino a euro 4000	€	150,5
Fino a euro 5000	€	185,5
Fino a euro 6000	€	220,5
Fino a euro 7000	€	255,5
Fino a euro 8000	€	295,5
Fino a euro 9000	€	325,5





## Viaggio esclusivo Touring Club

### Scheda tecnica

A) Ogni nostro programma di viaggio riporta il tasso di cambio utilizzato per il calcolo delle quote e la percentuale pagata in valuta estera. Ogni programma di viaggio riporta altresì la validità dello stesso.

B) Le modalità e le condizioni di sostituzione del viaggiatore sono disciplinate dall'art. 39 del Codice del Turismo.

C) Richieste di variazioni alle pratiche o ai servizi già confermati potrebbero comportare costi aggiuntivi.

D) Al viaggiatore che receda dal contratto di viaggio prima della partenza, al di fuori delle ipotesi elencate al comma 1 dell'art. 10 delle condizioni generali di contratto di viaggio o nel caso previsto dall'art. 7 comma 2, indipendentemente dal pagamento dell'acconto di cui art. 7 comma 1, sarà addebitato l'importo della penale nella misura indicata Nella tabella di seguito riportata.

Salvo diverse indicazioni presenti nel programma di viaggio.

Nessun rimborso sarà accordato a chi non si presenterà alla partenza o rinuncerà durante lo svolgimento del viaggio stesso.

Rimarrà sempre a carico del viaggiatore il costo individuale di gestione pratica, il corrispettivo di coperture assicurative ed altri servizi eventualmente già resi.

Il calcolo dei giorni per l'applicazione delle penali di annullamento inizia il giorno successivo alla data di comunicazione della cancellazione e non include il giorno della partenza.

La copertura assicurativa è un prerequisito alla conclusione del contratto.

### Penali

- 10% fino a 60 giorni di calendario prima della partenza
- 35% da 59 a 30 giorni di calendario prima della partenza
- 50% da 29 a 9 giorni di calendario prima della partenza
- 100% dopo tali termini

*L'organizzazione tecnica è di Kel 12 che è socio Astoi e aderisce al fondo di garanzia Astoi. E i viaggi di Maurizio Levi che aderisce al fondo di garanzia Vacanze Felici*

**Informazioni e prenotazioni:**

**Punto Touring Roma**

**Tel. 06.36005281 – negozio.roma@touringclub.it**



## Viaggio esclusivo Touring Club

### Informazioni pratiche Giappone

#### FORMALITA'

**Passaporto:** necessario il passaporto in corso di validità per tutta la durata del viaggio sino al rientro in Italia. Al momento dell'ingresso nel Paese bisogna essere in possesso anche del biglietto aereo di ritorno. A partire dal 20 novembre 2007 è entrata in vigore la nuova legge sull'immigrazione che prevede nuove misure di controllo applicabili agli stranieri in entrata nel Paese: Immigration Control and Refugee Recognition Act".

In base a detta procedura, tutti i cittadini stranieri che giungeranno in Giappone dovranno fornire, al momento dello sbarco, i propri dati biometrici (impronte digitali e fotografia facciale). Coloro che si rifiuteranno di fornire tali dati verranno rimpatriati con il primo volo disponibile.

Sono escluse dall'applicazione di questa procedura esclusivamente le seguenti categorie: 1) i residenti permanenti speciali; 2) i minori di 16 anni; 3) chiunque svolga un'attività che ricada sotto lo status di "residence for diplomat or official"; 4) chi sia invitato dal titolare di un Ministero giapponese; 5) chi venga indicato, con un'ordinanza del locale Ministero della Giustizia, come equivalente alle categorie di cui al punto 3) o 4)

Per maggiori informazioni relative alla validità del passaporto, fare riferimento al sito del Ministero degli Affari Esteri: [www.viaggiare Sicuri.it](http://www.viaggiare Sicuri.it)

**Visto di ingresso:** i cittadini italiani possono recarsi in Giappone senza visto per motivi di turismo e per un massimo di 90 giorni di permanenza.

#### **Aggiornamento COVID-19 al 28/02/2023**

Il Giappone ha rimosso la maggior parte delle restrizioni all'ingresso stabilite per fronteggiare l'emergenza pandemica. **Per entrare in Giappone è necessario registrare i dati di viaggio, le vaccinazioni anti-Covid e i test molecolari (PCR) effettuati sul sito Visit Japan Web (<https://vjw-lp.digital.go.jp/en/>) utilizzata per presentare la dichiarazione doganale all'arrivo.**

Per coloro che arrivino in Giappone da Paesi diversi dalla Cina, i requisiti di ingresso variano, in base al completamento del **ciclo vaccinale di 3 dosi contro il Covid-19**. Le misure sulla quarantena sono attuate solo in caso di positività al Covid-19 accertata con test, in seguito alla manifestazione di sintomi.

**Per coloro che non abbiano completato il ciclo vaccinale di 3 dosi contro il Covid-19 permane l'obbligo di esibire un test PCR negativo, effettuato entro 72 ore dalla partenza**, corredato del modulo reperibile al seguente indirizzo <https://www.mhlw.go.jp/content/000909678.pdf>, compilato e firmato.

**Il Giappone, al contrario dell'Italia, non riconosce il certificato di guarigione da Covid-19, in sostituzione di una dose vaccinale.**

A coloro che esibiscano un certificato vaccinale giapponese, rilasciato al completamento del ciclo vaccinale di 3 dosi o l'equivalente Certificazione verde Covid-19 (Green Pass) italiana che attesti l'avvenuto completamento del ciclo vaccinale, con uno o più vaccini riconosciuti dalle Autorità giapponesi, non sarà richiesta ulteriore documentazione.

In Giappone sono riconosciuti i seguenti vaccini anti Covid-19:  
COMIRNATY / Pfizer;



# Touring Club Italiano

## Viaggio esclusivo Touring Club

VAXZEVRIA / AstraZeneca;  
SPIKEVAX / Moderna;  
JCOVDEN / Janssen \*(una dose conta come 2 dosi degli altri vaccini sulla lista);  
COVAXIN / Bharat Biotech;  
NUVAXOVID / Novavax.

**Le normative sono in costante aggiornamento, vi preghiamo quindi di monitorare le informazioni più recenti sul sito**

<http://www.viaggiasesicuri.it/country/JPN>

### FORMALITÀ VALUTARIE E DOGANALI

nessuna in particolare. Non vi è limite all'importazione e all'esportazione di valuta, ma è obbligatorio dichiarare alla dogana la somma superiore ad un milione di Yen.

Le maggiori carte di credito sono accettate, mentre i bancomat potrebbero non essere utilizzabili. Si suggerisce di contattare la propria banca prima di partire, per evitare spiacevoli inconvenienti. Attualmente gli unici bancomat utilizzabili sono quelli che riportano la dicitura "CIRRUS". È possibile utilizzarli negli uffici postali locali.

Divieto di importazione: Armi da fuoco e munizioni, insaccati (ad esclusione di quelli in tetrapack in vendita nei duty free shops delle aree transito), merci alimentari facilmente deperibili (quali ad esempio frutta fresca).

### FUSO ORARIO

+8h rispetto all'Italia; +7h quando in Italia vige l'ora legale.

### DISPOSIZIONI SANITARIE

Non è fatto obbligo di alcuna vaccinazione. Si consiglia di mettere in valigia i medicinali di uso abituale e quelli di prima necessità come disinfettanti, cerotti, aspirine, antinevralgici e disinfettanti intestinali.

L'assistenza sanitaria in generale è molto buona. I medici locali sono preparati e gli ospedali ben organizzati. Si riscontrano tuttavia difficoltà a reperire medici e personale paramedico in grado di parlare lingue straniere.

I costi sono molto elevati, pertanto si consiglia di stipulare un'assicurazione facoltativa che aumenti il massimale di rimborso.

### CLIMA E ABBIGLIAMENTO

L'ampiezza dell'arcipelago giapponese comporta differenze climatiche di notevole rilevanza tra le diverse regioni che lo compongono: tuttavia in gran parte il clima è di tipo mediterraneo-temperato, particolarmente sensibile tuttavia al regime dei monsoni.

La stagione migliore è senza dubbio la primavera (aprile e maggio), con un clima temperato e una temperatura mite (intorno ai 25° nella zona di Tokyo); ma ottimo è anche l'autunno (ottobre e novembre), che presenta una temperatura media di 15-20° e una piovosità molto limitata.

Nel mese di giugno inizia la stagione delle piogge, con frequenti tifoni in particolare nella parte più meridionale del paese; da metà luglio invece scoppia l'estate, con temperature che toccano di regola i 37-





## Viaggio esclusivo Touring Club

38° e livelli di umidità elevatissimi. L'inverno più rigido si presenta a partire da dicembre in particolare nella zona di Hokkaido e nell'Honshu settentrionale. Nell'Honshu centro meridionale la temperatura media si attesta sui 5°, mentre nelle isole di Kyushu e Okinawa rimane caldo e secco.

### TELEFONO

**Prefisso telefonico per l'Italia:** per effettuare una chiamata internazionale dal Giappone in Italia da telefono fisso, il numero da comporre prima del prefisso internazionale (39) varia a seconda della compagnia che si intende utilizzare (in Giappone le compagnie private sono moltissime). I prefissi più utilizzati sono: 001+39; 061+39; 0033010+39 seguiti dal numero telefonico italiano comprensivo di prefisso. Anche per quel che riguarda i telefoni cellulari, il numero da comporre prima del prefisso internazionale varia a seconda della compagnia utilizzata (le più comuni sono DOCOMO, Vodafone e AU). E' quindi necessario prendere informazioni in merito presso i punti vendita del cellulare acquistato o noleggiato.

**Prefisso telefonico dall'Italia:** 0081 + il prefisso della città senza lo 0 + il numero di telefono.

### RETE CELLULARE

In Giappone funzionano solo i telefoni cellulari di ultima generazione. Si consiglia di effettuare una verifica con il proprio gestore di telefonia mobile prima della partenza. In Giappone è possibile utilizzare la scheda SIM italiana noleggiando un router wi-fi al momento dell'arrivo nel Paese in uno dei negozi di telefonia mobile presenti nei principali aeroporti.

Per le schede SIM della TIM occorre recarsi allo stand DOCOMO (solo i negozi DOCOMO presenti negli aeroporti internazionali forniscono tale servizio). Per le schede della VODAFONE occorre recarsi allo stand SOFTBANK. Si suggerisce di effettuare una prenotazione via Internet per accertare la disponibilità degli apparecchi. Per quanto riguarda le schede SIM della WIND, c'è la possibilità di farsi recapitare il telefono cellulare direttamente in Italia prima della partenza, dopo aver avviato la relativa procedura attraverso il sito web WIND. Per ulteriori informazioni si rimanda all'omonimo sito.

La disponibilità del Wi-fi è garantita nelle maggiori aree urbane, negli esercizi commerciali e in luoghi pubblici quali stazioni e aeroporti.

### CUCINA

La cucina giapponese è una vera e propria arte che presta molta attenzione non solo ai gusti, ma anche all'aspetto nutrizionale ed alla presentazione visiva. Le specialità più apprezzate sono il sushi (fettine di pesce crudo servite su polpettine di riso), il tempura (una frittura leggerissima e gustosa di verdure e frutti di mare) ed il sukiyaki (carne di vitello cotta in una salsa di soia delicatissima).

### PRINCIPALI TIPI DI RISTORANTI

**Shokudo:** ristorante popolare che serve una cucina variata; solitamente propone piatti economici o menu a prezzo fisso, con la riproduzione dei piatti esposti in vetrina in silicone.

**Izakaya:** locale che può essere paragonato a una birreria o a una taverna, dove principalmente si beve, ma si servono anche dei cibi. Deriva da "saka-ya", locale che serve il sake. **Sono spartani e generalmente un po' in penombra;** parecchi hanno all'ingresso una copertura di tela che fa da tenda, tavolini di legno e banchi posizionati intorno alla zona cucina a vista. Pochi hanno il menù in inglese e sovente il personale parla soltanto il giapponese o un inglese elementare. Generalmente preparano pesce crudo o in tempura (fritto), oppure noodle (spaghetti di grano); i piattini sono sfiziosi ma per un pranzo completo è necessario



## Viaggio esclusivo Touring Club

consumarne 2 o 3. Ogni piattino costa da 500 a 1500 yen, ad essi si aggiunge una birra media 500/700 yen o un sakè (si beve caldo o freddo e ne servono una bottiglietta corrispondente ad un bicchiere abbondante per 700/900 yen). Sono frequentati da giovani giapponesi e uomini d'affari che vengono a bere dopo la lunga e faticosa giornata di lavoro, ancora in giacca e cravatta e con la ventiquattrore sotto il tavolo.

**Yakitori-ya:** ristoranti che servono gli yakitori (spiedini di pollo, fatti con tutte le parti dell'animale e verdure). In genere sono locali piccoli e i giapponesi mangiano gli yakitori per accompagnare il sake o la birra. Il prezzo è abbastanza economico.

**Sushiya e Kaiten-zushi:** ristoranti specializzati in sushi e sashimi; ai kaiten-zushi ci si siede direttamente al bancone e ci si serve dal nastro trasportatore. Sono generalmente meno cari dei Sushiya che, se di alto livello, sono abbastanza costosi.

### PRINCIPALI TIPI DI PIATTI E DI CUCINA

**Yakisoba/Yakiudon:** i primi sono spaghetti di grano saraceno in brodo o saltati sulla piastra o nel wok, insaporiti con verdure, carne, pesce e salse. I secondi sono spaghettoni di farina di grano tenero freschi, cucinati in brodo o saltati alla piastra.

**Gyoza:** sono dei ravioli di pasta al cui interno ci sono carne, pesce e verdure. Possono essere cotti al vapore oppure alla griglia. Vengono accompagnati da salsa di soia e aceto di riso nel quale intingerli.

**Ramen:** è un tipico piatto giapponese (ma di origini cinesi) a base di tagliatelle di frumento cinesi servite in una grande ciotola con brodo di carne e/o pesce, spesso insaporito con salsa di soia o miso e con guarnizioni come maiale affettato, alghe secche, kamaboko (surimi di pesce tagliato in rondelle), cipolla, porri verdi e a volte mais e uova sode.

Ogni località del Giappone ha la propria variante di ramen, che può essere di carne, di pesce o vegetariano. Fino agli anni '50 del secolo scorso i ramen erano chiamati shina soba (soba cinese), ma oggi è più comune il termine chūka soba (farina di grano saraceno) o ramen, poichè la parola shina (che significa Cina) è considerata da molta offensiva.

Dagli anni '80, il ramen è diventato un'icona culturale giapponese, diffusa in tutto il mondo.

**Tempura:** Fritto di verdure, di pesce, di carne, in una leggera pastella croccante. Termine derivato dai missionari cristiani in Giappone del XVI secolo, che si astenevano dalla carne in alcuni giorni della settimana mangiando solo verdure e pesce fritti. Tempura è una storpiatura giapponese dei "tempora" di magro. Nei ristoranti specializzati in tempura si trovano anche gli tsukemono (verdure in salamoia).

**Zuppa di miso:** pasta di soia gialla fermentata con il Koji (fungo della specie *Aspergillus oryzaeda*) sciolta di brodo dashi (di alghe e fiocchi di pesce essicato).

**Teishoku:** alternanza di pietanze tradizionali servite in piccole quantità, che privilegiano materia prima, varietà e armonia dei sapori, offrendo l'opportunità di sperimentare tante specialità diverse, bilanciate sotto il profilo nutrizionale e semplici per cottura e presentazione.

**Okonomiyaki:** viene cucinato su una piastra, chiamata teppan, ed è una sorta di frittata a base di farina, acqua e uova, condita con vari ingredienti a scelta del cliente, per esempio verdure e carne, calamari oppure misto pesce, ecc. Il cliente può cucinare da sé l'okonomiyaki o aggiungere solo qualche ingrediente,



## Viaggio esclusivo Touring Club

in modo da essere coinvolto anche nella preparazione. Infatti, okonomiyaki significa okonomy=cio che vuoi e yaki=alla griglia. È famoso quello di Hiroshima, dove esistono centinaia di ristoranti dedicati a questo piatto.

**Takoyaki:** sono polpette fritte di forma sferica tipiche della cucina di Osaka. Quando sono pronte, vengono guarnite con salsa Otafuku (tipo Worcester, ma dolce), alga aonori tritata, maionese e katatsubushi (fiocchi di tonnetto). L'ingrediente principale è il polpo, ma anche il granchio, lo zenzero e/o cipolla verde. Sono considerati solitamente uno spuntino da mangiare velocemente e venduti in appositi banchetti, tra i quali solo alcuni sono forniti di tavoli e sedie. Si mangiano appena cotti quando sono ancora bollenti. Sono famosi in tutto il Giappone ma sono particolarmente diffusi nella regione del Kansai.

**Sukiyaki e shabu shabu:** preparati in ristoranti dedicati, possono essere cotti direttamente dai clienti al proprio tavolo. Il sukiyaki consiste in sottili fette di manzo accompagnate da varie verdure e tofu. Gli ingredienti vengono bagnati in uovo sbattuto e saltati nel wok, per essere gustati subito dopo. Lo shabu shabu (letteralmente sciacqua, sciacqua) si distingue dal sukiyaki perché la cottura rapida della carne e delle verdure viene fatta direttamente dal commensale in un brodo chiamato shoyu, fatto di alghe, sake e zucchero. Gli ingredienti si intingono in salsa ponzu (sake dolce, alga, aceto di riso, fiocchi di tonnetto) prima di essere mangiati. Questi ristoranti si riconoscono solitamente dall'immagine di una mucca nell'insegna. I ristoranti di carne sono tra i più costosi (soprattutto se si mangia manzo wagyu).

**Yakiniku:** è un metodo di cottura della carne e delle verdure. Consiste in un fuoco di brace con una griglia sopra. Solitamente nei ristoranti il cliente si cucina in autonomia i propri ingredienti.

**Yakitori:** spiedini di carne, solitamente di pollo.

**Sushi:** ormai ben noti anche da noi, sono una vasta gamma di bocconcini di riso glutinoso (cotto con aceto di riso, sale e zucchero) combinati con uno fra vari tipi di pesci, alghe, uova o verdure.

**Sashimi:** fettine sottili di pesce crudo freschissimo, con salsa a parte. A volte si può trovare anche sashimi di molluschi o di carne.

**Kaiseki:** È l'espressione più elevata della cucina giapponese, tradizionalmente utilizzata a corte e al termine della cerimonia del tè. Storicamente era l'alta cucina tradizionale di Kyoto, diffusa ormai in tutto il Giappone. Costituita da numerose portate, è in tutto e per tutto un pasto completo anche dal punto di vista della presentazione del piatto. Sia gli ingredienti che i loro contenitori cambiano a seconda del periodo dell'anno accordandosi col ritmo della natura nei colori e nei sapori. Sovente anche i contenitori in ceramica riprendono soggetti naturali.

Gli ingredienti oltre a seguire la stagionalità, seguono anche un'alternanza di carne, pesce, verdure, carboidrati in modo da comporre un menù dieteticamente bilanciato e salutare; lo stesso dicasi per le cotture, spesso presenti in toto (fritto, vapore, griglia, stufato, crudo); le temperature, dal bollente al freddo; le consistenze, dal liquido, al morbido al croccante; i gusti, dall'acido, al dolce, all'umami. Tutto ciò rende la cena Kaiseki non solo una grande e storica espressione artistica trasposta in gastronomia, ma anche una cucina sorprendentemente moderna perché basata su principi oggi ripresi da tutti i più grandi chef del mondo.





# Touring Club Italiano

## Viaggio esclusivo Touring Club

### ACQUISTI

Tutti sanno che il Giappone è la patria dell'elettronica e dell'ottica, ma vi si trovano anche pregevolissime perle, artigianato in bamboo, bambole, ventagli, abbigliamento tradizionale (kimono), lacca, seta.

### CORRENTE ELETTRICA

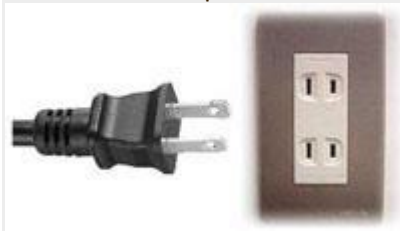
Tensione: 100 V

Frequenza: 50/60 Hz

Note: La parte est usa 50 Hz (Tokyo, Kawasaki, Sapporo, Yokohama e Sendai); la parte ovest usa 60 Hz (Osaka, Kyoto, Nagoya, Hiroshima).

### Prese Elettriche Utilizzate

Presse Elettriche Tipo A



Presse Elettriche Tipo B



### Valuta

La valuta locale è lo Yen.