

日本

GIAPPONE

Guida di viaggio
Osaka · Kyoto · Tokyo

14 giorni · 13 notti

Kansai & Kanto

di Gabriele Bottai

Indice

1. Informazioni pratiche del viaggio
2. Checklist pre-partenza
3. Cosa portare ogni giorno (daypack)
4. Prenotazioni urgenti da fare ORA
5. Itinerario giorno per giorno (G1 → G14)
6. Osmo Pocket 3 — setup, settaggi e uso giorno per giorno
7. Timbri del Giappone — caccia al tesoro per il tuo quadernetto
8. Guida all'omakase
9. Shopping otaku: mappa mentale di Akihabara + Nakano
10. Frasi di sopravvivenza in giapponese
11. Galateo e regole non scritte
12. Emergenze e numeri utili
13. Budget realistico
14. App da installare prima di partire

1 · Informazioni pratiche

Voli — come arrivare

Da Europa (Italia in particolare) il Giappone si raggiunge con un volo di 12-18 ore, quasi sempre con 1 scalo. Le tratte più pratiche:

- **Arrivo in Osaka (KIX)** — Kansai Int'l Airport. È lo scalo migliore per iniziare il viaggio dal Kansai (Osaka/Kyoto/Nara).
- **Partenza da Tokyo (HND o NRT)** — Haneda è nettamente più comodo (1h dal centro vs 1.5h-2h di Narita). Consigliato pagare qualcosa di più se il volo lo prevede.

"Open-jaw": compra un biglietto che arriva a KIX e riparte da HND/NRT. Eviti di tornare indietro a Osaka per il ritorno, risparmi una giornata. Compagnie a buon rapporto qualità/prezzo: ANA, JAL, China Eastern, Qatar Airways, Emirates.

Hotel — dove dormire

Il viaggio tocca tre città. Scegli gli alloggi per **posizione**, non per stelle: i quartieri raggiunti a piedi determinano il ritmo delle giornate. Quartieri ideali:

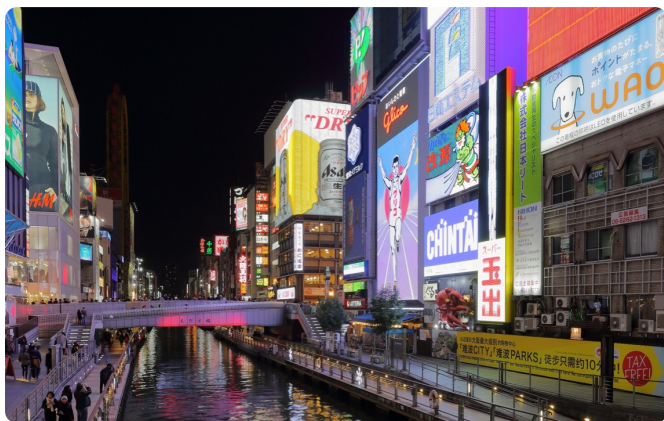
Città	Quartiere consigliato	Perché
Osaka (3 notti)	Shinsaibashi / Namba	A piedi da Dotonbori, Kuromon Market, Nipponbashi. Metro hub.
Kyoto (4 notti)	Shijo / Kawaramachi (centro)	A piedi da Nishiki Market, fiume Kamo, Pontocho; 10 min bus/metro dai templi.
Tokyo (6 notti)	Asakusa	A piedi da Senso-ji e Skytree; linea diretta Keikyu a Haneda senza cambi.

Altri quartieri validi a Tokyo: Shinjuku (movida), Ueno (economico + storico), Ginza (premium).

Transfer aeroporto

Arrivo KIX: Nankai Rapi:t (Limited Express) → Namba, ~40 min, ~1.490 ¥. Da Namba a piedi o 1 fermata metro fino a Shinsaibashi (10 min totali).

Partenza HND: Asakusa Line → Keikyu Airport Line diretta (un solo treno, senza cambi) → Haneda T3 Int'l, ~50 min, ~700 ¥. Partire dall'hotel 3h prima del volo = 13:30-14:00.



Dotonbori · Osaka



Kinkaku-ji · Kyoto

2 · Checklist pre-partenza

Spunta tutto prima di chiudere la valigia. Organizzata per categoria.

Documenti

- ☐ Passaporto (valido >6 mesi dall'ingresso)
- ☐ Carta d'identità
- ☐ Patente internazionale (se pensi di guidare)
- ☐ Stampe prenotazioni voli
- ☐ Stampe prenotazioni hotel (3 × Booking)
- ☐ Assicurazione sanitaria + numero emergenza
- ☐ Vaccini: nessuno obbligatorio per Giappone
- ☐ Fotocopia documenti in cloud (Drive/iCloud)
- ☐ Compilare **Visit Japan Web** entro 14 gg prima

Denaro & pagamenti

- ☐ Carta di credito con pagamenti estero attivi (Revolut/N26/Wise consigliate)
- ☐ Seconda carta di backup
- ☐ Notifica banca che vai in Giappone (evita blocchi)
- ☐ ~300-500 € in contanti da cambiare in aeroporto a Osaka (7-Eleven ATM sono l'opzione migliore in loco)
- ☐ App pagamento mobile attiva (Apple/Google Pay – utile per IC card)

Elettronica

- ☐ Adattatore tipo A (USA, 2 pin piatti) – **2 pezzi**
- ☐ Powerbank (max 27.000 mAh da regolamento aereo, in bagaglio a mano!)
- ☐ Caricatore multi-USB
- ☐ Cavi: Lightning/USB-C + cavo camera
- ☐ Cuffie (i voli sono lunghissimi)
- ☐ eSIM giapponese attiva (Ubigi, Airalo, Sakura Mobile)
oppure **pocket WiFi** prenotato al ritiro aeroporto
- ☐ Fotocamera + obiettivi + 2× SD card extra
- ☐ Batterie fotocamera cariche + carica-batterie
- ☐ Drone: **verifica regole**, il Giappone è restrittivo (richiede licenza per la maggior parte dei parchi)

Abbigliamento (primavera / inizio estate: 18-25°C)

- ☐ Scarpe da cammino comode (farai 15-25 km/giorno)
- ☐ 2° paio di scarpe di ricambio
- ☐ Calzini: 1 paio per giorno + 2 extra
- ☐ T-shirt × 7-8
- ☐ Pantaloni: 2 lunghi + 1 corto
- ☐ Felpa o giacca leggera (sere fresche)
- ☐ Giacca antipioggia sottile o K-way
- ☐ Intimo × 8 + pigiama
- ☐ Un outfit **elegante-casual** per l'omakase (niente infradito, shorts o canotta)
- ☐ Occhiali da sole
- ☐ Cappellino

Farmacia personale

- ☐ Eventuali farmaci con prescrizione (porta la ricetta!)
- ☐ Paracetamolo / ibuprofene
- ☐ Antidiarroico (Imodium) + probiotici
- ☐ Cerotti anti-vesciche (fondamentali)
- ☐ Crema solare SPF 30-50
- ☐ Disinfettante mani piccolo
- ☐ Spray antizanzare (per Nikko/Arashiyama)
- ☐ Mascherine FFP2 (ancora molto usate in Giappone)
- ☐ Stick labbra

Bagaglio smart

- ☐ Valigia: peso a mente i 23 kg × 2 per il ritorno souvenir
- ☐ **Lascia spazio: tornerai con +8-12 kg di roba**
- ☐ Zaino/daypack per uso quotidiano (~20L)
- ☐ Shopping bag pieghevole × 2 (per souvenir giornalieri)
- ☐ Sacchetti lavanderia / sporco
- ☐ Air-tag o tracker nella valigia
- ☐ Ombrello pieghevole piccolo (o comprato lì a 500¥ al konbini)

3 · Cosa portare ogni giorno nello zaino

Questa è la lista del **daypack**. Check-and-go la mattina prima di uscire dall'hotel.

Essenziali

- ☐ Passaporto (obbligatorio portarlo sempre per legge)
- ☐ Portafoglio: contanti + carte
- ☐ IC card (Suica/ICOCA/Pasmo) per trasporti
- ☐ Telefono carico + eSIM attiva
- ☐ Powerbank + cavo
- ☐ Key card hotel

Consigliati

- ☐ Fotocamera + batteria di scorta
- ☐ Bottiglia d'acqua (si riempie ai konbini o distributori)
- ☐ Ombrello pieghevole
- ☐ Fazzoletti + salviette umide
- ☐ Sacchetto richiudibile piccolo (i bidoni sono rari, porti a casa la spazzatura)
- ☐ Snack energetico (onigiri konbini perfetto)
- ☐ Cerotti anti-vesciche in tasca
- ☐ Shopping bag vuoto per souvenir

Regola d'oro per i templi

- Scarpe da togliere facilmente (no stringate complesse) — entri a Kinkaku-ji, Ryoan-ji, Nijo, Ginkaku-ji scalzo
- Calzini puliti senza buchi (te li guarderanno)
- Spalle coperte per rispetto (no canotta nei templi)

4 · Prenotazioni urgenti — da fare SUBITO

Alcune di queste vanno prenotate con largo anticipo (idealmente 2-3 mesi prima). Prenota in quest'ordine di urgenza:

1. **Omakase per l'ultima sera a Tokyo** (Ginza o Ginza-vicinanze) — via [Pocket Concierge](#) o app OMAKASE. Scegli fascia 10-18k ¥. Vedi sezione 6.
2. **teamLab Planets Tokyo** — per il pomeriggio scelto. planets.teamlab.art
3. **Shibuya Sky** — slot tramonto (~18:00). shibuya-scramble-square.com/sky
4. **teamLab Botanical Garden Osaka** — per la serata a Osaka. teamlab.art/e/botanicalgarden
5. **Ghibli Museum Mitaka** — tenta, probabilmente esaurito. Lotteria mensile via [Lawson](#)
6. **Tobu Limited Express Asakusa→Nikko** per la mattina della gita. Prenotabile anche sul posto il giorno prima.
7. **Yamato Takkyubin** per spedire le valigie Osaka→Kyoto la sera prima del transito (si fa al check-in dell'hotel a Osaka).
8. **teamLab Borderless Azabudai** (se scegli questa opzione al pomeriggio). teamlab.art/e/borderless-azabudai

5 · Itinerario giorno per giorno

Ogni giornata ha una struttura fissa: **orario** → **attività**, poi 4 blocchi separati per **foto**, **cibo**, **shopping** e **note pratiche**. Così la mattina apri al giorno giusto e ti basta scorrere.



Castello di Osaka — G2

Arrivo e primo impatto · Dotonbori

- ~12-13** Atterraggio KIX (orario tipico di voli diretti dall'Europa). Immigrazione, bagagli, acquisto IC card ICOCA all'aeroporto (ti servirà per tutti i trasporti).
-
- 13:30** **Nankai Rapi:t** → Namba (~40 min, 1.490 ¥). Biglietto al banchetto giallo "Nankai".
-
- 14:30** A piedi al tuo hotel nella zona Shinsaibashi. Drop bagagli se la camera non è pronta, doccia se fortunato.
-
- 16:00** Passeggiata di "primo impatto": da Shinsaibashi-suji scendi sulla Dotonbori-dori.
-
- 18:30** **Dotonbori di sera** — Glico sign, Ebisu Bridge, Hozenji Yokocho (vicolo del muschio con tempietto nascosto), canale e riflessi neon.
-
- 20:00** Cena: un **takoyaki vegano/tradizionale** in posto specializzato (evita le catene turistiche) + street food lungo il canale (okonomiyaki, crab leg grigliate).
-
- 22:00** Rientro a piedi (10 min) — il quartiere si vive di notte meglio che di giorno.

SPOT FOTO / VIDEO

Glico Running Man, Ebisu Bridge frontale, canale con i neon, granchio gigante di Kani Doraku, Don Quijote ruota, drago dorato di Kinryu Ramen.

Miglior ora: 19:00-21:00, appena scende il sole e le luci sono tutte accese.

SHOPPING

Don Quijote Dotonbori (aperto 24h) — prima incursione: snack, cosmetici, gadget, Kit Kat regionali. Tax-free sopra 5.500 ¥ con passaporto.

NOTE PRATICHE

Jet-lag forte, non pretendere troppo. La cena di strada è perfetta perché ti tiene all'aperto e in movimento. Obbligatorio idratarsi (alcol soft!). Dormire presto per allinearsi al fuso.



Dotonbori — il quartiere dove cenerai la sera dell'arrivo

Osaka centro · mercato, castello, tramonto a Umeda

- 08:30** **Kuromon Ichiba Market** — colazione street food: uni, otoro, wagyu skewer, fragole, tamagoyaki.
-
- 10:00** **Castello di Osaka** — arrivi poco dopo l'apertura (9:00), la torre ha vista + museo dentro.
-
- 13:00** **Nakazakicho** — quartiere di case di legno sopravvissuto ai bombardamenti, caffè nascosti, negozi vintage. Pranzo leggero qui.
-
- 15:30** Passaggio in un **gyoza-ya specializzato** come merenda/aperitivo, se è di strada.
-
- 17:30** **Umeda Sky Building** — arrivi PRIMA della folla, fai il biglietto, sali per le 18:00. Goditi il tramonto (~18:45 in primavera/estate) + città di notte.
-
- 20:30** Cena nei sotterranei di Umeda (Whity Umeda) o ad **Americamura** (quartiere giovane, vicino Namba).

SPOT FOTO / VIDEO

Castello di Osaka dalla piazza nord-ovest (profilo classico), vicoli di Nakazakicho al pomeriggio (luce radente), anello "Floating Garden" di Umeda Sky al tramonto con il sole che tramonta sulla baia.

SHOPPING

Nakazakicho è zona di **negozi vintage piccoli**, ceramiche artigianali, librerie usate. Perfetto per souvenir non-banali. Shinsaibashi-suji sulla via del ritorno ha le catene (Uniqlo, Daiso).

CIBO

Kuromon: uni (~800¥), wagyu skewer (~1.500¥), fragole giganti. Pranzo Nakazakicho: caffè di quartiere. Aperitivo: gyoza in un locale specializzato. Cena: okonomiyaki / izakaya Umeda.

NOTE PRATICHE

Umeda Sky: compra il biglietto online il giorno prima per saltare la coda. La terrazza è scoperta — porta felpa perché fa vento.

Osaka profonda · santuari, tram retrò, teamLab serale

- 08:30** **Namba Yasaka Jinja** — il santuario con testa di leone gigante. Vai presto = foto senza folla.
-
- 10:00** **Sumiyoshi Taisha** via **tram Hankai** (l'esperienza retrò del tram è metà della gita). Ponte rosso ad arco Sorihashi.
-
- 13:30** **Shinsekai + Tsutenkaku**. Pranzo kushikatsu (Daruma è lo storico, più turistico ma buono).
-
- 16:00** Rientro hotel — fondamentale: chiedi alla reception **Yamato Takkyubin** per spedire le valigie al tuo hotel di Kyoto (arrivano nel pomeriggio del giorno successivo).
-
- 17:30** Opzionale: **Den Den Town (Nipponbashi)** — la "piccola Akihabara di Osaka", 10 min a piedi da Shinsekai. Mandarake Grandchaos, Super Potato.
-
- 19:30** **teamLab Botanical Garden Osaka** (metro Nagai) — slot orario prenotato. Camminata tra piante luminose, 1h30.
-
- 22:00** Cena veloce rientrando (ramen rapido alla stazione).

SPOT FOTO / VIDEO

Testa di leone Namba Yasaka (frontale, luce mattutina), ponte Sorihashi curvo di Sumiyoshi, tram Hankai in movimento, Shinsekai retro-anni '80 dal basso, Tsutenkaku illuminata, installazioni teamLab (luce viva su piante).

SHOPPING

Den Den Town è la chicca extra se fai l'incursione pre-teamLab: figure vintage, Gundam, retro games. Prezzi spesso migliori che Akihabara.

CIBO

Pranzo: kushikatsu Shinsekai (spiedini fritti, regola fondamentale: *non fare double-dip nella salsa comune*). Cena post-teamLab: leggera.

NOTE PRATICHE

Le valigie vanno preparate prima delle 10 del mattino per la spedizione. Tieni con te il necessario per una notte (spazzolino, cambio, laptop, cavi). Prezzo takkyubin: ~2.000 ¥ per valigia grande.

Transito con cervi · arrivo Kyoto

- 08:30** Checkout dall'hotel di Osaka. Vai alla stazione con zaino leggero (valigie già spedite).
- 09:00** Treno Kintetsu Namba → Kintetsu-Nara (~40 min). Coin locker in stazione per lo zaino.
- 10:00** **Nara Park** — cervi ovunque. Compra 200¥ di senbei (biscotti per cervi), inchinati al cervo, lui si inchina a te (vero).
- 11:00** **Todai-ji** — il Daibutsu (Buddha gigante di bronzo), 16m. Prova a passare attraverso il foro del pilastro (porta fortuna).
- 13:00** **Kasuga Taisha** — santuario nel bosco, sentiero con 3.000 lanterne di pietra.
- 14:30** **Mochi Nakatanidou** (il negozio storico famoso per il pestaggio live) — se riesci a vedere il **pestaggio live** (mochitsuki) con pestelli giganti è spettacolare. Prendi il mochi caldo con anko, mangialo subito.
- 15:30** Rientro stazione, recupero zaino, treno per Kyoto (~45 min).
- 17:30** Check-in hotel a Kyoto. Valigie già lì.
- 19:30** Cena leggera. Passeggiata serale sul **fiume Kamo**.



Cervi di Nara — puoi avvicinarli, inchinati prima di dargli il senbei

SPOT FOTO / VIDEO

Cervi davanti a Todai-ji con il Daibutsu-den sullo sfondo (l'icona di Nara), lanterne di pietra di Kasuga in fila, mochi-pestaggio a Nakatanidou (video 15 sec, virale garantito), Daibutsu dall'interno

del Kon-do.

CIBO

Colazione veloce konbini. Pranzo Nara: kakinoha-zushi (sushi in foglia di cachi, specialità locale) o udon. Mochi Nakatanidou alle 14:30. Cena Kyoto: izakaya leggera dopo il viaggio.

NOTE PRATICHE

I cervi sono **selvatici e rapidi**. Se hai senbei visibile ti assaltano. Regola: mostri il biscotto → inchino → dai uno per volta. Non portarli nascosti in tasca (te li cercano addosso).

Higashiyama · sveglia all'alba, Fushimi Inari → Gion

GIORNATA PIÙ FOTOGENICA DEL VIAGGIO. Sveglia sacra alle 5:30. Se fai tutto bene torni con IL video del Giappone.

- | | |
|--------------|---|
| 05:30 | Sveglia, colazione konbini in camera. |
| 06:00 | Fushimi Inari — sali fino al belvedere Yotsutsuji (metà percorso, ~40 min). Parte bassa affollata anche alle 6:30, ma sopra sei da solo. |
| 09:00 | Keihan Line diretta Fushimi-Inari → Shichijo (non torni in hotel!). |
| 09:30 | Sanjusangen-do — i 1001 Buddha. 10 min a piedi dalla stazione. Massiccio. Fotograficamente vietato dentro ma esperienza unica. |
| 11:00 | Kiyomizu-dera — salita da Chawan-zaka. Terrazza di legno sospesa sulla collina. |
| 13:00 | Pranzo zona Higashiyama: yudofu (tofu bollente, specialità Kyoto) o un katsudon in un locale di quartiere. |
| 14:30 | Sannenzaka → Ninenzaka → Pagoda Hokan-ji (Yasaka-dori) . <i>Lo shot più iconico di Kyoto.</i> |
| 15:30 | Maruyama Park → Yasaka Jinja → Chion-in (il Sanmon è la porta più grande del Giappone). |
| 17:30 | Gion — Hanamikoji, poi Shirakawa-dori al crepuscolo (lanterne rosse accese, tratto più fotogenico). |
| 19:30 | Cena Pontocho — vicolo lungo il Kamo, atmosfera top. |
| 22:00 | Post-cena: un rooftop bar con vista sulla città o birra sulla riva del Kamo. |



Fushimi Inari — Senbon Torii all'alba, 06:00

SPOT FOTO / VIDEO (L'OSCAR DELLA GIORNATA)

1. **Fushimi Inari vuoto all'alba** — il video "camminata tra i torii" è qui. Metti il gimbal se ce l'hai.
2. **Kiyomizu-dera dalla terrazza** — scatto classico dall'angolo est.
3. **Pagoda Hokan-ji da Yasaka-dori** — tra le 14 e le 15 il sole è alto sopra la pagoda; in cielo blu è iconica.
4. **Shirakawa-dori in Gion** — 18:30-19:00, lanterne accese ma luce blu nel cielo.
5. Candeie di **Chion-in** dentro la sala principale.

SHOPPING

I vicoli Sannenzaka/Ninenzaka sono i **migliori souvenir tradizionali di tutto il viaggio**: incensi Shoyeido, ceramiche Kiyomizu-yaki, tessuti chirimen, yatsushashi dolci, ventagli. Regali seri → qui.

CIBO

Colazione: konbini pre-Fushimi. Pranzo: yudofu o katsudon. Merenda: yatsushashi (dolci in pasta di riso). Cena: **Pontocho** — scegli un kaiseki medio o uno yakitori storico.

NOTE PRATICHE

Fushimi Inari ha **zero biglietto e sempre aperto** (è un santuario, non un museo). In primavera i gradini possono essere umidi all'alba, scarpe con grip. Porta almeno 1L d'acqua — c'è un solo distributore a metà salita.



Kiyomizu-dera — la famosa terrazza in legno

Kyoto nord-ovest · Nishiki, Kinkaku-ji, Nijo

- 08:30** **Nishiki Market** — brunch camminando. 400m di galleria, 100 bancarelle. Pesce, tsukemono, tè, dolci.
-
- 10:30** **Kinkaku-ji (Padiglione d'Oro)** — bus 101/205. Se il cielo è sereno, oro sul laghetto assurdo.
-
- 12:00** **Ryoan-ji** — giardino zen con 15 pietre (non ne vedi mai tutte e 15 contemporaneamente, è voluto). Siediti sulla veranda 15 minuti in silenzio.
-
- 13:30** Pranzo ramen — scegli un locale di medio-alta qualità con buon punteggio Tabelog.
-
- 14:30** **Castello Nijo** — **ENTRI ASSOLUTAMENTE**. Pavimenti "usignolo" che cinguettano sotto i passi (sistema anti-ninja). Biglietto sul posto.
-
- 16:30** **Palazzo Imperiale di Kyoto** (10 min metro da Nijo). Solo il parco (Kyoto Gyoen), gratuito, riposante.
-
- 19:00** **Cena: cerca il miglior ramen della città su Tabelog** (punteggio >3.7). Ramen-ya top come Menbaka Fire Ramen o Honke Daiichi-Asahi sono benchmark.
-
- 21:00** Post-cena: **Kiyamachi-dori** (la via della movida) per un drink, o fiume Kamo con birra.



Kinkaku-ji — la foto funziona solo con sole frontale, la mattina

SPOT FOTO / VIDEO

Kinkaku-ji sul laghetto (la classica, angolo sud-est). Giardino karesansui di Ryoan-ji (inquadratura laterale lunga). **Dentro Nijo NON puoi filmare/fotografare** le stanze decorate, ma i giardini esterni

con koi sì. Nishiki Market: light leaks tra le lanterne della galleria coperta.

SHOPPING

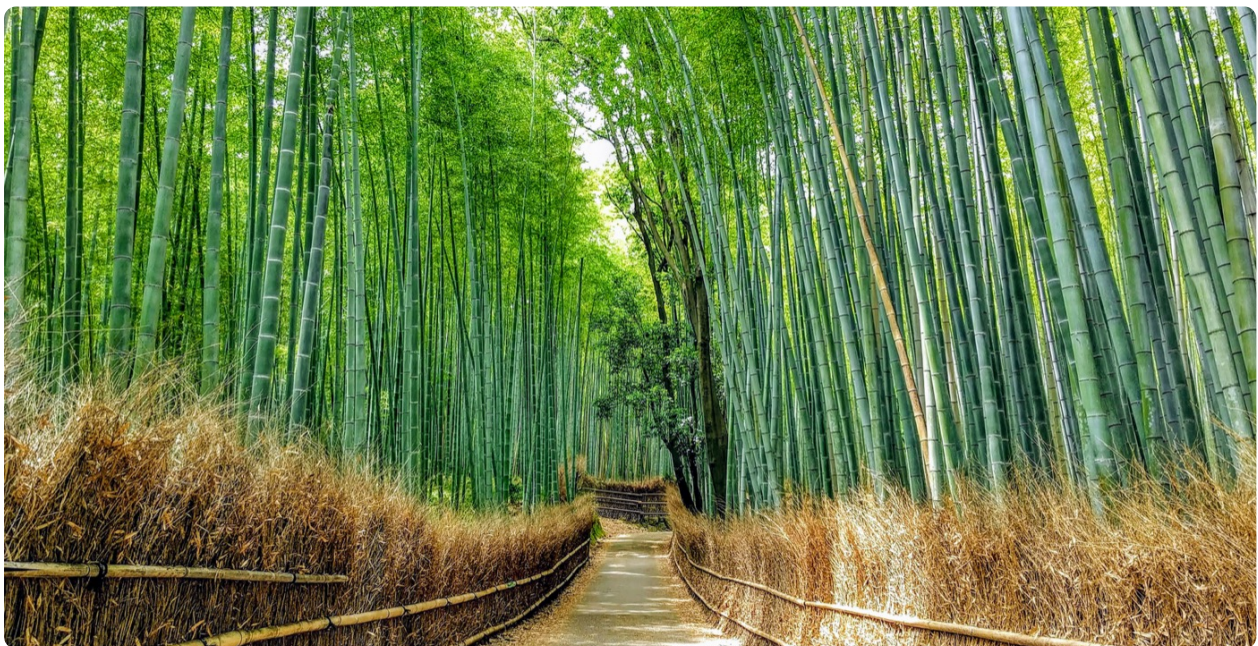
- **Nishiki Market:** *Aritsugu* (coltelli giapponesi, flagship storico — se ne porti uno, qui), *Ippodo* (matcha cerimoniale), bacchette laccate, yuba secca
- **Teramachi/Shinkyogoku** (gallerie parallele): librerie, manga usati, moda, Daiso gigante

CIBO

Brunch Nishiki: tamagoyaki di Miki Keiran (~150¥ a fetta), uni sashimi, yuba cruda. Pranzo: ramen.
Cena: il miglior ramen-ya della città (imperdibile).

Arashiyama all'alba · Heian Jingu · Ginkaku-ji

- 06:00** Sveglia, treno JR Sagano line → Saga-Arashiyama.
- 06:30** **Foresta di Bambù di Arashiyama** — unica finestra in cui il posto ha senso. Dopo le 9 è metro all'ora di punta.
- 08:00** Colazione caffè locale o konbini.
- 08:30** **Tenryu-ji** (apre 08:30, giardino confina col bambù).
- 10:30** **Jojakkoji** + Saga-Toriimoto Preserved Street (quasi nessuno qui).
- 12:30** Pranzo Arashiyama: un **ristorante di soba artigianale** (fascia media-alta, il migliore della tua ricerca) o yudofu vicino al fiume Katsura.
- 14:00** **Heian Jingu** (treno verso centro) — torii arancione gigante. **Paga il biglietto per il giardino interno**, è il vero motivo: laghetto con le pietre attraversabili.
- 16:00** **Ginkaku-ji (Padiglione Argentato)** — non è davvero argentato, ma il giardino di muschio è magico.
- 16:45** **Philosopher's Path** in discesa (2 km, canale con salici, caffè nascosti).
- 19:30** Cena: un **kaiseki** (menu degustazione dello chef) o un **wagyu** top — una delle due è la cena memorabile di Kyoto.



Foresta di bambù di Arashiyama all'alba — luce soft tra gli steli

SPOT FOTO / VIDEO

Foresta di bambù alle 6:30 (luce dorata soft), Tenryu-ji garden dal padiglione, torii gigante di Heian Jingu (posizionati sotto e guarda su), pietre attraversabili del giardino interno Heian, canale con petali sul Philosopher's Path.

NOTE PRATICHE

Arashiyama di giorno è stressante. **Se alle 8:30 sei ancora nel bambù, sei già in ritardo.** Evita noleggio kimono lì: è trappola turistica che raddoppia i tempi.

Shinkansen · Senso-ji · Skytree al tramonto

- 08:30** Checkout ibis. Taxi/metro a Kyoto Station.
- 09:30** **Shinkansen Nozomi** Kyoto → Tokyo (~2h15). Prenota posto E (lato destro direzione Tokyo): se c'è il sole vedi il **Monte Fuji** sulla destra dopo Nagoya (~60 min di viaggio).
- 12:30** Arrivo Tokyo Station → metro Ginza line → Asakusa. Check-in hotel a Tokyo (zona Asakusa).
- 14:30** **Senso-ji** — Kaminarimon (lanterna rossa gigante), Nakamise-dori (shopping souvenir), Hozomon, pagoda 5 piani.
- 16:00** **Solamachi** (sotto Skytree, 2 fermate metro) — 300+ negozi: **Donguri Kyowakoku** (Ghibli store), **Pokemon Center Skytree**, Hello Kitty, One Piece store.
- 17:30** **Tokyo Skytree** per il tramonto. Sali per le 17:45, vedi giorno + tramonto + notte in una singola visita.
- 20:30** Cena izakaya **Hoppy Street** (Asakusa) — yakitori, motoyaki, atmosfera anni '60.

*Senso-ji di notte — Kaminarimon*

SPOT FOTO / VIDEO

Fuji dal treno (se il cielo è limpido), Kaminarimon, Nakamise + pagoda + Skytree in unico frame (vista da Nakamise-dori verso nord-est), panorama notturno dal Skytree, Senso-ji illuminato la sera.

SHOPPING (PRIMO VERO CARICO TOKYO)

Nakamise-dori: souvenir tradizionali (ventagli, portachiavi, kitkat regionali, sembei, mochi).

Solamachi: Ghibli store (primo grande!), Pokemon Center, Hello Kitty. *Totoro plush, peluche*
Pokemon limitati Tokyo-only.

NOTE PRATICHE

Shinkansen: biglietto "non reserved" (jiyu-seki) ~13.900 ¥, "reserved" +320 ¥. Con 2 persone + ampi bagagli, **prenota posti con ampio spazio posteriore per valigioni** (ultima fila di ogni carrozza, gratis se disponibile).

Asse ovest · Harajuku · Shibuya · Shinjuku

- 08:30** **Meiji Jingu** — santuario nel bosco di 100.000 alberi. Silenzio prima del caos.
- 10:30** **Harajuku** — Takeshita Street (kawaii), Kiddyland (5 piani action figure/Sanrio), Laforet, Omotesando (chic).
- 13:00** Pranzo Shibuya.
- 14:30** **Shibuya** — Shibuya Crossing, Hachiko, Pokemon Center Shibuya, Mandarake Shibuya.
- 17:30** **Shibuya Sky** al tramonto (prenotato). Angolo aperto + piazzola fotografica.
- 19:30** **Shinjuku** — Omoide Yokocho (vicolo yakitori), **Golden Gai** (drink nei micro-bar: ogni baretto ha un coperto ~500-1000¥), Kabukicho (testa Godzilla).
- 21:30** Cena: **onigiri fatti a mano** a Shinjuku (cerca Onigiri Gonbei o Bongo; gli onigiri artigianali sono un'arte).



Shibuya Crossing dall'alto

SPOT FOTO / VIDEO

Torii di legno Meiji Jingu, **Shibuya Crossing dall'alto** (Starbucks Tsutaya, Mag's Park tetto, o Shibuya Sky). **Shibuya Sky**: pavimento con nuvole + elicottero (piazzola pagamento). Omoide Yokocho vicoli fumosi. Godzilla head di Kabukicho. **Golden Gai di notte** (cinematografico).

SHOPPING

Harajuku Kiddyland (figure ufficiali), Laforet (kawaii fashion), Takeshita (crêpe + streetwear).
Shibuya Pokemon Center, Mandarake, Magnet 109.

Shinjuku Don Quijote flagship (caos utile), Kinokuniya (libri), Isetan (grandi magazzini).

NOTE PRATICHE

Golden Gai: ogni micro-bar ha un coperto (~500-1000¥). *Evita quelli con scritta "no foreigner":* alcuni sono tradizionalmente chiusi ai non-giapponesi (non razzismo ma riservatezza per habitué). Quelli con scritta in inglese sono ok.

Nikko UNESCO · rientro con monjayaki a Ueno

- 07:30** **Tobu Limited Express** Asakusa → Tobu-Nikko (2h, posto assegnato).
- 09:45** Arrivo Nikko. Bus al complesso templare (~10 min).
- 10:00** **Shinkyo Bridge** — ponte rosso sul fiume (foto).
- 10:30** **Rinnoji Temple**.
- 11:30** **Toshogu Shrine** — mausoleo Tokugawa Ieyasu, UNESCO. Cancelli **Yomeimon** ossessivamente decorato. Le "3 scimmie sagge" sono qui.
- 13:30** Pranzo Nikko: **yuba** (pelle di tofu, specialità).
- 14:30** Opzionale: bus al **Lago Chuzenji + Cascate Kegon** (~40 min). Se stanco, torna anticipato.
- 17:00** Tobu verso Asakusa.
- 19:00** Rientro → **Tsukishima** (zona storica del monjayaki, una fermata di metro) o Ueno per cena **monjayaki** (1 fermata a sud di Asakusa).



Yomeimon Gate di Toshogu — l'architettura più ornata del Giappone

SPOT FOTO / VIDEO

Shinkyo Bridge sul fiume Daiya, Yomeimon Gate dettaglio scultoreo, criptomerii giganti, Cascata Kegon (97m), Lago Chuzenji con montagne.

NOTE PRATICHE

Prenota Limited Express il giorno prima alla stazione Asakusa Tobu. Pass combinato "Nikko All Area Pass" (~4.780¥) conviene se fai anche lago + cascate. Niente dura meno di 2h tra templi, bus e attese.

Il giorno anime · Tsukiji + Nakano Broadway + Akihabara

GIORNATA DEI SOUVENIR ANIME/MANGA/FIGURE. Porta zaino vuoto + shopping bag.
Carta di credito Visa (alcuni negozi non accettano Amex). Yodobashi spedisce gratis acquisti voluminosi in hotel.

- | | |
|--------------|--|
| 08:00 | Tsukiji Outer Market — colazione sushi/tamagoyaki/uni. Le aste vere sono a Toyosu, ma lo street food è tutto qui. |
| 09:30 | Metro → Nakano (Chuo line, 20 min). |
| 10:00 | Nakano Broadway — 4 piani, 8 filiali Mandarake sparse. Figure usate rare, manga fuori catalogo, cel di animazione originali, doujinshi. Prezzi più bassi di Akihabara. |
| 13:00 | Pranzo Nakano — ramen locale. |
| 14:00 | Metro → Akihabara (Chuo line). |
| 14:30 | Mandarake Complex (8 piani, ogni piano una categoria). |
| 15:30 | Radio Kaikan (10 piani, figure nuove: Kotobukiya, Good Smile, Volks). |
| 16:30 | Super Potato (retro games — Famicom sigillati, Saturn). |
| 17:30 | Yodobashi Akiba (8 piani elettronica: fotocamere Fuji/Sony a prezzi imbattibili vs EU). |
| 19:00 | Gachapon Kaikan — 500+ gachapon, 200-500¥ ognuno, delirio controllato. |
| 20:00 | Cena Akihabara: ramen tonkotsu o anime-themed café (Gundam/Capcom/FF).
Opzionale: maid café — <i>@home café</i> è il più friendly per stranieri. |



Akihabara Electric Town di notte

SPOT FOTO / VIDEO

Cartelloni verticali di Chuo-dori (spegni il flash), fila gachapon, scaffali Mandarake (molti vietano foto, chiedi), ponte pedonale Akihabara Station al crepuscolo, sign neon di Super Potato.

SHOPPING — PIANO DI ATTACCO

Strategia: Nakano per "pezzi rari economici" (compri lì), Akihabara per "varietà + novità".

Cosa cercare: figure Good Smile / Kotobukiya (prezzo giapponese vs EU: -30-50%), manga boxset, Gundam model kit, vinyl anime OST, art book esauriti, doujinshi, carte trading.

Evita: compra il primo giorno, torni sempre e costa 2x. Tax-free sopra 5.500¥ con passaporto.

NOTE PRATICHE

Maid café: 2 drink + 1 foto ~2.500-3.500¥ per persona. No foto "illegali" con le maid fuori del menu ufficiale. Regole spiegate in inglese. È una performance, non un club.

Mercatino Hanazono · teamLab Planets · Odaiba

- 08:00** Metro Asakusa → Shinjuku-sanchome.
- 08:30** **Hanazono Shrine Flea Market** (Shinjuku, ogni domenica) — mercatino antiquariato/vintage. Ceramiche, kimono usati, stampe, cartoline anni '60, yen antichi.
Verifica il giorno prima sul sito del Hanazono Shrine che non sia cancellato per eventi/meteo.
- 11:00** Brunch Shinjuku. Metro → Toyosu.
- 13:00** **teamLab Planets** — slot prenotato. Ti bagnerai i piedi: pantaloni arrotolabili, asciugamano da loro. 2h dentro.
- 15:30** Pranzo Toyosu Market (sushi ai piani superiori del mercato nuovo).
- 17:00** **Odaiba** via Yurikamome line (treno automatico, panoramico).
Statua **Unicorn Gundam** (Diver City) — trasformazione ogni ora.
Piccola Statua della Libertà + Rainbow Bridge al tramonto.
- 20:00** Rientro Asakusa. Cena leggera (è stata giornata pesante).

SPOT FOTO / VIDEO

Banchi di ceramiche Hanazono (close-up macro), teamLab Planets (*attento all'acqua sul body*), Gundam alto 19m da sotto, Statua Libertà + Rainbow Bridge + skyline Tokyo (sunset gold hour).

SHOPPING MERCATINO

Kimono/yukata vintage (500-3.000¥ contro 8.000+ nei negozi), ceramiche artigianali, stampe ukiyo-e antiche, orologi vintage, francobolli, giocattoli Showa-era. Porta contanti — alcuni banchi no carta.

NOTE PRATICHE

teamLab Planets: vieni coi pantaloni che arrotoli sopra il ginocchio. Le gonne sono vietate (pavimento-specchio). Telefoni si possono tenere in busta waterproof fornita.

Ginza · Tokyo Metropolitan sunset · OMAKASE

09:00 Palazzo Imperiale East Garden (gratuito). Resti del castello Edo, koi ponds.

11:00 Ginza:

- **Itoya** — cartoleria mitica 12 piani (quaderni, washi tape, Pilot Custom, sigilli con nome in kanji personalizzato)
- **Uniqlo flagship** (12 piani, linee esclusive Ginza)
- **Ginza Six** (firme + installazioni arte al piano terra libere)

13:30 Pranzo Ginza (sushi bancone economico).

15:00 Scelta pomeriggio:

- **Opzione A:** teamLab Borderless Azabudai (slot)
- **Opzione B:** Roppongi Hills + Mori Art Museum
- **Opzione C:** riposo in hotel (hai un omakase stasera, riservare energia)

17:30 Metro → Shinjuku. **Tokyo Metropolitan Government Building** (gratis, 45° piano). Tramonto + spettacolo luci proiettate sulla facciata (21:30, rientro dopo cena).

20:00 **OMAKASE** (Ginza o dove hai prenotato). 2-2.5h al bancone. *Vedi sezione 8.*

22:30 Eventuale passaggio allo spettacolo luci di Tokyo Gov Building se riesci.

SPOT FOTO / VIDEO

East Garden con grattacieli sullo sfondo, Tokyo Tower dal Zojoji (tempio + tower in un frame è iconico), vista da Tokyo Metropolitan Gov Building (gratis!), il piatto omakase finale (UNA sola foto, rapida, no flash).

SHOPPING — ULTIMO CARICO

Itoya per regali seri: penne, quaderni, washi tape (5-20€ ottimi regali ufficio). Uniqlo per basic eccellenti. Ginza Six per griffe (se budget).

NOTE PRATICHE OMAKASE

Arriva **5 minuti prima**, non di più. Abbigliamento elegante-casual (niente infradito/shorts/canotta). Telefono silenzioso. Mangia ogni pezzo in **un boccone, entro 30 secondi** dall'arrivo (il nigiri a temperatura corporea dura poco). No soia sul riso, no wasabi mescolato. Mangia con le mani se lo chef te lo permette (è tradizione).

Senso-ji all'alba · Kappabashi · Haneda

- 07:00** Ultima passeggiata: **Senso-ji all'alba** — vuoto, foto spettacolari come non potrai mai rifare.
-
- 09:00** **Kappabashi** (10 min a piedi) — la via dei coltelli e utensili. Coltelli giapponesi (Tojiro, Masamoto), ceramiche, **sampuru** (i piatti di plastica espositivi, regali assurdi), kimono usati.
-
- 11:00** Checkout hotel a Tokyo. Saluta Asakusa.
-
- 12:00** Pranzo veloce Asakusa (soba, tempura, o onigiri).
-
- 13:15** Asakusa Line → Keikyu Airport Line → **Haneda T3 Int'l** (1 treno diretto, 50 min, ~700¥).
-
- 14:15** Arrivo Haneda. Check-in China Eastern. Tax-free refund desk se hai scontrini.
-
- 17:10** **Volo di ritorno.**

TAX-FREE REFUND

Al check-in Haneda: presenta tutti gli scontrini tax-free + il sacchetto trasparente NON aperto (molte cose tax-free vanno tenute sigillate fino all'uscita dal Giappone). Il controllo è rapido, 5-10 min. Se hai già aperto — pazienza, potresti dover pagare la tassa.

ULTIMISSIMO SHOPPING

Kappabashi è dove prendi i **souvenir di carattere**: coltelli incisi col tuo nome in kanji (servizio gratuito in molti negozi!), sampuru del tuo piatto preferito, set ceramica per sushi, coltelli di pasticceria.

6 · Osmo Pocket 3 — setup, settaggi, uso giorno per giorno

Hai in tasca la migliore videocamera compatta per un viaggio in Giappone. Il Pocket 3 ha sensore 1", gimbal meccanico 3 assi, 4K fino a 120fps e **D-Log M a 10-bit** — qualità quasi-cinema. Con il microfono DJI e l'attacco zaino, è una regia mobile. Questa sezione è la tua cheat-sheet: setup iniziale, settaggi per situazione, uso giorno per giorno.

Setup iniziale — da fare a casa PRIMA di partire

Impostazioni camera

- ☐ **Anti-flicker: 50Hz** (standard EU/JP)
- ☐ **Coding: H.265** (metà peso di H.264)
- ☐ **Auto-lock schermo: disattivato** (perdi shot importanti)
- ☐ **Griglia 3×3:** attiva (regola dei terzi)
- ☐ **Livella:** attiva
- ☐ Assegna il **tasto funzione:** toggle D-Log M ↔ Normal
- ☐ **Aggiorna firmware** all'ultima versione. Una volta in Giappone, NON toccare.

Hardware di supporto

- ☐ **2 microSD UHS-II V60/V90** (256 o 512GB) — una primaria + una spare. Formatta IN CAMERA.
- ☐ **Battery originale + 2 spare** (10-12h di riprese = 3 batterie minimo)
- ☐ **Powerbank USB-C PD 20-30W** per ricariche in mobilità
- ☐ Cavo **USB-C ↔ USB-C** buono (data transfer veloce)
- ☐ **DJI Mic 2:** ricevitore + 2 trasmettitori + wind cap + cavo di ricarica
- ☐ **Attacco zaino** (magnete + clip)
- ☐ **LED/flash** con cavi
- ☐ Panno microfibra + pennello a lampadina (polvere obiettivo)
- ☐ Sacchetto zip-lock (pioggia)

Le 3 modalità colore — quando usare quale

Profilo	Quando usarlo	Pros / Cons
Normal (8-bit)	Street walking quotidiano, food TikTok-diretto, clip social che non editi	Pronto all'uso · Meno margine di editing
Vivid (8-bit)	Neon pop senza editing — Dotonbori, Akihabara, Shibuya	Colori "da cartolina" · Rischio over-saturazione
D-Log M (10-bit) ★	Alba Fushimi Inari, Kyoto golden hour, tramonti da Skytree/Umeda/Shibuya Sky, templi con contrasto luce-ombra	Massimo range dinamico, cinema · Richiede color grading al ritorno
HLG (HDR)	SOLO se pubblicati su YouTube HDR	Skip se non ti serve

Regola pratica per il viaggio: D-Log M al 60% (momenti cinematografici del viaggio — alba, tramonto, interni templi), **Normal al 40%** (street quotidiano, food veloce). Zero Vivid se sai editare: D-Log M ti dà lo stesso colore pop ma con più libertà.

Regole base di ripresa — da tenere a mente

Regola dei 180° (shutter = 2 × fps)

Per un motion blur naturale, l'otturatore deve essere il doppio degli fps:

- **24fps** → shutter **1/50** (cinematografico)
- **30fps** → shutter **1/60** (standard)
- **60fps** → shutter **1/120** (slow motion morbido)
- **120fps** → shutter **1/240** (slow motion aggressivo)

Violare questa regola = video che "non sembrano bene" senza sapere perché.

ISO — lock manuale quando possibile

- **Diurno pieno sole:** ISO 100 lock. Se troppo luminoso, alza shutter o serve ND.
- **Diurno coperto / interni luminosi:** ISO 200-400
- **Interni templi (Kinkaku-ji, Nijo):** ISO 400-800
- **Neon notte (Dotonbori, Akihabara):** ISO 800-1600 (il Pocket 3 è pulito fino a 3200)
- **Alba/tramonto golden hour:** ISO auto 100-400 (varia veloce)

Bilanciamento bianco

Auto funziona quasi sempre. **Due eccezioni critiche:**

- **Scene neon notturne:** blocca manualmente su **5000K** per evitare shift di tinta da scatto a scatto (l'auto impazzisce davanti a neon multicolore).
- **Alba/tramonto:** blocca su **5600K** per mantenere il caldo arancio (l'auto "corregge" cancellando il calore che cerchi).

Il microfono DJI — quando usarlo

Il DJI Mic 2 si attacca al ricevitore Pocket 3 via **OsmoAudio** (automatico in prossimità, senza cavo).

SÌ mic DJI

- Voice-over mentre cammini (narrazione del viaggio)
- **Scene ventose:** Tokyo Skytree 450m, Shibuya Sky, Umeda Sky, Fushimi Inari sommità — il mic interno del Pocket viene distrutto dal vento
- Dialoghi (izakaya, interview stile al banco di un ramen)
- Treni Shinkansen e Tobu (rumore isolato del finestrino)
- Stanze risonanti: basiliche buddiste, grotte

NO mic (basta interno)

- **Ambient sound dei quartieri neon:** il mic interno cattura il "caos" più autenticamente
- Templi silenziosi (Ryoan-ji zen garden)
- Metro / corridoi interni
- Scene dove vuoi solo il "campo" sonoro, non voce

Settaggi audio critici:

- Gain **manuale**, picchi sui **-12dB** (mai al rosso)
- **Wind cap sempre montata outdoor** (Giappone ha vento costante in costa e in quota)
- Clip del trasmettitore sulla maglia a **15-20cm dalla bocca**
- 2 persone = 2 trasmettitori, canali separati (mix in post)
- Attiva la **safety track** a -6dB: salva la ripresa se urla o sussulti involontariamente

Il flash / LED — quando SÌ, quando NO

SÌ flash (fill low)

- Ritratti notturni in luoghi bui (riva del Kamo di sera, esterno Golden Gai)
- Close-up di cibo in izakaya con pochissima luce
- Rim light creativo da dietro (cinema-style)
- Situazioni dark + vuoi il soggetto staccato dal fondo

*Livello: parti sempre da 30-40% in interni.
70-100% solo outdoor night.*

NO flash categorico

- **Templi e santuari** — mai, per nessun motivo
- **Neon di Dotonbori/Akihabara/Kabukicho:** uccide il mood, rende tutto piatto
- **teamLab installazioni:** vietato
- **Shibuya Crossing dall'alto:** distante, inutile
- **Omakase:** disturbo immenso
- **Musei d'arte:** vietato
- **Persone in primo piano senza permesso:** maleducato
- **Bagni/onsen:** mai

L'attacco zaino — tecnica hands-free

L'attacco zaino permette riprese **mentre cammini senza tenere nulla in mano**. È geniale per momenti ricchi e dinamici (mercati, templi interni con movimento, incroci).

Setup corretto

1. **Spalla opposta al lato dominante** (destrorso → spalla sinistra)
2. Angolo verticale: **15-20° verso l'alto** (non dritto, altrimenti riprendi il cielo)
3. Distanza sensore-corpo: **8-12 cm**, non attaccato
4. Attiva **Gimbal Follow Mode** (segue l'orientamento del corpo ma leviga rotazioni)
5. **Disattiva ActiveTrack** (non sa cosa seguire in scenari caotici, inseguirebbe un passante casuale)
6. Rec clip di **3-5 min massimo**, poi spegni (batteria si scalda, ti dimentichi che sta andando)

Le 6 scene hero in modalità zaino

- **G5 Fushimi Inari all'alba:** cammini tra i torii, dolly shot garantito in 6:00 deserto
- **G7 Arashiyama bambù 6:30:** immersive bamboo POV
- **G8 Nakamise-dori Asakusa:** street shopping, lanterne sopra
- **G9 Shibuya Crossing attraversato:** POV dell'incrocio più famoso del mondo

- **G10 Toshogu Nikko:** passaggi rituali tra templi dorati
- **G11 Akihabara:** cartelloni neon che scorrono ai lati mentre cammini

Le 10 situazioni del viaggio — settaggi esatti

La tabella-bibbia. Stampala, tienila aperta. Vai a cercare la situazione, applica i settaggi, vai tranquillo.

#	Situazione	Risol./fps	Color	Shutter	ISO	Note
1	Street day walk (Nishiki, Shinsaibashi, Takeshita)	4K 30fps	Normal	1/60	100-200	Handheld, FPV Mode
2	Cinematic day (Higashiyama, templi esterno)	4K 24fps	D-Log M	1/50	100	Gimbal Follow, composizioni statiche
3	Neon notturno (Dotonbori, Akihabara, Kabukicho)	4K 24fps	D-Log M	1/50	800-1600	No flash, WB 5000K lock
4	Alba/tramonto (Fushimi Inari 6:00, Umeda Sky)	4K 24fps	D-Log M	1/50	100-400 auto	WB 5600K, ND se sole pieno
5	Tempio interno (Todai-ji, sala Kinkaku-ji)	4K 30fps	D-Log M	1/60	400-1600 auto	MAI flash, silenzio
6	Food close-up	4K 60fps	Normal	1/120	200-800	FaceTrack off, focus manuale sul piatto
7	Hands-free zaino (Fushimi Inari, bambù, Nakamise)	4K 24fps + 120fps slowmo	D-Log M	1/50 o 1/240	100-400	Gimbal Follow, clip 3-5 min
8	Panorama dall'alto (Skytree, Shibuya Sky, Umeda)	4K 24fps slow pan + Timelapse	D-Log M	1/50	100-800	Mic DJI (vento forte!), mini tripod se consentito
9	Slow motion d'impatto (Shibuya Crossing da sopra, cascata Kegon, cervi che saltano)	4K 120fps	Normal	1/240	100-400	Audio inutile a 120fps, disattivalo
10	Timelapse / Hyperlapse (tramonto Skytree, Shibuya notte)	Hyperlapse 4K o Motionlapse	Normal	auto	auto	Mini tripod se fisso, interval 1-3 sec

Cheat-sheet giorno per giorno

Per ogni giornata del viaggio, le situazioni dominanti da usare. Incrocia coi numeri della tabella sopra.

G1 Dotonbori sera → Situazione **3 Neon**. Mic DJI con wind cap per il caos sonoro autentico.

G2 Osaka centro + Umeda Sky → Mattina Kuromon/Castello: **1 Street**. Nakazakicho: **2 Cinematic**. Umeda Sky tramonto: **4 Tramonto + 8 Panorama + 10 Timelapse** (fai un hyperlapse di 15 min dal tramonto alle luci notturne).

G3 Sumiyoshi/Shinsekai/teamLab → Mattina: **2 Cinematic**. Shinsekai: **1 Street**. teamLab Botanical: **5 Tempio** ma manuale (ISO 800, 1/50, WB blocca su 4000K).

G4 Nara/Kyoto transito → **2 Cinematic** ai templi. **6 Food** per mochi Nakatanidou. **9 Slow motion 120fps** per cervi che saltano (clip iconici garantiti).

G5 Higashiyama — LA GIORNATA DEL POCKET 3 → Sveglia 5:30. Monta attacco zaino PRIMA di uscire.

- Fushimi Inari 6:00: **7 Hands-free zaino** tra i torii (+ clip fissi **4 Alba** dal belvedere)
- Kiyomizu sole: **2 Cinematic**
- Pagoda Hokan-ji 14:30: **8 Panorama** inquadratura classica
- Gion/Shirakawa sera: **3 Neon** con mic per le lanterne rosse
- Pontocho cena: **6 Food**

G6 Kinkaku-ji/Ryoan-ji/Nijo → **2 Cinematic** prevalente. Kinkaku-ji: **8 Panorama** slow pan sul laghetto. Ryoan-ji: **5 Tempio interno** molto statico, rispetta il silenzio.

G7 Arashiyama + est Kyoto →

- Bambù 6:30: **7 Hands-free zaino** (+ **9 slowmo 120fps** per bambù che si muove al vento)
- Heian Jingu giardino: **2 Cinematic**
- Philosopher's Path: **1 Street** rilassato

G8 Shinkansen + Asakusa + Skytree →

- Shinkansen finestrino Fuji: **8 Panorama** 4K 30fps stabilizzato (posto E lato destro!)
- Senso-ji: **2 Cinematic**
- **Skytree tramonto: COMBO DEFINITIVA** → arrivi 17:30, fai un **10 Timelapse** di 20-25 min dal tramonto alle luci della città. Poi cambi e fai **4 Tramonto + 8 Panorama** con pan lento. Output: il video più forte del viaggio.

G9 Asse ovest →

- Meiji Jingu bosco: **2 Cinematic**
- Harajuku/Shibuya: **1 Street + 7 Hands-free** per Takeshita
- **Shibuya Crossing da terra: 7 Hands-free zaino attraversando**
- **Shibuya Sky dall'alto tramonto: 9 Slowmo 4K 120fps** dell'incrocio dall'alto (risultato: assurdo) + **8 Panorama** pan lento + **10 Timelapse** 30 min da giorno a notte se resti abbastanza
- Shinjuku Omoide/Golden Gai: **3 Neon** con mic

G10 Nikko →

- Toshogu: **2 Cinematic** + dettagli Yomeimon close-up
- Cascade Kegon: **9 Slow motion 120fps** (water splash classico)
- Treno Tobu finestrino: **10 Hyperlapse** del paesaggio in movimento

G11 Otaku Day →

- Tsukiji mattina: **6 Food**
- **Nakano Broadway: 7 Hands-free zaino** tra corridoi otaku

- **Akihabara sera: 3 Neon** con mic per caos sonoro + **7 Hands-free** in Chuo-dori
- Dentro Mandarake: **1 Street** (molti negozi vietano, chiedi prima)

G12 Mercatino + teamLab Planets + Odaiba →

- Hanazono Shrine: **2 Cinematic** dei banchi antiquariato
- **teamLab Planets: 5 Tempio interno** ma in tutto manuale (ISO 800, 1/50, WB 4000K). *Attenzione: l'acqua. Tieni il Pocket 3 dentro la busta waterproof fornita quando non filmi.*
- Odaiba: **1 Street + 8 Panorama** Rainbow Bridge tramonto

G13 Ginza + omakase →

- Palazzo Imperiale + Ginza: **1 Street**
- **Tokyo Metropolitan Gov Building: 8 Panorama + 10 Timelapse** (gratis, nessuna coda, nessun limite)
- **OMAKASE: SPEGNI IL POCKET 3.** Max 1 foto veloce del primo piatto se lo chef dà permesso. No video. No mic. Riponilo nello zaino e goditi l'esperienza — il miglior ricordo è la memoria, non un clip che non guarderai mai.

G14 Senso-ji alba + Kappabashi + Haneda →

- Senso-ji alba 7:00 deserto: **2 Cinematic + 7 Hands-free** (una delle clip più belle del viaggio)
- Kappabashi: **6 Food close-up** per coltelli e sampuru in vetrina

Workflow serale in hotel

1. **Scarica le clip** della giornata: scheda → laptop → SSD esterno o Google Drive (con WiFi hotel). Non affidarti a una sola copia.
2. **Non formattare la scheda** finché non hai confermato il backup (doppio controllo).
3. **Cambia batteria**, metti quella scarica in carica notte.
4. **Rivedi 2-3 clip al volo.** Se noti problemi (focus, suono, esposizione), correggi i settaggi per il giorno successivo.
5. **Segna mentalmente i momenti hero** da tagliare al ritorno (non fai editing in viaggio — perdi tempo e spazio).
6. **Pulizia lente:** panno microfibra + pennello. La polvere e il salmastro si accumulano senza che te ne accorgi.

Dove NON filmare — rispetto

- **Dentro la maggior parte dei templi** (segnali dappertutto — rispettali)
- **Musei d'arte** — vietato
- **Vicoli privati di Gion** (dal 2024 multe 10.000 ¥ per foto non autorizzate delle geiko)
- **teamLab:** permesso foto/video col telefono/Pocket, ma **NO treppiedi e gimbal esterni** (il Pocket 3 è OK perché è integrato)
- **Maid café, host club:** mai video

- **Omakase e sushi-ya di livello:** mai video
- **Persone in primo piano senza permesso** (crowd shot larghi OK)
- **Dentro onsen / bagni pubblici / spogliatoi:** mai, anche se vuoto
- **Metro affollata:** evita inquadrature facciali di passeggeri
- **Concerti/spettacoli:** tipicamente vietato (segnali)

Checklist dedicata Pocket 3 (da portare in valigia)

Body & power

- ☐ Pocket 3 body + custodia protettiva
- ☐ Batterie: original + 2 spare (tutte cariche)
- ☐ Caricatore multi-port USB-C PD 45W+
- ☐ Cavi USB-C ↔ USB-C × 2
- ☐ Powerbank 20-30W PD

Storage

- ☐ microSD V60/V90 × 2 (256-512GB)
- ☐ Adattatore microSD → USB-C/USB-A per laptop
- ☐ SSD esterno 1TB per backup serale (consigliato)

Audio

- ☐ DJI Mic 2 ricevitore (quello piccolo per OsmoAudio)
- ☐ Trasmettitori × 2 (caricati)
- ☐ Wind cap × 2 (peluche anti-vento)
- ☐ Cavo di ricarica mic
- ☐ Clip magnetiche di ricambio

Accessori

- ☐ Attacco zaino (magnete + clip)
- ☐ Flash/LED + cavi
- ☐ Mini tripod tascabile (per timelapse e panorama)
- ☐ Panno microfibra per lente
- ☐ Pennello a lampadina
- ☐ Sacchetto zip-lock (antipioggia)
- ☐ Filtro ND se disponibile (ND8/16 per sole pieno)

7 · Timbri del Giappone — caccia al tesoro

Il Giappone ha la tradizione più viva al mondo di **timbri gratuiti** nei luoghi turistici, chiamati **kinen-sutanpu** (記念スタンプ, "timbri commemorativi"). Ogni stazione, tempio, torre, museo, aeroporto ha il suo, con un design unico. Collezionarli sul tuo quadernetto è uno dei ricordi più autentici che puoi portare a casa.

Le due famiglie di timbri

Kinen-sutanpu / Eki-sutanpu

記念スタンプ・駅スタンプ

Timbri di gomma **self-service, gratuiti**. Su tavolini vicino all'ingresso, al tourist info desk o alla biglietteria. Design unico per ogni luogo: profilo del tempio, logo della stazione, mascotte.

Questo è ciò per cui serve il tuo quadernetto.

Goshuin

御朱印

Timbro rosso a cinabro + **calligrafia fatta a mano** da un monaco o sacerdote. Costa **300-500 ¥** per ognuno. È un oggetto religioso: richiede un quaderno dedicato chiamato **goshuincho** (御朱印帳), da comprare al primo tempio (~1.500-3.000 ¥, copertine bellissime).

NON mischiabile col quadernetto kinen — sarebbe religiosamente irrispettoso.

La strategia consigliata: parti col quadernetto kinen-stamp che hai. Se a metà viaggio ti innamori dei goshuin, compra un **goshuincho** a Senso-ji o Kinkaku-ji. Due quaderni paralleli, regole diverse.

Tecnica del timbratore esperto

1. **Osserva prima:** molti stand hanno 3-4 timbri. Controlla la scritta per capire quale è del luogo.
2. **Ink pad:** battilo 2-3 volte su se stesso per distribuire l'inchiostro.
3. **Supporto rigido:** metti l'indice sotto la pagina per non avere curvatura. Premi 2-3 secondi, **NON muovere il timbro**.
4. **Se esce sbiadito:** re-impregnalo e ripassa esattamente sullo stesso punto (guardi il disallineamento).
5. **Salviette umide in tasca:** le dita si macchiano spesso.
6. **Quaderno aperto a 180°:** se rilegato, schiaccia la spina per tenerlo piatto.

Frasi magiche per trovarli

スタンプはどこですか？

Sutanpu wa doko desu ka?

Dove sono i timbri?

記念スタンプお願いします

*Kinen-sutanpu
onegaishimasu*

Il timbro commemorativo per
favore (se è dietro al bancone)

御朱印帳ありますか？

Goshuincho arimasu ka?

Avete il quaderno per goshuin?
(per comprarne uno)

Percorso timbri — giorno per giorno

Legenda: **K** = kinen-sutanpu (self-service, gratis) · **G** = goshuin (a pagamento, dal monaco)

Osaka (G1-G3)

- **Kansai Airport KIX** arrival gate · **K** — primo timbro del viaggio, design con aereo
- **Namba Station** (Nankai) · **K**
- **Castello di Osaka** (G2) · **K** — al 7°/8° piano della torre, design con delfini dorati del tetto
- **Umeda Sky Building** (G2) · **K** — alla Floating Observatory, 40° piano
- **Namba Yasaka Jinja** (G3) · **G** — testa di leone
- **Sumiyoshi Taisha** (G3) · **G** — famoso, design col ponte rosso
- **Tsutenkaku** (G3) · **K** — alla base della torre
- **Shin-Osaka Station** (se ci passi) · **K**

Nara → Kyoto (G4)

- **Kintetsu-Nara Station** · **K** — design con cervi
- **Todai-ji** · **G** — con Daibutsu
- **Kasuga Taisha** · **G** — design con lanterne di pietra
- **JR/Kintetsu Kyoto Station** · **K** — multipli timbri diversi (cerca al tourist info)

Kyoto (G5-G7)

- **Fushimi Inari Taisha** (G5) · **K** + **G** — 2 kinen famosi al santuario principale, design con torii rossi

- **Sanjusangen-do** (G5) · G
- **Kiyomizu-dera** (G5) · K × 3-4 varianti + G — *il posto con più timbri diversi del viaggio, cerca sia all'ingresso sia ai sotto-templi (Jishu-jinja, Okunoin)*
- **Yasaka Jinja** (G5) · G
- **Chion-in** (G5) · G
- **Kinkaku-ji** (G6) · K — *iconico, design col padiglione dorato sul laghetto*
- **Ryoan-ji** (G6) · G
- **Castello Nijo** (G6) · K — *all'ingresso principale, design col palazzo Ninomaru*
- **Saga-Arashiyama Station** (G7) · K — *design con bambù*
- **Tenryu-ji** (G7) · G
- **Heian Jingu** (G7) · G — *formato grande, bellissimo*
- **Ginkaku-ji** (G7) · G

Trasferimento Kyoto→Tokyo (G8)

- **Kyoto Station** gate Shinkansen · K
- **Tokyo Station** arrivo · K × 8+ varianti! **La regina dei timbri:** stazione storica a mattone rosso, ha timbri multipli (uno per linea, uno "heritage", uno con la facciata). Cerca al Marunouchi Central Ticket Office.

Tokyo (G8-G14)

- **Asakusa Station** (Tobu + Ginza Line) · K
- **Senso-ji** (G8) · K + G — *goshuin all'ufficio dietro l'Hondo principale*
- **Tokyo Skytree** (G8) · K — *timbro al 450m top deck, certifica che sei stato in cima*
- **Solamachi** (G8) — *alcuni negozi Ghibli/Pokemon hanno timbri collezionabili con acquisto*
- **Meiji Jingu** (G9) · G
- **Harajuku Station** · K
- **Shibuya Station** · K — *design con Hachiko*
- **Shibuya Sky** (G9) · K
- **Shinjuku Station** · K — *la stazione più trafficata del mondo, più timbri per uscite diverse*

- **Tobu-Nikko Station** (G10) · K — design a tema templare
- **Toshogu Shrine Nikko** (G10) · G — **tra i goshuin più belli del Giappone**, calligrafia elaborata
- **Rinnoji Nikko** (G10) · G
- **Nakano Station** (G11) · K
- **Akihabara Station** (G11) · K — design anime-themed
- **Hanazono Shrine Shinjuku** (G12) · G
- **Toyosu Station** (G12) · K
- **Yurikamome Line stations** Odaiba (G12) · K — ne hanno in varie stazioni della linea automatica
- **Tokyo Metropolitan Gov Building** (G13) · K — all'osservatorio, *gratuito + nessuna coda*
- **Palazzo Imperiale East Garden** (G13) — il *biglietto/pass* di ingresso è timbrato con la data come ricordo
- **Ginza Station** · K
- **Tokyo Tower** (G13, se ci vai) · K
- **Haneda Airport T3** partenza (G14) · K — **ultimo timbro**, design con aereo che decolla. Chiusura del cerchio.

Le 10 "stars" da non mancarsi

1. **Tokyo Station** — 8+ timbri diversi, la stazione storica a mattone rosso
2. **Fushimi Inari** — torii gate design, iconico
3. **Kinkaku-ji** — padiglione dorato in rilievo
4. **Tokyo Skytree 450m** — certifica di essere stato al top deck
5. **Toshogu Nikko goshuin** — calligrafia particolarmente elaborata
6. **KIX airport arrival** — primo timbro del viaggio, aereo stilizzato
7. **Haneda Airport partenza** — ultimo timbro, chiude il cerchio
8. **Shibuya Station** — Hachiko design
9. **Kasuga Taisha goshuin** — le lanterne di pietra stilizzate
10. **Kiyomizu-dera** — 3-4 varianti diverse nello stesso tempio

Regole di rispetto (goshuin specifiche)

- **Non chiedere un goshuin "solo per souvenir"** — c'è un rituale. Inchinati al tempio, prega prima, poi vai all'ufficio goshuin.
- **Niente goshuin su quaderno normale**: è religiosamente offensivo. Serve goshuincho dedicato.

- **Foto ai monaci che scrivono:** chiedi prima, spesso rifiutano. È arte sacra, non performance turistica.
- **Tempo di attesa goshuin:** 5-15 min a tempio. Se hai fretta, torna dopo aver visitato.
- **Silenzio** negli uffici goshuin — telefono silenzioso.
- **Alcuni giorni/orari** i goshuin non sono disponibili (monaci in preghiera, eventi). Non insistere.

Dove comprare il quadernetto se non ce l'hai ancora

Se ti accorgi in loco di voler iniziare:

- **Goshuincho:** lo trovi a **Senso-ji, Kinkaku-ji, Meiji Jingu**. Scegli quello con la copertina che ti piace (~1.500-3.000 ¥). Viene dal tempio stesso, quindi "benedetto".
- **Quadernetto kinen:** Tokyu Hands, Loft (grandi magazzini utili), stazione Tokyo Character Street, Daiso. Versioni a tema Pokemon/Ghibli/Sanrio disponibili.

8 · Guida all'omakase

Omakase (お任せ, "mi affido a te"): lo chef itamae decide portata per portata. Tipicamente 15-20 pezzi di sushi, 1-2 ore, interazione diretta al bancone.

Le tre fasce di prezzo

Fascia	Prezzo/persona	Prenotazione	Esperienza
TOP (1-2 stelle Michelin)	25.000-50.000 ¥ (~150-300 €)	2-4 mesi prima via Pocket Concierge	Esperienza "una volta nella vita". Se prenoti con largo anticipo (2-3 mesi) è fattibile.
ALTO ★ consigliato	10.000-18.000 ¥ (~60-110 €)	2-4 settimane prima	Sushi-ya di quartiere eccellente. Rapporto qualità/esperienza ottimale. <i>Fascia consigliata per la maggior parte dei viaggiatori.</i>
MEDIO	5.000-8.000 ¥ (~30-50 €)	1 settimana prima	Catene di qualità (Manten Sushi, Kizuna). Ancora bancone, ancora genuino.

Come prenotare

1. [Pocket Concierge](#) — app ufficiale partner di molti omakase. Pagamento anticipato con carta. Inglese.
2. [OMAKASE.in](#) — alternativa, filtri per quartiere/prezzo.
3. [TableCheck](#) — generalista, include omakase.
4. [Tabelog](#) — il Yelp giapponese. Punteggi >3.7/5 = affidabili. Serve Google Translate per navigarlo.

Galateo omakase (memorizza)

- **Arriva preciso**, non in anticipo di più di 5 minuti.
- **Non versare salsa sul riso** — lo chef ha già stagionato ogni boccone.
- **Non mescolare wasabi nella soia**. Se vuoi più wasabi, chiedi.
- Mangia ogni nigiri **in un solo boccone**, entro 30 secondi (temperatura riso importante).
- Il **gari** (zenzero) va **tra** i bocconi, non sopra.
- **Usa le mani**: è tradizione per il nigiri. Le bacchette vanno per sashimi.
- Intingi il **pesce** nella soia, non il riso (il riso si disgrega).
- **Foto: una veloce, no flash**. Non filmare il bancone.
- Non profumo forte. Coprirebbe il pesce.

- Dì **gochisousama deshita** ("grazie, è stato un banchetto") alla fine. Fa la differenza.

9 · Shopping otaku — mappa mentale

Akihabara (G11 pomeriggio/sera)

Mandarake Complex — 8 piani, ogni piano una categoria (shonen, shoujo, figure, cel, game, doujinshi). Figure usate rare.

Radio Kaikan — 10 piani di figure NUOVE: Kotobukiya, Good Smile Co., Volks, Figure-rise. Il paradiso.

Super Potato — retro games. Famicom sigillati, Saturn, cartucce rare.

Yodobashi Akiba — 8 piani elettronica. Fotocamere (30-50% meno di EU), hobby, anime al 7° piano.

Animate Akihabara — character goods ufficiali, CD anime, DVD.

Gachapon Kaikan — 500+ gachapon in fila. 200-500¥ per tentativo.

Surugaya — CD/DVD/manga USATO a prezzi stracciati.

K-Books — doujinshi, materiale raro di nicchia.

@home café — maid café friendly per stranieri, lingua inglese ok.

Nakano Broadway (G11 mattina)

Centro commerciale otaku vintage. 4 piani, **8 filiali Mandarake sparse** con specializzazioni diverse (idols, robot, manga rari, cel originali, figure "unique"). Prezzi usati migliori di Akihabara. Meno turisti, più pro-collezionisti.

Altre tappe otaku opportunistiche

- **G3 Osaka — Den Den Town (Nipponbashi)**: se hai 1h extra dopo Shinsekai. "Piccola Akihabara di Osaka".
- **G8 Tokyo — Solamachi (sotto Skytree)**: Ghibli store ufficiale (Donguri Kyowakoku) + Pokemon Center Skytree Town + One Piece + Hello Kitty.
- **G9 Harajuku — Kiddyland**: 5 piani, action figure ufficiali (mainstream: Marvel, Pokemon, Sanrio, Disney).
- **G9 Shibuya — Pokemon Center Shibuya** (Parco Città) + Mandarake Shibuya.

Regole d'oro shopping otaku

1. **Non comprare il primo giorno.** Gira, torna solo per le cose che ti sono rimaste in testa.
2. **Contanti a portata:** molti negozi piccoli non accettano carte straniere (o solo Visa/JCB).
3. **Tax-free sopra 5.500¥** con passaporto. Chiedi sempre.
4. **Yodobashi spedisce in hotel** gratis oltre certi importi (e in Italia con accordo: chiedi).

5. **Confronta prezzi** tra Nakano (usato economico) e Akihabara (nuovo + scelta).

10 · Frasi di sopravvivenza

Bastano poche frasi dette bene per essere trattato con calore. Pronuncia: leggi come in italiano, le "u" finali quasi mute, la "h" si aspira.

Essenziali

こんにちは	Konnichiwa	Buongiorno/salve
ありがとうございます	Arigatō gozaimasu	Grazie (formale)
すみません	Sumimasen	Scusi / Mi scusi / Per favore (multiuso, LA parola)
お願いします	Onegaishimasu	Per favore / La prego
はい / いいえ	Hai / Iie	Sì / No
分かりません	Wakarimasen	Non capisco
英語を話せますか？	Eigo o hanasemasu ka?	Parla inglese?

Al ristorante

いただきます	Itadakimasu	Dire PRIMA di mangiare ("ricevo")
ごちそうさまでした	Gochisōsama deshita	Dire DOPO ("è stato un banchetto")
美味しい！	Oishii!	È buono! (lo chef apprezzerà)
お会計お願いします	O-kaikei onegaishimasu	Il conto per favore
お任せで	Omakase de	Mi affido a voi (chef's choice)
水をください	Mizu o kudasai	Acqua per favore

Negli acquisti

いくらですか？	Ikura desu ka?	Quanto costa?
免税できますか？	Menzei dekimasu ka?	Si può fare tax-free?
カード使えますか？	Kādo tsukaemasu ka?	Posso pagare con carta?
袋はいりません	Fukuro wa irimasen	Non mi serve il sacchetto (eco)

Nei trasporti

～までお願いします

...made onegaishimasu

Fino a ... per favore (taxi)

駅はどこですか？

Eki wa doko desu ka?

Dov'è la stazione?

トイレはどこですか？

Toire wa doko desu ka?

Dov'è il bagno?

11 · Galateo e regole non scritte

In generale

- **Non mance**, mai, a nessuno. Quasi offensive. La buona accoglienza è di default.
- **Silenzio in treno/metro**. Telefono silenzioso, non chiamate. Se devi, vai in piattaforma fumatori.
- **Cestini rari**. Porta a casa la spazzatura nel sacchetto richiudibile.
- **Attraversa con il verde** anche se la strada è deserta alle 3 di notte. Si fa.
- **File ordinate** ovunque. Anche per la metro: ai lati delle porte, non al centro.

Nei templi/santuari

- **Togliere scarpe** su ogni pavimento sopraelevato. Calze pulite!
- Al **tempio buddhista**: inchino, offerta 5¥ (moneta "go-en" = buon auspicio), silenzio.
- Al **santuario shintoista**: attraversa il torii inchinandoti, lavati mani/bocca al chozuya, al tempio: 2 inchini + 2 battiti di mani + 1 inchino.
- **Non indicare con il dito**. Usa mano aperta.

A tavola

- **Non conficcare bacchette** verticali nel riso (è rituale funebre).
- **Non passare cibo** da bacchetta a bacchetta (altro rituale funebre).
- **Slurpare il ramen** è corretto — mostra che ti piace.
- **Versa da bere agli altri**, non a te stesso. Loro versano a te.
- **Kanpai!** (cin-cin). Bicchieri leggermente sotto quello del superiore.

Negli hotel / ryokan

- **Scarpe fuori** all'ingresso se c'è gradino genkan. Ciabatte fornite.
- **Bagno**: doccia prima, vasca dopo. Mai sapone in vasca.
- **Tatuaggi**: alcuni onsen pubblici li vietano. Controlla prima.

Foto

- **Chiedi sempre** prima di fotografare persone (soprattutto geisha a Gion — dal 2024 multa di 10.000¥ per foto non autorizzate nei vicoli privati).
- **No foto** dentro la maggior parte dei templi, nei musei d'arte, dentro Nijo-jo. Segnali ovunque.
- **No flash**: sempre.

12 · Emergenze e numeri utili

Polizia	110
Ambulanza / Vigili del fuoco	119
Guardia costiera	118
Info turistica Japan Helpline	0570-000-911 (24h, multilingua)
Ambasciata Italiana Tokyo	+81 3-3453-5291
Consolato Generale Osaka	+81 6-4706-5820

Se perdi il passaporto

1. Denuncia al **koban** (polizia di quartiere, piccoli posti di polizia agli incroci).
2. Contatta **Ambasciata/Consolato italiano** per emergency travel document.
3. Tieni SEMPRE una fotocopia o scansione in cloud (iCloud/Drive).

Salute

- **Acqua del rubinetto:** potabile in tutto il Giappone.
- **Farmacie:** si chiamano *kusuriya* (薬局) o cercati catena **Matsumoto Kiyoshi**, enormi, aperte fino a tardi.
- **Ospedali con inglese:** St. Luke's International a Tokyo (Tsukiji), Tokyo Medical University Hospital.
- **Il paracetamolo** si chiama "acetaminophen" / タイレノール (Tylenol) in Giappone.

Terremoto / tifone

- App **Safety Tips** (JNTO ufficiale, free) — allerta in inglese.
- Terremoto leggero: normale, non allarmarti. Gli edifici sono anti-sismici.
- Terremoto forte: allontanati da vetri/mobili alti, proteggi la testa, NON uscire (i detriti cadono fuori). Segui il personale dell'hotel.
- Maggio è tra la stagione delle piogge tsuyu e non-ancora-tifoni. Tempo generalmente stabile, ma porta il K-way.

13 · Budget realistico — stima

Stima **per persona, 14 giorni**, stile "confortevole ma non lussuoso". Voli e hotel NON inclusi. Adatta × 2 per coppia, × 1.8 per 3+ viaggiatori.

Voce	Budget totale	Nota
Cibo (colazione + pranzo + cena × 14)	600-900 €	40-65 € al giorno. Include 1 cena omakase (~120 €).
Trasporti urbani (IC card + ricariche)	90-130 €	Ricaricare ICOCA/Suica gradualmente. Metro ~200¥/corsa.
Shinkansen Kyoto→Tokyo	90 €	~13.900¥ (reserved seat).
Gita Nikko (Limited Express + pass)	45 €	4.780¥/persona Nikko All Area.
Yamato Takkyubin valigie Osaka→Kyoto	12-15 €	~2.000¥/valigia.
Ingressi monumenti/musei	80-120 €	Kinkaku-ji 500¥, Nijo 1.300¥, Fushimi Inari 0¥, teamLab Planets 3.800¥, Shibuya Sky 2.500¥, etc.
Souvenir tradizionali	150-300 €	Incenso, ceramiche, washi, tè, ventagli, kitkat regionali.
Otaku/anime/manga/figure	300-1.000 €	Variabile. Se cerchi figure rare o limited può esplodere.
Shopping vario (Don Quijote, abbigliamento, Itoya)	100-250 €	
Kappabashi (coltello+ceramica)	80-200 €	Se prendi 1-2 coltelli seri firmati.
eSIM dati per 15 giorni	15-25 €	Ubiqui/Airalo piani 10-20GB.
Imprevisti / margine	100-200 €	Sempre.
TOTALE STIMATO	~1.700 - 3.500 €	A persona

Come risparmiare senza rinunciare:

- Colazione konbini (7-Eleven, Lawson, FamilyMart): onigiri 150¥, caffè 120¥, sandwich 300¥. Qualità sorprendente.
- Ramen/gyudon/curry: pranzi 800-1.200¥ già ottimi.
- Salta il JR Pass nazionale (dal rincaro 2023 non conviene più se fai solo 1-2 Shinkansen).
- Bevi acqua di rubinetto + bottiglia riutilizzabile.

- Tax-free sopra 5.500¥: risparmia 8-10%.

14 · App da installare PRIMA di partire

Imprescindibili

- ☐ **Google Maps** (o Apple Maps) — scarica mappe offline Kansai + Tokyo
- ☐ **Google Translate** — scarica giapponese offline, usa camera per tradurre menu al volo
- ☐ **Japan Travel by Navitime** — migliore app trasporti Giappone (itinerari treno + metro, prezzi reali, orari Shinkansen)
- ☐ **Currency converter** (XE o simili)

Utili

- ☐ **Pocket Concierge / OMAKASE** — per l'omakase
- ☐ **Klook** — biglietti attrazioni (Shibuya Sky, teamLab)
- ☐ **Safety Tips** (JNTO) — allerta terremoti
- ☐ **Visit Japan Web** — compilata prima della partenza, velocizza immigrazione
- ☐ **Tabelog** — review ristoranti
- ☐ **Ubiquiti / Airalo** — eSIM

Pagamenti e IC card

- ☐ **Aggiungi Suica a Apple Wallet** (iPhone): ricarichi con la carta di credito e paghi direttamente metro/konbini col telefono. *Solo iPhone, non Android EU.*
- ☐ **Revolut / Wise** — per pagare all'estero senza commissioni orribili

Per foto/video

- ☐ **Lightroom Mobile** — preset per editing rapido in viaggio
- ☐ **Google Photos** — backup automatico (importante: foto Giappone vale il backup cloud!)
- ☐ **CapCut / VN** — editing reel/video

Ultime cose

Un promemoria finale

Il Giappone è un paese dove **le piccole cose contano**. Un inchino, un "arigatō gozaimasu" detto con sincerità, le scarpe lasciate dritte all'ingresso, la pazienza nelle file, il telefono silenzioso in metro. Sono dettagli gratuiti che rendono il viaggio diverso.

Non riuscirai a vedere tutto. Nessuno ci riesce. **La regola è: quando sei in un posto, sta in quel posto**. Un ramen di un'ora in silenzio al bancone vale più di 4 templi fatti di fretta.

E: **stacca** dal telefono per almeno un paio d'ore al giorno. Il Giappone va assaporato dal vivo.

Cose che questa guida NON ti dirà (per scelta)

- **Il miglior ristorante in assoluto:** cambia ogni 6 mesi. Segui Tabelog live.
- **Quando esattamente cadono i sakura:** dipende dall'anno e latitudine (ultimi di marzo/primi di aprile a Tokyo/Kyoto, prima al sud, dopo al nord). Dopo metà aprile si vedono solo foglie verdi.
- **Previsioni meteo:** controlla *tenki.jp* 3-4 giorni prima di ogni outdoor.

良い旅を！

Yoi tabi o!

Buon viaggio.

Scritta e curata da

Gabriele Bottai

Basata su un viaggio reale in Giappone · 14 giorni · Osaka · Kyoto · Tokyo

Immagini: Wikimedia Commons (CC-BY-SA)

Questa guida può essere liberamente condivisa con attribuzione all'autore.