

LAOS, VIETNAM E CAMBOGIA: INDOCINA MISTERIOSA - DA GIUGNO A DICEMBRE

IN BREVE

Partenza a date fisse, con minimo 2 partecipanti, in lingua italiana. Un tour per lasciarsi affascinare dalla misteriosa Indocina. Il Laos con i suoi scenari rurali, il Vietnam con le sue mille sfaccettature e la Cambogia con tutto il mistero e la grandezza di Angkor Wat. Un angolo del sud est asiatico ricchissimo di bellezze naturali e culturali.

DATE DI PARTENZA

GIU: 07,

LUG: 05, 19,

AGO: 02, 09, 16, 23,

SET: 06, 20,

OTT: 11, 25,

NOV: 01, 07, 15, 22,

DIC: 18, 24,

LUOGHI IN ITINERARIO

Luang Prabang, Ban Nong Heo, Hanoi, Ninh Binh, Halong, Yen Duc, Tra Que, Danang, Hue, Ho Chi Minh, Ben Tre, Siem Reap, Angkor Wat, Lago Tonle Sap

PROGRAMMA

1° GIORNO: ITALIA (in volo) LUANG PRABANG

Arrivo a Luang Prabang, accoglienza in aeroporto e trasferimento in hotel (Le camere saranno disponibili dalle ore 14:00)

Inizio delle visite verso le ore 14. Visita della città Patrimonio dell'Unesco dal 1995: collocata sulla riva sinistra del Mekong e un tempo capitale religiosa del Paese, è oggi il luogo dove si

possono trovare ancora più di un centinaio di templi. Visita di Vat Visoun, il più antico tempio della città: ispirato da quello khmer di Vat Phou rimane tuttavia unico nel suo stile, con le caratteristiche finestre in legno. A seguire Vat Aham: situato proprio accanto al Vat Visoun, è rinomato per i suoi imponenti alberi di Banyan. Pasti lineri: pernottamento in hotel.

2° GIORNO: LUANG PRABANG

Vi suggeriamo di svegliarvi presto, al sorgere dell'alba, per ammirare i monaci nel loro caratteristico abito color zafferano: dai tanti templi della città, affluiscono lungo le vie di Luang Prabang in una processione silenziosa per ricevere le offerte degli abitanti. Rispettateli, osservateli e cercate di non disturbarli. Prima di rientrare in hotel, approfittate anche per fare una passeggiata al colorato mercato locale.

Dopo la colazione si comincia con le visite classiche della città. Scoprirete in particolare:

- Palazzo Reale, oggi Museo Nazionale.
- Vat Xieng Thong – i Templi della città Reale, un vasto insieme di edifici sacri, uno dei gioielli dell'arte laotiana;
- Vat May - costruito alla fine del XVIII secolo, residenza del Supremo Patriarca Sangkharat, con le sue decorazioni sulla facciata principale e le monumentali porte scolpite in legno;
- Vat Sène: il primo monastero con il tetto ricoperto di tegole gialle e rosse.

Pranzo in un ristorante tipico con cucina asiatica. Nel pomeriggio, raggiunto il molo ci si imbarca lungo il fiume Mekong: la crociera sarà l'occasione non solo per visitare le sacre grotte di Pak Ou, al cui interno sono custodite centinaia di statue di Buddha, ma anche per godere – al rientro – dello spettacolo del tramonto sul fiume. In serata merita indubbiamente di essere esplorato il mercato notturno dell'etnia H'mong, che si svolge tutti i giorni lungo la via principale di Luang Prabang dalle 17 alle 22.

Pasti : Colazione & pranzo

3° GIORNO: LUANG PRABANG (in auto) BAN NONG HEO (in auto) KHUANG SY LUANG PRABANG

Dopo quasi un'ora di viaggio da Luang Prabang, raggiungerete Ban Nong Heo; tempo a vostra disposizione per scoprire un affascinante villaggio Khmu, con le sue caratteristiche casette, i bufali d'acqua che pascolano placidi e le anatre che scorrazzano nei cortili. Qui potrete scorgere contadini e fabbri indaffarati, per poi addentrarvi nella campagna per una camminata che vi condurrà attraverso paesaggi unici: da foreste lussureggianti a verdi risaie. Dopo questa passeggiata immersi in un'atmosfera onirica, raggiungerete Ban Thapene, il villaggio che sorge all'entrata delle cascate Kuang Sy.

Prima di raggiungere il bus per il rientro a Luang Prabang, merita una sosta al Centro di recupero per orsi, una ONG locale che si occupa della salvaguardia di questi predatori a rischio di estinzione. Rientro a Luang Prabang (25Km – 45' circa). Cena libera. Pernottamento in hotel.

Pasti : Colazione & Pranzo.

Durata della Camminata da Ban Nong Heo alle cascate Kuang Sy : 1h 30min

4° GIORNO: LUANG PRABANG (in auto) ELEFANT CAMP (in volo) HANOI

L'antico nome del Laos era 'Lane Xang', letteralmente 'terra dei mille elefanti'. Oggi avrete la fortuna di interagire a tu per tu con questi giganteschi pachidermi. Arrivati al Campo degli elefanti, sarete accolti calorosamente dal responsabile della struttura e parteciperete ad una corta presentazione sulla natura e le abitudini di questi animali selvatici. Verrà poi il momento di godervi il panorama dall'alto del dorso di un elefante: l'assenza della sella renderà l'esperienza più avventurosa per voi e più piacevole per l'animale. Durante questa passeggiata comodamente seduti tra le orecchie del vostro nuovo amico, vi sentirete come un Mahout (istruttore di elefanti). Una camminata di 4 chilometri nella fitta giungla vi condurrà presso il villaggio Khmu di BanHuay Fai. Da qui vi arrampicherete fino a raggiungere un punto da dove si gode di un panorama mozzafiato. Pranzo pic nic e proseguimento per il villaggio BanSuan Dala; si seguirà un sentiero che serpeggia per 3 chilometri nella natura incontaminata. Dopo una breve visita al villaggio, a bordo di una tradizionale barca in legno, si ritornerà al Campo degli elefanti.. Nel pomeriggio, trasferimento all'aeroporto per il volo per Hanoi QV313 Luang Prabang – Hanoi (17h10 – 18h10). Arrivo in Vietnam e incontro con gli altri viaggiatori per la cena presso un ristorante tipico*.

Pasti inclusi: Colazione & Pranzo a pic-nic & Cena

Durata: dalle 8:00 alle 16:00

Distanza e durata della passeggiata: 1 chilometro - 30 minuti

Note: E' necessario avere un abbigliamento adeguato, uno zaino, scarponi adatti alla camminata (da evitare infradito e sandali)

5° GIORNO: HANOI – LEZIONE DI CUCINA TIPICA

Durante la mattinata vi unirete al vostro ospite per una passeggiata al mercato, per scegliere gli ingredienti necessari per la lezione di cucina e per osservare i rituali quotidiani di acquisto e vendita presso i mercati vietnamiti. In questo effervescente andirivieni di commercianti, non mancheranno le occasioni per scattare colorate fotografie. Darete poi inizio alla vostra lezione presso la casa di una famiglia di Hanoi. Il vostro ospite vi mostrerà come preparare alcuni

piatti tradizionali e, dopo due ore di pratica, verrà il momento di gustare il frutto del vostro lavoro, condividendo piacevoli istanti conviviali con la famiglia ospitante.

Nel pomeriggio, continuerete con la visita della città di Hanoi e in particolare: la pagoda di Tran Quoc e il Tempio della Letteratura, un tempo “Prima Università del Vietnam”. In seguito visita del Museo dell’Etnografia (chiuso il lunedì).

Pasti inclusi: colazione e pranzo

Note: Durata della lezione di cucina: 3 ore

6° GIORNO: HANOI (in auto) NINH BINH

La mattina, partenza per Ninh Binh (110 Km – 2.5 ore di strada). All’arrivo, trasferimento al molo di Tam Coc per iniziare una piacevole passeggiata in bicicletta per esplorare i villaggi del delta e conoscere i loro abitanti (3 km – 15/20 minuti, terreno piatto, livello easy). Raggiunto Thung Nham si sale a bordo di piccole barche a remi per una traversata di circa 1h30’ costeggiando campi di riso attraverso lo spettacolare scenario di picchi rocciosi, canali e vegetazione. Pranzo in ristorante locale. Nel pomeriggio si partirà alla volta di Hoa Lu, uno dei più rinomati siti del paese per la sua natura lussureggiante ed i suoi picchi in roccia calcarea. Presso la cosiddetta “Halong Bay terrestre” scoprirete i templi dei re Dinh e Le, eretti nel X secolo nel cuore della foresta. Sistemazione in hotel.

Pasti inclusi: Colazione, Pranzo e Cena

Nota 1: Per chi non può/vuole pedalare, è possibile effettuare il tragitto a bordo di un motorino con guidatore (casco protettivo fornito in loco - un cliente per ogni motorino – un guidatore per ogni cliente). Il motorino è il mezzo di trasporto più usato dai Vietnamiti ed è l’unica alternativa disponibile alla bicicletta.

Nota 2: in caso di maltempo, il giro in bicicletta non verrà effettuato. All’arrivo si raggiungerà Thung Nham in macchina/bus e si proseguirà il programma come sopra.

7° GIORNO: NINH BINH (in auto) HALONG (in barca)

In mattinata partirete da Ninh Binh alla volta della famosa Halong Bay, dove arriverete verso mezzogiorno. Giunti al porto di Halong, vi imbarcherete su un’elegante giunca in legno per una crociera con pernottamento nella baia. Un eccellente menù a base di frutti di mare vi delizierà durante la vostra crociera.

Pasti inclusi: Colazione Pranzo e Cena

8° GIORNO: VISITA PRESSO IL VILLAGGIO DI YEN DUC DURANTE IL TRAGITTO HALONG (in auto) HANOI (in volo) HOIAN

In mattinata dopo essere sbarcati si rientrerà ad Hanoi percorrendo una strada che attraversa le verdeggianti risaie tipiche del delta del Fiume Rosso.

Lungo il tragitto pausa presso Yen Duc, un villaggio conosciuto come uno dei luoghi natali dell'arte delle marionette sull'acqua. Presso il villaggio, avrete infatti la fortuna di assistere ad uno spettacolo di marionette sull'acqua. Solitamente ispirata alla vita dei contadini vietnamiti, la performance ruota attorno al lavoro nei campi, all'allevamento di bufali, alla pesca di pesci e gamberetti ed ai festeggiamenti dopo una raccolta abbondante. Dopo lo spettacolo, potrete godervi una piacevole passeggiata nel villaggio, alla scoperta dell'artigianato locale, per poi dirigervi verso l'aeroporto, dove prenderete il vostro volo per Danang. Accoglienza all'aeroporto e trasferimento a Hoi An.

Pasti inclusi: Colazione & cena in hotel

9° GIORNO: HOI AN (in auto) TRA QUE

Nella mattinata vi dedicherete alla scoperta della città vecchia di Hoi An, sito patrimonio dell'UNESCO. Diversi gli stili architettonici che rendono unico questo sito. In bicicletta poi per attraversare un'interessante area rurale alla volta del villaggio di Tra Que, rinomato per le profumate erbe aromatiche. Non esitate a unirvi ai contadini, per osservare da vicino come piantano e raccolgono i loro prodotti. Vi attenderà poi un pranzo a base di sei specialità della regione, tra le quali tam huu (spiedini di maiale e gamberetti), vari tipi di gamberetti e maiale aromatizzato con erbe e un meraviglioso tipico massaggio ai piedi. Ritorno a Hoi An in macchina nel primo pomeriggio e resto della giornata a disposizione per scoprire la città o rilassarvi.

Pasti inclusi: Colazione & pranzo

Distanze e durata dell'escursione: 7,5 chilometri – 1 ora

Livello: facile

10° GIORNO: MY SON (in auto) DANANG (in auto) HUE

Dopo la prima colazione si partirà alla volta di My Son, “la bella montagna”, il più importante centro archeologico Cham del Vietnam centrale e patrimonio UNESCO. Il complesso di 70 edifici eretti tra il quarto e il tredicesimo secolo, è prova innegabile dell'esistenza di una civiltà altrettanto sviluppata e grandiosa che quella dei Khmer, quasi del tutto scomparsa al giorno d'oggi. Questo patrimonio rende My Son comparabile ad Angkor in Cambogia, Borobudur in Indonesia e Bagan in Myanmar. Pranzo in ristorante tipico e nel pomeriggio partenza in direzione di Hue, passando per il famoso “colle delle nuvole”, che offre dalla sua cima uno stupendo panorama sul litorale.

Hue, anch'essa patrimonio UNESCO, è un simbolo della cultura e della storia del Vietnam. Una delle caratteristiche della cultura di Hue è la gastronomia: la cucina di Hue conserva tutt'oggi l'influenza dalla gastronomia reale, perciò molto variegata negli ingredienti e con una grande attenzione all'arte della presentazione dei piatti. Cena e Pernottamento in albergo.

Pasti inclusi: Colazione pranzo e cena

Durata della visita a My Son : circa 1 ora

11° GIORNO: HUE (in volo) SAIGON

Iniziate la mattinata di esplorazione saltando in sella ad una bicicletta e seguendo il sentiero che costeggia il fiume dei Profumi. Durante il tragitto per raggiungere la pagoda Thien Mu, visiterete una tenuta estiva tipica di Hue. Edificati secondo le regole della geomanzia, questi luoghi sono intenzionati a creare una continuità tra la natura e la città, offrendo piacevoli momenti di serenità.

La costruzione della tomba di Minh Mang iniziò nel 1840, durante il regno di Minh Mang, e venne completata dall'imperatore Thieu Tri, che gli succedette al trono. Ammirate la peculiare architettura del sito tombale, protetto nell'abbraccio di morbide colline ed immerso in un idillico paesaggio di laghi e profumate pinete. Il complesso conta 40 edifici disposti lungo un asse di 700 metri.

Al termine della visita trasferimento all'aeroporto di Hue per prendere il volo verso Ho Chi Minh. Accoglienza in aeroporto di Ho Chi Minh e trasferimento in hotel, cena libera.

Pasti inclusi: Colazione e pranzo

12° GIORNO: HO CHI MINH (in auto) BEN TRE (in auto) HO CHI MINH

Nella mattinata, partirete da Ho Chi Minh City per esplorare Ben Tre, nel Delta del Mekong, conosciuta anche come "la Venezia verde" del Vietnam. Dopo la visita di una produzione ancora artigianale di mattoni a Phong Nam, concedetevi una crociera sul fiume Chet Say, una delle diramazioni del Mekong. Farete innumerevoli tappe per scoprire l'artigianato locale e le specialità che rendono unica questa regione. Attraversate in barca un piccolo canale e fate una pausa presso un villaggio, dove imparerete l'arte della tessitura dei tappeti. Cimentatevi nella tessitura voi stessi, prima di saltare a bordo di uno xe loi (tipo di risciò motorizzato) o di una bicicletta, per esplorare il villaggio. Scorgerete fattorie, risaie e piantagioni di verdure. Concedetevi poi un delizioso pranzo a base di specialità della regione, come il "pesce dalle orecchie d'elefante" e gamberetti d'acqua dolce, presso un ristorante locale.

Nel pomeriggio, rilassatevi navigando lungo gli stretti canali, comodamente seduti sul vostro sampan. Ritorno a Ho Chi Minh City in macchina e per terminare la giornata una deliziosa

cena presso il Ly Club, uno dei ristoranti più eleganti della capitale.

Pasti inclusi: Colazione, pranzo e cena

13° GIORNO: HO CHI MINH (in auto) CU CHI TUNNELS (in volo) SIEM REAP

In mattinata partenza verso il sito di Cu Chi, a circa un'ora da Ho Chi Minh City. Scavato a mano dai Viet Minh (forza della Resistenza) durante la guerra contro i francesi, il sistema di tunnel sotterranei venne ampliato durante la Guerra del Vietnam, fino a raggiungere 200 chilometri di lunghezza e 3 o 4 metri di profondità. I tunnel erano perfettamente equipaggiati con sale per gli incontri, centri medici e bagni. Inizierete la visita con un documentario sui tunnel e sulla guerra durante gli anni '60 e '70. Vi addenterete poi nei cunicoli sotterranei, larghi abbastanza per permettere a una sola persona alla volta di entrare, dove troverete uffici, cucine, sale d'incontro, depositi d'armi e persino ospedali. Al termine del tour, potrete assaggiare la specialità di Cu Chi, cassava bollita (khoai my luoc), un piatto vietnamita spesso mangiato in tempo di guerra. Al termine della visita, farete ritorno a Ho Chi Minh City.

Nel pomeriggio, vi dedicherete alla visita dei principali siti d'interesse della città, quali il Post Office, progettato da Gustave Eiffel, la cattedrale di Notre-Dame, costruita in mattoni rossi a immagine e somiglianza di quella di Parigi e la strada Dong Khoi, ampio viale dove si allineano ordinati hotel di lusso e costosi negozi. Raggiungerete poi Cholon, "il Grande Mercato", dove potrete visitare il mercato di Binh Tay e la pagoda di Thien Hau. Visitate poi il Museo dei Resti di Guerra, che espone armi americane e veicoli usati durante la Seconda Guerra Mondiale insieme a foto illustranti le conseguenze della guerra e i dettagli della composizione delle armi chimiche usate (attenzione: alcune immagini potrebbero risultare particolarmente forti). Termine previsto delle visite intorno alle 16.00.

Trasferimento all'aeroporto per il volo per Siem Reap. Arrivo a Siem Reap. Disbrigo formalità doganali. E trasferimento in hotel. Cena e pernottamento in hotel.

Pasti inclusi: Colazione e pranzo & Cena

Nota 1: l'ingresso ai tunnel sotterranei di Cu Chi non è consigliato a persone claustrofobiche

Nota 2: Il Museo dei Resti di Guerra è aperto giornalmente dalle 07:30 a mezzogiorno e dalle 13:30 alle 16:30.

14° GIORNO: SIEM REAP (in auto) ANGKOR WAT – BANTEAY SREI – TA PROHM

Oggi vi dedicherete alla visita del tempio più rinomato: Angkor Wat. Rimarrete di certo esterrefatti dinnanzi alle dimensioni della costruzione. L'opera d'arte architettonica impressiona non soltanto per la sua imponente struttura, ma anche per la miriade di dettagli tutti da scoprire. La visita terminerà con una tappa presso Ta Phrom, un tempio che è stato

inghiottito dalla foresta tropicale.

Vi attende un'altra imperdibile tappa: Banteay Srei, la cosiddetta cittadella delle donne, rinomata non per la sua grandezza, bensì per la sua eleganza. Farete un'ultima pausa presso Ta Prohm, un tempio che è stato inghiottito dalla foresta tropicale.

Pasti inclusi: colazione, pranzo & cena

15° GIORNO: SIEM REAP (in auto) PREAH KHAN – NEAK PEAN – THOMMANON – CHAU SAY TEVODA ANGKOR THOM

In mattinata, vi concentrerete sulla parte nord di Angkor. Cominciate con la visita del tempio di Preah Khan, fatto edificare da Jayavarman VII nel 1191. Appartenente alla stessa epoca, il tempio Neak Pean, sorge sulla cima di un isolotto. Si dice rappresenti simbolicamente Anavatapta, il lago sacro e mitico dell'Himalaya, venerato in India per le proprietà curative delle sue acque. Raggiungerete poi due bellissimi templi del XII secolo di Thommanon e Chau Say Tevoda, costruiti sotto il regno di Suryavarman II. Nel pomeriggio percorrerete una strada costeggiata da imponenti alberi centenari, fino ad una maestosa entrata in pietra: benvenuti presso Angkor Thom, conosciuto come "la grande città". Monumentali volti incisi nella pietra vi accoglieranno con un placido sorriso presso il Tempio Bayon, eretto nel XII – XIII secolo. Il tempio conta 54 torri quadrangolari raffiguranti 216 visi del Dio Avalokitesvara. Proseguirete poi fino al tempio Baphuon, risalente all'XI secolo e recentemente ristrutturato da architetti francesi. Ammirate la Terrazza degli Elefanti: un'area di 350 metri in passato designata per le cerimonie pubbliche. Per finire, raggiungerete la Terrazza del re Lebbroso, costruita nel XII secolo, decorata da elaborate sculture di Apsara. La giornata non può che terminare con la visita del Museo Nazionale di Angkor.

Il Museo Nazionale di Angkor si concentra sulla maestosa eredità costituita dal complesso di templi. Le otto gallerie mostrano vari aspetti della religione buddista ed i vari templi del complesso di Angkor.

Pasti inclusi: Colazione, pranzo e Cena in ristorante con spettacolo di danze "Apsara" (non privato)

16° GIORNO: SIEM REAP (in auto) LAGO DI TONLE SAP (in auto) SIEM REAP (in volo) ITALIA

Nella prima mattinata raggiungerete il villaggio galleggiante di Kompong Kleang, a circa 40 chilometri da Siem Reap. Le sue case su palafitta che si riflettono nell'acqua offrono uno spettacolo eccezionale. A seconda della stagione e del livello dell'acqua, vedrete dinnanzi a voi slanciate palafitte, piane alluvionali, risaie e distese d'acqua a perdita d'occhio. Saltate su

un'imbarcazione locale per la navigazione lungo i canali alla volta del grande lago: sarà curioso scoprire come gli abitanti spostino le proprie case a seconda delle stagioni. Dopo pranzo, farete ritorno a Siem Reap. Tempo libero per una visita al vecchio mercato fino all'ora di ritrovo per il trasferimento in aeroporto per il volo di rientro in Italia. Fine dei servizi.

Pasti : Colazione & pranzo

DETTAGLI

La quota include:

- Voli Hanoi-Hue e Danang-Ho Chi Minh classe economica
- Sistemazione in camera doppia in hotel cat. 4 e 3 stelle
- Trasferimenti da/per gli aeroporti In Laos, Vietnam e Cambogia
- Mezzi privati climatizzati durante gli spostamenti
- Guide locali parlanti italiano
- I pasti come indicati nel programma
- Escursioni come da programma
- Ingressi ai siti turistici come indicato nel programma
- Crociera di 1 notte nella Baia di Halong

La quota Non include:

- i voli dall'Italia a Luang Prabang e da Siem Reap all'Italia
- i voli da Luang Prabang a Hanoi e da Ho Chi Minh a Siem Reap
- I pasti non indicati, le bevande, le mance, gli extra personali
- le quote assicurative (vedi box quote)
- Il visto di ingresso in Laos e in Cambogia
- Quanto non indicato ne "La quota include"

Documenti necessari:

Passaporto: necessario, con validità residua di almeno 6 mesi dalla data di ingresso nei Paesi.
Per le eventuali modifiche relative alla validità residua richiesta del passaporto,

Visti di ingresso:

LAOS:

necessario anche per turismo, da richiedersi presso le Rappresentanze diplomatico-consolari laotiane. Il visto, per brevi permanenze, può essere ottenuto anche in frontiera aeroportuale (Vientiane, Luang Prabang, Prakxe) e, per via terrestre, presso il Thai-Lao Friendship Bridge e gli altri varchi di frontiera internazionali. Il visto ha un costo di circa 35 dollari americani ed è necessaria una foto formato tessera; la validità è di 30 giorni e può essere rinnovato dal Dipartimento dell'Immigrazione locale.

CAMBOGIA:

è necessario il visto d'ingresso che viene rilasciato dalle Rappresentanze diplomatico-consolari cambogiane all'estero o che può essere ottenuto, per brevi soggiorni turistici, anche alle frontiere terrestri o all'arrivo presso gli aeroporti internazionali.

Il visto turistico può essere richiesto anche prima della partenza con la procedura on-line. Il sito per richiedere l'E-Visa è il seguente: www.evisa.gov.kh

Sono necessarie due foto tessera 4x6 con sfondo bianco per il rilascio del visto. Il costo per il visto turistico (Type "T") è di circa 30 USD, dura 30 giorni ed è rinnovabile solamente per un altro mese.

VIETNAM:

non necessario per soggiorni fino a 15 giorni e ingresso singolo, fino al 30 giugno 2021.

Il 17 maggio 2018, infatti, è stato esteso il provvedimento governativo, già in vigore dal 1 luglio 2015 e rinnovato nel 2016 e nel 2017, che prevede l'esenzione unilaterale dall'obbligo del visto d'ingresso in Vietnam, senza distinzione per tipologia di passaporto o motivo della visita, limitatamente alla fattispecie di un ingresso singolo della durata massima di 15 giorni.

NOTA:

In questa proposta di viaggio non sono stati previsti i voli dall'Italia in quanto, a seconda della città/data di partenza si possono prendere in considerazione diverse possibilità di voli e compagnie aeree. Siamo a disposizione per trovare la soluzione migliore in base alle vostre esigenze di viaggio. Il cambio applicato è 1Euro=1.14Usd.