



Metevagabonde di Terraluna srl

Agenzia di viaggi e tour operator

Via Moretto, 68/A – 25121 Brescia

Tel. 030 2400522 / 030 3754103

info@metevagabonde.it - www.metevagabonde.it

Facebook “mi piace” Metevagabonde di Terraluna

PROPOSTA VIAGGIO IN COMPAGNIA LAOS E CAMBOGIA

PARTENZE GARANTITE DA MILANO MALPENSA

dal 21/03/2020 al 04/04/2020

dal 06/06/2020 al 20/06/2020

dal 03/10/2020 al 17/10/2020

Durata del viaggio: 15 giorni / 12 notti

Itinerario: Milano, Vientiane, Luang Prabang, Si Phan Done, Siem Reap, Phnom Penh, Milano

Arrangiamento: piccolo gruppo con guida parlante italiano

PROGRAMMA DI VIAGGIO:

1° Giorno: MILANO/BANGKOK

Partenza con volo Thai Airways per Bangkok. Pasti e pernottamento a bordo.

2° Giorno: BANGKOK/VIENTIANE

Arrivo all'aeroporto di Bangkok e successiva coincidenza per Vientiane.

Arrivo all'aeroporto di Vientiane. Disbrigo delle formalità, ritiro dei bagagli, incontro con la guida.

Trasferimento in città e sistemazione in hotel. Pranzo in un ristorante locale.

Nel pomeriggio, visita della capitale laotiana, che è la sola grande città del Paese. Adagiata sulla riva sinistra del Mekong conserva il fascino retrò della vecchia città coloniale francese, Passando a lato del Patuxai o “Porta della Vittoria”, il memoriale dedicato a tutti i Laotiani caduti durante tutte le guerre, si raggiunge il luogo più sacro di tutto il Laos, il That Luang, il grandioso stupa che si dice contenga una reliquia del Buddha. Secondo la tradizione questa reliquia è stata portata qui nel III secolo avanti Cristo.

Cena e pernottamento in hotel.

3° Giorno: VIENTIANE

Prima colazione in hotel. La mattina è dedicata alla scoperta di Vientiane con le più importanti attrazioni turistiche della città. Si inizia con la visita del Wat Sisaket, il più vecchio tempio di Vientiane ornato da migliaia di statuette in miniatura di Buddha e con il vecchio tempio reale di Wat Prakeo che in passato custodiva la famosa immagine del Buddha di smeraldo, trasferita in seguito a Bangkok dove è ancora attualmente conservata. Pranzo in un ristorante locale.

Nel pomeriggio partenza per la visita del Wat Xieng Khuan “Buddha Park” (o Giardino delle Statue) situato a circa 2 Km da Vientiane. Il suo nome in Laotiano è Xieng Khuan che significa “città degli spiriti” e contiene più di 200 statue hindu e buddiste risalenti a più di 500 anni fa.

Una visita spettacolare sul fiume Mekong al tramonto è un modo perfetto per finire la giornata.

Cena in un ristorante locale e pernottamento in hotel.

4° Giorno: VIENTIANE/LUANG PRABANG

Prima colazione in hotel. Trasferimento all'aeroporto ed imbarco sul volo per Luang Prabang.

Arrivo a Luang Prabang e successivo trasferimento in città. Pranzo in un ristorante locale e sistemazione in hotel. Nel pomeriggio, visita della città collocata sulla riva sinistra del Mekong. Quella che fu un tempo la capitale religiosa, è un luogo dove ancora oggi si possono trovare più di un centinaio di templi, tra cui i più belli del Laos. Scoprirete in particolare il Vat Aham situato proprio accanto al Vat Visoun, e rinomato per i suoi imponenti alberi di Banyan ed il Vat Visoun, il più antico tempio della città, unico nel suo stile, con le sue finestre in legno, ispirato al tempio khmer di Vat Phou.

Il Laos è un paese che conserva ancora una forte spiritualità ed un profondo senso di ospitalità. Avrete la possibilità di vivere in prima persona questa realtà prendendo parte ad una cerimonia Baci (Soukhouan), una delle tradizioni più ancestrali del Laos. Durante la cerimonia – presso una casa locale, la persona officiante compirà una sorta di ‘chiamata a raccolta’ delle vostre anime:

è credenza laotiana, infatti, che ogni essere umano abbia 32 anime e che ognuna di queste verrà interpellata per attirare tutte le influenze benefiche verso di voi. Cena presso la casa stessa. Pernottamento in hotel.

5° Giorno: LUANG PRABANG

Prima colazione in hotel.

Si visiteranno alcuni templi costruiti durante l'antico regno quali il Vat May - costruito alla fine del XVIII secolo, residenza del Supremo Patriarca Sangkharat che presenta notevoli decorazioni sulla facciata principale e porte monumentali scolpite in legno. Fu costruito in stile thailandese nel 1718, restaurato nel 1932 e nel 1957, il Wat Xieng Thong (monastero della città dell'oro) sorge sulla punta estrema della penisola che ospita Luang Prabang e si affaccia sul Mekong. Si raggiunge attraverso una scalinata che scende fino ad immergersi nelle sue acque, quasi a voler sottolineare con la sua discesa la nobiltà dell'intero popolo laotiano, chiamato anche "tempio della città d'oro". Successiva visita del Palazzo Reale che oggi è un Museo Nazionale. Pranzo in un ristorante locale. Partenza nel pomeriggio in motolancia tra i suggestivi scenari che avevano già incantato gli esploratori dell'Ottocento: la selvaggia vegetazione che si apre per svelare il villaggio dove si distilla il fortissimo liquore nazionale, il Lao e gli orti rivieraschi strappati alle piene del fiume presso i quali da sempre sorgono i villaggi delle tessitrici di filati di seta o degli artigiani che fabbricano la carta con la corteccia degli alberi. Si sosterrà sulla riva destra, di fronte a Luang Prabang, per una breve e rilassante passeggiata nel villaggio di Ban Xangkong, dove si potrà assistere agli antichi metodi di lavorazione della carta e della seta. Si proseguirà la navigazione fino alle sacre grotte di Pak Ou che nel corso dei secoli la fede popolare ha colmato di migliaia di statue del Buddha.

Rientro a Luang Prabang per immergersi nel colorato mondo del mercato dei prodotti artigianali che al calar del sole si apre sulla via che corre tra il Phu Si e l'antico Palazzo Reale. Cena e pernottamento in hotel.

6° Giorno: LUANG PRABANG

Prima colazione in hotel. Dopo un trasferimento di 50 minuti verso Ban Nong Heo, si avrà del tempo per scoprire questo affascinante villaggio Khmu, caratterizzato da case tradizionali, animali come anatre e bufali e mastri fabbri impegnati nelle loro attività quotidiane. In seguito, la vostra guida locale vi accompagnerà durante un facile trekking nelle zone rurali, attraversando boschi collinari e piantagioni, intervallato da soste di tanto in tanto per ammirare il panorama.

Potrete anche chiedere alla vostra guida di raccogliere un po' di canna da zucchero fresca direttamente dal campo per assaggiarne il succo! Dopo un'ora e mezzo di passeggiata in questo fantastico ambiente naturale, arriverete a Ban Thapene, un villaggio situato ai piedi delle cascate di Kuang Sy.

Pranzo al sacco. Proseguimento in direzione della cascata di Khuang Sy. Una volta raggiunta si potranno ammirare le cascate, e chi lo desidera, si potrà immergere in acque limpidissime per un bagno rinfrescante oppure si potrà fare una breve passeggiata nei dintorni. Ritorno a Luang Prabang.

Cena in un ristorante locale e pernottamento in hotel.

7° Giorno: LUANG PRABANG/PAKSE-SI PHAN DONE

Prima colazione in hotel. Trasferimento all'aeroporto ed imbarco sul volo per Pakse. Arrivo a Pakse e trasferimento in città. Pranzo in un ristorante locale. Partenza per l'isola di Khong. Durante il tragitto é prevista una sosta a Champasak dove si potrà visitare il tempio pre-angkoriano di Wat Phu, uno dei piu' belli del Sud Est Asiatico. Si continuerà poi il viaggio su strada in direzione delle 4000 isole.

Arrivo all'isola di Khong nel tardo pomeriggio. Cena e pernottamento in hotel.

8° Giorno: SI PHAN DONE

Prima colazione in hotel. Visita di Ban Khone, un pittoresco villaggio di pescatori, successivamente si effettuerà una sosta per osservare le rovine dell'antica ferrovia francese e di una vecchia locomotiva.

Pranzo lungo il tragitto. Passeggiata fino alla cascata di Liphi (coloro che non vogliono camminare, potranno raggiungere la cascata a bordo di un samlor o di un songtheo). Sistemazione in hotel. Ritorno all'Isola Khong.

Cena e pernottamento in hotel.

9° Giorno: SI PHAN DONE-PAKSE/SIEM REAP

Prima colazione in hotel. In mattinata trasferimento in aeroporto e partenza con il volo per Siem Reap. Dopo il ritiro dei bagagli, incontro con l'assistente e trasferimento in hotel. Pranzo in un ristorante locale.

Nel pomeriggio, dopo circa mezz'ora di strada da Siem Reap, si raggiungerà il gruppo Rolous costituito da tre complessi: il Bakong del IX secolo, il Preah Ko ed il Lolei, diventato oggi un monastero. Questa visita può essere considerata come una sorta di introduzione alla visita di Angkor in quanto permette di avere già una conoscenza di base sull'organizzazione generale delle città Khmer. Cena e pernottamento in hotel.

Consiglio: In generale per le visite nel sito di Angkor, si consiglia di portare scarpe comode ed un cappello.

10° Giorno: SIEM REAP

Prima colazione in hotel. Angkor, luminosa capitale del grande regno khmer é una delle più fulgide testimonianze che il genio umano seppe creare nel campo delle arti, dell'architettura e dell'urbanistica.

Visita del Museo Nazionale di Angkor: 8 gallerie in oltre 20.000 mq dedicati all'antica civiltà di Angkor. Si potranno ammirare manufatti, incisioni, reperti religiosi e testimonianze dell'eccezionale evoluzione sociale di una delle più antiche popolazioni mai esistite. Pranzo in un ristorante locale.

Nel pomeriggio visita del Banteay Srei, la “Cittadella delle Donne”; incorniciata da una stupenda vegetazione, è un miracolo di eleganza e armonia con stupendi bassorilievi che rappresentano una delle vette dell'arte figurativa khmer. Sulla via del ritorno sosta al silenzioso, sorprendente Krol Ko del XIII secolo.

Cena in un ristorante locale e pernottamento in hotel.

11° Giorno: SIEM REAP

Prima colazione in hotel. Giornata dedicata alla visita dei templi di Angkor: la più estesa area archeologica del mondo dove gli archeologi classificarono 276 monumenti di primaria importanza. Il capolavoro indiscusso dell'architettura e dell'arte khmer è comunque Angkor Vat con milleduecento metri quadri di raffinati bassorilievi che offrono la spettacolare testimonianza di un'arte figurativa di eccelsa raffinatezza. Le immagini che hanno creato il “mito” di Angkor si scoprono a Ta Prohm dove giganteschi alberi sorgono fra l'intrico di torri santuario, enormi radici avvolgono le gallerie, arbusti germogliano dai tetti di ogni costruzione ed il visitatore non riesce più a distinguere l'opera dell'uomo dalle creazioni della natura.

Cena in un ristorante locale con lo spettacolo di danze Apsara (non privato). Pernottamento in hotel.

12° Giorno: SIEM REAP

Prima colazione in hotel. Visita della cittadella fortificata di Angkor Thom con le sue imponenti mura e le splendide porte monumentali e del suo centro, il Bayon con i suoi bassorilievi di enorme realismo e forza espressiva che fanno da corona a 54 torri-santuario. Intorno sorgono il Baphuon, l'antico Palazzo Reale con il Phimeanakas, la Terrazza degli Elefanti e la Terrazza del Re Lebbroso. Una delle più antiche costruzioni sacre è Prasat Kravan del 921: cinque santuari dedicati al culto di Vishnu, costruiti in mattone. Sempre il mattone venne utilizzato per edificare nel 952 il Mebon, il tempio che sorgeva su un isolotto artificiale al centro del grande bacino del Baray orientale. Nove anni più tardi Rjendravarma fece erigere il Pre Rup, grandioso tempio montagna dai caldi colori ocra. L'uso dell'arenaria trionfa nel possente Ta Keo mentre i temi della classicità trovano espressione nel delizioso Thommanon. Una delle più antiche costruzioni sacre è Prasat Kravan del 921: cinque santuari dedicati al culto di Vishnu, costruiti in mattone.

Dal perfetto rettangolo del bacino del “Bagno reale”, Srah Srang, inizia il percorso fra i santuari del XII secolo: il monastero di Banteay Kdei, la “Cittadella delle Celle”; il mistico e silenzioso Ta Som; l'enigmatico e sorprendente Neak Pean ed il grandioso santuario buddhista di Prah Khan, il tempio della “Sacra Spada”.

Cena e pernottamento in hotel.

13° Giorno: SIEM REAP/PHNOM PENH

Prima colazione in hotel. Partenza da Siem Reap e, seguendo la via che conduce a Phnom Penh, si giungerà ad un bivio da dove parte una strada che conduce verso il Grande lago. Attraversando le basse terre che ogni anno l'acqua ricopre e poi restituisce al lavoro dell'uomo, si raggiungerà il villaggio di Kompong Khleang con le sue alte palafitte che si elevano lungo i canali e le case galleggianti abitate dai pescatori del Tonle Sap. Tornando a percorrere l'antica “Via reale” ci si fermerà al poderoso ponte in laterite ed arenaria di Kompong

Kdei, fatto costruire da Jayavarman VII nel XII secolo. Attraversando poi una rigogliosa pianura disseminata di villaggi con le case in legno, bambù e foglie di palma, si raggiungerà Kompong Thom. Pranzo in un ristorante locale. Dopo una sosta al villaggio degli scultori che lavorano la sacra pietra del Phnom Santuk si proseguirà fino a Skun, la cittadina patria della curiosità gastronomica dei "ragni fritti". Arrivo a Phnom Penh e sistemazione in hotel. Cena e pernottamento in hotel.

14° Giorno: PHNOM PENH/BANGKOK

Prima colazione in hotel. Visita del Museo Nazionale, prezioso scrigno che racchiude i capolavori della scultura khmer dal V al XIII secolo, dell'area del Palazzo Reale con la Sala del Trono, in cui ancora oggi il Sovrano concede le sue udienze, e del contiguo complesso della Pagoda d'Argento. Pranzo in un ristorante tipico. Nel pomeriggio visita del Mercato Russo fino al trasferimento in aeroporto ed imbarco sul volo per Bangkok in coincidenza al volo intercontinentale di ritorno per Milano.

Pasti e pernottamento a bordo. Nota: Le camere saranno disponibili fino a mezzogiorno.

15° Giorno: BANGKOK/ MILANO

Nelle prime ore del mattino arrivo all'aeroporto di Milano. Ritiro dei bagagli e fine del viaggio.

Alberghi previsti o similari:

Vientiane: Mercure Vientiane (superior room)

Luang Prabang: Santi Resort & Spa (deluxe room)

Si Phan Done: Pon Arena hotel (standard room)

Siem Reap: Lotus Blanc (landmark room)

Phnom Penh: Anik Boutique Hotel & Spa (deluxe room)

NOTA: Gli alberghi previsti potrebbero cambiare in base alla disponibilità al momento della prenotazione con alberghi similari di pari categoria.

QUOTA DI PARTECIPAZIONE

Partenze garantite del **21/03/2020** e **03/10/2020**

Quota di partecipazione per persona euro 2.930,00

Supplemento singola euro 570,00

Partenza garantita **06/06/2020**

Quota di partecipazione per persona euro 2.850,00

Supplemento singola euro 500,00

LA QUOTA COMPRENDE:

- Voli di linea Thai Airways da Milano Malpensa a/r in classe turistica;
- Voli interni;
- Franchigia bagaglio di 20 kg a persona;
- Trattamento di pensione completa durante il tour;
- Guida parlante italiano;
- Trasferimenti privati;
- Assicurazione Medico Bagaglio;
- Set da viaggio Mosaico;
- Tassa d'iscrizione e apertura pratica incluse.

LA QUOTA NON COMPRENDE:

- Visto per il Laos;
- Visto per la Cambogia;
- Bevande ai pasti;
- Early check-in e late check-out;
- Mance, facchinaggi, extra in genere;

- Tasse aeroportuali italiane;
- Tutto quanto non espressamente indicato nella voce “La quota comprende”

Nota: La quota non subirà adeguamenti valutari. Ogni partenza è garantita con un minimo di 2 partecipanti. Tutte le partenze garantite manterranno il programma e la quotazione proposta con conferme entro due mesi dalla partenza. Dopo questa data faremo tutto il possibile per attenersi al programma ma si riserva la possibilità di adeguare i servizi e le quote sulla base della disponibilità.

Possibilità di estendere l’itinerario descritto e partire da altri aeroporti in Italia.

IL VIAGGIO

Il Laos è un paese con forti tradizioni rurali e una profonda cultura spirituale, qui i paesaggi sono incantevoli e ovunque si avverte un’atmosfera mistica. Una terra di grande pace e serenità dove tutto si svolge con ritmi ormai dimenticati e quindi il modo migliore per visitarlo è quello di lasciarsi trasportare dalle acque della sua arteria principale; il Mekong. Viaggiare in Cambogia e’ come viaggiare in un’altra dimensione, in mezzo ad una natura autentica, allo stesso tempo dolce e selvaggia. Il maestoso complesso di Angkor è testimonianza della grande civiltà Khmer, che un tempo dominava su tutta l’Indocina.

CLIMA LAOS E CAMBOGIA

Il Laos é caratterizzato da una stagione fresca e secca che va da novembre a metà febbraio, una stagione calda e secca da metà febbraio fino alla fine di aprile ed una stagione più umida da maggio ad ottobre.

La Cambogia rientra nell’area monsonica e presenta due principali stagioni climatiche: una stagione in genere umida che va da maggio a settembre, durante il quale si registrano temperature moderatamente elevate ed una stagione secca, da ottobre a febbraio con temperature piacevoli relativamente fresche. Entrambi i Paesi sono visitabili tutto l’anno.

ABBIGLIAMENTO:

Indumenti di cotone, leggeri e comodi, come T-shirt, camicie e pantaloni di seta, sono l’abbigliamento ideale per visitare i due paesi durante tutto l’arco dell’anno. Da non scordare sono sicuramente un cappellino per il sole, un K-way per qualche improvviso acquazzone ed un maglioncino che si renderà necessario per l’immane aria condizionata degli hotel e dei ristoranti. Indispensabili anche un paio di scarpe comode per camminare in città e scarponcini da trekking per le escursioni fuori città.

VACCINAZIONI:

Non é richiesta nessuna vaccinazione.

PASSAPORTI E VISTI:

Per entrare in Laos ed in Cambogia è necessario il passaporto valido almeno 6 mesi dalla data di ingresso.

Il visto per il Laos si ottiene all’arrivo pagando 40 usd a persona e presentando due fototessere a persona.

Il visto per la Cambogia si ottiene all’arrivo pagando 30 USD a persona.

Consigliamo di portare con sé due fototessere per persona.

MONETA:

In Laos la moneta ufficiale è il kip. Di uso comune sono anche i bath thailandesi e i dollari americani.

In Cambogia la moneta locale è il Riel. E’ consigliabile portare in Cambogia con sé dollari americani di piccolo taglio per piccole spese o mance. Le carte di credito non sono molto in uso, sono accettate negli alberghi ed in alcuni ristoranti della capitale. Sportelli bancomat sono presenti sia in aeroporto che in tutte le principali località turistiche e consentono di prelevare contanti.

** le informazioni sopra indicate possono essere soggette a revisioni e modifiche da parte delle Autorità dei Paesi