



IMPRONTE  
A SUD EST  
SUD EST ASIATICO E OCEANO INDIANO

# INDOCINA

---

NEL CUORE DEL MEKONG, LAOS & CAMBOGIA

**Tour di gruppo partenze garantite minimo 2 partecipanti**

**\*\*\*Guide locali parlanti italiano\*\*\***

Un itinerario che vi condurrà nel cuore pulsante del Mekong con il suo lento scorrere vi permetterà di ammirare tradizioni ed usanze che solo questi meravigliosi paesi sanno donarvi.

**Highlights:**

Luang Prabang – Siem Reap – Angkor Wat – Ta Prohm – Phnom Penh

PROGRAMMA

**Giorno 1: Arrivo a Luang Prabang (cena):**

Al vostro atterraggio all'aeroporto di Luang Prabang incontrerete la vostra guida locale che vi attende per condurvi presso il vostro hotel. **La camera sarà disponibile dalle ore 14:00.**

Pomeriggio libero per la scoperta della città'.

Opzione:

1, early check-in presso l'hotel: +50 EUR/Pax

2, massaggio rilassante in una spa: + 23 EUR/Pax

Un rilassante massaggio vi attende presso un'accogliente spa nel centro di Luang Prabang per alleviare la fatica e lo stress del viaggio.

Pasti inclusi: cena

Sistemazione : My Dream boutique\*\*\*o similar

**Giorno 2: Luang Prabang – Pak Ou – Luang Prabang (colazione-pranzo):**

La città di Luang Prabang, con la sua posizione privilegiata alle pendici di un'antica catena montuosa ed alla confluenza dei fiumi Mekong e Nam Khan, è rinomata come uno dei gioielli del Sud Est Asiatico. La vostra scoperta della città inizierà con una visita ai suoi più affascinanti ed emblematici templi: dalla cima della Montagna Phousi, fino al centro storico e, più tardi, al mercato Hmong. Potrete ammirare Vat Visoun, il più antico tempio della città, l'accattivante Museo del Palazzo Reale ed i templi Vat Xieng Thong e Vat Mai. Al fine di permettervi di godere al massimo della vostra visita, una guida locale vi accompagnerà, per condividere con voi il suo sapere sulla storia, sull'architettura e sulle tradizioni che rendono unica la città. Pranzo in ristorante locale.

Dopo il pranzo, saltate a bordo di un motoscafo per raggiungere le grotte di Pak Ou, il più conosciuto sito Buddista nelle vicinanze di Luang Prabang. Il tragitto panoramico sul fiume Mekong, valorizzato dalle scoscese rocce carsiche stagliate contro l'orizzonte e dai piccoli villaggi caratteristici, vi offrirà un'opportunità unica per osservare lo scorrere placido della vita di ogni giorno lungo le rive del fiume. Una volta raggiunte le grotte, dopo circa due ore di viaggio, vi arrampicherete fino all'entrata e resterete ammaliati dall'incredibile numero di statue del Buddha custodite al loro interno. Al rientro godete lo spettacolo del tramonto sul fiume di Mekong. 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.

Durata del tragitto in barca: 2 ore

Pasti inclusi : Colazione, Pranzo



Sistemazione : My Dream Boutique\*\*\*o similar

**Giorno 3: Luang Prabang – VOKhuang Sy – Luang Prabang (colazione-pranzo-cena):**

Dopo quasi un'ora di viaggio da Luang Prabang, raggiungerete Ban Nong Heo, dove avrete un po' di 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. Potrete persino chiedere alla vostra guida di raccogliere qualche canna da zucchero direttamente dal campo per gustarne il succo rinfrescante! Dopo questa passeggiata immersi in un'atmosfera onirica, raggiungerete Ban Thapene, il villaggio che sorge all'entrata delle cascate Kuang Sy.

Pranzo in ristorante locale.

Rientro a Luang Prabang, tempo libero in città.

Nella serata, verrete accolti presso un'abitazione locale per assistere ad una cerimonia Baci (Sou Khouan): una delle più popolari tradizioni laotiane, che accompagna ogni evento importante nella vita dei Buddisti. Che si tratti di matrimoni, funerali, nascite, malattie, viaggi o molto altro, il rituale viene effettuato solitamente in presenza di un ristretto numero di persone. Uno o due ospiti, coloro per il quale il Baci viene effettuato, un maestro di cerimonia, che officia il rito ed il resto dei partecipanti invitati ad assistere. Per le occasioni più importanti, come per esempio un matrimonio, però, il Baci può coinvolgere dozzine di persone. Durante la solennità alla quale parteciperete, colui tenuto a celebrare la cerimonia chiamerà a sé le vostre anime (secondo la tradizione Laotiana, ogni essere umano possiede 32 anime) per attrarre verso di loro le influenze benigne. Un filo di cotone verrà legato al vostro polso a simboleggiare tutti gli augurii formulati in vostro favore.

Subito dopo, potrete godervi uno spettacolo di danze tradizionali Laotiane al ritmo della musica locale.

Durata della camminata: 1h 30min

Livello: 0

Distanza da Luang Prabang a Ban Nong Heo: 50 minuti

Pasti inclusi: Colazione, Pranzo & Cena

Sistemazione : My Dream Boutique\*\*\*o similar

**Giorno 4: Luang Prabang – VOLO Siem Reap (colazione-cena):**

Scoperta di Luang Prabang all'alba: Nella prima mattinata (dalle 5:30), la vostra guida vi condurrà al tempio Vat Nong perché possiate osservare la cerimonia conosciuta come Tak Bath. Durante questa processione monacale, i devoti residenti di Luang Prabang si inginocchiano lungo i marciapiedi della città con le mani colme di cibo. Questo è il loro modo di fare offerte ai monaci, che camminano in processione, avvolti nelle loro vesti sgargianti. Immersi in un'atmosfera impregnata di spiritualità, assaporate questo momento significativo della vita quotidiana, dove, nel silenzio colmo di rispetto, i fedeli porgono in omaggio quello che hanno.

Partecipate anche alla cerimonia Tak Bath. Nel partecipare a questa processione è raccomandato ai clienti di non portare abiti scollati o trasparenti. I clienti sono pregati di non tagliare la strada ai monaci e di fare foto mantenendo una certa distanza per mostrare loro il dovuto rispetto. È importante che venga mantenuto il silenzio.

Dopo quest'esperienza toccante, vi getterete a capofitto tra le bancarelle di un mercato locale, palpitante luogo di scambio sin dalle prime luci dell'alba. In seguito, vi accomoderete in un accogliente ristorante tradizionale sulle sponde del fiume Mekong per gustare una colazione sostanziosa a base di zuppa. Nel caso in cui la zuppa non faccia al caso vostro, potrete sorseggiare un caffè, osservando la vita dei residenti locali



scorrere placida dinnanzi ai vostri occhi. Con la pancia piena, sarete poi pronti ad incominciare la giornata nel migliore dei modi. Rientro all'hotel.

Tempo libero fino al trasferimento all'aeroporto per il volo per Siem Reap. La camera sarà alla vostra disposizione fino al mezzogiorno.

Arrivo a Siem Reap, accoglienza e trasferimento all'hotel. Pranzo libero.

Sistemazione : Tara Angkor\*\*\*\*o similare

Pasti : Colazione, e Cena

#### **Giorno 5: Siem Reap – Roluos – Grande Circuito (colazione-pranzo-cena):**

Una volta lasciato il vostro hotel, prima di dedicarvi alla visita dei templi di Angkor, seguirete le tracce di questa grandiosa civiltà. La prima tappa è costituita dal complesso di templi di Rulos, edificati verso la fine del IX secolo. Pranzo in ristorante locale.

Nel pomeriggio, vi sposterete dal tempio Pre Rup all'Oriental Mebon: tempio induista che sorge su una piccola isola nel mezzo dell'Oriental Baray. La vostra esplorazione continuerà presso Ta Som, un tempio buddista del XII secolo. Terminerete la vostra visita con il tempio Neak Poan ed il rinomato Preah Khan, nascosto tra gli alberi e la fitta vegetazione rampicante. Cena in ristorante locale.

Sistemazione : Tara Angkor\*\*\*\*o similare

#### **Giorno 6: Angkor Wat – Angkor Thom – Ta Prohm (colazione-pranzo)**

Percorrete 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. Pranzo in ristorante locale.

Nel pomeriggio, 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.

Cena libera. Sistemazione : Tara Angkor\*\*\*\*o similare

#### **Giorno 7: Kompong Khleang – Siem Reap (colazione-pranzo pic-nic presso un'abitazione locale):**

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 sull'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.

Sistemazione : Tara Angkor\*\*\*\* o similare

Pasti inclusi: Colazione e pranzo a Pic-nic presso un'abitazione locale

Distanze: 40 chilometri – 1 ora

#### **Giorno 8: Siem Reap – Kompong Thom – Phnom Penh (colazione):**

Mentre viaggiate in direzione di Phnom Penh, farete una tappa presso Kompong Kdei, dove un ponte dell'epoca di Angkor si erge fiero ed intatto. Più avanti, scorgerete i



magnifici resti del tempio di Sambor Prei Kuk, l'antica capitale dell'epoca di Chenla. Non resta che una curiosa tappa lungo il vostro percorso: il villaggio di Skun. La regione è infatti rinomata per il mercato dei ragni. Speziati o fritti, i ragni vengono utilizzati in centinaia di piatti. Molti venditori faranno del loro meglio per invitarvi ad un assaggio: "Provateli, sono croccanti!". Arriverete a Phnom Penh nel tardo pomeriggio.

Pasti inclusi: Colazione

Sistemazione: Double Leaf Boutique Hotel \*\*\*\*o similar

Distanze: 314 chilometri – 6 ore

### **Giorno 9: Phnom Penh – Koh Dach in Tuk Tuk – Phnom Penh (colazione-pranzo in abitazione locale):**

Partite dal vostro hotel e raggiungete il punto di attraversamento sul fiume, da dove inizierete la vostra navigazione a bordo di un'imbarcazione locale alla volta della cosiddetta Isola della Seta, Koh Dach. Risalirete il fiume in barca contro corrente e, una volta raggiunta l'isola lunga circa 7 chilometri, lascerete la vostra imbarcazione e continuerete l'esplorazione in tuk tuk. Resterete esterrefatti da quanto rapidamente il paesaggio ed il ritmo della vita vadano modificandosi a vista d'occhio. La città energica ed affollata lascerà ben presto il posto a distese di campi, casette in legno e pagode dorate. Spostarvi in tuk tuk vi darà la possibilità imperdibile di vivere la vita di ogni giorno, facendo una tappa ogni qualvolta lo desideriate per rubare istanti genuini della realtà degli abitanti del luogo. Dopo circa 6 chilometri, raggiungerete una tradizionale palafitta, che ospita un piccolo ristorante. Qui terminerà il vostro percorso, con un buon pranzo in un'atmosfera accogliente e distesa. Approfittatene per recuperare le energie prima di fare ritorno in auto alla multicolore città di Phnom Penh.

Preparatevi ad esplorare la città di Phnom Penh, che sorge alla confluenza di quattro diramazioni del fiume Mekong Chaktomuk. Capitale del Paese dopo Angkor per più di 600 anni, Phnom Penh vanta un notevole patrimonio storico. Visitate il Palazzo Reale, edificato nel 1866 ed ammirate la Pagoda d'Argento, all'interno del complesso del Palazzo. La maggior parte dei tesori qui esposti sono stati offerti dal Re di Cambogia ed includono regali provenienti da molti altri paesi. Tra i vari capolavori, spicca un Buddha in oro massiccio del peso di 90 chilogrammi, incastonato di 9,584 diamanti ed un Buddha di smeraldo e di cristallo risalente al XVII secolo. Raggiungete poi Wat Phnom, un'antica pagoda arroccata su una collina, commissionata nel 1372 da un'abbiente donna khmer per conservare alcune sacre reliquie.

Pasti inclusi: Colazione e pranzo presso un'abitazione locale

Sistemazione: Double Leaf Boutique Hotel \*\*\*\* o similare

Distanze in auto: 24 chilometri – 1 ora da Phnom Penh in auto

#### **Note:**

- Massimo 2 passeggeri per tuk tuk
- La guida non potrà dare spiegazioni lungo i tragitti, solo durante le pause

**Attenzione:** Le visite del Palazzo Reale, della Pagoda d'Argento saranno effettuate da guide locali. Le nostre guide non sono autorizzate a seguire il gruppo. Il Palazzo Reale e la Pagoda d'Argento chiudono a volte senza preavviso per cerimonie ufficiali. La visita sarà allora sostituita con un'altra possibile.

Attenzione non avvicinatevi alle numerose scimmie che vivono sul Vat Phnom: possono essere aggressive.

### **Giorno 10: Phnom Penh – Partenza (colazione)**

Tempo libero fino al trasferimento in aeroporto per volo di rientro.

Pasti : colazione



**PREZZI E DATE DI PARTENZA DEL TOUR 2020**

Prezzo a persona: **€ 1.455,00**

Date di partenza: 09 e 23 Gennaio – 13 e 27 Febbraio – 12, 19 e 26 Marzo - 09 e 23 Aprile – 24 Settembre – 08 e 22 Ottobre – 05, 12 e 26 Novembre 2020

Prezzo per persona: **€ 1.375,00**

Date di partenza: 14 Maggio – 11 Giugno – 09 e 23 Luglio – 13 e 20 Agosto – 10 Settembre 2020

**\*\*\*\*\*SPECIAL CHRISTMAS \*\*\*\*\***

24 - 31 Dicembre 2020 PREZZO PER PERSONA A PARTIRE DA **€ 1.495,00**

Quota iscrizione e assicurazione medico-bagaglio: **€ 50,00**

**LA QUOTA COMPRENDE:**

- Tutti i trasferimenti con veicoli con aria condizionata
- Guide locali parlanti italiano
- Ingressi ove indicato
- Sistemazioni negli hotels indicati o di pari categoria in base alla disponibilità
- Pasti come da programma
- Escursioni come da programma
- Voli interni in classe economica Luang Prabang - Siem Reap (su riconferma)
- Tasse aeroportuali
- Assicurazione medico-bagaglio
- Quota d'iscrizione

**LA QUOTA NON COMPRENDE:**

- Voli intercontinentali
- Tasse aeroportuali
- Bevande ai pasti
- Pasti ove non indicati
- Visite opzionali
- Extra personali
- Visto d'ingresso in Laos (40\$ circa)
- Visto d'ingresso in Cambogia (30\$ circa)
- Mance: quota suggerita 5€ a persona al giorno (guida, autista, facchinaggio, barche, risciò/tuk tuk
- Quanto non espressamente indicato ne "La quota comprende"