

# LAOS E CAMBOGIA

Partenze garantite 2024



## Luang Prabang, Vang Vieng, Vientiane, Siem Reap e Angkor Wat

*Un viaggio avvolto da antiche leggende, profumi avvolgenti e panorami senza tempo: il vostro tour attraverso Laos e Cambogia è un'esperienza emozionale che vi condurrà attraverso la storia intricata e la bellezza incontaminata di questi tesori dell'Asia. In Laos i paesaggi incantati del fiume Mekong fungono da scenografia per antichi templi buddisti, testimonianze silenziose di un passato glorioso. La tranquillità di Luang Prabang vi accoglierà con le sue stradine lastricate, i monaci che camminano in meditazione e i mercati locali animati. Attraversando il confine, Angkor Wat in Cambogia si erge maestoso, regalando alba e tramonto indimenticabili tra antiche rovine e giardini lussureggianti. Questo tour è un'esperienza profonda, una fusione di culture e paesaggi che vi lascerà con ricordi indelebili di luoghi intrisi di bellezza e spiritualità.*

### Date di partenza del tour\*

Marzo 02; 09; 16; 23; 30 | Aprile 06; 13; 20; 27 | Maggio 11; 25; | Giugno 08; 22 | Luglio 06; 20; 27  
Agosto 03; 10; 17; 31 | Settembre 14 | Ottobre 12; 26 | Novembre 02; 09; 16; 23; 30 | Dicembre 07; 14; 21

\*la data di partenza dall'Italia potrebbe essere differente in base ai voli scelti

### ITALIA – LUANG PRABANG

- / - / -

**1° giorno** Volo per Luang Prabang. Arrivo e incontro all'aeroporto con la guida locale e verrete accompagnati all'hotel. Cena libera. Pernottamento in hotel.

### LUANG PRABANG – Escursione KHUANG SY

colazione / pranzo / -

**2° giorno** Colazione in hotel. Iniziate per il tour della città di Luang Prabang. Il Palazzo Reale, che oggi ospita il Museo Nazionale, ha una vasta collezione di oggetti preziosi che in passato appartenevano alla famiglia reale, e una vasta gamma di statuette scoperte nei templi della regione. Qui, potete posare gli occhi sul Buddha Phrabang, considerato il più sacro artefatto del Laos, che ha anche dato il nome alla città. Trasferimento alla cascata di Khuang Sy. Pranzo ad un ristorante alla cascata. Dopo il pranzo partite per la visita delle cascate di Kuang Sy: Farete un giro alle cascate di Kuang Sy, uno dei punti salienti di Luang Prabang. Queste cascate sono composte da formazioni calcaree e numerose

piscine dai colori turchesi e sono diventate una destinazione da non perdere per chi visita il Laos settentrionale. Il livello più basso delle cascate è stato trasformato in un parco pubblico ed è il posto dove fare una pausa per godersi l'ombra e l'atmosfera rinfrescante delle stesse cascate. Tuttavia, il principale punto di interesse è il percorso: numerose piccole piscine naturali di calcare che sono state formate dal processo di erosione dell'acqua. Godetevi l'ambiente circostante e trascorrete un po' di tempo nuotando e rilassandovi in alcune delle piscine. Rientro a Luang Prabang nel pomeriggio. Cena libera e pernottamento. Possibilità cena facoltativa in una casa locale con cerimonia Baci (*chiamata a raccolta delle proprie anime al fine di attirare le influenze benefiche*) – vedi sezione dedicata.

### **LUANG PRABANG – Escursione CAMPO ELEFANTI E GROTTA PAK OU** *colazione / pranzo / -*

**3° giorno** Colazione in hotel. Partite per una nuova esperienza al Elephant Village. Il Laos era precedentemente chiamato "Lane Xang", che significa "Terra di un milione di elefanti". Oggi avrete la possibilità di provare un'esperienza assieme a questi incredibili pachidermi! All'arrivo all'Elephant Village Camp, il responsabile del campo vi accoglierà e avrete un breve briefing sugli elefanti. Quindi, godetevi una piacevole crociera sul fiume a bordo di una barca a coda lunga fino alla cascata di Tad Sae, dove potete rilassarvi oppure nuotare nelle sue fresche piscine naturali (i livelli dell'acqua variano in base alle condizioni stagionali). Una volta rinfrescati, tornerete all'Elephant Camp per gustarvi un delizioso pranzo al ristorante. Dopo quest'avventura selvaggia, tornerete al vostro hotel a Luang Prabang.

*Note: Gli ospiti devono portare abbigliamento adeguato, zaino, comode scarpe da passeggio (no infradito / sandali). Il bagno degli elefanti è facoltativo e richiede il pagamento di un supplemento. Durata: dalle 8:30 alle 13:00 circa*

Nel pomeriggio, una crociera verso le famose grotte di Pak Ou. Quando arriverete, potrete godervi una breve visita per vedere le diverse migliaia di statue del Buddha che osservano in silenzio le acque fangose del Mekong. Ritornate alla barca e navigate con grazia a valle fino a Luang Prabang. Fermatevi su uno dei banchi di sabbia del fiume Mekong per gustare un cocktail al tramonto. Sedetevi, rilassatevi e godetevi le bevande e le tartine mentre contemplate i raggi del sole che sprofonda dietro le montagne e la giungla lussureggiante. Rientro in hotel. Cena libera e pernottamento.



### **LUANG PRABANG – VANG VIENG** *colazione / - / -*

**4° giorno** Colazione in hotel. In tarda mattinata trasferimento alla stazione per il treno a Vang Vieng. Arrivo e pranzo in un ristorante locale. Nel pomeriggio, raggiungerete Ban Phathao, un piccolo villaggio Hmong a nord di Vang Vieng, che sarà il punto di partenza della vostra avventura. Durante il percorso, attraverserete risaie dal verde acceso, con possenti montagne calcaree ad abbracciare l'orizzonte tutt'intorno. Procederete su idillici sentieri, all'ombra di slanciati alberi tropicali, incrociando gli abitanti dei vicini villaggi, occupati a svolgere le loro mansioni quotidiane. Raggiungerete la prima profonda grotta, conosciuta con il nome di Tham Loup, e successivamente Tham Hoi, un'altra più piccola nelle vicinanze. Una volta arrivati, prendetevi qualche minuto di pausa per ammirare lo splendido scenario prima di continuare il percorso attraverso il piccolo villaggio verso il fiume, dove visiterete la grotta e il tempio dell'elefante sacro prima di attraversare il ponte per il vostro trasferimento in città.

### VANG VIENG – VIENTIANE *colazione / pranzo / -*

**5° giorno** Colazione in hotel. Tempo libero per rilassarsi in hotel prima del check out. Trasferimento a Vientiane con mezzo privato con arrivo a intorno a mezzogiorno. Pranzo in ristorante locale. Nel pomeriggio, visita di Vientiane: capitale del Laos, è stata profondamente segnata dalla colonizzazione Francese, ma, al contempo, è riuscita a preservare, forte e chiara, la sua identità. Oggi esplorerete i maggiori punti di interesse della città, respirando la preponderante influenza europea, che a tratti si confonde fino a scomparire tra templi ed altre costruzioni dallo stile prettamente orientale; Il tempio Vat Sisaket: nonostante la forte influenza Siamese, questo complesso presenta uno stile architeturale unico. Grazie alla sua origine thailandese, fu risparmiato alla distruzione. Oggi, è il più grande e ben preservato tempio della capitale; Il tempio Vat PhraKeo: edificato nel 1565 per conservare al suo interno il rinomato Buddha di smeraldo, venne poi ricostruito nel 1942, identico all'originale, in un grazioso giardino. Al suo interno possono essere ammirati pannelli finemente intagliati ed eleganti colonnati, protetti dal tetto spiovente tipico dello stile del nord della Thailandia e del Laos stesso; Il chiostro Pha That Louang: venne costruito attorno ad un imponente stupa salvato dalla distruzione durante i saccheggiamenti dell'armata Siamese, ma danneggiato dai razziatori Ho nel 1873. Ristrutturato dai francesi nel 1930, è tutt'ora simbolo della Nazione e capolavoro dell'architettura Laotiana, questa struttura rappresenta sia un simbolo religioso, che uno regale; L'arco di trionfo Patuxay, dalla cui cima, potrete ammirare mozzafiato viste su Vientiane; Il mercato Talat Sao: potrete trovare sia prodotti tipici locali, che beni importati dall'esterno. Possibile conclusione del tour della città con una passeggiata lungo il Mekong per ammirare il tramonto e gettarvi nel vivace mercato notturno. Cena libera e pernottamento in hotel.



### VIENTIANE – SIEM REAP *colazione / - / -*

**6° giorno** Colazione in hotel. Trasferimento in aeroporto per il volo a Siem Reap (scalo a Pakse). Arrivo e incontro con la guida. Trasferimento privato in hotel a Siem Reap. Pranzo e cena liberi. Pomeriggio a disposizione. Pernottamento in hotel.

### SIEM REAP - Escursione ANGKOR THOM – ANGKOR WAT

*colazione / pranzo / cena*

**7° giorno** Colazione in hotel. Inizia il giorno con le visite dei tempi Angkor più famosi. 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. Nel pomeriggio, vi dedicherete alla visita del tempio più rinomato: Angkor Wat. Rimarrete di certo esterrefatti dinanzi alle dimensioni della costruzione. L'opera d'arte architettuale 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. Dopo la visita dei templi è l'ora di tornare a Siem Reap nel vostro hotel per rinfrescarvi. La giornata non è ancora finita e concluderete questo giorno con la cena con lo spettacolo Apsara. Pernottamento in hotel.



## SIEM REAP – ITALIA

*colazione / pranzo / -*

**8° giorno** Colazione in hotel. Oggi avete altro giorno per scoprire le bellezze di Siem Reap e conoscere a fondo le tradizioni e la cultura locale. Viaggiate in tuk tuk alla scoperta di risaie, fattorie e piccoli villaggi rurali, dove imparerete come vive la popolazione locale. Il tuk tuk, un tipico mezzo di trasporto fuoristrada, vi condurrà anche a una pagoda, dove vi fermerete ad ammirarne la bellezza prima di proseguire per incontrare una famiglia che produce i famosi spaghetti di riso cambogiani. Scoprirete il loro stile di vita quotidiano partecipando alle diverse fasi della produzione. I noodles saranno poi utilizzati come base per il tradizionale e delizioso Nom Bahn Chok, che avrete la possibilità di assaggiare sul posto. Proseguirete poi verso un altro villaggio per scoprire la produzione di palme da zucchero. Gli abitanti del villaggio vi spiegheranno come lavorano la frutta in modi diversi. Dopo questa bellissima esperienza continuerete verso una pagoda del villaggio e parteciperete alla Benedizione dei monaci. Prima dell'inizio della cerimonia, la guida turistica vi fornirà una breve introduzione con una panoramica generale sul buddismo, sulla vita quotidiana dei monaci e sull'importanza di questa cerimonia. In seguito, i monaci aspergeranno l'acqua santa mentre intonano la benedizione nel loro dialetto. Un pezzo di corda rossa verrà legato intorno al polso destro per rappresentare l'abbattimento di qualsiasi pensiero negativo e azione passata e per portare in cambio fortuna, salute e protezione spirituale. Pranzo ad un ristorante locale. Dopo pranzo continuerete in tuk tuk e visiterete Banteay Srei, un affascinante tempio in arenaria rosa, noto anche come "Cittadella delle donne", con notevoli sculture di divinità. Anche se non è il tempio più grande del complesso di Angkor, è ovviamente il più elegante e davvero affascinante nella sua bellezza. A seconda del tempo a disposizione e dei vostri desideri, continuerete la vostra visita a uno dei templi meno visitati e ben conservati del Parco Archeologico di Angkor. Dopo la vista terminerete la giornata con un bel aperitivo al tramonto nella campagna Cambogiana. A pochi chilometri dai templi di Angkor e Siem Reap, un luogo tranquillo e verde attende il viaggiatore al termine della sua giornata di scoperte, per un momento di relax intorno a un drink e a qualche stuzzichino. Il cielo è colorato, le luci sono basse, il giorno lascia il posto al crepuscolo sulla splendida campagna cambogiana, il momento è perfetto, indimenticabile. Rientro in hotel/Trasferimento all'aeroporto per il volo di partenza (*il volo suggerito è dopo 20:00*). Si consiglia volo di ritorno dopo le h19.00. In alternativa sarà necessario aggiungere una notte in hotel – *quote su richiesta*.

Il programma può subire variazioni per causa di forza maggiore o a discrezione della guida.



#### QUOTA DI PARTECIPAZIONE

Da marzo a ottobre	€ 1.360,00
Novembre e dicembre	€ 1.420,00

**QUOTA VOLO** a partire da € 800,00

#### SUPPLEMENTO

Camera singola € 350,00

#### LA QUOTA COMPRENDE

- Trasferimenti da/per gli aeroporti in Laos e Cambogia
- Sistemazione in hotel 3/4 stelle in camera doppia
- Pasti come da programma
- Tour in bus come da programma
- Guide locali parlanti italiano come da programma
- Visite ed escursioni come da programma
- Ingressi come da programma
- Assicurazione medica base, bagaglio, annullamento viaggio\*

#### LA QUOTA NON COMPRENDE

- Voli internazionali Italia – Laos e Cambogia – Italia
- Voli interni
- Pasti non indicati
- Bevande
- Ingressi non previsti
- Escursioni facoltative
- Mance
- Extra personali e tutto quanto non espressamente indicato alla voce “la quota comprende”

*\*si consiglia la stipula di assicurazione medica integrativa. Preventivi in Agenzia.*

## ESCURSIONI FACOLTATIVE LAOS

### 2° giorno – CERIMONIA BACI E CENA IN UNA CASA LOCALE

Il Laos è un Paese che conserva ancora una forte spiritualità e con un profondo senso di ospitalità. Vivete in prima persona questa realtà prendendo parte ad una cerimonia Baci (Soukhouan), una delle tradizioni più popolari nel Laos. Durante la cerimonia – presso una casa locale - la persona officiante compirà una sorta di ‘chiamata e raccolta’ delle vostre anime: è credenza laotiana, infatti, che ogni essere umano abbia 32 anime, e ognuna di queste verrà interpellata per attirare tutte le influenze benefiche verso di voi. Cena presso la casa stessa.

*Note: La cerimonia Baci della sera contribuisce a preservare una delle più famose tradizioni buddiste-animiste del Laos; oltre a fornire un sostegno finanziario alla comunità, la incentiva a preservare le proprie tradizioni.*

**Quota 1 persone € 170,00 | Quota 2 persone € 95,00 a persona**

