

TAILANDIA, LAOS Y CAMBOYA

“La ruta del Mekong”

Tailandia va a servirnos de puerta de entrada a esta ruta que también visita Laos y Camboya. Desde la norteña ciudad de Chiang Rai cruzaremos el mítico río Mekong para adentrarnos en Laos, país rico en grupos étnicos. En Luang Prabang descubriremos uno de los conjuntos de templos budistas más importantes y bellos del continente y en Phonsavanh tendremos la oportunidad de visitar los poblados de las minorías étnicas que allí habitan.



Desde la capital del país, Vientiane, volaremos a Camboya para acometer la última parte de nuestra ruta. Los grupos de templos y palacios de Siem Reap son el mejor final posible en un viaje. Nada en el mundo es comparable.

DÍAS	ITINERARIO	ALIMENTACIÓN	ALOJAMIENTOS
1	Vuelos Ciudad de Origen/Bangkok	.././..	Vuelo
2	Llegada a Bangkok	.././..	Hotel ****
3	Bangkok	D/./..	Hotel ****
4	Vuelo Bangkok/Chiang Rai	D/./..	Hotel ****
5	Chiang Rai/Pakbeng	D/A/..	Lodge
6	Pakbeng/Luang Prabang	D/A/..	Hotel ****
7	Luang Prabang	D/./..	Hotel ****
8	Luang Prabang/Phonsavanh	D/./..	Hotel local
9	Phonsavanh a Xieng Khuang. Vuelo a Vientiane	D/./..	Hotel ****
10	Vientiane	D/./..	Hotel ****
11	Vuelo Vientiane/Phnom Pehn	D/./..	Hotel ****
12	Vuelo Phnom Penh/ Siem Reap	D/./..	Hotel ****
13	Siem Reap	D/./..	Hotel ****
14	Siem Reap	D/./..	Hotel ****
15	Vuelo Siem Reap /Bangkok	D/./..	Vuelo
16	Vuelos Bangkok/Ciudad de Origen	.././..	

ITINERARIO PREVISTO:

DÍA 1.- VUELOS CIUDAD DE ORIGEN/BANGKOK

Salida en vuelo hacia Bangkok con conexiones intermedias

DÍA 2.- LLEGADA A BANGKOK

Conexión con el vuelo a Bangkok. A la llegada recepción en el aeropuerto para el traslado al hotel. Resto del tiempo libre.

BANGKOK

Capital de Tailandia, es una ciudad cosmopolita, emplazada al este del río Chao Phraya, dividida en dos partes, por la línea ferroviaria más importante que va de Norte a Sur. El viejo Bangkok, donde se encuentran casi todos los templos más antiguos, brilla en la parte delimitada por el río y el tren; el nuevo Bangkok, mucho más grande que la parte antigua, que alberga los principales distritos comerciales y turísticos (que han ocasionado un crecimiento urbano caótico) y se encuentra al este de la línea del ferrocarril. Además de recorrer sus calles y mercados – tanto diurnos como nocturnos-, vale la pena acercarse al barrio chino, donde multitud de tiendas y restaurantes se amontonan en sus calles estrechas.

DÍA 3.- BANGKOK

A la hora indicada, recorrido de la ciudad. Visitaremos el Gran Palacio y alguno de los templos más famosos de Bangkok: Wat Po (el templo del buda reclinado) y Wat Arun.

DÍA 4.- VUELO BANGKOK/CHIANG RAI

Traslado al aeropuerto para salir en vuelo hacia Chiang Rai, la ciudad situada más al norte del país.

Llegada y traslado al hotel. Primera capital del reino de Lanna, fue fundada en 1262 A.D. por rey Mengrai y más adelante conquistada por Birmania. Hasta 1786, no se convirtió en territorio tailandés. Es la entrada a una región de majestuosas montañas, jardines llenos de

color, exuberantes huertos frutales, templos budistas, tribus, ruinas de civilizaciones pasadas y pintorescos pueblos que conservan el sabor de antaño.

A la hora indicada, visita al "Triángulo de oro" entre las fronteras de Myanmar, Tailandia y Laos. Navegaremos por el río Mekong, y luego ya en bus llegaremos a la ciudad de Chiang Sean que alberga una notable selección de imágenes de Buda.

DÍA 5.- CHIANG RAI/PAKBENG

Temprano salida la frontera entre Tailandia y Laos (2 horas aprox.). Después de los trámites fronterizos salida en barca por el río Mekong hasta Hueixai dónde tomaremos el barco que durante dos días nos llevara a lo largo del río Mekong. Observaremos la vida a lo largo del río y sus espectaculares paisajes.

Por la tarde, llegada a Pakbeng, pequeño pueblo que se encuentra a medio camino entre Luang Prabang y Houeixai y es parada obligada de todos los barcos para hacer noche. Hay casas de huéspedes y pequeños restaurantes, las tribus montañosas locales que viven cerca vienen aquí a comprar sus suministros. Las calles fueron pavimentadas hace algunos años y también se dotó de luz eléctrica a la localidad.

DÍA 6.- PAKBENG/LUANG PRABANG

A la hora indicada, traslado al embarcadero para continuar nuestra travesía por el río Mekong hacia Luang Prabang, parando de camino en Pak Ou donde visitamos las cuevas que contienen cientos de estatuas de Buda.

Por la tarde, llegada a Luang Prabang, cuyo nombre significa "Capital del Buda de oro fino". Desembarco y traslado al hotel.

LUANG PRABANG

Pequeña ciudad, tranquila y agradable, principal centro religioso, espiritual, y turístico del país. Los templos son una mezcla de la arquitectura budista y el colonialismo francés, se consideran los más bellos templos del sureste de Asia. Construida en madera, fue destruida por incendios y saqueos, para más tarde, ser reconstruida, con estructuras y materiales similares, manteniendo su particular encanto. Su población es amable y acogedora.

DÍA 7.- LUANG PRABANG

Por la mañana, recorreremos la ciudad visitando WAT WISUNALAT con su impresionante estupa y WAT XIENG THONG o templo de la ciudad dorada. Después de las visitas, subimos a la colina Phousi, situada en el centro de la ciudad, donde está el templo de Chom Si, para poder disfrutar de unas inmejorables vistas del río,

Por la tarde, continuamos las visitas y subiremos a la colina Pathsi para disfrutar de una vista excepcional.

DÍA 8.- LUANG PRABANG/PHONSAVANH

306 kms-5 horas aprox.

Salida hacia las remotas tierras de la provincia de Xieng Khuang para visitar los poblados de las minorías étnicas Hmong y llegar a Phonsavanh capital de esa provincia rodeada de verdes colinas.

De camino pararemos en la llanura de las jarras, complejo arqueológico compuesto por miles de vasijas esparcidas en una gran llanura en las tierras del norte de Laos. Las jarras están hechas de roca sedimentaria y están dispuestas en racimos. Llegada y tiempo libre.

DÍA 9.- PHONSAVANH A XIENG KHUANG. VUELO A VIENTIANE

Por la mañana visita a las minorías étnicas Hmong en Lao Loum. A la hora acordada, traslado al aeropuerto para salir en vuelo a Vientiane. Llegada y traslado al hotel.

VIENTIANE

Con cerca de 200.000 habitantes, está ubicada en una de las orillas del río Mekong y hace frontera con Tailandia, actualmente es la capital política, económica y cultural de Laos. En sus amplias avenidas, se mezclan antiguas mansiones de arquitectura colonial, la mayoría poco cuidadas, casas de madera construidas sobre puntales típicamente laosianas, edificios de cemento de la época colonial francesa, templos y casas o tiendas construidas al estilo chino. Es una ciudad tranquila para poder pasear, con poco tráfico y muchos árboles, no

dispone de transporte público excepto taxis, y puede recorrerse prácticamente a pie en su totalidad.

DÍA 10.- VIENTIANE

Por la mañana realizamos un recorrido de la ciudad, visitando: WAT SISAKET, el templo original más antiguo de Vientiane, data del año 1818 y es importante por sus miles de estatuillas de Buda, el templo real WAT PHRAKEO, construido en el 1565 y convertido en museo desde 1970, donde se encontraba la famosa imagen del Buda de Esmeralda, la estupa THAT LUANG con 45 mts. de altura, construida durante el reinado de Setthathirath y considerada como símbolo nacional desde el año 1566. La leyenda cuenta que guardaba en su interior una reliquia de Buda.

Disponemos de la tarde libre, para poder disfrutar de una puesta de sol desde el río Mekong o pasear por el mercado central.

DÍA 11.- VUELO VIENTIANE/PHNOM PENH

A la hora acordada, traslado al aeropuerto para salir en vuelo con destino a Siam Reap. Llegada, traslado al hotel y tiempo libre.

A la hora indicada, recorrido por la ciudad, visitando el palacio Real situado cerca del Mekong, en cuyo interior conserva el salón del Trono y Chan Chaya utilizados para danzas clásicas, el pabellón de Napoleón III, y las habitaciones de los reyes y reinas; la pagoda Silver, santuario budista, situado cerca de la muralla del palacio Real y decorado en su interior con bloques de plata, y un Buda de esmeralda y cristal que data del siglo XVII. Su fachada cubierta de frescos, relatan episodios de Khmer; el museo Nacional, que contiene importantes esculturas de Khmer y del arte camboyano y el museo Tuol Slengy en los campos de exterminio de Choeng Ek.

DÍA 12.- VUELO PHNOM PENH/ SIEM REAP

A la hora indicada, traslado al aeropuerto para salir en vuelo con destino a Siam Reap. Llegada, traslado al hotel.

Por la tarde visita, traslado al templo de **Banteay Srei** (siglo X), considerado como la joya de la corona del arte clásico jemer.

DÍA 13.- SIEM REAP

A la hora indicada, continuamos el recorrido por los templos.

La ciudad de Angkor, fundada en el año 889 con el nombre de Yaso-dharapura, fue la capital de prácticamente todos los reinos Jemer, que perduraron más de mil años. Está considerada como una de las más esplendorosas civilizaciones del Asia suroriental. La última inscripción de la ciudad data de 1747, pero se desconoce la fecha exacta de su abandono. La jungla se adueñó de la mítica ciudad y las raíces de los árboles se hicieron sitio en sus muros. En el siglo pasado toda el área de Angkor estaba cubierto por la selva. Es una ciudad rojiza, debido a la piedra arenisca de sus edificios, que procede de las canteras de Phnom Kulen, a cuatro kilómetros de la antigua capital. Los templos construidos aquí, constituyen uno de los universos sagrados más impresionantes del mundo.

El complejo de templos de la provincia de Siem Reap, es grandioso pero en realidad, solo es una pequeña parte de la totalidad que se encuentra diseminada por todo el país. Angkor es un conjunto monumental con 9 kms.de largo y 8 de ancho, en los que se reparten centenares de templos, cada uno con un estanque como signo de la cultura del agua que los creó. Para los jemes el templo es el centro físico del universo, que se extiende en torno a él en una confusión de pasillos intrincados y puertas cargadas de simbolismos. Angkor Wat es una obra maestra del arte jemer y uno de los mayores templos del mundo, data del siglo XII y está construido a base de tres terrazas a modo de pirámide con un santuario central, galerías y una torre ricamente decorada. La obra fue concebida por Suryavarmán II en honor a Vishnu y para ser utilizada como su tumba. Cada una de las terrazas está rodeada de intrincados laberintos. La torre central se alza en la planta alta a 55 metros del suelo.

Devorado por la jungla, Ta Prohm es uno de los mayores templos de Angkor, cuyas estructuras estaban adornadas ricamente y con una rara sofisticación según está escrito. El que fuera uno de los mayores templos del imperio, es uno de los mejor conservados y se dice que acogía durante su época de esplendor 39 santuarios y albergaba a 2.740 monjes.

Los monumentos de Roluos fueron la capital para Indravarmán I, que reinó en el siglo IX. El estilo de algunos de sus templos marca el comienzo de la era Jemer. Muchas de las inscripciones que aparecen en sus puertas están en sánscrito. El templo de Preah Ko está compuesto de seis torres de ladrillo alineadas en dos filas y decoradas con bajorrelieves curiosos.

DÍA 14.- SIEM REAP

Continuación del recorrido de los templos.

TEMPLOS DE ANKOR

TA KEO, templo hinduista de finales del siglo X, dedicado al dios Shiva que tras la muerte de su monarca constructor, el templo quedó inacabado. TA PROHM, devorado por la jungla, uno de los más grandes y cuyas estructuras estaba adornadas ricamente y con una rara sofisticación según está escrito, es uno de los mejor conservados y se dice que acogía durante su época de esplendor 39 santuarios y albergaba a 2.740 monjes. BANYEAI KDEI, templo budista, a dos kilómetros de Angkor Thom, declarado Patrimonio de la Humanidad por la Unesco, situado en el mismo emplazamiento de otro anterior, del siglo X. Su construcción se desarrolló durante el reinado de Jayavarman VII (1160-1219) y de su sucesor, Indravarmán II (1219-1243). No es una construcción unitaria, y ha sido objeto de reformas. El estado de conservación del conjunto es regular, con zonas en ruinas y otras restauradas. Templo MEBON ORIENTAL, posiblemente en sus orígenes, situado en un islote en Baray Oriental, aunque en la actualidad se encuentra en tierra firme, con sus cinco torres, este templo-montaña es similar a algunos vecinos, pero sus orígenes son más actuales. Se encuentra en un gran estado de conservación y se pueden observar las figuras perfectamente rehabilitadas, elaboradas con escayola. SRAH SRANG, denominada "La piscina de las abluciones", se usaba para baños rituales y es uno de los pocos templos que conserva agua. TEMPLO ANGKOR WAT, una obra maestra del arte jemer y uno de los mayores templos del mundo, data del siglo XII y está construido a base de tres terrazas a modo de pirámide

con un santuario central, galerías y una torre ricamente decorada. La obra fue concebida por Suryavarmán II en honor a Vishnu y para ser utilizada como su tumba, cada una de las terrazas está rodeada de intrincados laberintos y su torre central se alza en la planta alta a 55 metros del suelo. TEMPLO DE ANGKOR THOM o la Gran Ciudad, que en tiempos era la capital. Allí se alzaba en forma de pirámide EL BAYON, en el centro, como templo de Estado, y representación del Meru, la montaña de los dioses y centro del universo. Fue construido por Jayavarmán VII. Las TORRES DEL BAYÓN, en total 49, están decoradas con 171 cabezas de Buda, además de los bajorrelieves alusivos a las campañas militares de los jemeses. Sus ejércitos tenían más de 200.000 elefantes. Las galerías y corredores del Bayón acogen también multitud de imágenes de apsaras, las bailarinas celestiales que se supone entretienen a los dioses. La TERRAZA DE LOS ELEFANTES, una muralla de 12 kilómetros de longitud, y cinco monumentales puertas, todo ello rodeado, en su día, de grandes estanques. El rostro del rey Jayavarmán VII vigila desde todas las puertas del templo, la ciudadela que ordenó construir. Templo hinduista de BANTEY SAMREI, conocido como "la ciudad de las mujeres", dedicado a la diosa Shiva.

DÍA 15.- VUELO SIAM REAP/BANGKOK

Tiempo libre hasta el traslado al aeropuerto para salir en vuelo a Bangkok.

DÍA 16.- VUELOS BANGKOK/CIUDAD DE ORIGEN.

Conexión con el vuelo a la Ciudad de origen. Fin de nuestros servicios.

GRUPO MÍNIMO 6/ MÁXIMO 12 PERSONAS

FECHAS DE SALIDA DESDE Madrid y Barcelona

JULIO	1
AGOSTO	1
SEPTIEMBRE	16

PRECIOS POR PERSONA

PRECIO POR PERSONA	3.595 €
SUPL. HAB. INDIVIDUAL	830 €
-----	-----
TASAS AÉREAS	440 €(APROX)

SERVICIOS INCLUIDOS

- Transporte en avión, en clase turista Ciudad de origen-Bangkok-Ciudad de origen
- Vuelo Bangkok/Chiang Rai- Xieng Khuang (Phonsavanh) /Vientiane- Vientiane/Phnom Penh- Phnom Penh/Siam Reap. Vuelo Siam Reap /Bangkok
- Recepción en el aeropuerto a la llegada en Bangkok.
- Traslados especificados.
- Alojamiento en hoteles de ****, en hotel local y lodge en habitaciones dobles con baño privado y aire acondicionado, (según cuadro).
- Alimentación especificada en el cuadro.
- Transporte en vehículo privado con aire acondicionado.
- Actividades y visitas especificadas en el itinerario.
- Guías locales de habla española para todas las visitas salvo en triangulo de oro en Chiang Rai y en el barco desde Hueixai a Luang Prabang que será de habla inglesa.
- Seguro de asistencia en viaje.

SERVICIOS NO INCLUIDOS

- Alimentación no especificada en el cuadro.
- Actividades y visitas opcionales.
- Entradas a los lugares a visitar.
- Tasas aéreas.
- Tasas de aeropuerto.
- Extras personales como bebidas, lavandería, teléfono...etc.
- Propinas.
- Cualquier otro concepto no mencionado como incluido.

DOCUMENTACIÓN

Tailandia: Pasaporte en vigor, con una validez mínima de 6 meses.

Camboya: a tramitar en la frontera (20 dólares, 2 fotos tamaño carnet).

Laos: a tramitar a la llegada en la frontera (35 dólares, 2 fotos tamaño carnet).

Cartilla internacional de vacunación de fiebre amarilla, para los viajeros procedentes o que han pasado por zonas infectadas (países y zonas incluidas en las regiones endémicas). España no se encuentra incluida en estas zonas.

* Para conocer la situación actual del país consultar la página WEB del Ministerio de Asuntos Exteriores WWW.MAE.ES

SANIDAD

IMPRESINDIBLE consultar cualquiera de los Centros de Vacunación Internacional autorizados ya que pueden ser recomendables vacunas y tratamiento antipalúdico, cuya prescripción deberá realizarse de forma personalizada.

<http://www.msc.es/profesionales/saludPublica/sanidadExterior/salud/centrosvacu.htm>

SEGURO

Un seguro de asistencia está incluido en el viaje . La póliza será entregada junto con la documentación final.

Opcionalmente se puede contratar un seguro de gastos de anulación, por un **importe de 50 € por persona** . Debe solicitarse en el momento de realizar el pago de entrega a cuenta siempre que éste se realice como mínimo 15 días antes de la salida del viaje.

Las condiciones de ambos seguros se puede consultar en nuestra pagina web:

www.trekkingyaventura.com/seguros/SegurodeViajeAventura.pdf

www.trekkingyaventura.com/seguros/SegurodeAnulacion.pdf

ALOJAMIENTO

Hotel de 4 estrellas, en habitaciones dobles con baño privado y aire acondicionado.

Hotel local y Lodges, en habitaciones dobles con baño privado muy básicos en Pakbeng y Phonsavanh

Al tramitar la reserva, se puede solicitar habitación 'a compartir', para evitar el suplemento individual. Hasta que el grupo no esté cerrado, no podremos garantizar este servicio, ya que SOLAMENTE depende, que otra persona en el grupo también desee compartir habitación. Para ello, tomaremos como referencia la fecha de la recepción del depósito.

TASAS DE AEROPUERTO

Son impuestos por la utilización de los aeropuertos que se pagan en efectivo, directamente, antes de realizar el embarque.
Camboya: 25 dólares aprox.

DIVISAS

La unidad monetaria de Laos es Nuevo Kip (LAK).
La unidad monetaria de Tailandia es el BAHT (THB).
La unidad monetaria de Camboya es el Riel camboyano (KHR).
Puedes consultar la equivalencia en <http://www.xe.com/ucc/es/>

CLIMA

En los tres países que vamos a visitar Agosto es época de monzones, con abundantes lluvias intermitentes, sobre todo por las tardes. La temperatura por el día será alta.

EQUIPO RECOMENDADO

Ropa cómoda de viaje adaptada a un clima caluroso y húmedo en verano y fresco y seco en invierno.

Calcetines y pañuelo (para entrar a los templos), gorro o visera, gafas de sol, navaja multiusos y linterna.

En tiempo de monzón (desde julio a mediados de septiembre) y en abril y mayo: Calzado deportivo/sandalias de goma/ capa de lluvia o chubasquero /bañador/ sudadera o camiseta de manga larga (por los aires acondicionados y por los mosquitos)

Bolsa de aseo (incluir toallitas húmedas, crema protección solar /protector labial).

Prismáticos y material fotográfico.

BOTIQUIN

Antibiótico de amplio espectro / analgésicos (Aspirina, Gelocatil, Nolotil...) / antiácido/ anti-inflamatorio/ antidiarreico/ antihistamínico/ laxante/ pomada antibiótica/ desinfectante/ algodón/ tiritas/ venda/ esparadrapo/ repelente de mosquitos

RESERVA

Para realizar tu reserva necesitamos que nos solicites en hola@yporquenosolo.com o en el **911644035** un **formulario online** en el que cumplimentar tus datos personales.

- Nombre y apellidos (exactos a los del pasaporte) y DNI.
- Teléfono de contacto y correo electrónico.
- Ciudad de salida
- Habitación individual o a compartir.

Para formalizar la reserva, tendrás que abonar un **depósito del 40 % del importe total del viaje** por una de estas vías:

- **Transferencia bancaria** Bankia ES53 2038 1119 0060 0068 6356 beneficiario Trekking y Aventura indicando el nombre completo del pasajero que va a viajar.

- **Tarjeta de crédito** (salvo American Express) en el área de cliente de nuestra web podrás acceder con unas claves de acceso que te entregaremos al realizar la reserva.

- **Efectivo o talón** en nuestras oficinas.

Una vez recibidos estos trámites, te enviaremos un correo electrónico con el estado de tu reserva, dossier del viaje y justificante del pago recibido.

La documentación será entregada aproximadamente 8 días antes de la fecha de salida, retirándola en nuestras oficinas de Madrid o por correo electrónico.

Estamos a tu disposición para cualquier aclaración adicional, presencialmente en Ventura Rodríguez 15, Madrid de 9h30 a 13h30 y de 16h30 a 19h30 de lunes a viernes, por teléfono en el 911644035 o vía mail en hola@yporquenosolo.com

Sujeto a las condiciones generales que se encuentran en nuestra web.
www.trekkingyaventura.com/condiciones.asp