

# Un viaggio spirituale da **Vientiane** ad **Angkor Wat** **Wat** (con guida in inglese)

*Vientiane – Vang Vieng – Luang Prabang – Siem Reap*

- Marzo 22
- Luglio 12
- Agosto 9-16
- Settembre 6
- Ottobre 2-25
- Novembre 15-22
- Dicembre 27



Intraprendere un viaggio da **Vientiane** (Laos) ad **Angkor Wat** (Cambogia) non è un semplice spostamento geografico; è una discesa lungo il corso del Mekong che attraversa il cuore del buddismo Theravada e le vestigia dell'antico Impero Khmer.

## **GIORNO 1 - ARRIVO A VIENTIANE**

ORIENTAL ALCHEMY

ORIENTALALCHEMY.IT  
TIZIANA@ORIENTALALCHEMY.IT

+39 345 3712713

PIAZZA S. GIACOMO 14  
20833 GIUSSANO

P.IVA 13724320968

Arrivo all'aeroporto di Vientiane, trasferimento in autonomia all'hotel. Giornata libera a proprio piacimento.

Sistemazione: hotel a Vientiane

*Nota: •Check-in in hotel dalle ore 14:00 •Il trasferimento dall'aeroporto e la camera prima del viaggio possono essere forniti come supplemento •Servizio clienti a disposizione per contattare se necessario per informazioni. Sistemazione: hotel a Vientiane*  
*Note: le camere saranno disponibili dalle 14.00*

**Hotel: S2 Modern Boutique Hotel \*\*\*** (or similar)

## GIORNO 2 - VIENTIANE - VANG VIENG

Punto d'incontro con la guida turistica nella hall dell'hotel alle 8:00.

Trascorrerete questa giornata alla scoperta di Vientiane, la capitale del Laos, che è stata profondamente segnata dalla colonizzazione francese, ma che, allo stesso tempo, ha saputo conservare, forte e chiara, la propria identità.

Oggi esplorerete i principali punti di interesse della città, respirando la preponderante influenza europea, che a volte si confonde fino a scomparire tra templi e altri edifici dallo stile decisamente orientale; -

Il tempio Wat Sisaket: nonostante la forte influenza siamese, questo complesso presenta uno stile architettonico unico. Grazie alla sua origine thailandese, è stato risparmiato dalla distruzione. Oggi è il tempio più grande e meglio conservato della capitale.

Il Tempio Wat PhraKeo: costruito nel 1565 per ospitare il famoso Buddha di Smeraldo, fu poi ricostruito nel 1942, identico all'originale, in un incantevole giardino. All'interno si possono ammirare pannelli finemente intagliati ed eleganti colonnati, protetti dal tetto spiovente tipico dello stile della Thailandia settentrionale e dello stesso Laos.

Il chiostro di Pha That Louang: fu costruito attorno a un imponente stupa salvato dalla distruzione durante i saccheggi dell'esercito siamese, ma danneggiato dai predoni Ho nel 1873. Ristrutturato dai francesi nel 1930, è ancora oggi un simbolo della nazione e un capolavoro dell'architettura laotiana, in quanto questa struttura rappresenta sia un simbolo religioso che reale; - l'Arco di Trionfo di Patuxay, dalla cui sommità si può ammirare una vista mozzafiato di Vientiane; Nel pomeriggio, trasferimento in auto privata a Vang Vieng, con arrivo a metà pomeriggio.

Salirete al punto panoramico e godrete di incredibili viste al tramonto sulle formazioni rocciose carsiche di Vang Vieng. Dopo una breve salita, sarà il momento di sedersi e osservare i colori mutevoli del cielo al tramonto. Si tratta di un paesaggio antico, panoramico e mozzafiato, lontano dal trambusto della città sottostante. Al tramonto, la guida locale vi ricondurrà dal punto panoramico per godervi il resto della serata nell'affascinante Vang Vieng.

<b>Pasto</b>									<b>Colazione</b>
<b>Sistemazione:</b>	Hotel	a		Vang			Vieng		
<b>Distanza:</b>	Vientiane	-	Vang	Vieng:	130	chilometri	-	1,5	ore
<b>Distanza e durata dell'escursione:</b>	0,6 km		-	30	minuti	compresa		la	salita
<b>Dislivello:</b>	+131m								

**Hotel: Silver Naga \*\*\*** (or similar)



### **GIORNO 3 - VANG VIENG - VILLAGGIO DI KHMU SCOPRI LA VITA QUOTIDIANA DEL POPOLO LAOTIANO**

Punto d'incontro con la guida turistica nella hall dell'hotel alle 9:00.

Uscite dalla città in tuk-tuk e iniziate un piacevole viaggio lungo il fiume Nam Song, costeggiando le splendide formazioni calcaree carsiche per cui Vang Vieng è famosa.

Poco dopo arriverete in un villaggio locale lungo il fiume, dove trascorrerete la giornata a vedere come vive l'etnia Khmu.

Per cominciare, visiterete uno degli anziani abitanti del villaggio che lavora come fabbro e che utilizza tecniche tramandate da generazioni. Osservate e imparate come costruisce i coltelli per guadagnarsi da vivere, ma assicuratevi di prestare attenzione perché poi toccherà a voi! Proseguite poi verso la casa di una delle famiglie Khmu, dove sarete invitati a unirvi a loro per un pranzo tipico Khmu nella loro casa o nel loro giardino.

Imparerete a conoscere la loro cultura e le tradizioni animistiche praticate non solo dai Khmu ma anche da molte altre minoranze etniche del Laos. Dopo aver trascorso un po' di tempo a chiacchierare con la famiglia, passate a scoprire come si produce il vino di riso locale, noto in lao come "Lao Hai".

Nel tardo pomeriggio, seguite la guida attraverso le risaie per visitare una grotta sull'altra sponda del fiume, passando accanto ai contadini che lavorano nei loro campi. Durante il tragitto, fate una pausa in una delle capanne delle risaie locali e assaggiate un po' del vino di riso che avete imparato a fare in precedenza, mentre discutete in dettaglio dell'importanza dell'agricoltura in Laos.

Una volta tornati al villaggio, salutate la cordiale gente del posto e tornate a Vang Vieng dopo un'intera giornata di immersione culturale.

**Pasti inclusi:** colazione, pranzo  
**Sistemazione:** Hotel a Vang Vieng  
**Distanza del trasferimento (solo andata):** Circa 15 chilometri - 30 minuti  
**Durata dell'intera attività:** circa 7-8 ore (orario di ritiro 09:00 / orario di riconsegna 16:30)

Hotel: **Silver Naga** \*\*\* (or similar)

## GIORNO 4 - VANG VIENG – TRENO PER LUANG PRABANG – TOUR DELLA CITTÀ

Al mattino, l'autista verrà a prendervi e vi trasferirà alla stazione di Vang Vieng per il treno per Luang Prabang. (Treno suggerito C98 ETD Vang Vieng alle 08:26, ETA Luang Prabang alle 09:16, gli orari sono soggetti a variazioni. La guida non sarà in treno con il gruppo).

Incontro con la guida alla stazione ferroviaria di Luang Prabang e inizio della visita.

La città di Luang Prabang è una delle più belle città del Sud-Est asiatico, grazie alla sua posizione perfetta nel punto di incontro dei fiumi Mekong e Nam Khan e ai piedi di una catena montuosa secolare. È stata dichiarata Patrimonio dell'Umanità dall'UNESCO nel 1995 ed è riconosciuta per il suo paesaggio urbano ben conservato che fonde l'architettura coloniale tradizionale laotiana ed europea. Durante il tour della città visiterete i suoi luoghi più iconici e culturalmente ricchi per conoscere la storia, l'architettura e la cultura della città.

Inizierete dal Palazzo Reale, che oggi ospita il Museo Nazionale, con un'enorme collezione di oggetti preziosi appartenuti alla famiglia reale e una vasta gamma di statuette trovate nei templi della regione. Qui si può ammirare il Buddha Phrabang, considerato il manufatto più sacro del Laos e che ha dato il nome alla città.

Si prosegue con una sosta all'antica Heuan Chan House, una casa tradizionale risalente a più di 100 anni fa. Questo edificio si trova sulla penisola della città di Luang Prabang, Patrimonio dell'Umanità dell'UNESCO dal 1995, e oggi è stato trasformato in un museo, dove è possibile conoscere le peculiarità dell'architettura coloniale laotiana/francese.



Visiterete poi il Vat Xieng Thong, il tempio della Città Reale, un complesso di santuari e templi sacri che espone alcune delle più belle opere d'arte tradizionali laotiane, probabilmente il sito più bello di Luang Prabang. Nel pomeriggio, ci fermeremo al Centro di tessitura artigianale di Ock Pop Tock. Il Centro di tessitura artigianale di Ock Pop Tok è una destinazione da non perdere se siete interessati all'artigianato locale.

Al centro avrete la fortuna di scoprire i segreti dei pregiati e rinomati tessuti locali. In seguito, prendetevi del tempo per godervi il bellissimo giardino tropicale che offre una vista mozzafiato sul maestoso fiume Mekong e sulle montagne.

<b>Pasti</b>				<b>inclusi:</b>					
<b>Sistemazione:</b>					In				Colazione
<b>Stazione ferroviaria di Luang Prabang</b>					Prabang	-	<b>città:</b>	12	hotel
<b>Stazione ferroviaria di Vang Vieng - città: 5 km/10min</b>									km/30min

**Nota:** *dovrai mostrare il passaporto insieme al biglietto del treno quando entri in stazione e di nuovo sul treno. Conserva il tuo biglietto del treno in quanto dovrai mostrarlo anche per uscire dalla stazione. Ci sarà un controllo di sicurezza in stile aeroportuale all'ingresso della stazione: gli oggetti pericolosi e infiammabili verranno confiscati. Si prega di non assumere bombolette spray di deodorante, shampoo spray, coltelli, alcool, spray antizanzare infiammabili, ecc.*

**Hotel:** *My Dream Boutique* \*\*\* (or similar)

## GIORNO 5 - LUANG PRABANG – TAK BATH – ESCURSIONE A KUANG SY ATTRAVERSO BAN NONG HEO



Al mattino presto, intorno alle 5:30, con la vostra guida vi recherete al tempio per assistere alla cerimonia del Tak Bath. Durante la cerimonia, i devoti abitanti di Luang Prabang si inginocchiano sul marciapiede, portando del cibo in mano, che offrono ai monaci che passano con le loro vesti arancione zafferano.



Lasciatevi coinvolgere da questo momento culturalmente significativo, che si svolge in modo pacifico e rispettoso, senza scambi di parole tra i monaci e gli abitanti che fanno le offerte. Dopo questa esperienza umile, la guida vi condurrà al mercato locale, un luogo a dir poco animato al mattino. Al termine, potrete tornare in albergo per la colazione in hotel.

**Durata:** Circa 2h 30min

**Note:** Gli ospiti viaggeranno per vedere la cerimonia di Tak Bat dalle 05:30 alle 06:30 circa

Come ospite che partecipa a questa tradizione, si prega di non attraversare il sentiero del monaco e di scattare foto da lontano per mostrarle il vostro rispetto.

Si prega di mantenere anche un'atmosfera tranquilla. Dopo un viaggio in auto da Luang Prabang al villaggio di Ban Nong Heo, avrete un po' di tempo per scoprire l'affascinante villaggio Khmu, con le sue case tradizionali, i bufali d'acqua e le anatre che gironzolano liberamente, nonché i contadini e i fabbri che svolgono le loro attività quotidiane. In seguito, la guida locale vi condurrà per una facile escursione in campagna, attraversando foreste collinari e piantagioni, con bei punti panoramici lungo il percorso.

Potrete anche chiedere alla guida di raccogliere della canna da zucchero fresca direttamente dal campo per assaggiarne il succo rinfrescante! Dopo una passeggiata in un ambiente naturale meraviglioso, arriverete a Ban Thapene, il villaggio che si trova all'ingresso delle cascate Kuang Sy.

**Distanza e durata dell'escursione:** 4 chilometri - 1h 30min

**Livello:** 1

**Trasporto:** Da Luang Prabang a Ban Nong Heo: 20 chilometri - 50 minuti  
Nel pomeriggio visiterete un villaggio famoso per la produzione e l'arte della carta Sa.



La carta Sa è una carta tradizionale fatta a mano in Laos utilizzando la corteccia del gelso, conosciuta localmente come "sa". Questa tecnica secolare, ancora praticata in alcuni villaggi vicino a Luang Prabang, riflette il profondo legame tra la cultura laotiana e le risorse naturali sostenibili. Rientro in hotel.

**Pasti**

**inclusi:**

Colazione

**Sistemazione:** Hotel a Luang Prabang

**Hotel:** *My Dream Boutique* \*\*\* (or similar)

## GIORNO 6 -

La giornata inizia con un viaggio in auto attraverso la campagna di Luang Prabang, per arrivare a un incantevole villaggio, Ban Muang Keo, dove vi addenterete nell'arte della composizione floreale tradizionale.

Imparerete le tecniche e il simbolismo che stanno alla base della creazione di bellissime offerte floreali al monaco, una parte importante della cultura laotiana. Successivamente, visiterete un sereno tempio locale, immergendovi nell'atmosfera spirituale e ricevendo la benedizione di un monaco. Continuate la vostra immersione culturale con una visita a un villaggio, dove potrete interagire con gli amichevoli abitanti del luogo e dare un'occhiata alla loro vita quotidiana. Godetevi un delizioso aperitivo su una spiaggia pittoresca, assaporando i sapori locali e ammirando la tranquilla bellezza del fiume Mekong.

In seguito, potrete gustare un delizioso pranzo a base di cucina tradizionale laotiana, seguito da una tazza di caffè di produzione locale. Infine, farete una facile escursione di 30 minuti nella foresta, che sarà l'occasione perfetta per raggiungere le grotte attraverso un ingresso segreto e piuttosto unico. Una volta arrivati alle grotte, ammirate le migliaia di statue di Buddha incastonate in queste due caverne e scoprite la storia e il significato religioso di questo sito straordinario. Riflettete sugli incontri culturali della giornata prima di godervi una piacevole gita in barca per tornare a Luang Prabang, ammirando la bellezza del fiume Mekong e dei suoi dintorni mentre navigate dolcemente a valle (crociera in barca di circa 2 ore).

**Pasti inclusi:** colazione, pranzo, caffè/tè, bibita/birra, spuntini  
**Sistemazione:** Hotel a Luang Prabang  
**Durata:** Circa 7 ore  
**Spazi vuoti:**  
 Luang Prabang - Ban Pak Ou: 30 chilometri - 1 ora in auto  
 Grotte di Pak Ou - Luang Prabang: 30 chilometri - 2 ore di barca

**Hotel:** *My Dream Boutique* \*\*\* (or similar)

## GIORNO 7 - LUANG PRABANG SIEM REAP

Questa mattina, scoprite Luang Prabang al vostro ritmo. Quindi check-out e trasferimento all'aeroporto di Luang Prabang per il volo per Siem Reap. All'arrivo a Siem Reap, sarete accolti da un autista cambogiano e raggiungerete il vostro hotel per il check-in.

**Pasti inclusi:** Colazione  
**Sistemazione:** Hotel a Siem Reap  
**Nota:** Orario standard di check-in: 14:00 e orario di check-out: 12:00

### Opzioni tour e escursioni disponibili

**Volo Luang Prabang - Siem Reap:** Voli consigliati: QV513 LPQ-PKZ-SAI 08:30-11:50 (1 fermata a Pakse) il martedì/giovedì/sabato (n. QV513 operato dal 01 giugno al 01 ottobre) o VN930 LPQ-SAI 1500-1625 settimanale tranne martedì/domenica (n. VN931 operato dal 05 maggio al 30 settembre)

**Hotel:** *Amber Angkor Villa Hotel & Spa* \*\*\* (or similar)

## GIORNO 8 - ANGKOR THOM - ANGKOR WAT - TA PROHM

Incontro con la guida alle ore 8:00 presso la hall dell'hotel. Questa mattina percorrerete una strada fiancheggiata da enormi alberi secolari prima che, all'improvviso, appaia un maestoso portale di pietra che vi farà entrare ad Angkor Thom, "la grande città".

Emergendo magicamente dall'interno, ammirate i massicci volti sorridenti del tempio Bayon scolpiti nella pietra. Costruito intorno al XII e XIII secolo, questo incredibile edificio è circondato da 54 torri, ognuna delle quali è ornata da 4 volti. Dopo aver visitato il Bayon, vi recherete al Baphuon, un tempio di montagna costruito nell'XI secolo, il cui restauro, guidato da architetti francesi, si è concluso non molto tempo fa. Poi, passeggiate lungo la Terrazza degli Elefanti, che con i suoi 350 metri di lunghezza era utilizzata per le udienze reali e le cerimonie pubbliche.

Proseguite la visita alla Terrazza del Re Lebbroso, costruita nel XII secolo e ornata da magnifiche sculture Apsara. Nel pomeriggio, visitate il tempio più famoso: Angkor Wat. Partendo dal viale centrale, vi renderete subito conto di quanto sia grande. Questa meravigliosa opera architettonica vi colpirà non solo per i suoi elementi strutturali, ma anche per i suoi dettagli artistici. Concludete la giornata visitando Ta Prohm, un tempio che sembra quasi consumato dalla natura tropicale che lo circonda. Torna al tuo hotel per una serata libera. Possibile esperienza facoltativa da prenotare.

**Pasti inclusi:** Colazione, Pranzo  
**Sistemazione:** Hotel a Siem Reap  
**Livello:** 1  
**Distanza e durata dell'escursione:** 14 chilometri - 3 ore (intera giornata comprese le visite)  
**Dislivello totale:** + 150 metri / - 120 metri  
**Terreno:** principalmente sentieri nella giungla, attraverso la foresta  
**Trasporto:** supporto al veicolo per l'intera giornata - 8 chilometri - 15 minuti (dall'hotel al punto di partenza) / 10 chilometri - 20 minuti (dal punto di arrivo all'hotel)

**Hotel:** *Amber Angkor Villa Hotel & Spa* \*\*\* (or similar)

## GIORNO 9 - SIEM REAP – ESCURSIONI A PHNOM KULEN – SIEM REAP

Al mattino, intorno alle 7:00, viaggio da Siem Reap a Phnom Kulen, la più grande area boschiva della provincia di Siem Reap. Dopo soli 5 chilometri di guida, sarete già nel cuore della campagna cambogiana, attraversando villaggi incantevoli, risaie infinite e palme da zucchero. Benvenuti nella natura selvaggia della Cambogia. Arrivati al checkpoint del Parco Nazionale, situato ai piedi del monte Kulen, vi fermerete e incontrerete il ranger locale che vi accompagnerà per tutta la giornata di trekking. Dopo un breve briefing, ci si addentra nella giungla e ci si imbatte per la prima volta nel Fiume dei 1000 Lingas. Qui è difficile non rimanere meravigliati dalle incisioni che si trovano all'interno del fiume, dedicate al Dio indù Shiva, per non parlare del Buddha reclinato d'oro, situato a Preah Ang Thom. Poi, intraprendete un sentiero unico che si immerge nella foresta profonda e abbandonatevi alla natura. L'escursione termina alla cascata di Phnom Kulen e, se volete, rinfrescatevi con una bella nuotata.

Pranzo vicino alla cascata. Rientro a Siem Reap nel pomeriggio.

**Pasti inclusi:** Colazione, Pranzo (Pranzo al sacco sul posto)  
**Sistemazione:** Hotel a Siem Reap  
**Livello:** 2  
**Distanza e durata dell'escursione:** 12 chilometri - 3 ore (escluse le visite in loco)  
**Dislivello totale:** + 253 metri / - 212 metri  
**Quota di partenza / Punto di arrivo:** + 322 metri / + 372 metri  
**Terreno:** principalmente sentieri nella giungla, attraverso la foresta  
**Trasporto:** 50 chilometri - 1 ora e 30 minuti (dall'hotel al punto di partenza)  
**Nota:** È meglio evitare i fine settimana e i giorni festivi per godersi le cascate senza la folla. L'ultimo orario di partenza dall'hotel a Siem Reap è alle 08:00

**Hotel:** *Amber Angkor Villa Hotel & Spa* \*\*\* (or similar)

## GIORNO 10 - SIEM REAP – VISITA DI UN VILLAGGIO GALLEGGIANTE SUL LAGO TONLÉ SAP

Il viaggio inizia al mattino, con partenza da Siem Reap verso Kompong Khleang. Da Kompong Kleang salirete a bordo di una barca locale guidata da un capitano del villaggio. L'imbarcazione attraverserà il Tonlé Sap a un ritmo tranquillo, dandovi la possibilità di osservare alcuni dei piccoli villaggi galleggianti. La piccola imbarcazione locale è dotata di un motore che permette di spostarsi facilmente dal villaggio e lungo i vari canali che portano al Grande Lago. Una volta raggiunta la fine del canale, ci si rende conto dell'immensità di questo lago, dove l'orizzonte si estende a perdita d'occhio. Durante la stagione secca, prima di partire per la crociera viene offerta una passeggiata per incontrare la gente del posto.

**Pasti** **inclusi:** Colazione  
**Sistemazione:** Hotel a Siem Reap  
**Distanza:** Siem Reap / Kompong Khleang - 52 chilometri (1 ora e 30 minuti in auto), ciascuno Maniera  
**Nota:** Dal 15 febbraio, a causa del basso livello dell'acqua, la gita in barca non può essere effettuata con barche grandi da 10 persone in su, sono disponibili solo barche piccole (1-9 persone). Quindi, per gruppi da 10 persone in su, faremo invece la gita in barca a Chong Kneas.

**Hotel:** **Amber Angkor Villa Hotel & Spa** \*\*\* (or similar)

## GIORNO 11 - PARTENZA DA SIEM REAP

Mattinata libera. Al momento opportuno, recati in aeroporto da solo per il volo di partenza.

**Pasti** **inclusi:** Colazione  
*La camera è a vostra disposizione solo fino alle 12:00.*

**Prezzo per persona in camera doppia: €1465,00**  
Escluso volo interno e voli dall'Italia

## INCLUSIONI

- Alloggio nella categoria scelta o similare (soggetto a disponibilità)
- Pasti come indicato nel programma. B= Colazione L=Pranzo D=Cena
- Tutti i noleggi di barche locali come indicato nel programma
- Trasferimento con A/C come detto
- Treno ad alta velocità Vang Vieng -Luang Phrabang.1a classe -carrozza climatizzata
- Tutti i biglietti d'ingresso e le visite turistiche come indicato nel programma
- Guida locale di lingua inglese come menzionato (1 nel nord e 1 nel sud)
- Partecipazione al progetto Refill not landfill che fornisce acqua ricaricabile in hotel e veicoli
- Una bottiglia d'acqua riutilizzabile

## ESCLUSIONI

- Pasti e bevande non menzionati nel programma.
- Biglietti aerei internazionali e tasse aeroportuali. Tutti i biglietti aerei interni/regionali in classe economica.
- Tasse per il visto all'arrivo in Laos e Cambogia.
- Mance e spese personali. Assicurazione personale. Tutti i servizi non chiaramente menzionati nel programma.