

PEDALANDO IN SUD ASIA



"Itinerante viaggio in bicicletta alla scoperta di Thailandia, Cambogia e Vietnam"

Viaggi Cambogia

Piazzale Gabriele D'Annunzio n.13 – 33100 – Udine – Italia

Tel. +39. 0432 21231 Tel. +39. 0432 25400

<http://www.exploretodayviaggi.it>

Agenti IATA 3827668

D&P S.r.l. P. IVA 02398830303 - CCIA Udine n. 25774

Aut. Reg. F.V.G n. 3124 - Polizza "Filo Diretto" n. 1505000904/E

DATA PARTENZA	DURATA GIORNI	CODICE TOUR	QUOTA DI PARTECIPAZIONE
12-11-2022 03-12-2022 17-12-2022 14-01-2023 25-02-2023 11-03-2023 08-07-2023 19-08-2023 19-08-2023 16-09-2023 11-11-2023 02-12-2023 16-12-2023	13	1744	2300 €
MIN. PARTE CIPANTI	AEROPORTO DI PARTENZA	GUIDA	
OPERATIVO VOLI			
LA QUOTA INCLUDE		LA QUOTA NON INCLUDE	
<ul style="list-style-type: none"> • PASTI: 11 Colazioni, 1 Pranzo, 1 Cena • TRASPORTI: Bicicletta, Veicolo di Supporto, Autobus Pubblico, Barca • PERNOTTAMENTI: 10 Notti in hotel, 1 Notte in Famiglia Locale, 1 Notte in Resort • ATTIVITA' INCLUSE: (Vedi nelle Note) 		<ul style="list-style-type: none"> • Volo intercontinentale dall'Italia A/R (Il volo aereo verrà quotato in agenzia su richiesta dell'interessato) • Pasti non menzionati nel programma • Tutto quanto non menzionato in "Cosa Comprende" • Assicurazione viaggio • Supplemento Camera Singola (€350) a persona 	

Giorno 1. BENVENUTI IN VIETNAM

Benvenuti. Arrivo in giornata e trasferimento in hotel per il pernottamento.

Giorno 2. VIAGGIO PER MEKONG DELTA

Fai un viaggio di tre ore in autobus fino al delta del Mekong. Conosciuto come la "Rice Bowl of Vietnam", il fertile delta è famoso per la sua raccolta di frutta tropicale, fiori e riso, nonché per la vista sui canali. Quando arrivi nella regione, sali in sella alla tua bici per la prima giornata intera di ciclismo. Pedala lungo tranquille strade secondarie, supera fattorie e villaggi e fai una sosta per il pranzo. Potrai anche visitare frutteti e alcune industrie artigianali locali. Oggi pedalerai per circa 45 chilometri in totale. Verso il tramonto, risali uno dei canali in barca e raggiungi la tua famiglia. Soggiorna con una famiglia per la notte e goditi un meraviglioso pasto a base di specialità locali. Note: Nella tua famiglia, dormirai su semplici lettini da campo in una sistemazione in stile dormitorio. Condividerai servizi igienici e bagni solo con acqua fredda. Verranno fornite lenzuola e zanzariere. Distanza di percorrenza: ca. 45 km/28 miglia, pianeggiante con ca. 70 m/230 piedi di dislivello. Struttura ricettiva Famiglia (1 notte) Pasti inclusi Colazione Il pranzo Cena

Giorno 3. CHAU DOC

La giornata inizia presto in barca, dove poi, una volta arrivato, prenderai un autobus che ti porterà sino al fiume Sadek, dove inizierai la pedalata di oggi (circa 48 km) attraverso i vivaci insediamenti lungo il fiume. Qui vedrai più vita locale che dipende da questo fiume vitale e bellissimo, incluso il pranzo in una comunità locale. Proseguirai nuovamente in bicicletta (circa 27 km) e poi prenderai un traghetto e un autobus per Chau Doc, che si trova proprio accanto al confine cambogiano. Parti alla ricerca dei famosi noodles caldi e della birra fredda della città, quindi pernotta nel tuo hotel. Distanza di percorrenza: ca. 75 km/47 miglia, pianeggiante con ca. 120 m/395 piedi di dislivello. Struttura ricettiva Hotel (1 notte) Pasti inclusi Colazione

Giorno 4. ARRIVO IN CAMBOGIA

Pedala verso la tua ultima destinazione in Vietnam, la città di confine di Tinh Bien (circa 32 chilometri) e fermati per il pranzo. Quindi espleterai le formalità per il visto e attraverserai Phnom Den, in Cambogia. Incontra il tuo nuovo team di supporto e sali di nuovo in bicicletta per raggiungere Phnom Penh (circa 33 chilometri). Pedalerai per un po' lungo strade polverose e sconnesse, quindi lungo un'autostrada asfaltata che porta alla capitale della Cambogia. Una volta arrivato, avrai una serata libera per goderti il tuo primo delizioso pasto cambogiano per il viaggio. Phnom Penh sta rapidamente diventando una destinazione popolare tra i buongustai, quindi fai il pieno di frutti di mare alla griglia, curry di pesce e insalata di mango verde. Distanza di guida: Giro 1 - Giro di Tinh Bien – ca. 32 km/20 miglia, prevalentemente pianeggiante con ca. 115 m/380 piedi di dislivello. Corsa 2 – Corsa al confine cambogiano – ca. 33 km/20 miglia, pianeggiante con ca. 30 m/100 piedi di dislivello. Struttura ricettiva Hotel (1 notte) Pasti inclusi Colazione

Giorno 5. PHNOM PENH

Trascorri la giornata godendoti un piacevole giro intorno all'isola del Mekong. Visita gli artigiani locali che vendono sete di qualità e pedala tra templi e pagode. Fermati per un drink rinfrescante in una bancarella di cibo lungo la strada. Distanza di percorrenza: ca. 27 km/17 miglia, pianeggiante con ca. 35 m/115 piedi di dislivello. Struttura ricettiva Hotel (1 notte) Pasti inclusi Colazione

Giorno 6. PHNOM PENH

Oggi affronterai il tragico passato della Cambogia con visite a diversi siti storici. La prima tappa è il Museo del

genocidio di Tuol Sleng, un'ex scuola che fungeva da centro di tortura dei Khmer rossi. Farai una visita guidata al museo dove un tempo furono incarcerate e torturate oltre 20.000 persone. Successivamente visiterai il Choeung Ek Memorial, dove uno stupa composto da circa 8.000 teschi umani segna il sito dei famigerati Killing Fields. Qui sono stati giustiziati i prigionieri di Tuol Sleng e quasi 9.000 cadaveri sono stati riesumati dalla zona. Infine, scopri un periodo più luminoso della storia cambogiana con una visita al Palazzo Reale e alla Pagoda d'argento. Distanza di percorrenza: nessuna Struttura ricettiva Hotel (1 notte) Attività incluse Phnom Penh - Museo del genocidio di Tuol Sleng (S21) e Choeung Ek Phnom Penh - Palazzo Reale e Pagoda d'argento Pasti inclusi Colazione

Giorno 7. VIAGGIO PER SIEM REAP

Accomodate per una lunga giornata di guida mentre viaggiamo verso Siem Reap. Il viaggio in autobus durerà circa sette ore, ma sarà pieno di splendide viste rurali di piccole città e ti darà anche la possibilità di recuperare un po' di calma. Struttura ricettiva Hotel (1 notte) Pasti inclusi Colazione

Giorno 8. SIEM REAP

Il nome Angkor cattura sempre l'immaginazione, evocando immagini di templi svettanti ambientati nella giungla profonda nascosti al mondo per generazioni, e semplicemente non c'è modo migliore per sperimentare il fascino del leggendario complesso di templi di Angkor della Cambogia che in bicicletta. Più veloce che camminare ma in grado di andare in luoghi che i grandi autobus turistici semplicemente non possono andare, pedalare al tuo ritmo lungo stradine tranquille e appartate e sentieri nella giungla ti dà la sensazione di essere la prima persona a scoprire Angkor mentre visiti molti tempietti nascosti alla vista di tutti i giorni. Questo non vuol dire che ti perdi le icone, con le visite ad Angkor Wat, il più grande tempio buddista del mondo, così come le visite guidate all'iconico "Tomb Raider" preferito dalla giungla, Ta Prohm, e all'assoluta maestà di Angkor Tutti inclusi. Vedere questo magnifico patrimonio mondiale dell'UNESCO in un modo così rispettoso dell'ambiente, senza inquinamento o stress per l'ambiente, aiuta anche a preservare questa magnifica icona per le generazioni future. Distanza di percorrenza: ca. 29 km/18 miglia, pianeggiante con ca. 65 m/215 piedi di dislivello. Struttura ricettiva Hotel (1 notte) Attività incluse Siem Reap - Angkor Pass di tre giorni Angkor - Tour in bicicletta del tempio di un'intera giornata Pasti inclusi Colazione

Giorno 9. TEMPIO DI BANTEAY SREI

Oggi percorrerai circa 70 chilometri in bicicletta durante la tua visita a Banteay Srei, il tempio del X secolo dedicato al dio indù, Shiva. Il tempio è stato riscoperto nel 1914 e presenta alcune delle incisioni più intricate del mondo. Fu restaurato poco dopo il ritrovamento utilizzando tecniche e materiali tradizionali. Distanza di percorrenza: ca. 70 km/43 miglia, leggera salita con ca. 220 m/720 piedi di dislivello. Struttura ricettiva Hotel (1 notte) Pasti inclusi Colazione

Giorno 10. DIREZIONE THAILANDIA

Parti da Siem Reap al mattino presto e dirigi verso il confine. La nostra traversata a Poipet/Aranyaprathet dovrebbe durare circa 4 ore, compreso il tempo di guida e di elaborazione. Dal confine ci trasferiamo alla diga di Tha Kabark. Possiamo fare una nuotata veloce e pranzare prima della nostra prossima tappa in bicicletta - a circa 40 km da Sa Kaew dove alloggeremo per la notte. Distanza di percorrenza: ca. 40 km/25 miglia, prevalentemente pianeggiante con ca. 155 m/510 piedi di dislivello. Struttura ricettiva Resort (1 notte) Pasti inclusi Colazione

Giorno 11. KABINBURI

Svegliati all'alba e raggiungi il mercato locale. Qui vedrai i monaci buddisti dei templi vicini che vengono a ricevere cibo dagli abitanti del villaggio in cambio di benedizioni. Forse offri ai monaci qualche elemosina prima di proseguire per la tua strada. Trascorri il resto della giornata pedalando lungo un terreno prevalentemente pianeggiante verso il piccolo distretto di Kabinburi. Passerai accanto alle piantagioni di alberi della gomma e di tapioca, nonché a lussureggianti risaie. Distanza di percorrenza: ca. 70 km/43 miglia, ondulato con ca. 300 m/985 piedi di dislivello. Struttura ricettiva Hotel (1 notte) Attività incluse Kabinburi - L'elemosina al mercato mattutino Pasti inclusi Colazione

Giorno 12. ARRIVO A BANGKOK

Raggiungi la diga di Khun Dan, la più grande diga della Thailandia, per il tuo ultimo giorno intero di ciclismo. Attraverserai piccoli villaggi, risaie, fattorie e negozi. Fermati per il pranzo lungo la strada, quindi goditi una veloce nuotata. Dopo aver pedalato per circa 50 chilometri, fai le valigie prima di trasferirti a Bangkok, la tua destinazione finale. Distanza di percorrenza: ca. 50 km, ondulato con piccola salita, ca. 400 m/1315 piedi di dislivello. Struttura ricettiva Hotel (1 notte) Pasti inclusi Colazione

Giorno 13. FINE DEL TOUR

Termine del Tour. Se hai ancora tempo, prima di recarti in aeroporto, dedicati ad una visita veloce della città.