

Tailandia, Laos y Camboya



Pedaleando por el Mekong y el antiguo reino Khemer

Viaje en grupo de 19 días con guía en español 2011

Para la gente que vive en Tailandia, Laos y Camboya, el Mekong no solo es fuente de alimento, sino también una frontera natural y un medio de transporte. Nosotros proponemos un viaje en bicicleta recorriendo una parte de este río de norte a sur; un itinerario sin casi desniveles y pasando por las poblaciones mas importantes para avituallarnos. ...



Ruta del mekong

Para la gente que vive en Tailandia, Laos y Camboya, el Mekong no solo es fuente de alimento, sino también una frontera natural y un medio de transporte. Nosotros proponemos un viaje en bicicleta recorriendo una parte del Mekong de norte a sur

Kroche (Kratie)

En Kratie el Mekong alcanza los 7 km. de anchura. Es el refugio de los legendarios delfines de agua dulce. Solo quedan unas 60 parejas.

Siem Reap- Templos de Angkor

Los templos de Angkor son una de las grandes maravillas del mundo, comparables a las pirámides de Egipto

DIAS	ITINERARIO	COMIDAS	ALOJAMIENTOS
1	Vuelo ciudad de origen - Bangkok	-	-
2	Llegada a Bangkok	-	Hotel
3	Bangkok - Ubon Ratchathani	D	Hotel
4	Ubon Ratchathani - Khong Jiam (Mekong sunrise)	D	Hotel
5	Khong Jiam - Pakse	D	Hotel
6	Pakse - Champasak	D - C	Hotel
7	Champasak - Wat Phou - Champasak	D - C	Hotel
8	Champasak - Muang Khong (4.000 islas)	D - C	Hotel
9	4000 islas (Opcional Cascadas Tad Khon y delfines)	D - C	Hotel
10	4000 islas - Frontera Camboyana - Stung Treng	D - A - C	Hotel
11	Stung Treng - Kratie	D - A - C	Hotel
12	Kratie	D	Hotel
13	Kratie - Kompong Cham	D - A - C	Hotel
14	Kompong Cham - Sambor Prey Kuk - Kompong Thom	D - A - C	Hotel
15	Kompong Thom - Siem Reap	D	Hotel
16	Templos de Angkor	D	Hotel
17	Templos de Angkor	D	Hotel
18	Siem Reap - Vuelo de regreso a ciudad de origen	D	-
19	Llegada a ciudad de origen	-	-

Comidas: D: Desayuno / A: Almuerzo / C: Cena

ITINERARIO DETALLADO:

DIA: 1 - Vuelo ciudad de origen - Bangkok

Presentación en el aeropuerto a la hora acordada y embarque en vuelo con destino Bangkok (conexiones intermedias). Noche a bordo.

DIA: 2 - Llegada a Bangkok

Llegada a Bangkok, traslado al hotel y tiempo libre.

Bangkok es una de las ciudades mas cosmopolitas de Asia, llena de contrastes y con más de 10 millones de personas. La ciudad es una mezcla curiosa de templos, palacios y centros comerciales. Alojamiento en hotel.



DIA: 3 - Bangkok - Ubon Ratchathani

Evitamos la salida en bicicleta de la gran metrópolis y su periferia y nos trasladamos con nuestro mini-bus al que será nuestro primer destino, Ubon Ratchathani. Esta ciudad, la más al este de Thailandia, es donde se concentran mas cantidad de templos de todo el país, además de un gran número de comunidades de diferentes países, como Vietnam, Laos, Camboya, Japón y EUA, haciendo de esta

pequeña ciudad un lugar muy interesante.
Alojamiento en hotel.
(600km minibus)

DIA: 4 - Ubon Ratchathani - Khong Jiam (Mekong sunrise)

Después del desayuno nos desplazaremos con nuestro minibus hasta las puertas de Kham Kuan Kaeo, donde comenzaremos a pedalear hasta Khong Jiam, en la confluencia del Mekong y el Río Mun, llamado por los tailandeses "Mae Nam Song Si" (El río de los dos colores). Alojamiento en hotel en Khong Jiam.

(45 km minibus)

Distancia en bicicleta: 15km(opcional)

Desnivel: +/-15



DIA: 5 - Khong Jiam -Frontera con Laos - Pakse

Tras desayunar frente al Mekong y siendo los primeros en ver la salida del sol en toda Tailandia, nos ponemos de nuevo en camino hasta la frontera con Laos a una hora de minibus. Una vez tramitados los visados, nos pondremos en marcha con nuestras bicicletas hasta la colonial ciudad de Pakse, cruzando el Mekong por el único puente de esta parte del sur de Laos. Alojamiento en hotel.

(26 km minibus)

Distancia en bicicleta: 40km

Desnivel: +/-15



DIA: 6 - Pakse - Champasak

Esta es nuestra segunda jornada en Laos y donde a buen seguro el !hello falang! (hola extranjero) nos acompañara buena parte del recorrido. La carretera cruza pueblos donde no nos será difícil conseguir algún refresco para reponer fuerzas. Al final cruzaremos otra vez el Mekong, pero esta vez en barcazas improvisadas de madera. Alojamiento en hotel local en Champasak.

Distancia en bicicleta: 40km

Desnivel: +/-15



DIA: 7 - Champasak - Wat Phou - Champasak

Por la mañana cogeremos las bicicletas para dirigirnos a Wat Phou, situado a 10 km de Champasak. La zona arqueológica de What Phou (literalmente Templo de la Montaña) fue fundada en el siglo V o VI, por tanto significa que es anterior a Angkor Wat. El templo es una de las obras maestras de la arquitectura khmer situado en un paisaje espectacular, declarado Patrimonio de la Humanidad. Visita del templo y de algunas construcciones de los alrededores. Regreso por el mismo camino. Alojamiento en hotel.

Distancia en bicicleta: 20km

Desnivel: +/-15

DIA: 8 - Champasak - Muang Khong (4.000 islas)

Desayuno y continuamos pedaleando y siguiendo las aguas del río Mekong a través de la famosa ruta 13. Esta vez iremos cruzando pequeñas poblaciones donde casi no para nadie, para avituallarnos, relacionarnos con los laosianos y tomar el pulso a esta importante vía de comunicación entre Laos y Camboya. Alojamiento en hotel.

(75 km minibus- 45 min.)

Distancia en bicicleta: 40km

Desnivel: +/-50



DIA: 9 - 4000 islas (Opcional Cascadas Tad Khon y delfines)

Desayuno y día libre.

Opcionalmente recomendamos las excursiones para descubrir la región y las islas de Done Det y Done Khone. Así como la visita de las islas y el antiguo ferrocarril del siglo XIX, además se pueden visitar las cascadas Lippi, impresionante frontera natural que divide Laos con Camboya. Alojamiento en hotel.



DIA: 10 - 4000 islas - Frontera Camboyana - Stung Treng

Por la mañana y tras el desayuno nos dirigiremos a la frontera para cruzar a tierras Camboyanas. Entramos en el país Khmer por una de las zonas mas salvajes, despobladas y siguiendo la Ruta 7. Nuestro destino, la ciudad de Stung Treng, siempre a orillas del Mekong. Alojamiento en hotel.

(40 km minibus -25 min)

Distancia en bicicleta: 40km

Desnivel: +/-15



DIA: 11 - Stung Treng - Kratie

Seguimos hacia el sur, siguiendo el Mekong. Estas jornadas son largas en kilómetros por lo que utilizaremos un poco más el minibus, la razón es que las distancias entre ciudades son grandes y entre medio, solo kilómetros de selva, que de momento se han salvado de las empresas madereras. Por la tarde llegamos a Kratie, una de las ciudades mas bellas de Camboya. Alojamiento en hotel.

100km bus

Distancia en bicicleta: 40km

Desnivel: +/-15

DIA: 12 - Kratie

Día de descanso en Kratie para conocer esta ciudad ya apreciada por los oficiales coloniales franceses destacados en Indochina. En Kratie es posible ver grupos de delfines Irrawaddy, además de visitar el mercado y algunos templos. Alojamiento en hotel.
Distancia en bicicleta: opcional



tarde regresaremos a Kompong Thom en minibus. Alojamiento en hotel.
(150 km - 3 horas)
Distancia en bicicleta: opcional
Desnivel: +/-15

DIA: 13 - Kratie - Kompong Cham

Tras el desayuno nos pondremos en marcha y nada mejor que pedaleando hacia Kompong Cham. Recientemente se ha asfaltado la carretera que une las dos poblaciones. Esta carretera cruza por poblados Cham, camboyanos de religión musulmana y que solo se encuentran en esta parte de Camboya. Alojamiento en hotel
(85 km minibus -1:30 horas)
Distancia en bicicleta: 40km
Desnivel: +/-15



DIA: 14 - Kompong Cham - Sambor Prey Kuk - Kompong Thom

Iniciamos el día con un transfer en minibus hacia Kompong Thom para visitar los templos pre-ankorianos de la zona de Sambor Prei Kuk, con la posibilidad de visitar los templos en bici. Por la

DIA: 15 - Kompong Thom - Siem Reap

Desayuno y salida en minibus hacia Siem Reap. Llegada, alojamiento y tiempo libre.
(150 km minibus - 2,30 horas)

DIA: 16 - Templos de Angkor

Día de visita de los templos de Angkor en bicicleta. La capital de los khmers, fue fundada en el año 900 cerca del Gran Lago (el Tonle Sap). Fue saqueada por los Sham de Annam en el año 1177 y posteriormente fue reconstruida y protegida por altas murallas y fosos. Esta ciudad santuario (la mayor de Indochina) tenía, en su época de esplendor, 80 kilómetros cuadrados en los que había mas de 600 templos. Alojamiento en hotel.
Distancia en bicicleta: Entre 20 y 30km
Desnivel: +/-15



DIA: 17 - Templos de Angkor

Repetimos visita en Angkor para descubrir otros templos y otra área no visitada el día anterior. Alojamiento en hotel. Distancia en bicicleta: 20km Desnivel: +/-15



DIA: 18 - Siem Reap - Vuelo de regreso a ciudad de origen

Desayuno y a la hora acordada traslado al aeropuerto y vuelo de regreso a ciudad de origen. Noche a bordo.

DIA: 19 - Llegada a ciudad de origen

Llegada a ciudad de origen y fin servicios.

FICHA TÉCNICA ITINERARIO:

Dificultades: Fácil, no hay desniveles importantes, pero hay que tener en cuenta el calor y la humedad en esta parte de Asia.

Temperaturas: Las temperaturas son de entre 25/30grados o más, durante todo el recorrido.

Desnivel total acumulado: +/- 200m

Estado de la carretera: Asfalto en un 90% y en algunos casos con agujeros en la carretera. Alguna pista forestal aunque no es la tónica general. El trazado del recorrido dependerá del estado de las carreteras en el momento de iniciar el viaje.

Tráfico: Poco o muy poco tráfico durante las etapas de ciclismo. Con alguna excepción.

Máximo día de km: 40-50

FECHA DE SALIDA

5 junio, 9 julio, 7 agosto, 10 septiembre, 6 octubre, 5 noviembre 2011

GRUPO MÍNIMO: 6

PRECIO POR PERSONA

	Precio Base	Reserva últimos 60 días
EN BASE A GRUPO DE 10 A 12 PERSONAS	2.940 €	3.150 €
EN BASE A GRUPO DE 8 A 9 PERSONAS	3.250 €	3.470 €
EN BASE A GRUPO DE 6 A 7 PERSONAS	3.370 €	3.590 €
SUPL. HABITACIÓN INDIVIDUAL	480 €	480 €
SUPL. SALIDAS DE OCTUBRE Y NOVIEMBRE 2011	100 €	100 €
TASAS AÉREAS (aprox.)	290 €	290 €

COMPARTIR HABITACION

Los precios publicados corresponden al alojamiento en habitaciones dobles.

Puede disponerse de una habitación individual mediante el pago de un suplemento.

En caso de viajar solo y desear compartir habitación con otra/s persona/s, puede solicitarse la reserva como "habitación a compartir". Si hay otros participantes del mismo sexo que también lo hayan solicitado la agencia les facilitará la acomodación compartida, ya sea en habitación doble o en triple. En caso contrario deberá abonarse el suplemento de habitación individual.

Habitación triple: No muchos establecimientos hoteleros disponen de habitaciones triples. La mayoría facilitan una habitación doble a la que se añade una cama suplementaria, quedando el espacio libre y el confort, considerablemente limitados. Conviene tener este aspecto claro antes de solicitar la reserva de una habitación de esa capacidad (caso de que viajen tres personas juntas) o de solicitar la inscripción en la modalidad de "habitación a compartir".

SERVICIOS INCLUIDOS:

- Vuelo ciudad de origen - Bangkok y Siem Reap regreso a ciudad de origen (conexiones intermedias), en clase turista, con tarifa restringida en cuanto a cambios y cancelaciones
- Todos los traslados aeropuertos - hoteles y viceversa.
- Minibus o furgoneta con remolque para las bicicletas para todos los trayectos indicados en el programa.
- Bicicleta de ruta para todo el itinerario
- Hoteles turista en habitaciones dobles/baño y aire acondicionado en Bangkok y en Siem Reap. El resto de poblaciones la mejor opción de hotel local (ver nota alojamientos).
- Guía acompañante de habla hispana durante toda la ruta, experto en viajes en bicicleta
- Régimen de comidas según cuadro itinerario
- Seguro de asistencia en viaje.
- Tasas aéreas incluidas en el billete
- Traslados según itinerario
- Visitas y excursiones indicadas en el itinerario como incluidas

SERVICIOS NO INCLUIDOS:

- Bebidas y comidas no indicadas como incluidas
- Cualquier otro concepto no mencionado en el apartado de servicios incluidos
- Propinas y extras personales
- Visitas y excursiones no mencionadas como incluidas en el itinerario
- Visados de Laos y Camboya (pago directo a la llegada a la frontera)

DOCUMENTACIÓN

Pasaporte en vigor con una validez mínima de 6 meses a partir de la fecha de finalización del viaje.

Visado de entrada a Laos: Se tramita a la llegada a la frontera en Vang Tao. Son necesarias dos fotografías tamaño carné y el pago de 35 dólares.

Visado de entrada a Camboya: Se tramita a la llegada a la Dom Kralor. Son necesarias dos fotografías y el pago de 20 dólares Usd.

Ciudadanos con pasaporte español: Es responsabilidad del viajero confirmar esta información con la facilitada por el Ministerio de Asuntos Exteriores en su página web http://www.maec.es/es/MenuPpal/Paises/Paginas/informacion_representaciones.aspx

Ciudadanos con pasaporte de otra nacionalidad (no español): Contactar con los respectivos Consulados y/o Embajadas para conocer las formalidades de entrada que exigen los países visitados en el viaje.



Para obtener información sobre la situación social y política del país, Viatges Tuareg se remite a los avisos y recomendaciones facilitados por el Ministerio de Asuntos Exteriores en su página web <http://www.maec.es/es/MenuPpal/Consulares/RecomendacionesDeViaje/Paginas/vacia.aspx>. También puede obtenerse esta información en el teléfono 91 37916 28

SANIDAD

No hay ninguna vacuna obligatoria aunque se recomienda la antitetánica, el tratamiento preventivo contra la malaria, encefalitis japonesa y hepatitis A y B.

Viatges Tuareg puede informar únicamente sobre los requisitos sanitarios obligatorios exigidos por el país de destino, y añadir alguna recomendación en base a experiencias propias.

Las recomendaciones sanitarias y profilaxis deben de consultarse con un profesional médico, o dirigirse a los avisos de los organismos sanitarios oficiales

La información oficial sobre precauciones sanitarias y vacunas puede encontrarse en la web del Ministerio de Sanidad y Consumo: <http://www.msc.es/profesionales/saludPublica/sanidadExterior/salud/home.htm>

Otra alternativa son los departamentos de sanidad exterior o medicina tropical de los centros médicos de cada comunidad.

La Generalitat de Catalunya pone a disposición del viajero el teléfono de Sanitat Respon 902 111 444, y la página web <http://www.gencat.cat/salut/depsalut/html/ca/vacances/index.html> donde encontrar información de los diferentes centros de vacunación y consulta.

Esta información se facilita con anterioridad a la contratación del viaje, y es responsabilidad del viajero la planificación de las consultas médicas y vacunaciones (si fueran necesarias) que le permitan estar al corriente de los requisitos sanitarios de entrada al país de destino.

DIFICULTAD/ CONDICIONES DE VIAJE

No se requiere ningún nivel técnico especial, pero si estar en buena forma física. Hay que tener en cuenta el calor y humedad que hay en estos países durante todo el año. Las carreteras están asfaltadas en un 90% del trayecto y el tráfico dependerá de cada carretera. Las carreteras elegidas en nuestro recorrido son poco transitadas en general, con alguna excepción.

Durante todo el trayecto dispondremos de un vehículo de apoyo con remolque para bicicletas y plazas sentadas, siendo opcional el ciclar o no en cada jornada. Hemos marcado 40-50km como máximo diarios, aunque todo dependerá del estado físico del grupo.

EQUIPAJE RECOMENDADO PARA LA BICICLETA

Durante el trayecto en bicicleta, recomendamos llevar una pequeña mochila en la espalda para transportar nuestros objetos personales, además del protector solar y casco. Recomendamos "culotte", maillot o similar, de tejido transpirable de secado rápido, gafas de sol y guantes.

El resto de equipaje lo llevará nuestro equipo de soporte y estará disponible cada noche en el alojamiento.

CONCURSO DE FOTOGRAFIA Y DE VIDEO

La mayoría de las imágenes del catálogo y de los dossier de viaje son vuestras fotografías. Nos enseñan el mundo a través de la mirada del viajero, y por eso cada una de ellas es única.

La participación está abierta a todas las personas que hayan contratado un viaje combinado con Viajes Tuareg, y las imágenes presentadas (tres fotografías o un vídeo de una duración máxima de 5 minutos) deben de haber sido obtenidas durante ese viaje. Condiciones de participación en:

http://www.tuaregviatges.es/fotografiaconcurso/concursofotografia_bases.html

Este dossier constituye una oferta de viaje genérica que debe de considerarse como provisional por la antelación a la fecha de salida con la que se publica. En el contrato de viaje que se entrega al efectuar el pago final se detallan los servicios contratados definitivamente

Las condiciones generales que rigen el viaje se encuentran en el Catálogo Publicitario de Viatges Tuareg y en la página web www.tuareg.com
