

# THAILANDIA

## RELAX E BENESSERE

### Durata

7 notti

### Periodo

Giugno | Dicembre 2022



DO  
Destinazione Oriente

#doorientediverfente  
www.destinazioneoriente.it

## Mood di Viaggio

Trova la tua ispirazione di viaggio con i nostri **MOOD**; un modo di rappresentare le caratteristiche e la filosofia di ciascun itinerario identificando anche i tuoi desideri di viaggiatore.



## Il tour

Un tour di **gruppo condiviso** ideato per i viaggiatori che desiderano vivere un'esperienza di viaggio unica senza rinunciare al benessere e al relax. L'itinerario prevede infatti le visite guidate delle due città più conosciute ed amate della Thailandia: **Bangkok**, e **Chiang Mai** ma anche una rilassante chiusura del viaggio a **Chiang Dao**.

Escursioni facoltative ed estensioni addizionali con supplemento.

## Costi a Persona

dal 09.06.22 al 01.12.22

da **1600** doppia

da **2000** singola

## Itinerario

Cod. 02t-S

### 1° giorno BANGKOK | Arrivo

Benvenuti a **Bangkok**, la quintessenza della metropoli orientale e la capitale più vivace del Sudest asiatico. Conosciuta in thailandese come *la città degli angeli*, Bangkok è una città di storia e spiritualità decisamente coinvolgenti, dove ci si può aspettare antichi templi thailandesi che sorgono magnificamente dalle rive del fiume, palazzi colorati che brillano maestosi alla luce del sole e un fiume serpeggiante che si snoda audacemente nel cuore della città. Preparatevi ad essere lasciati incantati da questa meraviglia di metropoli! Arrivati all'aeroporto internazionale di Suvarnabhumi sarete accolti dal vostro autista e dalla guida locale e vi recherete in auto al vostro hotel a Bangkok, con camera a disposizione a partire dalle ore 14.00 circa. Pranzo libero. Nel corso della giornata incontrerete la vostra guida in albergo per un briefing di benvenuto. La sera conoscerete i vostri compagni di viaggio durante una deliziosa **cena** conoscitiva in hotel. **Pernottamento** in hotel a Bangkok.

### 2° giorno BANGKOK - Visita città

**Prima colazione** in hotel. Inizierete il tour prendendo una barca che percorre il **fiume Chao Praya** fino molo di Tha Tien, dove si visita il Wat Pho. Il Wat Pho ospita più di mille immagini di Buddha, oltre a una delle più grandi statue di Buddha, il Buddha reclinato. Questo importante tempio è anche rinomato per essere la **prima scuola di massaggio** in Thailandia. Dopo aver esplorato l'area del tempio, sarà il momento ideale per concedersi un bel massaggio a Wat Pho. Dopo questo momento di relax continuerete ad esplorare la città a piedi. Camminerete attraverso il centro storico di Bangkok verso l'impressionante **Wat Suthat** con l'iconica Altalena Gigante che torreggia davanti al suo cancello d'ingresso. Dopo una breve visita continuerete a camminare attraverso una strada fiancheggiata da negozi che vendono tutti i tipi di oggetti religiosi: da piccole case degli spiriti a statue di Buddha a grandezza naturale. Arriverete infine a uno dei principali punti culinari di Bangkok, il **Raan Jay Fai**, dove vi verrà servito un delizioso **pranzo incluso**. Questo modesto ristorante locale è diventato una specie di istituzione dopo aver ricevuto una stella Michelin ed essere stato presentato in varie docu-serie culinarie. Avrete la possibilità di assaggiare l'omelette di granchio di Jay Fai, famosa in tutto il mondo, prima di tornare in hotel. Nel tardo

>

## **Dettagli**

Partenze di **gruppo periodiche** e garantite con **minimo 4 persone**. Un tour focalizzato nel Nord della Thailandia con un alternarsi di escursioni culturali e relax. Personalizzabile con escursioni facoltative e notti aggiuntive a fine tour.

## **Date**

### di inizio tour da Bangkok

09 Giugno  
14 Luglio  
11 Agosto  
15 Settembre  
01 Dicembre

Date 2023 su richiesta.

## **Hotel**

### ipotizzati o similari

- **BANGKOK**  
The Raweekanlaya Bangkok Wellness Cuisine Resort
- **Pernottamento in Treno**  
Notturmo Bangkok – Chiang Mai
- **CHIANG MAI**  
The Rim Resort Chiang Mai
- **CHIANG DAO**  
Azalea Village Resort



### **CHECK-IN**

dalle ore 14.00 circa

### **CHECK-OUT**

entro le ore 10.00 circa

pomeriggio lascerete l'hotel per scoprire i **canali di Bangkok**, o Khlongs in thailandese, un must quando si esplora quella che una volta era chiamata la "Venezia dell'Est". Un giro in barca sui khlongs a **Thonburi**, l'ex capitale della Thailandia, svelerà un altro dei tanti volti di Bangkok. Dopo essere sbarcati e aver camminato per le piccole strade del quartiere di Talat Noi, finirete in un vecchio ed eccentrico pontile che è stato trasformato in un locale alla moda dove potrete **gustare un cocktail rinfrescante** mentre vi affacciate sul fiume e il sole inizia lentamente a calare. Un'ultima breve passeggiata vi porterà a un **ristorante sul tetto** che si affaccia sul fiume, un luogo perfetto per godersi la calda brezza serale mentre si gusta la **cena. Pernottamento** in hotel a Bangkok.

#### Note tecniche:

- Per la visita ai templi sarà necessario coprire spalle e ginocchia
- Il pranzo presso Jay Fai non può essere prenotato; potrebbero quindi esserci tempi di attesa.

### 3° giorno **BANGKOK** - Visita città

**Prima colazione** in hotel. Dopo la colazione, la vostra guida vi porterà al più grande parco pubblico della capitale, il **Parco Lumpini**. Questa oasi urbana attira centinaia di persone che vengono a fare esercizio fisico o semplicemente a godersi il verde ed è un ottimo modo per immergersi nell'atmosfera locale. Continuerete poi verso un lato inaspettato e rigenerante di Bangkok. Dal molo di Klong Toei attraverserete il fiume Chao Phraya per prendere la vostra **bicicletta** e visitare una penisola inaspettatamente verde che i locali hanno soprannominato il 'polmone verde' di Bangkok. Pedalando attraverso la campagna con i grattacieli sullo sfondo lontano, visiterete il giardino botanico del **parco Sri Nakhon Khuean Khan** e passerete attraverso i villaggi di **Bang Krachao**. Se state visitando Nel fine settimana è possibile visitare anche l'affascinante e autentico mercato galleggiante di Talad Nam Pueng. Il vostro tour in bicicletta vi condurrà infine al molo per prendere la vostra **longtail boat** per tornare sulla "terraferma" Bangkok, dopo un meritato **pranzo locale**. Pomeriggio libero a disposizione. Possibilità di organizzare escursioni facoltative con supplemento. Cena libera. **Pernottamento** in hotel a Bangkok.

#### Note tecniche:

- Distanza e durata della pedalata: 3 ore - da 10 a 12 chilometri, compresa la visita della città.
- Livello di difficoltà 0: accessibile a tutti.
- Dislivello netto: terreno piatto - nessuna elevazione

### 4° giorno **BANGKOK** | treno notturno per **CHIANG MAI**

**Prima colazione** in hotel. Mattinata libera per vivere la città in autonomia o di partecipare ad escursioni facoltative con supplemento. Alle 12:00 incontrerete la vostra guida per un **pranzo** completo prima di proseguire verso il mercato di Chatuchak. Il **mercato di Chatuchak** è uno dei più grandi mercati di tutto il paese e si svolge solo durante il fine settimana. È un enorme labirinto di piccoli vicoli e negozi dove si può letteralmente trovare quasi tutto. È un ottimo posto per fare un po' di shopping di souvenir prima di lasciare Bangkok e dirigersi a nord con il treno notturno. Dopo la visita al mercato la vostra guida vi porterà alla **stazione ferroviaria** dove salirete sul treno notturno per Chiang Mai. Una **cena al sacco** sarà servita a bordo. **Pernottamento** in treno in cuccetta di 2a classe con aria condizionata.

## 5° giorno CHIANG MAI

Arrivo in treno a Chiang Mai la mattina presto. Con un'antica città murata fiancheggiata da alberi verdi, vicoli tortuosi, abitanti gentili e una cucina spettacolare, **Chiang Mai** può essere considerata la città più affascinante della Thailandia. Il centro culturale più importante della Thailandia settentrionale offre un'enorme varietà di templi antichi, da strutture colorate che brillano alla luce del sole a bellezze più sobrie che esibiscono i toni terrosi del mattone e del legno. Chiang Mai è anche la porta d'accesso alle montagne del nord per una natura lussureggiante e villaggi culturalmente intriganti. Dopo esservi rinfrescati e aver fatto una **colazione** in hotel, inizierete a esplorare Chiang Mai. Siete invitati a visitare la **Stupa d'oro luminoso di Wat Suan Dok**. Anche se fondato nel 1370, il Wat Suan Dok ha visto diverse ristrutturazioni nel corso dei secoli e rimane una delle strutture religiose meglio mantenute di Chiang Mai. Il nome si traduce in "il tempio del giardino fiorito". Durante questa visita incontrerete un monaco buddista che vi darà un'introduzione all'arte della meditazione; avrete anche il tempo di sedervi e imparare da un vero praticante il buddismo in generale e la cultura buddista. Dopo un momento di calma spirituale avrete un semplice, ma delizioso **pranzo vegetariano** in un piccolo ristorante locale che si trova sul terreno del tempio. Godetevi un po' di tempo per rilassarvi fino al tardo pomeriggio, quando uscirete per esplorare la bellissima città di Chiang Mai con i **mezzi di trasporto locali**. Potrete vedere alcune delle attrazioni più famose e iconiche all'interno delle vecchie mura della città come il **Wat Phra Singh** e il **Monumento dei Tre Re**, così come uno dei mercati più vivaci di Chiang Mai, il **mercato Warorot**, dove farete una breve passeggiata per immergervi nell'atmosfera. Terminerete la serata con una **cena appetitosa in un ristorante** dove verrà servito autentico cibo del nord in un'antica dimora ristrutturata. **Pernottamento** in hotel a Chiang Mai.

### Note tecniche:

- Il ristorante locale vegetariano al tempio può talvolta essere chiuso senza preavviso, in tal caso il pasto sarà sostituito da un normale pranzo locale.
- Per la sera il modo di trasporto è un e-tuktuk per piccoli gruppi, o un songthaew in caso di gruppi più grandi.

## 6° giorno CHIANG MAI

Oggi inizierete la giornata di mattina presto vivendo un'esperienza unica, la **cerimonia Tak Bat**. In un mercato locale, a 10 minuti dal centro di Chiang Mai, gli abitanti si danno da fare tra le bancarelle, comprando offerte per i monaci. Tak Bat è una pratica religiosa di profonda generosità e una fonte di meriti religiosi per i fedeli buddisti. Questo rito, praticato al mattino dai buddisti con fervore, concentrazione e serietà, costituisce probabilmente il legame più stretto tra i laici e i monaci. In cambio del cibo dato loro, i monaci benedicono i fedeli. Tornerete all'hotel per la vostra **colazione**. Preparatevi a immergervi nelle tradizioni locali mentre vi dirigete verso un **villaggio locale**, un esempio di sostenibilità e agricoltura sostenibile che offre una varietà di erbe e verdure coltivate in casa. I vostri padroni di casa vi accoglieranno nella loro comunità e vi mostreranno il loro stile di vita e le loro pratiche e tecniche. Prima del pranzo potrete godervi un **massaggio alle erbe** con impacchi fatti con erbe coltivate localmente. Anche il vostro pasto sarà a base di ingredienti di provenienza locale e verdure biologiche. Dopo questo **pranzo salutare** potrete selezionare le erbe e vedere come sono fatti i vari impacchi.

## + Incluso

• **06 PERNOTTAMENTI** negli hotel indicati o similari.

• **01 PERNOTTAMENTO** a bordo di un treno notturno in cuccetta di 2° classe

• **TRASFERIMENTI da/per** aeroporto in loco.

• **PASTI** come dettagliato da programma., bevande sempre escluse.

• **TRASPORTO** con veicoli a/c

• **GUIDE LOCALI parlanti italiano**, da riconfermare.

• **INGRESSI e VISITE** guidate come dettagliato da programma.

• **COPERTURA ASSICURATIVA** medico e bagaglio

• **COPERTURA da FERMO COVID**

## - Escluso

\***VOLI AEREI** da e per l'Italia

\***VISTO D'INGRESSO**, se richiesto

\***PASTI e BEVANDE** oltre quelli indicati

\* **ESCURSIONI FACOLTATIVE** prenotabili con supplemento

\***MANCE**

\***ASSICURAZIONI FACOLTATIVE** stipulabili con supplemento in fase di acquisto del viaggio

\***ADEGUAMENTI** comunicabili sino a 20 giorni ante partenza

\***EXTRA** di carattere personale e tutto quanto non indicato alla voce **INCLUSO**



## Documenti

Passaporto valido almeno 6 mesi data rientro con almeno 2 pagine libere. Visto d'ingresso soggetto a riconferma.

Protocollo Covid:  
[viaggiaesicuri.it/country/THA](http://viaggiaesicuri.it/country/THA)

Dopo aver salutato i vostri ospiti, farete **un giro sul secolare Doi Suthep**, una delle colline più alte e facilmente raggiungibile da Chiang Mai. Doi Suthep è anche uno dei templi spiritualmente più degni di nota della città. Sperimenta una benedizione privata unica e assisti al canto dei monaci: un'esperienza esotica e impressionante che offre molti spunti di riflessione. Cena libera e **pernottamento** in hotel a Chiang Mai.

### 7° giorno CHIANG MAI | CHIANG DAO

Dopo la **colazione** farete il check-out e vi dirigerete verso Chiang Dao. Sulla strada farete una sosta in una piantagione di tè dove sarete accolti da un esperto locale che vi spiegherà i diversi processi e metodi utilizzati per coltivare le giovani piante. Dopo di che, vi condurrà tra i cespugli dove sarete istruiti su come raccogliere le foglie di tè. Alla stazione di tostatura, vi sarà offerta una dimostrazione dell'arte di lavorare il tè a mano, dall'impastamento alla tostatura. Quando la tostatura è finita, godetevi una tazza di tè con un delizioso spuntino thailandese. Dopo un **pranzo al ristorante** continuerete il vostro viaggio verso **Chiang Dao**. Chiang Dao è una città pacifica ai piedi della più grande montagna calcarea della Thailandia, Doi Luang Chiang Dao. Il paesaggio è assolutamente bello, ed è il posto perfetto per prendersi del tempo per rilassarsi e riflettere sulle impressioni della settimana passata. Check-in in hotel. Quando il caldo del pomeriggio comincia a diminuire, trovate un bel posto sul terreno dell'hotel e godetevi una sessione di yoga energizzante in questi bellissimi dintorni. **Cena e pernottamento** in hotel a Chiang Dao.

### 8° giorno CHIANG DAO | CHIANG MAI | Partenza

**Prima colazione** in hotel. Operazioni di check-out con rilascio della camera entro le ore 10.00 circa. Trasferimento privato all'aeroporto di Chiang Mai in tempo utile per l'imbarco sul volo previsto per il rientro o per il proseguo del viaggio. **FINE dei SERVIZI.**

