

ANTEPRIMA PROGRAMMA RISERVATO



TOUR LAOS E CAMBOGIA

Due Paesi, un viaggio indimenticabile,
l'Asia più autentica ti aspetta.

11 giorni dal 21 novembre al 1 dicembre 2026



Per informazioni ed iscrizioni, ad esaurimento dei 21 posti disponibili inviare mail:
iscrizioni@cral-sanita-torino.it



388.735.39.13

WhatsApp

ANTEPRIMA PROGRAMMA RISERVATO

LAOS E CAMBOGIA, 11 GIORNI

Partenza speciale di gruppo esclusivo Go Asia con voli Vietnam Airlines da Milano:

21 NOVEMBRE

Vientiane – Vang Vieng - Luang Prabang – Siem Reap – Phnom Penh

*Viaggio alla scoperta delle località più significative di questi due affascinanti paesi uniti da un passato di dominazioni comuni e dallo scorrere del fiume Mekong che attraversa i loro territori influenzando profondamente la cultura e le attività delle popolazioni che vivono lungo le sue rive. L'itinerario comincia in Laos, paese ancora estraneo ai flussi del turismo di massa, dove il tempo sembra essersi fermato e si vive seguendo ritmi e tradizioni legate al passato. Dopo averne visitato la graziosa capitale **Vientiane**, situata lungo il corso del grande fiume, si prosegue per la località di **Vang Vieng**, incastonata tra spettacolari rilievi ed il fiume Nam Song. Si giunge poi nell'incantevole **Luang Prabang**, cittadina che ha saputo conservare maggiormente la spiritualità orientale, ricca di monumenti e templi, base ideale per esplorare i villaggi e le grotte lungo il corso del Mekong. Si vola in Cambogia per visitare l'imperdibile sito archeologico di **Angkor**, vera meraviglia d'oriente e la capitale cambogiana **Phnom Penh**.*

I TOP di questo itinerario:

- La capitale **Vientiane**, città ancora a misura d'uomo che offre suggestivi tramonti sul Mekong
- La cittadina di **Vang Vieng** incastonata in un **paesaggio di spettacolari rocce carsiche** che si elevano lungo il corso del fiume.
- L'incantevole **Luang Prabang**, con i suoi numerosi templi e luoghi sacri, il cui centro è stato dichiarato patrimonio Mondiale dell'umanità dall'UNESCO.
- **L'escursione in barca sul Mekong** per visitare le sacre grotte di **Pak Ou**
- Assistere al **Tak Bath** la **questua giornaliera dei 250 monaci** che ogni mattina fanno il giro della città di Luang Prabang per ricevere le offerte dai fedeli.
- **Angkor Wat** il monumento più armonioso di Angkor per stile, proporzioni e concezione, vera icona dell'area e divenuto simbolo nazionale.
- **Angkor Thom**, l'ultima delle capitali dell'impero Khmer, con il celebre tempio montagna del **Bayon**
- Il suggestivo tempio del **Ta Prohm**, solo parzialmente strappato alla foresta tropicale che lo aveva inghiottito, dove le antiche pietre emergono tra le radici di enormi alberi secolari
- Il tempio **Banteay Srei**, considerato un vero gioiello dell'arte khmer con i suoi bassorilievi in arenaria rosa
- Il grande lago **Tonle Sap** con i suoi villaggi galleggianti
- La capitale cambogiana **Phnom Penh** con il Palazzo Reale e la pagoda d'argento

ANTEPRIMA PROGRAMMA RISERVATO

PROGRAMMA DETTAGLIATO

1° giorno, 21 novembre

MILANO - HANOI (-/-/-)

Partenza da Milano con volo di linea Vietnam Airlines per Hanoi. Pasti e pernottamento a bordo.

2° giorno, 22 novembre

HANOI - VIENTIANE (-/-/D)

Arrivo ad Hanoi al mattino presto e proseguimento con volo di linea Vietnam Airlines per **Vientiane**, la “città del legno di sandalo”, che si sviluppa seguendo l’ansa del Fiume Mekong ed è capitale dal XIX secolo. Disbrigo delle formalità burocratiche, incontro con la guida locale e trasferimento in città. Pur essendo il centro più grande del Laos, Vientiane è abbastanza piccola e si visita con facilità: si comincia con il **Patuxai**, arco di trionfo per onorare coloro che hanno combattuto per l’indipendenza del Laos dalla Francia e si prosegue con il monastero di **Vat Sisaket**, con le mura interne punteggiate di nicchie che contengono più di 2000 immagini di Buddha, il tempio di **Vat Pra Keo**, in passato tempio reale oggi trasformato in museo e il grande stupa **Pha That Luang**, il più importante monumento del Laos, simbolo della religione buddista e della sovranità laotiana. Al termine sistemazione. **Cena in ristorante locale**. Rientro in hotel e pernottamento.

3° giorno, 23 novembre

VIENTIANE - VANG VIENG (B/L/D)

Prima colazione. Trasferimento alla stazione ferroviaria e partenza con **treno ad alta velocità** per **Vang Vieng** (circa 1 ora). Arrivo e **pranzo in ristorante locale**. La cittadina di Vang Vieng è posta su un’ansa del fiume Nam Song, incastonata in un bel paesaggio di spettacolari montagne calcaree, risaie e di rocce carsiche che si elevano lungo il corso del fiume. Partenza per il villaggio di **Ban Phathao**, piccolo villaggio **etnia Hmong** e punto di partenza per le visite del giorno. Lungo il tragitto si potranno ammirare le risaie incastonate tra le imponenti montagne calcaree che dominano il paesaggio. Si percorrono a piedi dei piccoli sentieri ombreggiati dalla vegetazione incontrando la popolazione locale dei vicini villaggi dedita alle attività quotidiane, fino ad arrivare alla **grotta di Tham Loup** ed a quella più piccola di **Tham Hoi**. Alcune delle numerose grotte dell’area erano utilizzate come rifugio all’inizio del XIX secolo durante l’invasione cinese. Al termine delle visite sistemazione in hotel. **Cena in hotel** e pernottamento.

4° giorno, 24 novembre

VANG VIENG - LUANG PRABANG (B/L/D)

Prima colazione. Trasferimento alla stazione ferroviaria e partenza con **treno ad alta velocità** per **Luang Prabang** (circa 1 ora). Arrivo e trasferimento al molo fluviale: partenza per risalire in **motobarca il corso del Mekong** attraversando quei suggestivi scenari che avevano già incantato gli esploratori dell’Ottocento: la selvaggia vegetazione che si apre per svelare il villaggio dove si distilla il fortissimo liquore nazionale, il **lao lao**, e gli orti rivieraschi strappati alle piene del fiume presso i quali da sempre vivono i villaggi delle tessitrici di filati di seta o degli artigiani che fabbricano la carta con la corteccia degli alberi. Quando il fiume si restringe e nude pareti di roccia incombono sulle acque, si approda per salire alle **sacre grotte di Pak Ou** che nel corso dei secoli la fede popolare ha colmato di migliaia di statue del Buddha. **Pranzo in ristorante locale presso le grotte**. Nel pomeriggio rientro in hotel a Luang Prabang con soste per visitare i villaggi di **Bang Xang Hay**, famoso per la produzione artigianale del tradizionale whisky di riso Lao-Lao ed il villaggio di **Ban Xang Khong**, noto per la produzione artigianale di seta e carta realizzata dalla corteccia del gelso. In serata **cena in ristorante locale**. Rientro in hotel e pernottamento.

5° giorno, 25 novembre

LUANG PRABANG (B/L/D)

Prima colazione. Al mattino escursione alle **cascate di Kuong Si** attraverso alcune delle località più suggestive che circondano Luang Prabang. Lungo il tragitto sosta per visitare alcuni villaggi. Arrivo alle cascate di Khuang Si e tempo a disposizione per un bagno in una delle piscine naturali o per fare una passeggiata lungo i sentieri nella foresta circostante. Rientro a Luang Prabang. **Pranzo in ristorante locale**. Nel pomeriggio **visita di Luang Prabang**: la città si trova in una posizione favorevole, circondata da montagne e racchiusa fra il Mekong e il fiume Khan. Le colline, la penisola che si insinua tra i due fiumi, i templi imponenti, la popolazione multietnica creano un insieme suggestivo e armonioso. Inizio delle visite della città e dei suoi templi: il **Wat Senè**, il tempio del **Vat Xieng Thong**, un vasto insieme di edifici sacri, uno dei gioielli dell’arte laotiana, il **Wat Vixoun** ed il tempio **Vat May**, costruito alla fine del XVIII secolo, residenza del Supremo Patriarca Sangkharat, con le sue decorazioni sulla facciata principale e le monumentali porte scolpite in legno. Prima della **cena in ristorante locale** tempo a disposizione per immergersi nel colorato mondo del **mercato notturno dei prodotti artigianali** che al **calar del sole** si apre sulla via che corre tra il Phu Si e l’antico Palazzo Reale. Al termine rientro in hotel e pernottamento.

6° giorno, 26 novembre

LUANG PRABANG - SIEM REAP (B/-/D)

Al mattino presto, al sorgere dell’alba, partenza per assistere alla **questua dei monaci**: si potranno ammirare i monaci che nel loro caratteristico abito color zafferano dai tanti templi della città, affluiscono lungo le vie di

ANTEPRIMA PROGRAMMA RISERVATO

Luang Prabang in una processione silenziosa per ricevere le offerte degli abitanti. Rispettateli, osservateli e cercate di non disturbarli. Rientro in hotel per la prima colazione e il check-out. Proseguimento delle **visite di Luang Prabang** con la visita del **mercato locale mattutino** e del **Museo Nazionale** posto nell'edificio del vecchio **Palazzo Reale** che fu costruito nel 1904 e ora ospita un ricca collezione degli oggetti appartenuti al tesoro della famiglia reale e, soprattutto, il Phra Bang, la statua in oro alta 83 centimetri che secondo la tradizione è simbolo del regno di Lane Xang dal XIII secolo. Al termine trasferimento in aeroporto e volo di linea Vietnam Airlines per **Siem Reap**, in Cambogia. Disbrigo delle formalità burocratiche, incontro con la guida locale e trasferimento in hotel. **Cena in hotel** e pernottamento.

7° giorno, 27 novembre

SIEM REAP (B/L/D)

Prima colazione. Al mattino incontro con la guida locale ed inizio delle visite con il complesso di **Angkor Thom**, capitale di Angkor dal X al XV secolo. Se Angkor Wat è il capolavoro dell'Induismo classico, Angkor Thom testimonia il passaggio ad un'ispirazione di segno diverso, quella del Buddismo mahayana, maturata dopo la catastrofe del 1177, quando Angkor fu sommersa dall'Invasione dei Cham provenienti dall'attuale Vietnam. Portavoce di questo cambiamento fu il Re Jayavarman VII che ristrutturò completamente Angkor e, con una febbrile campagna edilizia dal 1181 al 1220, edificò la cittadella fortificata di Angkor Thom, che significa "città che sostiene il mondo dandogli la propria legge". Si visiteranno i siti di Jayavarman VII (1181-1220): **Porta Sud, Bayon, Terrazza degli Elefanti, Terrazza del Re Lebbroso. Pranzo in ristorante locale.** Nel pomeriggio proseguimento delle visite con il tempio di **Preah Khan**, costruito da Jayavarman VII nel 1191, in origine una vera e propria città e un luogo dedicato agli studi buddisti. Appartenente alla stessa epoca, **Neak Pean**, chiamato anche "Nagas intrecciato", è l' unica isola-tempio di Angkor: si dice che rappresenti simbolicamente Anavatapta, il lago sacro e mitico dell'Himalaya, venerato in India per le proprietà curative delle sue acque. Il grande bacino centrale è collegato ad altri quattro bacini più piccoli che rappresentano i quattro grandi fiumi della terra e i quattro punti cardinali. Ciascuno di loro possiede un "gargoyle" (figura animalesca): il leone, il cavallo, l'elefante e l'uomo. Ultima tappa prima del rientro in hotel all'iconico tempio di **Ta Prohm** (Jayavarman VII), dove le antiche pietre emergono tra le radici di enormi alberi secolari che avvolgono i monumenti. Rientro nel tardo pomeriggio in hotel. **Cena in ristorante locale.** Rientro in hotel e pernottamento.

8° giorno, 28 novembre

SIEM REAP (B/L/D)

Prima colazione. Al mattino partenza per la visita di **Banteay Srei** o "Cittadella delle Femmine", a circa 28 chilometri dalla città, considerato un vero gioiello dell'arte khmer con i suoi bassorilievi in arenaria rosa, e conosciuto anche come "Tempio delle Femmine". La sua particolarità è quella di essere stato costruito da un dignitario di corte e non da un Re. Lungo il tragitto visita al tempio di **Banteay Samre**, di **Pre Rup** dedicato a Shiva e di **Prasat Kravan** (tempio del 10 secolo) ispirato al culto di Vishnu. **Pranzo in ristorante locale.** Nel pomeriggio visita del celebre **Angkor Wat** (Suryavarman II), considerato il monumento più armonioso di Angkor per stile, proporzioni e concezione. Divenuto simbolo nazionale, il tempio venne fatto costruire dal Re Suryavarman II (1113-1150), e occupa un'area di 2 milioni di metri quadri, circondato da un fossato largo 200 metri, le cui sponde erano ricoperte da gradinate. E' l'unico tempio rivolto ad Occidente, in direzione del tramonto. Impressionante è la decorazione, con centinaia di metri di bassorilievi scolpiti sulle pareti, nei porticati e nelle gallerie, che illustrano con incredibile ricchezza e vivacità le scene principali dei poemi epici indiani. Proseguimento delle visite Al termine delle visite rientro in hotel. In serata trasferimento all'**Apsara Theatre per cena con spettacolo tradizionale** (al ristorante si accede scalzi). Rientro in hotel e pernottamento.

9° giorno, 29 novembre

SIEM REAP - PHNOM PENH (B/L/D)

Prima colazione. Al mattino escursione al **lago Tonle Sap** con visita al villaggio galleggiante di pescatori, dalle tipiche costruzioni in legno. La particolarità del lago è rappresentata dalla sua ampiezza che varia a seconda delle stagioni e dal fatto che le acque sono tra le più pescose al mondo. Al termine partenza in pullman per Siem Reap. **Pranzo in ristorante locale lungo il tragitto.** Arrivo a **Phnom Penh**, capitale della Cambogia, nel tardo pomeriggio. Sistemazione e **cena in hotel.** Pernottamento.

10° giorno, 30 novembre

PHNOM PENH - HANOI (B/L/-)

Prima colazione. Al mattino inizio delle visite della città con il raffinato complesso del **Palazzo Reale** e la **Pagoda d'Argento**, così chiamata per il pavimento costituito da più di 5.000 mattonelle d'argento, il **Museo Nazionale**, che espone la più bella collezione al mondo di reperti e sculture Khmer e l'ex prigione di **Tuol Sleng**, principale centro di detenzione e tortura del paese durante gli anni della dittatura di Pol Pot ed oggi museo. Dopo il **pranzo in ristorante locale** rientro in **hotel e camere a disposizione con late check out fino al trasferimento in aeroporto** in tempo in tempo utile per volo di linea Vietnam Airlines per Hanoi. Arrivo in serata.

11° giorno, 1° dicembre

HANOI - MILANO (-/-/-)

Nella notte proseguimento con volo di linea Vietnam Airlines per Milano. Pasti e pernottamento a bordo. Arrivo

ANTEPRIMA PROGRAMMA RISERVATO

al mattino presto.

Fine dei servizi

Note: (B/L/D): B = colazione; L = pranzo; D = Cena

VISTO

Per partecipare a questo viaggio occorrono il visto laotiano e cambogiano, che si ottengono in loco all'arrivo: **necessario il passaporto, che deve essere valido 6 mesi ed avere 2 pagine libere, 2 fototessera (una per ciascun paese).** I visti si pagano in loco all'arrivo (30 USD per la Cambogia e 40 USD per il Laos). Per sveltire le procedure di ingresso in Cambogia suggeriamo di fare richiesta visto online prima della partenza, direttamente sul sito governativo www.evvisa.gov.kh (costo visto online 36 USD).

HOTEL PREVISTI (15 CAMERE)

Vientiane: **Crowne Plaza Hotel 5***

Vang Vieng: **Amari Vang Vieng 4***

Luang Prabang: **Huongvilai Hotel 4***

Siem Reap: **Borei Angkor Hotel 5***

Phnom Penh: **Palace Gate Hotel & Residence 4***

PIANO VOLI (26 POSTI ECONOMY)

VN 072	21 novembre	Milano Malpensa - Hanoi	1145 0420
VN 921	22 novembre	Hanoi – Vientiane	0935 1045
VN 931	26 novembre	Luang Prabang - Siem Reap	1445 1610
VN 922	30 novembre	Phnom Penh - Hanoi	2000 2155
VN 073	01 dicembre	Hanoi - Milano Malpensa	0100 0735

Sui voli VIETNAM AIRLINES fino all'emissione dei biglietti saranno ammessi cambi nome, oltre tale data sarà consentito la sostituzione ovvero l'emissione di un nuovo biglietto applicando una penale amministrativa pari a Eur 150 sul biglietto da rimborsare.

CANCELLAZIONI:

- Da 75 giorni fino a 61 giorni dalla partenza 10% della quota di partecipazione
- Da 60 giorni fino a 31 giorni dalla partenza 25% della quota di partecipazione
- da 30 a 16 giorni dalla data di partenza 50% della quota di partecipazione
- oltre tale data 100% della quota di partecipazione

PAGAMENTI

Primo acconto per bloccare il posto: 400 euro

2 acconto al contratto di viaggio: Euro 950

Saldo entro il 9 ottobre 2026

ANTEPRIMA PROGRAMMA RISERVATO

Quote individuali di partecipazione NETTE:

Prezzo per persona in camera doppia: Euro 2980
Contributo Cral e Tour Operator di 120 euro per iscrizioni pervenute entro il 30 giugno (ad esaurimento dei posti disponibili)

Prezzo finale Euro 2860 + tasse aeroportuali

- **Supplemento camera singola € 650**
- **Assicurazione annullamento obbligatoria € 80**
- **Tasse aeroportuali soggette a variazione € 415**

FACOLTATIVE

Assicurazione integrativa medico-bagaglio **GO World Safe Plus € 69**

La quota comprende:

- Voli intercontinentali Vietnam Airlines da Milano in classe turistica
- Voli regionali in Asia menzionati con Vietnam Airlines in classe turistica
- Hotel menzionati o se non disponibili altri della stessa categoria su base camera doppia standard
- Trattamento indicato nel programma
- Biglietti dei treno alta velocità Vientiane – Vang Vieng - Luang Prabang
- Trasferimenti e visite con pullman riservati e guide locali parlanti italiano
- Borsa, porta documenti, etichette bagagli e documentazione illustrativa varia
- L'assicurazione per l'assistenza medica (fino ad € 10.000), il rimpatrio sanitario ed il danneggiamento al bagaglio (fino ad € 1.000), e annullamento (fino ad € 2.000), con possibilità di integrazione. Per dettagli vedere seguente link: <https://www.goworld.it/condizioni-general-di-viaggio/assicurazioni>

La quota NON comprende

- Il costo del visto da pagare localmente (**USD 36** per la Cambogia e **USD 40** per il Laos. Passaporto valido 6 mesi e 2 foto-tessera)
- Tasse aeroportuali soggette a variazione € 415
- Assicurazione annullamento obbligatoria € 80
- Le mance sebbene non obbligatorie, sono segno di apprezzamento e di rispetto del lavoro svolto dai professionisti in loco (consigliamo **5 euro** al giorno per persona)
- Le bevande, gli extra di carattere personale, eccedenza bagaglio
- Le escursioni facoltative e tutto ciò non evidenziato nella voce "la quota comprende"
- **BUS OBBLIGATORIO EURO 65° TESTA PER I DUE TRANSFER AEROPORTUALI TORINO/MALPENSA E VICEVERSA**
- Assicurazione integrativa (raccomandata) **Go World Safe Plus** <https://www.goworld.it/condizioni-general-di-viaggio/assicurazioni/>

Tasso di cambio **€ 1,00 = USD 1,17**

Variazioni dei cambi con oscillazioni maggiori del 3% comporteranno un adeguamento dei costi e verranno comunicati entro i 20 giorni dalla partenza, ovvero secondo accordi tra le parti all'atto della definizione/conferma del contratto di viaggio.

Pre-assegnazione posti volo

La pre-assegnazione dei posti sui voli non è garantita, dipende dalle regole imposte dalla compagnia aerea e/o dalla classe di prenotazione. Viene da noi effettuata dopo l'emissione dei biglietti aerei, solo se permessa e solo se gratuita da parte della compagnia. In caso contrario il cliente potrà farla a pagamento, se possibile, direttamente sul sito della compagnia aerea, oppure in fase di check