

Rejseprogram - Laos & Cambodja, 14 dage



Dagsprogram

Dag 1

Eventyret begynder

Afrejse med Thai Airways fra Københavns Lufthavn mod destinationen Luang Prabang.

I begynder jeres enestående rejse i Københavns Lufthavn, hvor I sætter kurs mod det autentiske Asien, der endnu ikke er berørt af masseturisme, men til gengæld byder på en fascinerende natur, utallige rismarker, smagfulde madoplevelser, munke i orangeklædte gevandter og venlige lokal befolkninger.

Dag 2

Ankomst til Laos

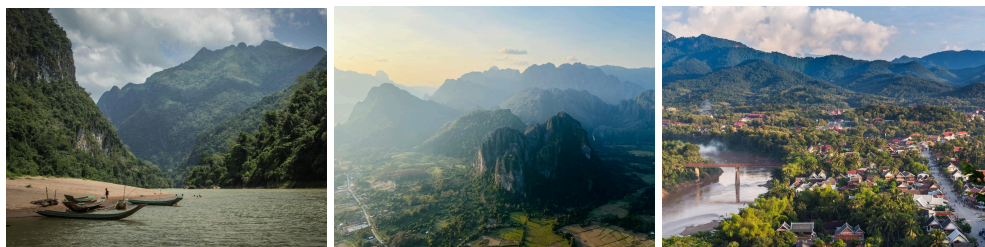
I ankommer til Luang Prabang, en by i det nordlige Laos med cirka 103.000 indbyggere. Byen ligger på bredden af Mekongfloden og er opkaldt efter nationalikonet Phra Bang, en 83 cm høj guld-, sølv- og ædelstensstatue af Buddha, som var det laotiske kongeriges skytsstatue. Luang Prabang betegnes ofte som Laos' hyggeligste og smukkeste by.

Når I ankommer til lufthavnen, kører I direkte til jeres hotel og har resten af dagen til fri disposition.

Valgfrit tilkøb:

Om aftenen er der mulighed for at opleve en Baci "Soukhouan"-ceremoni, som er en almindelig kulturel tradition i Laos, der bruges til at markere

betydningsfulde livsbegivenheder, herunder bryllupper, begravelser, fødsler, sygdomme, farvel før lange rejser og andre væsentlige præstationer eller ulykker. Ceremonien foregår normalt blandt en håndfuld mennesker, med en eller to 'modtagere', 'officiere' og et par 'assistenter'. Under ceremonien genkalder den officielle talspersonen sjælene (ifølge Lao-troen har hvert menneske 32 sjæle) for at tiltrække gavnlige påvirkninger, og binder derefter en bomuldssnor om deltagernes håndled, hvilket symboliserer velstand og held og lykke. Fokus er på oprettelse af sjæle, og omjustering af personlige energier. Efterfølgende vil I kunne opleve laotiske dans og traditionel musik.



Dag 3

Med tuk tuk og båd rundt i byen

Luang Prabang er med god grund på Unescos Verdensarvsliste, og der hersker en ganske særlig stemning i byens hyggelige gader med de smukke gamle huse, der bærer præg af perioden under fransk kolonistyre. I tager med tuk-tuk rundt i byens gader og besøger det gamle kongepalads, der siden kommunisternes magtovertagelse har fungeret som Nationalmuseum med udstilling fra de kongeliges liv samt nogle af landets vigtigste buddhastatuer.

Buddhismen er en indgroet del af laoternes dagligdag og I besøger 2 af byens smukkeste templer, Wat Mai og Wat Xieng Thong.

Efter turen rundt med tuk-tuk, skifter I til båd og sejler ad Mekongfloden til Pak Ou-hulerne, hvor de lokale gennem generationer, er taget ud med deres "aftjente" buddhafigurer. Det er efterhånden blevet til en imponerende samling af flere tusinde statuer og der kommer til stadighed flere buddhafigurer til. Sejlturen ud til hulerne er en fornøjelse i sig selv, og I oplever undervejs, hvordan livet leves langs floden. På vejen tilbage, gør I stop i en af de lokale landsbyer og ser nærmere på produktionen af den lokale risbrændevin Lao Cao.

Valgfrit tilkøb:

Inden solopgang er der mulighed for at opleve den særlige Tak Bath ceremoni, hvor byens indbyggere donerer mad til templets munke. Munkene går i rækker fra templerne gennem byen, og det farvestrålende skue med de klare orange munkedragter, den tidlige morgendis og den andægtige stemning, gør dette til en ganske særlig oplevelse. Vær opmærksom på, at det er en vigtig ceremoni for de lokale, og vis derfor hensyn, når der tages billeder og hav tøj på, der dækker skuldre og knæ, så I ikke unødigt støder nogen.

Efter ceremonien tager I på det lokale morgenmarked og nyder mylderet af mennesker, der handler dagens friske råvarer. I får også mulighed for at smage en traditionel suppe på en af byens lokale restauranter ved floden. Herefter kører I tilbage til hotellet og spiser en velfortjent morgenmad.

Dag 4

Smukke vandfald og små landsbyer

I dag skal I ud til det smukke Kuang Si-vandfald og i stedet for at køre hele vejen, gør I stop i en af de hyggelige landsbyer og vandrer det sidste stykke gennem landskabet op til vandfaldet. Vandringen tager ca. 1½ time, og det giver et godt indblik i laoternes hverdag, at gå gennem landsbyen og markerne op til nationalparken, hvor Kuang Si-vandfaldet ligger. Det er muligt at bade heroppe, så husk at have badetøjet med, hvis I gerne vil have en forfriskende dukkert i det svalende vand. I spiser frokost på en lokal restaurant ved vandfaldet, inden I kører med bussen tilbage til Luang Prabang.



Dag 5

Fridag i Luang Prabang

Dagen er til fri disposition i skønne Luang Prabang. Her har I blandt andet mulighed for at gå en tur rundt i byens hyggelige gader og nyde synet af den fine arkitektur, der stammer fra byens tid som fransk koloni. I kan også spadsere en tur langs floden og spotte de lokale fiske.

Valgfrit tilkøb:

I kan for eksempel bruge dagen på at lære om risdyrkning på en laotisk farm. Her vil bønderne lære jer alt, hvad I behøver at vide om de 13 stadier af dyrkning af ris, herunder udvælgelse af de bedste korn, den strenge forberedelse af rismarken, plantning af ris, høst og til sidst behandlingen. De vil også demonstrere, hvordan man laver rismel, og I vil have mulighed for at prøve produkter lavet af ris. Det er også en mulighed for jer at lære, hvordan landmændene laver de værktøjer, de har brug for, og at opdage, hvordan de væver bambus til at lave de specielle kurve til kogning af risene. Bagefter besøger I den økologiske køkkenhave for at lære om de forskellige grøntsager og aromatiske planter, der dyrkes på gården, og de dyrkningsmetoder, der bruges til at dyrke dem.

Dag 6

Siem Reap ved Tonle Sap søen

Sidst på formiddagen, tjekker I ud fra hotellet og begiver jer mod lufthavnen i Luang Prabang. Herfra flyver I til Siem Reap i Cambodia, hvor I ved ankomst kører til hotellet. Siem Reap ligger ved den enorme Tonle Sap sø, der udgjorde livsnerven i det gamle Khmerrige og dennes hovedstad Angkor. Khmerriget strakte sig over enorme landområder i det nuværende Thailand, Laos, Cambodia og Vietnam. Styret var i skiftende tider baseret på den hinduistiske og den buddhistiske tro. Der ligger store tempelkomplekser omkring den gamle hovedstad, og særligt Angkor Wat er imponerende med sine fine basrelieffer og kompleksitet. Det er verdens største tempelkompleks og tiltrækker årligt millioner af besøgende.

Aftenen er til fri disposition i Siem Reap og det kan anbefales at tage ned i byen og besøge det livlige aftenmarked og forkæle sig selv med en billig fodmassage.

Valgfrit tilkøb:

Om aftenen er det muligt at komme ind og opleve et Apsara-show med buffetmiddag. Der opføres forskellige danse fra hverdagslivet og de gamle tempel- og hofdanse. Spisningen forgår inden showet begynder, og selve showet varer ca. 1 time og giver en rigtig fin forståelse af folkelivet i den unikke cambodianske kultur.



Dag 7

Fantastisk Angkor Wat

Da tempelområdet uden for Siem Reap er uhyre populært at besøge, har vi valgt at begynde dagen før solopgang, så I undgår masserne og ligeledes kan nyde templerne i en behagelig temperatur. I planlægger afgang fra hotellet kl. 05.00 om morgenen og lægger ud med at besøge det berømte Ta Phrom tempel, hvor banyantræernes enorme rødder slynger sig mellem ruinerne. Man har bevidst valgt ikke at fjerne de store træer, for at give de besøgende mulighed for at opleve naturens kræfter omkring de gamle ruiner. Det giver en ganske særlig stemning at opleve templet, mens junglen vågner

og solen er ved at stå op. Efter besøget i Ta Phrom, kører I gennem byporten ind til Ta Phrom og besøger Bayon templet med de mange ansigter, som skuer ud mod alle verdenshjørnerne. De andre turister og varmen er efterhånden ved at indfinde sig, så I søger tilbage til hotellet og spiser sen morgenmad, inden en velfortjent siesta i middagsheden.

Om eftermiddagen tager I igen ud for at udforske lidt mere af Angkor og besøger blandt andet det imponerende Angkor Wat tempel, hvis omkransede mure er flere kilometer lange. Templet er bygget i tre niveauer og vil man gerne op at besøge det øverste niveau, skal man være tækkelig påklædt. Dvs. dækkede skuldre og knæ. Et sjal omkring skuldrene er ikke altid nok, så hav en T-shirt eller let bluse på – eller med i tasken.

Det tager nogle timer at besøge Angkor Wat, så I er tilbage på hotellet igen sidst på eftermiddagen.



Dag 8

Flydende landsbyer og frokost i pælehus

Om morgenen tager I ud for at opleve livet i landsbyerne langs Tonle Sap søen, der udmærker sig ved at svulme op fra ca. 3000 kvadratkilometers størrelse til næsten 12.000 kvadratkilometer. Egentlig er Tonle Sap søen en udposning på Tonle floden, og dannes ved, at Mekongflodens kraftige vandmasser presses mod strømmen i perioder med kraftig nedbør eller smeltevand fra det tibetanske plateau, hvor Mekongfloden har sit udspring. Grundet søens store ændring i areal, har lokalbefolkningen på fineste vis tilpasset sig livet langs – og på – vandet. Decideret flydende landsbyer, flyttes alt efter vandstanden, og husene på land står på op til 12 meter høje pæle for ikke at blive oversvømmet. I tager ud at sejle i en af de flydende landsbyer og oplever livet på land på nært hold, inden I spiser frokost i land i et af pælehusene i de faste landsbyer.

På vejen tilbage til Siem Reap, besøger I Beng Mealea templet, der menes at være bygget som model for det større Angkor Wat Beng Mealea. Det er som Ta Phrom templet ikke ryddet for vegetation og giver dermed en oplevelse af at være på eventyr i junglen. Man kan levende forestille sig Indiana Jones komme springende rundt om hjørnet.

I er tilbage i Siem Reap igen sidst på eftermiddagen.

Der er inkluderet morgenmad og frokost.

Dag 9

Med bambustoget i det smukke landskab

I tager afsked med Siem Reap og kører ud for at besøge en af Cambodias silkefarme, omgivet af marker med morbærtræer, der forsyner farmen med blade til de selektivt spisende larver. I får en rundvisning, hvor I bliver sat ind i både kultiveringen af morbærtræerne, silkelarverne og behandlingen samt vævningen af det endelige silkeprodukt.

Dagen byder også på en tur med det specielle bambustog, hvor det der bedst kan beskrives som store dræsinevogne, tager os på tur i det smukke landskab. Vognene er ikke overdækkede, så solcreme, solhat og dækkende tøj kan være en god idé at forberede til turen.

Fremme i Battambang by, tjekker I ind på jeres hotel, og resten af eftermiddagen og aftenen er til fri disposition.

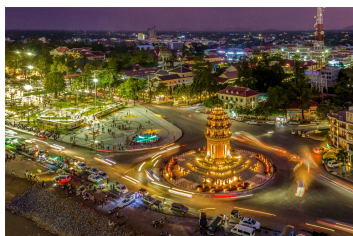
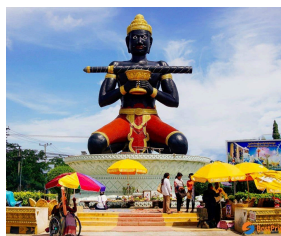
Dag 10

Lokalliv og de små værksteder i Battambang

Omkring Battambang går dagen sin vante gang i roligt tempo, og I tager ud for at se lidt mere på lokallivets gøren og laden. I besøger nogle små arbejdende værksteder og får indsigt i, hvordan man laver "sticky rice", smeder knive og laver den traditionelle "prahok" af rørt fiskefars og det er ikke usandsynligt, at I møder en oksekærre eller to på jeres vej. I besøger også det buddhistiske Wat Balat tempel, inden I efter dagens oplevelser tager tilbage til hotellet.

Valgfrit tilkøb:

Phnom Sampoy dominerer landskabet i Battambang og langs bjergets sider, er der i dag bygget mindesmærker, tempelhuler og helligdomme for at dæmme op for tidligere tiders dårlige karma. Hulerne i bjerget var nemlig et yndet sted for De Røde Khmerers soldater at slå deres ofre ihjel under Pol Pots rædselsregime. I kører med lokale tuk-tuk'er op til bjerget og besøger nogle af hulerne, inden I finder en café, hvor I nyder den smukke udsigt og venter på solnedgangen. Området har en stor bestand af flagermus, som nærmest på klokkeslæt flyver ud af hulerne i skumringen. Det er et imponerende syn, og bestemt ventetiden værd at se de mange flagermus flyve ud i den gryende nat.



Dag 11

Mod Phnom Penh med spændende stop undervejs

I har en lang dag foran jer på vej mod Cambodias hovedstad, Phnom Penh, men I krydrer turen med nogle spændende stop undervejs, så I kommer ud af bussen i løbet af dagen. En af områderne I passerer, er kendt for deres

marmorbrud, og I besøger en af arbejdsværkstederne, hvor de producerer buddhastatuer og lingasten (et udtryk I vil lære hvad er på turen). I passerer også den sydlige del af Tonle Sap søen, hvor I i Kompong Chhnang får indblik i byens terrakotta produktion.

Lidt udenfor Phnom Penh ligger Phnom Oudong, der i en periode var Cambodias hovedstad. Her besøger I tempelkomplekset og nyder udsigten over landskabet, inden I kører til et guldsmedeværksted og får en rundvisning.

I er fremme i Phnom Penh sidst på eftermiddagen.

Dag 12

Kongepalads og kolonicharme i hovedstaden

Cambodias hovedstad ligger, hvor Tonle- og Mekongfloden mødes, og trods de seneste års rivende udvikling i byggeriet, besidder byen en ganske særlig charme. Tiden under fransk styre har sat sine tydelige spor, og de gamle bygninger domineres af gule facader og smukke teglstenstag. I besøger det gamle kongepalads, hvor Cambodias nuværende konge stadig har sin officielle residens, så det er kun repræsentationsbygningerne og museerne, der er åbne for besøg. Vær opmærksom på, at paladset kan lukkes for besøgende uden varsel, så vi kan desværre ikke garantere, at I får lov til at komme ind, men vi vil i tilfælde heraf i stedet finde på alternativer i programmet.

I besøger også helligdommen Wat Phnom, der ligger som en lille forhøjning i Phnom Penh, inden I dykker ned i et sort kapitel af Cambodias historie. I tager omkring den gamle skole, Tuol Sleng, som De Røde Khmerer brugte som fængsel og afhøring af formodede "samfundsfjender". I dag er skolen omdannet til museum, og I går en tur rundt i de gamle klasselokaler, hvor de mange indsatte fortvivlede blikke møder os fra billederne, der er hængt op på væggene i den permanente udstilling. Skolen blev kendt under navnet S21, og herfra marcheredes de dødsdømte indsatte i ly af natten udenfor byen for at blive henrettet.

I kører ud til de såkaldte Killing Fields for at få denne sidste barske del af historien med, inden I vender tilbage til Phnom Penh og jeres hotel.

Resten af eftermiddagen er til fri disposition.



Dag 13**Fritid til at udforske markedet eller journalistklubben**

Dagen er til fri disposition, inden I sidst på eftermiddagen tager i lufthavnen for at begynde jeres hjemrejse mod Danmark.

Der er gode muligheder for at handle på byens "Russiske Marked" eller tage op og nyde en drink med udsigt over floden på FCCC (Foreign Correspondence Club of Cambodia), hvor journalisterne i sin tid mødtes for at udveksle historier i sikker afstand fra letnam krigen.

Der er inkluderet morgenmad og forplejning på flyrejsen.

Dag 14**Mod Danmark**

I lander tidligt om morgenen i Københavns Lufthavn efter en begivenhedsrig rejse rundt i Laos og Cambodia.

Der tages forbehold for ændringer i programmet.

Rejsen inkluderer:

- Fly fra Kastrup med Thai Airways og blot en mellemlanding i Bangkok.
- 14 dages program med nævnte udflugter.
- Indenrigsflyvning
- Overnatninger på gode mellemklasse hoteller.
- Alle entré på nævnte udflugter.
- Fantastiske Angkor Wat
- Sprudlende Luang Prabang på en tuk tuk tur
- Bådtur på mekongfloden
- Kuang Si-vandfaldet og små hyggelige landsbyer
- Besøg ved "Killing fields"
- Køretur i det berømte "bambus tog" i smukke omgivelser
- Morgenmad alle dage.
- Frokost 3 og 4
- Dansk rejseleder.
- Lokalguide.
- Bidrag til Rejsegarantifonden

Rejsen inkluderer ikke:

- Forsikring (Afbestillings og rejseforsikring)
- Øvrige måltider
- Drikkevarer til måltiderne.
- Drikkepenge beregn ca. kr. 300.
- Visum til Cambodja. Gøres nemt over nettet (p.t. 30USD)
- Visum til Laos. Gøres nemt over nettet (p.t. 40USD)
- Udflugtspakke med tilkøb dag 2,3,5,6 og 10 (1250kr)

Hoteller

- Luang Prabang: Lotus Villa Boutique Hotel * * *
- Siem Reap: Daco Hotel * * *
- Battambang: Classy Hotel and Spa * * *
- Phnom Penh: The Onra Hotel * * *