



TAILÂNDIA - LAOS

Tailândia, um destino de sonhos. Deixe-se levar pelo fascínio da cultura tailandesa, pela riqueza dos sabores orientais da típica gastronomia thai e pela simpatia e hospitalidade cativantes do povo tailandês. Laos é um país do Sudeste Asiático cortado pelo rio Mekong e conhecido pelo relevo montanhoso, pela arquitetura colonial francesa, pelos povoados tribais das montanhas e pelos mosteiros budistas

Dia 1 – Bem vindo a Ásia

Bem-vindo a Chiang Rai, norte da Tailândia! Após sua chegada ao aeroporto, nossa equipe irá buscá-lo e leva-lo para o hotel. Nos encontramos de novo à tarde para um passeio e bike fit. Vamos pedalar pelos arredores da cidade e nos adaptar a andar pelo lado esquerdo da estrada. Seguimos pelos arrozais ao longo do rio Mae Lao até o exótico Wat Rong Khun, o Templo Branco. Criado pelo artista nacional da Tailândia - Chalermchai Kositpipat, este templo se destaca por seu estilo único.

Refeições: Jantar

Hospedagem: The Riverie - <https://www.theriverie.com/>

Dia 2 – Chiang Rai - Thakhilek – Golden Triangle (30km)

Partimos hoje cedo, nos transferimos para o distrito de Mae Sai para explorar os personagens contrastantes da Tailândia e Myanmar. Cruzaremos a fronteira, portanto, lembre-se de levar seu passaporte. De tuk-tuka, vamos conhecer o mercado de alimentos, interagir com os habitantes locais e viver a emoção de novas descobertas. Atravessamos de volta à Tailândia. Seguimos o rio Kok ao norte através de plantações de frutas e arrozais.

Refeições: café da manhã, almoço e jantar

Hospedagem: Anantara Resort & Spa Golden Triangle (Deluxe Three Country View) -

<https://www.anantara.com/en/golden-triangle-chiang-rai>

Região: Norte da Tailândia

Destino: Golden Triangle

Duração: 10 dias e 09 noites

Nível da pedalada: moderado ++

Próxima saída: 17 a 24 de Fevereiro

Preço por pessoa para grupos de:

6 pessoas US\$ 6.850/pessoa

Complemento Single: US\$ 2.185

OBS: valores acima não incluem impostos – IOF, referência cambio turismo

Característica do programa:



Sobre a região

A Tailândia é um reino maravilhoso, com templos budistas, fauna exótica e ilhas espetaculares. Junto com uma história fascinante e uma cultura única que inclui comida deliciosa e massagem, a Tailândia dispõe de uma capital moderna, e pessoas amigáveis que carregam a reputação da "terra dos sorrisos". A Tailândia - "Rosa do Norte", é um paraíso cultural e natural com a diversidade étnica, uma infinidade de atrações e acolhedora hospitalidade. Chiang Rai é a terra de grande beleza natural, onde os visitantes procuram visitar tribos remotas, conhecer a fauna exótica, e passear pelo "triângulo de ouro", o antigo centro de comércio de ópio do mundo. Os historiadores muitas vezes consideram o Reino de *Sukhothai* como o início da história tailandesa, que se insere na influência do Reino de Ayutthaya, o primeiro a ter contato com o Ocidente, através de uma missão diplomática portuguesa. A cultura tailandesa incorpora uma grande influência da Índia, China, Camboja e outras partes do Sudeste Asiático. O Budismo *Theravada*, predominante na Tailândia, salienta que a maioria das pessoas são incapazes de atingir o estado de iluminação perfeitamente feito. O vestuário tradicional tailandês é chamado *chut thai*, que significa literalmente "outfit thai". Geralmente a saudação envolve um gesto de oração, como com as mãos,



Dia 3 – Anantara Golden Triangle (60km)

Muito mais do que apenas uma aula de culinária, a Spice Spoons oferece uma imersão rica e interativa no mundo da famosa gastronomia tailandesa, conhecida por sua arte e equilíbrio de quatro sabores: salgado, doce, ácido e picante. Desfrutaremos de uma experiência guiada no mercado local. De volta ao hotel para então aprendermos o significado cultural e os benefícios para a saúde da culinária tailandesa.

Refeições: café da manhã e almoço e jantar

Hospedagem: Anantara Resort & Spa Golden Triangle (Deluxe Three Country View)

Dia 4 – Chiang Khong (50km)

Caminhando com gigantes – vamos entender um pouco sobre o projeto de guarda de elefantes e seus *mahouts* (cuidadores de elefantes) em uma caminhada diária. Admirar esses gigantes gentis enquanto mergulham no rio ou brincam na lama e socializar com o rebanho. Após o check-out, seremos transferidos para Chiang Khong. A primeira etapa do passeio é fácil. Com cenários de montanhas, a estrada segue o rio Mekong por pitorescas aldeias de tribos nas colinas, tabaco e Campos de arroz. Esta é a última noite em que dormiremos na Tailândia.

Refeições: Café da manhã, almoço e jantar

Hospedagem: Rai Saeng Arun (Run of House) -

<http://www.raisaengarun.com/EN/Home>

Dia 5 – Chiang Khong – Huayxay - Pakeng (30km)

Após o café da manhã, pegaremos um transfer para Chiang Khong e atravessaremos a fronteira para o Laos. Após as formalidades de imigração, embarcamos em nosso barco particular e passamos um dia relaxante navegando rio abaixo no interior deste país enigmático. Paramos para visitar algumas aldeias ribeirinhas antes de chegar à encantadora cidade de Pakbeng onde pernoitamos.

Refeição: Café da manhã, Almoço, Jantar

Hospedagem: Le Grand Pakbeng (Mekong Villa) -

https://legrandpakbeng.business.site/?utm_source=gmb&utm_medium=referral

Dia 6 – Oudomxay (80km)

Hoje pode ser um dia épico se você estiver pronto para o desafio! Nossa melhor opção de pernoite fica a 144 km. Partindo em nossas bicicletas de Pakbeng seguimos uma trilha ao longo do rio Beng, percorrendo belas vilas do Laos e montanhas inesquecíveis, um cenário de selva. Faremos um piquenique antes de seguirmos para o norte da província de Oudomxay, onde a estrada de terra cruza com vias de acesso para a população local (a população aqui é composta de surpreendentes 23 grupos étnicos), compartilhando a trilha

derivado do *Añjali Mudrā* do subcontinente indiano, e pode também incluir um ligeiro movimento em arco da cabeça. Esta saudação é muitas vezes acompanhada por um sereno sorriso simbolizando uma disposição de boas-vindas e uma atitude agradável.

A vida anda lentamente no **Laos**. O comércio abre as portas tarde, muitas vezes depois do meio dia. Motoristas de túk túk (motocicleta com cabine acoplada para passageiros) dormem durante o expediente e um percurso de 100 quilômetros custa quatro horas ao motorista de ônibus. Enquanto a Tailândia representa a síntese de festa e curtidão, no Laos tudo é feito com paciência, na maior tradição budista, neste pequeno país que exibe com orgulho suas tradições comunistas com bandeiras vermelhas destacando a foice e o martelo. Ex-colônia francesa, o reino do Laos também entrou na guerra do Vietnã indiretamente, com bombardeios secretos dos Estados Unidos. O governo comunista fechou a nação ao mundo e faz menos de duas décadas que os turistas começaram a redescobrir seus tesouros. O destino ainda representa mais aventura do que turismo, mas começa a chamar a atenção dos viajantes mais descolados. Em 1990, pouco mais de 14 mil pessoas encararam uma viagem ao Laos. Hoje, superam 1,1 milhão, atraídos pelos bistrôs e as construções coloniais de Luang Prabang ou os diversos templos da simpática capital Vientiane. Hoje, a República Democrática Popular do Laos, que há pouco mais de 20 anos começou a atentar-se para o turismo, vem abrindo a economia gradativamente. Por isso, não é decifrado facilmente. A população vem se preparando para receber visitantes, mas, nas ruas, o inglês ainda é pouco dominado para se delongar nos assuntos. Está entre os destinos “queridinhos” dos mochileiros do Sudeste Asiático pelos preços atrativos do turismo de aventura, pelas belezas espetaculares dos rios e das cachoeiras.



com todos os tipos de veículos e animais coloridos - um vislumbre da real vida rural na Ásia. No final do dia, temos uma longa descida na cidade de Oudomxay (também conhecida como Muang Xai), que tem um grande mercado onde as várias línguas da região se misturam com os cheiros dos produtos.

Refeições: Café da manhã, almoço e jantar

Hospedagem: Namkat Yorla Pa Resort - <https://namkatyorlapa.com/>

Dia 7 – Nong khiaw (80km)

Agora estamos no planalto central e há vistas espetaculares da montanha acidentada. A paisagem à frente nos mostra uma área que sofreu bombardeios extraordinariamente pesados durante a 'Guerra Secreta' Americana no início dos anos 70. Embora este seja um longo dia, o veículo de suporte estará sempre disponível se a distância for muito longa e você se sentir cansado. Chegaremos a Nong Khiaw no final tarde, famosa pelas dramáticas montanhas calcárias que a cercam, não perca o incrível pôr do sol!

Refeições: café da manhã, almoço e jantar

Hospedagem: Mandala Ou Resort – <http://www.nongkiaou.com/>

Dia 8 – Pak Ou caves – Luang Prabang (10km)

Depois do café da manhã, começamos nossa jornada para Pak Mong e pegamos a minivan para Pak Ou Caves, localizadas na confluência dos rios Nam Ou e Mekong. Referido localmente como Tam Ting, essas duas cavernas são esculpidas em imponentes falésias calcárias e contêm milhares de estátuas de Buda folhadas em ouro. Continuando rio abaixo por mais 2 horas até Luang Prabang. Nosso guia o levará ao píer do barco para transporte até Luang Prabang.

Refeições: café da manhã e almoço – noite livre

Hospedagem: Belmond La Residence Phou Vao - <https://www.belmond.com/hotels/asia/laos/luang-prabang/belmond-la-residence-phou-vao/>

Dia 9 – Luang Prabang city tour – Cataratas de Kuang Si

Vamos pedalar um pouco por Luang Prabang! As ruas tranquilas e planas da cidade são ideal para ciclismo e a cidade relativamente compacta pode ser facilmente explorada em apenas meio dia. Começamos com um passeio até o Centro de Artes e Etnologia Tradicional. Usamos um pouco do tempo visitando as exposições coloridas de roupas, ferramentas e artefatos para entender melhor a rica diversidade do povo do Laos. (Nota: fechado às segundas-feiras). A próxima parada é o antigo Palácio Real. A uma curta distância de Wat Mai, um templo com um impressionante baixo-relevo coberto de folhas de ouro.

O que está incluído

- Guia (s) em inglês
- Transferência de / para o (s) veículo (s) de suporte com ar-condicionado/carro de apoio
- 09 noites de hospedagem com café da manhã
- Refeições conforme mencionado no itinerário (café da manhã, almoço, jantar)
- Bebidas e lanches durante o pedal
- Bicicletas próprias ao circuito, capacete, e garrafa de água
- Passeios de barco, conforme mencionado no itinerário
- Taxas de entrada nos sites mencionados no itinerário

O que não está incluso

- Aéreo até Chiang Rai (in/out) e saída de Luang Prabang
- Gorjetas aos guias locais
- Bebidas nas refeições
- Seguro viagem (obrigatório)
- Extras em hotéis (lavanderia, telefone, etc)
- Vistos de entrada e VACINA CONTRA FEBRE AMARELA (obrigatório 10 dias antes do embarque carimbada pela ANVISA)

OBS: Roteiro sujeito à alterações a critério da organização. Condições adversas de tempo não são motivos para cancelamento. Hotéis sujeito a alteração devido a disponibilidade

Seguimos para Wat Visoun, uma estrutura única em forma de melancia que foi totalmente reconstruída após ser destruída na década de 1880 pelo exército chinês invasor. A última parada no passeio de bicicleta em Luang Prabang é Wat Xieng Thong. Este é o templo mais reverenciado da cidade ... e por uma boa razão! É um dos mais antigos da cidade e está coberto de entalhes e mosaicos ornamentados. Dirija pela zona rural de Luang Prabang até as Cachoeiras de Kuang Si, cruzando os campos de arroz, colinas e pequenas aldeias ao longo do caminho. Ao chegar



à Cachoeira Kuang Si, relaxe e desfrute da bela paisagem natural. Para os aventureiros, é possível caminhar até o topo das cataratas, onde aguardam vistas deslumbrantes. Belas piscinas o aguardam na base das cataratas, perfeita para nadar.

Refeições: café da manhã, almoço e janta

Hospedagem: Belmond La Residence Phou Vao

Dia 10 - Após café da manhã, traslado para o aeroporto para retornarmos aos nossos mais variados destinos.



Passeio opcional (se o tempo permitir)

Teremos um início agradável ao longo das margens do rio Ping, este passeio será uma introdução à cultura tailandesa e que o melhor pode ser feito fazendo como os moradores locais e ir para os templos e mercados, como o seu guia irá explicar a importância

do budismo na cultura tailandesa. Situado em jardins bem cuidados e tranquilos ao lado do rio, você pode admirar o estilo colonial branco

edifícios que incluem uma igreja e hospital. Passamos lindas casas tradicionais de teca e podemos dizer olá ao tailandês homens pescando no rio Ping. Nós entramos em algum parque gramado espaçoso e paramos para um pouco de fruta e uma bebida fresca. E

Mais tarde, explore a antiga cidade de Wiang Khum Kham, que remonta ao século XIII. Apenas escavado no 1980s depois de ser enterrado sob lama do rio, podemos visitar um antigo templo que tem uma casa de espíritos onde um o espírito do ex-rei é dito residir. Nós reentramos a antiga cidade de Chiang Mai através do Portão Tha Pae e paramos em Somphet

mercado tem um olhar para as ervas frescas locais que fazem comida tailandesa do norte tão especial, e esta será uma ótima foto oportunidade também.

45 minutos em torno da ilha de Buffalo, em homenagem aos moradores primários. Nós caímos de volta ao restaurante para dar um mergulho e aproveite a tarde. Demasiado cedo será hora de voltar quando terminarmos o nosso dia ativo e relaxante.

Mantenha-se ativo para um dia excitante de ciclismo e caiaque no espetacular Parque Nacional Sri Lanna, localizado apenas uma hora de carro de Chiang Mai. Depois de uma manhã cedo pegar nós transferimos para o nosso início do ciclo em Buatong

Cascata. Depois de uma caminhada até a cachoeira, começamos nosso passeio lentamente, enquanto você se acostuma com a sua bicicleta em estradas tranquilas.

Primeiro percorremos uma floresta de teca e depois através de arrozais, pomares de frutas com cenários deslumbrantes montanhas. Quando nos aproximarmos do Parque Nacional Sri Lanna, pedalaremos pela imponente barragem do reservatório.

Sri Lanna é composto por vales e montanhas, inúmeros córregos que alimentam o reservatório de Mae Ngad de 20 km de extensão que

por sua vez, alimenta o rio Mae Ping. Vamos pedalar aproximadamente 20 km e terminar no reservatório, onde tiramos nossa

capacetes de bicicleta e colocar em nossos coletes salva-vidas.

Um barco longtail nos leva através do lago a um restaurante flutuante para um almoço de especialidades tailandesas.

Depois que estivermos cheios, lançaremos nossos caiaques para a próxima fase da nossa aventura. Vamos remar por cerca de