

ESCAPE



PROGRAM: LAOS OG KAMBODSJA

RUNDREISE I NORD-THAILAND, LAOS OG KAMBODSJA

☞ 12 frokoster, 11 lunsjer og 12 middager inkludert

Dag 1

Avreise fra Oslo

Avreise fra Oslo på ettermiddagen med Emirates. Mellomlanding i Dubai samme kveld, før vi drar videre med nattflyet til Bangkok.

Dag 2

Ankomst Thailand

☞ Middag

Vi lander i Bangkok på formiddagen – men reisen er ennå ikke slutt. Flyet videre til Chiang Mai går noen timer senere, og vipps, så er vi i det nordlige Thailand, ikke langt fra Laos.

I Chiang Mai er vi framme tidlig kveld, og blir møtt på flyplassen av vår lokale guide. Turen går først til hotellet, før vi går ut og spiser en velkomstmiddag på en lokal restaurant. Vi skal være i Thailand i to dager før vi drar over grensen til Laos – det er greit å lande litt etter en lang reise!

Dag 3

Chiang Mai – Chiang Rai

"Rosen i nord"

☪️ Frokost, lunsj, middag

Etter frokost på hotellet skal vi ut og utforske Chiang Mai, ofte kalt «Rosen i nord».

Avreise fra hotellet med rickshawer til det store lokale markedet, samt gamlebyen. Vi tar en rusletur på markedet Warorot, et typisk overbygd marked hvor bodene er fulle av lokale, fargerike produkter. Chiang Mai ble grunnlagt på 1300-tallet og var hovedstad i kongedømmet Lanna. En vollgrav omringer gamlebyen og man kan ennå se restene av bymuren. Her inne får vi lære mer om Chiang Mais historie.

Vi sjekker ut fra hotellet og reiser videre til Chiang Rai – for å komme oss nordover og nærmere Laos. Ved ankomst besøker vi det fantastiske hvite tempelet, et mesterverk av thailandsk arkitektur. Den ble bygget i år 2000 av den anerkjente thailandske kunstneren Chalermchai Kositpipat og er laget av hvit betong og flere tusen små speil. Etter besøket spiser vi lunsj på en lokal restaurant.

Vi avslutter dagen med en liten båttur på Kok-elven, før vi sjekke inn og spiser middag på hotellet.

Dag 4

Chiang Rai – Pakbeng

Velkommen til Laos!

☪️ Frokost, lunsj, middag

Etter frokost sjekker vi ut fra hotellet og setter kursen mot Laos, nærmere bestemt til grenseposten ved Chiang Khong. Ved grenseovergangen må alle passasjerer gjennom passkontrollen og kjøpe visum for innreise til Laos. Vel inne i Laos tar vi tuk tuk til en båt som venter oss, og tar oss med til Pakbeng langs Mekong-elven.

Lokal lunsj serveres om bord.

På veien skal vi bli kjent med minoritetsfolket Khmu, som holder til i dette grenseområdet. Dette er den største etniske gruppen i Nord-Laos, med rundt 500 000 personer, og vi skal få lære om deres avsidesliggende liv. Kontrastene til vårt liv er store og de nære møtene byr på uforglemmelige øyeblikk.

Vi ankommer Pakbeng før solnedgang og sjekker inn på lodgen, hvor vi også spiser middag.

Dag 5

Pakbeng – Luang Prabang

Mekong, Buddha-skulpturer og risvin

☪️ Frokost, lunsj, middag

Vi fortsetter videre langs Mekong, og går om bord i båten vår igjen etter å ha spist frokost på hotellet. I dag skal vi til den tidligere kongelige hovedstaden Luang Prabang, og vi kommer til å bruke dagen på elven for å komme oss dit.

Lokal lunsj serveres om bord.

Der Nam Ou renner ut i Mekong, skal vi besøke hulene som finnes i klippeformasjonene her. Pak Ou er kjent for å huse tusenvis av Buddha-skulpturer, og hvor forskjellige buddhistiske, små trefigurer er utstilt i vegghyllene.

Vi gjør også et stopp ved Xang Hai, hvor de har spesialisert seg på produksjonen av risvin.

Ankomst Luang Prabang sent på ettermiddagen, hvor vi sjekker inn på hotellet før vi går ut og spiser middag på en lokal restaurant.

Dag 6

Luang Prabang

Opplev byen – tidligere hovedstad i kongedømmet Laos

☪️ Frokost, lunsj, middag

Luang Prabang ligger der elven Nam Khan renner ut i Mekong, og byen har cirka hundre tusen innbyggere. Inntil kommunistene overtok makten i landet i 1975, var Luang Prabang hovedstad i kongedømmet Laos. Byen er beriket med flere kvartaler med fransk koloniarkitektur, og er erklært bevaringsverdig av UNESCO på grunn av sin vakre arkitektur og sine mange buddhisttempler. Vi starter med å besøke det tidligere kongelige palasset, nå et nasjonalmuseum, som har en samling av personlige gjenstander som tidligere tilhørte Laos-kongene.

Vi fortsetter til Vat Xiengthong, ansett som det vakreste tempelet i Luang Prabang. De lagdelte takene som går ned til bakken gjør tempelet til et ikonisk sted i byen. Vi besøker også det tradisjonelle kunst- og etnologiseret, et museum dedikert til samling, bevaring og tolkning av tradisjonell kunst og livsstil til de mange etniske gruppene i landet.

Lunsj på en lokal restaurant.

På ettermiddagen besøker vi Vat Visoun og dens stupa i singalesisk stil, hjem til flere forgylte Buddha-statuer som dateres tilbake til 1400-tallet. Vi utforsker også That Makmo og Vat Aham, som er blant de viktigste helligdommene i byen.

For de som ønsker det, kan man ta de 228 trappetrinnene til byens landemerke, Phou Si-åsen. Det ligger et tempel her oppe og utsikten over Luang Prabang, Mekong og Khan-elven er enestående.

Dagen avsluttes med en spasertur til byens nattmarked, og felles middag på en lokal restaurant.

Dag 7

Luang Prabang

Prosesjon med munk, et fantastisk fossefall og en Baci-seremoni

☪️ Frokost, lunsj, middag

I dag må vi tidlig opp, kanskje også før sola! Vi skal i land for å oppleve den daglige prosesjonen i byen. Vi vil være vitne til hundrevis av munk, kledd i sine okerfargede drakter, som vandrer rolig rundt i Luang Prabangs gater for å samle inn almisser i den tradisjonelle almiseseremonien. En helt spesiell seanse som må oppleves!

Tilbake på hotellet spiser vi frokost, før vi setter kursen mot Kaung Si-fossen. Underveis stopper vi innom en landsby, for å møte Hmong-samfunnet – en fjellstamme som bor i området her.

Kaung Si-fossen ligger i naturskjønne omgivelser, og starter i noen grunne bassenger på toppen av en bratt bakke hvor vannet føres nedover i forskjellige vannfall. Det høyeste vannfallet er ikke mindre enn 60 meter høyt. Her er det muligheter for å ta en forfriskende dukkert i de turkisfargede dammene som skapes av vannmassene fra fossen. Vannet er krystallklart, så husk å ta med badetøy!

På ettermiddagen kan man delta på en privat tradisjonell Baci-seremoni. Dette er et kollektivt rituale som ber åndene om å bringe lykke og velstand til de som er tilstede. Det praktiseres ved mange anledninger – fra et barns fødsel til ens begravelse.

Felles middag på en lokal restaurant.

Dag 8

Luang Prabang – Siem Reap

Velkommen til Kambodsja!

☪️ Frokost, lunsj, middag

Etter frokost har man litt tid på egen hånd, før vi setter kursen til flyplassen. Vi flyr med Vietnam Airlines til Siem Reap, og ankommer her på ettermiddagen.

Innsjekk på hotellet, og felles middag ute på en lokal restaurant.

** Lunsj i dag er måltidet som serveres på flyet.*

Dag 9

Siem Reap

Fantastiske Angkor Wat

☪️ Frokost, lunsj, middag

I dag skal vi ta en titt på noen av de rundt 1000 fantastiske templene i Angkor.

Vi starter med det arkitektoniske mesterverket Angkor Thom, en gang en millionby bestående av flere templer og terrasser, står for tur. Dette var senteret for imperiet, med flere kilometer lange murer og overdekkede gallerier med steinrelieffer. Her bodde kongen og hans familie, militære og prester. Vakre buddhahoder hugget i stein vokter sydporten sammen med trehodede elefanter. Vi besøker det lille tempelet Bayon, som kanskje er det vakreste av dem alle, med sine opprinnelig 216 gåtefulle og smilende kjempeansikter. Etter besøket her, spaserer vi forbi ruinene av tempelet Baphoun, området som selve kongepalasset lå i, Elefantterrassen og Den spedalske kongens terrasse.

Vi spiser lunsj på en lokal restaurant, før vi fortsetter til Angkor Wat – det største og best bevarte tempelet, som har gitt navn til hele det fantastiske tempelområdet. Tempelet ligger bare 6 kilometer fra sentrum av Siem Reap, og er på mange måter ulikt de fleste andre templer som ble bygget i området. Byggearbeidene ble stanset etter at kong Suryavarman II døde i 1150, så templet ble aldri gjort helt ferdig.

Vi avslutter rundturen ved tempelbyen Ta Phrom. Kong Jayavarman VII konstruerte Ta Phrom til ære for sin familie. Tempelets hovedbilde representerer Prajnaparamita, personifiseringen av visdom, og ble modellert etter kongens mor. Tempelet var opprinnelig et buddhistisk kloster og stod ferdig i år 1186 og var hjem for mer enn 12 500 personer (hvorav 18 yppersteprester og 615 dansere). Ytterligere 80 000 innbyggere i omliggende landsbyer sørget for tjenester og forsyninger til tempelet. I motsetning til de fleste templene i området, er deler av dette fortsatt i den samme tilstand som et ble oppdaget – overdekket av kjempetrærnes røtter. Tempelet kalles derfor av mange «Jungeltempelet» og er den tempelruinen som er mest kjent og fotografert i området, etter Angkor Wat.

På ettermiddagen skal vi få se et spektakulært sirkusshow. Profesjonelle artister fra Phare Ponleu Selpak (PPS) fremfører enten forestillingen «Putho!» eller «Eclipse». PPS ble opprettet i Battambang i 1994 av unge, tilbakevendte kambodsjanere fra flyktningleire, som brukte kunst som et middel for å takle traumer. Det timelange showet blander tradisjonelt og moderne teater, musikk, dans, akrobatikk og sjonglering fremført som en historie om kambodsjanske liv og samfunn. Showet kan fremdeles sees i Battambang der det opprinnelig startet, men nå har sirkuset kommet til Siem Reap, heldigvis for oss!

Middag på en lokal restaurant.

Dag 10

Siem Reap

☞ Frokost, lunsj, middag

Etter frokost på hotellet skal vi besøke Elephant Forest of Kulen. Ved foten av Kulen-fjellet ligger Bos Thom Community Forest, 1100 hektar med beskyttet skog bebodd av de tidligere elefantene i Angkor. I 22 år har disse elefantene fraktet turister rundt mellom templene ved Angkor Wat. I dag streifer de fritt rundt i sitt naturlige habitat, og er et levende vitnesbyrd om en verden i endring.

Vi spiser en vegetarisk lunsj på stedet.

Videre kjører vi gjennom landsbygda til tempelet Bantey Srey - "The Citadel of Women". Dette rosa sandsteintempelet (fra slutten av det 10. århundre) regnes for å være juvelen i kronen på klassisk Khmer-kunst, dette på grunn av sine delikate utskjæringer.

Felles middag på en lokal restaurant tilbake i Siem Reap.

Dag 11

Siem Reap - Battambang

☞ Frokost, lunsj, middag

Etter frokost sjekker vi ut fra hotellet og kjører til Battambang.

Ved ankomst besøker vi det tradisjonelle huset ved Phum Wat Kor og kjører deretter langs Sanker-elven gjennom det sjarmerende landskapet til Wat Ek Phnom-tempelet (fra ca. 1000-tallet). Her er det langt mindre enn i Angkor Wat, men også langt færre turister. Stedet føles «utenfor allfarvei», og er verdt et besøk. På vei tilbake til byen gjør vi stopp innom Wat Slaket Pagoda og Prahok Market (Prahok er den kambodsjsanske fermenterte fiskepastaen).

Lunsj spiser vi på en lokal restaurant på veien.

På ettermiddagen tar vår lokale guide oss med ut på en vandring i Battambang, og vi får lære mer om byens historie, den koloniale arkitekturen, de kinesiske butikkhusene og de fargerike templene.

Felles middag på en lokal restaurant.

Dag 12

Battambang – Phnom Penh

☞ Frokost, lunsj, middag

I dag skal vi til Phnom Penh – siste stopp på reisen og hovedstaden i Kambodsja. På veien tar vi en stopp ved innsjøen Tonle Sap, for et båtcruise gjennom den flytende landsbyen Kompong Luong. Her bygges hus, templer og skoler på påler ute i vannet. På veien videre til Phnom Penh passerer vi de fruktbare rismarkene i det vestlige Kambodsja, kjent som landets rislager.

Lunsj spiser vi på en lokal restaurant underveis.

Underveis stopper vi også ved den forlatte kongebyen Oudong, samt ved keramikklandsbyene rundt Kompong Chhnang, kalt «keramikdens havn».

Framme i Phnom Penh sjekker vi inn på hotellet vårt, og går ut på en lokal restaurant for å spise middag.

Dag 13

Phnom Penh

☪️ Frokost, lunsj, middag

Vi starter morgenen med en tur til Wat Phnom-tempelet som ligger på en liten bakketopp. Derfra fortsetter vi langs elvebredden til det kongelige palasset fra 1866, som huser The Silver Pagoda, oppkalt etter de over 5000 sølvflisene som dekker gulvene rundt. Det opprinnelige navnet er Wat Prakeo, som betyr «Temple of the Emerald Buddha». I dette tempelet vil du se en stor samling buddhaer i gull, sølv, krystall og bronse.

Neste stopp er Nasjonalmuseet, bygget i tradisjonell khmer-stil. Den huser verdens fremste samling av gamle kunstneriske, arkeologiske og religiøse khmer-gjenstander fra det 4. til det 13. århundre. Over 5000 gjenstander er utstilt, og utgjør depotet for landets kulturelle rikdom. I tillegg er taket hjem til en stor flaggermuskoloni!

Lunsj på lokal restaurant.

Gjør deg så klar for en litt tyngre ettermiddag – i dag skal vi få et innblikk i Kambodsjas nyere og dystre historie, og det blir sterke inntrykk. Vi drar til Killing Fields ved Choeung Ek, og navnet taler for seg. Dette blir et rørende, men viktig besøk som gjør at vi bedre forstår også dagens Kambodsja. I sentrum av området står en høy stupa, som rommer 8000 hodeskaller som er gravd opp fra massegravene.

Tilbake i Phnom Penh spiser vi felles middag på en lokal restaurant, og snakker om dagens inntrykk.

Dag 14

Avreise fra Phnom Penh

Oppdag byen på egenhånd

☪️ Frokost

Etter frokost vil mye av dagen være fri til å utforske Phnom Penh og eventuelt handle med deg noen souvenirer hjem. Det er ikke noe program denne dagen, og lunsj ordner man på egen hånd. Benytt anledningen til å utforske lokale markeder, butikker eller moderne kjøpesentre, hvor du kan finne et bredt utvalg av produkter, fra tradisjonelt håndverk til fasjonable klær og tilbehør.

På ettermiddagen møtes vi på hotellet, og tar bussen ut til flyplassen. Avreise på kvelden mot Bangkok.

Dag 15

Ankomst Oslo

Vi flyr videre fra Bangkok litt etter midnatt, og mellomander i Dubai grytidlig på morgenen. Herfra går flyet videre til Oslo, hvor vi er framme samme formiddag.

Takk for turen!