

Dal Vietnam alla Cambogia

sulla via del fiume Mekong

16 – 28 marzo 2026



Lasciamo il nostro cuore in questi due incantevoli paesi del Sud-Est asiatico, Vietnam e Cambogia, entrambi caratterizzati da mille sfaccettature. Una storia millenaria e una cultura completamente diversa da ciò a cui siamo abituati, testimoniata dai magnifici e imponenti templi che troveremo da entrambe le parti del loro confine, e **da uno stile di vita in simbiosi con la natura circostante**, nel lento navigare sul fiume Mekong. In questo itinerario viaggeremo in pullman, navigheremo su navi da crociera ma anche su imbarcazioni tradizionali, esploreremo antichi siti religiosi e chiassosi mercati, assaggeremo la cucina locale tipica e **gusteremo, soprattutto, uno stile di vita completamente diverso dal nostro**. Non mancheremo di approfondire la storia più recente della guerra francese e poi statunitense.

Programma

1° giorno: 16 marzo lunedì

ITALIA / ISTANBUL in viaggio verso l'Oriente

Al mattino ci ritroviamo all'aeroporto prescelto (Milano Malpensa / Roma Fiumicino / Bologna) **per iniziare il nostro viaggio verso un Oriente da fiaba**: disbrigo delle formalità d'imbarco e partenza con volo di linea Turkish Airlines per Hanoi via **Istanbul** dove l'arrivo è previsto nel pomeriggio. Pranzo a bordo. Dopo il cambio aeromobile proseguiamo per il Vietnam. Cena e pernottamento a bordo.

2° giorno: 17 marzo, martedì

ISTANBUL / HANOI: BENVENUTI IN VIETNAM!

All'arrivo all'aeroporto internazionale di Noi Bai, previsto per le 07.05, veniamo accolti dalla guida locale e ci trasferiamo in città.

Benvenuti ad **Hanoi, la millenaria capitale del Vietnam!** Adagiata sulla riva destra del Fiume Rosso, la città è stata fondata mille anni fa (nel 1010) su un sito preistorico. I francesi la occuparono nel 1873, rendendola la capitale dell'Indocina francese, fino all'arrivo dei giapponesi tra il 1940 e il 1945, lo stesso anno in cui Ho Chi Minh vi proclamò ufficialmente l'indipendenza del Paese. Protagonista suo malgrado della sanguinosa guerra del Vietnam, dal 1976 è capitale della repubblica socialista del Vietnam, ma ancora oggi è una città dal volto coloniale, con i tanti edifici in stile francese e i larghi viali alberati. Prima di raggiungere l'hotel, facciamo una sosta presso il complesso del **mausoleo di Ho Chi Minh**, chiamato lo Zio Ho, inclusa la storica piazza Ba Dinh, per ammirare dall'esterno oltre al mausoleo anche il Parlamento e il Palazzo presidenziale. Proseguiamo con la visita della **Pagoda ad Unico Pilastro**, storico tempio buddista considerato uno dei templi più iconici dell'intero Vietnam. Raggiungiamo il nostro hotel per il pranzo e l'assegnazione delle camere. Nel pomeriggio a bordo di un'auto elettrica esploriamo **il quartiere vecchio di Hanoi**, dal mercato **Dong Xuan** al **lago della Spada Restituita**, fino al **tempio di Giada** facendo sosta presso l'antica abitazione privata di **Ma May**, ormai diventata museo. Passeggiamo tra le stradine del quartiere vecchio fino a raggiungere la famosa "**Train Street**", un luogo dove i binari del treno passano a pochi centimetri dalle abitazioni locali. Qui facciamo sosta in un tipico caffè locale, situato accanto alla ferrovia, per assaporare un tradizionale caffè vietnamita e, con un po' di fortuna, assistere al passaggio del treno da una posizione davvero privilegiata. Cena in ristorante locale. Pernottamento in hotel.

3° giorno: 18 marzo, mercoledì

HANOI / HA LONG / LAN HA BAY: CROCIERA NELLA BAI DI HA LONG E LAN HA

Dopo la prima colazione in hotel, partiamo per raggiungere la **Baia di Ha Long**: dichiarata patrimonio mondiale dell'umanità dall'UNESCO con le sue formazioni carsiche e insenature mozzafiato, è sicuramente una delle attrazioni più conosciute dell'intero Paese. Saliamo a bordo di una tradizionale e confortevole giunca in legno per una crociera che ci permetterà di ammirare le bellezze di questa antichissima baia (si è formata oltre 500 anni fa) godendone appieno della sua magica atmosfera. Pranzo a bordo e nel pomeriggio, utilizzando delle lance, facciamo diverse escursioni fra le insenature o su isolotti un po' più grandi dove ci sono percorsi da esplorare. Cena e pernottamento a bordo.

4° giorno: 19 marzo, giovedì

HA LONG / HANOI / Volo per DA NANG – HOI AN

All'alba, possibilità di partecipare ad una seduta di **Tai Chi** sul ponte della giunca. Abbiamo ancora tempo per godere di questo splendido paesaggio prima di consumare un brunch a bordo (colazione e pranzo insieme). Lasciamo la nostra imbarcazione per raggiungere l'aeroporto di **Hanoi** ed imbarcarci sul volo diretto a **Da Nang**. All'arrivo incontriamo la guida locale e ci trasferiamo in pullman ad **Hoi An**. Sistemazione in hotel, cena e pernottamento.

5° giorno: 20 marzo, venerdì

HOI AN / MY SON / HUE: LA CAPITALE RELIGIOSA DEL VIETNAM

Dopo la prima colazione partiamo per il **santuario di My Son** (circa 60 km da Hoi An), il **sito archeologico più suggestivo del Vietnam**. In questa vallata fiabesca, immerse nella foresta tropicale sorgono alcune delle torri Cham rimaste: **My Son** è stata la capitale religiosa del regno fino al XIV secolo, un vasto complesso di monumenti religiosi con oltre 70 torri, in gran parte distrutto durante la guerra con gli Stati Uniti. Rientriamo ad **Hoi An** per il pranzo. Nel pomeriggio visitiamo il centro storico, patrimonio UNESCO, per ammirare le sue principali attrazioni, inclusa la **Pagoda Ong**, la casa assemblea cinese, la casa antica **Phung Hung** e il ponte giapponese costruito nel 1593. Al termine, proseguiamo alla volta di **Hue**, attraversando il tunnel di Hai Van, uno dei più lunghi del sud est asiatico. All'arrivo ci sistemiamo in hotel, per la cena e il pernottamento.

6° giorno: 21 marzo, sabato

HUE: LA CAPITALE IMPERIALE / Volo per HO CHI MINH

Prima colazione in hotel. Dedichiamo tutta la giornata ad esplorare la cittadella imperiale simbolo del dominio della dinastia Nguyen tra il 1802 e il 1945. **La cittadella imperiale** riflette i fasti della Dinastia così come i molti anni di conflitti antichi e moderni, ma conserva tuttora grazia e maestosità. Lungo il fiume dei Profumi visitiamo una **casa tradizionale** e la **pagoda Thien Mu**, che pare raffigurare la testa di un drago che si inchina verso la cittadella. Dopo il pranzo visitiamo le splendide **tombe dell'Imperatore Khai Dinh e Tu Duc**. Andremo poi in alcuni laboratori artigianali locali, per assistere alla realizzazione dei tradizionali cappelli conici e degli incensi destinati alle numerose pagode della città. Nel tardo pomeriggio raggiungiamo l'aeroporto di **Hue** per imbarcarci su un volo diretto a **Ho Chi Minh**. All'arrivo ci trasferiamo in hotel, per la sistemazione nelle camere assegnate, la cena e il pernottamento.

7° giorno: 22 marzo, domenica

HO CHI MINH: L'ANTICA SAIGON / TUNNEL di CU CHI

Dopo la prima colazione in hotel, saliamo su un **cyclo** (tipico triciclo a pedali con conducente), alla scoperta della vivace ed autentica **Saigon**, lungo il labirinto costituito dalle sue strade! Iniziamo dal **mercato di Tan Dinh**, il più antico della città, costruito dai francesi agli inizi del 1900. Ci fermiamo al **mercato dei fiori** per passare poi al quartiere cinese di **Cho Lon**, dove sostiamo di fronte alla **pagoda Quan Am**, un mix tra la cultura vietnamita e cinese. Arriviamo nel cuore della città per esplorare il centro storico di impronta coloniale. Pranzo in corso di visite. Nel pomeriggio escursione al **tunnel di Cu Chi**, costruito nel 1948 per assistere i Viet Minh nella guerra contro i colonialisti francesi.



Durante la successiva guerra contro gli Stati Uniti, diventò una città sotterranea a tutti gli effetti, in grado di offrire i servizi di base alla popolazione: ospedali, magazzino, sala per incontri e tanto altro. Rientro a **Ho Chi Minh** per la cena e il pernottamento.

8° giorno: 23 marzo, lunedì

HO CHI MINH / CAI BE / CHAU DOC: navighiamo sul MEKONG

Dopo la prima colazione, attraversiamo il delta del maestoso **fiume Mekong**, conosciuto anche come “fiume madre”, che nasce in Tibet e attraversa 6 Paesi, dando sostentamento a 60 milioni di persone. L’area del delta è un grande labirinto di fiumi, paludi e isole con mercati galleggianti, pagode khmer e villaggi circondati da risaie. Ci imbarchiamo **per navigare sul Mekong** e scoprirne il microcosmo, sostando presso una fabbrica artigianale di cocco dove si estrae olio, latte e si producono manufatti da questo versatile frutto. Sempre in barca raggiungiamo un’isoletta per il pranzo a base di pesce fritto, specialità locale chiamata “occhi d’elefante”. Rientro all’imbarcadero per il trasferimento a **Chau Doc**. All’arrivo ci sistemiamo in hotel per la cena e il pernottamento.

9° giorno: 24 marzo, martedì

CHAU DOC / PHNOM PENH: ingresso in CAMBOGIA

Ci svegliamo presto per imbarcarci alle 6.30 su un battello che da **Chau Doc** ci porterà direttamente nella capitale della Cambogia: **Phnom Penh**. Faremo colazione a pic-nic sulla nave. All’arrivo incontriamo la nostra guida locale, pranziamo e visitiamo la capitale del regno cambogiano, che sorge nel punto d’incontro tra i fiumi **Mekong e Tonlé Sap**, importante centro durante l’Impero Khmer e nel periodo coloniale francese. Passeggiando lungo il fiume, scopriamo il **Palazzo reale** riccamente decorato e residenza dell’attuale famiglia reale e la **Pagoda d’argento** con le sue straordinarie vestigia del culto buddista. A seguire visiteremo il bellissimo museo nazionale e il museo Tuol Sleng, diventato tristemente famoso durante la brutale dittatura di Pol Pot. Rientro in hotel per la cena ed il pernottamento.

10° giorno: 25 marzo, mercoledì

PHNOM PENH / SIEM REAP: la capitale KHMER

Dopo la prima colazione in hotel, pranzo lungo il percorso di trasferimento. Partiamo in pullman per **Siam Reap**. Attraversando paesaggi bucolici, affascinanti città di provincia e borghi deliziosi, possiamo assistere a spaccati di vita cambogiani: carrozze trainate da cavalli, ragazzi che vanno a scuola a piedi o in bicicletta, animali che pascolano lungo la strada. Durante il trasferimento facciamo sosta a **Skoun**, nota anche come “spider ville”, poiché qui la tarantola fritta è la specialità locale: siete pronti per assaggiarne una? Raggiungiamo poi il sito archeologico di **Sambor Prei Kuk**, costellato da centinaia di templi di epoca pre-angkoriana: risalente al Regno Chenla, si estende su una superficie di quasi 1000 ettari e custodisce centinaia di torri e imponenti mura concentriche. Altra sosta sarà quella presso **Kampong Kdei**, per ammirare il maestoso **Pratos Spean**, un antico ponte di pietra in stile khmer. Arrivati a Siem Reap, ci sistemiamo in hotel per la cena e il pernottamento.

11° giorno: 26 marzo, giovedì

SIEM REAP / ANGKOR WAT / ANGKOR THOM: SPIRITUALITA’ E ARTE

Dedichiamo l’intera giornata alla visita della principale eredità lasciata dall’Impero Khmer a questo Paese: il complesso dei **templi di Angkor**, costruiti tra il X e il XIII secolo.



Iniziamo la giornata visitando il magnifico sito di **Angkor Thom**, dove in passato sorgeva la capitale dell'impero Khmer. Visiteremo l'enigmatico tempio di Bayon, il tempio di Baphuon (enorme tempio-montagna nel cuore di Angkor Thom), il tempio di Phimeanakas e le Terrazze del Re Lebbroso e degli Elefanti: ognuno di loro ci lascerà senza parole per la ricchezza dei bassorilievi che leggeremo con il loro senso simbolico e religioso. Pranzo in ristorante. Nel pomeriggio prepariamo le nostre macchine fotografiche per immortalare il **Tempio di Angkor Wat**, l'edificio religioso più grande al mondo, la cui effigie è riprodotta nella bandiera nazionale cambogiana. Rientro in hotel a **Siem Reap** per la cena e il pernottamento.

12° giorno: 27 marzo, venerdì

SIEM REAP / BANTEAY SREI / BANGKOK

Dopo la prima colazione in hotel, continuiamo a scoprire l'affascinante aera di **Angkor**, con il **tempio Banteay Srei** – conosciuto come “la Fortezza delle donne” - l'unico tempio non costruito da un re ma da un brahmino. La maggior parte del tempio è costruito in pietra rossa e le colonne e sono intarsiate da minuziose decorazioni ammirabili ancora oggi. Gli stessi edifici sono miniature in scala, molto particolari nell'ottica degli standard delle costruzioni khmer. Concludiamo con una piacevole navigazione sul lago Tonle Sap, il più grande lago permanente nel sud-est asiatico. Dichiarato riserva della biosfera dall'Unesco nel 1997, l'ampio bacino è uno degli ecosistemi più produttivi e generosi dell'area. Sulle sue sponde si vive, si pesca, si commercia, si prega, si studia su flottiglie di piccole barche di legno, che creano veri e propri villaggi galleggianti. Pranzo in ristorante e poi ci trasferiamo in aeroporto per il volo interno per Bangkok. *Cena libera* in aeroporto. Alle 23.15 ci imbarchiamo sul volo Turkish Airlines per il rientro in Italia via Istanbul.

13° giorno: 28 marzo, sabato

ISTANBUL /ITALIA

Alle 06.10 arriviamo a Istanbul e dopo aver cambiato aeromobile ripartiamo verso gli aeroporti italiani prescelti (Milano Malpensa, Roma Fiumicino, Bologna), con arrivo previsto in mattinata.

Scheda del viaggio

Quota di partecipazione in camera doppia

Minimo 20 persone

€ 3.630,00

Minimo 15 persone

€ 3.770,00

Supplemento camera singola

€ 550,00

Quota iscrizione obbligatoria e non rimborsabile

(gestione pratica, assicurazione sanitaria Allianz medico-bagaglio max € 30.000 + Annullamento per spese sanitarie in loco)

€ 130,00

Estensioni assicurazione

(aumento massimale sino a € 1 milione ed estensione annullamento)

Su richiesta: Globy Rosso e Globy Verde, con supplementi

Cambio applicato

€1/USD1,10

E parti con lo spirito giusto!


FrateSole
Viaggeria Francescana

La quota comprende

- Volo di linea Turkish Airlines: Milano Malpensa/Roma Fiumicino/Bologna – Istanbul – Hanoi e Bangkok – Istanbul – Milano Malpensa/Roma Fiumicino/Bologna, in classe economica (partenza da altri aeroporti su richiesta).
- Tasse aeroportuali soggette a riconferma all'atto dell'emissione biglietti per eventuali rincari carburante e franchigia bagaglio in stiva di 23 kg.
- Accompagnatore FrateSole in partenza dall'Italia.
- Pullman riservato per i trasferimenti in loco
- Guide locali parlanti italiano anche durante la crociera Ha Long/Lan Ha
- Ingressi ed escursioni in barca previsti da programma.
- Voli interni previsti da programma in classe economica con 1 bagaglio stiva (max 20 Kg) + 1 bagaglio a mano (max 7 Kg)
- Motoscafo Hang Chau linea Chau Doc – Phom Penh
- Sistemazione in camera doppia con servizi privati in hotel 4 stelle (classificazione locale).
- Trattamento di pensione completa dal pranzo del 17 al pranzo del 27 marzo - **IMPORTANTE:** le cene sono solitamente previste in ristoranti e non nell'Hotel dove si pernotta
- 1 bottiglia d'acqua per persona per pasto
- Materiale di cortesia

La quota non comprende

- Quota iscrizione: **€130** per persona (obbligatoria e non rimborsabile: include assicurazione Allianz Multirisk annullamento-medico-bagaglio-estensione per Covid + spese di gestione pratica).
- I pasti indicati come liberi nel programma.
- Bevande ai pasti.
- Mance.
- Visto d'ingresso per la Cambogia pari ad USD 35,00 ottenibile direttamente in loco alla frontiera
- Ingressi non specificati.
- Extra di carattere personale.
- Tutto quanto non espressamente citato nella "Quota comprende".

Assicurazione inclusa nella quota di iscrizione

- Allianz Multirisk: include massimale per spese sanitarie in loco fino a 30.000 € per persona in Europa e Israele oppure fino a 50.000 € per persona nel resto del mondo; plafond per smarrimento/danneggiamento bagaglio; annullamento del viaggio per motivi personali e documentabili (incluse le malattie preesistenti da 140 giorni escluse malattie/decesso di animali domestici).

Assicurazioni integrative facoltative

- **Allianz Globy Verde:** include massimale per spese sanitarie in loco fino a 200.000 € per persona; plafond per smarrimento/danneggiamento bagaglio; annullamento del viaggio per motivi personali e documentabili (incluse malattie preesistenti e malattia/decesso di animali domestici). STIPULABILE SOLO AL MOMENTO DELL'ISCRIZIONE
- **Allianz Globy rosso:** include massimale per copertura sanitaria in loco sino a € 1 milione per persona. STIPULABILE SINO ALL'ATTO DEL SALDO

Bologna, 10/06/2025