

## Estensioni di approfondimento



Tra le etnie del Kengtung, a Kyaiktyio, dove si trova il monumento simbolo del Paese, a Arakan, uno dei sette stati che costituiscono l'Unione del Myanmar. È possibile prolungare il tour con quanto di più particolare si possa offrire al viaggiatore più curioso.

### Bago (da Yangon)

Una giornata di escursione da Yangon a Bago, l'antica capitale 80km a nord-est di Yangon, con guida di lingua italiana. Lungo la strada sosta a un mercato tipico di campagna e alle fabbriche dei vasi. Visita della pagoda Shwemandaw, detta la grande pagoda d'oro, antica di 1000 anni e considerata una delle più sacre della Birmania. Si ammira il panorama dalla pagoda Hinta Gone sulla collina. Pranzo in ristorante locale. Visita del Buddha sdraiato gigante, Shwethalyaung lungo 55m e alto 16. Sulla via del ritorno si sosterrà alla pagoda Kyaik Pun, con 4 Buddha giganti alti 30m seduti schiena a schiena e al tempio "nat" per la protezione dei guidatori. Arrivo a Yangon. Cena e pernottamento.

### Bago e la roccia d'oro di Kyaiktyio (da Yangon)

Escursione al monumento simbolo ed icona del Myanmar. Purtroppo la carenza di adeguate strutture alberghiere ci costringe a proporla come estensione facoltativa per lo spirito di adattamento richiesto. La struttura migliore è a 45 minuti dal Sacro Monumento e questo impedisce di essere presenti all'alba e al tramonto, momenti topici per la visita, l'altra è direttamente in cima alla collina ma è inferiore all'altra. Fattibile tutto l'anno, consigliato da ottobre ad aprile.

#### 1° giorno - Yangon /Kyaikthyio

Partenza per Kyaikthyio, la "roccia d'oro", a circa 180km da Yangon, un monte ritenuto sacro che ha un grosso masso coperto di foglie d'oro situato prodigiosamente in equilibrio sul bordo di una roccia. Sulla cima del masso è adagiata una piccola pagoda orata, che contiene una reliquia del Buddha. Salita in camion locale dalla base del monte Kyaikthyio, adibito al trasporto dei pellegrini. L'ultimo tratto è da farsi a piedi, circa 45 minuti. Visita della Roccia d'oro al tramonto. Cena e pernottamento.

#### 2° giorno - Kyaikthyio /Bago/Yangon

Alba panoramica sulla Roccia d'oro e partenza per il rientro a Yangon. Lungo il percorso visita dell'antica capitale Bago, 80km a nord-est di Yangon. Visita del Buddha sdraiato gigante, Shwethalyaung lungo 55m e alto 16, e la pagoda di Kyaik Pun. Rientro a Yangon. Pranzo in ristorante, cena e pernottamento in hotel.

#### 3° giorno - Yangon

Trasferimento in aeroporto e partenza.

## **Kengtung (da Heho) – il triangolo d’oro birmano**

Il regno delle tribù composte da etnie diverse, vestite nei costumi tradizionali che animano vivacissimi mercati. Fattibile tutto l’anno, consigliato in inverno per le migliori condizioni delle strade.

### **1° giorno - Heho/Kengtung**

Partenza da Heho in volo per Kengtung. Arrivo nella capitale dello Stato Shan, costruita attorno ad un lago e circondata da verdi montagne. Qui sorgono 37 villaggi di varie etnie, dette genericamente le tribù del triangolo d’oro, che vivono in long-house in nuclei di tre o quattro famiglie insieme. Si dice che Kengtung sia stata fondata 1000 anni or sono ed è ricca di antiche pagode, templi e monasteri. Pranzo e cena in ristorante locale, e pernottamento.

### **2° giorno - Kengtung**

Intera giornata di visita delle tribù più interessanti del triangolo d’oro birmano poco frequentate dal turismo. Trekking per raggiungere tre villaggi isolati delle tribù di montagna appartenenti ai gruppi etnici degli Akha, dagli splendidi vestiti e copri capi adorni di monete d’argento risalenti ai primi del novecento; degli Eng, detti “denti neri” per l’abitudine di masticare betel e dei Lahu. Pranzo al sacco. Rientro a Kengtung. Cena in ristorante locale.

### **3° giorno - Kengtung/Yangon**

Visita del mercato di Kentong animato dalle tribù locali nei loro costumi tradizionali. Pranzo in ristorante. Trasferimento in aeroporto e partenza per Yangon. Cena e pernottamento in hotel.

## **Arakan (da Yangon)**

Una delle regioni più affascinanti del paese, dalla storia antichissima, ma anche una delle più complesse e delle più inesplorate. Consigliato da novembre ad aprile.

### **1° giorno Yangon/Sittwe**

Trasferimento in aeroporto e volo per Sittwe. Trasferimento in hotel e nel pomeriggio visita della città con il monastero-scuola, alcune pagode ed i suoi mercati. Pranzo in ristorante, cena e pernottamento in hotel (2 stelle).

### **2° giorno Sittwe/Mrauk-u**

Partenza in battello privato per Mrauk-u (5/6 ore) lungo il fiume Kalatam. Pranzo in ristorante e nel pomeriggio inizio della visita di questo importantissimo sito archeologico. Cena e pernottamento in hotel

### **3° giorno Mrauk-u**

Continuazione della visita di questa importantissima zona archeologica: il tempio di Shitetaung, Htut Kant Thin, colossale pagoda a struttura ottagonale, Ratanabon Pagoda, il tempio Lemyathna e Htukkant Thein. Pensione completa.

### **4° giorno Mrauk-u/ Sittwe/Yangon**

All’alba rientro a Sittwe in battello. Volo per Yangon. Trasferimento, cena e pernottamento in hotel.

## **Il Sud (da Yangon)**

### **1° giorno Yangon/Bago/Kyaikthyio**

Partenza di primo mattino per la visita dell’antica capitale Bago, 80 km a nord-est di Yangon. Lungo la strada sosta a un mercato tipico ed alle fabbriche di vasi. Visita della pagoda Shwemandaw, detta la grande pagoda d’oro, considerata una delle più sacre del paese. Visita del Buddha gigante sdraiato “Shwethalyaung” lungo 55 metri e alto 16. Pranzo in ristorante locale. Continuazione per Kyaikthyio, la “roccia d’oro”, a circa 180 km da Yangon, un monte sacro con un grosso masso coperto di foglie d’oro situato prodigiosamente in equilibrio sul bordo di una roccia. Sulla cima del masso è adagiata una piccola pagoda dorata, che contiene una reliquia del Buddha. Salita in camion dalla base del monte Kyaikhtyio, adibito al trasporto dei pellegrini. L’ultimo tratto è da farsi a piedi (circa 45 min). Cena e pernottamento in hotel in cima al monte.

### **2° giorno Kyaikthyio /Pahan**

Alba panoramica sulla Roccia d’ Oro e al termine discesa dal monte. Partenza per Pahan, città dell’etnia Karen ai confini con la Thailandia. Sosta al sito archeologico della vecchia capitale Thaton. Si arriva alle grotte Kautkung ed al lago Khantayar molto scenico con la pagoda sulle rocce. Cena e pernottamento in piccolo hotel.

### **3° giorno Pahan/Moulmein**

Visita del mercato locale e del magnifico monastero Kadokautnat. Al termine proseguimento per Moulmein. Pranzo in ristorante locale. Visita di un'altra grotta famosa a Sadan. Arrivo a Moulmein, sistemazione in hotel. Cena e pernottamento in hotel 3 stelle.

### **4° giorno Moulmein**

Intera giornata di visita della città' detta la capitale del Sud, compreso il monastero, dove si rifugiò l'ultima regina del regno birmano, l'isola Bilu, che si raggiunge con un traghetto locale, per finire in un posto magico rimasto indietro di 100 anni, che si visita col calesse. Visita ai piccoli laboratori di bastoni da passeggio, penne, pipe. Rientro e tramonto dalla pagoda di Kipling. Pranzo e cena in ristorante locale.

### **5° giorno Moulmein/Yangon**

Visita del mercato locale e al termine partenza via terra per Yangon. Pranzo in ristorante locale lungo il tragitto. Calcoliamo circa 7 ore di percorso ( km 364). Arrivo a Yangon in serata. Cena e pernottamento in hotel.