

## MYANMAR ESSENZIALE CON ESTENSIONE A NGAPALI

09 GIORNI/ 08 NOTTI

Yangon – Bagan – Inle – Indein - Ngapali - Yangon



Questo programma è stato pensato per poter condensare, in un tempo molto ridotto pari a soli 6 giorni, la visita di alcune delle più spettacolari località del paese. Durante questa breve permanenza potrai goderti gli splendori coloniali di Yangon, per poi andare alla scoperta di Bagan, antico sito patrimonio dell'umanità dell'UNESCO con i suoi oltre 2.000 templi mozzafiato, e poi ti sposterai nello stato Shan alla scoperta della biosfera del Lago Inle, unica nel suo genere con i suoi villaggi su palafitta ed i giardini galleggianti.

Al termine del tour avrete l'opportunità di riposare qualche giorno sulle spiagge incontaminate di Ngapali.

# Giorno 1: Mingalarpar – Benvenuti in Myanmar !



All'arrivo all'aeroporto incontriamo la nostra guida, che ci attenderà all'uscita con un cartello con il nostro nome, e assieme al nostro autista ci accompagnerà in hotel (se la stanza sarà disponibile nell'orario di arrivo) dove potremo godervi un rinfrescante drink.

A seguire visitiamo il centro città, ammirando i vari edifici coloniali, alcuni dei quali ben conservati. Tra le altre cose vedremo l'**Alta Corte**, il **Municipio** e il parco **Mahabandoola**, passando dalla **pagoda Sule**, uno stupa al centro della città vecchio di 2.500 anni. L'affascinante e multireligioso centro della città offre molte attrazioni, e ospita una chiesa, una moschea e una sinagoga a pochi passi una dall'altra.

Yangon è la capitale commerciale e la porta d'ingresso del Myanmar dall'aria e dal mare, adornata da laghi idilliaci e vegetazione tropicale. Fu fondata dal re Alaungpaya su un piccolo insediamento chiamato Dagon, quando conquistò la parte bassa del Myanmar nel 1755. Il nome Yangon significa "Fine della Contesa". Più tardi il centro della città fu modellato e esteso dal luogotenente Fraser del genio militare britannico, lo stesso che aveva disegnato il progetto della città di Singapore.

Nel pomeriggio potremo visitare la statua del **Buddha disteso Chauk-htat-kyi**, famosa per le sue dimensioni di 65 metri per 16.

In serata visitiamo la **Pagoda Shwedagon**, simbolo della città con il suo stupa ricoperto di 60 tonnellate d'oro e decorato con diamanti e altre pietre preziose. La punta si innalza di 98 metri ed è visibile da chilometri di distanza.

Pernottamento a Yangon.

## Giorno 2: Yangon - Bagan



Dopo la colazione in hotel transfer all'aeroporto per il volo per Bagan.

Fondata nel 849 divenne la capitale del primo Regno Unito e della prima Unione Multinazionale del Myanmar nel 1044. Questo territorio aperto, che si estende per 42 km quadrati sulla riva est del famoso fiume Ayeyarwaddy, è ricoperto da migliaia di magnifici e misteriosi stupa e pagode dell'era antica. Questo rende Bagan una delle meraviglie del mondo ed un grandioso monumento ad una delle ere più brillanti del Myanmar.

Vicino all'aeroporto di arrivo visitiamo il colorato **mercato di Nyaung Oo** e una volta a Bagan visitiamo la **Pagoda Shwezigon** il cui grazioso stupa a forma di campana è architetturealmente importante, dato che rappresenta il prototipo di molti stupa del periodo successivo.

Successivamente seguiamo fino al **tempio Wetkyi-in Gubyaukkyi**, con le sue fini pitture murali delle scene della Jakata, e al **Tempio Ananda**, un mix di architettura Mon e indiana la cui forma ricorda la croce greca, costruito nel 1105 e uno dei soli quattro templi che sopravvive all'interno di Old Bagan.

Dopo il check-in in hotel, visitiamo il **villaggio di Min-Nan-Thu** e i siti dei templi intorno all'area del villaggio che comprende il **tempio Latmyatna** "Tempio delle quattro facce", un bellissimo esempio di tempio ad un solo piano costruito in stile tardo; **Paya Thone Zu** "Tre Pagode", un complesso di tre santuari interconnessi, costruito nel corso del XIII secolo abbandonato poco prima del completamento della costruzione, probabilmente a causa dell'invasione dei mongoli.

Ci godremo poi il **tramonto dalla torre di osservazione Nan Myint**, dalla cui cima è possibile ammirare le meraviglie degli oltre 2.000 templi e monumenti costruiti tra l'XI e il XIII secolo.

Pernottamento a Bagan.

## Giorno 3: Bagan



Dopo la colazione in hotel, iniziamo la visita dei più spettacolari templi della spianata di Bagan.

Visiteremo il **tempio Dhammayangyi**, la struttura più massiccia di Bagan e il **tempio Sulamuni** (noto anche come il gioiello della corona) che è un tempio imponente ed elegante che rappresenta alcune delle più belle opere ornamentali di Bagan, stucchi intagliati su modanature, frontoni e pilastri.

Continuiamo le visite con il **Tempio Manuha**, la cui caratteristica principale sono tre camere che sono piene di statue sovradimensionate del Buddha, sono ampiamente fuori misura per i loro spazi (se siete curiosi chiedete alla guida il motivo, che vi sorprenderà!). Infine visitiamo il **Tempio Nanphaya**, un monumento unico i cui muri interni sono stati costruiti in mattoni cotti, mentre i muri esterni sono stati costruiti in pietra arenaria.

Visiteremo poi un **monastero buddista** per esplorare la vita monastica: centinaia di monaci si allineano alle 11 nelle loro tuniche rosse con una grande ciotola nera per portare il cibo e consumarlo nella stanza comune dei pasti.

Nel pomeriggio spettacolare **giro in calesse** trainato da cavalli, che percorrerà strade e sentieri che collegano alcuni dei templi e pagode più famosi della zona.

Avremo l'opportunità di vedere la **Porta Tharabar**, che è l'unica struttura rimasta della città vecchia costruita da Re Pyinbya nell'849 A.D, il **Tempio di Thatbyinnyu** che è il tempio più alto di Bagan con i suoi 61 metri e dotato di una pianta a forma di croce asimmetrica, decorato con guglie dorate che si innalzano dagli angoli delle terrazze, il **Naylyaung Kyaung Kyaung** che significa "Santuario che confina i nats (spiriti)", un riferimento ad un presunto periodo in cui il re Anawratha ha cercato di bandire il culto degli spiriti a Bagan e il **tempio Shwe GuKyì**, cioè il tempio "Grotta d'Oro", situato di fronte al palazzo reale e quindi noto anche come Nandaw Oo Paya che significa Pagoda di fronte al palazzo.

Al termine della giornata ci godremo il tramonto da una delle colline di osservazione. Pernottamento a Bagan.

## Giorno 4: Bagan – Heho – lago Inle



Dopo la colazione in hotel trasferimento in aeroporto per il volo a Heho.

All'arrivo trasferimento in auto fino al molo di Nyaung Shwe, Lungo la strada visitiamo lo spettacolare monastero **Shwe Yan Pyay**, uno spettacolare monastero in legno di teak rosso, costruito nel XIX secolo e famoso tra i fotografi per le sue finestre tonde da cui occhieggiano i monaci. All'arrivo al molo prendiamo la barca che ci condurrà sul lago Inle.

Affascinando i visitatori con i suoi scorci ideali da immortalare in una fotografia, il lago Inle, posto a 900 metri sul livello del mare, è una sosta riposante dopo le attrazioni storiche di Bagan e Mandalay. Il lago, lungo 22 km e largo 10, è popolato da circa 150.000 persone, molte delle quali vivono sulle isole galleggianti formate dalla vegetazione. Il lago è famoso per la sua bellezza scenica e per il tipico modo di remare con le gambe degli Inthas, gli abitanti nativi del lago.

Nel pomeriggio giro del lago, sul quale potremo vedere i **pescatori Inthas** che remano con le gambe e i **giardini galleggianti** costruiti con fango e giacinti d'acqua e ancorati al fondo con pali di bamboo, su cui vengono coltivati verdure, in particolare pomodori e zucche.

Successivamente visitiamo la famosa **pagoda Phaung Daw Oo**, luogo più sacro del lago e che ospita 5 statue del Buddha ricoperte quotidianamente da foglie d'oro.

Proseguiamo il giro visitando il monastero **Nga Phe Kyaung** in legno di teak (una volta soprannominato "dei gatti saltanti"), il più grande e il più antico della zona, che contiene immagini in lacca del Buddha risalenti al XVI e XVII secolo.

Pernottamento sul lago Inle.

## Giorno 5: Inle – Indein - Inle



Dopo la colazione in hotel, escursione in barca lungo lo stretto canale che conduce al **villaggio di Indein** (che significa “lago basso”), famoso per i suoi gruppi di pagode antiche, alcune delle quali sono in fase di restauro (a volte in modo purtroppo troppo aggressivo). Tra questi, **Nyaung Oak**, subito dietro il villaggio, con le sue sculture di creature mitiche, e **Shwe Inn Thein Paya**, che si trova al termine di un lungo e suggestivo camminamento coperto che conduce in cima alla collina e che ospita molte centinaia di fitti stupa. Da qui si possono godere alcuni splendidi scorci del lago. Il villaggio di Indein ospita anche un vibrante mercato vicino al molo in alcuni giorni della settimana.

Proseguiamo sempre in barca fino alla **Inle Heritage House** (<http://inleheritage.org/en/home/>), un'organizzazione no-profit nata per preservare la cultura e le tradizioni dei luoghi e delle persone che vivono attorno al lago, luogo fuori dai classici circuiti turistici. La visita ci consentirà di scoprire alcune gemme nascoste e effettuare alcune attività, come visite guidate al villaggio del Gatto Birmano, visitare un acquario, approfondire la cucina locale, etc.

Proseguendo il tour in barca potremo visitare il **villaggio Ywama**, che ospita alcune famiglie di etnia Kayah, le cui donne sono chiamate “dai lunghi colli” per i cerchi che accatastano sulle spalle. Visitiamo il villaggio e i laboratori dove vivono e lavorano, godendoci la loro calda ospitalità.

Tempo permettendo visiteremo altri villaggi del lago, osservando i loro giardini galleggianti e esplorando la vita quotidiana del popolo Intha. Pernottamento a Inle.

## Giorni 6, 7 e 8: Relax a Ngapali



### Giorno 6

Dopo la colazione in hotel trasferimento all'aeroporto di Heho per il volo verso Thandwe.

All'arrivo breve trasferimento fino alla spiaggia di Ngapali. Il resto della giornata è libero per il relax.

Pernottamento a Ngapali.

### Giorno 7

L'intera giornata è dedicata al relax.

Pernottamento a Ngapali.

### Giorno 8

L'intera giornata è dedicata al relax.

Pernottamento a Ngapali.

## Giorno 9: Ritorno a Yangon e partenza



*Nota: in questa giornata non è previsto l'affiancamento della guida, che è opzionale*

Dopo la colazione in hotel trasferimento all'aeroporto di Thandwe per il volo verso Yangon.

Tempo permettendo sarà possibile perdersi nel **Bogyoke Aung San (Scott Market)**, il più grande mercato della città, che raccoglie il meglio dell'artigianato e della produzione artigianale del paese, oltre alle pietre preziose locali (chiuso tutti i lunedì e nei giorni festivi).

A seguire visitiamo la **pagoda Botataung** (che significa 1.000 guerrieri militari, che scortarono la consegna della reliquia dei capelli nel VI secolo a.C.), un famoso punto di riferimento sul lungofiume di Yangon e primo tempio al mondo con la sacra reliquia dei capelli di Buddha.

Trasferimento in aeroporto per il volo di ritorno.

---

*“Grazie di aver viaggiato con noi, ci auguriamo abbiate apprezzato le incontaminate  
bellezze del Myanmar. Un buon ritorno a casa,”*

---