



# Viaje a Myanmar

## Conociendo las etnias y la vida rural de Myanmar

### Descripción

Myanmar es un país del Sudeste Asiático, abierto al turismo desde hace menos de 20 años. Habrá quien aún lo conozca como Birmania, pero lo cierto es que cambió su nombre por el de Myanmar en 1989.

Este país acaba de salir de décadas de aislamiento bajo un violento régimen militar. Por eso mismo, cuando fijas la vista en su gente y sus costumbres, parece que en este pedazo de tierra el tiempo se hubiera parado. La vida cotidiana tiene un aroma rural y sencillo que lo caracterizan, junto con el carácter amable de los locales, que te reciben como si fueses de su familia.

Un país de una gran belleza, con templos budistas, pueblos pintorescos y bellos parajes naturales. Sin duda, un destino que tiene mucho por ofrecer.

### Destacados

- **Mandalay** fue la última capital de la dinastía Konbaung y, aún hoy, es el centro religioso y cultural del país; ofreciendo al visitante el auténtico sabor del Asia más antigua.
- Los **Templos de Bagan** (siglos XI-XIII) se encuentran sin duda entre los más conocidos e impresionantes yacimientos arqueológicos de toda Asia.
- El **Lago Inle** es uno de los rincones naturales más pintorescos del país. Tendrán la oportunidad de explorar y apreciar el modo de vida de los habitantes locales y conocer los magníficos cultivos y jardines flotantes.
- **Loikaw** es la capital del estado Kayah, el más pequeño y uno de los últimos en abrirse al turismo (2011), nos ofrece paisajes, etnias y excursiones realmente insólitas.
- **Yangon** es la ciudad más grande, poblada y activa de Myanmar, es el centro comercial por excelencia del país, donde la arquitectura de la época colonial se mezcla con sus veneradas pagodas.

## **Itinerario**

- Día 1. Llegada a Yangon
- Día 2. Yangon - Mandalay
- Día 3. Mandalay y Inwa - Amarapura
- Día 4. Mandalay y Mingun
- Día 5. Mandalay - Bagan
- Día 6. Bagan - Lei Thar Gone
- Día 7. Lei Thar Gone
- Día 8. Lei Thar Gone - Bagan
- Día 9. Nyaung U - Heho, Pindaya
- Día 10. Pindaya trekking
- Día 11. Lago Inle, Tha Lae Oo e Indein
- Día 12. Inle - Sagar - Pekon - Loikaw
- Día 13. Visita en Pan Pet y Hta Nee La Lae
- Día 14. Loikaw - Yangon
- Día 15. Yangon - Ciudad de origen

## **Itinerario detallado**

### **Día 1. Llegada a Yangon**

Nuestro representante les dará la bienvenida en el aeropuerto para, acto seguido, ser trasladados a su hotel donde podrán descansar del vuelo internacional y disfrutar del tiempo libre.

Alojamiento: Hotel Shwe Yee, Deluxe.

Comidas incluidas: Ninguna.

### **Día 2. Yangon - Mandalay (Tren)**

Nos dirigimos a la estación de Yangon para tomar un tren local hasta la estación de Mandalay, aproximadamente 17 horas. Por el camino, veremos innumerables paisajes abundantes y pequeños pueblos con una gran actividad diaria.

Alojamiento: Tren.

Comidas incluida: desayuno.

### **Día 3. Llegada a Mandalay y Inwa - Amarapura visitas**

Nuestro representante les dará la bienvenida en la estación de Mandalay. Empezaremos nuestras visitas con guía por **Inwa**, otra capital imperial durante 400 años (aunque no de forma continua) fue fundada en 1364 d.c. Algunas de las ruinas más impresionantes son **la torre inclinada de Ava**, el Monasterio de *Maha Aungmye Bonzan* o el Monasterio tallado en teca de *Bagaya Kyaung*. Sin

embargo, muchos restos de diferentes épocas se pueden observar a lo largo de un recorrido que se realiza en carro, tirado por caballos; pues no es posible acceder en coche al yacimiento.

Continuaremos muy cerca, hacia Amarapura, zona en la que hubo otra de las antiguas capitales del Imperio Birmano. Fundada durante la dinastía *Konbaung*, fue dos veces la capital del Imperio (1783–1821 y 1842–1859). Hoy en día el principal atractivo es el famoso **punto de U Bein**, el más largo del mundo construido en madera de teca.

En esta zona, se encuentra el monasterio de **Mahagandayon**, un ejemplo a gran escala de las escuelas monásticas que se encuentran por todo el país, con alrededor de 1.200 monjes (principalmente novicios).

**\*Nota:** A menudo, el monasterio Mahanadayon se encuentra lleno de turistas durante la hora de la comida de los monjes. Esto puede llegar a ser molesto e irrespetuoso. Teniendo en cuenta que nosotros intentamos siempre ofrecer experiencias más alejadas de las masas, intentaremos visitar el monasterio por la tarde (según el tiempo disponible). Aunque veremos menos monjes a esa hora, la visita será más íntima y tranquila.

Finalmente, disfrutaremos de **la mejor puesta de sol en el famoso punto de U Bein**, uno de los puntos más especiales de Mandalay en ese momento del día.

Alojamiento: Victoria Palace Hotel, Deluxe.

Comidas incluidas: Ninguna.

#### **Día 4. Mandalay y Mingun**

Por la mañana, profundizaremos en la vida diaria de la gente de Myanmar. Veremos algunos de los impresionantes **mercados locales de Mandalay**, y disfrutaremos de un mundo de colores y sabores muy locales.

En primer lugar, a menudo coincidiendo con la hora en la que los monjes recogen las donaciones de comida, nos acercaremos al **mercado de Thaye Zay**. Un mercado especialmente insólito por su gran actividad y por pasar la vía del ferrocarril por en medio.

Seguiremos con una breve visita al **mercado al por mayor de la piedra de Jade**, el más importante de un país que posee más del 80% de las reservas mundiales de este mineral. Dicho mercado se encuentra en el centro de la ciudad. Recorreremos las distintas y numerosas paradas que se encuentran alrededor (sin necesidad de entrar en la zona interior en donde se encuentran más paradas y es necesario abonar un suplemento).

Continuaremos con otros puntos de interés de Mandalay, como la sagrada Pagoda de **Mahamuni**, y su Buda cubierto por toneladas de oro, así como

algunas de las reliquias más antiguas del budismo que allí se pueden encontrar. También el exquisito monasterio tallado en madera **Shwenandaw**, o la extraordinaria pagoda de **Kuthodaw**, y sus cientos de estupas que contienen en su interior el libro abierto más grande del mundo, que es de hojas de mármol.

Por la tarde, nos dirigiremos hacia la pagoda inacabada de **Mingun**, en barco privado. Subiremos río arriba durante una hora, para luego realizar un agradable paseo por el enclave de la que iba a ser la mayor pagoda del mundo, cuya construcción comenzó antes de la muerte del rey *Bodawpaya* en 1819, su promotor. Más tarde, un terremoto sacudió la zona dejando el templo parcialmente destruido. No obstante, la base y las formas de mamut del inacabado templo son aún impresionantes y merecen la pena ser contempladas en un acercamiento único por el río.

Al lado, visitaremos **la Mya Thein Tan** pagoda de insólita belleza y también **la Mingun Bell**, sacada del interior de la pagoda después del terremoto, la campana se exhibe en un brillante mausoleo. Se dice que es la campana colgando, en buen estado de conservación, más larga del mundo. Veremos otros templos de interés en la zona, y no olviden estar atentos, en esta zona se realizan, con algo de suerte, avistamientos del delfín del *Ayeyarwaddy*.

Regresaremos a Mandalay en nuestro barco privado disfrutando del magnífico atardecer que nos brinda el río *Ayeyarwaddy*.

Alojamiento: Victoria Palace Hotel, Deluxe.

Comidas incluida: desayuno.

### **Día 5. Mandalay - Bagan**

Hoy marchamos en coche privado hacia Bagan (unas 3h30 de coche). Por el camino, podremos observar el estilo de vida agrícola de esta región del centro del país. Así mismo, tendremos la oportunidad de realizar alguna parada.

Llegada a Bagan y check-in.

Empezaremos el día en uno de los más conocidos e impresionantes yacimientos arqueológicos de Asia, los Templos de Bagan (siglos XI a XIII).

Los puntos de interés incluyen los templos y las pagodas más bellas y antiguas cómo las de Shwezigon, Wetkyi-in-Gubyaukgyi; Ananda; y Ananda Ok Kyaung y las pinturas milenarias del Kyanzittha Umin.

Finalmente, seremos testigos de una memorable puesta de sol en lo alto de una montaña seleccionada por nuestro guía.

Alojamiento: Arthawka Hotel, Deluxe.

Comidas incluida: desayuno

## Día 6. Bagan - Lei Thar Gone (coche)

Temprano por la mañana, conduciremos hasta Ye Nan Chang, una ciudad ubicada en la división de **Magway**. De camino, será testigo de escenas rurales y paisajes idílicos, cruzando pequeños pueblos locales que le permitirán conocer las vidas de las personas en esta área menos frecuentada por el turismo.

A continuación, visitaremos Salay antes de ir a Lei Thar Gone. Salay fue desarrollado como una extensión de Bagan en el siglo XII y la mayoría de las estructuras de este período permanecen aún hoy en día. La belleza de esta ciudad está en su espectacular monasterio de teca y algunas edificaciones de la época colonial.

Durante el día de hoy disfrutaremos del proyecto social de **Lei Thar Gone**, *guesthouse* ubicada a orillas del río *Irrawaddy*, cuyos beneficios sirven para financiar la escuela infantil cercana; haciendo que su visita repercuta directamente en el bienestar de los habitantes locales. Este pequeño alojamiento fue construido como parte de un proyecto de desarrollo para las comunidades locales más vulnerables de los alrededores.

El destino ofrece magníficas vistas, ya que está rodeado de campos de cultivo y pequeñas aldeas rurales, donde se concentra gran parte de la actividad agrícola de la región.

Además, podremos reservar con el *guesthouse* varias actividades organizadas por este alojamiento. Todas ellas tienen como objetivo tener contacto con la población local y colaborar de manera responsable al desarrollo de la comunidad local. La mayoría deben ser reservadas y pagadas en el mismo alojamiento el día anterior.

Aquí tienen algunos ejemplos:

- Visita a la escuela (siempre en la hora del recreo).
- Excursión en motocicleta (alquiladas en el *guesthouse*).
- Senderismo / excursión en moto (con guía / chófer).
- Pesca con los locales y visitas alrededor.

Estos servicios no están incluidos y los podrán reservar *in situ*.

Alojamiento: Lei Thar Gone Guest House, Superior Twin.

Comidas incluidas: Desayuno.

## Día 7. Día libre en Lei Thar Gone

Hoy, si lo desean, podrán dirigirse a la escuela local junto a Lei Thar Gone. De hecho, esta escuela depende en gran medida de este proyecto de desarrollo, así como de donaciones de pequeños monasterios.

Es una escuela para las familias más pobres o para niños huérfanos de la localidad. La cálida experiencia de conocer a niños que comparten con

nosotros sus sonrisas y juegos, así como un corto curso de castellano o inglés, será una experiencia difícil de olvidar.

Alojamiento: Lei Thar Gone Guest House, Superior Twin.

Comidas incluidas: Desayuno.

### **Día 8. Lei Thar Gone - Bagan (coche) y día libre**

Hoy marchamos en coche privado hacia Bagan. Traslado al hotel y resto del día a su aire.

Alojamiento: Arthawka Hotel, Deluxe.

Comidas incluida: desayuno.

### **Día 9. Nyaung U - Heho (vuelo), Pindaya trekking**

Después del desayuno, traslado al aeropuerto, para nuestro vuelo hacia Heho, en el pintoresco y abundante Estado de Shan. Después de su llegada, seréis conducidos hacia Pindaya donde les recibirá el guía que les acompañará durante el *trekking*.

A continuación, tras un energético desayuno, daremos comienzo a nuestra aventura caminando aproximadamente 1 hora y media hacia el pequeño pueblo de **Htut Ni**. Durante el trayecto, tendremos la oportunidad de explorar el estilo de vida de los poblados *Danu*, antes de dirigirnos hasta el pueblo **See Kya Inn**, ubicado en medio de un paisaje idílico donde abundan las plantaciones de té.

Después de un merecido descanso, acompañado de una exquisita comida en casa de uno de los habitantes locales, proseguiremos nuestra exploración hacia **Taung Pawgyi** y **Htin Sue Kone**.

Disfruten de un magnífico atardecer mientras conocen el estilo de vida de los habitantes de este precioso pueblo. Acto seguido, podrán gozar de una excelente cena tradicional.

Alojamiento: Monasterio o casa local.

Comidas: Almuerzo y cena en monasterio o casa local.

### **Día 10. Pindaya trekking**

Empezaremos el día con un buen desayuno en el monasterio y, a continuación, iniciaremos el *trekking* de hoy, dirigiéndonos hacia **Kan Hka Kone** y **Shwe Pa Hto**. El camino de acceso es simplemente espléndido y lleno de encanto, pudiendo observar los magníficos paisajes que esta zona ofrece.

Finalmente nos trasladaremos en coche a su hotel en el *Lago Inle*.

Alojamiento: Maine Li Hotel (Nyaung Shwe), Superior.

Comidas: Almuerzo en monasterio o casa local.

### **Día 11. Lago Inle, Tha Lae Oo e Indein**

Desayuno. Comenzaremos el día explorando el pueblo de **Nyaung Shwe**, donde nos embarcaremos en una barca tradicional privada para descubrir las bellezas del Lago Inle. Lejos de las masas de turistas y las tiendas de *souvenirs*, buscaremos la autenticidad del Lago pasando cerca de los poblados flotantes. Intentaremos acercarnos a conocer lo mejor posible el estilo de vida de la mayoría de habitantes de Inle, pescadores y agricultores que trabajan con gran habilidad sobre las bellas aguas y los cultivos flotantes.

Pasaremos por los rincones más pintorescos, como el Monasterio de **Ngaphe Chaung**, cuyos monjes poseen reliquias muy antiguas, que elegimos por su privilegiada situación; con sus preciosas vistas a los cultivos flotantes del lago. Visitaremos el pueblo **Inpawkhone**, donde podrán apreciar cómo se elabora el tejido de seda y flor de loto, hecho tradicionalmente a mano y con telares. Visitaremos también la famosa pagoda **Paung Daw Oo**, hogar de cinco apreciadas imágenes de Buda (cuatro de ellas son sacadas del templo en las grandes fiestas del *Paung Daw Oo festival*).

A continuación, atravesaremos los canales de los jardines flotantes para llegar al pequeño pueblo de Tha Lae Oo, un auténtico poblado agrícola de la orilla del lago. Arrozales abundantes, campos de cebolla, calabaza, patata o guindilla, entre otros, y sus amables habitantes; nos servirán para entender cuál es el estilo de vida de la mayoría de habitantes de Inle. También veremos cómo elaboran el azúcar de caña, según temporada (hay muchos tipos de plantaciones según la época del año).

Navegaremos después hacia **Indein**, cruzando algunos de los estrechos riachuelos y los famosos jardines flotantes para alcanzar las áreas más densas del lago. Finalmente exploraremos las ruinas del complejo de *Indein*, consistentes en una serie de *estupas* que se cree que fueron levantadas algunos siglos antes del XVII; para posteriormente terminar nuestra visita por el embarcadero nuevo.

Alojamiento: Maine Li Hotel (Nyaung Shwe), Superior.

Comidas incluidas: Desayuno.

### **Día 12. Inle - Sagar - Pekon (barco), Pekon - Loikaw (coche)**

Hoy nos dirigiremos en barco hasta el impresionante emplazamiento arqueológico de Sagar y Thakong, con sus estupas y esculturas sumergidas en el agua (según la época). Las más antiguas datan del siglo XVI. Seguidamente, pararemos a comer y contemplar las maravillosas vistas que dicho emplazamiento nos ofrece, teniendo así un primer contacto con la famosa gastronomía Shan. Nos acercaremos al célebre lago Inle por el extremo sur, hogar de la minoría étnica de los Intha.

El trayecto hasta esta bonita zona ubicada en el extremo sur del lago es de aproximadamente 3h30 de navegación.

Acto seguido, llegaremos a Phekon (1h30 de sagar), un pequeño pueblo de una gran belleza, ubicado a la orilla del Lago Inle. Nuestro representante os recogerá para trasladarles hasta loikaw, la capital del Estado de Kayah (el menor del país). Dependiendo del tiempo, realizarán las primeras visitas a esta bonita localidad.

Alojamiento: Gold Hotel, Superior.

Comidas Incluidas: Desayuno.

### **Día 13. Visita en Pan Pet y Hta Nee La Lae**

Un buen inicio de jornada debería realizarse siempre en el mercado local de Loikaw, bello, muy activo y lleno de colores.

Si el día lo permite (según festividades y costumbres de los monasterios), visitaremos de camino un monasterio budista para observar su ceremonia diaria del almuerzo. Los novicios se ponen en fila para entrar al comedor y bendicen su comida.

A continuación, nos dirigiremos al interior de Kayah, alrededor de 1h de coche, para empezar una jornada de exploración de los poblados de la minoría étnica de los Kayan. En esta pintoresca zona de colinas y bosques nos encontraremos con escenas muy tradicionales. Este territorio de Myanmar ha permanecido cerrada al turismo hasta 2011, con lo que su extrema belleza y abundancia han permanecido intactas.

Nuestro objetivo es explorar los poblados intentando perturbar lo menos posible la actividad diaria, así que proponemos un paseo largo acompañado de un guía kayan, que puede ser de entre 1h y 3h, para recorrer y conocer los distintos poblados en su actividad diaria. Sus oficios, costumbres y rituales son realmente únicos, y muchos de los habitantes locales nos los mostraran con gran orgullo, compartiendo con nosotros.

El almuerzo, variado y típico, será servido de manera tradicional en una de las casas del lugar.

Continuaremos visitando uno de los pueblos tribales de la minoría étnica Kayah. Sus creencias animistas se mezclan con el cristianismo y el budismo que varía de un pueblo al otro. Cerca, acabamos el día en la zona de los siete lagos, pudiendo finalizar el día bebiendo una cerveza local o un té, relajadamente, admirando el paisaje como lo hacen muchos habitantes de la zona.

Alojamiento: Gold Hotel, Superior.

Comidas Incluidas: Desayuno y almuerzo en casa local.



**Día 14. Traslado al aeropuerto de Loikaw para el vuelo a Yangon**

Después del desayuno, nos trasladaremos al aeropuerto de Loikaw para el vuelo el Yangon.

Continuaremos dando un agradable paseo por el “downtown” yangonés con el objetivo de admirar los edificios de época colonial (en especial alrededor del bulevar Pansodan y la plaza Maha Bandula), centro neurálgico de la ciudad.

Visitaremos el **Ministerio del Secretariado**, un claro ejemplo del legado occidental en esta urbe oriental, edificio que como sugiere su aspecto y herencia colonial, sirvió de sede central para los gobernadores administrativos de la Birmania británica.

Al aterrizar, nos dirigiremos directamente hacia el mercado de **Bogyoke Aung San\*** (también conocido como *Scott Market*), donde, a pesar de los *souvenirs*, podremos encontrar una concentración importante de toda la artesanía del país al mejor precio (\* no abre ni lunes ni festivos). Dispondrán de aproximadamente 2 horas para perderse por sus innumerables callejones y puestos.

Empezaremos el día acercándonos al **Lago Kandawgyi** para admirar el fantástico y mitológico barco de *Karaweik*. Finalmente alcanzaremos el plato fuerte del día: la monumental **Shwedagon Pagoda**, el centro religioso más importante y venerado del país. Se trata, sin duda alguna, de una de las pagodas más bellas de todo el Sudeste Asiático. La espiritualidad y enorme belleza de todo el complejo reside no sólo en su grandiosidad sino especialmente en los pequeños detalles. Cada uno de sus rincones esconde una historia.

Alojamiento: Hotel Shwe Yee, Deluxe.

Comidas incluidas: Desayuno en el hotel.

**Día 15. Traslado al aeropuerto internacional de Yangon**

Cuando llegue el momento, les trasladaremos al aeropuerto internacional para su vuelo.

Comidas incluidas: Desayuno en el hotel

## **Fechas**

Salidas durante todo el año.

## **Precio**

2 personas: 1965€/persona + vuelo.

4 personas: 1730€/persona + vuelo.

6 personas: 1550€/persona + vuelo.

Nota: Precios por persona en habitación doble en hoteles, si no se especifica otro tipo de alojamiento. Esta propuesta está sujeta a disponibilidad en el día de la contratación y puede sufrir variaciones de precio según fechas.

## **Servicios incluidos**

- Hoteles en régimen alojamiento/desayuno diario.
- Vuelos domésticos mencionados en el programa.
- Guía local de habla Inglesa para las visitas de los días 3, 4, 5, 11, 12, 13 y 14.
- Costes de entrada y de zona para las visitas mencionadas en el programa.
- Barco privado de Mandalay a Mingun y vuelta a Mandalay.
- Barca local privada para la excursión en el Lago Inle mencionada en el programa.
- Traslados y visitas mencionadas en el itinerario con vehículo privado con aire acondicionado.
- Sólo los traslados del aeropuerto/hotel con vuelos internacionales que llegan desde las 8 am hasta las 8 pm.
- 2 días y 1 noche de trekking en Pindaya con guía local de trekking y comidas (1 desayuno, 1 comida y 1 cena).

## **Servicios no incluidos**

- Vuelos internacionales.
- Comidas no mencionadas.
- Bebidas, propinas.
- Suplemento para guía local de habla hispana del día 2 al 14.
- Suplemento por festivales.
- Visado.
- Visitas no mencionadas en el programa.

- Check-in y check-out fuera de los horarios del hotel (a partir de las 14:00 para el primero y medianoche para el check-out).
- Cena obligatoria en Navidad y Año Nuevo en hoteles.
- Actividades opcionales en el itinerario, así como recomendaciones no incluidas.
- Cualquier servicio no indicado específicamente en el apartado de servicios Incluidos tendrá consideración de NO incluido.



C/ Riera de Matamoros 59, 08911 Badalona, Barcelona

933 83 94 11

[nadiu@nadiuviatges.com](mailto:nadiu@nadiuviatges.com)

<http://www.nadiuviatges.com>