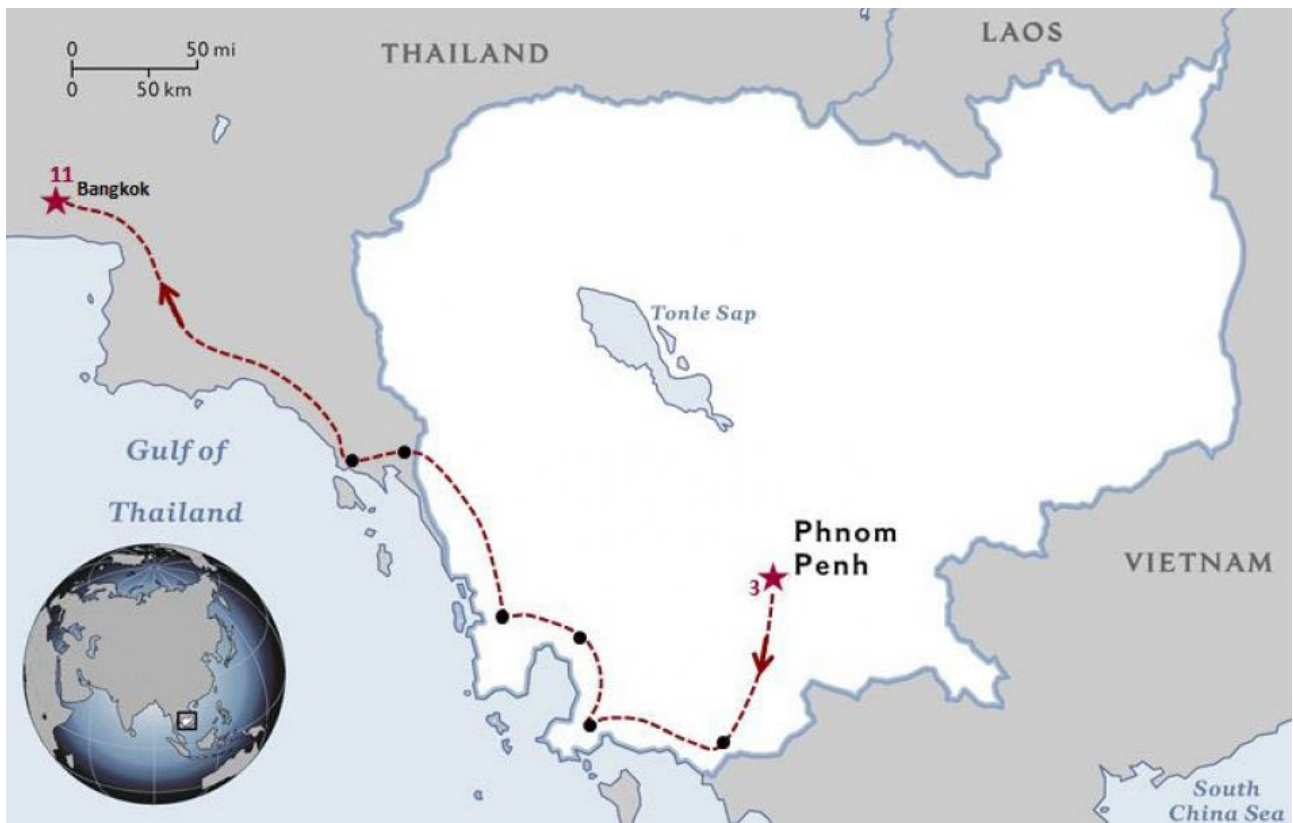




CAMBOYA

Imperio de Templos y Naturaleza en Mountain Bike.





LO MÁS DESTACADO DEL VIAJE A CAMBOYA EN BICICLETA

- *Ciudad colonial de Phnom Penh*
- *Parque Nacional Ream, con bonitas playas, manglares y selvas tropicales*
- *Divertidos momentos de Kayac, trekking y bicicleta en Tatai*
- *Pintorescas aldeas y formas de vida tradicionales*

El viaje en un Vistazo

DÍAS	ITINERARIO	ALIMENTACIÓN	ALOJAMIENTOS
1	Llegada Phnom Penh	.././..	Hotel turista
2	Phnom Penh/Kep	D/A/C	Resort
3	Kep/Parque Nacional Ream	D/A/C	Resort
4	Parque Nacional Ream/Chi Phat	D/A/C	Casa familiar
5	Chi Phat	D/A/C	Casa familiar
6	Chi Phat/Tatai	D/P/C	Lodge
7	Tatai	D/P/C	Lodge
8	Tatai/Trat (Tailandia)	D/A/C	Hotel turista
9	Trat/ Isla Koh Chang	D/A/C	Resort
10	Koh Chang/Bangkok	D.././..	Hotel turista
11	Bangkok	D.././..	Vuelo

D.- desayuno A.-almuerzo C.- cena P.- picnic

Nivel de Viaje

Nivel 2

Si regularmente sales con la bicicleta, forma parte de tu ocio los fines de semana, frecuentando pistas y senderos en buen estado, entonces es tu nivel.

Dificultad del Terreno

El estado físico es más importante que la capacidad técnica para los viajes de este nivel 2. Las superficies del terreno son suaves. Las distancias que podemos recorrer serán entre 35 día y un desnivel aproximado de 500m+

Duración viaje

11

Días en Bici

6

Horas de bici/día

4

Kilometros en bici

330

Tipo de viaje

Aventura en bicicleta de montaña,

MONUMENTOS NATURALES DE CAMBOYA, UN VIAJE EN BICICLETA

Bike Experience Tours ha diseñado un **viaje en bicicleta a Camboya** completamente diferente al resto. Nos alejamos de los templos y de la historia para adentrarnos en los "monumentos naturales" y vivir en bosques de manglares, playas aisladas de arena blanca, cascadas, ríos, las montañas Cardamomo, un exótico y exuberante paisaje, donde con pequeños barcos vamos a poder descubrir pintorescos **pueblos pesqueros en el Golfo de Tailandia.**

En esta zona, tendremos la oportunidad de pasar dos noches en un agradable resort junto al mar y observar garzas, grullas, monos y si la suerte está con nosotros, hasta ¡¡¡pitones!!

Llegaremos a las montañas más remotas, donde vive **el tigre de Indochina**, elefante asiático y cocodrilo siamés que han sobrevivido gracias a los **Jemeres Rojos** que los utilizaban durante las guerrillas para mantener controlados a los madereros. Pasaremos dos noches en una comunidad, cerca de cascadas, ríos, aldeas, y cruzamos la frontera, continuaremos la aventura por tierras de Tailandia donde pondremos punto y final a nuestra experiencia asiática, relajándonos en sus tranquilas playas.

Un viaje de aventura en bicicleta en 9 días para descubrir de otra forma Camboya.

Detalles del Viaje

FECHAS DE SALIDA -- LLEGADA

Febrero 25, 2018 -- Marzo 07, 2018

Junio 17, 2018 -- Junio 27, 2018

Julio 22, 2018 -- Agosto 01, 2018

Septiembre 16, 2018 -- Septiembre 26, 2018

Octubre 21, 2018 -- Octubre 31, 2018

PRECIOS POR PERSONA

Precio: 1980€

TAMAÑO GRUPO

Grupo Min/Max: 2/10

SUPLEMENTOS

370€

Servicios Incluidos

- Bicicleta, casco y herramientas de reparación
- Traslados incluidos (sin guía)
- Vehículo de apoyo para todo el viaje
- Transporte de las bicicletas
- Alojamientos en hoteles de categoría turista y resort según cuadro
- Alimentación según cuadro
- Guía local de habla inglesa, buen conocedor de la ruta con conocimientos de primeros auxilios
- Axa Seguro de asistencia en viaje y 1.000 € en gastos de cancelación

Servicios No Incluidos

- Vuelos internacionales ni nacionales. Consúltanos podemos gestionarlos desde 600 € aprox. reservando con antelación.
- Alimentación no especificada en el cuadro.
- Actividades y visitas
- Entradas a los lugares a
- Extras personales como bebidas, lavandería, teléfono...etc.
- Propinas.
- Visados
- Tasas aéreas y aeropuerto
- Cualquier otro concepto no mencionado como incluido.

Itinerario detallado

Día 1.- Llegada Phnom Penh

Llegada, traslado al hotel y resto del día libre.

Capital del reino de Camboya, está situada estratégicamente en la confluencia de los ríos Mekong y Tonlé Sap y es la ciudad más europea del sudeste asiático.

Día 2.- Phnom Penh/Kep

Bici: 45 km

Por la mañana encuentro con el guía y el resto del equipo para salir en vehículo hacia la provincia de Takeo parando en el memorial de los campos de exterminio de presos políticos durante el reinado de los Jemer Rojos y continuar hacia Banteay Meas donde tendremos un picnic campestre para coger fuerzas y disfrutar con nuestra primera experiencia en bicicleta por Camboya. Unos 45 km nos llevarán por un terreno plano y firme con bonitas vistas sobre la bahía y los verdes bosques tropicales hasta Kep.

Día 3.- Kep/Parque Nacional Ream

Bici: 80 km

Salimos del hotel en bicicleta hacia Phnom Chhngok para visitar un templo construido en una cueva entre los siglos VII y VIII, el recorrido será corto atravesando pintorescas aldeas de pescadores llegaremos a Kampot para tomar el almuerzo junto al río. Por la tarde, un traslado de una hora aprox. en vehículo nos lleva hasta el parque nacional Ream, donde volvemos a disfrutar de la bicicleta y recorrer sus miles de aisladas playas y manglares. Noche en un resort de este paradisíaco lugar

Día 4.- Parque Nacional Ream/Chi Phat

Bici: 12 km

Hoy tenemos un corto recorrido en bicicleta pero muy divertido donde tendremos que demostrar nuestras habilidades para pedalear por un sendero firme pero con tramos de arena ¡cuidado en las curvas!... así llegaremos hasta de una excomandante Jemer Rojo y desde allí al puerto donde un barco nos llevará de regreso a la playa, durante el recorrido observaremos cómo pescan los lugareños a orillas de los manglares. Después del almuerzo en vehículo nos trasladamos hasta Piphot y un ferry nos dejará en Chi Phat donde una familia nos está esperando para pasar la noche en su casa. Esta comunidad, está dedicada a preservar el entorno natural y abandonar la caza y la tala que fueron sus únicos modos de ingresos durante años.

Día 5.- Chi Phat

El día de hoy está solamente dedicado a los entusiastas de la bicicleta ¡!, todo el día iremos por pistas alternando tramos arenosos ó embarrados, ¡ ánimo con la aventura !! podemos hacerlo cualquier persona, de cualquier nivel, solo es tener ganas de divertirnos y para compensarlo haremos paradas en la multitud de cascadas que hay en la ruta, refrescantes baños que nos animarán a seguir. Por la tarde regreso a la casa, donde nuestra familia nos habrá cocinado una exquisita y succulenta cena con productos típicos de la zona.

Día 6.- Chi Phat/Tatai

Bici: 60 Km

Por la mañana despertaremos pronto con los sonidos de la aldea y después del desayuno tendremos la oportunidad de divertirnos con los lugareños plantando un árbol. Después nos pondremos en ruta, cruzando el río hasta Trapueng donde comienzan las colinas, hoy nos toca carretera asfaltada con muchas irregularidades y un paisaje selvático a ambos lados, un contraste sorprendente. Después del almuerzo, nos encontramos con la cascada Tatai donde podemos darnos un reconfortante baño y con un barco navegaremos por el río Kep hasta nuestro lodge para pasar la noche. Tiempo libre para disfrutar con un kayak, pasear o simplemente contemplar el paisaje y descansar.

Día 7.- Tatai

Hoy descansan nuestras piernas, un merecido día libre para opcionalmente explorar el río en kayak, realizar un trekking o descansar.

Día 8.- Tatai/Trat (Tailandia)

Bici: 42 km

Nos vamos a despertar con los sonidos de la jungla para tomar un tranquilo desayuno, antes de salir en un corto recorrido en bote hasta el punto donde nos esperan ya nuestras bicicletas. Comenzamos a pedalear por una carretera con irregularidades, muy tranquila hacia la ciudad fronteriza de Koh Khong, despidiéndonos ya de tierras camboyanas y de todo nuestro equipo, porque una vez pasada la frontera serán nuestros amigos tailandeses quienes nos recibirán con las bicicletas ya preparadas y así continuar viaje hasta Trat, con visitas a varios pueblos de pescadores antes de llegar al hotel.

Día 9.- Trat/ Isla Koh Chang

Bici: 50 km

Koh Chang es la segunda isla más grande de Tailandia, por eso ¡vamos a disfrutar de ella!, comenzamos el día por una carretera relativamente plana para despedirnos de la bicicleta cruzando el río Trat vamos a ir visitando en ruta templos y multitud de pintorescas aldeas que nos irán animando los 50 km que tenemos por delante. Después de degustar un típico almuerzo tailandés, una hora de vehículo nos dejará en el puerto para salir en ferry hacia Koh Chang, famosa por sus playas de arena blanca y ser un refugio de tranquilidad. Llegaremos al resort y resto del tiempo libre hasta la cena

Día 10.- Koh Chang/Bangkok

Hotel hasta las 12.00 hrs

Mañana libre para disfrutar de la playa y regreso a Bangkok. Llegada al hotel y resto del tiempo libre.

Día 11.- Bangkok

Hotel hasta las 12.00 hrs. A la hora indicada traslado al aeropuerto y fin de los servicios.

Posibilidad de ampliar noches en Bangkok o disfrutar de las exóticas playas. Consultar opciones.

Informaciones Técnicas

DIFICULTAD DEL VIAJE

Este viaje está clasificado en el nivel 2 de 5 (medio), unos 330 km combinando pistas, senderos en buen estado, carreteras con irregularidades, secundarias y tranquilas. Generalmente el terreno es plano, con algunos desniveles en los últimos días en la zona más montañosa.

Este viaje lo puede hacer cualquier persona que se encuentre en forma y con ilusión. No requiere experiencia anterior pero si el manejo habitual de la bicicleta.

VEHÍCULO DE APOYO

El vehículo de apoyo siempre va cerca, cualquier incidencia y/o cansancio durante la ruta, siempre es posible continuar en vehículo hasta llegar al alojamiento.

En caso que vayamos por pistas, senderos donde el vehículo no pueda tener acceso, siempre tendremos

puntos de encuentro con él a lo largo del recorrido.

Los guías son expertos conocedores del terreno y con conocimientos de primeros auxilios.

Todo el equipaje y carga va en el vehículo. Sólo tienes que llevar una pequeña mochila con agua, cortavientos, forro etc.. y objetos personales, el resto lo lleva el vehículo

EQUIPO DE BICICLETA

-Bicicleta

-Casco (obligatorio)

-Silbato (recomendable)

-Mochila pequeña (de unos 15/20L)

-Gafas de sol

-Crema protectora (factor alto)

-Ropa de abrigo, lluvia y corta vientos.

-Guantes cortos

-Guantes largos de abrigo

-Guantes largos impermeables para países de climas fríos

-Ropa cómoda para la bicicleta, Maillot/Culote (Recomendable corto y largo de abrigo)

-Siempre contaremos con material de protección para el frío, la lluvia y el viento sobre la bicicleta, este puede ser más ligero para aquellos que lo precisen o usar el mismo que llevaremos como material recomendado.

-Zapatillas cómodas para bicicleta, automáticas o deportivas dependiendo del tipo de pedales, para aquellos que contraten las bicicletas de alquiler en destino, podrán llevar sus pedales automáticos desde España para ponérselos allí.

-Cantimplora ó sistema de hidratación

-Linterna ó frontal y pilas de repuesto

EQUIPO Y MATERIAL RECOMENDADO PARA EL VIAJE

Ropa cómoda de viaje adaptada a un clima caluroso y húmedo en verano y fresco y seco en invierno.

Calcetines y pañuelo (para entrar a los templos), gorro o visera, gafas de sol, navaja multiusos y linterna.

Mochila En tiempo de monzón (desde julio a mediados de septiembre) y en abril y mayo: Calzado deportivo/sandalias de goma/ capa de lluvia o chubasquero /bañador/ sudadera o camiseta de manga larga (por los aires acondicionados y por los mosquitos)

En los meses secos (octubre a marzo): añadir un forro polar y prescindir de capa de lluvia o chubasquero.

Bolsa de aseo (incluir toallitas húmedas, crema protección solar /protector labial).

Prismáticos y material fotográfico.

BOTIQUIN

Antibiótico de amplio espectro / analgésicos (Aspirina, Gelocatil, Nolotil...) / antiácido/ anti-inflamatorio/ antidiarreico/ antihistamínico/ laxante/ pomada antibiótica/ desinfectante/ algodón/ tiritas/ venda/ esparadrapo/ repelente de mosquitos/ recomendable pomada o gel de recuperación para después de la bicicleta/vaselina.

Nota. Es importante que el lleves el equipo adecuado, para disfrutar del viaje. Si dudas algo consúltanos que podamos informarte.

Informaciones Prácticas

DOCUMENTACION

Camboya: Pasaporte en vigor, con una validez mínima de 6 meses.

A tramitar a la llegada en el aeropuerto (20 dólares , 2 fotos tamaño carnet).

Tailandia : Pasaporte en vigor, con una validez mínima de 6 meses.

Cartilla internacional de vacunación de fiebre amarilla, para los viajeros procedentes o que han pasado por zonas infectadas (países y zonas incluidas en las regiones endémicas).

* Para conocer la situación actual del país consultar la página WEB del Ministerio de Asuntos

<http://www.exteriores.gob.es/Portal/es/Paginas/inicio.aspx>

El pasaporte tiene que estar en buenas condiciones, bien encuadernado y con al menos una o dos hojas

en blanco por ambas caras.

SANIDAD

IMPRESINDIBLE consultar cualquiera de los Centros de Vacunación Internacional autorizados ya que pueden ser recomendables vacunas y tratamiento antipalúdico, cuya prescripción deberá realizarse de forma personalizada.

<http://www.exteriores.gob.es/Portal/es/Paginas/inicio.aspx>

SEGURO ASISTENCIA EN VIAJE Y GASTOS DE CANCELACION

Incluido en el precio Seguro de asistencia en viaje y gastos de cancelación:

Vacacional Complet Plus Experiences

Póliza específica para viajes combinados, con práctica de deportes de aventura. Incluye garantías sanitarias, 1.000 eur en gastos de cancelacion e incumplimientos de compañías transportistas.

Consultar otras opciones con Garantías superiores

ALOJAMIENTO

Hoteles de categoría turista o resort en habitaciones dobles con baño privado . Indicamos un listado de posibles alojamientos pero hasta el momento de la reserva pueden variar, aquí solo estamos informando de la categoría de los mismos y los definitivos serán entregados con la documentación del viaje

Phnom Penh

Kep Veranda Natural Resort.

P.N Ream Secret Garden.

Tatai Rainbow Lodge.

Trat Golden Cliff Beach.

Koh Chang Kacha Resort & Spa.

Se puede solicitar habitación **A COMPARTIR** , para evitar el suplemento individual. Hasta que el grupo no esté cerrado, no podremos garantizar este servicio, ya que SOLAMENTE depende, que otra persona en el grupo también desee compartir habitación. Para ello, tomaremos como referencia la fecha de la recepción del depósito y se confirmará lo antes sea posible.

Consultar al tramitar la reserva. Gracias

DIVISAS

La unidad monetaria de Tailandia es el BAHT (THB).

La unidad monetaria es de Camboya es el Riel camboyano (KHR).

Puedes consultar la equivalencia en <http://www.xe.com/es/currencyconverter/>

El US dólar es aceptado en todos los lugares, pero en las zonas rurales se recomienda llevar moneda local. El cambio de puede realizar en cualquier banco de las ciudades más grandes, aeropuerto y casas de cambio. Si te sobra moneda local, debes cambiarla antes de la salida, porque fuera de Tailandia y de Camboya no será posible convertirlos en US dólar.

La tarjeta de crédito solo son aceptadas en las grandes ciudades y en los resort, pero nunca en zonas rurales. Recomendamos llevar dinero en efectivo y solo la tarjeta para cosas excepcionales.

Recomendamos calcular unos 20 Us dólar al día y por persona.

PROPINAS

Recomendamos llevar mejor dólares americanos, unos 15-20 por día, es típico al final del viaje dar una cantidad en concepto de propina la guía y al conductor que corresponde al nivel de satisfacción por el servicio recibido, sugerimos unos 3-4 usd por persona y día es apropiado

CLIMA

Este viaje vamos a encontrarnos un clima tropical com mucha humedad y calor. En Tailandia es exactamente igual para los últimos días.

De Marzo a Junio es calor y seco con temperaturas entre 27° y 35° con noches que bajan a los 20°. De julio a octubre es la estación lluviosa, con fuertes lluvias intermitentes y temperaturas más bajas. De Octubre a Febrero las temperaturas van desde los 20° a los 30 °

ALIMENTACIÓN

Alimentación incluida según cuadro, basada en los típicos platos de la zona noodles, sopas, verduras,

arroz, algo especiadas. La cocina Camboyana es una mezcla de platos Franceses, Tailandeses y Chinos y durante el viaje se podrá degustar y disfrutar su variedad.
Durante los tiempos de recorridos en bicicleta, el agua está incluida así como frutas y algún "snack" para mantener la energía.

TASAS DE AEROPUERTO

Son impuestos por la utilización de los aeropuertos que se pagan en efectivo, directamente, antes de realizar el embarque.

Tailandia: no hay tasas de aeropuerto.

Camboya: 25 dólares aprox.

EXTENSIONES AL VIAJE

Este viaje podemos ampliar la estancia en las playas, en Siem Rep para visitar los templos de Angkor Wat, Bangkok o cualquier zona de Tailandia o del sudeste asiático. Consultar posibilidades.

Información y Reservas

Datos Personales

Nombre

Apellidos completos exactamente iguales al documento con el que vayas a viajar

Dirección de tu domicilio habitual, ciudad, código postal

Teléfonos de contacto y correo electrónico

Pasaporte escaneado o DNI para los viajes en Europa

Datos de Reserva

Seguro de viaje básico está incluido.

Indicar si seguro complementario o no. En caso de no indicarlo, se procederá a tramitar el seguro básico en un plazo de 24 hrs desde recibir el depósito de la reserva.

Habitación. Indicar si habitación compartida o Individual con suplemento indicado.

Nota: Hasta que el grupo no esté cerrado, no podremos garantizar este servicio, ya que SOLAMENTE depende, que otra persona en el grupo también desee compartir habitación. Para ello, tomaremos como referencia la fecha de la recepción del depósito y se confirmará lo antes sea posible.

Depósito.

Un pago a cuenta del 40% del total del viaje por transferencia o con Tarjeta

Transferencia bancaria: Banco Popular

ES06 0075 0349 460601118121 (BIC): POPUESMM

Titular: Trekking y Aventura

Tarjeta de crédito Visa y/o Masterd Card y pasarela de pago seguro, consúltanos tus claves de acceso

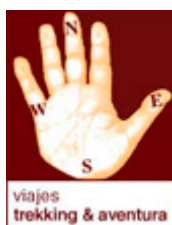
Procedimiento de Reserva

Una vez recibido el depósito, recibirás por mail el justificante de pago.

15 días antes de la salida, enviaremos por correo electrónico la factura para proceder al segundo pago y entregar la documentación del viaje digitalmente.

Las informaciones contenidas en este dossier, han de tomarse única y exclusivamente a título informativo, estando sujetas a posibles variaciones.

Viajes Trekking y Aventura declina toda responsabilidad por cualquier circunstancia derivada de una interpretación errónea de la información arriba publicada.



Organización técnica

Trekking y Aventura S.L

CICMA 1.038

NIF B28945582

Ventura Rodríguez 15 28008 Madrid España

Telf. 00 34 91 522 86 81

www.trekkingyaventura.com

info@trekkingyaventura.com