

Tailandia y Camboya: Bangkok y Siem Reap

A tu aire flexible en noches, 9 días

Los monumentos más deslumbrantes de
Tailandia y Camboya, a tu alcance

Si quieres disfrutar de destinos exóticos y explorar grandes complejos arqueológicos con total libertad, éste es tu viaje. Te hemos preparado un recorrido que te llevará a descubrir lo mejor de la capital tailandesa, Bangkok, y los templos de Angkor, situados cerca de Siem Reap, para que puedas empaparte de estas maravillas a tu ritmo.

¿Dejarás que te lo expliquen?

TAILANDIA Y CAMBOYA: BANGKOK Y SIEM REAP, A TU AIRE FLEXIBLE EN NOCHES

Descubre lo mejor del sudeste asiático a tu ritmo

Bangkok, la capital de Tailandia, es una de las ciudades asiáticas más occidentalizadas. En esta magnífica urbe, podrás disfrutar de ambientes tan exóticos como diversos. Atrévete a recorrer sus calles, avenidas y mercados, degustando sus irresistibles especialidades culinarias o visitando algunos de sus múltiples y coloridos templos. Atrévete a perderte por sus bulliciosas y caóticas calles y maravíllate ante la simpatía de sus gentes.

Y tras esta experiencia, te aguarda **Siem Reap**, el principal polo turístico de Camboya. No en balde, se halla a 6 km del complejo de templos hinduistas y budistas de Angkor, declarados Patrimonio de la Humanidad por la UNESCO.

Es más que recomendable presenciar cómo el sol ilumina esta maravilla al amanecer, o pasear por el Old Market, donde podrás encontrar prácticamente de todo. Además, una de las cosas que destacan como en toda ciudad turística son sus puestos de artesanía y *souvenirs*.

¡No te lo pierdas!

DESCUBRE EL PROGRAMA DEL VIAJE

Día 1: España–Bangkok

Volaremos a Bangkok, la capital de Tailandia. Noche a bordo.

Día 2: Bangkok

Después de aterrizar en el aeropuerto de destino, traslado al hotel. El resto del día, podrás aprovechar para empezar a recorrer la ciudad con total libertad. Alojamiento.

Día 3: Bangkok

Tras el desayuno, tendrás el día libre para seguir recorriendo por tu cuenta la capital tailandesa. Alojamiento.



Día 4: Bangkok

Desayuno en el hotel y día libre para que acabes de apurar tus últimas horas en Tailandia. Alojamiento.

Día 5: Bangkok–Siem Reap

Después de desayunar, nos desplazaremos al aeropuerto para salir en vuelo destino Siem Reap. Llegada y traslado al hotel elegido. Alojamiento.

Día 6: Siem Reap

Desayunaremos en el hotel y, a continuación, tendrás el día libre para empezar a recorrer los principales reclamos de Siem Reap y sus inmediaciones por tu cuenta. Alojamiento.

Día 7: Siem Reap

Jornada libre en régimen de alojamiento y desayuno para que explores los alrededores de Siem Reap, donde se hallan los templos de Angkor.

Día 8: Siem Reap

Un día más, y después de desayunar, dispondrás de una jornada libre para recorrer Siem Reap y los monumentos que se alzan cerca de esta ciudad. Alojamiento.

Día 9: Siem Reap–España

Desayuno en el hotel y traslado al aeropuerto para tomar el vuelo de vuelta a España. Llegada y fin de nuestros servicios. ¡Deseamos que esta experiencia haya respondido a tus expectativas y que tengamos ocasión de volver a vernos muy pronto!

Tailandia y Camboya: Bangkok y Siem Reap, a tu aire flexible en noches

Duración: 9 Días

Visitando: Bangkok, Siem Reap

Salidas: desde enero 2021 hasta diciembre 2021

Salidas desde: Málaga, Barcelona, Bilbao, Madrid, Palma De Mallorca, Santiago de Compostela, Valencia

Tipo de circuito

Para Parejas

Arqueológicos

Precio Garantizado

Confirmación Inmediata

Noches Flexibles



VISITAR EL MERCADO FLOTANTE DE DAMNERN SADUAK

Sumérgete en un espectáculo incomparable navegando por los canales

Pocas estampas resultan más características de este país asiático que sus mercados flotantes. Sin duda, se trata de

un estallido de color, olores y sensaciones que nadie debería perderse en su primera visita a Tailandia. De ahí que descubrir el **mercado de Damnern Saduak** resulte una asignatura obligada durante tu estancia en Bangkok. Y para que pruebas comprobarlo, te invitamos a no dejar pasar esta increíble excursión, con la que disfrutarás de momentos irrepetibles.

Esta aventura se inicia a primera hora de la mañana, saliendo de nuestro hotel en Bangkok con dirección a Damnern Saduak. Una vez allí, realizaremos un emocionante **paseo en barca** para vivir en primera persona su vibrante día a día, marcado por el ajetreo de los comerciantes, quienes **venden sus productos de barca a barca o desde su propia embarcación a la orilla**.

Huelga decir que te sorprenderán la gran variedad de bienes y productos que allí se pueden comprar, aunque destacan los productos del campo. ¿Hay mejor ocasión para poner en práctica tus dotes de negociación?

Tras el paseo, nos acercaremos al espectacular **Phra Pathom Chedi**. Situado en Nakorn Pathom, se trata del monumento budista más alto del mundo.

Para redondear esta increíble visita, degustaremos un succulento almuerzo en **Samphan Riverside** y, por último, disfrutaremos de **un espectáculo cultural en el Jardín de las Rosas que nos acercará un poco más a la cultura local**. A lo largo de la función, veremos representaciones de una boda tailandesa, la ordenación de un monje, una demostración de *muay thai* (boxeo tailandés), una lucha de espadas y, finalmente, danza clásica y folclórica de

todos los rincones de Tailandia.

¿Sabías que...

...al boxeo tailandés también es conocido como el “arte de las ocho armas”?

Este sobrenombre que recibe el *muay thai* se debe a que, a diferencia de otras variantes del boxeo, **se practica utilizando los dos puños, los dos codos, las dos rodillas y los dos pies**. Por este motivo, se trata de una disciplina muy exigente, en la que los boxeadores pueden perder más de 1.000 calorías en una hora.

Asimismo, **el *muay thai* es también un símbolo nacional de la historia y la identidad del reino de Tailandia**. Sus orígenes hay que buscarlos en el *muay boran*, una variante tradicional que entronca con las artes marciales. De todos modos, no hay que perder de vista que **en otras zonas del sudeste asiático también existen disciplinas similares**, como el *prodal*, propio de Camboya; el *muay lao*, de Laos; el *tomoy*, vigente en Malasia, o el *lehwei*, de Myanmar (la antigua Birmania).



Detalles de la experiencia

Duración

El paseo en barca toma unos 45 minutos, aproximadamente. A esto habría que añadir el traslado a la zona, que se halla a unos 120 km del centro de Bangkok.

Qué necesitas

Una cámara de fotos y tener los ojos bien abiertos para presenciar un espectáculo único.

Recomendaciones

Si deseas aprovechar esta salida para hacer compras, negocia a la baja el primer precio que te pidan. Aquí, como en muchos otros países asiáticos, el regateo está a la orden del día.



ASISTIR A UNA CENA-CRUCERO POR EL RÍO CHAO PHRAYA

Contempla la ciudad iluminada mientras disfrutas de la mejor música en vivo

¿Existe un lugar mejor en Bangkok para contemplar la ciudad que las aguas del río Chao Phraya? Te garantizamos que con ninguna otra opción disfrutarás más de esta cosmopolita urbe. Por eso, te animamos a participar en una espectacular cena-crucero a bordo de una embarcación.

No tendrás que preocuparte de nada: nosotros nos encargaremos de todo. A la hora acordada, uno de nuestros representantes en la zona vendrá a buscarte a tu hotel y te llevará hasta el muelle, donde subirás a bordo de un barco con aire acondicionado y dotado de todas las comodidades.

Durante la travesía, **desfilarán ante tus ojos las imágenes más impactantes del área metropolitana de Bangkok**, cuyos templos y rascacielos iluminados dan paso a una panorámica nocturna única. De especial interés resulta el Palacio Real, cuya silueta te hipnotizará. Además de la capital tailandesa, también **tendrás ocasión de contemplar la villa de Thonburi**, que se alza sobre el banco derecho (occidental) del Chao Phraya.

Y entretanto, saborearás una riquísima cena bufet en la que **no faltarán algunos platos típicos de la cocina tai. Todo ello amenizado con música en vivo.**

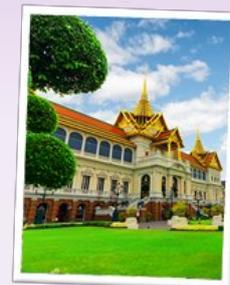
¿Se puede pedir más?

¿Sabías que...

...el nombre completo de la ciudad de Bangkok consta de **167 letras**, y de 191 si nos fijamos en su transliteración más culta? Con semejante registro, no es de extrañar que sea el topónimo oficial más largo del mundo.

De hecho, el nombre ceremonial íntegro es el siguiente (toma aire si deseas leerlo en voz alta): Krung Thep Mahanakhon Amon Rattanakosindra Mahinthara Ayutthaya Mahadilok Phop Noppharat Ratchathani Burirom Udomratchaniwet Mahasathan Amon Piman Awatan Sathit Sakkathattiya Witsanukam Prasit,

Esta denominación tan poco manejable se traduce como sigue: “**Ciudad de ángeles**, la gran ciudad, la ciudad de joya eterna, la ciudad impenetrable del dios Indra, la magnífica capital del mundo dotada con nueve gemas preciosas, la ciudad feliz, que abunda en un colosal Palacio Real que se asemeja al domicilio divino donde reinan los dioses reencarnados, una ciudad brindada por Indra y construida por Vishnukarn”.



Detalles de la experiencia

Duración

Unas 3 horas, aproximadamente.

Qué necesitas

Cámara fotográfica y trípode, para que puedas captar las mejores fotos del increíble paisaje nocturno de Bangkok.

Recomendaciones

Prepárate para llevarte a casa un recuerdo imborrable de la capital tailandesa.



VISITAR LOS CANALES DE BANGKOK Y EL TEMPLO DE LA AURORA

Déjate seducir por uno de los rincones más pintorescos de la capital tailandesa

¿Quieres conocer la esencia más genuina de Bangkok y, al mismo tiempo, maravillarte ante una de las joyas arquitectónicas de la capital? Si es así, te invitamos a sumarte a este sugerente recorrido, en el que podrás contemplar los **canales del río Chao Phraya** y, además, extasiarte ante uno de los templos más espectaculares de la ciudad.

Iniciaremos el recorrido en el cauce fluvial que riega las calles de Bangkok, y que alimenta los numerosos canales que atraviesan el trazado urbano. En ellos, seremos testigos del peculiar día a día de los habitantes de la zona, que viven del agua y por el agua. Por el momento, te escatimaremos los detalles, para que esta estampa te sorprenda aún más.

Durante el recorrido, también efectuaremos una parada en uno de los iconos más famosos de Bangkok: el **templo de la Aurora o Wat Arun**. Este imponente edificio debe su nombre a Aruna, el dios hindú del alba, ya que, según cuenta la leyenda, el rey Taksin llegó a la salida del sol a la devastada ciudad de Ayutthaya, en octubre de 1767.

La torre central del santuario (o *prang*) posee una altura de 82 m, lo que la convierte **en la más alta de Bangkok**. No menos llamativo resulta su estilo arquitectónico, de factura jemer, que evoca a los templos camboyanos. En las esquinas del templo, verás otros cuatro *prangs* de menor altura, si bien todas ellas están decoradas con **porcelana china**. Por lo que atañe a su ornamentación, también te llamarán poderosamente la atención los guardias chinos que custodian el recinto, y que te transportarán por un momento al arte y la cultura del gigante asiático. ¡No te lo pierdas!

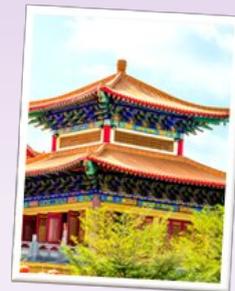
¿Sabías que...

...Bangkok es una ciudad con una influencia marcadamente china, lo que también se refleja en su arquitectura?

De hecho, la presencia del gigante asiático en Bangkok es incluso anterior a su fundación, cuando Thonburi Si Mahasamut no pasaba de ser un pequeño puerto comercial chino junto al río Chao Phraya. En la década de 1780, coincidiendo con el reinado de Ranma I, se contrató mano de obra china para construir la nueva capital tailandesa. No obstante, los chinos ya estaban instalados en la zona, y fueron reubicados en los distritos de Yaowarat y Sempeng (la actual Chinatown).

Además, también durante el reinado de este monarca, fueron muchos los habitantes que empezaron a prosperar: no era extraño verles controlar tiendas y negocios. Los europeos que visitaron la ciudad en la década de 1820 se sorprendieron del gran número de barcos comerciales chinos que había, hasta el punto de creer que esta nacionalidad era la que más abundaba en Bangkok. Y no sólo eso: **los nuevos ricos chinos dieron pie al nacimiento de las primeras élites de Tailandia, además de la realeza (los denominados *jôw sôoa* o señores del comercio).**

Ya en tiempos de Ranma III, la ciudad empezó a asimilar numerosos rasgos de la cultura del llamado País del Centro, como el diseño, la moda, la literatura y, por supuesto, la gastronomía. Por si fuera poco, los matrimonios sino-siameses se multiplicaron, por lo que, a principios del siglo XX, resultaba casi imposible hacer una distinción clara entre ambas etnias.



Detalles de la experiencia

Duración

Entre dos y dos horas y media. La visita tiene lugar por la tarde.

Qué necesitas

Una cámara de fotos y tener los ojos bien abiertos. ¡Esta visita te enamorará!

Recomendaciones

El recorrido tiene un precio por persona de unos 1.350 bahts, aproximadamente.



DISFRUTAR DE UNA CENA TRADICIONAL Y DE UN ESPECTÁCULO DE DANZA

Acércate a la cultura tai tradicional

Si te encanta saborear los platos típicos de los países que visitas y, al mismo tiempo, quieres acercarte a la cultura autóctona, no dejes de asistir a esta magnífica cena, amenizada con música y danzas tradicionales de las diferentes regiones de Tailandia.

Sin duda, recordarás esta experiencia durante mucho tiempo.

Para empezar, degustaremos **una abundante cena tradicional, servida al estilo clásico**. Incluso, los comensales deberán quitarse los zapatos y sentarse en el suelo tal como lo hacen los propios tailandeses. Aunque al principio puede resultar chocante, no ha mejor manera de impregnarse de la vida local.

Y para redondear la velada, **asistiremos a los más coloridos y llamativos bailes de este fascinante país**. Algunas de ellas tienen cientos de años de antigüedad, ya que surgieron durante los primeros compases del reino de Siam.

Durante el desarrollo de la función, serás testigo de los numerosos puntos de contacto existentes entre el teatro y el baile. Además, la danza-drama moderna, conocida como *lakhon phut* ('drama hablado') y el *lakhon rong* ('drama cantado') fueron introducidos en el siglo XIX para acercar a Tailandia a la estética occidental. Una iniciativa en la que la monarquía tuvo mucho que ver: por ejemplo, el rey Rama IV, que gobernó entre 1851 y 1868, escribió, produjo y dirigió diversas obras de este tipo.

¿Sabías que...

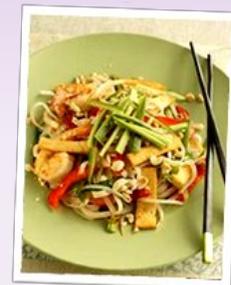
...los tailandeses se rigen por numerosas normas de cortesía en la mesa que, incluso, condicionan la manera de sentarse de los comensales?

Estas estrictas pautas varían en función de si se es hombre o mujer.

Así, los varones deben tomar asiento con las piernas perfectamente cruzadas, mientras que las féminas deben hacerlo de lado, cargando el peso del cuerpo sobre la cadera. No obstante, tanto unos como otros han de procurar no mostrar en ningún momento las plantas de los pies, que han de llevarse desnudos.

Por otro lado, se considera de mala educación estar de pie o sentarse en una posición más elevada que el resto de las personas que rodean la mesa (mueble que, por cierto, no suele superar los 25 o los 30 cm de altura).

Otras reglas que conviene tener en cuenta es **sonreír siempre e inclinarse cada vez que alguien ofrezca algo.**



Detalles de la experiencia

Duración

Variable, aunque la cena y la función llevarán unas 3:00 h.

Qué necesitas

Apetito y ganas de presenciar un espectáculo realmente diferente. ¡Te aseguramos que nunca olvidarás esta noche!



CONOCER UNA DE LAS CIUDADES FLOTANTES DEL TONLÉ SAP

Visita el mayor lago de agua dulce del sudeste asiático

El **Tonlé Sap** (literalmente '**lago Sap**') se encuentra en Camboya y **tiene una extensión variable** que puede oscilar entre los 2.500km² —en la época más seca— hasta los más de 20.000 km² durante la época de lluvias. Este lago se alimenta de numerosos afluentes que llegan de todas partes, y da lugar además en su zona sur al río Sap, que fluye hasta unirse con el río Mekong para terminar desembocando ya en territorio vietnamita. El lago Sap conforma el **mayor ecosistema hídrico del sudeste asiático**, con una gran biodiversidad, y estuvo muy **vinculado además al complejo arqueológico de los templos de Angkor**.

Buena parte de la gente que reside en las casas flotantes del lago tienen origen vietnamita, **viven principalmente de la pesca** y toda su vida cotidiana gira alrededor del medio acuático. Existen **varias aldeas flotantes cercanas a Siem Reap** que pueden visitarse contratando algún circuito programado, así como algunas otras algo más alejadas como la de **Kompong Khleang** —una de las **mayores comunidades** humanas que se agrupan en este lago.

¿Sabías que...

...durante la época de los monzones el río Sap invierte el curso del agua, portando el agua en dirección contraria a su sentido habitual?

Este curioso fenómeno, que **sólo se produce aquí y en el río Nilo**, es consecuencia de las abundantes lluvias que se acumulan durante los **monzones –entre junio y diciembre–** en el río Sap y en el Mekong, provocando además una espectacular crecida del tamaño del lago Tonlé Sap. La normalización del sentido de la corriente acuática, que aporta grandes beneficios a las comunidades que allí habitan, es **celebrada con la Fiesta del Agua**.



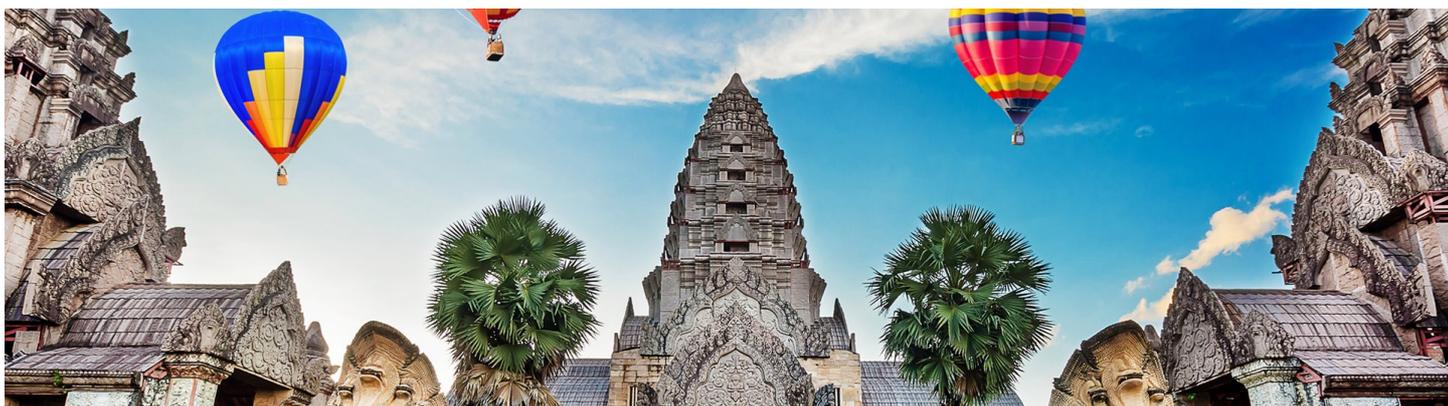
Detalles de la experiencia

Duración

Variable, dependiendo del circuito contratado y de la distancia a la que se encuentre la población que queremos visitar.

Qué necesitas

Muchas ganas de sumergirse en la vida cotidiana de los camboyanos que viven en el lago y una cámara de fotos para no perderse ningún detalle.



SOBREVOLAR EN GLOBO LOS TEMPLOS DE ANGKOR

Presencia el amanecer o la puesta de sol con los vestigios del Imperio jemer a tus pies

Si admirar los majestuosos **templos de Angkor** ya constituye un espectáculo único en sí mismo: ¿te imaginas cómo sería la sensación de contemplar esta maravilla arqueológica sin parangón a vista de pájaro?

Te invitamos a que dejes de contempla este sueño como una oportunidad y que te animes a avistar desde el aire esta joya arquitectónica del Imperio jemer.

Aunque en Internet no abunda la información acerca de esta actividad (al menos, en castellano), tu guía te proporcionará toda la información que precisas para disfrutar de esta increíble aventura.

Independientemente de la opción que elijas —ya sea un trayecto convencional en globo aerostático o bien ascender y descender en un globo fijado al suelo—, el paraje selvático en el que se despliegan los templos de Angkor te dejará sin palabras. Ante tus ojos, desfilará un rosario de campos de cultivos y arrozales pintados de un verde intenso, además de una frondosa naturaleza selvática. Y como colofón, Angkor Wat, la perla de Camboya, declarada **Patrimonio de la Humanidad por la UNESCO en 1992**. ¿Qué más se puede pedir?

Y no te preocupes por los posibles mareos: el globo aerostático es un medio de transporte totalmente seguro y muy estable, por lo que puedes olvidarte de tomar medicación alguna antes de este periplo. Tan sólo tendrás que preocuparte de tener tu cámara de fotos o de vídeo siempre a mano.

¿Sabías que...

...los primeros tripulantes de un globo aerostático fueron una oveja, un gallo y un pato, que regresaron a tierra sanos y salvos?

La increíble historia de este medio de transporte se inicia con la imagen de dos hermanos franceses, **Joseph-Michel y Jacques-Étienne Montgolfier**, sentados junto a una fogata. Al ver el humo que ascendía de la misma, empezaron a interesarse por este fenómeno y decidieron investigar al respecto. Gracias a sus experimentos, llegaron a la conclusión de que el aire caliente era más liviano que el aire frío, y no dudaron en intentar sacar partido de esta propiedad.

Así, **en septiembre de 1782, los Montgolfier lanzaron su primer prototipo de globo**, y poco después, el 4 de junio de 1783, llevaron a cabo una demostración pública con un globo de diez m de diámetro en un mercado francés, confeccionado con papel y tela.

No obstante, la prueba de fuego para los audaces hermanos tendría lugar en septiembre de aquel mismo año, cuando congregaron a 130.000 personas en los jardines de Versalles para admirar su globo. **Entre los asistentes, no faltaron el rey Luis XVI, la reina María Antonieta** y algunos cortesanos, que fueron testigos de cómo se elevaban en su interior los animales anteriormente citados. Así, las dos aves y la oveja protagonizaron una nueva versión, esta vez a pequeña escala, del arca de Noé.

Un mes después, **Jean-François Pilâtre de Rozier se convertiría en el primer ser humano en volar en globo.**



Detalles de la experiencia

Duración

El vuelo en sí suele durar de 30 a 40 minutos, a lo que hay que sumar el tiempo de desplazamiento hasta el lugar en el que se prepara el globo y se inicia el recorrido, así como el trayecto de regreso al hotel (10 minutos en ambos casos). Los vuelos matutinos comienzan sobre las 06:10 h, y los de la tarde, alrededor de las 17:00 h.

Qué necesitas

Tener los ojos bien abiertos, ya que un espectáculo así no se ve cada día.

Recomendaciones

Los vuelos en globo aerostático no suelen estar disponibles en la época estival a causa del monzón, por lo que debes tener en cuenta este detalle a la hora de planificar tu viaje (normalmente, la temporada de vuelos en globo va de diciembre a marzo). El precio de la actividad es de unos 125 dólares por persona. No obstante, si optas por un globo fijado en tierra (sólo sube y desciende, en un lapso de 10 minutos), el precio es de unos 15 dólares.



DAR UN PASEO EN HELICÓPTERO SOBRE ANGKOR

Vive una experiencia única sobrevolando la selva camboyana y el lago Tonglé Sap

El impresionante **Angkor Wat**, situado a 5,5 km de Siem Reap, no sólo ha sido merecedor de entrar a formar parte del **Patrimonio de la Humanidad de la UNESCO en 1992**, sino también de haberse convertido en el principal reclamo turístico de Camboya. Además, es el mayor y el mejor conservado de los templos de Angkor, la capital del desaparecido Imperio jemer, y **está considerado como la mayor estructura religiosa jamás construida**.

Con esta carta de presentación, ¿quién puede negar que este tesoro no merece ser contemplado en todo su esplendor desde las alturas? Y para ello, te proponemos **admirarlo mientras realizas un intenso recorrido en helicóptero**. Por si esto fuera poco, durante el trayecto también te permitirá sobrevolar el bellissimo lago conocido como **Tonlé Sap**.

Esta aventura dará comienzo en el **aeropuerto de Siem Reap**, donde el piloto te brindará toda la información que necesitas para disfrutar al máximo de esta experiencia, y te irá indicando durante el vuelo todos aquellos lugares que merecen un especial interés. Te aconsejamos que tengas cerca tu cámara cuando pases sobre Angkor Wat, cuya construcción fue impulsada por Suryavarman II, quien reinó entre 1113 y 1150. Pese a sus generosas dimensiones, el complejo te parecerá casi insignificante desde el cielo.

Dotado de una estructura ceremonial y un fuerte defensivo, este recinto sin igual también destacaba por los estanques que presidían sus jardines y sus bajorrelieves y motivos ornamentales, inspirados en la epopeya hindú del *Ramayana*.

¿Se le puede pedir más a tu paso por Siem Reap?

¿Sabías que...

...el antiguo Imperio jemer, vigente entre el año 802 y 1431, llegó a abarcar, además de la actual Camboya, lo que hoy es el territorio de Tailandia, Vietnam, Laos, Malasia y parte de Myanmar (la antigua Birmania)?

Surgido como una escisión de los reinos de Chenlá y de Funán, tuvo como capital la ciudad sagrada de **Angkor**, situada a las afueras de Siem Riep y al norte de Tonlé Sap, el lago más impresionante de la geografía camboyana.

Angkor Wat, construido en el siglo XII, acabaría consolidándose como el gran centro político y religioso del Imperio. Este vasto complejo, **entre cuyas murallas habrían llegado a vivir unas 20.000 personas, servía como templo principal**, pero también daba cabida a las dependencias del **palacio real**.



Detalles de la experiencia

Duración

El vuelo tiene una duración aproximada de 20 minutos. No obstante, esta actividad puede incluirse en viajes de un día completo.

Qué necesitas

Dejarte llevar (¡nunca mejor dicho!) y tener los ojos bien abiertos.

Recomendaciones

El precio aproximado del vuelo es de unos 200 dólares por persona.



PRESENCIAR ESPECTÁCULO DE PHARE, CAMBODIAN CIRCUS, EN SIEM REAP

Contempla acrobacias y malabares imposibles de la mano de jóvenes artistas locales

¿Quién dijo que los templos de Angkor eran la única atracción turística de Siem Reap? Aunque es cierto que esta joya arqueológica es el buque insignia por antonomasia de Camboya, esta localidad también encierra otras sorpresas capaces de sorprender gratamente al recién llegado. Y los fascinantes espectáculos de **Phare, Cambodian Circus**, son una de ellas.

Además de ofrecer una variada oferta de números de humor, mímica, malabarismos y acrobacias al más puro estilo del Cirque du Soleil, este original circo da a conocer talento de artistas camboyanos con una historia de superación a sus espaldas.

De hecho, los actores y actrices que participan en los *shows* diarios de Phare

se han formado en Phare Ponleu Slepak (PPS), una asociación que apuesta por educar a través del arte en la ciudad de Battambang. Los alumnos son jóvenes abandonados, atendidos en orfanatos o nacidos en el seno de familias desestructuradas. Surgida hace más de dos décadas, esta organización fue **fundada por nueve niños y su profesor de arte, después de regresar a sus hogares procedentes de campos de refugiados** tras la caída de los Jemeres Rojos.

En un primer momento, se crearon una escuela de arte privada y otra pública para brindar formación gratuita, y que **actualmente acoge a unos 1.200 estudiantes**. Le siguieron una escuela de música y teatro y, por último, la escuela de circo que ha acogido a los artistas que verás en escena.

Si quieres aprovechar al máximo tu estancia en Siem Reap, te invitamos a que vuelvas a sentirte como un niño bajo la carpa de un circo, mientras das apoyo a una iniciativa altruista y

con una clara motivación social. **¡No te lo pierdas!**

¿Sabías que...

...se estima que entre 1,5 y 3 millones de camboyanos perdieron la vida entre 1975 y 1979, bajo el régimen de terror instaurado por los Jemeres Rojos?



Durante estos cuatro años, Pol Pot y sus colaboradores trataron de poner en marcha una utopía socialista basada en el ideario maoísta y estalinista y sustentada en el trabajo agrario. De ahí que, en 1975, **2 millones de personas residentes en las ciudades —las llamadas *gentes del 17 de abril*— fueran trasladados al campo engañados.**

Una vez allí, y tras ser instalados en comunas, los trabajos forzados generalizados —sólo se permitía una jornada de descanso cada 10 o 15 días—, la malnutrición, las torturas y las ejecuciones masivas y arbitrarias —algunas de ellas motivadas por el mero hecho de saber leer, necesitar gafas o llevar una ortodoncia— acabaron con la cuarta parte de la población del país.

En 1979, la invasión de Camboya a manos de las tropas vietnamitas puso fin al régimen de Pol Pot, quien fue sentenciado a muerte en rebeldía. Sin embargo, el exdictador fallecería a causa de un paro cardíaco en 1998, a los 72 años de edad.

Hasta la fecha, se han descubierto más de 20.000 fosas comunes de ciudadanos represaliados, la mayoría de las cuales salieron a la luz entre 1995 y 1996. Actualmente, **Camboya es el país del mundo con un mayor número de personas desaparecidas.**

Detalles de la experiencia

Duración

Depende del espectáculo. No obstante, todas las funciones suelen llevarse a cabo de lunes a domingo a partir de las 20:00 h. En cuanto a la cafetería del recinto, ésta abre sus puertas a las 18:00 h.

Qué necesitas

Simplemente, ganas de pasarlo bien, mientras ayudas a dar una segunda oportunidad a jóvenes en riesgo de exclusión social.

Recomendaciones

Se aconseja contactar con el circo para confirmar los horarios, ya que éstos pueden sufrir cambios respecto a la programación que se anuncia en el sitio web de Phare. En cuanto al precio de las entradas, éste oscila entre los 18 y los 35 dólares, en el caso de los adultos, y entre los 10 y los 18 dólares, para los niños de 5 a 11 años. Para más información, se recomienda consultar el siguiente enlace: <http://pharecircus.org/>.



Guía de Tailandia

En un país cuyo nombre significa ‘Tierra de los libres’, no es de extrañar que la diversidad sea la nota dominante. Y es que en este destino mágico conviven sin fricciones ascetas y polígamos de las tribus de montaña; ciudades cosmopolitas como Bangkok y playas tropicales casi vírgenes; modernos *resorts* y pueblos que, pese a su belleza, permanecen ajenos al *boom* del turismo...

Todo esto y mucho más es Tailandia: un territorio cuyo suelo también es rico en contrastes. Así, **sus 513.115 km² —un poco más que España— se vertebran en cuatro zonas bien diferenciadas:** el norte, surcado de imponentes cadenas montañosas; la vasta planicie central, que comprende gran parte del delta del río Cha Phraya y una extensa región agrícola muy poblada irrigada por numerosos canales; la meseta de Jorat, situada en el noreste y de escasa elevación, y por último, las colinas del sur, abundantes en riqueza mineral (con el estaño como punta de lanza) y bendecidas por magníficas islas y playas.

Pero si variada resulta su geografía, no lo es menos su apasionante historia. Una **trayectoria que arranca 5.000 años atrás**, cuando la zona que hoy ocupa Tailandia fue ocupada por los pueblos australo-asiáticos

siameses establecieron el reino de Ayutthaya junto al Cha Phraya. La unificación de los distintos territorios llegó en 1776 de la mano de Taksin, rey de Thonburi, y en 1782, Rama I fundó la dinastía Chakri (aún reinante) e instaló la capital en Bangkok.

En 1826, los británicos derrotaron a los birmanos y lograron la franquicia para importar opio en Siam. Más adelante, el rey Rama IV (1851-1868) les concedió, al igual que a los franceses y estadounidenses, derechos de comercio y extraterritorialidad, antes de que su sucesor, Rama V (1868-1910), aboliera la esclavitud y modernizara el país. En 1932, una revolución convirtió la monarquía absoluta en otra de carácter constitucional, y en 1939, el país abandonó el nombre de Siam para adoptar su denominación actual.

Hoy, Tailandia es uno de los centros turísticos más apreciados del sureste asiático. Y no sólo por sus extraordinarios paisajes y playas, sino por su patrimonio arquitectónico en forma de magníficos templos. Un aspecto en el que ha influido decisivamente el **budismo theravada, que es la religión del 94% de los 67 millones de habitantes de este país indispensable.**

mon y jemer. Éstos eran los habitantes de la zona cuando, en el siglo I d.C., llegaron allí los tais procedentes de China, y se asentaron en los deltas de los ríos Mekong y Menam. En el siglo VI, los mons fundaron el reino de Dvaravati; en 1238, los tais se constituyeron en el reino de Sukhotai, y en 1350, los

Si a esto le sumamos una de las tradiciones culinarias más prestigiosas del mundo, entenderemos por qué la tierra tailandesa es uno de esos lugares que deben visitarse por lo menos una vez en la vida.

¿Sabías que...

...algunos tailandeses se visten todos los lunes con una prenda amarilla, para recordar que ése es el día en que nació Bhumibol Adulyadej (Rama IX), el actual rey de Tailandia?

Ésta es sólo una prueba del respeto reverencial que existe en este país hacia la figura de su monarca, el noveno mandatario de la dinastía Chakri y en el trono desde 1946.

Otros ejemplos de la protección de que es objeto Rama IX es la **prohibición de criticarle** (la ley prevé penas de prisión para aquellos que se atrevan a hacerlo en público) o el hecho de que las carreteras del país exhiban enormes fotografías del mandatario. En este último caso, llama la atención que se trate de imágenes antiguas: en ellas, el rey muestra un aspecto juvenil... pese a que vino al mundo en 1927.

PUNTOS DE INTERÉS





Chiang Rai



Koh Samui



Krabi



Lampang



Phayao



Phuket



Sukhotai



Gastronomia





i INFORMACIÓN ÚTIL

Preparando el viaje

Documentación necesaria

Si eres español/a, **necesitarás un pasaporte con una validez superior a seis meses para entrar en Tailandia**. En el caso de que tu estancia sea turística, no tendrás que tramitar el visado.

El plazo máximo de permanencia en este país será de 30 días si accedes por vía aérea, y de 15 días si lo haces por la frontera terrestre. Asimismo, debes de tener presente que no es posible extender ese plazo cuando la entrada se ha efectuado sin visado. Por otro lado, cualquier estancia superior a 30 días con fines turísticos exige la obtención previa del visado en una Embajada o Consulado de Tailandia. Las autoridades tailandesas no permiten entrar y salir del país indefinidamente cada 15 o 30 días, y podrían llegar a denegarte la entrada si consideran que resides ilegalmente en el país.

También debes de tener en cuenta que superar el límite de estancia permitido es considerado un delito grave. Éste se castiga con una pena de 500 baths (unos 12 euros) por día de estancia, hasta un límite de 20.000 baths (alrededor de 483 euros).

Por otra parte, es ilegal residir y trabajar en Tailandia sin el correspondiente visado y permiso de trabajo. Si tu intención es instalarte en este país, deberás tramitar tu visa en las Embajadas o Consulados de Tailandia.

Vacunas y salud

No hay ninguna vacuna obligatoria para aquellos visitantes que no procedan de un país afectado por la fiebre amarilla. De todos modos, se recomiendan las vacunas contra la hepatitis A y B para aquellos viajeros que no hayan sido vacunados contra las mismas o que no hayan padecido esta enfermedad; la vacuna contra la fiebre tifoidea, sobre todo para quienes viajen por su cuenta y sin garantías sobre el control de alimentos y agua que van a ingerirse, y la vacuna contra el tétanos y la difteria, para evitar las complicaciones que se puedan derivar de una herida, una quemadura o un arañazo.

También se recomienda la vacuna contra la encefalitis japonesa a quienes visiten zonas rurales; contra la gripe y contra la rabia, enfermedad de la que son portadores algunos animales salvajes.

A su vez, el Ministerio de Sanidad tailandés ha alertado de la alta prevalencia de dengue,

agravada por el inicio de las lluvias. El mayor número de casos se ha registrado en el centro y norte del país. Los síntomas del dengue son parecidos a los de la gripe: fiebre, dolor muscular, náuseas y escalofríos. Si tienes fiebre, debes acudir inmediatamente al médico y excluir la opción de automedicarte. Tomar aspirinas (ácido acetilsalicílico) puede ser peligroso. A pesar de que el dengue se cura con reposo, en ciertas variantes puede ser mortal. Evita las picaduras de mosquitos, causantes de la transmisión de la enfermedad, empleando para ello repelentes especiales para zonas tropicales.

Como en muchos otros países no occidentales, no se debe beber agua no embotellada. Asimismo, te aconsejamos comer verduras y frutas previamente lavadas con agua y algún desinfectante y peladas.

Por otro lado, también hay una elevada incidencia de enfermedades de transmisión sexual, sobre todo del sida.

Si viajas a Tailandia, te aconsejamos contratar un buen seguro médico. En este sentido, ten en cuenta que los hospitales sólo aceptan los pacientes previa garantía del pago. En general, los centros hospitalarios, particularmente en Bangkok, son de alto nivel y con un personal muy cualificado. Sin embargo, son caros: de ahí la conveniencia de estar cubierto por un seguro. Si decides contratarlo, recuerda que desde el 22 de mayo del 2014, una junta militar ha asumido la administración del país y ha instaurado la ley marcial, que en octubre del 2014 aún seguía vigente.

En relación con esta cuestión, ten en cuenta que, bajo esta ley, la mayor parte de los seguros de viaje y seguros médicos no cubren las eventualidades que puedan suceder durante el viaje, por lo que te recomendamos encarecidamente consultar con tu compañía aseguradora sobre las posibles exclusiones antes de viajar a Tailandia.

Ropa y material recomendados

Independientemente de la época del año en la que realices el viaje, te aconsejamos llevar contigo **ropa fresca y ligera** (el algodón y el lino son tejidos ideales para el clima tropical de Tailandia). Por descontado, en tu equipaje debes incluir **bañador** para disfrutar de las playas y *spas* del país.

Si tienes previsto viajar en enero o diciembre, o bien prevés visitar las áreas montañosas del norte del país —como Chiang Mai, Chang Rai o Pae—, **te recomendamos meter en tu maleta alguna camisa o camiseta de manga larga, así como un suéter o una chaqueta fina para las noches**, ya que a esas horas suele refrescar. Del mismo modo, tener a mano un chubasquero te será de gran utilidad, tanto si llueve como si tienes previsto realizar un viaje en barco.

Por otro lado, no olvides que en algunos hoteles de lujo o en determinados locales y restaurantes se debe llevar **ropa adecuada durante la cena**.

Si tienes intención de visitar templos budistas, recuerda que los hombres deben usar pantalones largos, y las mujeres, una indumentaria que no sea demasiado corta o ajustada. También tendrás que descalzarte siempre antes de acceder a un recinto sagrado o a una casa particular. Lo mismo ocurre si participas en alguna comida o cena tradicional. De lo contrario,

este descuido será visto como una grave falta de respeto.

Por último, ten siempre al alcance un **buen repelente antimosquitos específico para zonas tropicales**, ya que estos insectos son transmisores de enfermedades como el dengue.

Diferencia horaria

La hora oficial en Tailandia a lo largo de todo el año es GMT+7. Por lo tanto, son seis horas más que en la España peninsular y Baleares durante el horario de invierno (de finales de octubre a finales de marzo) y cinco horas más durante los meses restantes.

En el destino

Moneda

La moneda oficial del país es el bath tailandés o THB (1 euro equivale a unos 41,35 baths), que se divide a su vez en 100 satangs. Actualmente, hay monedas de 25 y 50 satagans y de 1, 2, 5 y 10 baths. Las piezas más antiguas tienen los números únicamente en tai, mientras que las nuevas también incluyen los números arábigos. La moneda de 2 baths, introducida en el 2007, resulta algo confusa, ya que se asemeja mucho a la de 1 bath por su tamaño y diseño.

En cuanto a los billetes, los hay de 20 baths (verde), 50 baths (azul), 100 baths (rojo), 500 baths (violeta) y 1.000 baths (beis). Hasta la década de 1990, se utilizaban billetes de 10 baths. Aunque éstos están hoy fuera de circulación, aún se puede ver alguno de forma esporádica, por lo que debes rechazarlo si alguien intenta ofrecértelo al darte cambio.

Por lo que respecta a las **tarjetas de débito** emitidas en tu país de origen, éstas te permiten retirar dinero en efectivo en los cajeros automáticos de Tailandia, aunque sólo en baths. Del mismo modo, esta forma de pago es aceptada por la mayoría de hoteles, restaurantes y hoteles del país, sobre todo Visa, MasterCard y American Express.

A la hora de cambiar euros por baths, encontrarás el mejor tipo de cambio en los bancos, a pesar de que casi todos cobran comisiones.

Idioma

El idioma oficial de Tailandia es el tai o siamés, originario de la India y con influencias del sánscrito y el pali. **En la mayoría de hoteles, restaurantes y tiendas de los centros turísticos y de las principales ciudades entienden y hablan el inglés.** Sin embargo, el conocimiento de esta lengua entre la población es limitado. Lo mismo ocurre con otros idiomas occidentales, entre ellos el español, cuyo grado de conocimiento es muy escaso.

Electricidad

La corriente eléctrica en Tailandia tiene una potencia de 220 voltios y una frecuencia de 50 hercios. Sin embargo, en este país se emplean diversos enchufes: de tipo A (dos clavijas planas), B (tres clavijas planas), C (dos clavijas cilíndricas) y F (dos clavijas redondas y más gruesas, habituales en aparatos de gran potencia, como aires acondicionados o calentadores). Por eso, **te recomendamos que pongas en tu maleta un adaptador.**

Tasas del país

No hay que abonar ninguna tasa antes de entrar o salir del país. Aunque hace algunos

unos años sí había que pagar una cuota al abandonar Tailandia (unos 700 baths, equivalentes a 15 euros), las autoridades locales optaron por repercutir dicho importe en los precios de los billetes de avión, con el fin de favorecer la llegada de turistas.

Compras

Los productos nacionales más típicos son la seda tailandesa, **las antigüedades, la artesanía en madera, las esculturas de bronce, la cerámica** (destacando la roja de Dan Kwian o la de cinco colores, *benjàrong*, típica del centro del país), **los artículos lacados, el marfil, las sombrillas de papel de arroz y las piedras preciosas y semipreciosas** (ten en cuenta que Tailandia es uno de los mayores exportadores de esta mercancía a nivel mundial). Si optas por adquirir alguna gema, hazlo en establecimientos que te ofrezcan garantías, ya que los vendedores ambulantes suelen ofrecer piedras auténticas, aunque de una calidad inferior a la anunciada.

También **es habitual que los turistas se hagan tatuajes rituales o que disfruten del tradicional masaje tailandés en templos budistas** y establecimientos acondicionados para ello. Por otro lado, no olvides que Tailandia está considerado como uno de los mayores paraísos del *shopping* a escala internacional.

Aduanas

La ley de aduanas prohíbe introducir más de 200 cigarrillos (un cartón) por persona. Si te excedes de esta cantidad, la multa es de 467,50 baths (alrededor de 10 euros) por paquete si los cigarrillos son para consumo propio, o de 701,25 bahts (unos 29 euros) si son para uso comercial. El límite de alcohol que se puede introducir en Tailandia es de un litro por persona. Esta ley se aplica tanto a viajeros con destino a Tailandia como a aquellos que están en tránsito.



Guía de Camboya

Adentrarse en Camboya es sinónimo de hacer un fascinante viaje en el tiempo. Y no sólo por los espectaculares **templos angkorianos que salpican su geografía**, testigos mudos del esplendor que insuflaron los monarcas jemer, sino también por la pervivencia de numerosas actividades tradicionales que siguen articulando la vida en el campo.

Y es que poco han variado sus usos y costumbres a lo largo de los siglos: dedicados a una vida rural y sencilla, ajenos a las prisas y sin abandonar sus variedades dialectales o su lengua materna, las gentes de la Camboya más auténtica siguen fascinando y cautivando al viajero.

Todo ello sin olvidar la **gran variedad paisajística** de este seductor país asiático, en la que no faltan las grandes extensiones selváticas, los lagos de origen volcánico, las playas de arena blanca moteadas de cocoteros y las islas deshabitadas.

Camboya es cuanto queda del desaparecido **Imperio jemer**, que llegó a abrazar la actual Tailandia y gran parte de Indochina. Éste alcanzó su momento de máximo apogeo en el siglo XII, aunque las presiones de las

más tarde, el país recuperó su soberanía formal como Estado asociado dentro de la Unión Francesa. No obstante, **la ansiada independencia no llegaría hasta los acuerdos de Ginebra, celebrados en julio de 1954**. Detrás de este hito se encuentra el rey Norodom Sihanouk (1922-2012).

En 1970, el monarca sería depuesto por el Parlamento, que instauró una república proamericana. En esa misma fecha estallaría la guerra, imbricada en el conflicto bélico que libraban Vietnam y Laos. La contienda finalizó en 1975 con la victoria del bando comunista, auspiciado por la República Popular China. A partir de entonces, y hasta 1979, **el país padecería el azote de Pol Pot y de los Jemeres Rojos**. El 6 de enero de este año, el ejército vietnamita, armado por la URSS, invadió la Kampuchea Democrática dirigida por el sanguinario dictador. Tras este episodio, Camboya dejó de existir y fue absorbida por Vietnam, cuyas tropas permanecerían en suelo jemer hasta septiembre de 1989. La guerra no acabaría hasta 1991, gracias a la conferencia de paz de París, si bien la guerrilla revolucionaria aún colearía unos años más.

naciones vecinas acabaron precipitando su ocaso. De este floreciente período han sobrevivido las construcciones de **Angkor Wat, un complejo de templos más amplio y extenso que el de Karnak, en Egipto.**

En 1863, los franceses establecieron un protectorado que puso fin a las luchas entre tais y annamitas, y en 1887, Camboya, Cochinchina, Annam y Tonquín fueron federados por los colonos galos bajo un gobernador general común.

Ocupada por Japón durante la Segunda Guerra Mundial, Camboya se convirtió en una monarquía constitucional en 1947 y, dos años

Con la muerte de Pol Pot en 1998 y la rendición de los últimos Jemeres Rojos al año siguiente, la mayoría de las tropas rebeldes acabarían integrándose en la milicia camboyana.

En este período de paz, Camboya ha experimentado un desarrollo tímido, aunque firme, auspiciado por el turismo: una actividad en auge, por los incontables motivos que podrás conocer durante tu paso por esta tierra de leyenda.

Susadey!

¿Sabías que...

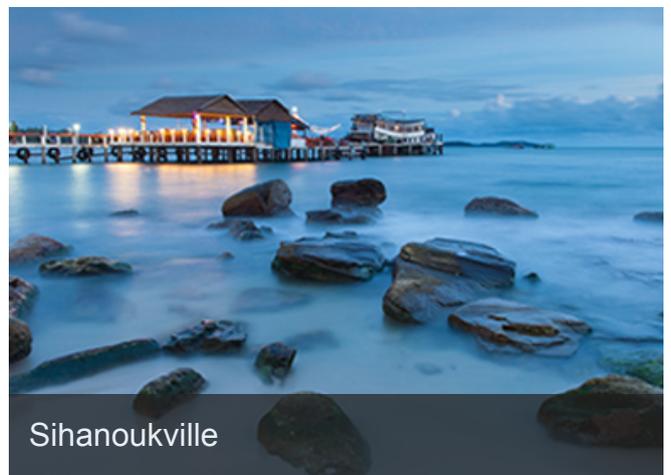
...el alfabeto de la lengua camboyana o jemer —el idioma oficial de Camboya, cuyo número de hablantes oscila entre los 16 y los 23 millones— es el abecedario que tiene más letras del mundo?

Aunque pueda resultar desconcertante, esta lengua exige el uso de **72 letras, de las cuales 32 son vocales** (con lo sencillo que es aquello de a, e, i, o, u, ¿verdad?).

No obstante, este no es la única particularidad del jemer. En efecto, también está **considerado como uno de los idiomas vivos más antiguos del planeta.** Se sabe que deriva del sánscrito y el pali, de la familia lingüística malaya denominada monjemer. Ésta cuenta a su vez con un gran número de dialectos hablados en Tailandia, Myanmar, Laos y Vietnam, así como en Camboya

PUNTOS DE INTERÉS







i INFORMACIÓN PRÁCTICA

Consejos para preparar tu viaje

Documentación necesaria

Para entrar en Camboya, necesitas **un pasaporte con una validez mínima de seis meses y un visado**, que se concede para una estancia máxima de hasta tres meses.

Puedes obtener el visado de una sola entrada en la frontera camboyana terrestre o bien en los aeropuertos. Para poder tramitar este documento, es necesario presentar el pasaporte y dos fotos de carnet. El precio de la gestión es de 20 dólares estadounidenses.

Vacunas y salud

No hay ninguna vacuna obligatoria para viajar a Camboya, De todos modos, las autoridades sanitarias recomiendan la vacunación contra el tétanos, la encefalitis japonesa, la hepatitis A y B y el tifus, así como la vacuna antirrábica.

Por lo que respecta a las cuestiones sanitarias, **no debes beber agua que no sea embotellada**. Asimismo, las verduras y frutas deben comerse previamente lavadas con agua y algún desinfectante, o bien peladas.

Por otro lado, Camboya es **zona de malaria y dengue**, especialmente en la frontera con Tailandia y en las regiones del norte. Por esta razón se recomienda la ingesta de pastillas antipalúdicas y adoptar precauciones contra los mosquitos.

A su vez, existe el riesgo de contraer **esquistosomiasis**, una dolencia ocasionada por cierto tipo de gusanos con los que se entra en contacto al nadar o bañarse en agua dulce contaminada, sobre todo en el río Mekong, y **opisthorchiasis**, una enfermedad originada por determinados gusanos que pueden estar presentes en peces de agua dulce, y que se contrae comiendo pescado contaminado crudo o escasamente cocinado.

Finalmente, se aconseja mantenerse alejados de los mercados de aves, reservas naturales con aves y granjas. La misma precaución debe mantenerse con los cerdos, y tener especial cuidado con la ingesta de huevos, carne de aves y de cerdos, especialmente si son crudos.

Ropa y material recomendados

En tu maleta no puede faltar la **ropa de algodón**, con prendas que cubran los hombros, brazos y pecho, así los pantalones largos, tanto para poder acceder a los recintos religiosos (en algunos lugares no permiten entrar con las piernas al descubierto), como para protegerte del sol y los insectos. En este sentido, es aconsejable **cubrirse todo el cuerpo**

al amanecer y el atardecer, que son los dos momentos del día en que los mosquitos están más activos.

Asimismo, también es recomendable que tengas a mano **calzado cerrado y resistente** para caminar, que te será muy útil para hacer *trekking* y visitar Angkor.

Para las zonas de montaña, como los Cardamomos o la cordillera del Elefante, debes combinar ropa ligera y de abrigo, ya que suelen producirse cambios bruscos de temperatura, especialmente por la noche. También puede resultarte muy útil introducir en tu equipaje **un chubasquero o un paraguas**, especialmente si tu viaje tiene lugar en septiembre, que es el mes más lluvioso del año.

Si tienes pensado realizar excursiones, procura llevar contigo una gorra o sombrero, gafas de sol, protector solar, una chaqueta impermeable, líquido en abundancia (para prevenir posibles episodios de deshidratación en lugares como Angkor) y un **repelente antimosquitos con un contenido superior al 35% de DEET**.

Por último, se recomienda traer desde España un pequeño botiquín con analgésicos, antibióticos, antisépticos, antiestamínicos, antidiarréticos y lociones calmantes contra picaduras y alergias.

En la medida de lo posible, intenta tener en tu bolso o mochila **cuadernos, lápices y bolígrafos**, ya que los maestros de las escuelas rurales los repartirán entre los niños y niñas.

Diferencia horaria

La hora oficial en Camboya a lo largo de todo el año es **GMT+7**. Por lo tanto, hay **seis horas más de diferencia con la España peninsular y Baleares** durante el horario de invierno (de finales de octubre a finales de marzo) y cinco horas más durante los meses restantes.

En el destino

Moneda

La moneda oficial de Camboya es el **riel** (KHR), que se subdivide en 100 sens (aproximadamente, 4,5 rieleos equivalen a un euro). Actualmente, circulan billetes de 5, 50, 100, 200, 500 y 1.000 rieleos.

No obstante, **los dólares estadounidenses también se aceptan** como forma de pago en gran parte del país y, además, pueden obtenerse sin problemas en Phnom Penh, la capital camboyana. No obstante, a la hora de recibir el cambio en dólares, debes estar muy atento/a, ya que circulan por Camboya una cantidad considerable de billetes en dólares falsos, de todos los valores faciales.

Asimismo, es **posible pagar con el bhat tailandés y el dong vietnamita**, aunque con restricciones. Incluso, en algunos bancos, ambos se pueden cambiar por cualquier tipo de moneda fuerte de otros países.

Si estás en alguna de las principales ciudades camboyanas, podrás obtener dinero en metálico con tu tarjeta de crédito, a pesar de que las comisiones acostumbran a ser muy elevadas. No obstante, **en Camboya no hay cajeros automáticos y no es habitual que se acepten las tarjetas de crédito como medio de pago**.

Finalmente, los cheques de viaje sólo pueden ser canjeados con cierta facilidad en **Phnom**

Penh.

En Camboya, sólo se pueden cambiar euros en el Banco Público Camboyano (otras entidades aún no aceptan esta divisa), y en **Siem Reap**, en el Banco Mekong y el Banco Camboyano.

Idioma

Aunque **el jemer es la lengua oficial de Camboya, parte de la población también domina francés y el inglés.**

Este último se ha convertido con rapidez en el segundo idioma del país por delante del francés, que sigue siendo utilizado por muchos ciudadanos y ciudadanos (sobre todo aquellos que fueron escolarizados antes de los años setenta).

Electricidad

Al igual que en España, la corriente eléctrica en Camboya es de **220 voltios y 50 Hz**. Además, los enchufes que se utilizan son los mismos que en nuestro país (tienen dos clavijas redondas), por lo que **no necesitarás adaptador**.

Por otro lado, a pesar de que en Phnom Penh y Siem Reap el suministro es aceptable, en otras zonas del país son frecuentes los cortes de luz.

Tasas del país

Al abandonar el país, **tendrás que abonar en efectivo una tasa salida de unos 25 dólares estadounidenses**. En los aeropuertos de Phnom Penh y Siem Reap, también se permite efectuar el pago con tarjeta de crédito.

Compras

Sin duda, los productos más típicos son las artesanías, especialmente **los tejidos de seda, los trabajos de forja y las tallas de madera**. Después de décadas de ostracismo, los camboyanos están repreniendo con entusiasmo estas actividades de siempre.

Asimismo, en muchos mercados y establecimientos callejeros, es relativamente sencillo encontrar artículos como objetos de plata y otras joyas, piedras preciosas, tejidos artesanales confeccionados en lamé de oro y plata, cerámica, máscaras en papel maché, copias de antiguas piezas de arte jemer realizadas en piedra, figuras de bronce y latón, pinturas al óleo o sobre papel de arroz y los típicos **kramas**.

El *krama* es el traje tradicional camboyano, tanto para hombres como para mujeres, y consiste en un vestido largo y estrecho de seda o algodón. Podrás conseguir uno fácilmente en la mayoría de los mercados y tiendas del país.

Si deseas adquirir joyería durante tu viaje a Camboya, ten en cuenta que los productos están por debajo estándares internacionales, tanto en diseño como en ejecución.

Un lugar perfecto para hacer compras es el **mercado de Siem Reap**, donde podrás adquirir desde cajas y saleros de plata hasta planchas de hierro fundido.

Aduanas

Los pasajeros mayores de 18 años pueden importar libremente **200 cigarrillos** o la cantidad equivalente de tabaco, así como **una botella abierta de licor y de perfume para uso**

personal.

No existe ningún límite para entrada de divisas, pero es obligatoria su declaración en caso cantidades de cierta importancia. Sin embargo, ten en cuenta que está prohibido introducir o sacar rieles de Camboya.

Bangkok

La capital y puerto principal de Tailandia, convertida en el hogar de más de ocho millones de personas —sin contar su área metropolitana—, se **despliega en el delta del río Chao Phraya y a unos 40 km del golfo de Tailandia**. Hoy por hoy, esta vibrante y dinámica urbe puede jactarse de ser una de las pocas ciudades, si no la única, verdaderamente cosmopolita en un país en el que predominan los pueblos y aldeas. De ahí que se haya consolidado como su principal centro cultural y comercial.



Sede de numerosos bancos nacionales e internacionales, Bangkok también alberga las dependencias de la Comisión Económica y Social de las Naciones Unidas para Asia y el Pacífico (CESPAP) desde 1949. Todo ello sin perder de vista su innegable condición de capital cultural. En efecto, allí abren sus puertas diferentes universidades —como la de Chulalongkorn (1917) y la de Kasetsart (1943)—, la Academia de Bellas Artes, el Teatro Nacional, el Museo Nacional y el Centro de Documentación Nacional Tailandés.

Pero si Bangkok resulta generosa en cuanto a instituciones oficiales, no lo es menos por lo que respecta a sus monumentos. En efecto, sus calles y avenidas están repletas de templos budistas (o *wat*, como se denominan estos edificios en Tailandia). Entre los más famosos, cabe referirse al Wat Pho —donde se encuentra una de las más importantes escuelas de masaje tradicional tailandés— y el **Wat Phra Kaew o templo del Buda de Esmeralda** —depositario de la mayor escultura votiva del país—, ubicados en ambos casos en las inmediaciones del Palacio Real, o el Wat Phrachetuphon y el Wat Arun, que se encuentran en la localidad de Thonburi, sita sobre la orilla derecha del Chao Phraya. Esta población fue la capital del nuevo reino de Siam entre 1767 y 1782, tras la caída del reino de Ayutthaya y antes de la fundación del reino de Rattanakosin, momento en el que la capital se trasladó a Bangkok.

Del mismo modo, también resulta de notable interés arquitectónico el palacio Vimanmek, construido en 1900 durante el reinado del rey Rama V. Utilizado durante un corto período como residencia real, está considerado como el edificio de teca más grande del mundo.

A su vez, también resultan de visita obligada el mercadillo de Chatuchak y la colina artificial de Phukhao Thong. Emplazado en el área de Banglamphu, este montículo permite al viajero podrá disfrutar de unas vistas incomparables sobre Bangkok; un trazado capaz de armonizar como pocos templos ancestrales y los rascacielos más vanguardistas.

Chiang Mai

Además de ser la capital de la provincia del mismo nombre y la **segunda ciudad más importante de Tailandia**, esta interesantísima urbe —cuyo nombre significa ‘Ciudad Nueva’— es también el **principal polo cultural del norte del país**.



Fundada en 1296 por el rey Mengrai, esta localidad reemplazó a la cercana Chiang Rai como capital del reino de Lanna (1279-1774). La ciudad se enmarcaba en un recinto rectangular de 1,6 km x 2 km, rodeado por una muralla de cuatro accesos y un foso para protegerlo de la constante amenaza de los reinos de Birmania (hoy Myanmar). Parte de los muros, la puerta oriental y el foso se conservan en muy buen estado.

Con el declive de Lanna, Chiang Mai **fue ocupada por los reinos birmano y siamés**. En 1774, la ciudad pasó a manos del reino de Thonburi, surgido de las cenizas del recién desaparecido reino de Ayutthaya. Sin embargo, las invasiones birmanas continuaron y la ciudad fue abandonada a finales del siglo XVIII, antes de ser anexionada oficialmente a Tailandia durante el reinado de Rama V (1853-1910), quien gobernó de 1878 hasta su muerte.

Con la consolidación del nuevo reino de Rattanakosin, que sucedió al de Thonburi, **Chiang Mai fue adquiriendo una mayor relevancia en la vida económica y cultural del país, hasta convertirse en la segunda ciudad más grande de Tailandia**. El actual municipio fue establecido en el año 1915 como un distrito sanitario, y en 1935 obtuvo su estatus actual. En 1983, los límites municipales se ampliaron a 40.216 km², cifra que contrasta notablemente con la anterior (17,5 km²).

En el apartado de atracciones turísticas de Chiang Mai, cabe subrayar la presencia de templos de innegable interés arquitectónico, como el **Wat Phrathat Doi Suthep**, originario de 1383 y considerado como el más importante de la zona; el **Wat Chiang Man**, el más antiguo de la ciudad (su construcción se inició en 1306), el **Wat Phra Singh** y el **Wat Chedi Luang**.

Por lo que respecta a la oferta museística, habría que referirse al **Museo de Arte de la Ciudad** o el **Museo Nacional de Chiang Mai**. Además, en los alrededores se pueden visitar el **Parque Natural del Elefante** y el **Doi Inthanon**, cuyos 2.565 m hacen de este pico la montaña más alta de Tailandia.

El patrimonio cultural de Chiang Mai se completa con sus festivales populares, como el de la Flor o el Bang Sai Loi Krathong.

Chiang Rai

Chiang Rai, situada a 785 km de Bangkok, **es la capital de la provincia más septentrional de Tailandia**: un rincón que llama poderosamente la atención por su **diversidad paisajística, con grandes montañas al este y espectaculares llanuras aluviales que se despliegan junto al legendario río Mekong**, frontera natural que separa los Estados de Laos, Myanmar y Tailandia. A este rasgo se suma la extraordinaria **multiplicidad étnica**, que incluye tribus montañosas como los shans y los thais.



Ante tal despliegue de maravillas, no es de extrañar que esta pequeña urbe de poco más de 60.000 habitantes a veces pase desapercibida entre los turistas, quizás demasiado pendientes de los encantos naturales de la región.

Fundada por Phaya Mengrai en 1262 durante el reino de Lanna (1279-1774), Chiang Rai no fue territorio siamés hasta 1786. Asimismo, el territorio que rodea a la ciudad no alcanzó el estatus de provincia hasta 1910.

Entre sus principales reclamos turísticos, cabe referirse al **templo de Wat Phra Kaew** (o monasterio del Bosque de Bambú), que es el santuario budista más venerado de la ciudad. Cuenta la tradición que, en 1434, un rayo hizo que el *chedi* de este recinto se desmoronara, lo que permitió descubrir el célebre buda Esmeralda (en realidad, tallado en jade), la **estatua más popular de Tailandia**. En la actualidad, esta escultura puede admirarse en Bangkok.

Otros lugares de interés son el templo conocido como Wat Phra Singh, levantado a finales del siglo XIV por el rey Mahaphrom, y en el que se custodia una reproducción del mencionado buda. Además, el complejo **constituye uno de los mejores exponentes de la típica arquitectura tailandesa del norte**, con fachadas de madera y tejados bajos y amplios. Sus bellísimas puertas, también labradas en madera, son obra de artesanos locales.

Del mismo modo, merece la pena visitar los **templos de Wat Kang Wiang, de unos 500 años de antigüedad, y de Wat Phra That Doi Chom Thong, que se eleva sobre una colina**. Lo mismo ocurre con el **Museo Oub Kham**, en el que se exhiben numerosas piezas originarias del reino de Lanna; el **Museo y Centro de Educación de las Tribus de la Montaña, la cueva de Buda y el mercado local**.

Además, no muy lejos de allí, abren sus puertas los espectaculares **templo Blanco** (iniciado en 1997) y **templo Negro**, un lugar que es en realidad una curiosa galería de arte contemporáneo, diseñada por uno de los artistas nacionales más famosos.

Cerca de la frontera con Laos, también puede visitarse el **tradicional poblado de Don Xao**.

Koh Samui

La encantadora isla de Koh Samui —también conocida como Ko Samui o Samui—, se enmarca en el centro del golfo de Tailandia, en la parte sur del istmo de Kra y en la provincia de Surat Thani.

Situada a unos 25 km de la costa, sus 228 km² de superficie hacen de ella **la segunda isla más grande de Tailandia**, así como uno de los destinos turísticos más apreciados de este país asiático, gracias a sus playas de arena blanca salpicadas de cocoteros, sus arrecifes de coral y sus frondosos bosques recubiertos de naturaleza selvática. Como resultado de la afluencia de visitantes en las últimas décadas, la zona cuenta con **una amplia oferta hotelera y de restauración, así como pubs y otros establecimientos de ocio**.



Otro activo de Koh Samui es su privilegiada ubicación; sita a unos 35 km al noreste de la ciudad de Surat Thani, la isla se halla **en el corazón de un pequeño archipiélago formado por 85 islas**, de las cuales tan sólo seis están habitadas, que conforman el Parque Nacional de Mu Ko Ang Thong (topónimo que podría traducirse como ‘las Islas del Cuenco de Oro’). Además, otro importante destino vacacional, Ko Pha Ngan, se localiza unos pocos kilómetros más al norte.

La ciudad principal de Koh Samui es Nathon. Ubicada en la costa suroccidental, se trata de un puerto pesquero y un destacado nudo de comunicaciones entre las islas del archipiélago. Asimismo, es la sede del gobierno local y el corazón económico de la isla.

Bautizada como la Perla del Mar de China del Sur, Koh Samui ha experimentado un desarrollo relativamente tardío. Probablemente, estuvo deshabitada hasta el siglo VI, antes de ser colonizada por los pescadores de Malasia y el sur de China. En el año 1687, fue mencionada en unos documentos chinos con el nombre de Pulo Cornam, y hasta finales del siglo XX, fue una comunidad de pescadores, autosuficientes y aislados, que poco a poco fue entrando en contacto con la Tailandia continental. De hecho, hasta finales de la década de 1980, sólo contaba con caminos de tierra para que sus habitantes pudieran desplazarse de un lado a otro.

Actualmente, su principal actividad económica es la industria turística, ya que **la belleza de sus playas ha cautivado la atención de los visitantes extranjeros desde los años setenta del siglo pasado**. La construcción de su propio aeropuerto internacional en la década de 1990 ha servido para conectar la isla con el resto de Asia, al ofrecer vuelos diarios a Bangkok, Hong Kong o Singapur.

Además de sus extraordinarios paisajes, Koh Samui también da cabida a interesantes festivales, como los combates taurinos. Éstos son unos de los eventos más famosos de la isla y coinciden con ocasiones especiales, como las fiestas navideñas y de Año Nuevo (o Songkran). Asociados a unas normas que, por fortuna, nada tienen que ver con las corridas de toros, los animales son engalanados para la ocasión y bendecidos por monjes, quienes los rocían con agua bendita. El propietario del animal vencedor suele embolsarse una suculenta suma.

A esta tradición se suman el festival del Pueblo de los Pescadores, de cinco días de duración, que combina actuaciones musicales y degustaciones gastronómicas, y la regata de Samui, un torneo internacional que, desde el año 2002, atrae a competidores procedentes de países como Tailandia, Australia, Singapur, Japón o China.

Krabi

Esta ciudad es la capital de la provincia homónima, situada en la península de Krabi, en las costas del mar de Andamán y en el sur de Tailandia. Entre las provincias vecinas, se cuentan **Phang Nga, Surat Thani, Nakhon Si Thammarat, Trang** —repleta de bosques tropicales y Parques Nacionales— y, sobre todo, la turística **Phuket**, emplazada al oeste y sin frontera terrestre.



De todos modos, Krabi no necesita mirar a su alrededor en busca de reclamos que capten la atención de los turistas: sin ir más lejos, puede presumir de las impactantes y solitarias montañas de piedra caliza que forman islotes en el litoral (en este sentido, brillan con luz propia los archipiélagos de Lanta y Phi Phi). Por la belleza de sus paisajes y el magnetismo de sus bahías, no es de extrañar que éste fuera el lugar seleccionado para la filmación de *La playa* (2000), dirigida por Danny Boyle y protagonizada por Leonardo DiCaprio.

Pero si sus paisajes resultan fascinantes, no lo es menos su dilatada historia. De hecho, los primeros vestigios de ocupación humana en la provincia se sitúan entre los años 35000 y 25000 a.C. No obstante, para hallar el primer testimonio escrito hay que aguardar hasta el 1200 a.C., en pleno reino de Ligor, cuando la ciudad Ban Thai Samor era parte del mismo. En Tailandia moderna, la región de Krabi se administró desde Nakhon Si Thammarat, incluso después de 1872, cuando el rey Chulalongkorn concedió a Krabi el título de ciudad. Tres años después, en el lugar se convertiría en un Estado provincial.

En concreto, la ciudad de Krabi **se localiza en la margen occidental del río Mae Nam Krabi, a unos 1.000 km de la capital del país (Bangkok), y a 180 km de Phuket**. La orilla oriental está cubierta de frondosos manglares, mientras que el norte de la ciudad destaca por los macizos calizos gemelos de Khao Khanap Nam, que emergen majestuosamente del agua. Asimismo, esta localidad es un importante nudo de comunicaciones, ya que desde allí parten *ferries* que conectan esta población con las islas litorales.

Desde el punto de vista monumental, no hay que perderse el **Wat Tham Sua (o templo de la Caverna del Tigre)**, que abre sus puertas 8 km al noroeste de la ciudad. Asimismo, ningún visitante debe dejar de acercarse a su animado mercadillo nocturno, ubicado cerca del muelle de Khong Kha y repleto de lugares en los que disfrutar de una succulenta cena.

Lampang

Esta encantadora ciudad, situada al norte de Tailandia y con una población de 150.000 personas, exhibe orgullosa bellísimas mansiones, construidas por acaudalados empresarios del sector maderero, pero también un inagotable rosario de templos del reino de Lanna (1279-1774), muchos de los cuales son de madera.



La historia local destaca sobre la de la mayoría de poblaciones tailandesas por ser una de las más dilatadas. De hecho, se tiene constancia de que la provincia de Lampang ya estaba habitada en el siglo VII, durante el reino de Dvaravati (siglos VI-XIII). Según una leyenda, la ciudad fue fundada por el hijo de la famosa reina Chama Thew.

Al igual que ocurrió con Chiang Mai, Phrae y otras ciudades antiguas, Lampang se erigió en forma de rectángulo amurallado a orillas de un río (en este caso, el Mae Wang). Su verdadero apogeo llegaría entre finales del siglo XIX y principios del XX, cuando se convirtió en un importante centro comercial nacional e internacional gracias a la madera de teca. Parte de la responsabilidad fue de los británicos, quienes enviaron a expertos a la zona para enseñar a trabajar según sus pautas a los leñadores tailandeses y birmanos.

A pesar de su innegable belleza, Lampang es todavía poco conocida entre el turismo. Algo que no se corresponde con su nada desdeñable patrimonio monumental. Por ejemplo, allí se halla el templo conocido como **Wat Phra Kaew Don Tao**, uno de los cuatro santuarios del norte de Tailandia que llegó a albergar el mítico buda Esmeralda (en concreto, entre 1436 y 1468), imagen que hoy puede admirarse en Bangkok. Otros templos de interés son el **Wat Si Rong Meuang** y el Wat Si Chum, erigidos a finales del siglo XIX por artesanos birmanos; el **Wat Pongsanuk** Tai, uno de los pocos que aún ejemplifica el estilo Lanna original, y el **Wat Chedi Sao**, situado a 6 km al norte de la ciudad y depositario de un espectacular buda sedente de oro macizo del siglo XV, expuesto en un pabellón.

Del mismo modo, también merece la pena visitar el **Museo de Lanna** (abierto de las 07:00 h a las 18:00 h), donde se muestran objetos del reino de Lanna, especialmente de madera o de carácter litúrgico. Y para pasear, comer o hacer compras, nada mejor que dedicar un tiempo a recorrer la **calle peatonal de Th Talat Kao (o Kat Korng Ta)**, en la que conviven diversos estilos arquitectónicos (chino, inglés y birmano).

Phayao

Incluyendo a los propios tailandeses, son muy pocas las personas que han tenido ocasión de descubrir *in situ* esta **apacible y hermosa ciudad de 20.000 habitantes**. Situada en el norte de Tailandia y en la provincia del mismo nombre, esta localidad es uno de los secretos mejor guardados de esta tierra.



Conocida como la Viena del sureste asiático, Phayao descuella por el vasto **humedal de Kwan Pyahao** —el más extenso del norte del país—, que le confiere un aspecto muy diferente al de otras poblaciones tailandesas, así como un encanto natural difícil de igualar. Algo a lo que no son ajenas sus pintorescas calles, jalonadas de antiguas casas de madera y templos.

Además, por su privilegiada situación, se trata de una opción perfecta para aquellos turistas que viajen por su cuenta desde (o hasta) Chiang Rai y deseen hacer un alto en el camino.

Fundada en el siglo XII, esta población tiene como principal reclamo el ya citado Kwan Phayao. A pesar de que el origen de esta gran masa acuosa es natural, el nivel del agua se controla para que no llegue a agotarse durante la época seca. Gracias a la imponente presencia de las montañas cercanas, las marismas se despliegan en un marco de innegable belleza, y en el que las puestas de sol bien merecen la atención del viajero.

Por otro lado, el lugar permite disfrutar de diversos deportes al aire libre. Por ejemplo, desde el muelle (situado en el extremo sur de Th. Chai Kwan), es posible contratar excursiones en barca hasta las ruinas del **templo de Wat Tiloke Aram**, un santuario sumergido de 500 años de antigüedad. No muy lejos de allí, también se puede visitar **una piscifactoría en la que se permite dar de comer los peces por una pequeña cantidad.**

Finalmente, por lo que respecta a la arquitectura religiosa, el edificio más emblemático de Phayao es el **templo de Wat Sri Khom Kham**. A pesar de que se cree que esta construcción es originaria de 1491, el complejo actual se concluyó en 1923. Su gran sala de oración alberga el **Phra Jao Ton Luang, la mayor estatua tailandesa de buda de la época Chiang Saen**. Junto al templo, abre sus puertas el **Phayao Exhibition Hall**, un museo de dos plantas con abundante información en inglés acerca de la cultura y la historia locales. Entre los objetos más destacados que allí se exhiben, destacan dos cangrejos fosilizados abrazados, así como un espectacular buda *negro*.

Phuket

Situada al sur de Tailandia y a 862 km de Bangkok, Phuket es la capital de la provincia del mismo nombre, formada por la isla de Phuket —de 543 km² y unida al continente por el puente de Sarasin— y otras islas cercanas.

Sus exuberantes bosques y sus bellísimas playas han convertido este territorio insular en un importante imán para el turismo internacional, lo que a la postre ha comportado la creación de numerosos *resorts* y empresas dedicadas a las actividades al aire libre, y cuya oferta incluye desde el *trekking* hasta los paseos en elefante.



El clima, al igual que ocurre en el conjunto de la isla, es de tipo monzónico. Sin embargo, su proximidad al ecuador suaviza los efectos del monzón, lo que supone un nuevo reclamo para el visitante. Por otro lado, las temperaturas apenas varían durante el año, situándose en valores que fluctúan entre los 24°C y los 31°C. La precipitación media es de 2.337 mm, con un pico entre abril y noviembre. El mes más lluvioso es septiembre con 419 mm de promedio.

Los orígenes de Phuket hay que buscarlos en el siglo XIX, momento en el que el lugar fue fundado por mercaderes chinos y malayos que llegaron a la zona para explotar las minas de estaño. A pesar de que un incendio devoró gran parte de la ciudad, la localidad creció y prosperó hasta convertirse en el centro comercial, político y social de la isla. En este sentido, los primeros compases del siglo XX fueron un momento de fuerte desarrollo y diversificación de la actividad local, gracias a la extracción de estaño y a la política desplegada por el gobernador Rasada Korsimbi.

El 13 de febrero del 2004, la población de Phuket obtuvo el estatus oficial de la ciudad (*nakhon thesaban* en tailandés), al superar los 50.000 habitantes.

Además de sus preciosas playas, esta urbe también puede presumir de un nutrido abanico de templos budistas, como el **San Jao Sang Gham (o capilla sagrada de la Luz Serena)**, y de construcciones tan opulentas como la **mansión del Phra Phitak Chyn Pracha**, erigida a principios del siglo XX por un acaudalado empresario del estaño. Estos lugares compiten en atractivo con el mercado de Ranong Road, donde es posible adquirir todo tipo de especias a buen precio, o el rosario de construcciones sino-portuguesas que salpican el casco antiguo.

Paseando por las calles de Thalang, Dibuk, Ranong, Rasada o Krabi, el visitante tendrá ocasión de contemplar algunos edificios significativos de la época.

Por otro lado, Phuket cuenta con un aeropuerto internacional sito a 32 km del centro urbano.

A su vez, la ciudad de Phuket es el punto de partida ideal para conocer otros de los muchos reclamos de la isla. Entre ellos, encontramos **Maya Bay**, lugar en el que en 1999 se rodó la película *La playa*, protagonizada por Leonardo DiCaprio; **Kata Beach**, una bahía de extraordinarias playas de arena blanca y muy apreciada por el turismo familiar y con una nutrida

oferta de ocio y restauración. A tan sólo unos minutos al norte de Kata Beach, encontramos **Karon Beach**, un lugar famoso por sus extensas playas, así como por una completa oferta comercial, de restaurantes y *pubs*. Por supuesto, también merece la pena visitar **Patong Beach**. Ubicado en la costa oeste de Phuket, se trata del **principal centro turístico de la isla** y una cita obligada para quienes buscan fiesta hasta el amanecer.

Tampoco hay que perderse **Khai Nok** (también conocida como isla Huevo), sita en las islas Khai y en la costa oriental de Phuket, a apenas 15 minutos en lancha del puerto de Koh Sirey (una pequeña isla que destaca por sus templos y sus bosques repletos de monos).

Por último, los amantes de la naturaleza tienen una cita con la bahía de **Phang Nga**, que ha albergado el rodaje de dos películas de la saga de James Bond, y la **Real Reserva Natural y Forestal de Khao Phra Thaew**, un paraíso para los aficionados al ecoturismo y repleto de fotogénicas cascadas.

Sukhotai

La pequeña ciudad de Sukhotai, de 18.000 habitantes y cuyo nombre podría traducirse como 'incremento de la felicidad', puede considerarse como la primera capital del reino de Siam, a pesar de que el dato no es del todo preciso. **Ocupada anteriormente por el Imperio jemer hasta 1238**, el florecimiento de Sukhotai se produjo entre mediados del siglo XIII y finales del siglo XIV. Un período que es considerado como la edad de oro de la civilización tailandesa, y durante el cual el arte religioso y la arquitectura alcanzaron un notable desarrollo.



Las ruinas de la antigua Sukhothai, conocidas actualmente como Meuang Gòw ('Ciudad Dorada'), ocupan una extensión de 45 km² de edificios parcialmente reconstruidos, y que hoy configuran uno de los yacimientos arqueológicos más visitados de Tailandia. Situados en el Parque Histórico de Sukhothai, este imponente complejo da cabida a numerosos templos entre los que destaca el Wat Mahathat. Esta construcción, rodeada de una muralla de ladrillo de 206 m x 206 m, es el monasterio más grande del país y una de las pruebas más fehacientes del majestuoso esplendor de la arquitectura tailandesa.

El yacimiento se divide en cinco zonas, a las que se puede acceder individualmente o mediante una entrada combinada que también da acceso al **Museo de Sawanworanayok, el Museo Nacional de Ramkhamhaeng (depositario de una generosa colección de objetos hallados en Sukhothai) y las ruinas de Si Satchanalai y Chaliang.**

En 1991, la UNESCO incluyó el complejo arqueológico en la lista del **Patrimonio de la Humanidad.**

La actual Sukhotai, que se despliega a 12 km del Parque Histórico y a orillas del Mae Nam Yom, prácticamente carece de interés desde el punto de vista turístico. No obstante, cuenta con una excelente red de transporte público y una nutrida oferta hotelera, por lo que es una buena opción para quienes deseen visitar la zona.

Gastronomía

La fama mundial de las playas tailandesas comparte protagonismo con la tradición culinaria de este país asiático. Dentro de la misma, el equilibrio, la atención a los pequeños detalles y la variedad en los ingredientes se convierten en elementos indispensables para los cocineros locales. El resultado es un recetario que se caracteriza por lo refinado y lo original de su presentación.



La gastronomía nacional pone el acento en los platos preparados con especias muy picantes, en los que la presentación se cuida al detalle. Y es que cada plato es una pequeña obra de arte en sí misma gracias a sus frutas y **verduras magistralmente esculpidas** —una tradición que dio comienzo durante el reino de Sukhothai, hace casi 700 años— y a la original distribución de unos alimentos llenos de sabor y de contrastes.

Un aspecto que nunca se deja al azar: en efecto, la cocina *tai* es conocida por **combinar en una misma receta hasta cinco tipos de gustos**: agrio, dulce, salado, amargo y picante. Así lo resume el prestigioso chef australiano David Thompson, experto en gastronomía tailandesa: “La comida tailandesa no es la simplicidad. Se trata de hacer malabares con elementos dispares para conseguir un acabado armonioso”.

A la hora de buscar el origen de esta situación, habría que remontarse a la época de la conquista de América, momento en el que **españoles y portugueses introdujeron el ají, procedente del Nuevo Mundo, en los fogones de Tailandia**.

Por lo que respecta a los ingredientes, no es casualidad que a este país se le conozca como el **tazón de arroz de Asia**, ya que éste es el componente básico de numerosos platos. Este cereal, acompañado de carne, pescado o volatería, es el punto de partida de muchas especialidades, condimentadas con ajo, cebolla, pimienta, zumo de limón, leche de coco, curry en polvo, ajíes o frutos secos, productos que confieren a cada receta un sabor inconfundible.

Entre las fórmulas más socorridas, cabe destacar **el Kao Pad (arroz frito), el Kao Chae (arroz helado con condimentos), el Mae Grabb (fideos fritos), el Kaeng Ped Naa (ternera al curry) y el Pat Prieu Wan Nua (ternera agridulce)**.

Aunque en Tailandia se elabora cerveza, su elevado precio hace que esta bebida espirituosa se reserva para ocasiones especiales. **El país también produce un whisky que resulta económico, llamado Mekhong, que suele tomarse con sifón y un poco de limón**. En cualquier caso, el agua mineral es la opción preferida de los lugareños para refrescarse.

En cualquier caso, la cocina tailandesa dista mucho de ser homogénea; ésta también presenta sus particularidades, ya que **se divide en cuatro cocinas regionales**, correspondientes a las regiones principales del país:

- 1) La cocina central tailandesa**, que se desarrolla principalmente en las llanuras arroceras centrales y en Bangkok —es decir, en el lugar que ocuparon los antiguos reinos de Sukhothai y Ayutthaya.
- 2) La cocina Isan**, presente en el noreste de Tailandia, muy influenciada por la cultura gastronómica de Laos y, más al sur, por la cocina jemer.
- 3) La cocina del norte**, consolidada en las tierras altas de Tailandia, en lo que antiguamente fue el reino de Lanna, y que hoy constituye el hogar de numerosas minorías étnicas del país.
- 4) La cocina del sur**, surgida junto a mares tropicales y con una clara influencia del recetario malayo.

Clima

La mayor parte de Tailandia posee un clima tropical, húmedo y seco, propio de la sabana. Sin embargo, el sur y su extremo oriental se caracterizan por un clima tropical monzónico.

En todo el país, las temperaturas varían normalmente **entre valores mínimos de 19°C y máximos de 38°C**. Durante la estación seca, la temperatura experimenta un acusado repunte a lo largo de la segunda mitad de marzo, superando los 40°C en algunas zonas a mediados de abril, cuando el sol está en su punto más alto.



Los monzones del suroeste, que llegan entre mayo y julio —excepto en el sur— marcan el inicio de la temporada de lluvias, que se prolonga hasta octubre. Las nubes que cubren el país ayudan a que se reduzca la temperatura de nuevo, si bien la humedad reinante hace que el clima pase a ser cálido y bochornoso.

Noviembre y diciembre dan la bienvenida

la temporada seca. Durante la misma, en los territorios situados a mayor altitud pueden producirse heladas ocasionales. Las temperaturas comienzan a subir en enero, debido a una mayor radiación solar. Por otro lado, hay que tener en cuenta que la estación seca es más corta en el sur debido a la proximidad del mar en todos los puntos de la península de Malaca.

Con pocas excepciones, todas las áreas de **Tailandia reciben un buen índice de precipitaciones**. No obstante, la duración de la temporada de lluvias varía considerablemente entre regiones y en función de la altitud. En líneas generales, la estación seca es especialmente larga en el noreste.

A su vez, los suelos arcillosos rojos (en los que predomina la laterita) retienen mucha agua, lo que limita su potencial agrícola en muchos cultivos. En cualquier caso, esta circunstancia resulta ideal para mantener el agua en los arrozales y los embalses. **El buen drenaje y los aluviones arenosos hacen de la llanura de inundación del Mekong un terreno muy fértil**, perfecto para el cultivo del tabaco, y la piña, entre otros productos.

Ayutthaya

Pocos rincones de la geografía tailandesa atesoran más historia que Ayutthaya, una ciudad que llegó a ser la población más importante de un poderosísimo reino asiático, al que dio nombre. De hecho, fue un puerto comercial de primer nivel durante la época de los alisios, y algunos documentos de este período recogen las hermosas palabras y descripciones que le dedicaban los comerciantes que llegaban hasta ahí. Asimismo, los primeros occidentales que alcanzaron la zona —los portugueses, quienes la visitaron por primera vez en 1511— la bautizaron como la Venecia de Oriente.



Hoy, esta **localidad de casi 150.000 habitantes, situada entre los ríos Chao Phraya y Pa Sak y cuya denominación completa es Phra Nakhon Si Ayutthaya**, es también la capital de la provincia homónima, un lugar que se conserva relativamente virgen pese a la gran afluencia de turistas. El motivo de su tirón entre los visitantes foráneos es doble: por un lado, la proximidad con Bangkok, y por otro, su esplendoroso pasado, y del que todavía dan fe sus monumentos.

Los orígenes de Ayutthaya se remontan al año 1350, fecha en la que esta urbe fue fundada por el rey U-Thong (o Ramathibodi I) y se convirtió en la capital de su reino. Tras ser tomada por los ejércitos birmanos del rey Bayinnaung en 1569, la ciudad fue arrasada y saqueada por el monarca birmano Hsinbyushin en 1767. De este modo, se ponía fin a la leyenda de una capital cuyo nombre en sánscrito significa, paradójicamente, ‘que no puede ser conquistada’.

Los vestigios de aquel magnífico núcleo habitado dieron pie al **Parque Histórico de Ayutthaya**, mientras que la nueva ciudad fue levantada unos pocos kilómetros más al este. El recinto arqueológico destaca por sus antiguos templos (o *wats*) de los siglos XV y XVI. A pesar de que los santuarios y sus esculturas estaban recubiertos inicialmente de una capa de yeso blanco, ésta se ha ido deteriorando con el paso del tiempo. De ahí que hoy se pueda contemplar ladrillo rojo en los muros de los templos, material que permanecía oculto siglos atrás.

Entre los **templos**, más importantes, cabe referirse a los siguientes: Wat Chai Watthanaram, Wat Lokaya Sutharam —famoso por su hermoso buda recostado—, Wat Mahathat, Wat Phra Na Hombres, el único templo de época que aún permanece en funcionamiento;

Wat Phanan Choeng; Wat Phra Ram, Wat Phra Si Sanphet, Wat Phutthaisawan, Wat Phuttai Sawan , Wat Ratchaburana, Wat Suwan Dararam, Wat Thammikarat y Wihan Phra Mongkhon Bophit.

Battambang

Esta ciudad del oeste de Camboya, capital de la provincia homónima y fronteriza con Tailandia, es **la segunda ciudad más poblada del país** (en el 2009, su población ascendía a 250.000 habitantes).

Situada a 293 km de la capital nacional, Phnom Penh, y a 171 km de Siem Reap, Battambang es el **principal centro comercial de las provincias camboyanas occidentales** desde hace más de cinco siglos, lo que explica en parte su carácter cosmopolita (en ella residen tailandeses, laosianos, chinos y jemerres).



Battambang no tardó en reclamar su lugar en la historia de Camboya: así lo demuestra la presencia en este lugar de **Wat Ek Phnom**, un templo del período angkoriano. Tras la caída del imperio jemer, la ciudad permanecería bajo la influencia tailandesa en diversos períodos de su historia, hasta que pasó a convertirse en el **protectorado de Kampuchea**, en manos de Francia.

La ciudad que los franceses encontraron a su llegada en 1907 poco tiene que ver con la urbe actual. De hecho, este núcleo estaba formado por casas de madera tradicionales situadas a lo largo del río, y en las que no vivían más de 100.000 personas. La Administración colonial decidió desmantelarlas para sustituirlas por viviendas permanentes y construyó un nuevo centro urbano, conectado por carretera y ferrocarril con Nom Pen.

Al igual que en otras ciudades de la Indochina francesa, se alentó a los comerciantes chinos a que viniesen a animar el corazón de la urbe mediante la puesta en marcha de nuevas tiendas y negocios. De esta iniciativa surgiría el **Mercado Central o Psar Nat**, de estilo *art-déco* y de color amarillo brillante, inaugurado en 1936.

Pese a que ha llovido mucho desde la independencia del país, Battambang ha mantenido un ambiente provincial que le confiere un encanto innegable, ya que **muchos de sus edificios se erigieron durante el período colonial**. Asimismo, son muy pocas las construcciones que superan las tres alturas y los coches conviven en las calles con carros de tracción animal. La economía local, en la que subsisten muchos oficios de toda la vida, se basa en la madera y las piedras preciosas. No obstante, **Battambang también da cabida a algunas de las fábricas textiles más importantes del país**.

Entre los principales atractivos de la ciudad, cabe referirse al **Palacio del Gobernador**, un edificio diseñado por un equipo de arquitectos italianos para que sirviera de residencia a Akpheyvong Chhum, el último gobernador siamés de la región. No obstante, fue terminado en 1907, después de que Francia se hubiera hecho con el control de la provincia, por lo que los recién llegados impidieron al promotor de la obra disfrutar de la casa que había edificado. En la parte delantera del edificio, se conserva un **antiguo puente de piedra** que data de la misma época y dos estatuas de leones en su parte occidental.

Asimismo, también vale la pena prestar atención al **Wat Dmrei Sor o pagoda del Elefante Blanco**, de 1848, así como a una **pequeña mezquita** que fue convertida en una granja de cerdos por los Jemeres Rojos en los años setenta del siglo XX, y que ha sido rehabilitada con fondos procedente del Golfo Pérsico. La encontrarás en la orilla derecha del río Sangker.

Mención aparte merecen las antiguas casas coloniales a lo largo del río con panaderías y cafés franceses. En este sentido, las de las calles 1, 2 y 39 resultan especialmente fotogénicas.

Por último, cabe referirse al **Museo de Battambang**, fundado en 1968 y depositario de numerosos hallazgos arqueológicos de la provincia, un **templo chino** del siglo XVI y el paseo fluvial, salpica de vegetación y perfecto para relajarse.

Kratié

Kratié, capital de la provincia del mismo nombre y situada al este de Camboya, es una pequeña localidad con una población de 80.000 personas y ubicada a orillas del legendario río Mekong. La ciudad está dominada por un **mercado central rodeado de antiguos edificios coloniales**, legado del período en el que el país fue un protectorado francés.



A este sugerente conjunto arquitectónico hay que sumar un rosario de árboles de flores rojas que crecen junto al río, así como **Koh Trong**, un banco de arena blanca que aflora en aguas del Mekong. Para disfrutar de la vida rural de esta isla, basta con acercarse a este hipnótico rincón. Allí se alzan una **estupa** y un pequeño **pueblo flotante**. Además, el visitante podrá avistar las **tortugas de fango** del Mekong, que habitan en la orilla oeste. Para llegar hasta allí, se puede tomar un *ferry* que zarpa desde el puerto. Una vez en Koh Trong, se aconseja alquilar una bicicleta para recorrer la isla.

No obstante, el principal aliciente de Kratié hay que buscarlo en Kampi, situado a unos 15 km del centro urbano. Éste es el hogar de un grupo de los extraordinarios **defines del Irauadi**, unos cetáceos que pueden vivir tanto en aguas dulces como saladas y que se hallan en peligro de extinción.

Según un estudio realizado en el 2007 por WWF en colaboración con otras entidades dedicadas a la conservación ambiental, se estima que tan sólo quedan entre 66 y 86 ejemplares en el tramo del Mekong que pasa por Camboya. La situación es aún más dramática en la actualidad, ya que **se cree que la cifra podría haberse reducido a tan sólo 60 parejas**.

Otro de los reclamos turísticos en las inmediaciones de Kratié es **Phnom Sombok**, una pequeña colina que exhibe un bonito **templo**, situada junto a la carretera que conecta Kratié con Kampi. También conviene tener en cuenta **Sambor**, que acogió una próspera ciudad preangkoriana en los tiempos de Sambor Prei Kuk y del Imperio de Chenla. Aunque nada queda de esta etapa, allí se puede visitar un **templo de 108 columnas, considerado como el mayor de Camboya**. Conocido en la zona como el **templo de las 1.000 Columnas o Wat Moi Roi**, fue levantado en el siglo XIX sobre un santuario de madera. En la parte trasera, aún siguen en pie algunas de las columnas originales. Además, este recinto se ha convertido en un punto de peregrinaje para los fieles de la provincia de Kratié.

Phnom Penh

Esta urbe de 1,5 millones de habitantes, capital del Reino de Camboya, es el primer centro urbano del país y un importante punto comercial del sudeste asiático, por su situación geográfica estratégica en el delta y la confluencia de los ríos Mekong y Tonlé Sap, que dan pie a un puerto fluvial con salida al mar de China Meridional.



La localidad debe su nombre al **Wat Phnom Daun Pen** (conocido actualmente como Wat Phnom o 'templo de la colina'), construido en 1373 para albergar cinco estatuas de Buda en un cerro artificial de 27 m de altura.

El rango de capital llegaría años después, en 1431, por deseo del rey **Phnea Yat**, después de que éste abandonara Angkor (probablemente, por la amenaza de las invasiones tailandesas). Sin embargo, hay estudiosos que ponen sobre la mesa otras hipótesis, como epidemias, falta de alimentos y la posibilidad de abrir nuevas rutas comerciales con China.

Debido a su innegable importancia histórica, Phnom Penh es un centro turístico de primer orden. A pesar de los excesos de dos décadas de guerra, la ciudad ha conseguido preservar casi intacta su atmósfera colonial y la tradición jemer. Las **villas francesas** que se despliegan a lo largo de sus sugerentes bulevares arbolados recuerdan al viajero que hubo un tiempo en el que Phnom Penh estuvo considerada como la joya del sudeste asiático.

La ciudad conserva interesantes tesoros arquitectónicos, religiosos e históricos, así como espacios reservados para el ocio. En este apartado, destacan el **Palacio Real**, de aire marcadamente oriental; la **pagoda de Plata**, el **Palacio Nacional**, el **wat de Phom Pen**, el **Tuol Slang** y el **Museo del Autogenocidio los Jemeres Rojos**. Asimismo, la capital camboyana ofrece una nutrida oferta de ocio nocturno, que se concreta en restaurantes, casinos y discotecas.

Por otro lado, cabe reseñar que Phnom Penh es depositaria de la cultura jemer, que actualmente cristaliza en muchos elementos de la ciudad: por ejemplo, las pagodas budistas de la escuela del Teravada, el respeto hacia la monarquía, el idioma, la indumentaria de sus habitantes y las formas de organización familiar.

A su vez, las numerosas pagodas que abren sus puertas en ciudad exhiben magníficos trabajos pictóricos que recrean algunos pasajes sagrados del budismo y el hinduismo, y que merece la pena descubrir en cualquier visita a la capital camboyana.

Ratanakiri

Esta provincia camboyana, de 11.053 km² y con una población cercana a las 95.000 personas, se halla 636 km al noreste de Phnom Penh y destaca por desarrollar una economía basada en la agricultura, las piedras preciosas y el turismo. Su capital es **Ban Lung**, una pequeña localidad de montaña de 25.000 habitantes que ofrece un amplio abanico de servicios.



Convertida en una provincia del Reino de Camboya en 1960, coincidiendo con el reinado del rey Norodom Sihanouk, **Ratanakiri sirvió de base para la cúpula de los Jemeres Rojos** durante gran parte de esa década. En 1963, Pol Pot y Ieng Sary establecieron su cuartel general en **Ta Veng**, una diminuta población sita en la orilla sur del río Tonlé San, en el norte de la provincia.

Escasamente poblada, esta provincia es conocida por su innegable belleza natural. En efecto, sus características físicas y medioambientales dan paso a un magnífico *collage* de paisajes, formados por colinas y montañas de formas suaves y redondeadas, una meseta, tierras bajas que se despliegan junto a las cuencas hidrográficas, ríos, cascadas e incluso, un lago en el interior de un cráter.

La flora varía sustancialmente de una zona a otra, pasando de la densa selva que domina el extremo norte a los bosques del sudoeste, mucho más secos, sin olvidar su espectacular suelo volcánico. Por todo ello, este rincón se ha convertido en **uno de los grandes pilares del turismo ecológico en Camboya**.

El mayor atractivo de la provincia de Ratanakiri es **Boeng Yeak Lom**. Situado en pleno corazón del área protegida de **Yeak Lom**, encontramos un lago de aguas azules que señorea en el centro de un cráter, rodeado de preciosos parajes selváticos pintados de un intenso color verde. Se cree que esta superficie lacustre se formó hace 700.000 años, probablemente a resultas del impacto de un meteorito (así parece sugerirlo su perímetro de formas perfectas). Para las minorías indígenas de la zona, se trata de un lugar sagrado, cuyas aguas son el hogar de extrañas criaturas.

Otro de los grandes reclamos de Ratanakiri son sus majestuosas **cascadas**, como las de **Chaa Ong, Ka Tieng y Kinchaan o Kachang**, situadas todas ellas en un radio de 10 km desde Ban Lung. En la actualidad, se pueden contratar **rutas a cortas a lomos de un elefante** para acceder a este rincón privilegiado.

Por estos y otros parajes de interés, la provincia es una invitación a la práctica del **senderismo**. Quienes opten por esta actividad, encontrarán toda la información necesaria para disfrutar de un agradable paseo en el **Centro de Información sobre Ecoturismo del Parque Nacional Virachey**. Es posible acceder a este espacio protegido desde Ta Veng. Igualmente aconsejable es el maravilloso bosque de **Norng Kabat**.

Asimismo, Ratanakiri descuella por su extraordinaria **diversidad étnica**. Un rasgo que puede constatarse en la aldea de **Kavet**, en la que residen chinos; colina de **Charay**, morada de diversas tribus, y, finalmente, **Voен Sai**, una localidad de 3.000 habitantes a orillas del Tonlé San y habitada mayoritariamente por chinos, laosianos y chunchiets.

De todos modos, las posibilidades de descubrir el folclore local van más allá: a tan sólo 40 minutos en barco se halla **Kachon**, una población que cuenta con un sobrecogedor **cementerio tompoun**, escenario de alguno de los ritos funerarios más singulares de esta provincia. Por su parte, **Banphang** es el lugar ideal para ser testigo de cómo sobrevive la industria tradicional del algodón.

No menos singular son las minas de piedras preciosas de **Ou'Seanlair**, abiertas al público, o los cafetales de **Ou'cheng**.

Siem Reap

Capital de la provincia homónima y con una población cercana a los 200.000 habitantes, **Siem Reap** se despliega en el corazón de la misma, al paso de la carretera nacional 6, que une la capital camboyana, Phnom Penh, y Kompung Thom con Sisophon. Desde allí parte la carretera nacional 12, que va hacia el norte del país (concretamente, a la provincia de Preah Wijía.



A 8 km al norte de Siem Reap, se encuentra la antigua ciudad sagrada de **Angkor**, epicentro del Imperio jemer. Esta antigua ciudad en ruinas, circundada por una elevada muralla, posee cinco puertas de acceso que sobrecogen al viajero por sus ciclópeas dimensiones. La ciudad en sí, **Angkor Thom**, y el templo, **Angkor Wat** (siglo XII), situados a muy poca distancia entre sí, se cuentan entre las ruinas más impresionantes del mundo, así como la principal obra maestra del arte jemer. Por esta razón, este legado arqueológico de valor incalculable fue declarado **Patrimonio de la Humanidad por la UNESCO en 1992**.

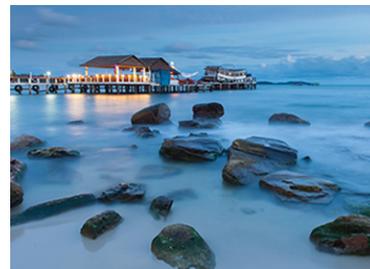
Descubiertas en 1860 por el explorador y naturalista francés Henri Mouhot (1826-2861), estas ruinas tiene como principal reclamo el **Bayón**, un enorme templo de 54 torres y sus 216 esculturas en piedra que destacan por su críptica sonrisa. Tampoco desmerece el **Phimeanakas**, un templo hindú que data de principios del siglo X; la **terrazza de los Elefantes**, que debe su nombre al motivo que preside sus relieves decorativos, y la **terrazza del Rey Leproso**, una ciclópea mole de piedra que preside la balconada del recinto palaciego.

Debido a la presencia de las construcciones de Angkork, la ciudad de Siem Riep es actualmente el lugar más visitado del Reino de Camboya. No obstante, esta urbe también ofrece sus **Jardines Reales** y un **exótico mercado local** con una extensa oferta gastronómica.

Siem Reap, presentada como un polo del turismo internacional, posee toda la infraestructura para ello. Además, da cabida al segundo aeropuerto nacional, el **aeropuerto de Siem Riep**, que tiene vuelos diarios a Phnom Penh y Bangkok (la capital de Tailandia), así como a otras capitales de Asia.

Sihanoukville

La ciudad de Sihanoukville es un importante destino turístico a orillas del golfo de Tailandia, así como el **único puerto de mar en aguas profundas de Camboya**, situado al sur del país. Su antigua denominación, Kampong Som (literalmente, 'buen puerto'), fue sustituida por la actual en 1958 para homenajear al exmonarca camboyano Norodom Sihanouk.



La ciudad está conectada con la capital nacional, Phnom Penh, por una línea ferroviaria de 230 km. Aunque en octubre del 2015 únicamente circulaban por ella trenes de mercancías, se espera que entren también en servicio trenes destinados al transporte de pasajeros. A su vez, la zona cuenta desde diciembre del 2011 con el **Aeropuerto Internacional de Sihanoukville**, situado a 12 km al este de la ciudad y gestionado por el grupo francés Vinci.

Sin duda, el gran activo de esta población son sus **playas de arena blanca y aguas transparentes**, muy apreciadas por los jemerres acomodados. A su vez, los turistas occidentales prefieren bucear en alguna de las **islas** que tachonan el frente litoral.

La ciudad se divide en cuatro áreas principales. El primero de ellos, el **distrito central**, está cerca de las playas más concurridas y concentra la mayoría de comercios, así como un gran mercado, hoteles, bares, restaurantes y una estación de autobuses.

En segundo lugar, habría que referirse a la zona residencial de **Victory Hill**, un barrio dotado de todas las comodidades, un puerto y las playas de **Victory Beach y Hawaii Beach**, esta última más pequeña que la anterior. Este lugar es muy frecuentado por jóvenes y mochileros debido a los precios que predominan, bastante asequibles en líneas generales. Desde allí, se despliega una carretera que conduce a **Wat Krom, la mayor pagoda de la ciudad**.

La tercera demarcación es el distrito de **Occheutal Beach**, que reúne a las más bellas playas de Sihanoukville. Además, concentra una generosa oferta de ocio nocturno en la calle de Serendipity, que atrae fundamentalmente a turistas europeos y chinos.

Por último, habría que mencionar **Otres Beach**, una especie de extensión de Occheutal Beach en el que reina un ambiente mucho tranquilo, y en ocasiones, algo más *hippie*. Poseedor de una extensa oferta hotelera, sus visitantes suelen ser jóvenes extranjeros en busca de tranquilidad.

Sraem (Preah Vihear)

Esta población constituye el punto de partida perfecto para visitar el templo-montaña de **Prasat Preah Vihear**, situado en la cima de una colina de 625 m de altura. Por su privilegiada ubicación y su impecable factura, **está considerado como el más espectacular de todos los monumentos de la época de Angkor**. Este santuario, emplazado junto con una extensa área fronteriza con Tailandia, fue objeto años atrás de una fuerte controversia entre ambos países, que quedó solventada cuando el tribunal de La Haya otorgó la titularidad del templo a Camboya.



Este magnífico conjunto arquitectónico jemer consiste en cuatro gopuras (torres ornamentales) conectadas por pasillos y escaleras, a lo largo de un eje de 800 m y en el marco un entorno natural impresionante.

Su imponente apariencia ha llevado a algunos expertos a afirmar que se trata de **la construcción más impactante de cuantas se erigieron durante los seis siglos que duró el Imperio jemer**. Las reformas que impulsaron los sucesivos monarcas jemeres dotaron el lugar de una riqueza estilística sin parangón. Además, a diferencia de otros templos que vieron la luz en este período, Preah Vihear está construido sobre un eje norte-sur, que da pie a una planta rectangular orientada al este.

Para acceder a este recinto, hay que salvar una rampa de piedra arenisca y una **escalinata de 162 escalones decorados con enormes nagas** (semidioses hindúes con forma de serpiente). Algunos historiadores afirman que las barandillas corresponden al reinado de Suryavarman I (1113-1150) y sería la primera pieza de arte jemer que incluye este motivo decorativo.

El camino conduce a la primera de las cuatro gopuras que presiden el lugar, y que también evitan que el visitante pueda ver la siguiente parte del templo hasta que haya cruzado la puerta. **Esto hace que no haya ningún punto desde el que sea posible disfrutar de una vista general del complejo.**

La primera gopura, de estilo Koh Ker, conserva algunos restos de pintura roja. Peor suerte ha corrido el tejado, antiguamente rematado con tejas y hoy desaparecido. Se trata de un pequeño edificio cruciforme con cuatro puertas, cada una de las cuales da un patio salpicado de pilares. La puerta sur da acceso a un pasillo de 500 m que conduce a la segunda gopura, construcción que se alza sobre una pirámide truncada y que presenta notables diferencias con la anterior.

La tercera gopura, a la que se accede por un pasillo más corto, posee una base muy parecida a la segunda, aunque sus dimensiones son mayores, mientras que la cuarta y última torre conduce directamente a un gran *mandapa* o portal.

En el 2008, la UNESCO incluyó este templo en la lista del Patrimonio de la Humanidad.

Gastronomía

Al igual que ocurre en Laos y Vietnam —los otros dos países que conformaban Indochina—, la cocina de Camboya tiene **muchos puntos en común con la tradición culinaria de la India y de China**, ya que son dos territorios con los que ha estado en contacto en diversos momentos de su historia. Pese a todo, los fogones camboyanos han conseguido preservar sus particularidades.



Sea como fuere, los dos gigantes asiáticos no son los únicos que han incidido en la tradición autóctona; por ejemplo, hay que tener en cuenta que **Camboya estuvo durante un siglo bajo gobierno francés**, circunstancia que aún se refleja en la presencia de restaurantes galos en el país.

Ubicada en la desembocadura del río Mekong, Camboya comparte con Vietnam el delta de este río, de suelo fértil y generosa irrigación —los grandes lagos artificiales próximos a los templos de Angkor posiblemente fueron construidos para controlar su caudal—, lo que explicaría por qué ambos territorios tienen como base de su gastronomía materias primas muy similares.

En cuanto a su vínculo con Laos, Camboya posee —o tenía hasta épocas recientes— bosques en los que abundaban los animales de caza, como los **ciervos**, cuya carne sirve de base para algunos platos típicos.

Las comidas típicas camboyanas se elaboran con salsa de pescado, leche de coco y hierbas aromáticas como el **limoncillo** (o hierba limón), la **galanga** y las hojas de **lima kaffir**. Tampoco son ajenos a los platos tradicionales los **ajíes**, si bien se emplean con moderación. Éstos se consumen crudos o en guarniciones de sabor intenso. **Las especias presentes en los restaurantes camboyanos son similares a las que se usan en Tailandia**, a pesar de que acostumbran a ser menos especiadas.

En cuanto a los platos tradicionales, cabe referirse a la **plea tray** (una ensalada de salmón con ajíes, hojas de menta, chalotes y pimienta), que se sirve acompañado de una salsa de pescado conocida como **nuoc mam**. De hecho, la pesca es un pilar indispensable del recetario local. Los pescados suelen servirse siempre frescos, y se consumen fritos o envueltos en hojas de espinaca o lechugas, dentro de una sopa.

Las **ensaladas** camboyanas poco tienen que ver con las que se toman en Europa, ya que consisten en una mezcla de verduras y carne sin aliñar, judías verdes crudas y hortalizas, como la zanahoria.

Otros **pesos pesados** de la cocina camboyanas son el **arroz** (que se sirve frito con carne de pollo, cerdo o cordero), los **tallarines** y las **sopas**, que pueden ser de pescado, gambas y cerdo con jengibre.

Mención aparte merecen sus deliciosas frutas frescas, como las bananas, las piñas, o el coco los mangos, los lichis o el rambután.

Por lo que atañe a las **bebidas**, las más consumidas por la población local dentro y fuera de las comidas son el té, el café, la cerveza y el licor, que se obtiene de la fermentación del arroz. El café se toma solo o con leche condensada, mientras que la cerveza nacional se comercializa bajo la marca Angkor. No obstante, también es posible encontrar sin problemas otras firmas internacionales.

Clima

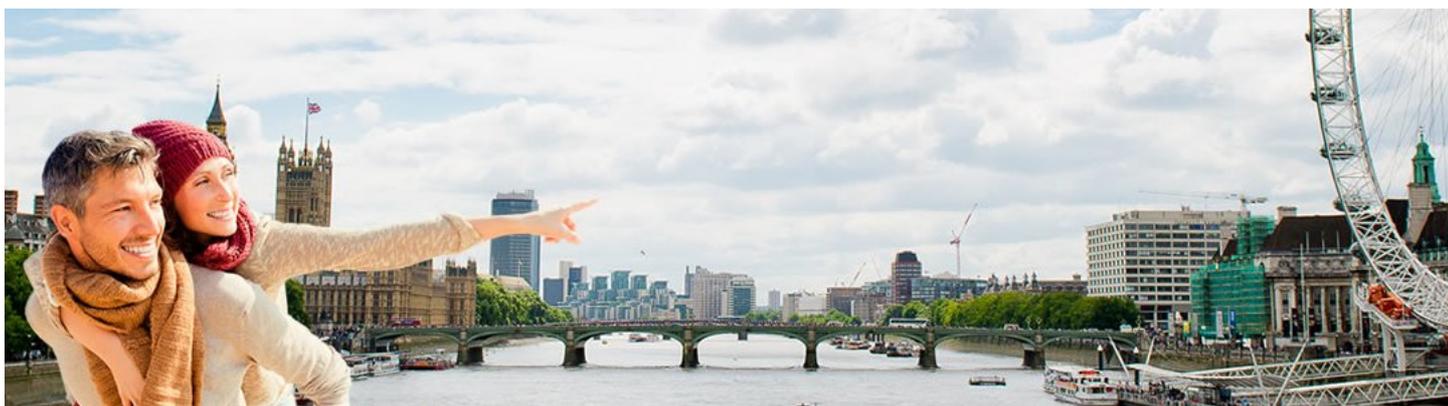
Camboya se caracteriza por poseer un **clima cálido y de tipo tropical húmedo** (las temperaturas suelen fluctuar entre los 25°C y los 36°C). Asimismo, está dominado por dos monzones que condiciona totalmente la vida en las zonas rurales. El primero es el **monzón frío y seco**, procedente del noreste, que trae consigo poca lluvia y que se extiende de noviembre a marzo, y el segundo, el **monzón húmedo**, del sudoeste, que se manifiesta entre los meses de mayo a octubre, trayendo consigo fuertes vientos y precipitaciones, así como altos índices de humedad. Ambos monzones están separados por breves períodos de transición.



Incluso en la temporada húmeda, las lluvias no acostumbran a manifestarse por la mañana, sino por la tarde. Por lo general, **septiembre es el mes en el que se registran más precipitaciones.**

La época más adecuada para visitar Camboya son los meses de diciembre y enero, ya que éste es el período en el que la humedad es más moderada. Además, las temperaturas son más bajas y apenas llueve. A partir de febrero, el mercurio asciende, hasta alcanzar las temperaturas más elevadas en abril.

El mejor momento para visitar Angkor, a pesar de la humedad ambiental, es la estación húmeda —de mayo a octubre—, ya que el follaje exhibe un espectacular color verde. No obstante, debe evitarse viajar a las regiones del noroeste del país durante estos meses, porque los caminos se inundan y el trayecto puede resultar muy duro.



Más de 2 millones de pasajeros nos confiaron sus vacaciones en 2020. ¿Los motivos?

- ✓ Amplia gama de productos
- ✓ Navegación rápida, sencilla y amena
- ✓ Confirmación online de tu reserva
- ✓ Importantes descuentos por Venta Anticipada
- ✓ Los mejores Chollos de Última Hora
- ✓ El mejor servicio de atención al cliente