



LOTUSTRAVEL
RES FÖR ATT DU ÄLSKAR

Vietnams minoritetsbyar

12 DAGAR : Hanoi - Sapa - San Sa Ho - Ban Lach - Nam Cang

Upplev Vietnam på egen hand, på datum som passar dig.

Här väntar fantastiska naturupplevelser och möten med olika minoritetsfolk, långt från de upptrampade turiststigarna. Med nattåg färdas ni till Lao Cai och vidare till Sapa i nordvästra Vietnam. Härifrån tar ni er vidare till fots och på cykel genom regnskog, över berg och genom undanskymda dalar till små och avlägsna minoritetsbyar. Ni övernattar i tält och på små lodger och kommer nära både lokalbefolkningen och den vackra naturen. Resan börjar och slutar i Hanoi där ni kan utforska de gamla kvarteren, smaka lokala specialiteter och avnjuta en kopp äggkaffe.



PROGRAM

DAG 1 - Flyg till Hanoi

Avresa från Sverige till Hanoi.

Måltider och dryck serveras ombord.

DAG 2 - Välkommen till Hanoi

Ankomst till Hanoi och ni får transfer till ert hotell i Hanois gamla kvarter.

Lunch och middag på egen hand.

DAG 3 - Nattåg till Lao Cai

Ni andas in er första morgonluft i Vietnam och har dagen fri på egen hand. Besök stadens sevärdheter eller utforska de gamla kvarteren, smaka lokala specialiteter och avnjut en kopp äggkaffe. På kvällen får ni transfer till tågstationen och hoppar på **nattåget till Lao Cai**.

Lunch och middag på egen hand.

DAG 4 - Sapa

Ankomst till Lao Cai tidig morgon, där möter er guide upp och ni får transfer till Sapa. Efter incheckning har ni tid för frukost och uppfräschning innan ni utforskar staden med er guide. Ni gör ett besök i **stadens kyrka, den lokala marknaden** och de närliggande **Ham Rong Mountains**. Resten av dagen ges tid för egna upptäckter.

Lunch och middag på egen hand.

DAG 5 - Vandring i minoritetsbyar

I dag påbörjar ni er resa genom den vackra landsbygden. Ni lämnar Sapa bakom er och fortsätter till **Muong Hoa-dalen**, där ni påbörjar er vandring. Ni korsar floden och tar er via bambulundar och kardemummaodlingar till bergskedjan Hoang Lien. Ni njuter av utsikten, omgivningarna och efter en stunds vila fortsätter ni er vandring. Ni passerar minoritetsbyar med svart H’mong och avslutar dagens etapp vid floden. Här väntar en **övernattning i tält** och spännande möten med **minoritetsfolket svart H’mong**.

Lunch och middag ingår.

DAG 6 - Topas Ecolodge

Ni vaknar upp till naturens ljud och fortsätter er vandring efter frukosten. Dagens långa etapp tar er genom varierande terräng längs dalen med otaliga risterrasser. Under dagen passerar ni minoritetsbyar med röd Dao som är kända för sina färgglada kläder. Från toppen av bergskammen blickar ni ut över Muong Hoa-dalen och Ban Ho-dalen innan ni fortsätter sista sträckan till **Topas Ecolodge**. Ni checkar in i er bungalow innan en **matlagningskurs tillsammans med lodgens chefskock** väntar. Självklart njuter ni av era tillagade rätter till middag.

Lunch och middag ingår.

DAG 7 - Utforska byar från cykelsadeln

I dag är det dags att utforska de närliggande minoritetsbyarna från **cykelsadeln**. Ert första stopp är **Thanh Phu Village** där ni möter det vänliga **minoritetsfolket Tay**.

Ni äter lunch i byn och gör er redo för eftermiddagens sträcka som är kort men nästan uteslutande uppför. Nu befinner ni er i en avlägsen del av Sapa, dominerad av **minoritetsfolket röd Dao**, och som väldigt sällan får besök av turister. Ni belönas med **fantastiska vyer, djupa dalar, vattenfall och risfält**. På eftermiddagen anländer ni till **Nam Cang Riverside Lodge** som är vackert belägen, precis vid Muong Bo-floden.

Passa gärna på att strosa runt i byn för att få inblick i bybornas vardag. Middagen äter ni ackompanjerade av naturens ljud och dofter, innan ni somnar in för natten, fulla av intryck efter ännu en aktiv dag.

Lunch och middag ingår.

DAG 8 - Nam Cang

Efter frukost vandrar ni till en vacker och undanskymd dal, där ni möter de **farmare** som bor och lever enskilt uppe i bergen. Om vädret och vattennivån tillåter det, kan vi rekommendera ett **upppfriskande dopp i floden**. Minoritetsfolket röd Dao dominerar Nam Cang och närliggande byar, och är kända för sina oerhört vackra och **färgstarka klädnader**. Tillsammans med er guide strosar ni runt i byn och får se fina exempel på lokalbefolkningens **hantverkstraditioner**, från broderier och skrivpapper till olika smycken. Eftermiddagen är fri för egna upptäckter.

Lunch och middag ingår.

DAG 9 - Cykeltur till byn Nam Than

Utvilade vaknar ni upp med känslan av att vara långt bort från allt. Ni serveras **frukost på lodgens terrass** några meter från flodkanten. Dagens cykeltur är kortare men ändå utmanande. Turen kräver hög koncentration då den går på backiga sidostigar (off-hill). Ert första stopp är **Nam Than Village**, där ni möter **blå H’mong-folket**. Ni befinner er nu djupt inne i dalen, där lokalbefolkningen väldigt sällan ser turister, än mer sällan på cyklar. Ni fortsätter till **röd Dao-byarna Sin Cai och Nam Cum**. Är det en skoldag välkomnas ni av storögda skolbarn, som ännu inte är bekanta med turistbesök. Tidig eftermiddag får ni transfer sista sträckan tillbaka till Sapa.

Lunch ingår, middag på egen hand.

DAG 10 - Hanoi

I dag lämnar ni det bergiga landskapet bakom er och får transfer tillbaka till Hanoi med bil. Vid ankomst checkar ni in på ert hotell och har fri tid på egen hand.

Lunch och middag på egen hand.

DAG 11 - Programfri dag

Fri dag på egen hand i Hanoi.

Lunch och middag på egen hand.

DAG 12 - Flyg hem

I dag väntar transfer till flygplatsen och ni påbörjar er resa hemåt.

Måltider och dryck serveras ombord.

RESAN INKLUDERAR

Resans längd: 12 dagar

Hotell: Åtta nätter med del i dubbelrum på hotell av god standard, en natt i tält av enklare standard

Tåg: Hanoi – Lao Cai

Engelsktalande guide: Fullständigt program: Inkl. samtliga entréavgifter

Måltider: Frukost alla dagar samt fem luncher och fyra middagar exkl. måltidsdryck

Alla transporter: Enligt program, med egen chaufför

VIKTIG INFORMATION

Internationellt flyg ingår ej i grundpriset, men självklart hjälper vi gärna till att boka det om så önskas. Kontakta oss för aktuella flygpriser.

I priset ingår ej drinks till guider och chaufförer.

