

KAMBODJA & VIETNAM

Vi besöker både Kambodja och Vietnam under denna resan. Ett par intensiva dagar i området runt Siem Reap och Angkor Wat , stads rundtur i Phnom Penh och ett par fantastiska dagar i Ho Chi Minh staden avslutar äventyret. Denna resa är ett givet minne för livet.



MUNK VID HUVUDTEMPLET ANGKOR WAT

6/11 - Dag 1: Anländer Siem Reap (inga måltider)

Vid ankomst till Siem Reap träffar vi vår guide och chaufför på SAI flygplats & transfer till hotellet för att checka in. Eftermiddag/kväll fri för att ta igen sig från resan

Frivillig utflykt till Apopo, Råttor som är utbildade till att hitta landminor, otroligt intressant att besöka.

Övernattning i Siem Reap

7/11- Dag 2: Tempel tur - Soluppgång! (F/L)

Tidigt start: 05:00 måste vi lämna hotellet till Angkor Wat först se soluppgången, sedan **tillbaka till hotellet för frukost**. Efter frukost börjar vi med rundturen enligt nedan:

Förmiddagen:

Vi börjar vår tur med att besöka Angkor Thoms västra port
Den antika huvudstaden i Angkor Thom (1100-talet)

Vi besöker också South Gate, **Bayon Temple** - unik för sina 54 torn dekorerade med över 200 leende ansikten av Avolokitesvara. **Baphuon-templet** ligger strax norr om Bayon, en pyramidformad representation av det mytiska **Mont Meru**

The Royal Enclosure, Phimeanakas , Elefantterrassen och den **spetälske kungens terrass**

Vi besöker också **Ta Prohm**, känd från filmen "**Tomb Raider**". Ta Prohm har överlämnats till naturen, en påminnelse om att medan imperier reser sig och faller, marscherar naturens upproriska kraft vidare, omedveten om den mänskliga historiens dramer.

Lunch på lokal restaurang runt Ta Prohm-templet.

Eftermiddagen:

Vi fortsätter till det berömda templet: **Angkor Wat**.

Angkor Wat är ett världsarv sedan 1992, känt för sin skönhet och prakt. Angkor Wat har den längsta kontinuerliga basreliefen i världen, som löper längs de yttre galleriväggarna och berättar historier från hinduisk mytologi och efter Angkor fortsätter vi sedan till **Bakheang-berget** för att njuta av solnedgången från toppen av berget.

Kvällen fri

Övernattning i Siem Reap





8/II - Dag 3: Siem Reap – Tempeltur (F/L)

Frukost på hotellet

Vi besöker **Rolous Group**; det finns tre huvudtempel vi kommer att se: **Preah Ko**, var ett av imperiets första stora tempel i den tidiga Khmer-huvudstaden Hariharalaya. **Bakong Temple** är den mest imponerande medlemmen i Roluos Group. **Lolei** består av fyra tegeltorn på en dubbel lateritplattform.

Lunch på lokal restaurang runt templet.

På eftermiddagen besöker vi **Preah Khan-templet**. Byggandet av denna plats beställdes av den store 'tempelbyggaren' Jayavaraman VII (till ära av sin far) en intressant kontrast till det mer imponerande Angkor Wat. **Neak Pean** är ett konstgjort ö-tempel, Dess intresse ligger i dess pittoreska miljö och okonventionella design, bestående av en serie komplexa dammar inom gränserna för den kvadratiske lateritväggen. **Ta Som** är ett kompakt tempel - laterit inhägnad vägg, någorlunda välbevarade

Tillbaka till hotellet och kvällen fri för egna strövtåg

Övernattning i Siem Reap

9/II Dag 4: Siem Reap – Kullen Bergenl (F/L)

Frukost på hotellet, Idag skall vi besöka Kulenberget.

Phnom Kulen National Park är en nationalpark i Kambodja, belägen i bergsmassivet Phnom Kulen i Siem Reap-provinsen. Det etablerades 1993 och täcker 373,76 km².

Phnom Kulen National Park ligger i Svay Leu-distriktet cirka 48 kilometer från provinsstaden Siem Reap och cirka 25 kilometer från **Prasat Banteay Srey** via Charles De Gaulle Road.

Den arkeologiska platsen **Kbal Spean**, även känd som "**Valley of a thousand Lingas**", ligger på berget, längs Kbal Spean River, som är en biflod till Siem Reap River. Platsen har många figurer av Yoni och Linga samt andra figurer uthuggna i klipporna i flodbädden och banker som kan bli helt exponerade under torrperioden när floden torkar upp.

Staty av den liggande Buddha i Wat Preah Ang Thom.

Preah Ang Thom är en 8 meter (26 fot) hög staty av en liggande Buddha som når nirvana. Statyn är huggen in i ett stort stenblock i sandsten. Preah Ang Thom är den heliga och tillbedjande guden för Phnom Kulen. Det finns två huvudsakliga vattenfall i Phnom Kulen som det finns chans att bada i, Lunchen intas på lokal restaurang.

Efter Kulenberget tillbaka till Siem Reap och Övernattning i Siem Reap **kvällen fri**

Övernattning i Siem Reap





10/11 Dag 5: Siem Reap – Flytande marknaden! (F/L)

Frukost på hotellet,

En båttur på **Tonle Sap-sjön** i byn **Kampong Phluk**. Kampong Phluk är en kommun i Prasat Bakong-distriktet i Siem Reap-provinsen. Samhället är till stor del beroende av fiske för att överleva, främst räkor, men under Kambodjas regnsäsong (maj-oktober) även mycket fisk. Många hus och byggnader är byggda på pålar som sträcker sig från 6 m till 9 m för att tillgodose förändringarna i vattennivån mellan regnperioden och den torra varma perioden.

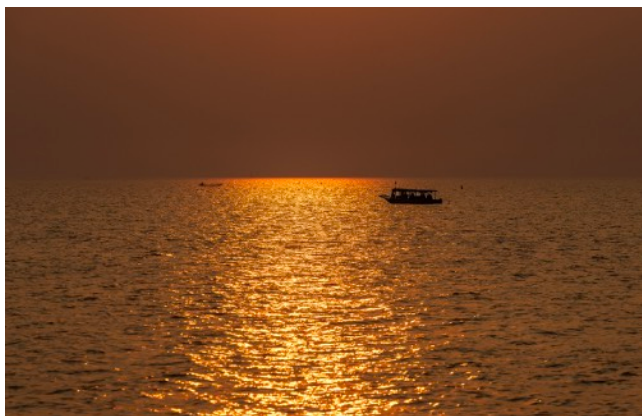
Turismen, som startade i byn för cirka 10 år sedan, är också en växande del av den lokala ekonomin.

Från och med 2019 har kommunen 911 familjer med en total befolkning på 3 707. Kommunen består av tre byar: **Tnaot Kambot**, **Dey Kraham** och **Kok Kdol**.

Detta är den största permanenta sötvattensjön i Sydostasien och rinner ut i Tonle Sap-floden och förenar sig med Mekong i Phnom Penh. Lunch på lokal restaurang

Kvällen fri

Övernattning i Siem Reap





11/11 Dag 6: Siem Reap – Phnom Penh (F/L)

Frukost på hotellet, utcheckning

Idag lämnar vi Siem Reap för färd mot huvudstaden Phnom Penh, vi reser bekvämt i privat buss, en färd som tar ca 6 timmar. På vägen kommer vi att stanna i **Skun-distriktet** för att besöka **Spindelmarknaden**. Stekta spindlar är ett regionalt mellanmål i Kambodja. I den kambodjanska staden Skuon (Cheung Prey, Kampong Cham-provinsen) är försäljning av stekta spindlar som ett delikatess snack, en populär attraktion för turister som passerar genom denna stad. Spindlar finns också på andra håll i Kambodja - i Phnom Penh till exempel - men Skuon, en marknadsstad på motorvägen 75 kilometer från huvudstaden, är centrum för deras popularitet. Spindlarna föds upp i håll i marken i byar norr om Skuon, och steks i olja.

Det är inte klart hur detta började, men vissa menar att befolkningen kan ha börjat äta spindlar av desperation under åren av **Röda Khmerernas** styre, när mat var en bristvara.

Spindlarna är en art av tarantella spindel, Eller fågelspindel som kallas "a-ping" i Khmer, och är ungefär lika stora som en mänsklig handflata.

Lunch på lokal restaurang (inte spindlar)

Vid ankomst till Phnom Penh incheckning på hotellet.

Kvällen fri för middag

Övernattning i Phnom Penh



12/11 Dag 7: Phnom Penh Stadsrundtur del 1 (F/L)

Frukost på hotellet, Idag börjar vi med att besöka Kungliga palatset, Kambodjas kungliga palats är ett komplex av byggnader som fungerar som kungligt residens för kungen av Kambodja. Dess fullständiga namn i Khmer är Preah Barom Reacheaveang Chaktomuk Serey Mongkol. De kambodjanska monarkerna har ockuperat det sedan det byggdes på 1860-talet, med en period av frånvaro när landet hamnade i kaos under och efter Röda Khmerernas regeringstid. Palatset byggdes mellan 1866 och 1870, efter att kung Norodom flyttade den kungliga huvudstaden från Oudong till Phnom Penh. Det byggdes ovanpå ett gammalt citadell som heter Banteay Keo. Den vetter ungefär österut och är belägen på den västra stranden av tvärdelningen av **Tonle Sap-floden** och **Mekongfloden** (som kallas Chaktomuk), vi fortsätter med att besöka Throne Hall, Silver Pagoda, Hall Art Galary och Raung Damrei Hall. Inte så långt från det kungliga slottet ligger Nationalmuseet. Vi gör ett besök på Kambodjas nationalmuseum som också ligger i centrala Phnom Penh, norr om det kungliga palatset och på västra sidan av torget **Veal Preah Man**.

Lunch på lokal restaurang.

Efter lunch fortsätter vi att besöka **Wat Ounalom**. Wat Ounalom är ett annat av Phnom Penhs fem ursprungliga kloster som ligger på **Sisowath Quay**, nära det kungliga palatset.

Som säte för Kambodjas Mohanikay-ordning är det Phnom Penhs viktigaste wat och centrum för den kambodjanska buddhismen. Det grundades 1443 och består av 44 byggnader.

Det inhyste Institute Bouddhique och bibliotek. Vi fortsätter sedan att besöka **Independence**

Monument. Självständighetsmonumentet i Phnom Penh, det byggdes 1958 till minne av Kambodjas självständighet från Frankrike 1953. Den står i en rondell i korsningen mellan Norodom Boulevard och Sihanouk Boulevard i stadens centrum. Det är i form av en lotusformad stupa, av den stil som ses vid templet i Banteay Srei och andra khmeriska historiska platser. Under nationella firanden är självständighetsmonumentet centrum för aktiviteten.

Bakom monumentet finns Norodom Sihanouk Memorial, byggt 2013, sedan ett sista besök på **Wat Phnom Doun Penh**

Kvällen fri

Övernattning i Phnom Penh



Frukost på hotellet, Idag blir det en rätt tung dag med de platser vi skall se.

Vi börjar med att besöka **Toul Slengs folkmordsmuseum**. Platsen är en före detta gymnasieskola som användes som **säkerhetsfängelse 21** av de röda khmerernas regim från 1975 till dess fall 1979. Från 1976 till 1979 fängslades uppskattningsvis 20 000 personer i Tuol Sleng och det var en av mellan 150 och 196 tortyr- och avrättningscentra etablerade av Röda Khmererna och den hemliga polisen känd som Santebal (bokstavligen "fredens väktare"). Den 26 juli 2010 dömde de extra kamrarna i kambodjans domstolar fängelsets chef, Kang Kek Iew, för brott mot mänskligheten och allvarliga brott mot 1949 års Genèvekonventioner. Han dog den 2 september 2020 medan han avtjänade ett livstidsstraff.

För att ta emot offren för utrensningar som var viktiga nog för Röda Khmerernas uppmärksamhet, planerades ett nytt interneringscenter i byggnaden som tidigare var känd som Tuol Svay Prey High School, uppkallad efter en kunglig förfader till kung Norodom Sihanouk.

De fem byggnaderna i komplexet omvandlades i mars eller april 1976 till ett fängelse och ett förhørscenter. Andra byggnader i staden hade redan använts som **fängelse S-21**.

Röda khmererna döpte om komplexet till "Security Prison 21" (S-21) och konstruktionen började för att anpassa fängelset för fångarna: byggnaderna var inneslutna i elektrifierad taggtråd, klassrummen gjordes om till små fängelse- och tortyrkammare, och alla fönster var inneslutna i elektrifierad taggtråd. Täckt med järnstänger och taggtråd för att förhindra rymningar och självmord. Från 1976 till 1979 fängslades uppskattningsvis 20 000 människor i Tuol Sleng (det exakta antalet är okänt). Vid något tillfälle höll fängelset mellan 1 000 och 1 500 fångar. De torterades och tvingades upprepade gånger att namnge familjemedlemmar och nära medarbetare, som i sin tur arresterades, torterades och dödades. Under de första månaderna av S-21:s existens var de flesta offren från den tidigare Lon Nol-regimen och inkluderade soldater, regeringstjänstemän, såväl som akademiker, läkare, lärare, studenter, fabriksarbetare, munkar, ingenjörer, etc. Senare, partiledningens paranoia vände sig i sina egna led och utrensningar i hela landet såg tusentals partiaktivister och deras familjer föras till Tuol Sleng och mördas. Bland de som arresterades fanns några av de högst rankade politikerna som Khoy Thoun, Vorn Vet och Hu Nim. Även om det officiella skälet till deras arrestering var "spionage", kan dessa män ha setts av Röda Khmerernas ledare Pol Pot som potentiella ledare för en kupp mot honom.

Efter det tunga besöket beger vi oss till den ryska marknaden där vi kikar runt en stund.

Lunch på Tonle Basak II med en stor buffé.

Efter lunch fortsätter vi att besöka **Choeung Ek, Killing Field**. Minnesmärket vid Choeung Ek strax utanför Phnom Penh var en fruktträdgård och en kinesisk kyrkogård före 1975. Under de röda khmerernas regim blev det till ett av dödsfälten - det här är platsen för de brutala avrättningarna av mer än 17 000 individer, de flesta av som först drabbades av förhör, tortyr och berövande i Toul Sleng-fängelset (S-21) i Phnom Penh.

Killing Fields, är ett antal platser i Kambodja där mer än 1 000 000 människor kollektivt dödades och begravdes av Kampuchéas kommunistiska parti under Röda Khmerernas styre i landet från 1975 till 1979, omedelbart efter slutet av det kambodjanska inbördeskriget (1970–1975).

Massmorden var en del av det breda, statsunderstödda kambodjanska folkmordet.

Röda khmerernas regim arresterade och avrättade så småningom nästan alla som misstänktes för kopplingar till den tidigare regeringen eller med utländska regeringar, såväl som professionella och intellektuella. Etniska vietnameser, etniska thailändska, etniska kineser, etniska Cham, kambodjanska kristna och buddhistiska munkar var de demografiska målen för förföljelsen. Som ett resultat har Pol Pot beskrivits som "en folkmordstyrann". Martin Shaw beskrev det kambodjanska folkmordet som "det renaste folkmordet under kalla krigets era".

De avrättade begravdes i massgravar. För att spara ammunition utfördes avrättningarna ofta med hjälp av gift eller improviserade vapen som vässade bambupinnar, hammare, macheter och yxor. Inuti den buddhistiska minnesstupan vid Choeung Ek finns det bevis på bajonetter, knivar, träklubbor, hackor för jordbruk för att döda offer, i vissa fall dödades barnen och spädbarnen till vuxna offer genom att deras huvuden slogs mot trädstammarna på Chankiri-träden och kastades sedan i groparna tillsammans med sina föräldrar. Skälet var "att stoppa dem från att växa upp och ta hämnd för sina föräldrars död."

Efter denna intressanta och innehållsrika dag är kvällen fri

Övernattning i Phnom Penh

BILDER FRÅN TOUL SLENGS FOLKMORDSMUSEUM OCH CHOEUING EK,
KILLING FIELDS



14/II Dag 9: Phnom Penh – Fri dag (F)

Frukost på hotellet. Dagen är fri för egna upptäckter.

Det finns massor av spännande marknader i staden som är väl värda ett besök.
Eller varför inte bara slappa vid poolen.

Övernattning i Phnom Penh



15/11 Dag 10: Phnom Penh – Ho Chi Minh City (F/M)

Frukost på hotellet, utcheckning. Vi tar oss till Phnom Penh busstation för bussresa mot Vietnam. Vid ankomst till Ho Chi Minh City's busstation blir det transfer till hotellet och middag.

Kvällen fri för egna upptäckter.

Övernattning i Ho Chi Minh city

16/11 Dag 11: Heldagstur med Middagskryssning (F/L/M)

Frukost på hotellet

Vi börjar dagen med att besöka **Independence Palace**, även känt som återföreningspalatset. Självständighetspalatset är ett vida känt landmärke i Ho Chi Minh-staden och designades av arkitekten Ngo Viet Thu. Vi ser de fantastiska lämningarna från den franska kolonialtiden, som **Notre Dame-katedralen** och det **historiska centrala postkontoret**. Följt av den anmärkningsvärda platsen för **War Remnants Museum** har museet en stor visning av båda Indokina-krigen. Ett riktigt bra och intressant museum.

Lunch på en lokal restaurang.

Eftermiddagen fortsätter vi stads rundturen genom att upptäcka stadens västra sida.

Åk till **Cho Lon** (stora marknaden) och **Thien Hau Pagoda** som ligger i **China Town**. Fortsätt till **Bach Dangs hamn**. Nu är en tur på Saigonfloden det som står på programmet.

Under turen kommer vi att ha en fin vy över de mest typiska kommersiella byggnaderna i staden inklusive stadsområdet **Vinhomes Central Park**, det magnifika Landmark **81-tornet**,

Bitexco Financial Tower, Helt enkelt Saigons modern Skyline.

En tur med flodbåt ger oss möjlighet att se det vackraste av vad som förr kallades Indokinas Paris eller Fjärran Österns pärla.

Middag äter vi på flodbåten och består av en stor buffé.

Kvällen fri

Övernattning i Ho Chi Minh city



17/11 Dag 12: Cu Chi Tunnlarna (F/L)

Frukost på hotellet.

Vår guide möter oss i hotellets lobby och resan till Cu Chi tar cirka en och en halv timmes med buss. Vid ankomst, innan vi utforskar tunnlarna, kommer vi att ha en kort introduktion följt av en introduktionsvideo om hur tunnlarna byggdes och hur människorna överlevde under krigtidens svåra förhållanden. Sedan har vi tid med att utforska det återstående området och tunnelsystemen som inkluderade de specialbyggda vardagsrummen med kök, sovrum sida vid sida med andra krigsanläggningar som lagring, vapenfabriker, fältsjukhus och ledningscentraler som hjälper alla som bor inne i tunnlarna att träffas. deras grundläggande behov. Dessutom finns det också många dolda luckor och farliga fällor i de labyrintliknande tunnlarna för säkerhetsändamål under kriget.

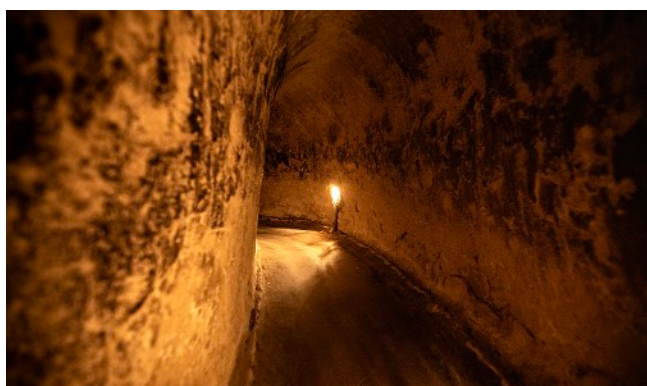
Efteråt serveras speciellt **te och kassava** (gerillamat under kriget).

Lunch på lokal restaurang

Återvänder till Saigon.

Kvällen fri för egna upptäckter

Övernattning i Ho Chi Minh city



18/11 Dag 13: Mekong Deltat (F/L)

Frukost på hotellet

Lämnar Ho Chi Minh-stadens liv och rörelse och börja färden till **My Tho**, staden ligger på vänster sida av Mekongfloden. Vid ankomst besöker vi **Vinh Trang-pagoden** som är från slutet av 1800-talet. Gå sedan ombord på en sampan och cruisa nerför floden runt de fyra vackra öarna som kallas **Dragon, Unicorn, Phoenix** och **Tortoise Islands**.

Vi stannar till på Unicorn Island, vi promenerar runt på bygatan och ser fruktträdgårdar, Varför inte njuta av tropiska frukter vid ett besök på ett av fruktplantagen.

Åka en handrodd sampan genom Thoi Son-kanalen och se den vackra på landsbygden,

Lunch äter vi på lokal restaurang. På eftermiddagen är det dags att cykla runt **Tan Thach-byn**, träffa de lokala byborna för att uppleva det lokala vardagslivet i Mekongdeltat. Resan tar ca 1,5 timmar allt beroende på trafiken.

När vi återvänt till Ho Chi Minh City är **kvällen fri för egna upptäckter och middag.**

Övernattning i Ho Chi Minh cit



19/11 Dag 14: Hemresal (F)

Frukost på hotellet, dags att checka ut och transfer till flygplatsen för flyget hem
Dags att ta farväl av Vietnam och Kambodja för denna gång.

Pris:

Del i dubbelrum : 19995 :-

Enkelrums tillägg : 4000 :-

Anmäl er till: joachim.nyvall@gmail.com:

Namn(som i passet), Adress, Telefonnr, Mejladress Märk med Kambodja

Anmälnings avgift: 5000 :- Betalas när man bokar (så fort vi blir minst 8 st)

Full betalning 40 dagar innan resan

Anmälningsavgiften återbetalas endast om resan inte blir av eller om resenären uppvisar läkarintyg.

Anmälningsavgiften betalas via Swish på : 123 0193904 (Nywall Media AB)

Slutbetalning Bankgiro: 5834-1462 (Nywall Media AB) Efter erhållen faktura

Flygbiljetter bokas med fördel via Bangkok för bästa pris, jag kan vara behjälplig vid flygbokningar. Alla skall vara på plats i Siem Reap den 6/11 - 2025



Detta Ingår i resan

- ❖ 13 hotellnätter
- ❖ Transfer från och till flygplatsen med privat transport med A/C
- ❖ Siem Reap solupp-solnedgång, inklusive: transfer, guide, lunch på lokal rest, entréavgift
- ❖ Siem Reap – tempeltur – inklusive: transfer, guide, lunch på lokal rest, entréavgift
- ❖ Siem Reap – Tonle Sap-tur – inklusive: transfer, guide, lunch på lokal rest, entréavgift
- ❖ Siem Reap – Kullen Mountain Tour - inklusive: transfer, guide, lunch på lokal rest, entréavgift
- ❖ Phnom Penh stadsrundturer - inklusive: transfer, guide, lunch på lokal rest, entréavgifter
- ❖ Heldagstur i Ho Chi Minh, middag på kryssning, guide, lunch på lokal rest, entréavgift
- ❖ Cu Chi-tunnlarna - inklusive: transfer, guide, lunch på lokal rest, entréavgift
- ❖ Mekong deltat - inklusive: transfer, guide, lunch på lokal rest, entréavgift
- ❖ Transfer från Phnom Penh – Ho Chi Minh med buss
- ❖ Måltider som nämns i resplanen: F= Frukost, L=Lunch, M=Middag
- ❖ kallt mineralvatten på dagstur

Detta ingår inte i resan :

- Flygbiljetter och flygplatsskatt
- Visum avgift Kambodja, Reseförsäkring & personliga utgifter
- Dricks för guider + förare (obligatorisk 5,00 USD/PP/D)
- Alla tjänster som inte tydligt nämns i programmet
- Tilläggsavgift på 10,00 USD per person (flygplatstransfer tur och retur från 22:00 till 06:00)

Inget Visum till Vietnam behövs för svenska medborgare

