

Giorno 1 CHANG MAI

Arrivo all'aeroporto internazionale di Chiang Mai e trasferimento presso Banthai Village o similare. Tempo libero a disposizione.

La sera, incontrerete la vostra guida che vi preparerà al viaggio dei prossimi giorni.

Giorno 2 CHANG MAI - Tour a piedi di Kaad Luang e Wat Suan Dok - Khum Lanna Ecolodge

Dopo la prima colazione incontro con la guida. Il vostro tour inizierà camminando verso la riva del fiume Ping, che vi condurrà attraverso il trambusto di Kaad Luang, 'il grande mercato' come lo chiamano gli abitanti del luogo : in realtà è composto da 3 diversi mercati ed è uno dei luoghi preferiti per lo shopping sin dalla fine del 1800. Durante il tour potrete conoscere la storia del mercato e dei suoi dintorni, gustando prodotti freschi e specialità locali lungo il percorso. Alla fine del tour vi dirigerete verso il **Wat Suan Dok** e il suo stupa dorato incredibilmente luminoso, soprannominato dalla gente del posto 'tempio del giardino fiorito'. Sebbene sia stato fondato nel 1370, il Wat Suan Dok ha visto diverse aggiunte e aggiornamenti nel corso dei secoli e rimane una delle strutture religiose meglio mantenute di tutta Chiang Mai.

[Sustainability asset]

Camminerete direttamente dall'hotel per evitare l'uso inutile dei mezzi di trasporto. Lungo il percorso la guida spiegherà la cultura e comprerà prodotti locali per supportare direttamente i venditori locali al mercato.

Dopo il pranzo in ristorante locale , lascerete Chiang Mai e raggiungerete i bucolici dintorni di Phrao per raggiungere il vostro **eco-lodge Khum Lanna**.

All'arrivo, per aiutarvi ad ambientarvi nei dintorni, **vi verranno fornite le tradizionali camicie dei contadini thailandesi** da indossare durante il vostro soggiorno. Dopo il check-in nella vostra camera, **conoscerete i segreti della cucina thailandese** mentre vi diletterete a preparare alcuni piatti tipici. Ovviamente potrete gustare i frutti del vostro lavoro durante la cena che seguirà.

[Sustainability asset]

Khum Lanna eco-lodge è a conduzione familiare e impiega personale locale.

Pasti inclusi: Colazione, Pranzo in ristorante locale, Cena a Khum Lanna

Alloggio: Pernottamento a Khum Lanna eco-lodge

Giorno 3 Immersione nella cultura Akka

Dopo la prima colazione, partirete a bordo di un truck locale per raggiungere la cima della montagna, dove nelle giornate limpide la vista si estende fino alle bellissime valli circostanti. Visiterete il **Queen's Project**, dove vi verrà spiegata la storia della zona e tutti gli sforzi fatti per fornire un sostentamento sostenibile alle comunità circostanti. Proseguirete poi verso **un autentico villaggio Akha**, dove potrete conoscere meglio la loro cultura e le loro usanze. In un altro villaggio Akha avrete l'opportunità di assaggiare caffè coltivato localmente, prima di iniziare una piacevole escursione giù per la montagna verso valle.

[Sustainability asset]

Un'esperienza 100% Easia Signature, che supporta le remote comunità delle tribù collinari e gli sforzi per la conservazione delle foreste. Mira a incoraggiare le nuove generazioni a conservare le tradizioni fornendo una fonte di reddito alternativa.

Ritorno a Khum Lanna a bordo di un truck locale.

*Pasti inclusi: Prima colazione, **pranzo nella comunità Akha**, cena a Khum Lanna*

Alloggio: Khum Lanna

Giorno 4 Khum Lanna - gita in bicicletta - Comunità locale - esperienza in homestay

05:45 Il vostro caffè/tè vi sarà portato in camera al mattino presto come sveglia.

Inizierete la giornata con una **gita in bicicletta all'alba** lungo una strada di campagna per visitare il mercato di un villaggio. Con l'aiuto della vostra guida potrete acquistare biscotti e ghirlande locali da **offrire ai monaci** durante la vostra prossima visita al tempio. Poi farete una breve passeggiata fino a un negozio di ferramenta locale che vende attrezzi agricoli, forniture e sementi di riso.

Sulla via del ritorno, visiterete un tempio buddista dove un'immagine del Buddha è custodita sotto un albero sacro. Ritornerete a Khum Lanna in bicicletta lungo un percorso panoramico di canali e risaie. Al ritorno, una **colazione in stile Lanna** vi aspetta sul lungofiume.

Dopo esservi velocemente rinfrescati in camera, vi verrà raccontato uno degli obiettivi principali di Khum Lanna: promuovere il riso thailandese secondo il concetto di "Riso per la vita". **Conoscerete la storia della coltivazione del riso**, le diverse specie di riso thailandese e gli strumenti e le attrezzature utilizzate nelle risaie. Poi, guidati dal vostro padrone di casa, vi godrete una passeggiata informale nell'orto biologico di Khum Lanna, dove vengono coltivate una varietà di verdure, frutta ed erbe aromatiche. Questa volta, vi verrà mostrato **come cucinare la famosa insalata di papaya e il tipico riso glutinoso**.

Il pranzo includerà un barbecue in stile country e tanti altri deliziosi piatti.

Vivi come un locale nella comunità

Alla fine del pomeriggio, vi dirigerete verso una piccola comunità nella periferia della città. Dopo aver incontrato i vostri padroni di casa e visto la casa locale dove passerete la notte, è il momento di prepararsi per un po' di divertimento : è tempo di **imparare le basi di Fon Jeung, una danza tradizionale thailandese del nord**. Avrete una cena tipica con i vostri padroni di casa, potrete godervi l'atmosfera rilassata del villaggio ed entrare in connessione con loro in maniera autentica.

[Sustainability asset]

Un progetto comunitario che mira a conservare le tradizioni e a incoraggiare le nuove generazioni a partecipare alla comunità ; promuove attività e pratiche agricole culturalmente sostenibili ; garantisce vantaggi diretti per la comunità, fornendo una fonte di reddito alternativa.

Pasti inclusi: Colazione e pranzo a Khum Lanna, Cena in famiglia

Alloggio: Homestay

GIORNO 5 Country living experiences - homestay

Oggi vi sveglierete presto per partecipare a una delle esperienze thailandesi per eccellenza: fare **la donazione ai monaci al mattino presto**. È una pratica comune per i monaci camminare attraverso città e villaggi, in modo che la comunità dei fedeli possa "guadagnarsi del merito" donando ciò che può, e questa mattina avrete la possibilità di unirvi a loro.

Poi, dopo una semplice ma gustosa colazione locale, **vi recherete nelle risaie circostanti per imparare da vicino alcuni processi della produzione del riso** e provarne alcune in prima persona, come la semina o la raccolta (a seconda della stagione).

Per tutta la giornata conoscerete la gente del posto, gusterete cibo delizioso e avrete **incontri ravvicinati con i bufali**.

Se vorrete, potrete anche **provare le basi del Muay Thai**, lo sport nazionale thailandese, o cimentarvi nella scultura del legno.

Nel tardo pomeriggio rientro al villaggio.

Pasti inclusi: Colazione, pranzo e cena nella comunità

Alloggio: homestay

GIORNO 6

Prima colazione. In tempo utile transfer in aeroporto a Chang Mai e partenza per la prossima destinazione.