

Mianmar (Burma)

Arany pagodák, Bagan lenyűgöző romvárosa és a burmai tengerpart

Időpontok	Indulás-érkezés*	Telítettség	Jelentkezési határidő
-----------	------------------	-------------	-----------------------

Mianmar (régebben Burma) a többszáz éves templomok, arany színben ragyogó sztúpák, kedves és vendégszerető emberek országa. Várnak az aranyozott Buddhák Yangonban, Bagan mágikus templomai, az Inle-tó nyugalma, a lábbal evező halászok, a bételt rágó férfiak, az ökrös szekérrel taxizó helyiek. Burma mindenkit lenyűgöz! A volt fővárosban, Yangonban meglátogatjuk a világ talán leglátványosabb sztúpáját, a Shwedagon arannyal borított és drágakövekkel díszített építészeti remekművét. Az Inle-tónál megismerkedhetünk a vidéki Burma életével, és csónakkal derítjük fel a tavat. Bagan, az ezer templom földje Burma egyik leglátványosabb része: megtekinthetjük Délkelet-Ázsia, de talán egész földünk leglátványosabb romvárosát, ahol több ezer sztúpa és templom tárul szemünk elé. Utunk végén a tengerparton pihenünk, ahol pálmafák övezte fehér homokos strandok várnak minket. Paradicsomi körülmények között nyaralunk trópusi tengerparton, ahol mindig süt a nap és türkizkék a tenger. Itt még megtaláljuk azt a nyugalmas szépséget, amilyenek Thaiföld álomstrandjai lehettek a nagy turista áradat előtt. Ha egyedülálló kalandot keresel, tarts velünk! :) Kiemelt látnivalók az utazás során: - Shwedagon pagoda, arannyal és drágakövekkel borított sztúpával, - Inle-tó, ahol lábbal eveznek a halászok, - hegyi falvak, vízibivalyok, hosszú nyakú nők, - a bagani fennsík több ezer temploma, sztúpája, - Mandalay, és a királyvárosok - Mingun, Inwa, Amarapura - Irrawaddy folyó, - Ngapali beach fehér homokos tengerpartja, türkizkék tenger, és pálmafák.

Figyelem! Hosszabbítási lehetőség a Mianmar (Burma) alapprogram után! Meglátogatjuk a turisták által kevésbé felfedezett burmai tengerpartok egyik legszebbjét, a Ngapali beach-et. A kiegészítő program felára: 140.000 Ft. Ha erre a kiegészítő programrészre is jelentkezel, akkor értelemszerűen három nappal később fogsz hazarepülni! A kiegészítő program az alapprogram utolsó napján indul, amikor is Baganból a Ngapali beach melletti repülőtérre repülünk. Számodra a teljes program tehát 2022. január 21-én indul Yangonból, és 2022. február 2-án ér véget Ngapali beach-en! Kérjük, hogy részvételi szándékodat időben jelezd felénk! A kiegészítő program minimum 8 fő jelentkezése esetén indul!

1.nap - Yangon

Érkezés Yangonba, Mianmar egykori fővárosába. Miután felvettük vízumunkat a repülőtéren, bérelt busszal a szállásunkra utazunk, ahol egy éjszakát fogunk eltölteni. Kifújuk magunkat, és elindulunk, hogy először megkóstoljuk a burmai konyhát, majd ebéd után teszünk egy rövid sétát a belvárosban. A széles sugárutakkal és szűk mellékutcákkal felosztott Yangon igazi ázsiai nagyváros, ahol az emberektől, autóktól, árusoktól nyüzsgő utcákon, igazi ázsiai atmoszféra fogad: zaj, zsúfoltság, lengedező ruhák, telefon- és villanydrótok kibogozhatatlan kötegei, a falak penészednek a forró, nedves klímán. Mindenki ad- vesz mindent: Bruce Lee, és Jézus posztert, longyit, ruhákat, tankönyveket, burmai pénzerméket, sült-főtt és nyers ételeket. Nemcsak a nők, de a férfiak nagy része is tradicionális ruhában jár, longyiban, mely egy egyszerű szabású szoknya, olyasmi, mint a szarong burmai megfelelője. A helyiek az utcai étkezdékben kb. harminc centi magas, óvodásokra méretezett, műanyag sámlikon üldögélnek, teáznak. Fakultatív programlehetőségként amennyiben időnk engedi, vonatozhatunk egy jót. Szállás szállóban.

2.nap - Yangon

Miután megnéztük az óvárost, irány a legfőbb látnivaló, a Shwedagon pagoda. A szinte mindenhol látható 92 m magas pagodát hatvan tonna arany burkolat és több mint hétezer gyémánt és drágakő fedi. Négyfelől széles, fedett lépcsősorok vezetnek a pagoda márványalapjához. Lenyűgöző látvány a város közepén a hatalmas csillogó kupola, körülötte több mint nyolcvan szentély, imaház, meditálócsarnok, márvány és arany minden. Itt nyugodtan lehet mezítláb mászkálni, nincsenek majmok, és egy takarítócsapat rendszeresen felsöpör. A Shwedagon Yangon, és Mianmar büszkesége, az ország szimbóluma, és csakugyan - árnyékában más pagoda nem rúghat labdába. Visszatérünk szállásunkra, megvacsorázunk a környéken, és felkészülünk a másnapi utazásra. Szállás hotelban, ellátás reggeli.

3.nap - Yangon, Heho, Inle-tó

A mai napon egy belföldi járással átrepülünk Shan tartományba, Heho kisvárosába, amely számunkra semmi érdekességet nem tartogat, ezért megyünk is tovább. Amennyiben a repülőjárat menetrendje elég időt hagy, mielőtt az Inle tóhoz mennénk, meglátogatjuk egy kiterővel a Pindaya-i barlangokat, ahol több mint 8.000 darab, különféle anyagból készült Buddha szobor található. Innen indulunk tovább az Inle-tóhoz, Nyaungshwe városkába. Kisbusszal tesszük meg a másfél órás utat, majd elfoglaljuk szállásunkat, ahol két éjszakát fogunk eltölteni. Szállás: szállóban, ellátás reggeli.

4.nap - Inle-tó

Reggeli után indulunk az Inle-tóhoz, hogy a napot a tavon csónakázva töltsük. A tó 1300 méternél magasabban, a hegyek között fekszik, 22 kilométer hosszú, körülötte számos falu és több száz kolostor van. A tavon élnek az inthák, akik a vízre szorultak, mivel érkezésükkor a partot már elfoglalták a shanok. Halásznak, paradicsomot természetesen épített szigeteken, cölöpházakban laknak, és csónakjaikon állva lábbal eveznek. Először az úszó piac felé vesszük az irányt és megnézzük néhány hosszúnyakú asszonyt. A padaungok eredetileg nem a tó mellett éltek, de ma már a parton is vannak "zsiráfnyakú" nők. Nyakukon, kezükön, lábukon hordják a rézkarikákat (valójában nem karikák, hanem spirálisan fölhelyezett ujjnyi vastag rézhuzalok). Először feltesznek hét karikát, majd pár év múlva megint hetet, és végül ötöt. Az úszó piacon is rengeteg érdekesség vár minket: tarka csónakból virágot áruló festett arcú lányok, zöltség és gyümölcsárusok, egymással csereberélő nők, ajándékarusok és kifőzdék, fodrász, szuvenírárusok. Ebéd után következik egy szövőde, ahol lótuuszvirág szárából és a tartományban tenyésztett selyemhernyó gubójából nyert fonálból szőnek sálakat, ingeket, egyéb ruhadarabokat. Következő megálló egy szivargyár, ahol a nevezetes cheroot-ot, a burmai szivart készítik fiatal lányok, kézzel sodorva mintegy napi 500 darabot. A tavon visszafelé megnézzük az úszó kerteket, melyekben az ország paradicsomtermésének 75%-át állítják elő. Ezután megnézzük Indeint, ahol több száz faragott sztúpa között vezet az utunk, majd visszaúton naplemente a tavon és készülés a holnapi túrára. Szállás: szállóban, ellátás: reggeli.

5.nap - Inle-tó

A mai napon biciklikkel fedezzük fel a várost és környékét. Tekerés közben élvezzük a falusi életképeket: rizsföldeken kárpigáló kócsagok, varsával halászó férfiak, csatornában mosó nők, cölöpökön álló házak, melyeknek a teraszán száradnak a ruhák, bivalyháton ülő kis srácok, lovas kocsin és biciklin közlekedő helyiek, egymással nevetgélve játszó porontyok, cölöpöket fakalapáccsal beverő munkások, kolostorokból kiszűrődő éneklés. Szállás: szállóban, ellátás: reggeli.

6.nap - Inle-tó, Heho, Bagan

Reggeli után kb. egy órás transzfer a már jól ismert hehoi repülőtérre, ahonnan a repülőgép indulásának függvényében átrepülünk Baganba. Érkezés után szállásunkra utazunk, ahol két éjszakát fogunk eltölteni, majd miután kifújtuk magunkat, biciklire szállunk, hogy két keréken fedezzük fel a bagani fennsíkot. A ritkás növényzettel borított tájon több mint 2 000 pagoda, sztúpa, vallási épület maradt épen az eredetileg felépített több mint 3000-ból. Ez itt a világ legnagyobb buddhista épületegyüttese, amely több mint 40

négyszázötvenkilométernyi területen fekszik. Kerekezés közben akárhova nézünk, mindenhol templomok, sztúpák sokasága vöröszik, fehérlik. Kicsik, nagyok, aranszínűek, helyreállítottak és romosak. A leglátogatottabbak a nagyok, ezek szépen helyre vannak hozva, de csak egy-kettő van, amelyekre kívülről fel lehet menni. Mindegyik pagodánál árusok, éttermek, az egyiknél mi is lepihenünk ebédelni. Több nap is kevés megnézni a több ezer épületet, de a legszebbekre természetesen lesz időnk. Ahogy közeledik a nap vége, felmászunk egy pagodára, ahonnan lenyűgöző kilátás nyílik a bagani fennsíkra. A látványt Angkorhoz, vagy a piramisokhoz lehet hasonlítani. Igazi templomerdő, ameddig a szem ellát a ritkás növényzettel borított fennsíkon – fantasztikus. Szállás: hotelban, ahol két éjszakát fogunk eltölteni, ellátás: reggeli.

7.nap - Bagan

Folytatjuk a bagani fennsíkon álló építmények felfedezését. Ahogy az előző nap, most is biciklivel indulunk útnak, és először egy helyi kézműves műhelyt látogatunk meg. Itt kézzel készítik, festik a különböző lakkozott használati tárgyakat, tálkákat, tányérokat, kanalakat, szekrényeket. Innen ismét a romterületet célozzuk meg, hiszen még bőven maradt felfedezni való. A hatalmas területről a régészeti ásatások megkezdésekor az itt élő embereket a környékbeli falvakba költöztették. Bagan a XI-XIV. századokban virágzott, majd miután a mongolok ide is eljutottak, a környék lassan elnéptelenedett. Sorra járjuk az építményeket, megcsodáljuk az egykori építőmesterek munkáit, a buddha szobrokat, sztúpákat. A nap végéhez közeledve ismét megcélzunk egy pagodát, melynek tetejére felmászva naplemente néző helyeket foglalunk el. A csodálatos, vörösén izzó naplemente után visszatérünk szállásunkra. Szállás: hotelban, ellátás: reggeli.

8.nap - Bagan, Mandalay

Korán reggel bérelt busszal indulunk, hogy kb. 4 órás utazást követően megérkezzünk Mandalayba. Elfoglaljuk szállásunkat a belvárosban, ahol két éjszakát fogunk eltölteni, majd miután kifújtuk magunkat, és megebédeltünk, biciklivel indulunk el a kaotikus városi forgalomban, hogy felfedezzük a méltán világhíres mandalayai templomok, pagodák legszebbjeit. Első állomásunk a Shwenandaw pagoda. A XIX. század végén épült pagoda valaha a Királyi Palota területén állt, és ma annak ez a legnagyobb épségben megmaradt épülete. A teakfából épült templom magán viseli a tradicionális burmai építészet stílusjegyeit, és falain, valamint tetején faragott buddhista mitológiai jeleneteket láthatunk. Innen áttekerünk a Kuthodaw pagodába, ahol a világ legnagyobb könyvét láthatjuk. Ne számítsunk klasszikus könyv formára, a valaha pálmalevelekre írt buddhista kánonokat Mindon király 729 márványtáblára vésette, és itt helyeztette el. Innen egy percnyi tekerésre van a Sandamani pagoda, ahol megállunk egy rövid időre, hogy gyönyörködhessünk a több száz, hófehér sztúpa látványában. Mielőtt besötétedne, visszatekerünk szállásunkra. Szállás: hotelban, ellátás: reggeli.

9.nap - Mandalay, Mingun, Amarapura

Az előző napok bringázásai után ma bérelt busszal fogjuk felkeresni a Mandalay környéki látnivalókat. Először lemegyünk a kikötőbe, ahonnan rövid hajózás után megérkezünk Mingunba. Itt megtekintjük a világ legnagyobb sztúpáját, melyet igaz nem sikerült befejezni, és a megmaradt alapzat is megrepedt egy földrengés következtében, így csak elképzelni lehet mekkora lett volna, ha elkészül. Ugyanitt látható a világ legnagyobb ép harangja. A moszkvai nagyobb, de eltört. Miután kinézelődtük magunkat, hajóval visszatérünk Mandalayban várakozó buszunkhoz, amely elvisz következő célunkhoz, Inwa-ba. Az egykori királyi fővárost motorcsónakon közelítjük meg, majd lovas kocsikon járjuk körbe a megmaradt építményeket. Poros úton zötykölődve érjük el első megállónkat, a teakfából épült Bagaya kolostort, amely valaha a királyi család oktatásának helyszíne volt. Megnézzük az egykori királyi palota helyét, melynek emlékét egy őrtorony, és egy hajmosó medence őrzi. Rövid ebédszünet után jön a Maha Aungmye Bonzan templom melyet a burmai templomoktól eltérően nem fából, hanem kőből építettek. Visszatérünk buszunkhoz, és rövid utazást követően megérkezünk a világ leghosszabb teakfa hídjához. Amarapurában a Taung Tha Man tó fölött vezető híd 1,2 km. Hosszú. Helyenként betonoszloppal van megerősítve, de

legnagyobbbrészt eredeti állapotában áll. Itt elvegyülünk a helyiek között, akik a hídon fotóznak, árulják a szuveníreket, pihenőkben üldögélnek. Lent halászok, a parton éttermek, szerzetesek. Az egyik étteremben üldögélve, vacsora közben csodáljuk meg a naplementét, majd visszatérünk szállásunkra. Szállás: hotelban, ellátás: reggeli.

10/+1.nap - Mandalay, Ngapali Beach

Azon utasaink, akik csak az alapprogramon vesznek részt, a választott repülési útvonal függvényében ma megkezdik hazautazásukat. Aki a hosszabbítást is választotta, azokkal a repülőgépünk indulásának függvényében kimegyünk a bagani repülőtérré, ahonnan elrepülünk az egyik legszebb burmai tengerpartra, Ngapali Beach-re. Érkezés után elfoglaljuk szállásunkat, majd lazítunk a fehér homokkal borított tengerparton, fürdünk a meleg vízben, kipihenjük az előző nap fáradalmait. Szállás hotelben, ellátás reggeli.

11/+2 -12/+3.nap - Ngapali Beach

A városnézések, pagodák, templomok megtekintése után két teljes napra a jól megérdemelt lazításé a főszerep. Természetesen több fakultatív programlehetőség közül is választhatnak az aktívabb kikapcsolódásra vágyók. Lehet hajókirándulásra indulni, melynek során a hajó többször megáll, egyszer egy kis halászfalu mellett, valamint hogy fürödhessünk a tengerben, és sznorkel felszereléssel deríthessük fel a víz alatti világot. Lehetőség van tengeri kajakkal felderíteni a környék sziklás partjait, az eldugott öblöket, barlangokat, strandokat, vagy aki a víz alatti élővilágban szeretne gyönyörködni, az akár a könnyű búvárkodást is kipróbálhatja. Miután lemegy a nap, a trópusi fehér homokos tengerparton, zöldellő pálmák alatt vacsorázhatunk. Szállás hotelben, ellátás reggeli.

13/+4.nap - Ngapali Beach

Reggeli után repülőgépünk indulásának függvényében kimegyünk a repülőtérré, és megkezdjük hosszú utazásunkat Budapestre. Ellátás reggeli.

Tudnivalók

Út ára tartalmazza

Az alapprogram során:- a repülőtéri transzfereket Mianmarban amennyiben a csoporttal repülsz, és az Eupoliszon keresztül vásárolod meg a repülőjegyet,- a szállásokat 9 éjszakára, szállókban, két ágyas, saját fürdőszobás, hideg / meleg vizes zuhannyal, angol WC-vel ellátott szobákban,- a reggeliket az út során,- a taxi költségeket a yangoni városnézés során,- az egész napos csónak kirándulást az Inle-tavon,- a biciklibérlést az Inle-tónál,- a biciklibérlést Mandalayban,- a biciklibérlést Baganban,- a buszbérlést Mandalay és Bagan között, sofőrrel,- a helyi vezetők díját,- ismerkedési esten egy welcome drinket,- a programok szervezését és a magyar nyelvű túravezetést.A hosszabítás során:- a repülőtéri transzfereket Mianmarban amennyiben a csoporttal repülsz, és az Eupoliszon keresztül vásárolod meg a repülőjegyet,- a szállásokat 3 éjszakára, szállókban, két ágyas, saját fürdőszobás, hideg / meleg vizes zuhannyal, angol WC-vel ellátott szobákban,- a reggeliket az út során,- a programok szervezését és a magyar nyelvű túravezetést.

Út ára nem tartalmazza

Az alapprogram és a hosszabítás során:- a nemzetközi, és belföldi repülőjegyek, valamint illetékek árát, és a lehetséges repülőtéri kilépési illetékeket, - a biztosítást, az esetleges védőoltások árát, és a belépőket, - a lehetséges fakultatív programok árát, - az étkezéseket, a külön feltüntetett reggeliken kívül, - a mianmari vízum díját

Árfolyam

Fontos! Utazásunk árát 300 Ft / 1 USD árfolyamig tudjuk tartani. Ha a dollár (USD) ára az utazás indulását megelőző 35. napon ezt meghaladja, akkor árkorrekcióra kényszerülhetünk. Árkorrekció esetén az utazási szerződésünkben rögzített szabályok szerint járunk el.

Repülőjegy

Utazásunkhoz ajánlott repülési menetrendet a minimális létszám elérése után tesszük közzé. A COVID világjárvány alaposan átalakítja a nemzetközi légi közlekedést: folyamatosan változnak a menetrendek, az árak és az utazási feltételek is. Ezek a változások az elmúlt évek tapasztalatait zárójelbe teszik és megnehezítik a pontos tervezést. Útjainkhoz a repülőjegyet egyénileg is megvásárolhatod, de igény szerint partnerünkkel készítünk számodra az úthoz illeszkedő repülőjegy-foglalást. Azokban az esetekben, ahol fapados légitársaság járatainak igénybevétele az ajánlott, a jegyet egyénileg tudod megvenni adott társaság honlapján keresztül. Jelen utazásunk indulása még nem garantált (még nem értük el a minimális utaslétszámot), ezért a repülőjegy megvásárlását nem ajánljuk.

Utazás

Budapesttől menetrendszerű nemzetközi repülőjáratral érkezünk első szállásunkra Yangonba, ahol a program kezdődik. Yangon - Heho, Heho – Mandalay, Bagan – Ngapali (Thandwe) - Yangon útvonalakon repülővel, Mianmaron belül bérelt buszokkal, hajóval, taxikkal, biciklivel.

Létszám

Tájékoztató létszám: 10-22 fő. Az utat minimum 10 fő befizetése esetén indítjuk el.

Túra nehézsége

Hétköznapi erőnléttel bárki által teljesíthetőek, Meg kell jegyezzük e mellett, Mianmar rendkívül végletes országában utazni hihetetlen élményeket jelent! Európai kalandozásainkkal ellentétben ugyanakkor szem előtt kell tartani, hogy ez Ázsia. Aki azonban nem túl kényes, és az életre szóló élményekért vállalja az átlagosnál néha "nomádabb" viszonyokat, azt biztosíthatjuk, hogy nem fog csalódni!

Ország

Lakosság: 60 280 000 fő (2010.) Nagyobb városok: Yangon (5 millió lakos), Mandalay (801.000 lakos), Népcsoportok: 72% burmai, 9%shan, 7%karén, 12% egyéb kisebbség A lakosság nagy része a központi síkságon él, alig negyedük város lakó. Hivatalos nyelv a burmai; a hivatalokban és a kereskedelemben szinte mindenki beszél angolul. A lakosság 85%-a theravada-buddhista, 2%-a hindu, 2-3%-a mohamedán, illetve keresztény. Területe 679.552 km², kiterjedése: kelet-nyugati irányban 900 km, észak-déli irányban 2000 km. Legmagasabb pontja: Hkakabo Razi 5881 méter Leghosszabb folyó: Irrawaddy 2092 km Az ország öt tájegységre tagolódik: a Himalájához tartozó északi rész, a párhuzamos keleti és nyugati hegylánc, az Irrawaddy völgye és a tengerpart. Északon találhatóak az ország legmagasabb hegyei. Dél felé, a nyugati határ mentén húzódik és a 3800 méteres magasságot is meghaladja a Pakhaing Bum- és az Arakan-hegylánc. A keleti részen található a közel 2500 méter magas, elkarsztosodott Shan fennsík. Középen pedig az Irrawady-medence termékeny síksága. Az Irrawady torkolatánál 38.000 km-es deltavidék alakult ki. Az északi hegyekben és a tengerparti sávban a trópusi esőerdők és monszunerdők nőnek, itt a teakfa és a bambusz az uralkodó. A Shan-fennsíkra jellemző a fenyő és az örökzöld tölgy, a központi síkságra a száraz erdő és a tüskés szavanna, az Irrawady deltájára a mangrove. Ezekben a területeken sok a krokodil és a kígyó, de akad elefánt, tigris, leopárd, majom, és orrszarvú is. 1945 előtt Burma volt a világ legjelentősebb rizsexportőre. A megművelt területnek a felén rizst termesztenek, ami a legfontosabb exportcikke az országnak. A második legfontosabb exporttermék a teakfa. Az ásványi kincsek közül ólmot, cinket és ezüstöt bányásznak. Burma ipara fejletlen. Az úthálózat hossza 23 000 km;

minősége nem túl jó. A legfontosabb vasútvonal Yangon és az északi Mytkyna között húzódik. Az Irrawady folyó több mint 1400 km hosszan hajózható. A kultúrában fontos szerepet tölt be a buddhizmus. A 3-9 századból származó építészeti emlékek egyértelműen indiai hatásról tanúskodnak. Két típusuk van: a sztupák (buddhista egyházi építmények az ereklyék megőrzésére), és a templomok. Az aranyműves munkák és az elefántcsonttal, tükörüveggel berakott, aranyozott fafaragványok tanúskodnak arról, hogy a burmaiak ma is mesterei a kézművességnek. Főbb látnivalók: Burma rengeteg történelmi és természeti látványossággal rendelkezik: Shwedagon Paya Yangonban; az ősi város Bagan, és az Inle tó. 1989-ben az országgal együtt (ekkor lett Burmából Mianmar) több várost és folyót átneveztek.

Időjárás

Burma a trópusi monszunövezetbe tartozik. A monszun időszak május közepétől október közepéig, a hűvösebb, száraz időszak decembertől márciusig tart. Ezek között két rövidebb forró átmeneti időszak van - április-májusban és október-novemberben. A Shan-fennsík nyugati peremén 2000 mm, a központi síkságon csak 400-1000 mm csapadék hullik évente. Utunk során túlnyomórészt 20-25°C körüli hőmérsékletre, változóan felhős időre számíthatunk, de eső is bármikor előfordulhat ezért esőkabátot is hozzátok magatokkal. Különösen javasolt a napszemüveg, fejfedő és az erős faktorszámú naptej használata! Az Inle-tónál, amely több mint 1 000 méterrel tengerszint felett helyezkedik el, nappal 15-20°C körüli hőmérsékletre számíthatunk, míg esténként a levegő lehűlhet akár 10°C fokra. Baganban és Mandalayban is előfordulhat, hogy lehűl a levegő 15-20°C körüli hőmérsékletre, valamint erős szél is lehetséges, ezért célszerű vastag pulóvert, könnyű dzsekit is hozni!

Felszerelés

Trópusi országról lévén szó a könnyű ruházat javasolt (melegben cipelni is nehezebb!). Pl. póló és nem hosszú ujjú ing. Szandál, hosszú nadrág, svájci bicska, zseblámpa vagy fejlámpa, gyógyszerek, esőkabát, napszemüveg, napolaj, mini-varrókészlet, nyári hálósák, esőkabát, a nyári lábbeli mellé egy kényelmes túra cipő, kényelmes hátizsák, fejfedő, napszemüveg, napkrém, legalább egy váltás meleg ruha, szúnyogriasztó. Az Inle-tónál, amely több mint 1000 méterrel tengerszint felett helyezkedik el, esténként lehűl az idő és sokszor nappal is lehet erős szélre számítani, ezért célszerű egy vastag pulóvert, könnyű dzsekit is hozni! A fényképezőgépek, kamerák, és telefonok akkumulátorait minden szálláshelyen lehetőség van feltölteni. A [Fjällräven](#) ajánlata: Egy körülbelül 30 literes hátizsák (egy napi felszereléssel, vízzel, elemózsiával) mindig hasznos társunk. A [Fjällräven Bergen 30 hátizsákja](#) vízhatlan volta miatt akár esős időben is szárazon tartja felszerelésünket. A [Karl túranadrágok](#), illetve a [Karla túranadrágok](#) szinte bárhol használhatóak, a nyári hétvégi kirándulások és a magashegyi túrázások alkalmával egyaránt. Ez a típus a kopásálló, előavatott G-1000® Silent anyagból készült. A nadrág lábszárhosszvégződése szegés nélküli, így könnyen a kívánt hosszra állítható. Egy jól megválasztott hálósák egy nehezebb túra után megkönnyíti a regenerálódást, hogy másnap már újult erővel vethessük be magunkat a kalandokba. Kérdés, hogy amikor alszunk, a hálósákban forgolódunk-e vagy zsákkal együtt vesszük fel az alvási pozíciót. Mindegyik helyzetre van megoldás: [Fjällräven Move with Bag](#) vagy [Fjällräven Move in Bag](#).

Szállás

Utunk során szállókban, és hotelekben szállunk meg, ahol a szobák saját, meleg vízzel, angol WC-vel, törülközővel ellátott fürdőszobával rendelkeznek. A meleg víz szolgáltatás néha akadozhat, de nem jellemző. A szobák mérete, tájolása, felszereltsége egymástól eltérő lehet. A szobák két ágyasak, így az egyedül jelentkezőket összetársítjuk nemben és lehetőség szerint korban megegyező utastársakkal. Szállásainkon van wi-fi, de a sáv szélesség szűk, az kapcsolat akadozhat.

Higiénia

Csak palackozott víz fogyasztását javasoljuk, ami egyébként mindenütt kapható. Figyelj oda minden alkalommal, hogy a vásárolt zöldséget, gyümölcsöt alaposan megmosd, valamint érdemes éttermi

étkezések előtt és után alkohollal fertőtleníteni a gyomrod. Ha odafigyelsz, jó eséllyel tudod elkerülni az emésztési jellegű kellemetlen szituációkat. Kötelezően előírt védőoltás nincs, de javasoljuk a Hepatitis A és esetleg a B védőoltást, ill. tetanusz, tífusz. Az oltásokról háziorvosodnál tudsz érdeklődni. Természetesen egy-két alapvető orvosságot érdemes magaddal hoznod: lázcsillapítót, fájdalomcsillapítót, hasfogót, hashajtót, görcsoldót valamint fertőtlenítőszert és ragtapaszt.

Élelem

Szállásainkon kapunk reggelit. A mianmari árak a magyar árak alatt vannak. Alapélelmiszer mindenütt beszerezhető kis helyi boltokban. Természetesen az út során mindig lesz alkalom vásárolni palackos vizet és egyéb alapvető élelmiszereket, emellett az utcai kifőzdékben, éttermekben, olcsón lehet meleg ételhez jutni (2-3 USD). A mianmari konyha: általában sokféle ételből csipegetnek. A tea, leves és a saláta jóformán mindenhol ingyen jár az ételekhez. A legtöbb fogás általában elég fűszeres és pikáns, nem sajnálják a fokhagymát és a chili különféle fajtáit. Az ételek többsége friss alapanyagokból: zöldségből, halból, szárnyasból, sertésből és néha marhahúsból készül. Rizst szinte minden étkezéshez esznek. Az ételekhez változatos fűszerek és mártások is tartoznak: őrölt pirospaprika, ecetes chili, szójaszósz és egy sor külön felszolgált mártás. Desszertként a mianmariak trópusi gyümölcsöket esznek. Nagyon olcsóak a déligyümölcsök (banán, narancs, kókusz, mangó) így a vitaminhiánnyal sem lehet probléma. Ezen kívül rengeteg féle indiai és kínai ételt is fellelhetsz. A vegetáriánusoknak sem kell aggódniuk, mert rengeteg zöldségétel közül tudnak választani. A mianmariak rengeteg teát isznak. A kávé majdnem mindenhol tejjel készül és az íze nem hasonlít a hazai eszpresszóra. Sokféle helyi készítésű palackozott üdítőital kapható, ezeket a cukorsziruphoz lehet hasonlítani. A gyümölcsleveket és a cukornádlét javasolnám mindenki számára. Alkohol tartalmú italt csak az un. "beer stationok" árulnak. A csapolt sör általában jóval olcsóbb az üvegesnél és a tömény ital kedvelőinek jó hír a helyi rum és whisky hihetetlenül olcsó (feles: 50-80Ft). Dohányt mindenhol lehet vásárolni. A helyiek nagy része cherootot szív. Ez egy speciális csak Mianmarban kapható szivar. Különböző méretben és vastagságban kapható darabja kb. 2-3 Ft.

Pénz-ügy

Az országban csak helyenként van ATM és hitelkártya elfogadó-hely. Ezért fontos készpénzt (USD) hozni, csakis 2008 utáni sérülésmentes címleteket. Ne legyen szakadt, foltos, pecsétes, és ne legyen rajta írás, különben vagy nem váltják be, vagy jelentősen rosszabb árfolyamon. A hivatalos pénznem a kyat - MMK, 1300 MMK / USD. A legjobb árfolyamot 100 dolláros címletek esetén lehet kapni a fővárosi hotelekben, vagy az utcai váltóknál, vidéken kisebb címletek esetén (1050 MMK / USD). Érdemes mind dollárt, mind kyatot tartani, és attól függően fizetni, hogy melyik esetén kap kedvezőbb árat az ember. Költpénznek minimum 80.000.- Ft-ot ajánlunk (étkezés, innivaló, emléktárgyak, ajándékok, azaz szokásos kiadások esetén), a belépők összesen kb. 60 USD, természetesen ez sokkal kevesebb és több is lehet, egyéntől és vérmérséklettől függően. Belépő az Inle-tóhoz: 10 USDBelépő Bagan: 20 USD

Vám

A mianmari hatóságok 2014. október 2-ától kezdődően a magyar állampolgárok számára is lehetővé tették elektronikus vízum (e-visa) igénylését. Az online igényelhető vízum eljárási díja 50.- USD. A vízum kizárólag turista céllal (28 napra) és csak abban az esetben igényelhető, ha az utas Yangon, Nay Pyi Taw vagy Mandalay nemzetközi repülőterén keresztül lép be az ország területére. Az e-visa feltételeiről a <http://evisa.moip.gov.mm/NoticetoTourists.aspx> és a <http://evisa.moip.gov.mm/termsandconditions.aspx> honlapokon található információk, a vízumkérő lapot pedig a <http://evisa.moip.gov.mm/NewApplication.aspx#> honlapon lehet kitölteni. A fizetés Visa, MasterCard, vagy American Express kártyával történhet. A vízumkiadás hosszadalmas lehet, amelynek során a bevándorlási hivatal tisztviselői ugyanazokat a dokumentumokat kérhetik, mint a nagykövetségeken igényelt vízumok esetében. Amennyiben ezeket az utas nem tudja bemutatni, megtagadhatják tőle a belépést. A korábbi szabályoktól eltérően, immár lehetőség van arra, hogy az utazó ne csak a belépésnél használt

határátkelőhelyen hagyja el az országot. Ugyanakkor fel kell hívnunk a figyelmet arra, hogy a változás csak a légi határátkelőhelyekre vonatkozik! Ha az utazó repülőgéppel érkezik Mianmarba, és szárazföldi határátkelőhelyen kívánja elhagyni az országot, ahhoz továbbra is a turizmusért felelős minisztérium engedélye szükséges. A kilépéskor fizetendő repülőtéri illeték Mianmarban 10 USD. Külföldi állampolgárok bejelentési kötelezettség nélkül vihetnek be 2000 USD értéket meg nem haladó készpénzt. Az ezt meghaladó összeget - valamint a bevinni tervezett ékszereket, elektronikai termékeket, fényképezőgépeket - a határon be kell jelenteni. Vámmentesen bevihető termékek: 200 szál cigaretta vagy 50 szivar, 1 üveg szeszes ital, 1 üveg parfüm. Antik vagy archeológiai jelentőségű tárgyak kivitele tilos. Kizárólag arra felhatalmazott helyen vásárolt - és megfelelő tanúsítvánnyal ellátott - ékszer, ezüsttermék kivitele engedélyezett. Tilos az országból - bármilyen címletben - kivinni a helyi fizetőeszközt (Kyat).

Csomag

Legyen egy nagy (60 – 70 literes) és egy kicsi hátizsákod (25-30 literes), úgy pakold, meg hogy néha vinned is kell őket egyszerre. A repülőre felvihető kézipoggyásszal kapcsolatosan az alábbi oldalon részletes tájékoztatás található. http://www.bud.hu/utazas/indulas_elott/poggyasz/?article_hid=79 A nagy poggyász súlykorlátja - ritka kivétellel - a szokásos 20 kg-ot nem haladhatja meg, azonban a regionális repülőtársaságok korlátozása és a helyi közlekedési eszközök csomagterének mérete miatt általában a 15 kg-os súlyhatár a kötelező. Az utazás alatt csomagjaink végig velünk lesznek, de a napi programhoz felesleges részüket természetesen az aktuális szállásokon tudjuk hagyni.

Biztosítás

Kötelező! Szeretnénk figyelmedet felhívni arra, hogy a **részvétel feltétele az út teljes időtartamára érvényes utasbiztosítás**. Érvényes biztosítás hiányában a túrán való részvételt megtagadjuk. Irodánkban az Európai Utazási Biztosító (EUB) kedvezményes biztosításainak megkötésére van lehetőség, legkésőbb az indulás előtti napig. Jelen túrára vonatkozó utasbiztosítási lehetőségek: alapprogram: Air & Cruise Top 8.880 Ft / fő Air & Cruise Extra 13.680 Ft / fő alap- és kiegészítő program: Air & Cruise Top: 11.100 Ft / fő Air & Cruise Extra: 17.100 Ft / fő Lehetőséged van Utazásképtelenségre vonatkozó biztosítás (azaz **stornóbiztosítás**) megkötésére: alapprogram: Storno Basic: 12.950 Ft / fő (önrész: 20 %), önállóan is köthető, Storno Kombi: 10.360 Ft / fő (önrész: 0-10%) **csak utasbiztosítással együtt** köthető. alap- és kiegészítő program: Storno Basic: 19.950 Ft / fő (önrész: 20 %), önállóan is köthető, Storno Kombi: 15.960 Ft / fő (önrész: 0-10%) **csak utasbiztosítással együtt** köthető. Fontos, hogy amennyiben szeretnéd megkötni, azt csak az első befizetéssel egyidejűleg teheted meg, később már nem! Bővebben a biztosító szolgáltatásairól a honlapjukon olvashatsz: **www.eub.hu**