

BENVENUTI A BANGKOK

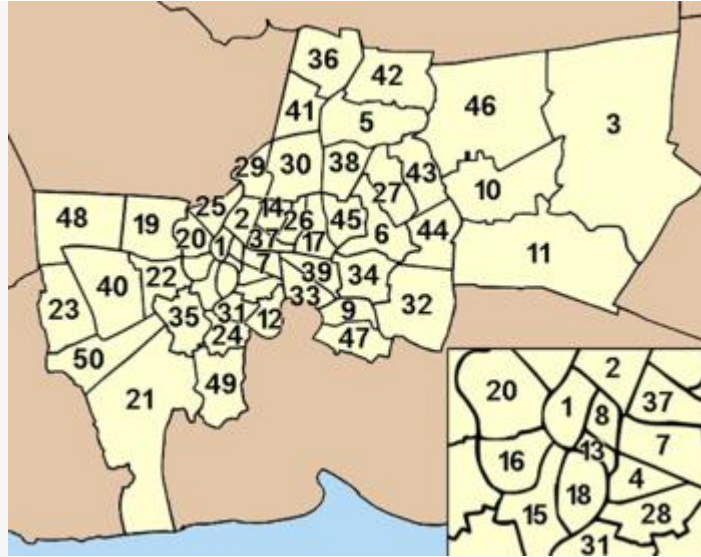
Prima di diventare nel 1782 la capitale della Thailandia, Bangkok era un piccolo villaggio situato sulle sponde del Chao Phraya, divisa da due zone distinte fra loro. Le due città sono diventate Thon buri ad ovest e Bangkok ad est. A differenza di Thon buri rimasta la città di una volta, Bangkok si è evoluta sempre più, diventando una metropoli moderna e caotica. La capitale esprime al meglio lo spirito thailandese mescolando il vecchio ed il nuovo in un'unica grande fusione. Bangkok oltre ad essere una delle città più belle di tutta l'Asia è anche la capitale della Thailandia. La città è ricca di fascino, storia, cultura, sport e tecnologia allo stesso tempo, tanto da renderla unica nel suo genere. Qui si possono trovare dai templi Buddhisti ai locali a luci rosse, dai mercatini del “contraffatto” alle boutique più prestigiose, tutti elementi in totale sintonia tra loro, nonostante l'evidente incompatibilità in qualsiasi altra città del mondo. Un tempo la città era chiamata la Venezia d'Oriente per i molteplici fiumi presenti. Oggi molti di essi non ci sono più, rimane però il Damnoen Saduak , dove si svolge il Floating Market il “Mercato galleggiante”, una delle attrazioni preferite dai turisti. La città ha 3 grandissimi problemi, in primo luogo il traffico, talmente esagerato da far perdere la pazienza, a seguire l'inquinamento, difficile respirare liberamente soprattutto in estate, ed infine la persistenza incessante dei forti odori che provengono da ogni angolo delle strade. Nonostante ciò, è possibile vivere l'atmosfera dei luoghi tranquillamente, con la consapevolezza che dopo qualche giorno ci si abitua facilmente. Il nome Bangkok significa “CITTA' DEGLI ANGELI”, offre tutto quello che una persona può desiderare dalla vita, alberghi di lusso, grattacieli, aree verdi, centri commerciali ultra moderni, centri massaggi specializzati, intrattenimento di vario genere con incontri di box Thailandese, mercatini, discoteche e quant'altro si desidera avere a portata di mano.

QUARTIERI

Bangkok è suddivisa in 50 distretti [(TH) *khet* (เขต)], qualche volta chiamati anche *amphoe*, il nome che i distretti hanno nel resto della Thailandia], i quali sono a loro volta suddivisi in 169 sotto-distretti [(TH) *khwaeng* (แขวง)], approssimativamente equivalenti ai *tambon* delle altre province.

Questa suddivisione è in vigore dal 1972, quando la provincia di Thonburi è stata assorbita da quella di Bangkok. Dall'unione delle due amministrazioni è nata la zona a statuto speciale di Bangkok, che ha uno status simile a quello delle altre province thailandesi.

Dei 50 distretti, 15 si trovano nella zona di Thonburi, ad ovest del fiume Chao Phraya, gli altri 35 si trovano ad est del fiume.



1. Phra Nakhon (พระนคร)
2. Dusit (ดุสิต)
3. Nong Chok (หนองจอก)
4. Bang Rak (บางรัก)
5. Bang Khen (บางเขน)
6. Bang Kapi (บางกะปิ)
7. Pathum Wan (ปทุมวัน)
8. Pom Prap Sattru Phai (ป้อมปราบศัตรูพ่าย)
9. Phra Khanong (พระโขนง)
10. Min Buri (มีนบุรี)
11. Lat Krabang (ลาดกระบัง)
12. Yan Nawa (ยานนาวา)
13. Samphanthawong (สัมพันธวงศ์)
14. Phaya Thai (พญาไท)
15. Thon Buri (ธนบุรี)
16. Bangkok Yai (บางกอกใหญ่)
17. Huai Khwang (ห้วยขวาง)
18. Khlong San (คลองสาน)
19. Taling Chan (ตลิ่งชัน)
20. Bangkok Noi (บางกอกน้อย)
21. Bang Khun Thian (บางขุนเทียน)
22. Phasi Charoen (ภาษีเจริญ)
23. Din Daeng (ดินแดง)
24. Bueng Kum (บึงกุ่ม)
25. Sathon (สาทร)
26. Bang Sue (บางซื่อ)
27. Chatuchak (จตุจักร)
28. Bang Kho Laem (บางคอแหลม)
29. Prawet (ประเวศ)
30. Khlong Toei (คลองเตย)
31. Suan Luang (สวนหลวง)
32. Chom Thong (จอมทอง)
33. Don Mueang (ดอนเมือง)
34. Ratchathewi (ราชเทวี)
35. Lat Phrao (ลาดพร้าว)
36. Watthana (วัฒนา)
37. Bang Khae (บางแค)
38. Lak Si (หลักสี่)
39. Sai Mai (สายไหม)
40. Khan Na Yao (คันนายาว)
41. Saphan Sung (สะพานสูง)
42. Wang Thonglang (วังทองหลาง)
43. Khlong Sam Wa (คลองสามวา)
44. Bang Na (บางนา)

23. Nong Khaem (หนองแขม)

24. Rat Burana (ราชบูรณะ)

25. Bang Phlat (บางพลัด)

48. Thawi Watthana (ทวีวัฒนา)

49. Thung Khru (ทุ่งครุ)

50. Bang Bon (บางบอน)

INFORMAZIONI UTILI

Nome completo: Bangkok

Superficie: 1.569 kmq

Popolazione: 8.000.000

Ora locale: GMT/UTC +7 (Ora locale di Bangkok)

Valuta: Baht (Bht) divisa in 100 Satang (1B= € 0,02).

Corrente elettrica: 220V 50Hz

Prese di corrente: Spina europea a due spinotti metallici circolari, Attacco in stile giapponese con due lamette piatte parallele

Visti: I turisti italiani possono soggiornare per 30 giorni senza visto, ma devono arrivare alla frontiera con un passaporto valido ancora 6 mesi dopo la data di rientro in patria. Se l'ingresso nel paese avviene via terra, il visto varrà solamente 15 giorni. I visitatori devono circolare sempre con il passaporto originale, pena l'arresto.

Dogana: Come la maggior parte dei paesi, la Thailandia proibisce l'importazione di droghe illegali, armi da fuoco e munizioni (a meno che non siano dichiarate in precedenza al dipartimento di polizia) e di materiale pornografico. Supporti elettronici come impianti stereo, calcolatrici e computer potrebbero essere un problema se il funzionario della dogana ha ragione di credere che li stiate portando con voi per rivenderli. Finchè ne portate più d'uno, non dovrebbero esserci problemi.

Duty free: È consentito portare con sé senza dover pagare alcun dazio una ragionevole quantità di indumenti per uso personale, articoli da toeletta, strumenti professionali, una macchina fotografica o una telecamera con 5 rullini di pellicola (non eccessivamente controllata) o 3 di pellicola per film o videotape, oltre a un massimo di 200 gr di tabacco o altri articoli per fumatori.

Moneta: La moneta locale è il Thai Baht. 1 baht è formato da 100 satang. Denaro in carta: 1.000, 500, 100, 50, 20, 10 baht; mentre in moneta: 25 satang, 50 satang, 1 baht, 5 baht, 10 baht. E' possibile cambiare soldi e traveler cheques negli hotels, presso gli uffici cambio, nei centri commerciali o nelle banche dove otterrai il miglior cambio (in questo caso devi portare con te il passaporto). Sull'isola ci sono molte macchine ATM dove poter ritirare contanti.

Mance: Un tempo qui in Thailandia, le mance non erano nell'uso commune, ma ora è diventata una consuetudine. Molti alberghi e ristoranti aggiungono il 10% per il servizio al momento del pagamento, mentre per i taxi per esempio, non è necessario rilasciare mance, invece ti consigliamo di lasciare 10-20 baht di mancia a chi ti porta le valige in camera.

Contrattare: Qui a Phuket contrattare i prezzi e' praticamente una regola anche se nei negozi e nei centri commerciali i prodotti hanno prezzi fissi. Per loro e' un divertimento cercare di non cedere pur di vendere, e anche per te puo' diventare un momento simpatico da ricordare e poi pensa anche alla fine della contrattazione, e' possibile ottenere un prezzo inferiore fino al 40 % dal prezzo iniziale! Molto dipende dalle tue capacita' e dall'atteggiamento del venditore. Ricordati che qui in Thailandia e' bene mostrarsi sempre col sorriso sulle labbra, e che con le buone maniere, educazione e senso dell'umor si possono ottenere degli ottimi sconti! **Abbigliamento:** La cosa migliore e' indossare un'abbigliamento chiaro e fresco, qualche volta una giacchina leggera puo' essere necessaria, ma ricordati che sei sempre ai tropici! In caso di visita ai templi, consigliamo sempre un abbigliamento adeguato nel rispetto di un luogo religioso.

Pesi e Misure: in tutta la Thailandia e' utilizzato il sistema metrico.

Orari di lavoro: I negozi sono aperti tutti i giorni della settimana normalmente dalle ore 10.00 di mattino alle ore 22.00 di sera. Le banche sono aperte dal lunedì' al venerdì' dalle 9.30 di mattino alle 15.30 di pomeriggio e restano chiuse per le feste pubbliche ufficiali.

Servizi postali: Il servizio postale in Thailandia e' affidabile ed efficiente e le poste provinciali sono aperte dalle ore 8.00 di mattina alle 16.30 di pomeriggio.

Utilizzo del telefono cellulare: Se vuoi telefonare all'estero, potrai acquistare una SIM card al prezzo di 500 baht inclusa di un credito per telefonare e utilizzarla con un cellulare digitale GSM con 900MHz di raggio o un cellulare digitale PCN con 1800MHz di raggio.

Internet / Email: e' facilissimo! in tutte le citta' e nei posti turistici, ci sono negozi specializzati per il servizio internet, alcuni con la linea ADSL con un costo davvero concorrenziale pari a soli 1/2 baht al minuto!

Servizio fax: tutti gli alberghi dispongono di un servizio fax e la maggior parte offrono anche altri servizi utili per chi per esempio non ha la possibilita' di staccare totalmente dal lavoro. Potrai rivolgerti direttamente alla reception.

Codici Internazionali: Il codice internazionale per telefonare in Thailandia e' +66.

Per telefonare all'estero dalla Thailandia, bisogna digitare 001 + il codice nazionale + il prefisso + numero telefonico.

La maggior parte dei turisti, acquista una "international phone card" utilizzabile da una cabina telefonica pubblica o usa un telefono GSM, che e' il modo piu' semplice per telefonare all'estero.

Orientamento: La zona metropolitana di Bangkok copre 1569 km quadrati (612 miglia quadrate) della Thailandia meridionale, proprio nel centro della zona di produzione del riso più fertile al mondo. Una rete di canali naturali e artificiali attraversa la città, gettandosi e prendendo vita dall'ancora di salvezza idrologica della Thailandia - l'ampio Mae Nam Chao Phraya - che serpeggia attraverso la città fornendo trasporto a merci e passeggeri. Bangkok è divisa in due dalla principale linea ferroviaria che attraversa il paese da nord a sud. La vecchia Bangkok, dove si trovano buona parte dei templi e dei palazzi della città e i quartieri cinesi e indiani, giace tra il fiume e la ferrovia. A est della linea ferroviaria, costituita dai principali uffici e dalle zone

residenziali, si trova la 'nuova' Bangkok. Naturalmente, oltre a queste classificazioni generali, Bangkok si estende in tutte le direzioni con una miscela di zone residenziali, commerciali e industriali.

Salute e sicurezza: La regola principale è di fare attenzione all'acqua, incluso il ghiaccio. Se non siete certi della provenienza dell'acqua, aspettatevi il peggio - anche se la maggior parte dell'acqua servita nei ristoranti, negli uffici e nelle case della Thailandia è purificata. Prima della partenza si consiglia di stipulare una assicurazione sanitaria che preveda, oltre alla copertura delle spese mediche, anche il rimpatrio aereo o il trasferimento in altro paese, poichè le strutture sanitarie locali non sono gratuite. Durante la vostra permanenza è consigliabile non consumare cibi e/o bevande di provenienza non certa e bere solo acqua e bibite in bottiglia senza l'aggiunta di ghiaccio. Negli ultimi anni c'è stato in città il boom del turismo medico con pazienti che arrivano da tutto il mondo per operazioni di chirurgia estetica, odontoiatriche e altro. Le farmacie degli ospedali sono aperte 24/24. Negozi più piccoli sono aperti generalmente dalle 10 e chiudono fra le 20 e le 22. Una aperta 24/24 è la Foodland Supermarket Pharmacy (tel: 0 2254 2247; 1413 Soi 5, Th Sukhumvit; Skytrain Nana). Se cercate un dentista: Bangkok Dental Spa (tel: 0 2651-0807; www.bangkokdentalspa.com ; 27 Methawattana Bldg, 2nd fl, Soi 19, Th Sukhumvit; Asoke; Sukhumvit). Le cliniche di ottimo livello non mancano: due strutture a cui potete rivolgervi sono: Bangkok Christian Hospital (tel: 0 2235 1000-07; www.bkkchristianhosp.th.com ; 124 Th Silom; Saladaeng) e il Bangkok Hospital (tel: 0 2310 3000; www.bangkokhospital.com ; 2 Soi 47, Th Phetburi Tat Mai, Bangkok).

Pericoli e contrattempi: Viste le sue dimensioni, Bangkok è una città relativamente sicura. Ma dovrete dimostrarvi svegli: non avventuratevi soli in vicoli bui e proteggetevi sempre contro i ladri (utilizzate le cassette di sicurezza dell'hotel e nascondete i soldi). È più facile essere raggirati che derubati. Fate attenzione agli sconosciuti che in maniera amichevole vi offrono consigli sull'itinerario: è solitamente il lungo e costoso preludio ad un imbroglio, nel quale ai viaggiatori vengono venduti gioielli e preziosi ad un prezzo esorbitante, vengono invitati a partite di carte con "il trucco" o semplicemente si vedono recapitare il loro vestito ordinato su misura e pagato, solo pochi minuti prima di partire dalla Thailandia, rendendo impossibile al turista di protestare per le evidenti imperfezioni e i difetti. Gli autisti di tuk tuk che offrono corse a THB 10.00 rappresentano un altro ingresso nel mondo della truffa: sarti carissimi, gioiellerie che vendono costumi spacciandoli per cimeli di famiglia, ecc. Ignorate chiunque vi dica che il Skytrain o qualsiasi altra attrazione turistica è chiusa per ferie o per pulizia. Si tratta dell'ennesima truffa delle gemme. La cosa che più probabilmente può succedere nei bordelli è quella di venire drogati con sigarette, cibo o bevande per poi essere ripuliti.

STORIA

La capitale conta poco più di 200 anni. Fu fondata infatti nel 1782, da Rama, il capostipite dell'attuale dinastia reale. La scelta di Bangkok come capitale fu dovuta ad una serie di ragioni strategiche: la sua posizione dipendeva infatti e dipende tuttora dall'acqua. La città subì una radicale trasformazione urbanistica agli inizi degli anni Cinquanta, quando progettisti ridisegnarono il luogo secondo quanto dettavano gli astri. Negli stessi anni iniziò il boom economico, sociale culturale ed economico, parallelo ad un forte

sfruttamento delle risorse cittadine. Ancora oggi questo sviluppo incessante, tra alti e bassi, contribuisce a fare della città una delle megalopoli più animate e produttive dell'Asia.

TRASPORTI

Il modo migliore per visitare Bangkok è utilizzando lo Sky Train, una variante della nostra metropolitana, adagiata su dei binari volanti e sollevata da terra. Ottima anche la metropolitana tradizionale. L'efficienza del servizio ti permette di raggiungere tutte le destinazioni d'interesse turistico.

Tuk Tuk

I Tuk Tuk sono mezzi particolari e tipici di Bangkok, una variante del classico "tre ruote". Provarli qualche volta è caratteristico, ma limitarsi a ciò, semplicemente perché molto pericolosi, in quanto i guidatori si infilano ovunque c'è spazio, e con tutto lo smog ed il caldo soffocante, sicuramente non sono la soluzione migliore.

Taxi meter

Per quanto riguarda i TAXI METER anch'essi sono ottimi ed economici, da ricordare che, a causa dell'elevata concentrazione del traffico, il tempo di percorrenza impiegato per il raggiungimento di alcuni luoghi triplica rispetto allo Sky train e alla metropolitana. Importante ricordare sempre di far attivare il tassametro prima della partenza. La tariffa iniziale è orientativamente di 35 baht, ogni scatto successivo sarà pari ad 1 baht, difficilmente si supera la soglia dei 100 baht in città.

Battello

Il battello è un'ottima soluzione a livello di particolarità e sicuramente romantico, percorre il corso del fiume che attraversa la città, un "bus galleggiante" che evita tutto il traffico stradale. Il biglietto è acquistabile a bordo ed il costo è il medesimo qualsiasi sia la tratta di percorrenza. Per lo Sky Train e la metropolitana invece, ci sono i classici distributori automatici.

Sky Train e Metropolitana

Lo Sky Train è il treno che percorre la linea ferroviaria sopraelevata e rappresenta il mezzo di trasporto più evoluto della città. È stato realizzato nel 2000 e ad oggi sono presenti due linee che si incontrano nella fermata SIAM. La linea Verde scuro collega National Stadium (zona Siam Square, MBK) con Wongwian Yai. La linea Verde chiaro collega Mo Chit (week end Market) con On Nut ed ha molte importanti fermate turistiche come Nana, Asok, Victory Monument e Siam.

La metropolitana (MTR) invece collega Bang Sue con Hua Lamphong ed incontra le linee dello SkyTrain nella fermata 'Sukhumvit' (Asok) e 'Silom' (Sala Daeng). Ad Aprile 2010 è stata inaugurata la nuova linea che collega la stazione Phetchaburi della MTR con l'aeroporto internazionale.

Aeroporti

L'aeroporto internazionale di Bangkok è il Bangkok Suvarnabhumi Airport, che ha da tempo sostituito per i servizi internazionali, il vecchio Don Muang (ancora attivo per alcuni voli interni). È uno degli aeroporti principali di tutta l'Asia, serve in maniera ottimale l'Europa ed il resto del continente. Dista soli 24 chilometri

dal centro cittadino a cui è collegato tramite un'autostrada ad 8 corsie. Il costo di un trasferimento "Aeroporto - Centro città" è di circa 450 baht a taxi, se si utilizzano i servizi privati presenti fuori dai terminal. Da questo aeroporto partono anche i voli della compagnia low cost asiatica "Air Asia" che permette di raggiungere facilmente e con un costo esiguo le principali destinazioni asiatiche. Per raggiungere il centro cittadino è possibile anche prendere un bus chiamato Airport Express che parte ogni mezz'ora al costo di 150 baht. Il bus permette il collegamento con Silom (AE1), Bang Lampoo (AE2), Sukhumvit (AE3), Victory Monument (AE4). Il mezzo più economico è il bus pubblico che vi permetterà di raggiungere il centro città con soli 35 baht. Per prendere il bus pubblico è necessario però prima prendere un bus gratuito che vi porterà al terminal di partenza.

COSA VEDERE

Siam Square

Siam Square è uno dei nuovi, ed ultimi quartieri nati a Bangkok, con i suoi centri finanziari, hotel, grandi magazzini, centri commerciali e negozi di antiquariato. Il quartiere è affollatissimo ad ogni ora ed il traffico rimane anche qui un elemento immancabile. Merita una menzione particolare la Jim Thompson's House che si trova al centro del quartiere, un'area verde che affaccia su un canale, così come il Palazzo Suan Pakkad, una complesso caratterizzato da varie case in stile Thai ed una bellissima collezione di oggetti d'arte nazionale. Merita una visita anche il Wat Pathumwan, un Tempio che offre una vasta collezione di dipinti.

Thon Buri

Thon Buri, fondata nel 1767, è stata la capitale del Siam a partire dalla caduta dell'impero di Ayutthaya, ma durò soltanto 15 anni perché Rama I decise di trasferire tutte le sue ricchezze oltre il fiume, semplicemente perché ritenuta una zona più sicura. Senza saperlo Rama I fece crollare una città, ma allo stesso tempo diede l'impulso alla città di Bangkok, che iniziò a svilupparsi fino a diventare la potenza economica dell'era moderna. In tutto ciò Thon Buri rimane praticamente la stessa di allora, senza crescita e senza possibilità di sviluppo, tanto che i primi ponti verso la città "moderna" furono costruiti non prima del 1930. Dopo i ponti iniziarono a crescere i complessi edilizi, ma i canali del fiume rimasero in sostanza gli originali.

Le attrazioni principali di Thon Buri sono il bellissimo Wat Arun, il Museo delle Barche Reali, ed alcuni Wat più piccoli e meno famosi. Girare per le strade però non è per nulla facile, perché molto piccole e strette e sono prive di segnalazioni. Se avrete del tempo lasciatevi trasportare dalle emozioni e dalle sensazioni, non preoccupatevi, Thon Buri vi sorprenderà. Il modo migliore per visitarla è con le famose lance allungate, facilmente reperibili in qualsiasi molo della zona, il prezzo del noleggio si aggira tra i 400 e 600 baht a persona, circa 10 euro, il tour si effettua in mezza giornata. Il museo delle barche è costituito da più di 50 modelli e si trova in Khlong Bangkok Noi. Si possono ammirare barche d'ogni genere e grandezza, dipinte, decorate o rappresentanti creature mitologiche, queste però difficilmente vengono fatte navigare, se non per cerimonie o eventi importanti.

Dusit

La zona è una delle poche in città ad essere rimasta come un tempo e non essere caduta nel vortice della modernizzazione. Dusit è ricca di parchi verdi, palazzi governativi, residenze reali, uffici pubblici, scuole ed università. Le attrazioni principali sono il palazzo in legno di Vimanmek, Il castello delle Nuvole, il Tempio di Marmo, il Palazzo Chitralada dove vive il Re, e lo Zoo di Dusit. Caratteristica fondamentale è che tutte queste attrazioni sono molto vicine tra loro e facilmente raggiungibili, proprio per questo girare per le vie di Dusit è molto facile; i numerosi parchi con gli alberi permettono di ripararsi dal caldo afoso del sole. Lo Zoo di Dusit è il più grande della Thailandia ed ospita molti animali provenienti da ogni parte del sud-est asiatico come elefanti, scimmie, tigri, antilopi e vari rettili ed uccelli. "Il Castello delle Nuvole", è uno spettacolo per gli occhi, interamente in legno di teak dorato, possiede 80 stanze ed è uno dei più grandi del mondo nel suo genere. Fu costruito da un architetto tedesco che incredibilmente non usò neanche un chiodo.

Wat Saket, Gold Mountain

Il Wat Saket è uno dei classici Templi presenti a Bangkok, la cui importanza è data dall'ubicazione in uno dei luoghi più famosi, cioè la Montagna d'Oro, una collina artificiale alta 78 metri, con in cima un pinnacolo dorato come simbolo del Tempio. E' uno degli edifici più antichi della capitale ed è datato XIX Secolo, fu costruito come crematorio per i fedeli defunti. Per raggiungere il picco bisogna percorrere 320 scalini, ai lati ci sono delle campane che bisogna suonare sia durante la salita sia durante la discesa, importante comunque, data la sacralità del luogo, di non eccedere con l' utilizzo delle stesse.

Ogni novembre si tiene un festival, con una candelora che percorre tutti gli scalini fino alla cima della Montagna d'oro.

Wat Suthat e Pendolo Gigante

Il complesso del Wat Suthat è composto da due costruzioni, il Wihan ed il Bot. Il primo è il più grande di Bangkok, maestosamente bello all'occhio, ancor prima di averlo visitato internamente. Posizionate all'esterno ci sono delle sculture in bronzo che rappresentano animali, Buddha e 28 Pagode.

Il Wihan si posa su due piattaforme con delle porte alte in teak che ricordano la foresta mitologica di Himavada. I suoi interni sono molto lussuosi ed hanno molti affreschi, colonne di marmo ed un Buddha di 8 metri. Il Bot invece è famoso per le sue pitture. Vicino al complesso ci sono 2 alti piloni di color rosso, un tempo ad unirli in cima una barra dove erano appesi un pendolo e delle borse con monete rigorosamente in oro.

Khao San Road

Questa è una strada dove identità e storia, la rendono diversa da qualsiasi altra via del Mondo. Khao San non può essere considerata solo una strada, Khao San è uno stile di vita, è un Mondo parallelo con i propri attori, è la strada del viaggiatore zaino in spalla, è il posto dove tutti sono accolti a braccia aperte. Khao San Road nella sua unicità è un passaggio obbligato per tutti i viaggiatori, perché "a Khao San Road non si vive, si transita". Storicamente esiste un detto che recita "Non si è veri viaggiatori se non si è, almeno una volta, transitati per Khao San Road!". Posta a nord del complesso del Grand Palace, è facilmente raggiungibile con i taxi o i tuk tuk oppure tramite il battello con fermata al molo 13 (Pier 13)

Silom Road

Zona commerciale, ideale per il cambio di valuta, ricca di banche e alberghi. Il Tempio prende il nome dal Dio indiano Aruna, Dio dell' Alba. Sorge sulle rive del fiume Chao Phraya, il più importante della capitale.

Wat Arun

Fu costruito nel XVII secolo ed era adibito a palazzo e tempio reale per il Re Taksin. La caratteristica principale del Tempio sono le 2 Pagode multicolore in porcellana, che riflettono i raggi del sole. Le torri sono decorate a fiori e la Pagoda principale misura 79 piedi in altezza. Visitate il Tempio al tramonto quando il riflesso del sole riverbera sui mosaici tanto da rendere l' atmosfera incredibile

Parco Lumpini

Lumphini Park è la più grande area verde recintata della città, misura un chilometro quadrato ed al suo interno è presente un lago artificiale dove è possibile effettuare un tour del parco in barca. La mattina presto è dedicata allo sport c'è chi corre, chi pratica arti marziali, chi si rilassa sotto gli alberi o passeggia godendosi la calma e il rumore degli uccelli. Il parco rappresenta una vera oasi dal caos della città. Per raggiungerlo è possibile prendere la metro e fermarsi alla stazione 'Lumphini' (oppure Si Lom, coincidenza SkyTrain) oppure lo SkyTrain e scendere a Si Lom.

Sanam Luang

La piazza più grande di Bangkok, nonché il vero centro della città si trova a Sanam Luang. Un tempo si teneva il mercato del fine settimana ed alcune cerimonie di cremazione del Sovrano. Il mercato è stato soppresso nel 1982 poiché il governo lo riteneva indegno rispetto alla maestosità della piazza. Nelle sue vicinanze meritano una visita il Teatro, il Museo Nazionale e la Pagoda di Wat Mahathakt. Il Museo Nazionale è il più grande museo del sud-est asiatico, fu costruito nel 1782 come residenza del Principe e futuro erede al trono. Tra le tante sale merita un cenno la sala che contiene antichi mezzi di trasporto, tra le cui caratteristiche, le selle per gli elefanti intarsiate in legno scolpito e oro.

Wat Indraviharn

A nord del quartiere di Banglamphu (area di Khao San Road) si trova un Tempio molto visitato per una immensa statua del Buddha alta ben 32 metri. Questa statua è la più grande del Mondo tra quelle che lo rappresentano in questa posizione. Ai piedi del Buddha vi è un complesso spirituale da visitare. La zona intorno al Tempio è circondata da molti tuk tuk che vi offriranno giri della città per pochi baht ma non cascate nell'inganno. In questi casi vi porteranno in alcuni negozi nei quali cercheranno di farvi comperare qualsiasi cosa. Se prendete un Tuk Tuk cercate sempre di definire il percorso e siate categorici, altrimenti prendete un taxi o i mezzi pubblici.

Monumento alla Democrazia

A poche centinaia di metri da Khao San Road vi è un grande monumento realizzato come testimonianza degli ideali della rivoluzione del 1932 che portò alla Monarchia Costituzionale. L'opera è rappresentata da 4 grandi ali di pietra di 24 metri, progettate da uno scultore italiano, Corrado Feroci.

Wat Rajnadda

Raggiungibile facilmente da Khao San Road e a soli 5 minuti dal Monumento alla Democrazia, il Wat Rajnadda non è un classico Tempio che si visita a Bangkok ma è molto carino e viene anche chiamato

“Monastero del Ferro” per le 37 guglie in metallo nero, dove ogni guglia rappresenta una virtù per raggiungere l’illuminazione. Dietro il Monastero si trova il principale Mercato degli Amuleti della città. Troverete molte piccole bancarelle che vendono ogni tipo di Amuleto e Buddha.

Museo Barche reali

Il Museo delle Barche Reali si trova lungo il Khao Praia, considerando che il costo per entrare è di 100 baht più altri 100 se si vuole entrare con la macchina fotografica, si consiglia la visita solo a veri appassionati del genere. Passando per Thon Buri si può attraversare a piedi una zona molto vera di Bangkok. Case semplici e tante persone che vivono alla giornata. Non è facile entrare ed immergersi in questa realtà, ma di sicuro in questo modo si può vedere un fotogramma di vita reale e non turistica di Bangkok. Giunti al Museo è possibile pagare il ticket ed entrare per vedere le imbarcazioni, oppure vederle direttamente dal pontile, essendo una struttura aperta ai lati

Wat Pho

Il Wat Pho è il Monastero più grande e antico di Bangkok, vi risiedono oltre 300 monaci che dedicano la propria vita alla meditazione e all’insegnamento nella scuola buddista. Nel monastero si trovano anche molti medici specialisti che fanno parte di un’associazione, una delle più prestigiose della Thailandia. Tornando al Tempio, entrando noterete subito un santuario poggiato su dei bassorilievi di marmo. Il suo interno invece è diviso in tre navate, due laterali ed una centrale, con delle decorazioni in rosso e oro. Il centro del cortile è circondato da statue dorate di Buddha, poste sui 4 punti cardinali dove sorge l’edificio più sacro del Tempio, il Bot. Merita una visita anche la Biblioteca decorata con porcellane cinesi azzurre e bianche. All'interno del complesso posizionato a nord, c'è uno dei Buddha più famosi al Mondo, il Buddha sdraiato o dormiente, circondato da tazze in metallo. Rito indispensabile a 20 baht, l’acquisto di una ciotola che contiene Satang, ovvero vecchie monete, facendo il corridoio ponete una moneta per ogni ciotola, terminato il percorso, in teoria, dovrebbero essere terminate anche le ciotole lungo il corridoio, in questo caso la leggenda profetizza un roseo futuro.

Chinatown e Wat Traimit

Yaowarat Road e Charoen Krung Road sono le 2 vie che caratterizzano il confine del quartiere cinese, ricco di mercatini, negozi, rivendite, ambulanti e ristoranti sempre in continua evoluzione. Il quartiere ovviamente è "di proprietà" cinese, nonché residenza di tutti i cinesi presenti a Bangkok. Il nostro consiglio è quello di arrivare lì in taxi o con i Tuk Tuk, e poi abbandonarsi per le numerose vie e vicoli di Chinatown, in una atmosfera unica. Se giungerete all'estremità del quartiere potrete visitare il bellissimo Wat Traimit, Tempio che ospita il Buddha d' Oro più grande del mondo, alto 4 metri e pesante 5,5 tonnellate, realizzato interamente in oro massiccio. La sua scoperta fu quasi casuale, una statua gigantesca di gesso cadde e rompendosi, al suo interno come per magia, apparve il Buddha.

Wat Phra Kaeo

Il Wat Phra Kaeo è situato all’interno del Palazzo Reale residenza attuale del Re, nonché una delle costruzioni più antiche e famose a livello turistico di Bangkok. Costruito nel 1783, in realtà non è solo un palazzo ma un vero e proprio complesso edilizio in onore della dinastia dei Chakri. Chakri Maha Prasat è

composto da una doppia facciata e una scalinata in marmo, presenta un'urna che contiene le ceneri dei sovrani Chakri. Questo palazzo narra racconti leggendari, o meglio, una delle sue porte interne, sembra essere stata ripetutamente colpita da una sciabola senza essere stata minimamente danneggiata. La Sala delle udienze è caratterizzata da 2 statue rappresentanti dei leoni che aprono la strada ad una terrazza di marmo. All'interno del Wat Phra Kaeo troviamo interessanti opere, Templi e soprattutto il Buddha di Smeraldo, un simbolo per l'intera popolazione thailandese.

Wat Benjamabophit

Questo Tempio venne costruito solamente all'inizio del 1900 e si trova vicino allo Zoo di Bangkok in zona Dusit. La struttura è molto bella e circondata da un giardino, rappresenta un mix di stile thai ed Europeo.

Il Tempio viene detto anche "Tempio di Marmo" per le mura in Marmo di Carrara. Se possibile, visitate il tempio di primo mattino, per assistere ad una cerimonia dei Monaci che si dispongono in fila davanti al tempio ed attendono i doni dei fedeli. Questa caratteristica usanza è possibile vederla dalle 6 e 30 alle 7 di mattina.

Weekend Market

Il Week-end Market è un mercato enorme che, come narra lo stesso nome, si effettua soltanto il sabato e la domenica. Si può trovare veramente di tutto, dall'abbigliamento ai souvenir, dalla frutta al pesce, dalle sete pregiate ai quadri locali. Indispensabile ritagliarsi qualche ora di tempo per visitarlo, ne vale veramente la pena. Il mercato è situato a Chatuchak, sulla strada che porta verso l'aeroporto.

GASTRONOMIA E RISTORANTI

Bangkok ha una ricchissima offerta culinaria, che consente di assaporare tutte le cucine dell'Asia e del mondo intero. Spesso i grandi hotel offrono una serie di menu internazionali che alla fine risultano sempre un po' standardizzati. Meglio, quindi, partire alla scoperta delle varie realtà gastronomiche della città, tendendo sempre a mente che anche se certe bancarelle sulla strada sembrano invitanti, al banchetto potrebbero partecipare anche ospiti indesiderati. La cucina thai va indubbiamente assaggiata, partendo dalle specialità del nord sino ai prodotti ittici del sud. Il costo medio di un pranzo è sensibilmente inferiore che in Italia, comunque sempre meglio controllare la lista e chiedere il menù possibilmente in inglese. Il vino a tavola è molto costoso.

Dove mangiare:

- Baan Tong Sun, 458 Soi Ladprao 94. Specialità thai, prezzi a partire da circa 300 bath a testa
- Yok Yok Marina, 885 Soi Somdej Chaopharaya 17. Ambiente all'aperto lungo il fiume, ottimo servizio di thai cuisine, a partire da 350 bath
- Juan Thong Garden Restaurant, 144 Prabarumratchonanee Rd.. Nella vecchia Bangkok, un locale dove trovare piatti solo regionali, quasi cittadini, a partire da 280 bath
- Anna's Cafè, 114 Soi Saladaeng, Silom Rd., Nouvelle cuisine thai, ricercata, a partire da 400 bath
- Bella Pizza, Lakris Bldg. 9, Sukhumvit Soi 33. Un nome un programma: piatti italiani, a partire da 350 bath

- Riva's, The Sheraton Grande Sukhumvit, 250 Sukhumvit Rd. Specialità fusion asia, molto ricercate, prezzi a partire da 750 bath
- Sombon Seafood, 895/6-12 Chula Soi 8, Bantadthong Rd. Cucina cinese di mare, prezzi da 550 bath
- Fuji, 1691/2 Central Plaza Ladphrao, Ladphrao Rd. Sushi per tutti i gusti e specialità giap a partire da 350 bath
- Veggio House, 1519-21 Rama 4 Rd. Per gli amanti della cucina cinese, ma esclusivamente vegetariana, prezzi da 150 bath
- Govinda, Plaza Village, Sukhumvit Soi 22. Il nome richiama l'India, ma la gestione è italiana e il menu vegetariano, da 350 bath

Alcuni Ristoranti a Bangkok:

Cabbages and Condoms

Indirizzo: 89 Soi Wat Suan Plu, The Shangri-La

Hotel, New Road

Telefono: +66 2 236 7777

Web: www.shangri-la.com

Nei dintorni: Bangrak

Hilton Bangkok

Indirizzo: 2 Wireless Road, Nai Lert Park

Telefono: +66 02 253 0123

Web: www.hilton.com

Nei dintorni: Pathumwan

O'Reillys Irish Pub

Indirizzo: 62/1-4 Silom Road

Telefono: +66 2 632 7515

Nei dintorni: Bangrak

Rang Mahal

Indirizzo: 62/1-4 Silom Road

Telefono: +66 2 632 7515

Nei dintorni: Bangrak

River City

Indirizzo: 23 Yota Road, Sampantawong

Telefono: +66 2 237 0077

Web: www.rivercity.co.th/

Nei dintorni: Bangrak

Hard Rock Cafe

Indirizzo: 424/3-6 Siam Square, Soi 11

Telefono: +66 (0)2 251 0797

Web: <http://www.hardrock.com>

Nei dintorni: Pathumwan

Harmonique

Indirizzo: 22 Charoen Krung Road 34

Telefono: +66 2 237 8175

Nei dintorni: Bangrak

The Whole Earth

Indirizzo: 71 Soi 26, Sukhumvit Road (Soi Aree)

Telefono: +66 2 258 4900

Nei dintorni: Klong Toey

Westin Grande Sukhumvit Hotel

Indirizzo: 259 Sukhumvit Road

Telefono: +66 02 207 8000

Web: www.grandpacifichotel.com

Nei dintorni: Klong Toey

Vertigo Grill & Moon Bar

Indirizzo: 21/100 South Sathon Road, Sathon, The

Banyan Tree Bangkok

Telefono: +66 2 679 1200

Web: <http://www.banyantree.com>

Nei dintorni: Sathorn

Irish Xchange

Indirizzo: 1/5 Convent Road, Sivadon Building

Telefono: +66 2 266 7160

Fax: +66 2 631 1013

Nei dintorni: Silom

VITA NOTTURNA

La vita notturna si disloca in varie zone della città, ma la migliore in assoluto è Pat Pong. Si può trovare di tutto, dai pub frequentati solo da Thaiandesi, alle discoteche vip ed esclusive, da piccoli locali chiamati Go-go bar, stile vecchie case di appuntamento, ai locali di Lap Dance, bar di frequentazione Gay e locali per Trans, chiamati Lady-Boy. Lungo la strada di Silom Soi 4 ci sono negozi aperti fino a mezzanotte. Il Nana Plaza è un complesso che offre un po' di tutto, dai Go-go bar alle discoteche, così come la Soy Cowboy, specializzata in centri massaggi aperti 24 ore su 24. Quando si va in alcuni locali, frequentati da ragazze thailandesi, si potrebbe correre il rischio di scambiare una facile conquista con un semplice successo legato alla richiesta di un compenso in denaro per una prestazione sessuale. Diffidare sempre dalle facili occasioni.

Il prezzo medio per la vastità di scelta delle discoteche è di 10 - 20 euro. Una delle discoteche più famose è la Concept CM2, che si trova all'interno del NovoHotel, in Siam Square. Altre da segnalare sono la discoteca Spasso nel Grand Hyatt Erawan ed il Rivas nello Sheraton. Le discoteche con frequentazione esclusiva da parte di donne a pagamento sono il Siam Hotel's Coffee Shop, in Petchburi Road, il Thermae, in Ruamchit Hotel, il Beer Garden in Sukhumvit Soi 7 ed il Grace Hotel in Sukhumvit Soi 3. Bangkok riserva belle sorprese a chi ama vivere al massimo la vita notturna: dai lounge bar di tendenza alle discoteche più alla moda: c'è davvero l'imbarazzo della scelta! Per i meno festaioli, si può continuare a scoprire i segreti della cultura thailandese iscrivendosi a un corso di cucina o godersi una buona sessione di massaggi thailandesi. La notte è piccola a Bangkok: leggi come passarla con la nostra guida ai locali notturni di Bangkok.

Angels Nana disco

Sukhumvit, soi 4

La discoteca Angels Nana si trova nel cuore nel quartiere dei divertimenti di Bangkok. Qui puoi ballare ai ritmi dei più grandi successi internazionali del momento. Offre anche spettacoli a tema e una vasta scelta di cocktail. Aperta tutta la notte, è a ingresso gratuito per le donne.

Balcony Bar

8/6-8 Soi 4, Th Silom, Silom

Il Balcony Bar è uno dei locali gay più popolari di Bangkok. Conta due ampie terrazze dove è possibile bere un cocktail, cenare e fare nuove conoscenze. Al primo piano c'è anche un karaoke e vengono regolarmente organizzate feste a tema e serate di cabaret.

BarSu

250 Sukhumvit Road between Soi 12-14

Il BarSu ha aperto nel 2007 ed è un'opera d'arte realizzata da architetti e designer di tutto il mondo. Questo locale alla moda propone un'alternativa alle solite discoteche con una programmazione a base di musica fusion e delle nuove tendenze. È possibile cenare con un menu in stile giapponese, bere un cocktail e poi scatenarti nella sua pista.

Bed Supperclub

26 Soi 11, Th Sukhumvit, Sukhumvit

Se vuoi passare una serata alla grande a Bangkok, il Bed Supperclub è un'ottima opzione. Qui puoi cenare, assistere a spettacoli teatrali, visitare un'esposizione artistica, circondato da un ambiente chic e rilassante, basato sul colore bianco. E per ballare al ritmo della musica, c'è un'area discoteca.

Chalermkrung Royal Theatre

Phahurat

Se ti viene la curiosità di scoprire il teatro tradizionale thailandese, il Chalermkrung Royal Theatre è il posto giusto per farlo. Qui puoi vedere spettacoli di teatro tradizionale Khon e opere di prosa in lingua thailandese.

Club Astra

Block C, Royal City Ave (RCA), Huay Khwang

Il Club Astra è una discoteca molto popolare a Bangkok che offre anche concerti rock e pop dal vivo. Aperto dal mercoledì al sabato dalle 21.00 alle 2.00, questo locale è affollato sia da thailandesi che da turisti. Oltre alla grande pista centrale, in questa discoteca trovi una zona lounge per un pò di relax e una terrazza all'aria aperta.

Concept CM2

Siam Square soi 6

A Bangkok la vita notturna può essere ogni giorno diversa.

La discoteca Concept CM2 all'interno del Novotel Bangkok di Siam Square è uno dei luoghi cult per i giovani a Bangkok. Qui trovi una grande pista per scatenarsi ai ritmi più attuali, un palcoscenico per concerti dal vivo, una zona lounge per riposarti sorseggiando un cocktail.

Patradavi Theatre

Soi Wat Rakhang, Thonburi

Situato sulle rive del fiume Chao Phraya, il teatro Patradavi propone una vasta programmazione culturale, ed è famoso soprattutto per i suoi spettacoli di danza thailandese contemporanea. Fondato nel 1992, questo teatro, situato vicino al Palazzo Reale, tra i mesi di aprile e maggio ospita ogni anno il Bangkok International Fringe Festival.

Q Bar

34 Sukhumvit Soi 11, Klongtoey

Il Q Bar, nel quartiere di Sukhumvit è uno dei disco bar più antichi e popolari di Bangkok. Qui trovi una delle migliori selezioni di cocktail e bevande alcoliche di Bangkok con ben 27 tipi di vodka, 41 diverse marche di whisky e la possibilità di bere l'assenzio. Nel Q Bar trovi poi dalla musica house all'hip pop al soul, ecc.

Telephone Bar

114/11-13 Soi 4, Th Silom, Silom

La discoteca Telephone Bar di Bangkok si trova nel quartiere di Silom Soi 4 ed è uno dei locali gay più internazionali e famosi di Bangkok, dove trovi gente di tutto il mondo. Aperto nel 1987, questo locale ospita una zona lounge, un'area pub, una per il karaoke e una terrazza. Perché il Telephone Bar si chiama così? Perché ogni tavolo ha un telefono con un numero. Se vuoi conoscere qualcuno, fai il suo numero e gli parli direttamente!

SHOPPING

Quando deciderete che è arrivato il momento di fare acquisti, prendete fiato e gettatevi nel mondo della contrattazione. Impossibile immaginare cosa può offrire questa città, a seconda delle esigenze, la scelta diventa infinita, basta passeggiare per i vari mercati ed i centri commerciali, troverete sicuramente tutto quello che fa per voi. Bangkok offre agli amanti dello shopping un ventaglio di possibilità veramente ampio:

dagli enormi centri commerciali, che costituiscono delle vere e proprie "cittadine delle spese" fino ai mercati galleggianti e quelli all'aperto, dove trovare gli oggetti più tipici.

Il centro commerciale più famoso di Bangkok è senz'altro l'MBK Shopping Center, aperto nel 1986 e che ospita oltre 2.000 negozi distribuiti su otto piani. All'interno dell'MBK (Mah Boon Krong) di Bangkok puoi trovare tutto ciò che puoi desiderare, soprattutto per quanto riguarda l'abbigliamento, i regali, l'elettronica, ma non è l'unico grande centro commerciale di Bangkok.

Tra gli altri, nominiamo il Siam Paragon Shopping Center, il centro commerciale più esclusivo di tutto il sudest asiatico, con 500.000 metri quadri di negozi degli stilisti e delle firme più esclusive, compreso un concessionario Ferrari. Merita una visita anche il CentralWorld Shopping Complex, recentemente rinnovato e che è oggi il più grande centro commerciale del sudest asiatico, con una superficie di 830.000 metri quadri di cui 550.000 occupati da negozi.

Se invece preferisci dei mercati più caratteristici, a Bangkok troviamo uno dei più grandi del mondo: il Chatuchak Market, che si svolge ogni sabato e domenica con oltre 15.000 banchi e 200.000 visitatori. Tante le sezioni di questo mercato, dall'abbigliamento agli oggetti per la casa, passando per oggetti d'arte e artigianato, piante e animali e, ovviamente, alimenti. Il mercato apre alle otto di mattina e ti consigliamo di andarci abbastanza presto, perchè dopo le 11 diventa molto caotico. Inoltre, se vuoi fare dei veri affari, armati di pazienza nel contrattare! Per arrivare a questo mercato, potete prendere lo Skytrain, stazione di MoChit, o la metropolitana, stazione di Chatuchak Park.

Tra i mercati migliori oltre al Chutuchak, aperto solo il fine settimana, potrete fare un giro al Phrakanong, o a Petchburi Road e Siam square, che è anche il più turistico e il più caro.

Se invece vuoi provare l'ebbrezza di fare shopping a Bangkok in un mercato notturno, puoi andare all'elegante Suan Lum Night Bazaar, nell'area del Lumpini Park, dove trovi anche diversi ristoranti, o al Patpong Night Market, sempre affollato, anche perchè si trova nell'area di Silom, dove si concentrano i locali notturni a Bangkok. Non dimenticare, poi, una delle attrazioni più caratteristiche di Bangkok: i mercati galleggianti sui canali di Bangkok, come il Damnoen Saduak, il Tailing Chang Market o il Bang Ku Wiang Market.

EVENTI

Con così tante culture e credi in una sola città, è raro non imbattersi in una qualche celebrazione. Soprattutto nei mesi freddi da novembre a febbraio, anche se gli eventi a carattere religioso e culturale si susseguono durante tutto l'anno. Il 5 maggio si celebra l'Anniversario dell'Incoronazione - potreste veder apparire i reali a Wat Phra Kaew. A Bangkok si celebra anche con un certo fervore il compleanno del re, il 5 dicembre - alcuni abitanti del luogo sono soliti erigere santuari provvisori fuori dalle loro case o dai loro uffici. Dal punto di vista culturale, maggio vede la Cerimonia dell'Aratura Reale fermare il traffico intorno a Sanam Luang - questa antico rituale brahmanico da l'avvio ufficiale alla stagione della semina del riso. La Thailand

International Swan-Boat Races si svolge a Bangkok in ottobre e vede una folla colorata ammassarsi sul Rama IX Bridge sopra il fiume Chao Phraya.

Di sicuro rilievo sono i festival che si possono incontrare in città, alcuni interessanti ed altri irrilevanti. Tra i vari vi segnaliamo quello di Songkran, il capodanno Thai, si tiene dal 13 al 15 aprile ed è il più frenetico di tutto il paese. L'intera popolazione Thai gira per la città con secchi e palloncini pieni d'acqua bagnando qualsiasi persona incontri per la strada. Momento di gran divertimento e socializzazione. L'avvenimento si festeggia in tutta la Thailandia, ma in alcune città cambiano le date. Molto bello il Capodanno Cinese, con la sfilata dei draghi trasportati da cinesi elettrizzati dall'evento.

ESCURSIONI

Mercati Galleggianti di Damnoen Saduak

I mercati galleggianti di Damnoen Saduak si trovano a circa 110 km da Bangkok e rappresentano un pittoresco scenario di stretti canali d'acqua immersi in vigneti e frutteti dove, uomini e donne in piccole imbarcazioni, vendono frutta e verdura fresca. Ormai però la meta è molto turistica ed è sempre affollata di curiosi, perdendo la sua originalità. Il Mercato principale dove arrivano tutte le comitive di turisti è il Talat Khlong Ton Kem. Per arrivare al Mercato galleggiante è necessario partire la mattina molto presto da Bangkok, intorno alle 6 di mattina, tramite un pullman che parte dalla Stazione Sud oppure, in modo più comodo ma anche più costoso, tramite un'escursione organizzata. In quest'ultimo caso è possibile prenotarla nella maggior parte degli hotel di Bangkok oppure in una delle numerose agenzie di Viaggio di Khao San Road.

Ayutthaya

Ayutthaya fu la capitale della Thailandia dal XIV al XVIII secolo ed era una fiorente città ricca di Templi. Si trova a soli 80 km da Bangkok ed è facilmente raggiungibile in treno con decine di collegamenti giornalieri. Il maggior numero di treni sono reperibili nelle prime ore del mattino e la sera, per permettere visite giornaliere della città. Il treno impiega circa 1 ora e trenta minuti. I pullman invece, percorrono il tragitto in circa 2 ore e partono frequentemente (ogni 20 minuti) dalla stazione nord di Bangkok (Northern Terminal) ma sono più scomodi rispetto al treno. Infine è possibile raggiungere Ayutthaya anche in battello risalendo il fiume. Diverse compagnie effettuano il servizio, informarsi direttamente in loco se interessati. Per la visita della città vi consigliamo di noleggiare una bicicletta o un motorino in modo da girare in libertà tra i Templi del centro cittadino. In alternativa, è possibile anche concordare un giro della città con i classici tuk tuk al costo di 50-100 baht. Il cuore della città è una piccola isola larga solo 4 chilometri creata dalla confluenza dei fiumi Lopburi, Pasak e Menam.

La gran parte dei Templi da visitare si trovano nella parte occidentale dell'isola, troviamo il Wat Phra Mahathat, il Palazzo e Tempio Reale, il Wat Ratburana e il Viharn Phra Mongkol Bopit con la sua veneratissima statua del Buddha. Un tempio ben conservato è anche il Wat Na Phra che si trova nella parte

Nord dell'Isola. Se si desidera pernottare vi consigliamo una piccola strada che collega Thanon Pamaphrao con il mercato di Chao Phrom, assomiglia molto alla famosa Khao San Road di Bangkok.

NUMERI UTILI

Emergenza

Polizia: 191

Polizia turistica: 1699 Oppure 1155

Pompieri: 199

Autorita' Turistica della Thailandia (TAT – Tourism Authority of Thailand)

call center: 1672

Ufficio Immigrazione

02.287.310.1-10

Ospedali

Phuket International Hospital: 076 249400

- Emergenza: 076 210935

Bangkok – Phuket Hospital: 076 25442/29

- Emergenza: 076 211173

Phayathai Hospital 1: Pratunam,364/1 Th Si Ayuthaya, tel: 2245 2620 (info)

Bumrungrad Hospital

Un ospedale privato dotato di personale di accoglienza di lingua inglese specializzato per essere 'favorevole agli stranieri'. È dotato di intimi punti di ristoro, servizio in camera, un internet café e soprattutto i medici godono di ottima reputazione.

Indirizzo: Sukhumvit, 33 Soi 3 Th Sukhumvit

tel: 2667 1000 (info) Sito: www.bumrungrad.com

Dentisti

Siam Dental Clinic

Siam Sq

412/11-12 Soi 6

tel: 2252 6660 (info)

In caso di smarrimento carte di credito

American Express: 02 2730044

Master Card: 02 2608572/3

Posta centrale

Bang Rak

Th Charoen Krung

Orario: Lun-Ven 08:00 - 20:00 , Sab-Dom 08:00 - 01:00

Ufficio turistico

Bangkok Tourist Division

Banglamphu

17/1 Th Phra Athit

tel: 2225 7612 (info)

Orario: 09:00 - 19:00

www.bangkoktourist.com/

Tourist Authority of Thailand

Pom Prap Sattru Phai

Th Ratchadamnoen Nok

tel: 2283 1555 (info)

Orario: 08:00 - 16:30

www.tourismthailand.org

Ambasciata italiana

Yannawa

399, Nang Linchee Road

tel: tel: +66-2-2854090/1/2/3, +66-2-2854433, +66-2-2854434 (info)

www.ambbangkok.esteri.it/Ambasciata_Bangkok

FRASI UTILI

La maggior parte dei thailandesi, hanno le conoscenze base della lingua inglese, ma pensiamo sia divertente anche cercare di parlare la loro lingua, così abbiamo riportato qui di seguito alcune delle frasi più utilizzate nel linguaggio comune. La lingua thai è una lingua tonale con 5 toni diversi (monotono, basso, discendente, alto, crescente) quindi non è affatto facile, ma perché non tentare? Buon divertimento!

Italiano	Thai
Ciao (per l'uomo)	sawatdee kup
Ciao (per la donna)	sawatdee ka
Si	chai
No	mai chai
Signor/Signora/Signorina	khun
Come stai?	sa bai dee mai
Bene grazie	sa bai dee
Grazie	kop koon kup / ka
Non c'è problema	mai pen rai
Non parlo Thaiandese	phoot Thai mai dai

Parlo Thai un pochino	phoot Thai nit noy
Non ho capito	mai kao chai
Hai capito?	kao chai mai
Dove e' il bagno?	hong nam yoo tee nai
Sto andando...	chan-cha-pai
No, non voglio andare	chan-mai-pai
Per favore guida piano	prot-khap-cha-cha
Fai attenzione	ra-wang
Piano piano	cha-cha
Stop	Yut
Quanto costa?	nee tao a rai
Che cos'e'?	nee arai
Molto caro	paeng maag
C'e' sconto?	Lot-ra-kha-dai-mai
Il conto per favore	gep taang / check bin
Per favore parla lentamente	Prot-phut-cha-cha
Molto buono	di-mak
Non e' buono	mai-Di
Arrivederci	la gon
Ci vediamo ancora	laew phob gan mai
Buona fortuna	chok dee
Scusa	kor thoad

TRE GIORNI A BANGKOK

I luoghi di interesse turistico principali sono : il Palazzo Reale ed il Wat Pra Keo (quasi 1 giornata), Chinatown (al mattino), Wat Po dietro al Palazzo Reale (scuola nazionale di massaggio thai), giro in barca del fiume, Patpong (mercato notturno), Mabukorn (shopping), World Trade Center (shopping), Weekend Market (lungo la strada dell'aeroporto, solo la domenica). Per mangiare alla sera il Silom Village in Silom Road, e' veramente notevole !!!

Cosa fare durante i classici 3 giorni a Bangkok

Primo giorno a Bangkok:

Al mattino non e' molto consigliabile andare in giro sia per il traffico che per il caldo opprimente. Meglio andare dentro al Mabukorn o al World Trade Center , raggiungibile sia con lo Sky train sia con una barca sul klong (vedere a tale proposito come muoversi a Bangkok).

Nel World Trade Center, dove c'è l'aria condizionata, si puo' mangiare e trovare ogni sorta di mercanzia (il Mabukorn è conveniente, Il World Trade Center un po' meno); se andate al World Trade Center portatevi dietro il passaporto ed il biglietto d'aereo cosi' potrete andare al Duty Free all'ultimo piano e comprare con merce con rimborso dell'IVA.

Il World Trade Center a Bangkok o CentralWorld è oggi il più grande centro commerciale del sud est asiatico. Il CentralWorld o World Trade Center a Bangkok offre numerosi servizi. Ha vari, negozi, cinema, attività di svago e alberghi. Ci sono più di 300 negozi al dettaglio , tra questi un King Power Duty Free Shop molto famoso. E 'una pista da bowling a 24 corsie all'ottavo piano che offre opportunità ricreative da sfruttare.

Dopo aver passato la parte calda della giornata in qualche posto più fresco (almeno fino alle 17.30), potete fare un giro dalle parti del Lumpini Park (a volte ci fanno qualche allenamento di boxe thailandese) oppure andate a vedere la Jim Thompson House (un vecchio edificio di teak dove sono esposti sete e prodotti di artigianato).

A questo punto, una bella doccia e siete pronti per la serata.

Lumpini Park di notte a Bangkok

Consigliabile andare al Silom Village (si trova in Silom Road a circa 10 minuti da Patpong nello stesso lato della strada).E' un centro di artigianato molto bello con all'interno un bellissimo giardino con un ottimo ristorante tipico.

Andate sul sicuro : ostriche gratinate ... sono squisite.

Alla sera fanno anche spettacoli di musiche e danze folcloristiche. Ovviamente il prezzo è rapportato all'ambiente anche se rimane, per il turista, abbastanza accessibile (mediamente si spendono 800/1000 Bath a testa).

Dopocena a Patpong a curiosare intorno alle bancarelle e, se vi va, a vedere qualche spettacolo particolareNON CONSIGLIATO A COPPIE!!!Poi capirete il perché...

Palazzo Reale Bangkok

Secondo giorno a Bangkok :

Subito dopo la colazione via in taxi (ricordatevi di utilizzare solo i taxi meter ossia il taxi con il tassametro) verso il Wat Pra Keo ed il Palazzo Reale; visita al Buddha di Smeraldo, ai vari musei ed ai giardini reali; guardate che a volte all'ingresso fanno delle storie su minigonne o short, per cui andate vestiti decentemente.

Dopo il Palazzo Reale, continuate a sinistra dopo l'uscita e camminate tenendo il muro di cinta sulla sinistra; dalla parte opposta all'uscita (quindi dopo circa 500 mt.) troverete il Wat Po, qui c'è una

bella statua di Buddha reclinato circondata da coppe metalliche dove la gente butta alcune monetine; il gioco consiste nell'acquistare per pochi bath una manciata di "satang" (vecchia moneta pari a circa 0,25 bath), partire dalla prima coppa posta all'altezza della faccia del Buddha e gettare una monetina in ogni coppa senza sbagliarsi ... dovreste arrivare a mettere una monetina in ogni coppa senza saltarne nessuna o senza che avanzino monete, se ce la farete avete un roseo futuro, almeno questa è la leggenda.

Quasi di fronte al tempio del Buddha, sempre dentro le mura del Wat Po c'è la scuola nazionale di massaggio thailandese dove per pochi soldi potrete farvi massaggiare in maniera egregia.

Se non sarete stanchi, potreste a questo punto attraversare il fiume (davanti al Wat Po c'è un imbarcadero) e raggiungere il Wat Arun o Tempio della Aurora che è lungo la sponda opposta del Chao Praya (il fiume che attraversa Bangkok).

Cena, budget permettendo, al Floating Restaurant, lungo il fiume nella Downtown.

Terzo giorno a Bangkok:

Per chi ha prenotato il mercato galleggiante godete a pieno di questa incredibile escursione altrimenti al mattino in taxi verso China Town a vedere i mercati strapieni di frutta e cibi stranissimi (vendono le olturie !!!), la stradina dei tagliatori di pietre preziose, le gioiellerie cinesi, ed un sacco di altre curiosità...

Al pomeriggio potreste farvi una bella gita sul fiume, ci sono molte barche collettive che lo fanno, durata circa 2 ore con visita al rettilario (serpenti, coccodrilli ed affini) e visita al museo delle imbarcazioni reali. Se non è cambiato, il giro vi offrirà la possibilità di scoprire un'altra Bangkok fatta di mangrovie, capanne, lance, bambini che fanno il bagno in un'acqua pestilenziale, il tutto a 5 minuti dai grattacieli, dai telefonini e dalla civiltà.

In alternativa c'è una bella Crocodile Farm a circa 10 km a Sudest di Bangkok, allevano i coccodrilli per poi trasformarli in borse, scarpe, ecc. (ce ne sono circa 10.000), qui fanno diversi spettacoli sempre con i coccodrilli, c'è un bel parco con altri animali tipo zoo, il tutto dedicato ai turisti.

Per la sera, a volte, fanno delle feste nel piazzale del WTC dove si mangia all'aperto, si ascolta musica e si beve birra Singha Beer o Carlsberg a fiumi spendendo poco.

A poca distanza dal World Trade Center o Central Plaza c'è l'Hard Rock Cafè dove potrete fare le ore piccole ascoltando musica.

Scorcio di Chinatown a Bangkok

Varianti:

Se capitate a Bangkok nel fine settimana potrete andare al Weekend Market, lungo la strada che va all'aeroporto, c'è solo la domenica e vi si può trovare di tutto; molti alberghi organizzano gite giornaliere in posti famosi nel raggio di un centinaio di chilometri, tra le altre: il Kwai River dove potrete vedere le rovine (in parte ricostruite) del Ponte sul Fiume Kwai, Ayuttaya l'antica capitale del Siam, il Floating Market, carino anche se fatto solo per i turisti.

Pietre preziose e gioielli a Bangkok

A meno che non siate esperti intenditori, non fatevi convincere ad acquistare pietre preziose a cifre irrisorie, se volete gioielli o oro andate solo nelle grandi gioiellerie dove vi verrà rilasciata la garanzia internazionale (carta di credito alla mano !!!).

Patpong, quartiere di Bangkok

Al di là degli spettacoli proposti dai vari locali, è praticamente un mercato notturno per turisti, vi potrete trovare orologi, magliette, oggetti di artigianato, falsi insomma tutto quello che troverete anche al mercatino di Patong a Puket o al Night Bazaar di Chiang Mai.

Malgrado la sua facciata trasgressiva, Patpong è uno dei luoghi più sicuri di tutta Bangkok, per cui non abbiate timore ad addentrarvi tra le file di bancarelle.

Massaggi terapeutici (ancient massage) a Bangkok

Sono ottimi quasi dappertutto anche se a volte qualcuno improvvisa ... , scegliete i centri specializzati oppure, se siete lungo la strada, scegliete le donne anziane.

Per i prezzi per 1 ora si va dai 200 Baht del Wat Po agli 900/1000 dei centri specializzati (la differenza è dovuta all'uso di unguenti particolari, privacy, presenza di servizi accessori come sauna, doccia, manicure, ecc.).

Orologi falsi a Bangkok

Ce ne sono di tutti i prezzi, tenete presente che attualmente, trattandosi di prodotti esteri, hanno subito un aumento a causa della situazione economica. Mediamente si va dalle poche centinaia di Bath per un orologio normale fino a qualche migliaio di Bath per un falso d'autore.

Ad esempio una copia di Swatch si può prendere a 300/700 Bath mentre una copia di Rolex veramente impermeabile e dotata di meccanismi svizzeri può arrivare anche a 5000/7000 Bath.

Ma è difficile per il turista discernere la qualità e conoscere il prezzo: le guide di Thailandia Web vi saranno utilissime nello shopping, dove e come farlo, con prezzi speciali presso quasi tutti i mercati Thailandesi. Ricordatevi che l'importante è contrattare, se il venditore vi chiede 10.000 offrite 1000 e poi andate avanti fino ad arrivare a 5000, se però vedete che il venditore non ci sta o non scende oltre una certa soglia, o prendete o mollate (tanto non vi verrà mai venduta merce sottocosto).

Taxi a Bangkok

Per gli spostamenti usate solo i taxi con l'insegna "taxi meter", non fanno sconti, ma sono sicuri ed economici. In Thailandia è obbligatorio per i taxi esporre all'interno del mezzo la licenza ed in più il mezzo è numerato. In caso di inconvenienti annotatevi il numero della licenza oppure il numero ed il colore del taxi e poi rivolgetevi alla Tourist Police , rintracceranno il mariuolo e vi faranno riavere indietro i vostri soldi.

Tenete presente che questa speciale polizia parla inglese abbastanza bene ed ha l'esclusivo compito di proteggere il turista dalle eventuali truffe, dai conti gonfiati dei ristoranti, ecc.

Occhio ai tuk tuk (motocarrozette), se volete provarli prendeteli verso sera, quando non ci sono troppe macchine a giro, altrimenti vi affumicate (sempre che non vi spiacciate contro qualche auto).

Mercato degli Amuleti di Bangkok

A qualche centinaia di metri dall'imbarcadero dietro il Palazzo Reale potrete trovare un tratto di strada dove un sacco di gente vende amuleti, monete e miniature, lo chiamano il Mercato degli Amuleti .

A proposito di amuleti, noterete che spesso addosso alle persone o attaccati nelle vetture ci sono dei ciondoli contenenti statuine, immagini di Buddha o di monaci, i Thailandesi sono molto superstiziosi (ed a volte creduloni) e attribuiscono a questi amuleti poteri magici o paranormali; ci sono quelli che rendono invincibili, quelli che rendono irresistibili all'altro sesso e quelli che rendono invulnerabili come Highlander !!!.

Hanno prezzi variabili dalla decina di bath fino a qualche migliaio e possono essere un simpatico ed economico gadget da regalare ai vostri amici rimasti a casa.

Acquisti a Bangkok

A Bangkok esistono diverse tipi di mercati :

- shopping center per Thailandesi (come il Mabukorn): prezzi bassi, mercanzia di qualità medio-

bassa, vanno bene per acquistare vestiti economici, ricambi per telefoni cellulari, articoli di artigianato.

- shopping center per turisti o per Thaiandesi ricchi (come il Central World): possibilità di acquisti esenti da tasse, prezzi a volte (ma non sempre) convenienti, qualità elevata, garanzia internazionale, vanno bene per abbigliamento firmato, gioielli, orologi di marca, materiale cine-foto-video.

- mercati all'aperto per Thaiandesi (come Patpong): prezzi bassi, qualità media, marchi rigorosamente contraffatti, vanno bene per acquistare vestiario leggero (magliette, parei, camicie) e oggetti falsi (orologi, accessori griffati, ecc.)

- mercati all'aperto per Thaiandesi (come Weekend Market): prezzi irrisori, qualità bassa, vi si può trovare tutto o niente, avendo tempo a disposizione, meritano un'occhiata.

Esistono poi i negozi veri e propri dove è possibile trovare di tutto a prezzi mediamente più bassi dei nostri.

L'abbigliamento conviene acquistarlo nelle sartorie indiane (ce ne sono a decine) dalle parti di Sukhumvith Road.

Nella rivista "Sawasdee" che la Thai Airways distribuisce a bordo dei suoi aerei, troverete facilmente offerte, indirizzi e numeri telefonici (probabilmente, verranno a prendervi direttamente al vostro hotel).

In molti di questi negozi per meno di 250 euro vi potrete fare il guardaroba completo (sia per uomo che per donna), su misura e con consegna di norma entro le 24 ore successive. Per quanto riguarda gli accessori (cinture, borse, portafogli), ci sono diversi negozi che vi potranno offrire dell'ottima merce fatta con pelle bovina (borse "di coccodrillo" che sembrano vere), sia oggetti di pelle di coccodrillo o di serpente (ovviamente a prezzo adeguato). La stessa Crocodile Farm, a pochi chilometri dal centro, dispone di un ampio show room dove vengono venduti notevoli articoli di pelletteria.

L'oro spesso è un buon acquisto, anche se, essendo di colore più scuro del nostro, a volte sembra di caratura inferiore. È solo una questione di gusto, dimostrata anche dal fatto che l'oro farang chiaro ha quotazioni anche notevolmente inferiori. Per l'acquisto potrete trovare centinaia di gioiellerie, soprattutto nella zona di Chinatown.

Se volete regalarvi qualcosa di bello e che non vi creerà problemi alla dogana, andate sugli articoli di artigianato in legno (ho trovato degli stupendi vassoi in teak a circa 1000 THB) oppure sugli articoli in cotone (bellissime le fodere dei cuscini in misto cotone e seta, senza imbottitura portano via poco posto in valigia e costano circa 150 THB cadauna).

Per le signore ci sarà solo l'imbarazzo della scelta : pareo, kimono, abiti estivi sono ottimi ed economici. Per quanto riguarda i prodotti altamente tecnologici, i computer sono diffusissimi e spesso costruiti in loco ma i prezzi sono quasi come da noi, leggermente più bassi.

Invece, sono a buon mercato i telefonini e soprattutto gli accessori per i quali i Thaiandesi hanno una vera passione : custodie, frontalini in radica, antenne di ogni tipo, batterie, ecc.; il posto più adatto per comprare è il Mabukorn Shopping Center , tenendo comunque presente che in Thailandia è attivo il sistema a 1800 MHz. Per il resto i prezzi sono simili a quelli italiani, quindi non ne vale molto la pena.

Compagnia e massaggi particolari a Bangkok

Per un massaggio ... particolare un po' di tempo fa a Bangkok era famoso il Velunda, oggi sono molto noti anche i centri massaggi situati nell'area di Paya Thai road ma se chiedete ai taxisti ognuno vi potrà indirizzare in un posto diverso (a seconda di quanto gli viene in tasca).

L'importante è che sia un posto di un certo livello e costo, in modo da essere al sicuro da eventuali imprevisti. Questi massaggi, definiti comunemente "body massages" non hanno nulla a che vedere con il massaggio tradizionale thailandese.

Solitamente sono eseguiti da avvenenti "masseuses" che provvedono a massaggiare il vostro corpo con il loro, normalmente dopo un'abbondante bagno di schiuma.

La tariffa non comprende prestazioni extra, ma non è insolito che, considerata anche l'intimità del luogo, i limiti "professionali" vengano abbondantemente superati.

Per quanto riguarda una eventuale "assistenza" femminile, sempre che non siate già in dolce compagnia, non avrete problemi a trovarne in tutto il Paese (è più facile e preferibile nei posti di mare come Phuket o Pattaya soprattutto visto che il governo sta cercando di eliminare la brutta immagine che il commercio sessuale dà del Paese). Certo non sarà una compagnia molto disinteressata, ma calcolate gli eventuali e noti rischi e poi decidete autonomamente.

ANDAR PER MONUMENTI E SITI D'ARTE

Sicuramente l'area più interessante da visitare a Bangkok da un punto di vista monumentale-artistico è l'antica città reale.

Il Gran Palazzo è la migliore attrazione turistico-culturale di Bangkok. Al suo interno si trovano molti templi e varie costruzioni nei diversi stili architettonici Thailandesi.

In prossimità di questo si trova anche il Buddha disteso, il buddha più grande di tutta la Thailandia. Sempre nella parte antica della città di Bangkok si trovano due templi abbastanza simili tra loro: Wat Phra Kaew e Wat Po (wat significa tempio).

Il Museo delle Belle Arti offre un affresco della tradizione artistica della Thailandia ed altri paesi del sud-est asiatico.

GRAND PALACE (Palazzo Reale)

Il Palazzo Reale si trova all'interno del Wat Phra Kaew. I visitatori entrano all'interno del Palazzo Reale attraverso degli enormi cancelli dove tantissimi anni fa entravano gli elefanti per trasportare il Re all'interno del Palazzo. Al giorno d'oggi il Re viene trasportato all'interno di una lussuosa Limousine su una pavimentazione a pietra con ai lati degli strani alberi tosati.

Il Re Rama I, il fondatore della dinastia dei Chakri, nel 1782 A.D. ha fabbricato i suoi palazzi proprio qui e due di loro, il Dusit Matha Prasad e il Phra Tinang Amarindr, sono aperti oggi al pubblico. Il Palazzo Reale, che il visitatore vede prima di entrare all'interno di questo complesso, è stato costruito per commemorare il centenario della dinastia dei Chakri.

Purtroppo il visitatore non può entrare in questo Palazzo. Fatta eccezione per alcune anticamere, variamente distribuite, il Grand Palace viene utilizzato esclusivamente in occasione di alcune cerimonie ufficiali come la festa dell'incoronazione. Il Palazzo Reale, fu disegnato da un'architetto britannico nello stile del Rinascimento italiano, con un tetto stile thailandese e con un misto di dolcezza dell'est e dell'ovest. L'attuale residenza reale è il Chitlada Palace nella parte settentrionale della città, e non è accessibile al pubblico, ma trovandosi nelle vicinanze del Palazzo Reale, vale la pena di dare un'occhiata agli esterni per la loro fastosa grandiosità.

WAT ARUN O TEMPIO DELL'AURORA

Il suggestivo tempio dell'alba di Bangkok. Chiamato così in onore del Dio indiano dell'alba, Aruna. Il tempio sorge sulla riva occidentale del fiume Chao Phraya a Bangkok, dove si estende Thonburi. Il Wat Arun di Bangkok fu costruito sul sito del Wat Jang, del XVII secolo, che fungeva da palazzo e tempio reale per il Re Taksin al tempo in cui Thonburi era la capitale del regno. Quindi fu l'ultima dimora del Buddha di Smeraldo prima che Rama I° lo trasferisse a Bangkok nel Wat Phra Kaew. Sono caratteristiche le sue pagode a cuspide, decorate da fini porcellane multicolori riflettenti durante l'alba ed il tramonto. Circondato da quattro Pagode, quella principale è alta 79 piedi il tempio è particolarissimo e delizioso poiché le torri sono decorate a fiori, con splendidi mosaici

composti da milioni di frammenti di porcellane policromatiche cinesi.

Consigliabile visitare il complesso al tramonto, quando la luce trasversale del sole riflette sui mosaici come se fossero gioielli, così da respirare un'atmosfera magica ed irripetibile.

WAT PHO

Per alcuni, Wat Pho, è il tempio più bello di Bangkok.

Questo tempio, che è il più antico e il più grande di Bangkok, ospita nel suo interno la più grande statua di Buddha disteso, ed una vasta collezione di immagini della divinità di tutto il Paese, è stato anche il primo centro di istruzione. Conosciuto come luogo di culto il Wat Pho risale al XVI secolo, ma la sua storia attuale comincia nel 1781 con la completa ricostruzione del monastero originale.

Il tempio è detto essere il luogo di nascita del tradizionale massaggio thailandese, e anche oggi ci sono scuole di massaggio tradizionale thailandese nel tempio e nelle aree circostanti. Il Wat Pho è il centro nazionale preposto all'insegnamento e alla tutela dell'antica medicina tradizionale Thai di cui fanno parte a pieno titolo le tecniche di massaggio terapeutico. Tutti i pomeriggi, nella parte orientale del monastero si tiene un corso di massaggio.

Per inciso, un massaggio eseguito a regola d'arte costa 180 bath l'ora (circa 3,5 euro) ed è un'esperienza che si ricorderà a lungo, con nostalgia. Preferibile visitarlo nelle prime ore del mattino. In tutto il recinto del tempio si possono vedere alte guglie buddista rivestite in piastrelle multicolori. Entrando nel tempio che ospita il Buddha disteso, non si può fare a meno di provare una forte emozione: l'immagine del Buddha disteso è di 46 metri di lunghezza e 15 metri di altezza ed è decorata in placcatura d'oro. L'immagine rappresenta il Buddha disteso Gautama Buddha prima di morire. Sapendo che la sua morte era imminente, Buddha giaceva disteso sul fianco destro, rivolto verso ovest, con la testa sostenuta dalla sua mano, al momento del suo passaggio nel nirvana.

WAT TRAMIT

A Bangkok molti turisti fanno una fermata al famoso Buddha d'Oro all'interno di Wat Traimit (Tri mit Rd), all'estremo sud di Chinatown oltre un canale dalla stazione ferroviaria di Hua Lamphong. Risale al XIII secolo, è alta 4 metri, pesa 5,5 tonnellate e fatta in oro puro.

TELEFONARE:

In uno dei mille 7/11 ovvero mini market presenti ogni 50 metri (idem i family mart) potete acquistare una sim card della compagnia Happy per chiamare in Italia. Con 49 baht vi danno la sim che per chiamare sui cellulari in Italia costa circa 13,85 baht, sui fissi molto meno mentre sms 5,85 baht. Super conveniente!!

Ecco come telefonare:

- Per chiamare in Italia con il vostro cellulare: 001+39+prefisso della città con lo zero+numero dell'abbonato
- Per chiamare in Italia con SIM Thai della Happy: 004+0039 davanti al numero di telefono
- Per farsi chiamare dall'Italia: il numero da effettuare comprenderà il prefisso internazionale (0066 oppure +66) ed il vostro numero senza lo zero iniziale (i numeri Thai iniziano per 08 oppure per 09)

KOH SAMUI

Le spiagge più belle di Koh Samui. L'isola di Samui, anche se è ben attrezzata per la ricezione turistica, fonda la sua fama sulla natura incontaminata e sulle sue spiagge mozzafiato. Se volete crogiolarvi al sole e godere delle bellezze paesaggistiche di Koh Samui potete optare per le spiagge del nord dell'isola, come Maenam, Bophut e Bangrak. Proprio a Bangrak potrete anche cogliere l'occasione per visitare il Buddha gigante. Le spiagge del nord di Samui sono bellissime e hanno anche un altro vantaggio: sono più economiche e meno affollate dai turisti rispetto a quelle di altre parti dell'isola. Lungo la costa est c'è, poi, **Chaweng**, considerata da molti la spiaggia più affascinante di tutta Koh Samui.

Escursioni e gite a Koh Samui. Le cose da fare e da vedere a Koh Samui, nonostante le dimensioni modeste dell'isola, sono parecchie. Il primo consiglio è una gita sulle "isole sorelle" di Koh Samui, cioè Koh Phangan e Koh Tao. Si tratta di località molto apprezzate dai turisti e decisamente meritevoli di una visita più approfondita. Una gita singolare, ma da non perdere, è quella alle rocce **Hin Ta e Hin Yai (conosciute anche come Grandmother e Granfather)**. Si tratta di enormi massi plasmati dal tempo e dalle intemperie che somigliano straordinariamente ai genitali maschili e femminili. Questi si trovano a sud di Lamai, proprio alla fine della spiaggia. Assolutamente da visitare sono anche le cascate di Koh Samui: ce ne sono di spettacolari tra Hua Thanon e Nathon (le cascate **Na Muang**) ma anche a sud di Nathon (le cascate di **Hin Lad**, ai cui piedi sorge anche **il Monastero omonimo**). Per quanto riguarda la vita notturna, le località più vivaci e mondane sono Chaweng beach e Lamai beach. Se vi trovate a Koh Samui durante una notte di plenilunio potete approfittare per partecipare al famoso *Full Moon Party* che si tiene ogni mese durante la notte di luna piena nella vicina isola di **Koh Phangan**.

- Ricordate di noleggiare uno scooter per girare e sempre con il casco e patente.
- Come ristorante vi consiglio **Il Duomo**, i proprietari sono italiani e si mangia davvero bene.
- Provate il **Doctor Fish**, un po' di solletico ma l'effetto che i pesciolini faranno sui vostri piedi sarà migliore di qualsiasi pedicure...
- Tutte le settimane si organizzano aperitivi e feste in spiaggia, spesso all'**Ark bar**...altrimenti al Mango o all'Hollywood potrete ballare e divertirvi a iosa...

- Ovviamente lo sport preferito da tutti è il relax...quindi sdraiati in spiaggia oppure in uno dei migliaia di centri massaggi provate il Tai massage...per evitare “sorprese” fateli sempre in luoghi aperti o se preferite quelli “particolari”...