



## Viaggia con noi a Panama & Isole San Blas In crociera alla conquista del Paradiso



**Arrivo a Panama** La maggior parte dei partecipanti parte da Milano e da Roma, incontrandosi nello scalo intermedio per proseguire tutti insieme per Panama City. In ogni caso (dato che altri partecipanti potrebbero viaggiare in maniera indipendente), una volta atterrati e recuperati i bagagli, si prenderà un taxi per raggiungere l'hotel da programma, vero punto di incontro ufficiale del gruppo.

### Luogo di Imbarco

Partenza al mattino presto dall'hotel di Panama, ore 06:00 circa, appena dopo la colazione. Si viaggerà dall'hotel fino a Carti (circa 3,5 ore), un villaggio situato lungo la costa caraibica (Carti Sugdub). Da qui con alcune lance a motore si giungerà a isola Elefante o un'altra (40 minuti circa), ove le imbarcazioni sono ad attenderci alla fonda. Inizio della navigazione e buon vento a tutti!

### Il paradiso a vela, San Blas

Giornate di relax, sole, mare e bagni nello stupendo arcipelago delle isole San Blas; la zona di navigazione sarà quella descritta dal quadrilatero fra l'arcipelago di **Porvenir**, la cittadina di **Carti**, il **Rio Diablo** e l'**Hollandes Reef**. Alcune fra le spiagge più belle e selvagge che toccheremo sono **Checheme, Limmon, Hollandes**.

*Panama e tutto il Caribe hanno dei ritmi lenti per cui state sereni e adattatevi ai suoi tempi.*



## Panama City

### COSA VEDERE

panama vieja / quartiere del Cangrejo / chiuse di Miraflores / barrio Exposicion / playa Bonita / mercado de artesanía (balboa) / Isla Contadora (arcipelago Las Perlas)

### COSA FARE

**Casco Viejo** Casco Viejo is the historic district and cultural gem of Panama City. Declared a World Heritage Site by UNESCO in 1997, Casco Viejo was established around 1673 by the Spanish colonialists, the Catholic Church, and other settlers. Historically one of the richest and most densely populated neighborhoods in the Americas, Casco Viejo went on to experience decades of neglect around the 1950s. The streets are filled with buildings that served as homes, cathedrals and churches and government buildings over centuries and many architectural phases. Some of these structures have been painstakingly restored and now house museums, gourmet restaurants, quaint shops and upscale residences. Other buildings stand in disrepair or complete ruin and the homes of poor families juxtaposed next door with a remodeled, exclusive property offer an excellent peek into the varied history that the district has experienced.

- **mangiare a casco vejo** ristoranti intorno a plaza Bolívar.
- **museo del canale / casco viejo** Martedì a domenica 9:00am a 5:00pm (Chiuso lunedì), la biglietteria chiude alle 4:30pm
- **museo antropologico** Reina Torres de Araúz

**Chiuse di Miraflores** Per il Canale vero e proprio, “**chiuse di Miraflores**” occorre un taxi (circa 20 min. dalla città).

**Escursione al quartiere di Balboa** Si potrà visitare il “mi pueblito” (una buona ricostruzione di villaggi tradizionali indios), o curiosare al “Mercado de artesanía”, economico per fare shopping ed interessante perché gestito direttamente dai produttori locali; qui potrete comperare dalla cooperative prodotti e souvenir Panamensi. Infine arrivare in cima ad ANCON, la collina dalla quale si scorge una vista ottima sulla città.

**Passeggiata per il parco di Soberania (panama city)**, un sentiero ben segnalato nella jungla dove vedi animali e piante e fiori e senti suoni che non ti immagini nemmeno.

**Traghetto da Panama City per Isole Las Perlas (isla Contadora).**



## Info utili in viaggio

**Clima** Il clima a Panama è di tipo tropicale, caldo e umido, con una breve stagione secca (da gennaio a maggio) e una lunga stagione di piogge (da maggio a gennaio). La temperatura sarà circa 30° di giorno (22° di notte) per cui abbigliamento estivo.

**Fuso** 6 ore di differenza fra Italia e Panama, 7 quando in Italia è in vigore l'ora legale.

**Documenti** Per l'ingresso a Panama occorre il passaporto in corso di validità. Il visto non è necessario per soggiorni di durata inferiore a tre mesi (novanta giorni).

**Moneta** Il Balboa è la moneta ufficiale di Panama ma nel Paese vengono comunemente utilizzate le banconote statunitensi. Il valore del Balboa è sempre stato legato a quello del dollaro, con il quale ha un cambio 1:1. Il Balboa è diviso in 100 centésimos, i cui tagli da 1,5, 10, 25 e 50 centesimi ricalcano in peso e colore le corrispettive monete americane.

**Cambusa** Questo viaggio prevede, come sapete, la pensione completa (esclusi alcolici).

- **Anticipiamo** che si tratterà di cibo semplice, pesce, riso, frutta e verdura. Le san blas sono un paradiso abitato da uomini che vivono di derrate primarie, a contatto con la natura, non è facile reperire una grande varietà di alimenti, ma il bello è anche questo.
- **Lungo il percorso** è prevista una sosta per fare una "cambusa personale" con generi tipo dolci ed alcolici o quanto personalmente si voglia avere poi in barca. Nelle isole NON si trova molto ad eccezione di acqua, bevande e ovviamente pesce appena pescato.
- **Consigliamo** di portare ( se vi farà piacere ) qualche cibaria italiana, parmigiano o altro del genere, salumi locali, olio o quanto sia facile da portare e magari "tipico" della Vostra zona. E' questa una simpatica ed antica usanza "piratesca", regalare allo skipper qualcosa che verrà poi condiviso con l'equipaggio durante la crociera, in rada sotto le stelle...

### Snorkellig

- Alle San Blas è vietato pescare e fare immersioni, e come per ogni veto, sono previste delle eccezioni, ma solo per pochi ed a certe condizioni ( \$ ). A parte ciò la miglior attività per gli amanti del mare è quella di darsi allo snorkelling (si scrive con due "elle").
- Consigliamo di portarsi l'attrezzatura necessaria, per lo meno maschera e boccaglio, per chi lo volesse anche pinne, macchine fotografiche subacquee, ecc... in barca avremo pinne, maschera, boccaglio a disposizione (ma non per tutti contemporaneamente).

**Rientro a panama City** Trasferimento a metà giornata del 19/02, prima con una lancia veloce, poi in fuoristrada per Panama City. Alla sera andremo (facoltativo) a cena fuori tutti insieme. Pernotto a Casa Ramirez.

- Il giorno seguente (compatibilmente con gli orari del vostro volo) tempo libero per visitare la capitale. Consigliata la visita al quartiere coloniale di "Casco Viejo", le rovine di Panama Antigua (l'antica città distrutta dal pirata gallese Henry Morgan) ed il quartiere del Cangrejo. Da non perdere l'escursione di mezza giornata alle chiuse di Miraflores: il celebre "canale di Panama".

# CATAMARANO Caraibi



## Cosa portare (e non portare)

- Non dimenticare: bagagli morbidi (zaini/borse), servono poche cose, ed ancora meno in San Blas.
- Le scarpe non le metterete per una settimana, in barca si sta scalzi, quando scenderemo è solo sabbia, per cui sempre scalzi. Portate scarpe comode per il viaggio ed un paio di infradito (se volete scarpini di gomma da scoglio).
- le prese elettriche sono quelle Americane Panama City, occorre un adattatore.
- borsette impermeabili per cellulare e/o per macchine fotografiche.
- in barca serve l'adattatore per cellulare da macchina (accendisigari) o con presa usb.
- bagaglio leggero e morbido (in barca abbiamo le lenzuola, portate il telo mare).
- maschera, boccaglio e pinne.
- autan tropical e braccialetti antizanzara; moschitos in agguato al tramonto!!!
- crema protettiva 50/ 30, il sole è fortissimo.
- costumi e parei.
- qualche maglietta a manica lunga chiara; potrebbe servire a proteggersi dal sole.
- abbigliamento comodo e sportivo, tranne per il viaggio e per la sera a Panama, evitate sia pantaloni lunghi che vestiti lunghi...
- in barca staremo sempre in costume o al massimo, le femminucce, con i copricostumi.
- una felpa leggera magari con cappuccio.
- cappello e/o fasce per capelli...noi speriamo di andare a vela e prendere vento!!!



**Qual'è il voltaggio in uso a Panama?** 110 Volt a 60 Hertz. Qualora si intendano utilizzare strumenti elettrici portati dall'Italia è indispensabile utilizzare un trasformatore di corrente o un commutatore elettrico. Le prese elettriche in uso a Panama sono di tipo nordamericano, a tre o a due punti.

**Quali sono i prefissi per chiamare da Panama all'Italia e viceversa?**

Per chiamare Panama dall'Italia il prefisso è 00507 seguito dal numero. Per chiamare l'Italia da Panama: prefisso 0039, seguito dal prefisso, con lo zero iniziale ed il numero da chiamare.

**Panama è un paese sicuro?** Consultando il sito internet **Viaggiare Sicuri**, che contiene una banca dati con le schede di ogni singolo Paese, si trovano informazioni costantemente aggiornate, con dati e valutazioni forniti dalle nostre Rappresentanze Diplomatiche e Consolari. La Banca Dati è curata dall'Unità di Crisi del Ministero degli Affari Esteri. Le informazioni possono essere richieste anche telefonicamente (call-center A.C.I tel. 06.491115, dalle 8 alle 20).

**Com'è la situazione sanitaria a Panama?**

La situazione sanitaria nella capitale e nelle altre principali città è abbastanza soddisfacente e non sono consigliate vaccinazioni preventive a parte l'uso di repellenti contro le zanzare, specialmente nelle ore del tramonto ed in zone acquitrinose. Per informazioni maggiori consultare il sito [Viaggiare Sicuri](#) del Ministero degli Esteri e quello dell'[Organizzazione Mondiale della Sanità](#).

[www.grandiorizzonti.com](http://www.grandiorizzonti.com) [www.imbarcoindividuale.com](http://www.imbarcoindividuale.com) [www.catamaranocaraibi.com](http://www.catamaranocaraibi.com)

Infoline 340.3379265 // 392.3422661 Booking [info@grandiorizzonti.com](mailto:info@grandiorizzonti.com) [info@imbarcoindividuale.com](mailto:info@imbarcoindividuale.com)