

# Viaggiare in Cina



Saporedicina.com

# Disclaimer (legalese)

Questo e-Book è stato scritto con il solo scopo di intrattenere il lettore. Il parere espresso in queste pagine è da considerarsi esclusivamente come quello degli autori. Il lettore è quindi il solo responsabile delle proprie azioni.

e-Book: © Saporedicina.com

Foto in copertina: © Deposit Photos, Inc.

[Clicca qui](#) per leggere i Termini e le Condizioni e [qui](#) per leggere la Disclosure di Saporedicina.com

# Indice

[Introduzione](#)

[Come ottenere il visto per la Cina](#)

[Tour operator o viaggio indipendente?](#)

[Assicurazione da viaggio, vaccini e medicine](#)

[Voli per la Cina \(e voli interni\)](#)

[Viaggiare in treno in Cina](#)

[Viaggiare in autobus, metropolitana o taxi](#)

[Prenotare una stanza di hotel in Cina](#)

[Indirizzi utili](#)

[Internet e telefonia](#)

[Valuta, bancomat e carte di credito](#)

[Cosa portare?](#)

[Quando viaggiare in Cina?](#)

[Buonsenso e questioni culturali](#)

[Cibo e bevande](#)

[Negoziare al mercato](#)

[Itinerari turistici](#)

[Frasario da viaggio cinese/italiano](#)

# Introduzione

Innanzitutto grazie per aver scaricato il nostro e-Book!

L'e-Book è diviso in tre parti: nella prima parte andremo a discutere in dettaglio gli aspetti pratici su come preparare il tuo viaggio e come muoverti in Cina, partendo da come ottenere un visto sino a come negoziare al mercato.

Nella seconda parte dell'e-Book andremo ad illustrare in dettaglio una trentina di itinerari turistici. Per finire, l'ultima parte del documento è dedicata al frasario da viaggio cinese/italiano.

Puoi saltare direttamente alla sezione che più t'interessa cliccando sui link presenti nell'indice (vedi pagina precedente).

Nota che in questo e-Book non trattiamo in dettaglio nessuna destinazione turistica. Se t'interessa saperne di più su una particolare destinazione, la Grande Muraglia Cinese di Mutianyu, ad esempio, [clicca qui](#) per accedere alla nostra collezione di guide turistiche.

# Come ottenere il visto per la Cina

Per visitare la Cina avrai bisogno di un visto. Il modo più comune per richiederlo è quello di rivolgersi al Chinese Visa Application Service Center (CVASC) di [Roma](#) o [Milano](#). Per ottenere il visto avrai bisogno di presentare i documenti seguenti:

- Il tuo passaporto originale con almeno sei mesi di validità e due pagine in bianco;
- Una fotocopia in bianco e nero della pagina del passaporto dove c'è la tua foto e delle pagine contenenti i visti cinesi ottenuti in precedenza (solo se sei già stato in Cina);
- Una fototessera recente (48mm x 33mm) con sfondo chiaro;
- Una fotocopia dei precedenti passaporti cinesi (solo per i cinesi che hanno ottenuto la cittadinanza italiana o, comunque, straniera);
- Una prova di status giuridico nel Paese in cui stai presentando domanda per il visto, ad esempio, un permesso di soggiorno (valido solo se stai presentando domanda di visto al di fuori dell'Unione Europea);
- Un modulo di richiesta interamente compilato, stampato e firmato ([clicca qui](#) per scaricare il modulo di richiesta fornito dal CVASC, oppure [clicca qui](#) per compilare e scaricare il modulo online per le richieste effettuate al CVASC di Roma [qui](#) per le richieste effettuate al CVASC di Milano);
- La dichiarazione stampata e firmata (solo se richiesta);
- Una copia cartacea della ricevuta di appuntamento ([clicca qui](#) per prenotare un appuntamento al CVASC di Roma e [qui](#) per prenotare un appuntamento al CVASC di Milano);
- Circa 120-150 Euro, a seconda del tipo di visto.

Passando per la procedura standard servono quattro giorni lavorativi per ottenere il visto. Tale procedura può essere accelerata (pagando). Nota che se devi visitare solo

Hong Kong, Macao o Taiwan non ti serve nessun visto (a patto di restarci meno di tre mesi).

Se intendi richiedere un visto turistico (o visto L) avrai anche bisogno di:

- Un biglietto d'aereo andata/ritorno;
- Una lettera d'invito o una ricevuta di prenotazione degli hotel dove intendi alloggiare per tutta la durata del viaggio. Nota che se intendi alloggiare in uno o più hotel, la ricevuta dovrà contenere i nomi completi di tutte le persone che intendono richiedere il visto. [Clicca qui](#) per saperne di più.

In generale, la lettera d'invito dovrebbe contenere:

- Informazioni sul richiedente: nome, cognome, sesso, data di nascita, numero di passaporto, eccetera;
- Informazioni sulla visita prevista: scopo della visita, data di arrivo e di partenza, itinerario di viaggio, rapporto esistente tra il richiedente e l'ente o la persona che ha fatto l'invito, fonte finanziaria per le spese;
- Informazioni sull'ente o la persona invitante: nome, recapito telefonico, indirizzo in Cina, firma della persona o del rappresentante legale dell'azienda invitante (se sei stato invitato da un'azienda) ed un timbro ufficiale (se sei stato invitato da un'azienda).

La lettera di invito può essere rilasciata solo da un cittadino cinese, da un cittadino straniero che vive in Cina ed è dotato di permesso di residenza o da un ente cinese (per esempio un'azienda cinese o una fiera di commercio).

Se sei stato invitato da una persona, questi deve anche allegare una copia del suo ID cinese, oppure una copia del suo passaporto e del permesso di residenza (se non si tratta di un cittadino cinese).

Se sei interessato a un altro tipo di visto, ad esempio un visto business o un visto di lavoro, [qui trovi la nostra guida completa ai visti per la Cina](#).

# Tour operator o viaggio indipendente?

Tante persone vorrebbero viaggiare in Cina ma non se la sentono di farlo senza una guida. Si tratta di un sentimento comprensibile, soprattutto a causa del fatto che ci si andrà a confrontare con una lingua e cultura così differente dalla nostra.

Mi sento però di dire che i cinesi sono molto svelti a capire le esigenze dei turisti, l'importante è avere i soldi! Inoltre negli ultimi vent'anni la Cina si è dotata di infrastrutture che in Italia ci sogniamo (aeroporti, ferrovie, metropolitane, hotel, eccetera), quindi spostarsi risulta abbastanza facile anche se non si parla la lingua.

L'ultimo punto a favore del viaggio indipendente è che la Cina è di gran lunga il paese più sicuro che mi sia capitato di visitare.

Tieni però presente che stiamo parlando di un paese grande quanto l'Europa. Quindi se stai pianificando di visitare più province ma hai a disposizione un lasso di tempo limitato, un'agenzia di viaggio ti permetterebbe di muoverti più velocemente (in quanto risparmiaresti il tempo necessario a trovare gli hotel, le stazioni e quant'altro). Per finire, per ottenere il permesso per visitare il Tibet è indispensabile rivolgersi a un'agenzia di viaggi specializzata.

Se sei interessato a un tour, [qui trovi la nostra guida ai tour in Cina](#).



# Assicurazione da viaggio, vaccini e medicine

La mia raccomandazione è quella di stipulare [un'assicurazione da viaggio](#) prima di partire per la Cina.

Nonostante in Asia le cure mediche di base siano abbastanza economiche, se ti capita qualcosa di relativamente serio, anche solo un'intossicazione alimentare che richieda una lavanda gastrica, dovrai pagare una fattura di 3-400 Euro (se vuoi essere curato in un ospedale internazionale dove il personale parla inglese).

Inoltre se ti ammali per davvero e hai bisogno di stare in ospedale per qualche notte, senza assicurazione finirai per spendere migliaia di Euro.

[Qui trovi la nostra guida alle assicurazioni sanitarie in Cina](#)

Ti consiglio inoltre di fare - o rinnovare, nel caso sia necessario, - i vaccini DPT (difterite - pertosse - tetano), poliomielite, tifo, epatite A e B. Se pensi di viaggiare in zone rurali, consiglio anche i vaccini per la rabbia e l'encefalite giapponese.

Se hai bisogno di informazioni più dettagliate le puoi trovare nella sezione Cina di [Viaggiare Sicuri](#), il portale curato dal Ministero degli Esteri Italiano.

In ogni caso dovresti contattare il tuo medico di famiglia, che conosce la tua "storia" medica e può consigliarti in prima persona o, come è successo nel mio caso, darti il numero di telefono della responsabile della ASL (che nel mio caso mi ha spiegato quali vaccini avrei dovuto fare e mi ha fissato un appuntamento per la settimana successiva).

Per finire, quando viaggio in Asia mi porto sempre un po' di medicine. Le ragioni sono tre. Prima di tutto, la comunicazione può essere difficile e quando ti viene un attacco di dissenteria discutere in cinese con un farmacista non è il massimo. Considera poi che buona parte delle medicine che trovi in Asia sono contraffatte. E riempirsi lo stomaco di un antibiotico contraffatto non è il massimo, soprattutto quando hai bisogno di un medicinale che funzioni.

Per finire, i nostri anticorpi sono differenti da quelli degli asiatici (per millenni siamo stati esposti a batteri e virus di natura diversa). Quindi le medicine asiatiche sono state testate e ottimizzate per combattere batteri differenti dai nostri e non sono adatte agli italiani.

Nonostante tutto ho la fortuna di ammalarmi raramente e mi porto dall'Europa solo lo stretto indispensabile: aspirina, antibiotici, anti-infiammatori e anti-diarrea. Se nel caso sai già di aver bisogno di una o più medicina particolare, non dimenticarti di metterle in valigia!

# Voli per la Cina (e voli interni)

## Voli internazionali

E' difficile suggerirti la compagnia più economica per volare in Cina in quanto i prezzi variano a seconda del periodo, degli scali, della città di partenza e di quella di arrivo.

Ecco i nostri suggerimenti per trovare il volo più economico possibile:

- Per scoprire il prezzo più economico visitando le pagine delle varie compagnie aeree potrebbero volerci giorni. Il mio consiglio è sempre quello di utilizzare vari motori di ricerca quali [Expedia](#), [Vayama](#) o [eDreams](#).
- Se ne hai la possibilità compra il volo con almeno qualche mese di anticipo rispetto alla partenza in quanto, di solito, più ci si avvicina alla data della partenza più salgono i prezzi. Cerca inoltre di evitare le date a cavallo delle vacanze più importanti quali Natale o il Capodanno Cinese in quanto i prezzi saranno senz'altro gonfiati. Considera che a volte i prezzi dei voli possono cambiare anche da un giorno all'altro (nel senso che magari volare di lunedì è più caro che volare di domenica).
- Controlla i voli che atterrano a [Pechino](#), [Shanghai](#) e [Hong Kong](#) perché i prezzi possono variare di parecchio. Ad esempio in passato ho notato che i voli Shanghai-Milano e Roma-Pechino erano sempre più economici dei voli Milano-Pechino e Roma-Shanghai.
- La mia teoria è che sia "Milano" che "Shanghai" sono due città votate al business e quindi la maggior parte degli uomini (o donne) di affari sceglie questa tratta. Ciò permette di effettuare una migliore economia di scala e quindi abbassare i prezzi. Ma non starei troppo a cercare una spiegazione logica perché ci sono troppi fattori da tenere a mente. Non escludere nessuna opzione a priori e sarai sicuro di scegliere il volo più economico.
- Allo stesso tempo, se devi recarti a Pechino non ha troppo senso atterrare ad Hong Kong visto che ti troveresti a 3-4 ore di volo di distanza.

- I voli che fanno almeno uno scalo (magari a Dubai o a Istanbul, dipende dalla compagnia aerea che sceglierai) di solito sono più economici dei voli diretti.

## Voli interni

Per i voli interni, ad esempio Shanghai-Pechino, raccomandiamo [cTrip](#), un'agenzia cinese che propone ottimi prezzi ed ha il vantaggio di avere il sito web in inglese e di accettare pagamenti tramite carta di credito (o debito) MasterCard, VISA o Union Pay (il circuito cinese).

Gli unici siti web dove, che io sappia, è possibile trovare voli interni a un prezzo più economico di quelli di cTrip sono quelli di [Spring Airlines](#) e [Qunar](#).

Spring è una “budget airline”, un po' come Ryanair. Ciò significa che offre una scelta di itinerari abbastanza limitata. Il problema di Qunar è che il sito è solo in cinese.

## Consigli generali

- Se scegli di viaggiare con una compagnia cinese come Air China o China Eastern, il 90% dei passeggeri sarà di nazionalità cinese. Io preferisco viaggiare con i turisti cinesi che tornano dall'Italia con scatoloni di souvenir orrendi sottobraccio piuttosto che con una marea di uomini d'affari tedeschi e musoni. Quindi spesso e volentieri scelgo Air China (l'altra ragione è che Air China è l'unica compagnia che offre i voli diretti Italia-Cina a un prezzo abbordabile). Ma se viaggiare in compagnia di 1,000 cinesi – stiamo parlando di aerei enormi – ti mette a disagio allora ti consiglio di scegliere un'altra compagnia aerea che non sia cinese.
- Mi capita spesso di discutere con altri “pendolari” internazionali e l'idea che mi sono fatto è che, in generale, Turkish Airlines e Emirates siano un gradino sopra le altre compagnie, sia in termini di prezzi che di servizio.

# Viaggiare in treno in Cina

## Come prenotare ed acquistare un biglietto di treno in Cina?

Il treno in Cina è ancora il mezzo di trasporto più popolare. Siccome, a meno di utilizzare un'agenzia, puoi acquistare i biglietti solo a partire da 20 giorni prima del tuo viaggio, durante i periodi più "caldi" quali ad esempio il Festival di Primavera (in gennaio o febbraio), il primo maggio, la festa nazionale (primo ottobre) o le vacanze estive (luglio-agosto), per non rischiare di restare senza dovresti comprare il biglietto appena possibile.

Ad esempio, se intendi viaggiare il primo ottobre allora il mio consiglio è quello di acquistare il biglietto verso l'11-13 settembre. Prima non sarebbe possibile mentre, se aspettassi ancora, rischieresti di non trovare più alcun biglietto disponibile (mi è successo varie volte).

Mentre se abiti in Cina acquistare il biglietto in anticipo non comporta particolari problemi, se invece ti stai recando in Cina come turista o per un viaggio d'affari, allora acquistare un biglietto 20 giorni prima potrebbe non esserti possibile in quanto, semplicemente, non ti troveresti ancora in Cina! In questo caso l'unico modo per non rischiare di restare senza biglietto è quello di rivolgerti a un'agenzia (continua a leggere per conoscere i dettagli).

Per acquistare un biglietto di treno in Cina hai tre possibilità: puoi farlo online, in stazione o in una delle tante biglietterie sparse per la città.

## Acquistare un biglietto online

Esistono centinaia di siti web dove poter acquistare i tuoi biglietti di treno. Ecco i migliori:

### **Il sito ufficiale delle ferrovie cinesi**

Acquistare i tuoi biglietti sul [sito ufficiale delle ferrovie cinesi](#) è l'unico modo per ottenere i biglietti online senza dover pagare una commissione aggiuntiva. Gli svantaggi sono che il sito è solo in cinese e, inoltre, potrai acquistare i biglietti solo se abiti già in Cina in quanto avrai bisogno di un bancomat o di una carta di credito appartenente a un circuito cinese (Union Pay ad esempio; VISA e MasterCard invece non sono ammesse) e un numero di telefono cinese. Nota anche che potrai acquistare i tuoi biglietti solo a partire da 20 giorni prima della partenza e che il sito funziona in maniera abbastanza discontinua.

Scegliendo questa opzione devi ritirare il tuo biglietto in stazione. Nota che dovrai inserire il tuo nome esattamente come appare nel tuo passaporto (ovvero senza spazi o altri simboli) e potrai inserire un massimo di venti lettere. Se il tuo nome possiede più di venti lettere rischierai seriamente di non poter ritirare il biglietto (in quanto potrebbe essere interpretato come un errore di spelling), quindi in questo caso ti sconsiglio di acquistare i biglietti sul sito ufficiale delle ferrovie.

Riassumendo, quest'opzione è praticabile solo a chi abita in Cina, possiede un bancomat o una carta di credito cinese e, inoltre, capisce il mandarino.

### **China Highlights**

Utilizzare [ChinaHighlights.com](#) è senz'altro il modo più semplice per acquistare i tuoi biglietti online. Innanzitutto il sito è in inglese e potrai pagare sia con carta di credito –

[www.saporedicina.com](http://www.saporedicina.com)

circuito VISA o MasterCard – che con Paypal. Inoltre avrai la possibilità di prenotare il tuo biglietto in qualsiasi momento (non avrai cioè bisogno di aspettare che manchino 20 giorni alla partenza).

Ecco come funziona: tu paghi il costo del biglietto più una commissione che oscilla dai 5 ai 15 Dollari Americani (più costa il biglietto più la commissione sarà elevata, per un massimo di 15 Dollari) e l'agenzia si occupa di acquistare il biglietto in tua vece e di spedirtelo in hotel (o a casa, se abiti in Cina). Volendo, puoi anche decidere di ritirare i biglietti direttamente in stazione.

Personalmente si tratta di un distinguo importante in quanto, quando viaggio, preferisco avere una certa flessibilità e, magari, scegliere l'hotel solo all'ultimo istante. Il fatto di poter ritirare i biglietti direttamente in stazione è quindi un grosso vantaggio in quanto non dovrò preoccuparmi di coordinare la consegna dei biglietti con l'agenzia.

Per riassumere, quest'opzione è indicata a tutti i turisti che intendono viaggiare in alta stagione o che, comunque, vogliono avere la sicurezza di trovare un biglietto di treno (sulle tratte lunghe si rischia di non trovare biglietto anche in bassa stagione).

Consiglio China Highlights anche a chi abita in Cina ma non vuole – o non può – recarsi in stazione e, inoltre, non parla mandarino o non possiede un bancomat o una carta di credito cinese.

## **cTrip**

Proprio come China Highlights, [cTrip.com](http://cTrip.com) ha un sito web in inglese e puoi pagare tramite carta di credito. Anche se la commissione è un po' inferiore (40 Yuan cinesi, ossia circa 6.50 USD, più 20 Yuan per ogni biglietto aggiuntivo) e possono inviarti i biglietti nell'hotel dove soggiorni o lasciarli alla stazione dove puoi ritirarli con un

massimo di 60 giorni di anticipo rispetto alla data in cui intendi viaggiare, c'è uno svantaggio, rispetto a China Highlights. In caso di problemi, il loro servizio post-vendita è praticamente inesistente.

## **Acquistare i biglietti in stazione**

Se intendi acquistare i biglietti in stazioni preparati a fare la fila: non è raro dover aspettare anche 45 minuti o più per poter ottenere un biglietto, soprattutto nelle stazioni principali. Se invece ti trovi in un villaggio dovresti sbrigartela abbastanza velocemente.

L'unico caso in cui ti consiglio di acquistare i biglietti in stazione è quando devi prendere un treno a breve distanza che prevede diverse corse giornaliere; ad esempio il Pechino-Tianjin – c'è un treno ogni venti minuti – o lo Shanghai-Hangzhou – c'è un treno ogni mezz'ora. In questo caso puoi arrivare in stazione, acquistare il biglietto e partire con il primo treno disponibile. Considera comunque che anche in questo caso di solito dovrai fare la fila per almeno una ventina di minuti.

## **Acquistare i biglietti in biglietteria**

La buona notizia è che non sei obbligato ad arrivare sino in stazione. Puoi comprare il biglietto in una delle decine (centinaia?) di biglietterie presenti nelle città più grandi. Anche se l'impiegato non parla inglese – capita solo in alcune biglietterie, – puoi farti capire scrivendo su un foglio il nome della città dove vuoi andare e l'ora approssimativa in cui vuoi partire. Normalmente ti lasciano guardare lo schermo del terminale e puoi indicare il treno che preferisci.

Ricorda però che, con il nuovo regolamento, gli stranieri possono ritirare i biglietti acquistati online solo in stazione.



# Che classe scegliere per i treni a lunga percorrenza

## Treni ad alta velocità

Attualmente la Cina è il paese con la più ampia rete di treni ad alta velocità. I suoi treni sono moderni, confortevoli e relativamente convenienti. Tuttavia, dovresti tener conto del fatto che questi treni tendono a viaggiare solo di giorno, che ci sono molti posti in cui ancora non arrivano e che, nella maggior parte delle città, la stazione ferroviaria ad alta velocità si trova lontano dal centro. Esistono tre tipi di treni ad alta velocità:

- I treni di classe G (高铁, gaotie): Sono i treni più veloci (ed anche i più costosi). Raggiungono i 300 Km/h e collegano le principali città cinesi. Dal momento che i biglietti per questi treni sono i più costosi, di solito non è un problema procurarseli, anche se è meglio acquistarli almeno una settimana prima, soprattutto se vuoi viaggiare sulle linee che contano il maggior numero di passeggeri (Pechino-Shanghai-Guangzhou).
- I treni di classe D (动车, dongche): Questi treni sono più lenti dei precedenti perché effettuano più fermate e, di conseguenza, raggiungono “solo” i 250 Km/h. I biglietti sono un po' più economici di quelli di classe G e, dal momento che effettuano fermate in molte più città, vengono venduti con maggiore rapidità.
- I treni di classe C (城际高铁, chengjigaotie): Questi treni percorrono solo le brevi distanze tra i vicini centri urbani, cosa che non permette loro di raggiungere velocità elevate.

Per quanto riguarda i posti, puoi scegliere tra (dal meno costoso al più costoso):

- Posti di Seconda Classe (二等座, erdengzuo): Questi posti sono i più economici e anche i più consigliati. Sono molto simili alla classe economica di un aereo. Ci sono cinque posti per fila.

- Posti di Prima Classe (一等座, yidengzuo): Questi posti sono più spaziosi (ce ne sono quattro per fila) e più comodi, ma sono tra il 20% ed il 40% più cari.
- Posti di Business Class (商务座, shangwuzuo): Non sono disponibili su tutti i treni ed il loro prezzo è pari quasi al doppio del costo dei biglietti di prima classe. Questi posti sono simili a quelli della business class di un aereo e ce ne sono tre per fila.

## **Treni convenzionali**

I treni convenzionali hanno il grande vantaggio di raggiungere quasi ogni angolo della Cina e sono molto meno costosi dei treni ad alta velocità. Le classi di posti a sedere per questi treni, dalla meno costosa alla più costosa, sono:

- Sedile rigido (硬座, yingzuo): Più è lungo il tuo viaggio, più dovrai correre veloce per cercare di aggiudicarti un posto a sedere appena apre il check in. In ogni caso, ci riuscirai raramente e dovrai spesso passare il tuo viaggio sul corridoio, tentando di dormire tra i contadini che fumano e sputano dappertutto, studenti che giocano a carte e bambini che piangono e ti guardano come se fossi appena sbarcato da Plutone. Il momento peggiore coincide con il passaggio della ragazza che vende cibo, bevande, riviste o qualsiasi altra cosa le passi per la testa: devi svegliarti, alzarti e lasciarla passare mentre tenta di triturtarti le tibie sotto il suo carrellino. Anche quando riesci a sederti, di solito perdi il posto appena ti alzi per andare in bagno.
- Sedile morbido (软座, ruanzuo): Questa volta hai il posto numerato, ma preparati comunque a nuotare tra la gente ogni volta che vai in bagno visto che i corridoi saranno intasati da chi un posto non ce l'ha.
- Brandina rigida (硬卧, yingwo): Devi dividere la cabina con altre cinque persone, hai diritto a un letto tutto tuo e i bagni sono abbastanza puliti visto che in ogni carrozza ci sono “solo” centoventi persone. Secondo me questi sono i biglietti con il miglior rapporto qualità/prezzo.

- Brandina morbida (软卧, ruanwo): Devi dividere la cabina con altre tre persone, il letto è più soffice e spazioso che nel caso della “brandina rigida.” Il problema è che i biglietti sono molto più cari.

Per darti un’idea, se oggi comprassi un biglietto Shanghai-Guilin (1600 km in circa 20 ore) i prezzi sarebbero i seguenti: 192 Yuan per un sedile rigido, 351 Yuan per una brandina rigida e 537 Yuan per una brandina morbida.

## **Come ritirare i biglietti alla stazione ferroviaria**

Se hai prenotato il biglietto del treno online, dovrai andare alla stazione ferroviaria per ritirarlo. Per farlo, avrai bisogno del numero di prenotazione e dovrai mostrare il tuo passaporto. Di seguito sono riportati alcuni suggerimenti per ritirare i biglietti:

- In molte stazioni la fila può essere piuttosto lunga, perciò vacci presto.
- Di solito i biglietti possono essere ritirati presso uno qualsiasi degli sportelli di vendita, anche se alcune stazioni potrebbero avere uno sportello dedicato alla consegna dei biglietti (Ritiro biglietti, 取票窗口 o 取票专口).
- Se hai prenotato i biglietti per viaggi multipli, puoi ritirarli tutti insieme (questa è l’opzione migliore). Tuttavia, eventuali biglietti che non prevedono che la stazione dove ti trovi sia l’effettivo punto di partenza prevedono una piccola commissione di 5 Yuan a biglietto.

## **Qualche consiglio finale**

- Per acquistare un biglietto in stazione o in una biglietteria ti serve il passaporto. Inoltre, se acquistassi il biglietto online, dovresti comunque fornire una copia scannerizzata del tuo passaporto. Il corollario è che, per viaggiare in treno, dovrai portarti dietro il passaporto in quanto è possibile che controllino se il numero stampato sul biglietto è lo stesso di quello sul tuo passaporto.

- Conserva il biglietto sino all'uscita della stazione d'arrivo perché spesso controllano all'uscita.
- Sul treno non mancano mai i distributori di acqua calda gratuita quindi un termos ti può fare comodo.
- I treni a lunga percorrenza hanno una cabina ristorante ma di solito è sovraffollata, cara (per gli standard cinesi) e il cibo non è un granché (per gli standard italiani). Puoi anche comprare un vassoio (riso, verdura e un po' di carne) dagli inservienti che vanno avanti e indietro per le cabine verso mezzo giorno e le sette di sera. In ogni caso per i viaggi lunghi è sempre meglio comprare qualcosa prima della partenza. Di solito è abbastanza agevole visto che le stazioni dei treni cinesi assomigliano a un supermercato.
- Colazione e pranzo sono i momenti più pericolosi – specialmente se stai dormendo sul corridoio – perché i cinesi tendono ad aggirarsi per il corridoio con un barattolo di spaghetti istantanei pieno d'acqua bollente.

# Viaggiare in autobus, metropolitana o taxi

## Autobus a lunga percorrenza

A volte gli autobus a lunga percorrenza (spesso notturni) sono l'opzione migliore (o l'unica disponibile).

Se hai intenzione di viaggiare in una regione remota – ad esempio i Monti Altai in nord Xinjiang, il Lago Lugu in nord Yunnan, Xishuangbanna in sud Yunnan o quasi tutte le sezioni della muraglia cinese – l'autobus è l'unica opzione. Ti basta recarti in stazione e comprare un biglietto (di solito è possibile farlo anche con qualche giorno di anticipo). Ricorda di portarti dietro il passaporto perché potrebbe servirti.

Come discusso nel capitolo precedente, anche se la città dove intendi recarti possiede una stazione ferroviaria questo non significa che troverai un biglietto di treno, specialmente durante le vacanze. Inoltre, in alcune situazioni l'autobus è addirittura più veloce del treno.

Ecco un esempio: se atterri all'aeroporto di Pudong (Shanghai) e la tua destinazione finale è Hangzhou (una città a duecento chilometri di distanza da Shanghai), hai due opzioni: primo, prendere l'autobus che parte dall'aeroporto di Pudong e ti lascia direttamente al centro di Hangzhou (ci mette tre ore). Secondo, prendere la linea due della metro da Pudong sino alla stazione dei treni di Hongqiao (che si trova all'estremo opposto di Shanghai) e poi un treno veloce sino ad Hangzhou. In questo caso ci vorranno circa cinque ore, ammesso e non concesso che tu riesca a trovare posto sul primo treno in partenza.

## La metropolitana in Cina

Tutte le principali città cinesi possiedono un sistema metropolitano moderno (la rete metropolitana di Shanghai è la più estesa del pianeta). Inoltre i biglietti sono abbastanza economici, a partire da 2-3 Yuan. Il più caro che mi è capitato di acquistare è stato a Shenzhen (dall'aeroporto al confine con Hong Kong), dove ho pagato 9 Yuan.

Considera però che si tratta di circa due ore di corsa. Per tragitti più brevi il prezzo è di 3 Yuan anche a Shenzhen.

In generale la metro resta in servizio dalle 5-6 del mattino sino alle 11-12 di notte. Ti consiglio comunque di consultare gli orari (li trovi tutti su Wikipedia). Ecco le mappe della metro di [Shanghai](#) e [Pechino](#).

## Taxi in Cina

I taxi cinesi sono economici, sicuri, e si trovano praticamente ovunque. L'unico problema è che nessun tassista conosce una parola di inglese. Scriviti sempre l'indirizzo della tua destinazione in caratteri cinesi e mostralo all'autista.

Un'altra maniera per essere sicuri di arrivare a destinazione è quella di segnarti il numero di telefono del posto dove vuoi andare (un hotel o un ristorante, ad esempio). Appena sali sul taxi chiama il numero e passa il telefono al tassista. Lui capirà le tue intenzioni e chi risponderà all'altro capo della linea gli spiegherà come arrivare sul posto. Questa tattica è particolarmente utile a Pechino, una città talmente grande che si perdono anche i tassisti.

Non accettare, per nessun motivo, di salire su una macchina che non abbia le insegne del taxi e il tassametro. Si tratta di un "black cab," ovvero un taxi abusivo, e finirai per perdere un sacco di tempo e pagare una quantità ridicola di Yuan.

La maggior parte dei tassisti cinesi è onesta: faranno sempre partire il tassametro (non come a Bangkok, dove ogni volta è una guerra psicologica tra te e il tassista) e ti porteranno a destinazione seguendo la via più corta possibile. E' però possibile, soprattutto in aeroporto o nei pressi delle zone turistiche, imbattersi in tassisti tutt'altro che onesti.

Ecco alcune delle storie che mi è capitato di sentire:

- Tassisti che scappano con le valigie che hai lasciato nel bagagliaio appena scendi dal taxi. Ecco perché non pago mai prima di aver scaricato i bagagli.
- Tassisti che tentano di cambiare la banconota da 100 Yuan con cui stai pagando con una banconota falsa per poi protestare e farsi dare un'altra banconota.
- Tassisti che scelgono un itinerario più lungo del necessario.

Una maniera efficace per prevenire le frodi perpetrate dai tassisti è quella di mostrarli di non essere un turista. Questo scopo si può raggiungere con alcune semplici parole al momento in cui si sale sul taxi. Basta infatti salutare il tassista con:

*“Nihao shifu, wo qu XXX”* (significa “Ciao tassista, vado a XXX”) per poi indicare l'incrocio in cui si intende essere portati (i tassisti cinesi preferiscono gli incroci perché non conoscono i numeri civici) o mostrargli un foglio con su scritto l'indirizzo.

Lo so che sembra un po' semplicistico. La realtà è che questa tattica funziona perché tanti stranieri che vivono in Cina, soprattutto a Pechino e Shanghai, non parlano cinese e non conoscono la parola “shifu,” che letteralmente significa “maestro” ma nel cinese di tutti i giorni rappresenta una maniera educata per rivolgersi ad autisti ed altri lavoratori.

# Prenotare una stanza di hotel in Cina

Prima di proseguire, nota che gli hotel cinesi devono registrare tutti i loro clienti presso la stazione di polizia. Perciò, dovrai sempre consegnare il passaporto quando arriverai in hotel.

Inoltre, in Cina, non tutti gli hotel hanno la licenza per alloggiare gli stranieri. Quelli più a rischio sono quelli più economici. E' per questo motivo che ti consiglio di prenotare in anticipo, evitando di dover provare diversi alberghi prima di trovare quello dove poter alloggiare.

## Quale portale online devi utilizzare per prenotare un hotel in Cina?

Ci sono vari portali online per prenotare gli hotel, ma, a nostro avviso, per la Cina i tre migliori sono [Agoda](#), [Booking](#) e [cTrip](#).

### Perché non dovresti usare altri siti web comparativi?

La ragione è che, benché Booking e Agoda siano presenti nella maggior parte dei siti web comparativi, come ad esempio Trivago, entrambi propongono offerte esclusive per chi prenota direttamente sul loro sito.

### Agoda

[Agoda](#) è uno dei migliori portali per l'Asia, sia per il numero di alberghi che per i prezzi.

**Pro:** Solitamente Agoda è il portale che propone le migliori offerte disponibili negli hotel asiatici. Inoltre, la sua rete di hotel in Cina è decisamente superiore ai più noti portali internazionali quali Booking.



**Contro:** La copertura di Agoda per alcune parti della Cina è ancora scarsa (ma se pensi di recarti in una grossa città o in una destinazione turistica non dovresti avere alcun problema).

## **Booking**

[Booking](#) è una delle piattaforme maggiormente utilizzate per prenotare hotel in tutto il mondo.

**Pro:** Booking offre una buona selezione di hotel, propone offerte interessanti ed è una delle piattaforme più conosciute al mondo.

**Contro:** La sua selezione di hotel in Cina è decisamente ridotta rispetto ad Agoda e cTrip.

## **cTrip**

[cTrip](#) è una delle principali agenzie di viaggio in Cina ed una delle poche agenzie cinesi che dispone di un buon sito web in lingua inglese (ed in altre lingue) che consente pagamenti con carte di credito non cinesi (ad esempio VISA o MasterCard).

**Pro:** cTrip offre una copertura alberghiera decisamente buona in tutto il Paese.

**Contro:** Molti degli hotel presenti sul sito non hanno i permessi necessari per ospitare stranieri e mancano alcuni degli hotel internazionali.

## **Confronto tra le diverse piattaforme**

### **Numero di hotel**

Se consultiamo [il sito di Agoda](#), notiamo che in Shanghai ci sono circa 2,878 possibili alberghi, su [Booking](#) ce ne sono circa 1,847 e, in ultimo, [su cTrip](#) ve ne sono circa 3,348.

Se prendiamo Pechino come esempio, Agoda offre 3,033 hotel, Booking 1,901 e cTrip 3,958.

In conclusione, mentre Agoda e Booking offrono un buon assortimento di hotel nelle grandi città, cTrip è l'unico portale che offre un discreto assortimento nelle città di secondo e terzo livello che hanno poco turismo. Tuttavia, tieni presente che cTrip comprende numerosi hotel dove gli stranieri non possono soggiornare, ed è per questo che c'è questa grande differenza di numeri.

## Tariffe

Ecco un confronto dei prezzi in USD (Dollari Americani) dei miei tre alberghi preferiti a Pechino (per tre notti a partire dal 1 agosto). Si tratta di un hotel economico (Peking International Youth Hostel), un hotel di fascia media (Beijing Double Happiness Courtyard Hotel) ed uno di fascia alta (The Peninsula Beijing).

- **Peking International Youth Hostel:** Un letto in una camerata costa 18 USD a notte su [Agoda](#), 21.6 USD a notte su [Booking](#) e su cTrip non è quotato.
- **Beijing Double Happiness Courtyard Hotel:** Il prezzo per una camera doppia più o meno lo stesso su Agoda, Booking e cTrip: su [Agoda](#) costa 111 USD a notte, su [Booking](#) 111.2 USD a notte e su cTrip 112 USD a notte.
- **The Peninsula Beijing:** Il prezzo per una camera doppia su [Agoda](#) è di 277 USD a notte, su [Booking](#) è di 312 USD a notte e su cTrip è di 396 USD a notte.

Come vedi, di solito Agoda è il più economico (anche se a volte i prezzi sono molto simili).

## Che tipo di hotel dovrei scegliere?

Se non parli il cinese, ti suggerisco di prenotare una camera in un hotel di almeno tre stelle, oppure in un ostello internazionale.

In quelle strutture di solito trovi almeno una persona alla reception che parla inglese. La situazione è diversa negli hotel cinesi economici (e non così economici) dove spesso nessuno parla inglese.

Un altro fatto importante da tenere a mente è che, se non parli il cinese, organizzare una gita da solo (per esempio, una visita [alla Grande Muraglia](#) se sei a Pechino, oppure una visita alla Foresta di Pietra se sei a Kunming) può risultare difficile. Gli hotel di una certa categoria ti aiuteranno ad organizzare l'escursione. D'altra parte, gli ostelli internazionali offrono solitamente delle escursioni economiche di un giorno (o gite anche più lunghe) verso tutte le maggiori destinazioni turistiche.

## Connessione Internet

Mentre gli hotel a quattro o più stelle offrono normalmente un servizio internet soddisfacente, gli hotel economici, in generale, non offrono la connessione internet (o ne offrono una pessima). Sebbene gli ostelli internazionali tendano ad offrire la connessione internet, alle volte è così lenta da essere inutile.

Un altro problema è che molti siti web come Google, Facebook, Twitter e YouTube sono bloccati in Cina. L'unico modo per accedervi è quello di utilizzare un [servizio di VPN a pagamento](#).

Se per te internet è importante, ti consiglio di leggere le recensioni su Agoda o Booking prima di fare una prenotazione, scoprire se la connessione internet funziona bene e se l'hotel offre l'accesso gratuito ad una rete VPN (alcuni ostelli internazionali ce l'hanno per fare felici i patiti di Facebook).

## **Dove prenotare il tuo hotel**

Le città cinesi possono essere enormi. Non sto parlando solo di Pechino e Shanghai, ma mi riferisco anche alle “piccole” città come Hangzhou, Tianjin, Suzhou, Kunming, Chengdu e Guangzhou, che contano tra i cinque ed i dieci milioni di abitanti.

Anche se in Cina i taxi sono piuttosto convenienti, ti suggerisco di cercare un hotel in centro o, almeno, vicino ad una stazione della metropolitana (in Cina quasi tutte le grandi città hanno una rete metropolitana efficiente).

## **Gli hotel cinesi sono sicuri?**

Come già detto, la Cina è di gran lunga il paese più sicuro che abbia mai visitato (ed ho viaggiato molto). Perciò non mi sento di consigliarti particolari precauzioni.

## **Che hotel scegliere?**

[Clicca qui](#) per leggere le nostre recensioni dei migliori hotel cinese delle città principali.

# Indirizzi Utili

## Ambasciata Italiana a Pechino

Indirizzo: San Li Tun, 2 Dong Er Jie

Telefono: 0086 10 8532 7600

E-mail: [ambasciata.pechino@esteri.it](mailto:ambasciata.pechino@esteri.it)

Sito web: <http://www.ambpechino.esteri.it>

Recapito telefonico di emergenza: 0086 139 0103 2957

## Consolato Italiano a Shanghai

Indirizzo: Changle Road 989, The Center, 19imo piano, stanza 7/11.

Telefono: 0086 21 5407 5588

E-mail: [info.shanghai@esteri.it](mailto:info.shanghai@esteri.it)

Sito web: <http://www.consshanghai.esteri.it>

## Consolato Italiano a Guangzhou (Canton)

Indirizzo: Huaxia Road 8, International Finance Place (IFP), Stanza 1403, Pearl River New City

Telefono: 0086 20 3839 6225

E-mail: [consolato.canton@esteri.it](mailto:consolato.canton@esteri.it)

Sito web: <http://www.conscanton.esteri.it>

## Consolato Italiano a Hong Kong

Indirizzo: Harbour Road 18, Central Plaza, 32imo piano, Suite 3201, Wanchai

Telefono: 00852 2522 0033

E-mail: [consolato.hongkong@esteri.it](mailto:consolato.hongkong@esteri.it)

Sito web: <http://www.conshongkong.esteri.it>

# Internet e telefonia

In Cina avere accesso a una connessione internet decente è un'impresa. Per lo più avrai a che fare con connessioni che non ti permetteranno neanche di fare una chiamata su Skype. Inoltre, come già detto, molti siti web sono bloccati.

Puoi ancora accederci ma ti serve una VPN a pagamento. [Clicca qui per leggere le recensioni di quelle che consigliamo al momento.](#)

Il tuo telefono italiano dovrebbe funzionare senza problemi in Cina (a meno che non risalga al secolo scorso). Il problema è che se utilizzi una scheda telefonica italiana spenderai una marea di soldi. La soluzione più pratica è quella di comprare una sim card cinese.

La puoi trovare in qualsiasi edicola che esponga l'insegna "[China Mobile](#)" (中国移动通信 in mandarino). Se però vuoi avere anche l'accesso a internet dovrai recarti in un negozio China Mobile (che trovi un po' dappertutto). China Telecom e China Unicom sono le altre due opzioni più comuni. In ogni caso ricordati di portare il passaporto perché dovrai registrare la scheda a tuo nome.

Non dimenticarti di disdire l'abbonamento dati prima di lasciare la Cina o, se dovessi tornare in Cina in futuro, potresti scoprire che hanno continuato ad addebitarti il canone mensile per mesi (o anni).

I prezzi degli abbonamenti internet variano dai 50 ai 200 Yuan. Se hai intenzione di utilizzare la connessione solo per controllare Whatsapp, l'email o le prime pagine dei quotidiani, allora un abbonamento da 50 Yuan al mese sarà sufficiente. Tieni comunque

presente che, anche sottoscrivendo un abbonamento più caro, la connessione risulterà abbastanza lenta e non ti permetterà di fare grandi cose.

La procedura per comprare una sim card è abbastanza semplice e se carichi 100 Yuan potrai comunicare per un mese senza problemi (a meno che non inizi a chiamare all'estero).

Se vuoi avere la possibilità di chiamare all'estero devi comunque caricare almeno 300 Yuan sulla scheda.

# Valuta, bancomat e carte di credito

Anche se la valuta cinese si chiama *Renminbi* (RMB, letteralmente “la moneta del popolo”) non sentirai mai nessuno dire: “Costa 100 RMB.”

L’unità monetaria del RMB è infatti lo *Yuan* (元), suddiviso in *Jiao* (0.1 Yuan) e *Fen* (0.01 Yuan). In situazioni informali i cinesi tendono però a utilizzare il termine *kuai* (块) anziché “Yuan,” che letteralmente significa “pezzo.”

Mentre scrivo questa guida 10 Yuan valgono circa 1.29 Euro. Per conoscere il tasso di cambio tra Yuan e Euro in tempo reale puoi utilizzare un [convertitore di valuta](#).

Per quanto riguarda i tagli, troverai monete da 0.1, 0.5 e 1 Yuan e banconote da 0.1, 0.5, 1, 5, 10, 20, 50 e 100 Yuan. Questo significa che la banconota che vale di più ha un valore corrispondente a circa 14 Euro.

Personalmente non ho mai avuto problemi a ritirare soldi da un bancomat cinese utilizzando la mia MasterCard o VISA europea. Inoltre in Cina ci sono bancomat praticamente a ogni angolo.

Ricordati solo di verificare che sullo sportello bancomat che scegli ci sia il simbolo VISA o MasterCard. Se utilizzi lo sportello di una delle banche principali (Bank of China, China Construction Bank, Industrial and Commercial Bank of China o Agricultural Bank of China) non dovresti avere nessun problema.

Dopo avere inserito la carta di credito nello sportello bancomat assicurati di premere il tasto “English” o dovrai gestire la transazione in caratteri cinesi.



I centri commerciali, i ristoranti e bar di un certo livello di solito accettano carte di credito. Ma non pretendere di pagare con la carta in una taverna!

Prima di partire, ti consiglio di avvisare la tua banca che stai andando in Cina. A volte i servizi di sicurezza delle compagnie di carte di credito sono un po' troppo zelanti e se notano movimenti sospetti (ad esempio un prelievo bancomat in Italia di lunedì e un altro prelievo in Cina di martedì) non si fanno troppi scrupoli a bloccarti la carta di credito.

# Cosa portare?

A parte le medicine, di cui abbiamo già discusso, ti consiglio solo di portarti un adattatore elettrico universale visto che in Cina non si sa mai con che tipo di prese elettriche si avrà a che fare (di solito hanno anche quelle italiane ma non puoi esserne certo).

Se ti piace leggere portati qualche libro o comprati un Amazon Kindle perché trovare un libro in inglese in Cina è un'impresa quasi impossibile (Hong Kong fa eccezione). Chiaramente se decidi di visitare Pechino a gennaio farà un freddo boia quindi metti in valigia vestiti invernali. Al contrario, se la tua meta è l'isola di Hainan non ne avrai proprio bisogno (ma ricordati il costume).

[Clicca qui per leggere la lista completa](#) delle cose che metto nello zaino quando viaggio in Asia (e alcuni consigli pratici su come impacchettare i tuoi averi per viaggiare in maniera comoda).

# Quando viaggiare in Cina?

Come ho già ripetuto anche troppe volte, la Cina è un continente. La stagione migliore in cui viaggiare dipende quindi dai posti che intendi visitare. Ecco alcuni criteri generali:

- Stai pianificando di spostarti all'interno del paese evita le [vacanze cinesi](#) come lo Spring Festival (l'anno nuovo cinese) o le vacanze di ottobre. La Cina ha più di un miliardo di abitanti (il numero esatto non lo sa nessuno) e nei periodi che ho citato sono tutti in viaggio, sia che si tratti di turisti allo sbaraglio o di emigrati che tornano al villaggio natale per le vacanze. Credimi quando ti dico che entrare in una stazione dei treni cinese prima dello Spring Festival non è affatto divertente.
- In estate fa caldo un po' dappertutto. L'eccezione è la [provincia dello Yunnan](#), dove ti accoglierà una perenne primavera (20-25 gradi). Inoltre la costa del sud est (da Shanghai a Hong Kong) è affetta dai tifoni che, anche quando non sono pericolosi, rischiano di rovinarti la vacanza.
- La primavera cinese non è esattamente il massimo. Si tratta della stagione delle piogge – stiamo parlando di intere settimane di acquazzoni – e Pechino si becca pure le tempeste di sabbia dal deserto!
- L'inverno nel nord della Cina non perdona (anche -40 gradi). A Shanghai invece la temperatura arriva a zero gradi e può persino nevicare una o due volte, ma non è così terribile. L'inverno è la stagione adatta per visitare il sud, dove troverai un clima mite.
- L'autunno presenta un clima secco e temperato; è quindi la stagione migliore per visitare la Cina.

# Buonsenso e questioni culturali

- Se ci tieni alla tua macchina fotografica o al tuo cellulare, evita di fotografare la polizia o le forze armate (soprattutto in Tibet e in Xinjiang). A parte farti un cazzettone in cinese, potrebbero infatti sequestrarti lo strumento incriminato.
- Non discutere con i cinesi. Non funziona, soprattutto se hai ragione. L'unico risultato che si ottiene a far perdere la faccia a un cinese è quello di farlo intestardire ancor di più. Sii paziente e sorridi. Alla fine in Cina una soluzione si trova sempre. Basta aspettare.
- Come già discusso, i taxi cinesi sono economici, sicuri, e si trovano praticamente ovunque. L'unico problema è che nessun tassista sa una parola di inglese. Scriviti sempre l'indirizzo della tua destinazione in caratteri cinesi e mostralo all'autista.
- Un'altra maniera per essere sicuri di arrivare a destinazione è quella di segnarti il numero di telefono del posto dove vuoi andare (un hotel o un ristorante, ad esempio). Appena sali sul taxi chiama il numero e passa il telefono al tassista. Lui capirà le tue intenzioni e chi risponderà all'altro capo della linea gli spiegherà come arrivare sul posto. Questa tattica è particolarmente utile a Pechino.
- Una maniera alternativa per muoversi in città è quella di utilizzare il sistema metropolitano. Le metropolitane cinesi sono economiche, pulite, sicure e ben sviluppate. Inoltre le biglietterie automatiche hanno le istruzioni anche in inglese e sono molto intuitive. Cliccando sui link seguenti troverai le mappe interattive delle metropolitane di [Beijing](#), [Shanghai](#), [Guangzhou](#) e [Hong Kong](#).

- Il traffico cinese è il peggiore che mi sia capitato di sperimentare (eccezion fatta per il Vietnam che fa storia a sé). Stai attento quando attraversi la strada! Il primo periodo io aspettavo che attraversasse un cinese per utilizzarlo come scudo umano contro le macchine, i camion, i carretti e i famigerati scooter elettrici silenziosi (per cui non serve alcuna patente).
- Non sorprenderti se un cinese ti sputa sui piedi, ti indica ed esclama “*kankan laowai*” (“guarda, uno straniero;” succede spesso quando si viaggia in zone non troppo battute dai diavoli bianchi), ti urla un insulto mentre tenta di metterti sotto il suo scooter elettrico, ti spinge mentre cerca di entrare nel vagone della metro, ti “ruba” il taxi che avevi appena fermato (un classico quando piove) o ti fuma in faccia. Se non pensi di poter sopportare questo tipo di atteggiamenti allora fatti un bel viaggio in Svizzera.
- Allo stesso tempo, non sorprenderti se un cinese ti sorride, inizia a parlare con te mentre aspetti il treno o t’insegue per restituirti il portafoglio che hai appena perso. La maggior parte dei cinesi è estremamente onesta e amichevole.

# Cibo e bevande

- Non bere l'acqua del rubinetto. Non hai gli anticorpi adatti per sopravvivere alla famigerata acqua cinese. Non dico che potresti morire ma poi non lamentarti se ti viene la dissenteria.
- Mangia il cibo di strada a tuo rischio e pericolo. Se sei già stato in Asia in passato probabilmente non avrai problemi. Se invece sei alla tua prima esperienza a est di Mosca, come per l'acqua del rubinetto anche il cibo di strada potrebbe essere foriero di qualche "sorpresa." Poi un'intossicazione alimentare può capitare anche a dei veterani come me. Se vuoi farti una risata, leggi [Come farsi avvelenare e morire asfissati in Xinjiang](#).
- In Cina nessuno lascia la mancia, quindi non sentirti obbligato a farlo. Qua non siamo a San Francisco.
- La cucina cinese è estremamente variegata. Il bello è che non devi spingerti sino allo Sichuan o al Gansu per scoprire il cibo locale: le grandi città dell'est come Beijing, Shanghai o Guangzhou sono infatti le mete preferite dei migranti che dall'ovest si spostano verso la costa in cerca di fortuna.
- Visita uno dei link seguenti per scoprire i miei piatti cinesi preferiti e come trovarli: [cibo dallo Xinjiang](#), una delle province musulmane della Cina, [cibo dal Dongbei](#), il nord est della Cina, [malatang](#) di Chongqing.

# Negoziare al mercato

Non pretendere di presentarti in un centro commerciale di Shanghai e di metterti a mercanteggiare su una borsetta D&G solo perché sei in Cina.

Se invece vuoi fare acquisti in strada o in un “fake market” come lo Ya Show o il Silk Market di Pechino, allora non solo negoziare è conveniente, ma quasi obbligatorio. Il motivo è che i prezzi inizialmente richiesti in questi posti sono estremamente gonfiati. L'idea è che un fesso che ci casca si trova sempre. Ma in effetti è possibile negoziare. Una volta sono andato alla Ya Show di Pechino e ho chiesto il prezzo per una valigia. La commessa non ha fatto una piega e mi ha detto:

“1,000 Yuan.”

Io le ho riso in faccia e le ho detto che non poteva fregarmi perché vivevo a Pechino (se non parli cinese questa è la tattica migliore, se invece sei in grado di dialogare in cinese non hai bisogno di tali “sottigliezze”).

Alla fine ho comprato la valigia per 150 Yuan, ovvero il 15% del prezzo originale. Non essere timido e non aver paura di negoziare. In effetti se non tiri sul prezzo i commessi ti prenderanno per stupido!

# Itinerari turistici

In questo capitolo troverai una collezione di itinerari turistici. Nota che la Cina è estremamente vasta e diversa, quindi pretendere di visitarla tutta in poche settimane non ha senso.

Ecco perché abbiamo diviso gli itinerari in tre sezioni principali, in modo da accontentare sia chi pianifica un viaggio di 6-8 giorni, sia chi pensa di restarci 12-15 giorni o, perché no, 18-21 giorni.

Per ogni sezione, abbiamo inoltre specificato se si tratta di un itinerario “storico” (ovvero mirato più che altro a visitare località che hanno un interesse soprattutto archeologico, come ad esempio Xi’an), “naturalistico” (ovvero pensato per chi vuole stare a contatto con la natura, come ad esempio Jiuzhaigou), o “contemporaneo” (ovvero mirato a visitare realtà moderne come Shenzhen o festival ricorrenti, come ad esempio il Festival delle Sculture di Ghiaccio e Neve di Harbin).

Inoltre, per ogni itinerario abbiamo anche aggiunto una valutazione sulla difficoltà dovuta agli spostamenti necessari per completarlo e sul periodo migliore per visitare ogni zona o provincia.



## Itinerari (lista completa)

Clicca su uno dei link della prima riga della tabella qui in basso per visionare direttamente gli itinerari della durata che più t'interessa:

<a href="#">Itinerari da 6-8 giorni</a>	<a href="#">Itinerari da 12-15 giorni</a>	<a href="#">Itinerari da 18-21 giorni</a>
Pechino	Pechino - Luoyang - Dengfeng - Xi'An - Shanghai	Pechino - Luoyang - Dengfeng - Xi'An - Shanghai - Xiamen - Shenzhen - Hong Kong - Macao
Pechino - Xi'An	Pechino - Pingyao - Datong - Xi'An - Guilin - Yangshuo	La Via della Seta: Pechino - Xi'An - Dunhuang - Urumqi - Kashgar
Tibet: Lasa - Lago Namtso - Shigatse	Pechino - Xi'An - Chengdu - Chongqing - Crociera sullo Yangtze - Yichang	Qualsiasi altra combinazione di tre itinerari da 6-8 giorni o di un itinerario da 6-8 giorni e un itinerario da 12-15 giorni
Yunnan: Kunming - Dali - Lijiang - Shangri-La	Pechino - Zhangjiajie - Fenghuang - Guilin - Yangshuo	
Shanghai - Suzhou - Nanjing - Hangzhou	Pechino - Tianjin - Qingdao - Monte Tai - Qufu	
Hong Kong - Macao - Shenzhen	Tibet: Lasa - Lago Namtso - Shigatse - Campo Base Everest - Kathmandu	
Guangxi: Guilin - Yangshuo - Longsheng	Xinjiang: Urumqi - Kashgar - Tashkurgan - Kanas	
Sichuan: Chengdu - Emei Shan - Leshan	Kunming - Dali - Lijiang - Lago Lugu - Emei Shan - Leshan - Chengdu	

Sichuan: Chengdu - Jiuzhaigou - Huanglong	Qualsiasi altra combinazione di due itinerari da 6-8 giorni	
Henan: Luoyang - Tempio Shaolin - Xi'An		
Hunan e Guangxi: Zhangjiajie - Fenghuang - Guilin - Yangshuo		

## Itinerari da 6-8 giorni

Nota che, anche se la maggior parte degli itinerari presentati in questa sezione possono essere completati in circa 6 giorni, se sei una di quelle persone cui piace prendersi uno-due pomeriggi liberi semplicemente per perdersi in una città o stare seduto a osservare la gente che passa (uno dei miei hobby preferiti), allora ti consigliamo di mettere in conto almeno 8 giorni.

### Pechino - Scopri il fascino della Cina imperiale

- **Tipo di itinerario:** Storico.
- **Difficoltà dovuta agli spostamenti:** Molto limitata, visto che potete atterrare direttamente in città, spostarvi per lo più in metropolitana e uscire dalla città solo per visitare la [Grande Muraglia Cinese](#).
- **Periodo migliore per viaggiare:** Il periodo migliore è l'autunno, quando il clima è secco e temperato. Detto ciò, è possibile visitare Pechino in qualsiasi periodo dell'anno.
- **Hotel consigliati:** [Clicca qui](#) per leggere le nostre recensioni sui migliori hotel di lusso ed economici a Pechino.
- **Tour operator:** Se sei interessato a un tour organizzato, sia di gruppo che privato, [clicca qui](#) per saperne di più ed ottenere un preventivo gratuito.

- **Itinerario:**
- **Giorno 1:** Arrivo a Pechino e visita al Palazzo d'Estate e alla zona universitaria di Haidian;
- **Giorno 2:** Visita alle Tombe Ming e alla [Grande Muraglia di Mutianyu](#), oppure alla [Grande Muraglia "selvaggia" di Gubeikou](#);
- **Giorno 3:** Visita al Tempio del Cielo e alla zona commerciale di Wangfujing;
- **Giorno 4:** Visita a Piazza Tian'An Men, alla Città Proibita e alla Collina di Carbone;
- **Giorno 5:** Visita al Tempio dei Lama, al Tempio di Confucio, alla Torre della Campana, alla Torre del Tamburo, al quartiere di Gulou e ai pochi Hutong rimasti in città;
- **Giorno 6:** Passeggiata nel quartiere internazionale di Sanlitun e Dongzhimen.
- **Altre attrazioni che potrebbero interessarti:** Mercato della Seta a Guomao, Strada degli Artigiani (Liu Li Chang), Opera di Pechino, Stadio Olimpico, zona commerciale di Xidan, Parco Beihai, Lago Houhai, Lago Xihai, Zoo di Pechino.
- **Visite fuori città:** Se hai voglia di spostarti dalla città per 1/2 giorni, ti consigliamo [una visita giornaliera a Tianjin](#), 2 giorni di Trekking sulla [Grande Muraglia da Simatai a Jinshanling](#), oppure una visita, sempre di 2 giorni, al [Festival delle Sculture di Ghiaccio e Neve di Harbin](#) (che però è aperto solo in inverno avanzato).

## **Pechino-Xi'An - Alla scoperta dell'antica Cina**

- **Tipo di itinerario:** Storico.
- **Difficoltà dovuta agli spostamenti:** Media, se decidi di prendere il treno notturno Pechino-Xi'An; limitata se decidi di prendere il volo diretto.

- **Periodo migliore per viaggiare:** Il periodo migliore è l'autunno, che è secco e temperato; è comunque possibile visitare le due città in qualsiasi periodo dell'anno.
- **Hotel consigliati:** Clicca sui link in basso per leggere le nostre recensioni sui [migliori hotel di lusso ed economici a Pechino](#) e [Xi'An](#).
- **Tour operator:** Se sei interessato a un tour organizzato, sia di gruppo che privato, [clicca qui](#) per saperne di più ed ottenere un preventivo gratuito.
- **Itinerario:**
  - Giorno 1: Arrivo a Pechino e visita al Palazzo d'Estate e alla zona universitaria di Haidian;
  - Giorno 2: Visita alle Tombe Ming e alla [Grande Muraglia di Mutianyu](#), oppure alla [Grande Muraglia "selvaggia" di Gubeikou](#);
  - Giorno 3: Visita al Tempio del Cielo e alla zona commerciale di Wangfujing;
  - Giorno 4: Visita a Piazza Tian'An Men, alla Città Proibita e alla Collina di Carbone; treno notturno Pechino-Xi'An;
  - Giorno 5: Visita al sito archeologico dei [Guerrieri di Terracotta](#) e al centro città di Xi'An (quartiere musulmano e antiche mura cittadine);
  - Giorno 6: Escursione al [Monte Hua](#);
  - Giorno 7: Ritorno a Pechino con il treno veloce e visita al quartiere di Gulou.

## **Tibet: Lasa-Lago Namtso-Shigatse - Visita il tetto del mondo**

- **Tipo di itinerario:** Storico/Naturalistico.
- **Difficoltà dovuta agli spostamenti:** Elevata. A parte dover raggiungere il Tibet (che si trova a 45 ore di treno o 4 ore di aereo da Pechino), a meno di [non restare a Lasa](#) sarai costretto a passare lunghe ore in autobus, con in più i problemi dovuti all'altitudine. [Clicca qui](#) per leggere la nostra guida ai viaggi in Tibet.

- **Periodo migliore per viaggiare:** Il periodo migliore per visitare il Tibet è l'autunno, quando il clima è secco e relativamente mite. Evita l'inverno, quando tanti passi sono chiusi a causa della neve. Assicurati inoltre che il Tibet sia aperto ai turisti stranieri nel periodo che intendi viaggiare, visto che spesso la Provincia viene chiusa ai turisti.
- **Hotel consigliati:** Dovrò occuparsene il tour operator al quale ti appoggerai (vedi in basso).
- **Tour operator:** Per visitare il Tibet, è obbligatorio essere accompagnati da una guida turistica autorizzata. [Clicca qui](#) per saperne di più ed ottenere un preventivo gratuito.
- **Itinerario:**
- **Giorno 1 e 2:** Treno Pechino-Lasa. Se hai tempo, ti consigliamo di arrivare in Tibet in treno. Non solo perché si tratta di un'esperienza unica, ma anche perché in questo modo il tuo corpo potrà abituarsi gradualmente al cambio di altitudine. Se hai solo sei giorni, allora è meglio arrivare in aereo: sarebbe un peccato viaggiare in Tibet per restarci solo 4 giorni!
- **Giorno 3:** Visita al Palazzo del Potala, al Tempio Jokhang Temple, Barkhor Street e al centro storico di Lasa;
- **Giorno 4:** Visita al [Lago Namtso](#);
- **Giorno 5:** Visita al [Lago Yamdrok, al Ghiacciaio Kharola, e alla città di Shigatse](#) (con pernottamento a Shigatse);
- **Giorno 6:** Visita al Monastero di Tashilhunpo (nei pressi di Shigatse) e al Monastero di Palcho, situato nella città di Gyantse, ovvero sulla via del ritorno verso Lasa.
- **Giorno 7:** Visita ai Monasteri di Drepung e Sera, nei pressi di Lasa.

## Yunnan: Kunming-Dali-Lijiang-Shangri-La - La Cina multietnica ai piedi dell'Himalaya

- **Tipo di itinerario:** Naturalistico.
- **Difficoltà dovuta agli spostamenti:** Media; una volta arrivati a Kunming, dove atterrano voli provenienti da tutte le principali città cinesi, le altre città sono tutte ben collegate sia da treni (esclusa la Foresta di Pietra e Shangri-La) che da autobus. Vista la popolarità di Lijiang tra i turisti cinese, spesso trovare i biglietti di treno è complicato e dovrai accontentarti dell'autobus.
- **Periodo migliore per viaggiare:** Nonostante [non sia una provincia estremamente vasta](#), il clima in Yunnan varia dal sub-tropicale della zona meridionale a quello alpino della zona di Shangri-La. A mio parere non esiste un periodo migliore di altri per visitarlo; ovviamente a patto di non andarci durante le vacanze cinesi, quando la Provincia viene invasa da turisti cinesi.
- **Hotel consigliati:** Clicca sui link in basso per leggere le nostre recensioni sui migliori hotel di lusso ed economici a [Kunming](#), [Dali](#) e [Lijiang](#).
- **Tour operator:** Se sei interessato a un tour organizzato, sia di gruppo che privato, [clicca qui](#) per saperne di più ed ottenere un preventivo gratuito.
  
- **Itinerario:**
- **Giorno 1:** Arrivo a Kunming e visita alla città;
- **Giorno 2:** Sveglia molto presto per visitare la [Foresta di Pietra](#) prima che arrivino le frotte di turisti cinesi; autobus per Dali;
- **Giorno 3:** Visita alla Città Vecchia di Dali;
- **Giorno 4:** Escursione al [Monte Cang](#) (ci si arriva a piedi dalla Città Vecchia di Dali), e autobus per Lijiang;
- **Giorno 5:** Visita alla Città Vecchia di Lijiang, e autobus per Shangri-La;
- **Giorno 6:** Visita al villaggio di Shangri-La e al Monastero Tibetano di Songzanlin, nei pressi di Shangri-La (anche se Shangri-La geograficamente si trova in

Yunnan, la popolazione locale è di etnia tibetana e il monastero non ha niente da invidiare a quelli che si trovano geograficamente in Tibet);

- **Giorno 7:** Ritorno a Kunming.
- **Trekking consigliati:** Escursione di 2 giorni alla [Gola del Salto della Tigre](#), che si trova tra Lijiang e Shangri-La.

## **Shanghai-Suzhou-Nanjing-Hangzhou - Le Città sul Delta del Fiume Giallo**

- **Tipo di itinerario:** Storico/Contemporaneo
- **Difficoltà dovuta agli spostamenti:** Bassa; visto che le quattro città sono collegate da treni veloci.
- **Periodo migliore per viaggiare:** Come spesso accade in Cina, il periodo migliore è l'autunno, ovvero la stagione secca e temperata. Detto questo, la zona può essere visitata in qualsiasi periodo dell'anno.
- **Hotel consigliati:** Clicca nei link in basso per leggere le nostre recensioni sui migliori hotel di lusso ed economici a [Shanghai](#), [Hangzhou](#), [Suzhou](#) e [Nanjing](#).
- **Tour operator:** Se sei interessato a un tour organizzato, sia di gruppo che privato, [clicca qui](#) per saperne di più ed ottenere un preventivo gratuito.
- **Itinerario:**
  - **Giorno 1:** Arrivo a Shanghai; visita ai Giardini Yuyuan, al Museo di Shanghai, al Bund, e a Nanjing Road;
  - **Giorno 2:** Visita all'Oriental Pearl TV Tower e al distretto finanziario di Lujiazui (dove si trovano tutti i maggiori grattacieli di Shanghai);
  - **Giorno 3:** Arrivo a Suzhou e visita della città; con pernottamento in loco;
  - **Giorno 4:** Arrivo a [Nanjing e visita della città](#), con pernottamento in loco;
  - **Giorno 5:** Visita a Nanjing (mattina) e treno Nanjing-Hangzhou nel tardo pomeriggio;

- Giorno 6: Arrivo ad Hangzhou e visita della città (il [Lago dell'Ovest](#) è da non perdere!);
- Giorno 7: Ritorno a Shanghai; visita della Vecchia Concessione Francese.
- **Trekking consigliato:** Escursione di 2 giorni alla [Montagna Gialla](#) (o Huang Shan).

## Hong Kong-Macao-Shenzhen - La Cina Moderna e coloniale

- **Tipo di itinerario:** Contemporaneo, visto che Hong Kong e Macao sono due città relativamente “moderne” (se comparate a città come Pechino o Nanjing), mentre Shenzhen sino a poche decadi fa non era altro che un villaggio di pescatori.
- **Difficoltà dovuta agli spostamenti:** Limitata; Hong Kong e Shenzhen sono collegate dalla metropolitana, mentre per raggiungere Macao basta prendere il traghetto da Hong Kong (la traversata dura circa un'ora).
- **Periodo migliore per viaggiare:** La stagione migliore per visitare la Provincia del Guangdong e le città di Hong Kong e Macao è l'inverno, quando non c'è troppo caldo (ci sono circa 15-20 gradi) e le precipitazioni sono molto limitate.
- **Hotel consigliati:** Clicca sui link in basso per leggere le nostre recensioni sui migliori hotel di lusso ed economici a [Hong Kong](#), [Macao](#) e [Shenzhen](#).
- **Tour operator:** Se sei interessato a un tour organizzato, sia di gruppo che privato, [clicca qui](#) per saperne di più ed ottenere un preventivo gratuito.
- **Itinerario:**
  - Giorno 1: Arrivo a Hong Kong, [visita a Central, a Causeway Bay e al Victoria Peak](#);
  - Giorno 2: Visita all'Isola di Landau (ovvero al Buddha Gigante e al [villaggio di Tai-O](#)); cena a Lan Kwai Fong (LKF);



- **Giorno 3:** Visita alla penisola di Kowloon; non perderti lo spettacolo gratuito “A Symphony of Lights” nella Avenue of Stars, che ha luogo ogni giorno verso le 8 di sera;
- **Giorno 4:** Visita [giornaliera a Macao](#) (puoi prendere il Ferry dall’Isola di Hong Kong);
- **Giorno 5:** Arrivo a Shenzhen; [visita al Distretto di Nanshan](#);
- **Giorno 6:** Visita ai Distretti di Futian e Luohu, sempre a Shenzhen;
- **Giorno 7:** Ritorno a Hong Kong.

## **Guangxi: Guilin-Yangshuo-Longsheng - Le colline carsiche sulle sponde del Fiume Li**

- **Tipo di itinerario:** Naturalistico.
- **Difficoltà dovuta agli spostamenti:** Limitata, visto che quasi tutti gli hotel possono aiutarti ad organizzare gli spostamenti in autobus o battello.
- **Periodo migliore per viaggiare:** Il periodo migliore è maggio, se vuoi vedere le risaie di Longsheng appena irrigate. Detto questo, è possibile visitare Guilin e il resto della Provincia del Guangxi in qualsiasi periodo dell’anno.
- **Hotel consigliati:** Clicca sui link in basso per leggere le nostre recensioni sui migliori hotel di lusso ed economici a [Guilin](#), [Longsheng](#) e [Yangshou](#).
- **Tour operator:** Se sei interessato a un tour organizzato, sia di gruppo che privato, [clicca qui](#) per saperne di più ed ottenere un preventivo gratuito.
- **Itinerario:**
  - **Giorno 1:** Arrivo a Guilin e visita della città;
  - **Giorno 2:** [Crociera sul Fiume Li e arrivo a Yangshuo](#); visita del centro città;
  - **Giorno 3:** [Gita sul Fiume Yulong e ritorno in bici](#); spettacolo della pesca con il cormorano;
  - **Giorno 4:** Trasferimento a Longsheng (in autobus) e [visita delle risaie a terrazza](#);

- **Giorno 5:** Ritorno a Guilin e visita della “Reed Flute Cave” e “Elephant Trunk Hill”.

## **Sichuan: Chengdu-Emei Shan-Leshan - Visita il cuore dello Sichuan**

- **Tipo di itinerario:** Storico/Naturalistico.
- **Difficoltà dovuta agli spostamenti:** Limitata, visto che tutte le località possono essere raggiunte facilmente in autobus da Chengdu.
- **Periodo migliore per viaggiare:** L'estate è piuttosto afosa mentre l'inverno è freddo, quindi i periodi migliori sono la primavera e l'autunno.
- **Hotel consigliati:** [Clicca qui](#) per leggere le nostre recensioni sui migliori hotel di lusso ed economici a Chengdu.
- **Tour operator:** Se sei interessato a un tour organizzato, sia di gruppo che privato, [clicca qui](#) per saperne di più ed ottenere un preventivo gratuito.
  
- **Itinerario:**
  - **Giorno 1:** Arrivo a Chengdu e visita del centro città;
  - **Giorno 2:** Visita al [Chengdu Panda Research Base of Giant Panda Breeding](#) e arrivo al Monte Emei, o Emei Shan, in autobus;
  - **Giorno 3:** [Scalata dell'Emei Shan](#) con pernottamento in uno dei tanti monasteri che si trovano lungo il percorso;
  - **Giorno 4:** Arrivo in cima all'Emei Shan e discesa (in autobus); arrivo a Leshan, in autobus;
  - **Giorno 5:** Visita al [Buddha Gigante di Leshan](#) e al Parco circostante;
  - **Giorno 6:** Ritorno a Chengdu.

## Sichuan: Chengdu-Jiuzhaigou-Huanglong - I parchi più spettacolari della Cina

- **Tipo di itinerario:** Naturalistico
- **Difficoltà dovuta agli spostamenti:** Media, visto che nella zona di Jiuzhaigou non esistono, o quasi, trasporti pubblici (motivo per cui è molto più semplice visitare questa zona della Cina con un tour organizzato).
- **Periodo migliore per viaggiare:** L'autunno, quando non fa troppo freddo e le foglie degli alberi assumono colori mozzafiato. Detto questo, lo Sichuan può essere visitato durante qualsiasi periodo dell'anno (ma l'inverno a Jiuzhaigou è molto rigido).
- **Hotel consigliati:** [Clicca qui](#) per leggere le nostre recensioni sui migliori hotel di lusso ed economici a Chengdu.
- **Tour operator:** Se sei interessato a un tour organizzato, sia di gruppo che privato, [clicca qui](#) per saperne di più ed ottenere un preventivo gratuito.
  
- **Itinerario:**
  - Giorno 1: Arrivo a Chengdu e visita del centro città;
  - Giorno 2: Visita del [Chengdu Panda Research Base of Giant Panda Breeding](#) e arrivo a Jiuzhaigou (in autobus o aereo);
  - Giorni 3-4: Visita al [Parco Nazionale di Jiuzhaigou](#) (passarci una sola giornata è un peccato);
  - Giorno 5: Visita al Parco Nazionale di Huanglong;
  - Giorni 6: Ritorno a Chengdu o, direttamente, a Pechino dall'Aeroporto di Huanglong.
  
- **Trekking consigliato:** Escursione a cavallo di 2 giorni a Sonpang, nei pressi di Jiuzhaigou.

## Henan: Luoyang-Tempio Shaolin-Xi'An - Visita alla patria del Kung Fu

- **Tipo di itinerario:** Storico.
- **Difficoltà dovuta agli spostamenti:** Media, visto che, a meno di non viaggiare con un tour organizzato, dovrai spostarti in treno e/o autobus in una provincia, l'Henan, dove la lingua inglese non è molto diffusa.
- **Periodo migliore per viaggiare:** Il periodo migliore è l'autunno, come nella maggior parte della Cina.
- **Hotel consigliati:** [Clicca qui](#) per leggere la nostra guida sulla provincia dell'Henan, dove indichiamo alcuni hotel per tutte le località di interesse turistico; e [qui per leggere](#) le recensioni dei migliori hotel di Xi'An.
- **Tour operator:** Se sei interessato a un tour organizzato, sia di gruppo che privato, [clicca qui](#) per saperne di più ed ottenere un preventivo gratuito.
  
- **Itinerario:**
- **Giorno 1:** Arrivo a Luoyang (in aereo o treno veloce da Pechino) e visita alle Grotte di Longmen;
- **Giorno 2:** Visita al Tempio di Baima e al Museo di Luoyang;
- **Giorno 3:** Arrivo a Dengfeng, [visita al Tempio Shaolin](#) e al Parco Nazionale del Monte Song;
- **Giorno 4:** Ritorno a Luoyang, e spostamento a Xi'An con il treno veloce; visita al Quartiere Musulmano di Xi'An;
- **Giorno 5:** Visita al sito archeologico dei [Guerrieri di Terracotta](#) e alle antiche mura cittadine di Xi'An;
- **Giorno 6:** Escursione al [Monte Hua](#).
  
- **Attività consigliata:** [Lezioni di Kung Fu](#) a Dengfeng.

## Hunan e Guangxi: Zhangjiajie-Fenghuang-Guilin-Yangshuo

- **Tipo di itinerario:** Naturalistico
- **Difficoltà dovuta agli spostamenti:** Media, visto che dovrai sempre prendere un autobus o un treno per raggiungere le varie località.
- **Periodo migliore per viaggiare:** l'autunno, come nella maggior parte del Paese.
- **Hotel consigliati:** [Clicca qui](#) per leggere la nostra guida agli hotel in Cina.
- **Tour operator:** Se sei interessato a un tour organizzato, sia di gruppo che privato, [clicca qui](#) per saperne di più ed ottenere un preventivo gratuito.
  
- **Itinerario:**
  - Giorni 1 e 2: Arrivo a Zhangjiajie in aereo o treno veloce e visita del Zhangjiajie National Forest Park (sarebbe un peccato passarci solo una giornata);
  - Giorno 3: Escursione alla Monte Tianmen, nei pressi di Zhangjiajie;
  - Giorni 4 e 5: Visita alla città di Fenghuang; treno o autobus per Guilin;
  - Giorno 6: [Crociera sul Fiume Li e arrivo a Yangshuo](#); visita del centro città;
  - Giorno 7: [Gita sul Fiume Yulong e ritorno in bici](#); spettacolo della pesca con il cormorano.
  
- **Trekking consigliato:** Escursione di 1 o 2 giorni alle [risaie a terrazza di Longsheng](#).

## Itinerari da 12-15 giorni

In questa sezione illustrerò diversi itinerari adatti a viaggi di circa due settimane.

Ovviamente, puoi creare un itinerario differente semplicemente combinando due degli itinerari da circa una settimana che ho illustrato nella sezione precedente.

## Pechino-Luoyang-Dengfeng-Xi'An-Shanghai

- **Tipo di itinerario:** Storico/Contemporaneo.

- **Difficoltà dovuta agli spostamenti:** Media, visto che, a meno di non viaggiare con un tour organizzato, dovrai spostarti in treno e/o autobus attraverso l'Henan, ovvero la provincia di Luoyang e Dengfeng, dove la lingua inglese non è molto diffusa.
- **Periodo migliore per viaggiare:** l'autunno, quando il clima è secco e temperato. Detto ciò, quest'itinerario può essere percorso in qualunque stagione.
- **Hotel consigliati:** Clicca sui link in basso per leggere le nostre recensioni sui migliori hotel di lusso ed economici a [Pechino](#), [Xi'An](#) e [Shanghai](#).
- **Tour operator:** Se sei interessato a un tour organizzato, sia di gruppo che privato, [clicca qui](#) per saperne di più ed ottenere un preventivo gratuito.
- **Itinerario:**
  - Giorno 1: Arrivo a Pechino e visita al Palazzo d'Estate e alla zona universitaria di Haidian;
  - Giorno 2: Visita alle Tombe Ming e alla [Grande Muraglia di Mutianyu](#), oppure alla [Grande Muraglia "selvaggia" di Gubeikou](#);
  - Giorno 3: Visita al Tempio del Cielo e alla zona commerciale di Wangfujing;
  - Giorno 4: Visita a Piazza Tian'An Men, alla Città Proibita e alla Collina di Carbone;
  - Giorno 5: Visita al Tempio dei Lama, al Tempio di Confucio, alla Torre della Campana, alla Torre del Tamburo, al quartiere di Gulou e ai pochi Hutong rimasti in città;
  - Giorno 6: Passeggiata nel quartiere internazionale di Sanlitun e Dongzhimen; arrivo a Luoyang (in aereo o treno veloce);
  - Giorno 7: Visita alle Grotte di Longmen, visita al Tempio di Baima e al Museo di Luoyang;
  - Giorno 8: Arrivo a Dengfeng, [visita al Tempio Shaolin](#) e al Parco Nazionale del Monte Song;

- **Giorno 9:** Ritorno a Luoyang, e spostamento a Xi'An con il treno veloce; visita al Quartiere Musulmano di Xi'An;
- **Giorno 10:** Visita al sito archeologico dei [Guerrieri di Terracotta](#) e alle antiche mura cittadine di Xi'An;
- **Giorno 11:** Escursione al [Monte Hua](#);
- **Giorno 12:** Arrivo a Shanghai (in treno); visita ai Giardini Yuyuan, al Museo di Shanghai, al Bund, e a Nanjing Road;
- **Giorno 13:** Visita all'Oriental Pearl TV Tower e al distretto finanziario di Lujiazui (dove si trovano tutti i maggiori grattacieli di Shanghai);
- **Giorno 14:** Visita della Vecchia Concessione Francese.

## **Pechino-Pingyao-Datong-Xi'An-Guilin-Yangshuo**

- **Tipo di itinerario:** Storico/Naturalistico.
- **Difficoltà dovuta agli spostamenti:** Media, se viaggi in treno, visto che dovrai attraversare mezza Cina! Limitata se decidi di spostarti per lo più in aereo.
- **Periodo migliore per viaggiare:** La stagione migliore è l'autunno, quando il clima è secco e temperato. Puoi però visitare le località elencate in qualsiasi periodo dell'anno.
- **Hotel consigliati:** Clicca sui link in basso per leggere le nostre recensioni sui migliori hotel di lusso ed economici a [Pechino](#), [Datong](#), [Pyngyao](#), [Xi'An](#), [Guilin](#) e [Yangshuo](#).
- **Tour operator:** Se sei interessato a un tour organizzato, sia di gruppo che privato, [clicca qui](#) per saperne di più ed ottenere un preventivo gratuito.
- **Itinerario:**
- **Giorno 1:** Arrivo a Pechino e visita al Palazzo d'Estate e alla zona universitaria di Haidian;

- Giorno 2: Visita alle Tombe Ming e alla [Grande Muraglia di Mutianyu](#), oppure alla [Grande Muraglia “selvaggia” di Gubeikou](#);
- Giorno 3: Visita al Tempio del Cielo e alla zona commerciale di Wangfujing;
- Giorno 4: Visita a Piazza Tian’An Men, alla Città Proibita e alla Collina di Carbone;
- Giorno 5: Visita al Tempio dei Lama, al Tempio di Confucio, alla Torre della Campana, alla Torre del Tamburo, al quartiere di Gulou e ai pochi Hutong rimasti in città;
- Giorno 6: Passeggiata nel quartiere internazionale di Sanlitun e Dongzhimen; arrivo a Datong (in aereo o treno veloce);
- Giorno 7: Visita [alle Grotte Yungang e ai Templi Sospesi di Datong](#);
- Giorno 8: Arrivo a Pingyao (in treno); visita alle mura della Città Vecchia, visita alle residenze delle famiglie Wang e Qiao;
- Giorno 9: Arrivo a Xi’An (in treno) e visita al centro città di Xi’An (quartiere musulmano e antiche mura cittadine);
- Giorno 10: Visita al sito archeologico dei [Guerrieri di Terracotta](#); arrivo a Guilin (in aereo);
- Giorno 11: [Crociera sul Fiume Li e arrivo a Yangshuo](#); visita del centro città;
- Giorno 12: [Gita sul Fiume Yulong e ritorno in bici](#); spettacolo della pesca con il cormorano.
- **Trekking consigliati:** [Escursione al Monte Hua](#) (nei pressi di Xi’An) e/o alle [risaie a terrazza di Longsheng](#), nei pressi di Guilin.

## **Pechino-Xi’An-Chengdu-Chongqing-Crociera sullo Yangtze-Yichang**

- **Tipo di itinerario:** Storico/Naturalistico.
- **Difficoltà dovuta agli spostamenti:** Media, se viaggi in treno, visto che dovrai attraversare mezza Cina! Limitata se decidi di spostarti per lo più in aereo.



- **Periodo migliore per viaggiare:** La stagione migliore è l'autunno, quando il clima è secco e temperato. Puoi però visitare le località elencate in qualsiasi periodo dell'anno.
- **Hotel consigliati:** Clicca sui link in basso per leggere le nostre recensioni sui migliori hotel di lusso ed economici a [Pechino](#), [Xi'An](#) e [Chengdu](#).
- **Tour operator:** Se sei interessato a un tour organizzato, sia di gruppo che privato, [clicca qui](#) per saperne di più ed ottenere un preventivo gratuito.
- **Itinerario:**
  - Giorno 1: Arrivo a Pechino e visita al Palazzo d'Estate e alla zona universitaria di Haidian;
  - Giorno 2: Visita alle Tombe Ming e alla [Grande Muraglia di Mutianyu](#), oppure alla [Grande Muraglia "selvaggia" di Gubeikou](#);
  - Giorno 3: Visita al Tempio del Cielo e alla zona commerciale di Wangfujing;
  - Giorno 4: Visita a Piazza Tian'An Men, alla Città Proibita e alla Collina di Carbone;
  - Giorno 5: Visita al Tempio dei Lama, al Tempio di Confucio, alla Torre della Campana, alla Torre del Tamburo, al quartiere di Gulou e ai pochi Hutong rimasti in città;
  - Giorno 6: Passeggiata nel quartiere internazionale di Sanlitun e Dongzhimen; arrivo a Xi'An (in aereo o treno);
  - Giorno 7: Visita al sito archeologico dei [Guerrieri di Terracotta](#);
  - Giorno 8: Visita al centro città di Xi'An (quartiere musulmano e antiche mura cittadine); arrivo a Chengdu (in treno o aereo);
  - Giorno 9: Visita al [Chengdu Panda Research Base of Giant Panda Breeding](#) e al centro città;
  - Giorno 10: Arrivo a Chongqing e partenza in Crociera lungo lo Yangtze (o Fiume Azzurro);
  - Giorno 11: Crociera sullo Yangtze;

- **Giorno 12:** Arrivo, sempre in crociera, a Yichang, dove si trova la Diga delle Tre Gole ([Three Gorges Dam](#)).

## **Pechino-Zhangjiajie-Fenghuang-Guilin-Yangshuo**

- **Tipo di itinerario:** Storico/Naturalistico.
- **Difficoltà dovuta agli spostamenti:** Media, visto che dovrai attraversare mezza Cina e, soprattutto nella zona di Zhangjiajie e Guilin, dovrai sempre muoverti in treno, autobus o battello.
- **Periodo migliore per viaggiare:** La stagione migliore è l'autunno, quando il clima è secco e temperato. Puoi però visitare le località elencate in qualsiasi periodo dell'anno.
- **Hotel consigliati:** Clicca sui link in basso per leggere le nostre recensioni sui migliori hotel di lusso ed economici a [Pechino](#), [Guilin](#) e [Yangshuo](#).
- **Tour operator:** Se sei interessato a un tour organizzato, sia di gruppo che privato, [clicca qui](#) per saperne di più ed ottenere un preventivo gratuito.
- **Itinerario:**
  - **Giorno 1:** Arrivo a Pechino e visita al Palazzo d'Estate e alla zona universitaria di Haidian;
  - **Giorno 2:** Visita alle Tombe Ming e alla [Grande Muraglia di Mutianyu](#), oppure alla [Grande Muraglia "selvaggia" di Gubeikou](#);
  - **Giorno 3:** Visita al Tempio del Cielo e alla zona commerciale di Wangfujing;
  - **Giorno 4:** Visita a Piazza Tian'An Men, alla Città Proibita e alla Collina di Carbone;
  - **Giorno 5:** Visita al Tempio dei Lama, al Tempio di Confucio, alla Torre della Campana, alla Torre del Tamburo, al quartiere di Gulou e ai pochi Hutong rimasti in città;

- Giorno 6: Passeggiata nel quartiere internazionale di Sanlitun e Dongzhimen; arrivo a Zhangjiajie (in aereo o treno veloce);
- Giorni 7 e 8: Visita del Zhangjiajie National Forest Park (sarebbe un peccato passarci solo una giornata);
- Giorno 9: Escursione alla Monte Tianmen, nei pressi di Zhangjiajie;
- Giorni 10 e 11: Visita alla città di Fenghuang; treno o autobus per Guilin;
- Giorno 12: [Crociera sul Fiume Li e arrivo a Yangshuo](#); visita del centro città;
- Giorno 13: [Gita sul Fiume Yulong e ritorno in bici](#); spettacolo della pesca con il cormorano.
- **Trekking consigliato:** Escursione di 1 o 2 giorni alle [risaie a terrazza di Longsheng](#).

## **Pechino-Tianjin-Qingdao-Monte Tai-Qufu**

- **Tipo di itinerario:** Storico/Naturalistico.
- **Difficoltà dovuta agli spostamenti:** Media, visto che nella provincia dello Shandong (ovvero la seconda parte del viaggio), dovrai sempre muoverti in treno o autobus.
- **Periodo migliore per viaggiare:** La stagione migliore è l'autunno, quando il clima è secco e temperato. Puoi però visitare le località elencate in qualsiasi periodo dell'anno.
- **Hotel consigliati:** Clicca sui link in basso per leggere le nostre recensioni sui migliori hotel di lusso ed economici a [Pechino](#), [Tianjin](#) e [Qingdao](#).
- **Tour operator:** Se sei interessato a un tour organizzato, sia di gruppo che privato, [clicca qui](#) per saperne di più ed ottenere un preventivo gratuito.
- **Itinerario:**

- Giorno 1: Arrivo a Pechino e visita al Palazzo d’Estate e alla zona universitaria di Haidian;
- Giorno 2: Visita alle Tombe Ming e alla [Grande Muraglia di Mutianyu](#), oppure alla [Grande Muraglia “selvaggia” di Gubeikou](#);
- Giorno 3: Visita al Tempio del Cielo e alla zona commerciale di Wangfujing;
- Giorno 4: Visita a Piazza Tian’An Men, alla Città Proibita e alla Collina di Carbone;
- Giorno 5: Visita al Tempio dei Lama, al Tempio di Confucio, alla Torre della Campana, alla Torre del Tamburo, al quartiere di Gulou e ai pochi Hutong rimasti in città;
- Giorno 6: Passeggiata nel quartiere internazionale di Sanlitun e Dongzhimen; arrivo a Tianjin (in treno veloce);
- Giorno 7: [Visita al centro città di Tianjin](#);
- Giorni 8-9: Arrivo a Qingdao (in treno) e [visita della città](#);
- Giorno 10: Arrivo alle pendici del Monte Tai (o Taishan, in treno), scalata del Monte Tai e pernottamento in cima;
- Giorno 11: Discesa dal Monte Tai e arrivo a Qufu, la città natale di Confucio;
- Giorno 12: Visita al Confucius Family Mansion.
- **Attività consigliata:** Festival della Birra a Qingdao, se ci vai ad agosto.

## **Tibet: Lasa-Lago Namtso-Shigatse-Campo Base Everest-Kathmandu**

- **Tipo di itinerario:** Storico/Naturalistico.
- **Difficoltà dovuta agli spostamenti:** Elevata. A parte dover raggiungere il Tibet (che si trova a 45 ore di treno o 4 ore di aereo da Pechino), a meno di [non restare a Lasa](#) sarai costretto a passare lunghe ore in autobus, con in più i problemi dovuti all’altitudine. [Clicca qui](#) per leggere la nostra guida ai viaggi in

Tibet. Nota che, oltre al visto cinese e al Tibet Permit, se intendi arrivare a Kathmandu ti servirà anche il [visto nepalese](#).

- **Periodo migliore per viaggiare:** Il periodo migliore per visitare il Tibet è l'autunno, quando il clima è secco e relativamente mite. Evita l'inverno, quando tanti passi sono chiusi a causa della neve. Assicurati inoltre che il Tibet sia aperto ai turisti stranieri nel periodo che intendi viaggiare, visto che spesso la Provincia viene chiusa ai turisti.
- **Hotel consigliati:** Dovrò occuparsene il tour operator al quale ti appoggerai (vedi in basso).
- **Tour operator:** Per visitare il Tibet, è obbligatorio essere accompagnati da una guida turistica autorizzata. [Clicca qui](#) per saperne di più ed ottenere un preventivo gratuito.
  
- **Itinerario:**
- **Giorno 1 e 2:** Treno Pechino-Lasa. Se hai tempo, ti consigliamo di arrivare in Tibet in treno. Non solo perché si tratta di un'esperienza unica, ma anche perché in questo modo il tuo corpo potrà abituarsi gradualmente al cambio di altitudine.
- **Giorno 3:** Visita al Palazzo del Potala, al Tempio Jokhang Temple, Barkhor Street e al centro storico di Lasa;
- **Giorno 4:** Visita al [Lago Namtso](#);
- **Giorno 5:** Visita ai Monasteri di Drepung e Sera, nei pressi di Lasa;
- **Giorno 6:** Visita al [Lago Yamdrok, al Ghiacciaio Kharola, e al Monastero di Palcho, situato nella città di Gyantsee](#); arrivo a Shigatse e pernottamento in loco;
- **Giorno 7:** Visita al Monastero di Tashilhunpo (nei pressi di Shigatse), visita al Monastero di Sakya, arrivo a Lhatse e pernottamento in loco;
- **Giorno 8:** Arrivo a Rongbuk e visita del Monastero più "elevato", in termini di altitudine, del Tibet. [Trekking al Campo Base Everest](#) (circa 6 Km e due ore di cammino); pernottamento a Rongbuk, in tenda;

- **Giorno 9:** Dopo aver ammirato l'alba nei pressi del Campo Base, spostamento a Zhangmu via Old Tingri e Nyalam; pernottamento in loco;
- **Giorno 10:** Arrivo a Kodari, dove è situata la frontiera tra Tibet e Nepal; passaggio della frontiera e arrivo a Kathmandu; pernottamento in loco;
- **Giorni 11 e 12:** Visita a Kathmandu, in Nepal.

## **Xinjiang: Urumqi-Kashgar-Tashkurgan-Kanas**

- **Tipo di itinerario:** Storico/Naturalistico.
- **Difficoltà dovuta agli spostamenti:** Elevata, se ci si sposta in treno e/o autobus, visto che lo Xinjiang è la provincia più vasta della Cina. Media, se si prende l'aereo per gli spostamenti più impegnativi, visto che comunque alcune località possono essere raggiunte solo con un autobus o, nel caso del Karakorum, addirittura solo con una vettura privata con autista (vedi i dettagli nell'itinerario).
- **Periodo migliore per viaggiare:** La stagione migliore è l'autunno, quando il clima è secco e temperato e, inoltre, quando potrai assaporare la frutta di stagione (uva, fichi, meloni e altro). L'inverno è sconsigliato visto che alcune parti dell'itinerario potrebbero essere non percorribili a causa della neve.
- **Hotel consigliati:** Clicca sul link in basso per leggere le nostre recensioni sui migliori hotel di lusso ed economici a [Urumqi e Kashgar](#).
- **Tour operator:** Se sei interessato a un tour organizzato, sia di gruppo che privato, [clicca qui](#) per saperne di più ed ottenere un preventivo gratuito.
- **Itinerario:**
  - **Giorno 1:** Arrivo a Urumqi, la capitale della provincia, in aereo; spostamento a Kashgar in treno notturno (circa 20 ore di viaggio) o in aereo;
  - **Giorno 2:** Visita alla Moschea di Id Kah e [alla Città Vecchia di Kashgar](#);

- Giorno 3: Visita alla tomba di Abakh Khoja e al [mercato notturno di Jie Fang Bei Road](#);
- Giorno 4: Visita al [Deserto di Da Wa Kun](#) (con annessa cavalcata in cammello) in autobus;
- Giorni 5 e 6: [Escursione Kashgar-Tashkurgan lungo la Karakorum Highway](#), la strada internazionale asfaltata più elevata del mondo – in termini di altitudine – che connette Pakistan e Cina. Nota che non esistono autobus di linea; ti raccomando di chiedere aiuto in hotel per affittare un'auto privata con autista (costo: circa 1,500 Yuan);
- Giorno 7: Ritorno a Urumqi e autobus notturno sino a Burjin, una città che si trova ai piedi dei Monti Altai, a nord di Urumqi;
- Giorni 8 e 9: Autobus per Hemu, visita del villaggio (in stile “cowboy”) e delle bellissime colline circostanti; pernottamento in loco;
- Giorno 10 e 11: Autobus per il Complesso Turistico di Kanas e visita del parco;
- Giorno 12: Ritorno a Urumqi.
  
- **Trekking e attività consigliate:** Escursione al Lago Tianchi, a 110 Km da Urumqi; visita al [mercato dell'allevamento di Kashgar](#) (aperto solo la domenica); escursione da Hemu a Kanas, nei Monti Altai.

### **Kunming-Dali-Lijiang-Lago Lugu-Emei Shan-Leshan-Chengdu**

- **Tipo di itinerario:** Naturalistico.
- **Difficoltà dovuta agli spostamenti:** Media; una volta arrivati a Kunming, dove atterrano voli provenienti da tutte le principali città cinesi, le altre città sono tutte ben tramite treno o autobus di linea. Vista la popolarità di Lijiang tra i turisti cinese, spesso trovare i biglietti di treno in Yunnan è complicato e dovrai accontentarti dell'autobus.
- **Periodo migliore per viaggiare:** Nonostante [non sia una provincia estremamente vasta](#), il clima in Yunnan varia dal sub-tropicale della zona

meridionale a quello alpino della zona di Shangri-La. A mio parere non esiste un periodo migliore di altri per visitarlo; ovviamente a patto di non andarci durante le vacanze cinesi, quando la Provincia viene invasa da turisti cinesi. Per quanto riguarda lo Sichuan, ovvero la seconda parte del viaggio, il periodo migliore è senza'altro l'autunno.

- **Hotel consigliati:** Clicca sui link in basso per leggere le nostre recensioni sui migliori hotel di lusso ed economici a [Kunming](#), [Dali](#), [Lijiang](#) e [Chengdu](#).
- **Tour operator:** Se sei interessato a un tour organizzato, sia di gruppo che privato, [clicca qui](#) per saperne di più ed ottenere un preventivo gratuito.
  
- **Itinerario:**
  - Giorno 1: Arrivo a Kunming e visita alla città;
  - Giorno 2: Sveglia molto presto per visitare la [Foresta di Pietra](#) prima che arrivino le frotte di turisti cinesi; autobus per Dali;
  - Giorno 3: Visita alla Città Vecchia di Dali;
  - Giorno 4: Escursione al [Monte Cang](#) (ci si arriva a piedi dalla Città Vecchia di Dali), e autobus per Lijiang;
  - Giorno 5: Visita alla Città Vecchia di Lijiang; pernottamento in loco;
  - Giorni 6-7: [Autobus per il Lago Lugu](#), patria della [tribù quasi matriarcale dei Mosuo](#); visita delle [varie località nei pressi del Lago](#); pernottamento al Villaggio di Lige;
  - Giorno 8: Autobus dal Lago Lugu a Xichang; treno notturno da Xichang all'Emei Shan;
  - Giorno 9: [Scalata dell'Emei Shan](#) con pernottamento in uno dei tanti monasteri che si trovano lungo il percorso;
  - Giorno 10: Arrivo in cima all'Emei Shan e discesa (in autobus); arrivo a Leshan, in autobus;
  - Giorno 11: Visita al [Buddha Gigante di Leshan](#) e al Parco circostante; autobus per Chengdu;



- **Giorno 12:** Visita al [Chengdu Panda Research Base of Giant Panda Breeding](#) e al centro città di Chengdu.
- **Trekking consigliati:** Escursione di 2 giorni alla [Gola del Salto della Tigre](#).

## Itinerari da 18-21 giorni

In questa sezione illustrerò alcuni itinerari adatti a viaggi di circa tre settimane.

Ovviamente, puoi creare un itinerario differente semplicemente combinando gli itinerari da una e due settimane descritti nelle sezioni precedenti.

### **Pechino-Luoyang-Dengfeng-Xi'An-Shanghai-Xiamen-Shenzhen-Hong Kong-Macau**

- **Tipo di itinerario:** Storico/Contemporaneo.
- **Difficoltà dovuta agli spostamenti:** Media, visto che, a meno di non viaggiare con un tour organizzato, dovrai spostarti in treno e/o autobus attraverso l'Henan, ovvero la provincia di Luoyang e Dengfeng, dove la lingua inglese non è molto diffusa.
- **Periodo migliore per viaggiare:** l'autunno, quando il clima è secco e temperato. Detto ciò, quest'itinerario può essere percorso in qualunque stagione.
- **Hotel consigliati:** Clicca sui link in basso per leggere le nostre recensioni sui migliori hotel di lusso ed economici a [Pechino](#), [Xi'An](#) e [Shanghai](#), [Xiamen](#), [Shenzhen](#), [Hong Kong](#) e [Macao](#).
- **Tour operator:** Se sei interessato a un tour organizzato, sia di gruppo che privato, [clicca qui](#) per saperne di più ed ottenere un preventivo gratuito.
- **Itinerario:**
  - **Giorno 1:** Arrivo a Pechino e visita al Palazzo d'Estate e alla zona universitaria di Haidian;

- Giorno 2: Visita alle Tombe Ming e alla [Grande Muraglia di Mutianyu](#), oppure alla [Grande Muraglia “selvaggia” di Gubeikou](#);
- Giorno 3: Visita al Tempio del Cielo e alla zona commerciale di Wangfujing;
- Giorno 4: Visita a Piazza Tian’An Men, alla Città Proibita e alla Collina di Carbone;
- Giorno 5: Visita al Tempio dei Lama, al Tempio di Confucio, alla Torre della Campana, alla Torre del Tamburo, al quartiere di Gulou e ai pochi Hutong rimasti in città;
- Giorno 6: Passeggiata nel quartiere internazionale di Sanlitun e Dongzhimen; arrivo a Luoyang (in aereo o treno veloce);
- Giorno 7: Visita alle Grotte di Longmen, visita al Tempio di Baima e al Museo di Luoyang;
- Giorno 8: Arrivo a Dengfeng, [visita al Tempio Shaolin](#) e al Parco Nazionale del Monte Song;
- Giorno 9: Ritorno a Luoyang, e spostamento a Xi’An con il treno veloce; visita al Quartiere Musulmano di Xi’An;
- Giorno 10: Visita al sito archeologico dei [Guerrieri di Terracotta](#) e alle antiche mura cittadine di Xi’An;
- Giorno 11: Escursione al [Monte Hua](#);
- Giorno 12: Arrivo a Shanghai (in treno); visita ai Giardini Yuyuan, al Museo di Shanghai, al Bund, e a Nanjing Road;
- Giorno 13: Visita all’Oriental Pearl TV Tower e al distretto finanziario di Lujiazui (dove si trovano tutti i maggiori grattacieli di Shanghai);
- Giorno 14: Visita della Vecchia Concessione Francese; treno per Xiamen;.
- Giorno 15: Visita [al centro città di Xiamen](#) e treno per Shenzhen;
- Giorno 16: Arrivo a Shenzhen; [visita al Distretto di Nanshan](#);
- Giorno 17: Visita ai Distretti di Futian e Luohu; passaggio del confine e arrivo a Hong Kong;
- Giorno 18: [Visita a Central, a Causeway Bay e al Victoria Peak](#) di Hong Kong;

- **Giorno 19:** Visita all'Isola di Landau (ovvero al Buddha Gigante e al [villaggio di Tai-O](#)); cena a Lan Kwai Fong (LKF);
- **Giorno 20:** Visita [giornaliera a Macao](#) (puoi prendere il Ferry dall'Isola di Hong Kong);
- **Giorno 21:** Visita alla penisola di Kowloon; non perderti lo spettacolo gratuito "A Symphony of Lights" nella Avenue of Stars, che ha luogo ogni giorno alle 8 di sera.

## **La Via della Seta: Pechino-Xi'An-Dunhuang-Urumqi-Kashgar**

- **Tipo di itinerario:** Storico/Naturalistico.
- **Difficoltà dovuta agli spostamenti:** Elevata, se ci si sposta in treno e/o autobus, visto che lo Xinjiang è la provincia più vasta della Cina. Media, se si prende l'aereo per gli spostamenti più impegnativi, visto che comunque alcune località possono essere raggiunte solo con un autobus o, nel caso del Karakorum, addirittura solo con una vettura privata con autista (vedi i dettagli nell'itinerario).
- **Periodo migliore per viaggiare:** La stagione migliore è l'autunno, quando il clima è secco e temperato. L'inverno è sconsigliato visto che alcune parti dell'itinerario – specialmente in Xinjiang, potrebbero essere non percorribili a causa della neve.
- **Hotel consigliati:** Clicca sui link in basso per leggere le nostre recensioni sui [migliori hotel di lusso ed economici a Pechino](#), [Xi'An](#), [Dunhuang](#) e [Urumqi e Kashgar](#).
- **Tour operator:** Se sei interessato a un tour organizzato, sia di gruppo che privato, [clicca qui](#) per saperne di più ed ottenere un preventivo gratuito.
- **Itinerario:**
- **Giorno 1:** Arrivo a Pechino e visita al Palazzo d'Estate e alla zona universitaria di Haidian;

- Giorno 2: Visita alle Tombe Ming e alla [Grande Muraglia di Mutianyu](#), oppure alla [Grande Muraglia “selvaggia” di Gubeikou](#);
- Giorno 3: Visita al Tempio del Cielo e alla zona commerciale di Wangfujing;
- Giorno 4: Visita a Piazza Tian’An Men, alla Città Proibita e alla Collina di Carbone; treno notturno Pechino-Xi’An;
- Giorno 5: Visita al sito archeologico dei [Guerrieri di Terracotta](#) e al centro città di Xi’An (quartiere musulmano e antiche mura cittadine);
- Giorno 6: Escursione al [Monte Hua](#);
- Giorno 7: Aereo o treno Xi’An-Dunhuang (in treno ci vogliono circa 24 ore);
- Giorno 8: Visita alle Grotte di Mogao e al Museo di Dunhuang;
- Giorno 9: Treno Dunhuang-Jiayuguan (circa 6 ore) e [visita alla parte più occidentale della Muraglia Cinese](#);
- Giorno 10: Treno Jiayuguan-Urumqi (circa 7 ore); visita al Xinjiang Uighur Autonomous Region Museum;
- Giorno 11: [Visita a Turpan](#) (o Turfan) e ritorno a Urumqi;
- Giorno 12: Spostamento in auto da Urumqi a Korla (circa 6 ore) attraverso il monte Tianshan;
- Giorno 13: Spostamento in auto da Korla a Kuqa (circa 3 ore) e visita delle rovine di Subash;
- Giorno 14: Spostamento in auto da Kuqa a Aksu (circa 5 ore) con tappa alle Grotte dei Mille Budda di Kizil;
- Giorno 15: Spostamento in auto da Aksu a Kashgar (circa 6 ore);
- Giorno 16: Visita alla Moschea di Id Kah e [alla Città Vecchia di Kashgar](#);
- Giorno 17: Visita alla tomba di Abakh Khoja e al [mercato notturno di Jie Fang Bei Road](#);
- Giorno 18: Visita al [Deserto di Da Wa Kun](#) (con annessa cavalcata in cammello) in autobus;
- Giorni 19 e 20: [Escursione Kashgar-Tashkurgan lungo la Karakorum Highway](#), la strada internazionale asfaltata più elevata del mondo – in termini di altitudine –

che connette Pakistan e Cina. Nota che non esistono autobus di linea; ti raccomando di chiedere aiuto in hotel per affittare un'auto privata con autista;

- Giorno 21: Ritorno a Pechino (in aereo).

# Frasario da viaggio Cinese/Italiano

Prima di iniziare, il consiglio migliore che posso darti per comunicare in Cina è quello di [scaricare Pleco](#), un dizionario cinese/inglese gratuito che funziona sia su smartphone Android che iOS. Potrai così scrivere la parola che vuoi comunicare (in inglese) e ottenere i caratteri cinesi e la pronuncia corrispondente.

## Una breve nota sulla pronuncia

Il cinese è una lingua tonale. Ecco come sono indicati e come si pronunciano i vari toni:

Il **primo tono (ā)** si pronuncia come se stessi cantando una nota alta.

Il **secondo tono (á)** si pronuncia come se stessi ponendo una domanda in italiano (a salire).

Il **terzo tono (ǎ)** discende e poi sale (ma meno del secondo tono). Normalmente è un po' più lungo degli altri toni.

Il **quarto tono (à)** discende in maniera secca, come se dicessi "No!" in italiano.

## Saluti e frasi utili

<i>Italiano</i>	<i>Caratteri cinesi</i>	<i>Pronuncia (pinyin)</i>
Ciao	你好	nǐhǎo
Arrivederci	再见	zàijiàn
Come stai?	你好吗?	nǐhǎo ma?
Sì	是的	shìde
No	不是	búshì
Grazie	谢谢	xièxiè
No, grazie	不用了,谢谢	bú yòng le, xièxiè
Prego	不客气	búkèqi
Scusa	对不起	duì bu qǐ

Non capisco  
Io, Tu, Egli, Ella

我听不懂  
我, 你, 他, 她

wǒ tīng bù dǒng  
wǒ, nǐ, tā, tā

## Chiedere aiuto

*Italiano*

Puoi aiutarmi?

Dov'è l'ospedale?

Dov'è la stazione di polizia?

Dov'è il bagno?

*Caratteri cinesi*

你可以帮我吗?

医院在哪里 (哪儿)?

警局在哪里?

厕所在哪里?

*Pronuncia (pinyin)*

nǐ kěyǐ bāng wǒ ma?

yīyuàn zài nǎlǐ (nàr)?

jǐngjú zài nǎlǐ?

cèsuǒ zài nǎlǐ?

Nota che 哪里 (nàlǐ) è utilizzato più o meno ovunque mentre 哪儿 (nàr) è tipico del nord-est (Pechino compresa).

## Orientarsi

*Italiano*

Dov'è la stazione della metro?

Dov'è la stazione dei treni?

Dov'è l'entrata?

Dov'è l'uscita?

Nord, Sud, Est, Ovest

*Caratteri cinesi*

地铁站在哪里?

火车站在哪里?

入口在哪里?

出口在哪里?

北, 南, 东, 西

*Pronuncia (pinyin)*

dìtiězhàn zài nǎlǐ?

huǒchēzhàn zài nǎlǐ?

rùkǒu zài nǎlǐ?

chūkǒu zài nǎlǐ?

běi, nán, dōng, xī

Nota che in Cina i cartelli stradali indicano spesso le coordinate geografiche. Puoi quindi sfruttare quest'informazione per orientarti.

## In taxi

*Italiano*

Salve autista, vorrei andare...

... all'aeroporto

*Caratteri cinesi*

你好师傅, 我去...

... 飞机场

*Pronuncia (pinyin)*

nǐhǎo shīfu, wǒ qù...

... fēi jī chǎng

... alla stazione dei treni	...火车站	... huǒchēzhàn
... all'hotel xxx	...xxx 宾馆	... xxx bīnguǎn
Sono arrivato	到了	... dào le

Nota che tanti stranieri che abitano in Cina non sanno una parola di cinese (specialmente a Pechino e Shanghai). Quindi se inizi la conversazione con *nǐhǎo shīfu* (*Salve autista*, una frase molto comune in Cina), lui sarà portato a credere che abiti in Cina e parli cinese. Ciò ridurrà le possibilità di farti fregare visto che i tassisti disonesti di solito se la prendono con turisti e nuovi arrivati.

## Al mercato

<i>Italiano</i>	<i>Caratteri cinesi</i>	<i>Pronuncia (pinyin)</i>
Quanto costa questo?	这个多少钱?	zhè ge duō shǎo qián?
E' troppo caro!	太贵了!	tài guì le!
Potresti farmi uno sconto?	便宜一点	pián yi yī diǎn
E' troppo grande	太大了	tài dà le
E' troppo piccolo	太小了	tài xiǎo le

La valuta cinese si chiama *Renminbi*. Ma i cinesi, quando si riferiscono al prezzo di un qualcosa, dicono sempre 100元 (*Yuán*) o, più spesso, 100块 (*kuài*), che letteralmente significa "100 pezzi."

## Bevande

<i>Italiano</i>	<i>Caratteri cinesi</i>	<i>Pronuncia (pinyin)</i>
Potrei avere una bottiglia ...	麻烦给我一瓶 ...	má fan gěi wǒ yī píng ...
... d'acqua	...水	... shuǐ
... di birra	...啤酒	... píjiǔ
... di vino rosso	...红酒	... hóng jiǔ
... di cola	...可乐	... kělè



... di Sprite	...雪碧	... xuěbì
... di succo d'arancia	...橙汁	... chéng zhī
Potrei avere una tazza ...	麻烦给我一杯...	má fan gěi wǒ yī bēi ...
... di tè	...茶	... chá
... di caffè	... 咖啡	... kāfēi
Freddo	冰的	bīng de
Caldo	热的	rè de

Quando ordini qualcosa da bere in Cina dovresti sempre specificare la temperatura (“freddo” o “caldo” è sufficiente). In caso contrario preparati a bere una bella birra calda.

## Cibo

<i>Italiano</i>	<i>Caratteri cinesi</i>	<i>Pronuncia (pinyin)</i>
Il conto	买单	mǎidān
Senza peperoncino	不要辣	bú yào là
Niente carne, sono vegetariano	不要肉, 我吃素 (我不吃肉)	bú yào ròu, wǒ chī sù (wǒ bù chī ròu)
Da portare via	打包	dǎbāo
Potrei avere ...	麻烦给我...	má fan gěi wǒ ...
... una forchetta	...一个叉子	... yī ge chāzi
... un coltello	...一个餐刀	... yī ge cān dāo
... un cucchiaio	...一个勺子	... yī ge sháozǐ
... un bicchiere	...一个杯子	... yī ge bēizi
... della frutta	...水果	... shuǐguǒ
... della verdura	...蔬菜	... shūcài
... un'insalata verde	...沙拉	... shālā
... delle uova	...鸡蛋	... jīdàn
... carne di pollo	...鸡肉	... jīròu
... carne di manzo	...牛肉	... niúròu

... carne di maiale	...猪肉	... zhūròu
... carne di pecora	...羊肉	... yáng ròu
... del pesce	...鱼	... yú
... dei gamberi	... 虾	... xiā
... un piatto di riso	...米饭	... mǐ fàn
... un piatto di spaghetti	...面条	... miàn tiáo
... delle patate	...土豆	... tǔ dòu
... del tofu	...豆腐	... dòu fu

## Numeri

<i>Italiano</i>	<i>Caratteri cinesi</i>	<i>Pronuncia (pinyin)</i>
0	零	líng
1	一	yī
2	二	èr
3	三	sān
4	四	sì
5	五	wǔ
6	六	liù
7	七	qī
8	八	bā
9	九	jiǔ
10	十	shí
11	十一	shí yī
20	二十	èr shí
21	二十一	shí yī
100	一百	yī bǎi
1000	一千	yī qiān