PACK LIGHTLY

POR EL MEKONG, CON CALMA

Laos

El único país de la región que premia ir despacio: días de río, limosnas al amanecer, y un norte al que se llega en barco.



p. 26 El selector de rutas: primero el río o el circuito, encuentra la tuya de un vistazo

p. 33 Lo que realmente cuesta un día, impreso como un ticket de compra

p. 41 La única historia de seguridad que es realmente sobre Laos: los UXO

49 PÁGINAS PRECIOS EN USD E-VISA O VISADO A LA LLEGADA EDICIÓN 2026.06

foto: Wikimedia Commons

Empieza aquí

la forma de un viaje a Laos, lo que cuesta, qué resolver primero


EL MEKONG, EN SLOW BOAT

Laos es el país que sus vecinos atraviesan de paso, y por eso mismo sigue siendo como los viajeros desearían que los demás todavía fueran. Recorre, más o menos, una sola línea hacia el sur siguiendo el río: la antigua ciudad real de Luang Prabang, la región kárstica de Vang Vieng, la discreta capital Vientián, y luego las islas donde el Mekong se divide en cuatro mil fragmentos. Esta guía está construida sobre esa línea, de norte a sur, lo que cuesta cada tramo y el puñado de cosas que conviene resolver antes de volar. Todo disponible sin conexión, en tu bolsillo.

La forma de un viaje

La mayoría de los viajes siguen la línea del Mekong: Luang Prabang para templos y comida, el río hacia el norte para los días lentos, Vang Vieng por el karst, Vientián para volar de regreso. Añade el sur profundo para café e islas si tienes dos semanas.

Lo que cuesta un día

Viajar con mochila cuesta unos 20 USD al día, la gama media ronda los 45, datos capturados en mayo de 2026. El ticket completo, de la cama al último trago, está desglosado en la página 39.

Resuelve antes de volar

Laos es uno de los pocos países que aún ofrece visado a la llegada, pero la e-visa es más ágil. Añade un seguro de viaje y una eSIM. La página 41 enumera las cuatro reservas que conviene hacer con antelación.


LIMOSNAS AL AMANECER, LUANG PRABANG


CASCADAS KUANG SI

CÓMO FUNCIONAN LOS ENLACES

Algunos enlaces de reserva generan una comisión para Pack Lightly, sin coste adicional para ti. La información completa está en la última página.

Índice

toca una línea para ir directamente ahí

01 El país 06

02 Adónde ir 08

03 Qué hacer 18

04 Rutas e itinerarios 25

05 Cuándo ir 31

06 Información práctica 35

07 Seguro e inteligente 40

08 Herramientas, tarjetas imprimibles, fuentes 44

ACCESOS RÁPIDOS

El selector de rutas, 8 caminos 26

Lo que realmente cuesta un día 33

La única historia de seguridad que importa: los UXO 41

Tu viaje en una página

10 a 14 días · 20 a 120 USD/día · mejor de nov a mar

Si no lees nada más, esta página es el viaje. La línea baja hacia el sur siguiendo el Mekong: Luang Prabang, el río hacia el norte para los días lentos, Vang Vieng, y luego Vientián para volar de vuelta a casa. Calcula el presupuesto con las barras de abajo, no con las tarifas de hoteles boutique. Reserva las tres cosas de la esquina inferior derecha justo antes de volar; todo lo demás es más barato y fácil de organizar sobre el terreno.

LA RUTA

Luang Prabang — día 1-4

3h hasta Nong Khiaw

El río hacia el norte — día 5-7

tren + carretera

Vang Vieng — día 8-9

1h en tren rápido

Vientián — día 10

PRESUPUESTO POR DÍA

Mochilero	20 USD
Estándar	45 USD
Confort	120 USD

RESERVA PRIMERO

01 Vuelos internacionales, con 6 a 8 semanas de antelación — Skyscanner

02 El slow boat o el tren rápido, con pocos días de antelación — 12Go

03 eSIM, instálala antes de salir — Saily

MEJORES MESES

Ene	Feb	Mar	Abr	May	Jun	Jul	Ago	Sep	Oct	Nov	Dic
■	■	■						■	■	■	■

■ mejor: seco y fresco ■ intermedio: caluroso o con lluvias en retirada temporada verde, calor y lluvia

Laos de un vistazo

puntuaciones 0-100 · datos de la herramienta comparativa de países de pack-lightly

PUNTUACIÓN

Económico	90
Amabilidad	85
Ritmo relajado	85
Naturaleza	80
Cultura	80
Infraestructura turística	40

Viaje económico	20 USD/día
Gama media	45 USD/día
Lujo	120 USD/día

VIAJE LENTO · CULTURA · NATURALEZA · RÍOS · AVENTURA

fuente: herramienta comparativa de países, 2026-06

SEIS INSTANTÁNEAS DEL VIAJE













01

El país

Qué es Laos, qué no es, quién lo visita, y los tres tramos de la línea del Mekong que de verdad necesitas conocer antes de elegir fechas.

EN ESTE CAPÍTULO

Un río, tres tramos, cuatro perfiles de lector 07

Qué es Laos

7,5M de habitantes · sin salida al mar · el corazón lento de la región

Un país sin salida al mar de unos 7,5 millones de habitantes, rodeado por Tailandia, Vietnam, China, Myanmar y Camboya, y recorrido de arriba abajo por el Mekong. Vientián es la capital y una de las más tranquilas de Asia, más un pueblo ribereño que una ciudad. Laos no tiene costa, ni metro, y hasta 2021 tampoco tren rápido; lo que sí tiene es tiempo. La infraestructura es escasa, por diseño y por historia, el ritmo es realmente más lento que en Tailandia o Vietnam, y la recompensa es un país que todavía se siente sin prisas. La otra cara: las distancias son largas, las carreteras son de montaña, y aquí se planifica en función de la temporada más que en ningún otro lugar de la región.

CAPITAL	POBLACIÓN	MONEDA	MEJORES MESES
Vientián	**7,5M**	**LAK**	**nov-mar**
~9M en todo el país	~65% budista	USD muy aceptado	fresco y seco

TRES TRAMOS DE LA LÍNEA



Norte: Luang Prabang y los ríos

templos · montañas · fresco nov-feb

El corazón del viaje. La ciudad real más los pueblos ribereños del Nam Ou, Nong Khiaw y Muang Ngoi. La parte más lenta y bonita del país.



Centro: Vang Vieng y Vientián

karst · capital · el tren rápido

El centro de la línea, ahora a una hora gracias al ferrocarril China-Laos. Karst y globos en Vang Vieng, calma ribereña en la capital.



Sur: Bolaven y 4000 Islas

café · cascadas · islas de hamaca

El sur profundo: la fresca meseta cafetera sobre Pakse, y luego Si Phan Don, donde el Mekong se trenza en cuatro mil islas junto a la frontera camboyana.



Este: Phonsavan y los circuitos

historia · circuitos en moto · pocos turistas

El desvío para quienes repiten: el Páramo de las Tinajas en el este, el circuito de Thakhek en el centro. Carreteras vacías, historia real, sin masificación.

PARA QUIÉN ESTÁ PENSADA ESTA GUÍA

Primerizo con calma

10 días, la línea del Mekong, días de río antes que listas de tareas.

Mochilero del sureste asiático

20 USD al día, entrada en slow boat, y luego a Tailandia o Vietnam.

Pareja o perfil cultural

2 semanas, lodges boutique junto al río, templos y café.

Amante de las rutas en moto

Thakhek o Bolaven en moto, cuevas y cascadas.

02

Adónde ir

Ocho lugares a lo largo de un mismo río. Lee la línea de arriba abajo: cuanto más al sur vayas, más lento se vuelve todo y con menos viajeros lo compartes.

EN ESTE CAPÍTULO

Luang Prabang 09

Nong Khiaw y Muang Ngoi 10

Vang Vieng 11

Vientián 12

4000 Islas 13

La meseta de Bolaven 14

Páramo de las Tinajas 15

Thakhek y Kong Lor 16

Dónde alojarse, en el mapa 17

Luang Prabang

el norte · 3-4 noches · mejor nov-feb



Luang Prabang es la razón por la que la mayoría viene a Laos, y se lo gana a pulso. Una península donde el Nam Khan se une al Mekong, todo un pueblo declarado Patrimonio de la Humanidad de templos dorados y casas-tienda de estilo francés, rodeado de colinas verdes y coronado por el monte Phousi. Es tan pequeño que se cruza andando de punta a punta en veinte minutos, y ese es justo el punto: te adaptas a su ritmo en un solo día. Las mañanas empiezan con la procesión de limosnas antes del amanecer, y luego café frente al río.

Tres noches son el mínimo, cuatro es lo ideal. El primer día, los templos a pie, empezando por Wat Xieng Thong. El segundo, la cascada de Kuang Si, piscinas turquesas donde se puede nadar, con el santuario de osos junto a la entrada. El tercero, el río: un crucero al atardecer, o el barco hasta las cuevas de Pak Ou, repletas de miles de estatuas de Buda. Sube al Phousi para ver la última luz en tu última tarde.

La ceremonia de las limosnas al amanecer es un rito religioso, no un espectáculo. Obsérvala desde el otro lado de la calle, sin flash, y participa solo si conoces la etiqueta descrita en la página 22.

Kuang Si está más concurrida entre las 11h y las 14h, con las furgonetas de excursiones de día. Ve a la apertura o a última hora de la tarde y puedes tener una piscina casi para ti solo.

Wat Xieng Thong

El templo real del siglo XVI en la punta de la península, oro sobre negro, el más fino del país.

Cascadas Kuang Si

Piscinas escalonadas turquesas a 30 km; nada en los niveles inferiores, sube hasta arriba.

Monte Phousi

328 escalones sobre el pueblo; el atardecer atrae a la multitud, el amanecer es solo tuyo.

Mercado nocturno

La calle Sisavangvong al anochecer; textiles Hmong, sin regateo agresivo, y el callejón del buffet a 1,50 USD.

PARA SABER MÁS

La guía completa de Luang Prabang clasifica los lugares imprescindibles, la página de Kuang Si tiene los horarios, y la página del monte Phousi cubre la subida.

Nong Khiaw y Muang Ngoi

el norte lento · 2-3 noches · lo mejor del viaje para muchos



Tres horas al norte de Luang Prabang, el río Nam Ou corta entre paredes de piedra caliza y el país baja otra marcha. Nong Khiaw es un puente, una carretera, y una fila de bungalows junto al río bajo acantilados que brillan al atardecer. La subida al mirador sobre el pueblo es una hora empinada y sudorosa por la mejor panorámica de todo Laos: el río serpenteando entre torres de karst. La mayoría de los viajeros que llegan hasta aquí desearían haberse quedado más tiempo.

Muang Ngoi es un escalón más lento: una hora río arriba en barco, sin carretera de acceso hasta hace poco, una sola calle de arena con alojamientos y hamacas. No hay nada que hacer, y esa es toda la oferta. Camina hasta las cuevas donde los aldeanos se refugiaron durante la guerra, vuelve en kayak hasta Nong Khiaw, y deja que un día pase sin ningún plan.

El mirador de Nong Khiaw es una subida de verdad: 1,5 horas, resbaladiza tras la lluvia, entrada de 20.000 kip. Empieza antes de las 7h para evitar el calor.

Los barcos a Muang Ngoi solo salen por la mañana y a primera hora de la tarde, alrededor de una hora, y se llenan en temporada alta. Compra el billete el día anterior.

Mirador de Nong Khiaw

Pha Daeng Peak, la hora empinada que se paga sola con una panorámica.

El barco a Muang Ngoi

Una hora río arriba sin alternativa por carretera; el trayecto es el atractivo.

Cien Cascadas

Una escalada guiada por una escalinata de cascadas; pies mojados, medio día, merece la pena.

SIGUE LEYENDO El pueblo en la guía de Nong Khiaw, la subida en la página del mirador, y el pueblo río arriba en la reseña de Muang Ngoi.

Vang Vieng

el centro · 2 noches · karst, globos, y una reputación ya renovada



Vang Vieng pasó los años 2000 como sinónimo de excesos mochileros: tubing por el Nam Song entre bares junto al río, con un número real de víctimas. Esa época ya terminó. Los bares cerraron, el pueblo se reinventó en torno al paisaje que lo rodea, y lo que queda es uno de los valles kársticos más impresionantes de Asia. El río sigue siendo el atractivo, ahora para el kayak y un tubing más tranquilo; las mañanas son para los globos aerostáticos sobre los picos.

Dos noches son suficientes. Alquila una scooter para el circuito de lagunas azules y cuevas al oeste del pueblo, sube al mirador de Nam Xay o Pha Ngern para la foto que todo el mundo viene a buscar, y súbete al globo o al paramotor al amanecer si el presupuesto lo permite. El tren rápido dejó a Vang Vieng a una hora tanto de Luang Prabang como de Vientián, así que es una parada intermedia sencilla más que un desvío.

⚠

Las lagunas azules cobran una pequeña entrada y se llenan a mediodía con las furgonetas de excursiones. Elige la Laguna 3 o 5 en lugar de la famosa Laguna 1 para tener más espacio.

Los globos vuelan al amanecer y al atardecer, solo en temporada seca, por unos 90 USD. Resérvalo con un día de antelación y comprueba la decisión meteorológica.

Mirador de Nam Xay

La foto de la moto sobre el saliente frente al valle; empinado, temprano, merece el esfuerzo.

Lagunas azules y cuevas

Recorre el circuito en scooter; nada en las piscinas frescas, entra con linterna frontal a Tham Phu Kham.

Kayak por el Nam Song

El río, ahora de la manera correcta: media jornada de remo, cuevas y karst, sin ronda de bares.

Globo al amanecer

El capricho que define el viaje para muchos; el valle se llena de picos y niebla.

MÁS EN LA WEB El pueblo en la guía de Vang Vieng, la subida en la página del mirador de Nam Xay, y el baño en la cueva en la página de Tham Phu Kham.

Vientián

la capital · 1-2 noches · la capital más tranquila de Asia



Vientián es una capital que se siente como un gran pueblo ribereño, y la mayoría de los viajeros le dedican una noche de entrada o de salida. Eso es más o menos correcto, pero no es poca cosa. La estupa dorada de Pha That Luang es el símbolo nacional, el Wat Sisaket guarda miles de pequeñas imágenes de Buda en su claustro, y el arco de Patuxai regala una vista de la ciudad desde lo alto. El paseo del Mekong al atardecer, con Tailandia en la otra orilla, es donde todo el pueblo va a comer.

La única parada que no debería saltarse nadie es el centro de visitantes de COPE, un pequeño museo gratuito sobre las bombas sin explotar que aún salpican el país y las personas que fabrican prótesis para los supervivientes. Cambia la perspectiva de todo el viaje, y se trata con detalle en la página 45. Dedica a la capital una tarde tranquila y una noche; es el aterrizaje suave antes de un vuelo, no un destino que haya que apresurar.

COPE es gratuito y abre a diario. Calcula una hora; es la hora más importante de la capital.

La estación del tren rápido está a 10 km del centro. Calcula 30 minutos en tuk-tuk o transporte compartido y no llegues justo para las salidas.

Pha That Luang

La estupa dorada del escudo nacional; mejor con la luz de última hora de la tarde.

Wat Sisaket

El templo en pie más antiguo, con las paredes de su claustro cubiertas de Budas.

Centro COPE

Gratuito, conmovedor, esencial; la historia de los UXO contada por quienes la viven.

Paseo del Mekong

El mercado nocturno y los puestos de comida junto al río al atardecer.

LA IMAGEN COMPLETA

Recomendaciones de la ciudad en la guía de Vientián, la estupa en la página de Pha That Luang, y el centro COPE.

foto: Wikimedia Commons

Si Phan Don, las 4000 Islas

el sur profundo · 2-3 noches · donde el viaje se detiene del todo



En la frontera con Camboya, el Mekong se ensancha hasta seis kilómetros y se rompe en un laberinto de canales e islotes, cuatro mil en temporada de lluvias. Don Det y Don Khon son las dos donde conviene alojarse: bungalows con hamaca sobre el agua, restos oxidados del antiguo ferrocarril colonial francés, y un ritmo tan lento que roza el desafío. No hay apenas vida nocturna, y ese es justamente el encanto. Se recorren los caminos de tierra entre las dos islas en bici, se nada desde las rocas, y se observa el río.

Las dos cosas que de verdad hay que hacer: las cascadas de Li Phi y Khone Phapheng, las de mayor caudal del sureste asiático, atronadoras en temporada de lluvias, y la excursión en barco al amanecer para buscar los últimos delfines del Irrawaddy en las pozas profundas de la frontera. Si Phan Don es el punto final natural de una ruta por el sur, o el cruce hacia Camboya para quien hace el circuito por tierra.

Don Det funciona a ritmo isleño y en efectivo. Ya hay cajeros, pero fallan a menudo; trae kip desde Pakse para ir sobre seguro.

El barco de los delfines sale al amanecer y no hay garantía de avistamiento; quedan menos de una docena de ejemplares. Gestiona bien las expectativas.

Cascadas Khone Phapheng

Las de mayor caudal de la región; fuerza en bruto en temporada de lluvias.

Bici de Don Det a Don Khon

Cruza el antiguo puente del ferrocarril francés; un circuito llano entre arrozales y los rápidos de Li Phi.

Barco a los delfines al amanecer

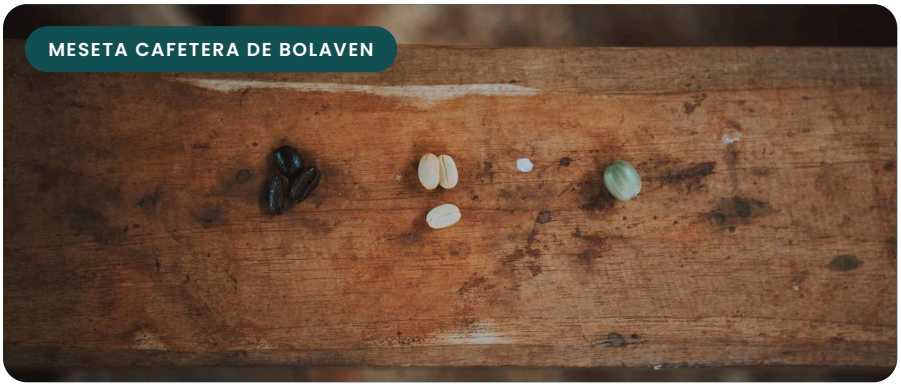
Las pozas de la frontera a primera luz, con la esperanza de ver a los últimos delfines del Irrawaddy.

SIGUE LEYENDO

Las islas en la reseña de Si Phan Don, las cascadas en la página de Khone Phapheng, y la excursión a los delfines.

La meseta de Bolaven

el sur · bucle de 2-3 días desde Pakse · café y cascadas



Alquila la moto con un casco en condiciones y revisa los frenos; las carreteras de la meseta están bien pero las bajadas son empinadas.

La meseta es fresca, incluso fría de noche en diciembre. Lleva una capa; los motoristas se infravaloran el frío en Laos y luego se arrepienten aquí arriba.

Sobre la localidad sureña de Pakse el terreno se eleva hasta una meseta volcánica fresca, y la temperatura baja con ella. Bolaven es Laos en su versión más gratificante para el esfuerzo: aquí crece el café que abastece a medio país, las cascadas son las más altas y menos visitadas del territorio, y la carretera circular que las conecta es uno de los grandes recorridos en moto de la región. Se alquila una semiautomática en Pakse, se traza un circuito de dos o tres días, y se recorre entre cascadas y fincas.

Tad Fane es la protagonista, una caída doble de más de 100 metros hacia un desfiladero, con una tirolina cruzándola para los más atrevidos. Tad Yuang y Tad Lo son las que se pueden nadar, con Tad Lo ofreciendo un pueblo de guesthouses para partir el bucle con una noche. Parar en una finca junto a la carretera para tomar un café recién molido de granos cultivados en el campo de atrás. Este es el rincón de Laos que la mayoría se salta y que quienes lo recorren mejor valoran.

Tad Fane

Cascada doble de 100 m hacia un desfiladero; el resort mirador y la tirolina que la cruza.

Tad Lo

La parada nocturna; una cascada baja, un pueblo, y la tarde más lenta del bucle.

Fincas de café

Tostadores junto a la carretera y visitas a plantaciones; la taza sabe más fresca que cualquier cosa en casa.

MÁS DETALLE El recorrido en la página del bucle de Bolaven, las cascadas principales en la reseña de Tad Fane, y la parada de baño en la página de Tad Yuang.

foto: Wikimedia Commons

El Páramo de las Tinajas

el este · Phonsavan, 1-2 noches · piedra antigua y guerra reciente



⚠

Mantente entre las piedras marcadoras de MAG en los yacimientos de tinajas. Los senderos despejados son seguros; el terreno junto a ellos no siempre lo es.

Un vuelo matutino desde Vientián ahorra un largo trayecto en autobús por la montaña. Phonsavan es un desvío que merece un día, no una carrera.

Repartidas por los prados de las tierras altas alrededor de Phonsavan hay miles de tinajas de piedra talladas, algunas de dos metros de altura, hechas hace más de dos mil años con un propósito sobre el que los arqueólogos aún debaten: probablemente urnas funerarias. Es un sitio declarado por la UNESCO y uno de los más enigmáticos de Asia, y a menudo se recorre un campo de tinajas casi en soledad. Tres yacimientos están despejados y son seguros para visitar, marcados con piedras pintadas que indican dónde es seguro pisar.

Ese detalle es la segunda mitad de la historia. Esta provincia fue el terreno más bombardeado de la Guerra Secreta, y los campos de tinajas conviven con cráteres y munición sin detonar que todavía se sigue retirando. El mismo viaje enseña la historia antigua y la reciente del país en una sola tarde. Phonsavan es un desvío largo hacia el este, para segundos viajes y lectores de historia, al que se llega en un autobús sinuoso o un vuelo doméstico corto.

Sitio 1

El campo más grande, el más cercano al pueblo, con las tinajas más grandes y una cueva.

Sitios 2 y 3

Campos en colina y prado, más tranquilos, a los que se llega en un bucle de medio día en tuk-tuk o scooter.

Información de MAG

La oficina de desminado en el pueblo explica el sistema de marcadores y el trabajo en curso.

PROFUNDIZA Los campos de tinajas en el resumen del Páramo de las Tinajas y el pueblo que ancla el viaje en la reseña de Phonsavan.

foto: Wikimedia Commons

Thakhek y la cueva de Kong Lor

el centro · bucle de 3-4 días · el gran recorrido en moto de Laos



El bucle de Thakhek es el otro gran recorrido de Laos, un circuito de tres o cuatro días desde el pueblo ribereño de Thakhek a través de un paisaje kárstico, cuevas y embalses solitarios salpicados de árboles muertos y sumergidos. Los motoristas lo valoran por encima del de Bolaven por su variedad: túneles de piedra caliza, miradores, aguas termales, y pueblos donde el bucle es la única razón por la que un extranjero se detiene.

La razón de que el bucle exista es Kong Lor, una cueva fluvial de siete kilómetros y medio que se recorre en barca larga a oscuras, con la linterna frontal del barquero como única luz, hasta emerger a la luz del día al otro lado de una montaña. Es una de las medias horas más extraordinarias del sudeste asiático. Se puede recorrer el bucle completo o simplemente ir y volver en autobús para hacer la cueva de ida y vuelta; en cualquier caso, encaja mejor en un segundo viaje o en un primer viaje más largo.

← La barca en Kong Lor se toma en serio los chalecos salvavidas y una bolsa estanca; el nivel del agua varía y la oscuridad es total.

↑ El bucle requiere una semiautomática y algo de confianza; la carretera ya está asfaltada pero es larga, con tramos sin gasolineras. Lleva un litro de repuesto.

Cueva de Kong Lor

7,5 km en barca a través de una montaña, en la oscuridad, hacia la luz. Toda la razón para venir.

Los miradores del bucle

Bosques sumergidos, túneles kársticos, y el embalse de Nakai; tres o cuatro días de carretera vacía.

El pueblo de Thakhek

El inicio y fin ribereño; alquila aquí, sal a recorrer, duerme una noche antes del bucle.

SIGUE LEYENDO

El pueblo y la ruta en la reseña de Thakhek, la cueva en la página de la cueva de Kong Lor, y el pueblo en su entrada en la página de Ban Kong Lor.

foto: Wikimedia Commons

packlightly.es

Dónde alojarse, según lo que busques

un río, ocho bases · lee la columna que te importa

Laos se recorre como una sola línea larga, así que la pregunta rara vez es qué región sino hasta dónde tienes tiempo de llegar por ella. La siguiente matriz sustituye tres páginas de texto: elige la columna que te importa, lee hacia abajo, y las bases más fuertes suben arriba. Aquí no hace falta jugar con el mar ni con las estaciones como en las islas más al sur; la variable real es cuánto tiempo de carretera aceptas.

BASE	TRAMO	CULTURA	NATURALEZA	CALMA	FÁCIL
Luang Prabang	Norte	●●●	●●○	●●○	●●●
Nong Khiaw	Norte	●○○	●●●	●●●	●●○
Vang Vieng	Centro	●○○	●●●	●○○	●●●
Vientián	Centro	●●○	●○○	●○○	●●●
Si Phan Don	Sur	●○○	●●○	●●●	●○○
Bolaven (Pakse)	Sur	●○○	●●●	●●○	●○○
Phonsavan	Este	●●○	●○○	●●○	●○○
Thakhek	Centro	●○○	●●●	●●○	●○○

● puntos rellenos = mejor encaje (3 = hecho para eso)

valoración: cluster de Laos de pack-lightly, 2026-06

Diez días o menos: quédate en el norte, Luang Prabang y los ríos, con Vang Vieng y Vientián de camino al aeropuerto. El sur necesita su propia semana.

Si haces los dos extremos: vuela de Luang Prabang a Pakse en lugar de 24 horas en autobús. El vuelo cuesta menos que dos días perdidos.

EN LA WEB Los pueblos clasificados en el resumen de mejores lugares y las islas del río en la reseña de las islas.

03

Qué hacer

Laos no exige mucho de tus días, y ese es el regalo. La barca lenta, las cascadas, la limosna del amanecer, y la comida. Además dónde dormir y qué tours merecen la pena.

EN ESTE CAPÍTULO

La barca lenta, y aprender a bajar el ritmo 19

Cascadas, cuevas y el río 20

Limosna del amanecer y cultura monástica 21

Comida, los platos de referencia 22

Dónde dormir: Luang Prabang y el norte 23

Dónde dormir: Vang Vieng y Vientián 24

La barca lenta, y aprender a bajar el ritmo

dos días bajando el Mekong · el viaje que marca el ritmo



EL MEKONG, EN BARCA LENTA

La barca lenta son dos días con una noche obligada en Pak Beng. Lleva un cojín, un libro, snacks, y kip pequeños para la guesthouse.

La lancha rápida de un día es la opción peligrosa, no la inteligente. Los conductores llevan cascos de moto por algo; toma la barca lenta.

La forma clásica de entrar en Laos es la barca lenta de dos días desde la frontera tailandesa en Huay Xai hasta Luang Prabang, con una noche en Pak Beng. No es rápida ni lujosa: bancos de madera, una nevera de Beerlao, y el río deslizándose junto a pueblos de colina y búfalos de agua durante ocho horas al día. También es la mejor introducción al país, porque obliga al cambio de marcha en el que se apoya todo el viaje. Se llega ya habiendo bajado el ritmo.

Evita la alternativa de la lancha rápida de un día. Ahorra un día, cuesta más, y tiene un historial real de accidentes y muertes; los cascos que reparten lo dicen todo. Una vez en el país el patrón se repite: viajes en barca antes que por carretera siempre que existe la opción, una subida a un mirador al amanecer, un almuerzo largo, y una tarde que no va a ninguna parte en concreto. Esa es la propuesta, y quienes se resisten a ella lo pasan peor que quienes se dejan llevar.

La barca lenta de dos días

Huay Xai a Luang Prabang vía Pak Beng; la forma correcta de entrar desde Tailandia.

Las barcas del Nam Ou

Trayectos más cortos por el río en el norte, Nong Khiaw a Muang Ngoi, la mejor hora sobre el agua.

Un crucero al atardecer

La versión de bajo esfuerzo desde Luang Prabang; una hora con una Beerlao mientras cae la luz.

El tren rápido

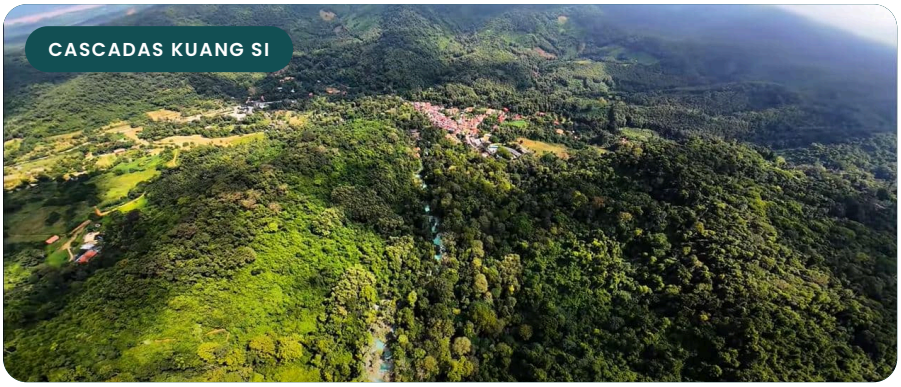
Cuando sí hace falta velocidad: el ferrocarril de 2021 conecta los pueblos principales en una hora cada tramo.

SIGUE LEYENDO El viaje en barca, las opciones de ruta en el resumen de cómo moverse, y el salto de pueblo en la página del viaje en barca por Muang Ngoi.

foto: Wikimedia Commons

Cascadas, cuevas y el río

los grandes números de la naturaleza · agua fresca en un país cálido



Tómate en serio las cascadas aquí; son las mejores de la región y raramente están abarrotadas. Kuang Si, cerca de Luang Prabang, es la famosa, una escalera de piscinas de un azul mineral entre las que se nada, con un santuario de rescate de osos lunares en la entrada. La meseta de Bolaven, en el sur, alberga las más altas, Tad Fane y Tad Yuang, alimentadas por la lluvia de la meseta. Cada una es una excursión de medio día con el baño fresco como recompensa en un país que corre caliente la mayor parte del año.

Las cuevas son el otro gran número natural. Kong Lor es la protagonista, la cueva fluvial que se recorre en barca en la más completa oscuridad, pero la piedra caliza esconde otras más pequeñas por todas partes: la cueva de baño de Tham Phu Kham sobre Vang Vieng, las cuevas refugio de guerra alrededor de Muang Ngoi y Vieng Xai. El kayak lo une todo, medio día en el Nam Song o el Nam Ou que cuesta poco y muestra el paisaje kárstico desde el agua, la forma en que el país está pensado para verse.

El agua de Kuang Si es realmente fría y estimulante. Ve en una tarde calurosa, lleva una toalla, y sáltate el nivel superior cerrado.

←

Las excursiones a cuevas quieren una linterna frontal propia; las de alquiler fallan. Lleva siempre el chaleco salvavidas en las cuevas del río.

Cascadas Kuang Si

La escalera de piscinas azules cerca de Luang Prabang; nada en los niveles inferiores, conoce a los osos.

Tad Fane y Tad Yuang

Las gigantes de la meseta en el sur; las más altas y menos concurridas del país.

Tham Phu Kham

La cueva de baño de Vang Vieng; una laguna azul abajo, un Buda dorado en la oscuridad de arriba.

Kayak por los ríos

El Nam Song o el Nam Ou a remo; barato, tranquilo, y el mejor ángulo sobre el paisaje kárstico.

MÁS DETALLE

Todas las cascadas en el reportaje de cascadas, las piscinas famosas en la página de Kuang Si, y los picos kársticos en el resumen de montañas.

Limosna del amanecer y cultura monástica

el rito más fotografiado de Laos · y el que más se hace mal



LIMOSNA DEL AMANECER, LUANG PRABANG

Sin flash, sin primeros planos, sin meterse en la procesión para una foto. Un teleobjetivo desde el otro lado de la calle es el único encuadre respetuoso.

Si das limosna, compra el arroz en un mercado la tarde anterior, no a los vendedores que buscan turistas junto a la carretera al amanecer.

Antes del amanecer en Luang Prabang, cientos de monjes desfilan descalzos por las calles y los vecinos se arrodillan para depositar arroz glutinoso en sus cuencos. El tak bat es un acto diario de generación de mérito que lleva siglos celebrándose, y es el corazón de por qué este pueblo se siente como se siente. También es, cada vez más, un tumulto turístico: grupos que agolpan a los monjes, flashes en sus caras, arroz comprado a vendedores oportunistas y entregado sin ninguna noción de qué se está haciendo.

Si observas, mira desde el otro lado de la calle, quédate sentado o de pie bien atrás, y apaga el flash. Si participas, siéntate, vístete con hombros y rodillas cubiertos, compra el arroz en un mercado el día antes, y guarda silencio. No hagas contacto visual ni toques a un monje. El mismo respeto se aplica en cada templo que visites: las mujeres nunca entregan nada directamente a un monje, los zapatos se quitan, y mantén la cabeza más baja que las imágenes de Buda. Haz esto bien y el país se abre ante ti.

Observa, no montes un espectáculo

Al otro lado de la calle, sentado, en silencio, sin flash. La procesión es un rito, no un espectáculo.

Modales en el templo

Zapatos fuera, hombros y rodillas cubiertos, cabeza por debajo del Buda, pies nunca apuntando hacia él.

Habla con un novicio

Algunos templos ofrecen horas de charla con monjes; los novicios practican inglés, tú aprendes la fe. Ambos ganan.

VALE LA PENA LEER

La etiqueta completa en el reportaje de cultura, el rito en sí en la página de la ceremonia de limosna, y el catálogo de templos en el resumen de monumentos religiosos.

foto: Wikimedia Commons

Comida: los cuatro platos de referencia

arroz glutinoso con todo · de 1 a 5 USD por plato

La cocina lao es la más infravalorada del sudeste asiático, en parte porque buena parte de ella cruzó la frontera y quedó rebautizada como tailandesa. La base es el arroz glutinoso, comido con las manos, formado en una bola y mojado, en casi todas las comidas. A su alrededor hay una cocina construida sobre hierbas, lima, chile, y pescado fermentado, más fresca y de sabor más afilado que la de sus vecinos. Come donde comen los locales, en los mercados y las parrillas junto al río, y pide estos cuatro platos pronto; son tu referencia para todo lo que venga después.



Larb laap

USD 2-4 · en todas partes

El plato nacional: carne o pescado picado mezclado con hierbas, lima, chile, y polvo de arroz tostado. El original lao es más afilado y amargo que la versión tailandesa. Se come con un puñado de arroz glutinoso.



Arroz glutinoso khao niaw

USD 0,50-1,50 · en cada comida

El alimento básico, servido en una cesta de bambú tejido. Arranca una bola pequeña, presiona un hoyuelo, y moja. Los lao comen más de esto per cápita que nadie en el planeta; deja la tapa puesta para mantenerlo caliente.



Tam mak hoong ensalada de papaya verde

USD 1,50-3 · mercados

La ensalada de papaya lao, machacada al momento en un mortero de barro con lima, chile, y salsa de cangrejo o pescado fermentado. Más picante y con más carácter que el som tam tailandés. Di "bor phet" si la quieres suave.

MOK PA, PESCADO AL VAPOR

Mok pa pescado al vapor en hoja de plátano

USD 3-6 · junto al río

Pescado de río, hierbas, y harina de arroz envueltos en una hoja de plátano y cocidos al vapor hasta lograr una textura suave como un flan. El plato más delicado de la mesa y el mejor argumento para comer junto al Mekong.

La Beerlao es el orgullo nacional y de verdad buena. Vale la pena buscar la lager oscura; ambas cuestan alrededor de un dólar la botella.

Un legado francés que merece conservarse: la baguette de la mañana, khao jee, partida y rellena con paté y hierbas por menos de un dólar.

EN LA WEB La lista completa de platos con precios en el reportaje de comida y bebida, y los mercados donde encontrarlos en la página de cultura.

Dónde dormir: Luang Prabang y el norte

precios por noche, habitación doble · reserva las primeras noches, decide el resto sobre el terreno

Dos reglas cubren la mayor parte de Laos. Primera: reserva solo las dos primeras noches por adelantado y decide sobre el terreno; las tarifas walk-in superan a las de internet fuera de las semanas punta. Segunda: en Luang Prabang la península es la dirección que quieres, a pie de cada templo y del mercado nocturno, mientras que en Nong Khiaw se trata de la vista al río, así que paga el pequeño extra por una habitación frente al agua.

Luang Prabang

hostel 7 USD **medio 28 USD** **confort 75 USD**

Duerme en la península o cerca de ella para tener los templos y el mercado nocturno a pie. Villas francesas restauradas funcionan como alojamientos boutique por el precio de una cadena hotelera en casa. Comprueba lo que cuesta una habitación en la península antes de decidirte; el ambiente de dormitorios se encuentra barato en Hostelworld.

Nong Khiaw

hostel 6 USD **medio 22 USD** **confort 55 USD**

Todo el sentido está en el río, así que reserva un bungaló sobre el agua bajo el paisaje kárstico; las habitaciones más baratas alejadas de la orilla se pierden la vista por la que has venido. Los mochileros mueven el ambiente de dormitorios en Hostelworld; para una habitación frente al río, mira lo que cobra esta noche el pueblo del puente.

De gama media hacia arriba en todo el norte, con cancelación gratuita mientras tus planes siguen moviéndose.

Buscar alojamiento en Booking.com

TOURS QUE MERECEN LA PENA

Tour gastronómico Prabang Plates, más de 15 degustaciones

desde 45 USD

5,0 (30 reseñas)

4 horas

Tejido de bambú al atardecer y clase de cocina lao

desde 47 USD

5,0 (17 reseñas)

4 horas

Día en Vang Vieng: kayak, tirolina y tubing en la cueva

desde 50 USD

4,2 (16 reseñas)

8 horas

Tours en vivo de Viator, precios capturados en junio de 2026, valoraciones de reservas verificadas. Toca una tarjeta para reservar.

Dónde dormir: Vang Vieng y Vientián

precios por noche, habitación doble · la vista cuesta más, y vale la pena

Vang Vieng se divide entre la vieja cuadrícula mochilera y la orilla más nueva del río, y la orilla gana: mismos precios, pero te despiertas con el paisaje kárstico sobre el Nam Song. En Vientián la cuestión también es el río, con el paseo del mercado nocturno a poca distancia de cualquier zona central. Ambos pueblos están en la línea del tren rápido, así que una habitación cerca del río gana a una cerca de la estación lejana; de todos modos saldrás en tuk-tuk.

Vang Vieng

hostel 6 USD **medio 24 USD** **confort 60 USD**

Reserva la franja junto al río para tener la vista kárstica en el desayuno, no la vieja cuadrícula central. Las tarifas oscilan con la temporada de globos, así que consulta los precios en vivo junto al Nam Song antes de decidirte. Los dormitorios se agrupan en Hostelworld.

Vientián

hostel 8 USD **medio 30 USD** **confort 70 USD**

Alójate en el centro, a distancia caminable del paseo del Mekong y del mercado nocturno; la ciudad es lo bastante pequeña como para que nada más importe. ¿Aún necesitas cama? El mapa en vivo del centro y Hostelworld cubren los huecos.

Hoteles y guesthouses por todo el centro y la capital, cancelables hasta pocos días antes del check-in.

Buscar alojamiento en Booking.com

TOURS QUE MERECEN LA PENA

The Hungry Tuk Tuk, gastronomía y cultura de Vientián

desde 59 USD

4,7 (60 reseñas)

3 horas

Tour de medio día por la ciudad de Vientián

desde 89 USD

4,6 (23 reseñas)

4 horas

Luang Prabang: creación de velas aromáticas en un hogar patrimonial

desde 35 USD

5,0 (29 reseñas)

2 horas

Tours en vivo de Viator, precios capturados en junio de 2026, valoraciones de reservas verificadas. Toca una tarjeta para reservar.

04

Rutas

Ocho formas de bajar por la línea, la ruta de diez días que vale la pena volar, y el Mekong dibujado como mapa. Además cómo encaja Laos en un viaje más largo por el sudeste asiático.

EN ESTE CAPÍTULO

Elige tu viaje, 8 rutas 26

10 días, día a día 27

La línea como mapa fluvial 29

Combinar Laos con sus vecinos 30

Elige tu viaje

tres dimensiones, ocho rutas · encuentra la tuya, salta al itinerario que corresponde

Con quién viajas, cuánto tiempo tienes, y hasta dónde llegas por la línea deciden la ruta antes que cualquier lista de lugares. Encuentra tu fila abajo; la línea de diez días de la siguiente doble página cubre las tres primeras rutas al completo.

SOLO · 7D · MOCHILERO

El núcleo norte

USD 320 · guesthouses + barca lenta

- Entrada en barca lenta desde Tailandia
- Luang Prabang 3n
- Vang Vieng 2 · Vientián 1

SOLO · 10D · MOCHILERO

El río norte añadido

USD 470 · la línea completa del Mekong

- Luang Prabang 3 · Nong Khiaw 2
- Muang Ngoi 1
- Vang Vieng 2 · Vientián 1

PAREJA · 10D · MEDIO

Lodges de río y templos

USD 1.600 para 2 · alojamientos boutique

- Luang Prabang 4: villas + Kuang Si
- Nong Khiaw 3: lodge junto al río
- Vang Vieng 2 · vuelo de salida

PAREJA · 14D · MEDIO

Norte y sur profundo

USD 2.300 para 2 · un vuelo interno

- Norte como arriba, 8 noches
- Vuelo a Pakse
- Bolaven 3 · 4000 Islas 3

FAMILIA · 10D · MEDIO

Norte tranquilo, sin carreteras difíciles

USD 2.600 · familia de 4

- Luang Prabang 4: cascadas + osos
- Vang Vieng 3: lagunas + globo
- Vientián 2 · tren rápido entre ambos

MOTORISTA · 7D · MEDIO

El bucle de Thakhek

USD 600 · moto + guesthouses

- Vientián 1 · tren a Thakhek
- Bucle de 4 días: cueva de Kong Lor
- Vuelta a Vientián para volar

MOTORISTA · 7D · MEDIO

El bucle de Bolaven, sur

USD 650 · café y cascadas

- Vuelo de entrada a Pakse
- Bucle de Bolaven 3 días
- 4000 Islas 2 para cerrar

NÓMADA · 21D · MEDIO

Base lenta en el norte

USD 1.100 al mes, comida y habitación

- Base en Luang Prabang, 14 noches
- Fin de semana a Nong Khiaw
- Salida por visado o prórroga del e-visa

VALE LA PENA LEER

Versiones completas día a día en la web: la ruta de 7 días, la ruta de 14 días, y la ruta de 21 días.

10 días, la ruta que vale la pena volar

días 1-5: Luang Prabang y el río hacia el norte

La ruta del Mekong, depurada. Pensada para quienes vienen por primera vez, valida también para quienes repiten. Reserva el barco lento o los tramos de tren rápido a través de 12Go con unos días de antelación en temporada alta: el resto se puede decidir sobre la marcha.

1 **Llegada a Luang Prabang**
LPQ: día cero

Aterriza o baja del barco lento. Instálate en la península, camina hasta el mercado nocturno y come en el pasillo de buffets. Duerme temprano para la ceremonia de la mañana.

2 **Limosnas y templos**
inicio al amanecer

Observa el tak bat desde el otro lado de la calle. Café, y despues Wat Xieng Thong y los templos de la península a pie. Sube al Monte Phousi para el atardecer.

3 **Cascadas Kuang Si**
medio día fuera

Tuk-tuk hasta las cascadas temprano, nada en las pozas azules y conoce a los osos rescatados. Tarde libre para el río o los pueblos artesanos.

4 **Al norte, hacia Nong Khiaw**
3h por carretera

Furgoneta río arriba por el Nam Ou. Regístrate en un bungaló junto al río, disfruta de los acantilados al anochecer y cena junto al agua.

5 **Mirador y el río**
subida temprana

Sube al pico Pha Daeng antes del calor. Por la tarde, barco a Muang Ngoi o kayak de regreso; nada más en la agenda.

Si llegas en barco lento, los días 1 y 2 se fusionan: desembarcas a media tarde ya con el ritmo puesto. Aprovecha el día extra en el norte.

Nong Khiaw es el lugar donde la gente desea haberse quedado dos noches más. Si tus fechas lo permiten, quítaselas a Vientiane, no a este tramo.

10 días, la mitad sur del norte

días 6-10: de vuelta por la ruta hacia Vientiane

La segunda mitad gira hacia el sur y gana ritmo con el tren rápido. El paso se acelera un poco, y es asi a propósito: para que los días lentos junto al río del inicio sigan siendo el recuerdo que se lleva. Reserva los asientos del tren con uno o dos días de antelación, se agotan.

6 **Vuelta a Luang Prabang**
3h carretera + tren

Regresa río abajo por el Nam Ou y despues toma el tren rápido hacia el sur. Un último café en la península antes del andén.

7 **Tren a Vang Vieng**
1h en tren rápido

Una hora entre montañas hasta el valle kárstico. Regístrate junto al río, scooter hasta una laguna y atardecer sobre el Nam Song.

8 **Vang Vieng al aire libre**
globo o kayak

Globo aerostático al amanecer si el presupuesto lo permite; si no, el mirador de Nam Xay. Kayak o el circuito de la laguna azul por la tarde.

9 **Tren a Vientiane**
1h en tren rápido

Baja a la capital para el almuerzo. COPE por la tarde, la estupa a la hora dorada y el paseo junto al río para cenar.

10 **Vientiane y salida**
día de vuelo

Wat Sisaket y una mañana tranquila. Reserva tiempo para el trayecto al aeropuerto: la estación de tren queda bastante alejada del centro.

Tienes dos semanas más. Vuela de Vientiane a Pakse el día 10 en lugar de terminar, y suma el circuito de Bolaven y las 4000 Islands al sur.

El tren rápido se agota con días de antelación en temporada alta. Fija tus dos tramos en cuanto tengas las fechas cerradas; presentarse sin reserva es jugarsela.

La ruta como mapa fluvial

de norte a sur por el Mekong: la ruta de diez días en una sola imagen

Todo el viaje es una sola línea siguiendo un mismo río. El mapa de abajo la traza: el barco lento que entra desde la frontera con Tailandia, la ciudad real, los pueblos del río al norte y despues los saltos en tren rápido de vuelta hacia el sur a través del karst hasta la capital, con la extension del sur profundo cayendo por debajo.



geography: Natural Earth 50m · route legs on true coordinates

Combinar Laos con sus vecinos

el país de transito: donde conecta la ruta y en que sentido recorrerla

Laos es el tejido conector del sudeste asiatico continental, y mucha gente lo ve como un tramo de un viaje más largo en lugar de un destino en si mismo. Las fronteras son sencillas y la lógica es geográfica: haz Laos en el medio, cuando ya quieras bajar el ritmo, no al principio cuando aún vas con prisa.

NORTE, DESDE TAILANDIA

Chiang Mai a Luang Prabang

La entrada clásica: autobús a Chiang Khong, cruce en Huay Xai y dos días por el barco lento. Haz Laos despues del norte de Tailandia, la geografia encaja.

ESTE, HACIA VIETNAM

Vientiane o el norte hasta Hanoi

Los autobuses nocturnos cruzan a Vietnam, o vuela de Luang Prabang a Hanoi en una hora. Combina el norte lento de Laos con el bullicio de la capital vietnamita.

SUR, HACIA CAMBOYA

4000 Islands a Siem Reap

La salida terrestre natural: cruza desde Si Phan Don y sigue en autobús hacia Angkor. Termina Laos en el sur profundo y entra directo a Camboya.

→

Circuito de dos semanas por el sudeste asiatico: norte de Tailandia, el barco lento, el norte de Laos y despues un vuelo a Hanoi. Es la ruta mochilera más recorrida de la region, y con razón.

←

El tren rápido ahora llega al norte hasta China por Boten, asi que Luang Prabang a Kunming es un sólo día panoramico si tu visado lo permite.

EN LA WEB Cruces fronterizos y tramos terrestres en la guía de como moverse, y las escapadas fuera de ruta en el repaso de lugares menos turisticos.

05

Cuando ir

Una temporada seca, una verde y un calendario de festivales que merece la pena planificar. Ademas, lo que cuesta un día de verdad, impreso como un ticket de compra.

EN ESTE CAPITULO

Clima, aglomeraciones, precio 32

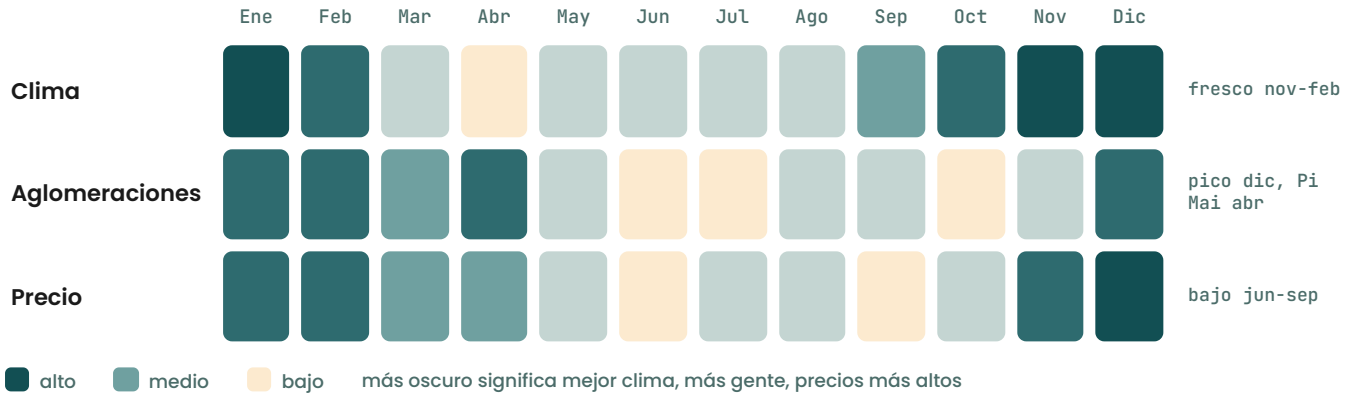
Lo que cuesta un día de verdad 33

Festivales que merece la pena planificar 34

Clima, aglomeraciones, precio

calendario de 12 meses: la ventana fresca y seca es corta

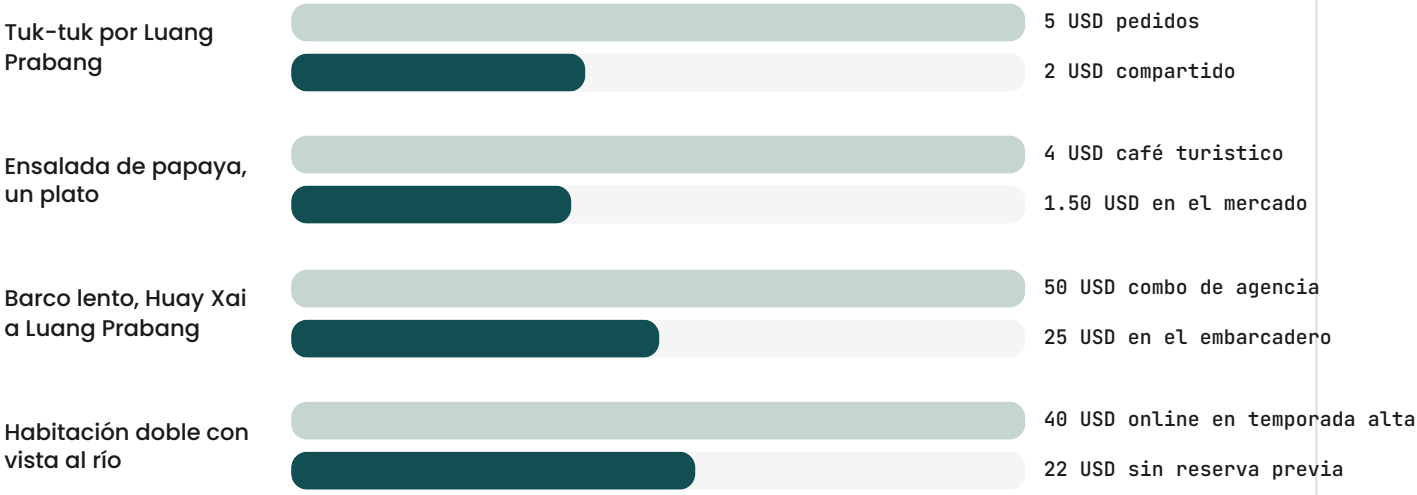
Laos tiene una temporada seca marcada de noviembre a marzo y una temporada verde y lluviosa de mayo a octubre. El punto óptimo es estrecho: noviembre y diciembre son frescos, despejados y los ríos aún llevan suficiente caudal para navegar. Hacia marzo la quema de rastrojos cubre el norte de bruma mientras los agricultores limpian sus campos, y abril trae el calor más fuerte del año justo antes de que rompan las lluvias. La temporada verde es húmeda y los caminos secundarios se vuelven barro, pero las cascadas rugen con fuerza y el país se vacia de viajeros.



clima: promedios de 10 años, capturado 2026-05-17 · aglomeraciones y precio: estimación de pack-lightly

LO QUE CUESTAN LAS COSAS: PRECIO PEDIDO VS. PRECIO PAGADO

DATOS DE MUESTRA



Lo que cuesta un día de verdad

de la cama al último trago, tres formas: desglosado, con fecha de captura

Las cifras principales, hechas concretas. Tres días en Laos, calculados línea por línea al nivel que realmente gasta la mayoría de los viajeros. Laos resulta un poco más barato que Tailandia en alojamiento y comida, y un poco más caro en transporte porque las distancias son largas y el barco lento tiene su propio coste. Capturado en mayo de 2026; la calculadora de presupuesto mantiene la versión actualizada.

UN DÍA EN LAOS

* mochilero *

litera en albergue	6.00
desayuno con baguette	1.50
almuerzo de fideos	2.00
cena de mercado + arroz	3.00
tuk-tuk compartido	2.00
entrada a la cascada	2.50
dos Beerlao	2.00
agua y snacks	1.00
TOTAL / DIA	**~20 USD**

estimación de la calculadora de presupuesto · 2026-05-17

UN DÍA EN LAOS

* estándar *

habitacion doble, mitad	14.00
desayuno en café	4.00
almuerzo junto al río	5.00
cena con bebidas	9.00
tuk-tuk + barco del día, compartido	7.00
kayak o excursión a cueva	6.00
TOTAL / DIA	**~45 USD**

estimación de la calculadora de presupuesto · 2026-05-17

UN DÍA EN LAOS

* confort *

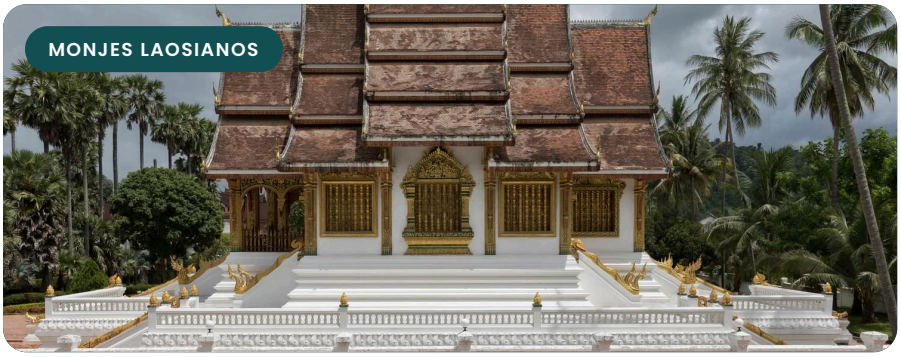
villa boutique, mitad	55.00
desayuno del hotel	incl.
almuerzo en restaurante	10.00
cena, buena mesa	18.00
conductor privado, medio día	20.00
tour guiado o crucero	incl. arriba
copas al atardecer x2	7.00
TOTAL / DIA	**~110 USD**

estimación de la calculadora de presupuesto · 2026-05-17

05

Festivales que merece la pena planificar

el calendario budista marca el año: un festival puede definir las fechas del viaje



Laos se rige por el calendario lunar budista, asi que las fechas de los festivales cambian cada año; comprueba antes de reservar. El más grande es Pi Mai, el Año Nuevo laosiano a mediados de abril, tres días de lanzamiento de agua y visitas a templos que coinciden con la semana más calurosa del año. Es alegre y empapado, pero el transporte y el alojamiento se tensan, asi que decide si quieres estar en medio o alrededor.

Las otras fechas que merece la pena planificar: las carreras de barcas al final de la Cuaresma budista en otoño, y el festival de That Luang en Vientiane cada noviembre, cuando las procesiones de velas rodean la estupa dorada. Ninguna necesita ser el eje del viaje, pero coincidir con una convierte una semana normal en la que la gente recuerda.

Durante Pi Mai, espera acabar empapado en cualquier lugar público. Protege tu teléfono del agua y súmate a la fiesta, o quédate fuera de la calle al mediodía.

Las fechas de los festivales se mueven con la luna cada año. Confirma los días exactos antes de reservar vuelos para mediados de abril o noviembre.

MEDIADOS DE ABRIL

Pi Mai, Año Nuevo laosiano

Tres días de agua, ofrendas en los templos y la fiesta más grande del año. Caluroso, empapado y alegre; Luang Prabang lo celebra mejor que nadie.

OCTUBRE

Boun Ok Phansa

El fin de la Cuaresma budista: barcas iluminadas con velas descienden por el Mekong, y al día siguiente el río se llena de carreras de piraguas.

NOVIEMBRE

Festival de That Luang

Una semana de procesiones de velas alrededor de la estupa dorada en Vientiane; el punto culminante espiritual del calendario nacional.

VER TAMBIÉN El desglose mes a mes en la página de mejor epoca para viajar, y el contexto festivo en el repaso de cultura.

06

Práctico

Las cuatro cosas que reservar antes de volar, como funcionan de verdad el dinero y las largas distancias, y la lista breve que mantiene simple un viaje a Laos.

EN ESTE CAPITULO

Reserva en este orden 36

Dinero y transporte 37

Cama, mochila, señal 38

Básicos de salud 39

Reserva en este orden

cuatro cosas antes de volar: el resto se resuelve sobre el terreno

Laos castiga la sobreplanificación incluso más que sus vecinos: alojamientos, barcos y autobuses se organizan más barato y con más facilidad ya en el país. Sólo cuatro cosas compensan realmente reservarlas con antelación, y siguen un orden natural. El visado es el único trámite real, y el visado electrónico lo convierte en un asunto de diez minutos antes de salir.

8 sem
antes

Vuelos internacionales

Laos tiene poca conexión de largo radio, asi que la mayoría de llegadas conectan por Bangkok, Hanoi o Singapur. Las tarifas a Luang Prabang o Vientiane se estabilizan entre seis y ocho semanas antes; un salto por Bangkok suele ser el tramo final más barato.

Compara vuelos con Skyscanner

4 sem
antes

Seguro y visado

Contrata un seguro de viaje con buena cobertura médica y, si vas a conducir moto, cobertura para motocicleta; las clínicas son básicas y un caso grave implica evacuación a Tailandia. Después resuelve el visado: el e-visa oficial cuesta 50 USD para la mayoría de nacionalidades, o el visado a la llegada en los puntos de entrada principales por un poco menos. Para pasaporte español, comprueba los requisitos exactos.

Comprueba las reglas de entrada según tu pasaporte

1 sem
antes

Los tramos de barco lento o tren

Reserva el barco lento de dos días o los asientos del tren rápido con unos días de antelación en temporada alta; ambos se llenan. Tambien las dos primeras noches de alojamiento. El resto de camas puede esperar a que estes allí.

Reserva transporte con 12Go

unos días
antes

eSIM

Instala antes de salir, activa a la llegada. La cobertura es sólida en las ciudades y irregular en el río y los circuitos; descarga los mapas sin conexión antes de dejar el wifi. Entre 5 y 10 GB cubren dos semanas.

Contrata una eSIM de Saily

Regla del pasaporte: seis meses de validez desde la llegada, y el e-visa exige una página en blanco. Comprueba ambas cosas ahora.

Lleva dólares estadounidenses en buen estado para la tasa del visado y emergencias; el kip laosiano no se puede comprar fuera del país y los cajeros tienen límites bajos.

Dinero y transporte

país de efectivo: el tren rápido lo cambio todo de norte a sur

Laos funciona con efectivo. El kip viene en cifras grandes, los dólares estadounidenses y el baht tailandés se aceptan ampliamente, y las tarjetas sólo funcionan en hoteles de gama alta. Ahora hay cajeros en cada pueblo, pero limitan los retiros a poco, entre 1 y 2 millones de kip, y cobran una comisión fija cada vez, asi que saca el máximo y lleva dólares como respaldo. Presupuesta un coste de transporte diario algo más alto que en Tailandia; las distancias son reales.

CONCEPTO	MOCHILERO	MEDIO	CONFORT
Litera en albergue / habitacion doble privada	USD 6	USD 24	USD 60
Comida de mercado / restaurante	USD 2	USD 8	USD 22
Beerlao	USD 1	USD 2	USD 4
Tren rápido, un tramo	USD 8	USD 12	USD 20
Tuk-tuk por la ciudad	USD 2	USD 3	USD 5

verificado 2026-05-14 · estimación de pack-lightly para Laos · cifras por categoría en la guía de presupuesto

TRANSPORTE: QUE OPCIÓN GANA

El ferrocarril China-Laos de 2021 reescribió los desplazamientos aquí. El tren rápido conecta Vientiane, Vang Vieng, Luang Prabang y la frontera china en horas en lugar de los antiguos autobuses de montaña de todo el día, y los billetes son baratos; resérvalos con antelación a través de 12Go porque se agotan. Para el río, elige el barco lento sobre la carretera siempre que exista; es la experiencia, no sólo el traslado. Los vuelos domésticos conectan los extremos, como Luang Prabang con Pakse, cuando el autobús consumiría dos días. En las ciudades, los tuk-tuks y los songthaew compartidos cubren todo; acuerda el precio antes de subir. Para los circuitos, alquila una moto semiautomática y lleva combustible de repuesto.

La estación del tren rápido queda bastante alejada de cada ciudad. Suma 30 minutos y un trayecto en tuk-tuk en cada dirección; no ajustes las salidas al límite.

Las aerolíneas y las empresas de autobuses se mencionan sin enlace aquí cuando no hay relación de socio afiliado; resérvalas directamente en la estación o el mostrador.

LA IMAGEN COMPLETA

Notas sobre cambio de divisa y cajeros en la guía de moneda, y las rutas internas en la guía de como moverse.

Cama, mochila, señal

hoteles, equipaje y eSIM: los tres problemas resueltos

CAMA

Para gama media y alta, Stay22 gana en cancelación gratuita e inventario en las ciudades principales. Para albergues y alojamientos sociales, Hostelworld tiene el fondo de reseñas más amplio. En los pueblos del río y en los circuitos, gran parte del mejor alojamiento no esta online en absoluto; preséntate y camina por la calle, y escribe directamente a las villas boutique para conseguir un mejor precio.

MOCHILA: LA LISTA DE EQUIPAJE DE MANO PARA TEMPORADA FRESCA

- [ ] Dos camisetas de secado rápido, una manga larga para templos y noches frescas
- [ ] Un forro polar o capa real para la meseta y el barco al amanecer
- [ ] Sandalias más un calzado cerrado para los miradores
- [ ] Botiquín básico: loperamida, paracetamol, sales de rehidratación
- [ ] DEET al 30% y SPF 50
- [ ] Adaptador de enchufe tipo A/B/C
- [ ] Batería portátil de 20.000 mAh para noches sin electricidad
- [ ] Una linterna frontal para cuevas y cortes de luz
- [ ] Bolsa estanca para el barco lento y las cuevas del río
- [ ] Pañuelo o sarong para los códigos de vestimenta de los templos

Señal. Compra la eSIM antes de volar y actívala a la llegada. La cobertura es buena en las ciudades, escasa en los ríos y los circuitos, asi que descarga los mapas sin conexión primero. Un plan de 5 GB cubre una semana (~8 USD); 10 GB cubren dos. Las estancias de más de un mes salen más baratas con una SIM local Unitel o Laotel de cualquier tienda de telefonía (lleva el pasaporte).

Contrata una eSIM de Saily

PROFUNDIZA MÁS

La lista por temporada en la lista de equipaje, y los planes de datos comparados en el repaso de eSIM.

Básicos de salud

seis semanas antes: cobertura médica más limitada que sus vecinos

Laos requiere un poco más de atención médica que Tailandia o Vietnam porque la infraestructura sanitaria es más limitada: los casos graves se evacuan al otro lado de la frontera, a Tailandia, que es exactamente para lo que sirve un buen seguro. Los riesgos cotidianos son los típicos de la region, y la mayoría de la lista de abajo es preparacion, no motivo de preocupación. Resuélvelo seis semanas antes.

LA LISTA DE SEIS PASOS

- [ ] **Seis semanas antes:** visita a la clínica de viaje. Confirma que las vacunas de rutina (triple vírica, DTP, tétanos) estén al día.
- [ ] **Recomendadas:** hepatitis A y fiebre tifoidea, por ser un país de comida callejera y agua de río. La hepatitis A es una serie de dos dosis; empieza pronto.
- [ ] **Segun riesgo:** encefalitis japonesa para estancias rurales largas, y profilaxis de rabia si vas a estar lejos de una clínica en los circuitos.
- [ ] **Malaria:** riesgo bajo en las ciudades, real en zonas rurales fronterizas remotas. Consulta con un médico de viaje según tu ruta exacta.
- [ ] **Equipaje:** el botiquín de la página 38. Las farmacias son básicas fuera de la capital; lleva lo que necesites.
- [ ] **Seguro:** una buena cobertura médica con evacuación de emergencia a Bangkok es el punto más importante de esta página.

SI ALGO SALE MAL

Para cualquier cosa grave, el plan es Tailandia: los mejores hospitales estan al otro lado de la frontera, en Udon Thani o Bangkok, y las aseguradoras evacuan allí de forma habitual. En Vientiane, el hospital franco-laosiano Mahosot y la clínica Alliance International se ocupan del día a día. En los circuitos y los ríos estas realmente aislado, asi que conduce dentro de tus límites y lleva un botiquín básico. El agua del grifo no es segura en ningún sitio; quédate con el agua embotellada o filtrada.

La cobertura de evacuación a Tailandia es la línea de tu seguro que más importa aquí. Confírmala antes de hacer un circuito en moto.

El dengue existe en la temporada de lluvias. El DEET al atardecer es el protocolo; no hay ninguna pastilla que lo sustituya.

SIGUE LEYENDO Riesgos ruta por ruta en el repaso de seguridad, y la fauna que puedes encontrar en los senderos en la página de animales.

07

Seguridad e inteligencia práctica

Laos es uno de los países más seguros de la región para viajar, con un riesgo real que le es propio. Además de la etiqueta que marca la diferencia y el mínimo de idioma que cambia como responde la gente.

EN ESTE CAPÍTULO

La única historia de seguridad que importa: UXO 41

Etiqueta: la lista corta 42

Números de emergencia y ocho frases 43

La única historia de seguridad que importa: UXO

el país más bombardeado per cápita del mundo · y como afecta a un viajero

El robo menor contra viajeros en Laos es raro y el crimen violento aún más; es uno de los países más seguros de la región para moverse. La historia de seguridad real es otra, y más pesada. Entre 1964 y 1973, Estados Unidos lanzó más de dos millones de toneladas de bombas sobre Laos, más que sobre Alemania y Japón juntos en toda la Segunda Guerra Mundial, y se estima que un tercio nunca explotó. Sesenta años después, esas municiones sin explotar siguen matando y mutilando, sobre todo a agricultores y niños, y aproximadamente una cuarta parte de las aldeas sigue contaminada.

RIESGO 01

Municiones sin explotar fuera del camino

En las provincias bombardeadas, sobre todo el este y la Llanura de las Tinajas, aún quedan municiones activas en campos y bosques. Los sitios despejados están marcados; el terreno junto a ellos puede no estarlo.

Qué hacer: mantente en los senderos marcados en los sitios de las tinajas y en las rutas rurales, nunca recojas chatarra metálica, y visita el centro COPE en Vientián para entender el tema.

RIESGO 02

La lancha rápida de un día

La lancha rápida entre Huay Xai y Luang Prabang tiene un historial real de accidentes fatales; los cascos de moto que reparten no son decoración.

Qué hacer: toma en su lugar el barco lento de dos días. Es más barato, más seguro y, con diferencia, la mejor experiencia.

RIESGO 03

Accidentes en el río y en las rutas en moto

El tubing, el kayak y los loops en moto causan la mayoría de las lesiones entre viajeros. El río baja rápido en la temporada de lluvias y las rutas de loop son remotas, con poca cobertura médica.

Qué hacer: usa el chaleco salvavidas, evita los bares del río, conduce dentro de tu nivel y confirma que tu seguro cubre ambas actividades.

RIESGO 04

El menú "feliz"

En algunos pueblos mochileros, ciertos bares siguen ofreciendo batidos y pizzas con droga. La calidad es desconocida, la ley es estricta, y las bebidas adulteradas han hospitalizado a viajeros.

Qué hacer: evítalos. Las penas son severas y el respaldo médico está a horas de distancia.

07

MÁS EN EL SITIO

El panorama completo de seguridad en el análisis de seguridad, y el museo que cuenta la historia de las UXO en el centro COPE.

Etiqueta: la lista corta

las primeras cuatro son esenciales · las últimas cuatro te mantienen bienvenido

Ocho cosas que importan. Las primeras cuatro causan ofensa real si las ignoras; las últimas cuatro marcan la diferencia entre ser un invitado educado o uno incómodo. Laos es amable y comprensivo, pero el tejido social es profundo.

SÍ

Mantén la calma, siempre

No hacer perder la dignidad al otro lo es todo. El enfado o alzar la voz pierden cualquier negociación; una sonrisa la gana.

NO

Tocar a un monje, o entregarle algo directamente (mujeres)

Las mujeres colocan las ofrendas sobre una tela, nunca directamente en las manos del monje. Nadie toca a un monje.

SÍ

Devuelve el nop, viste cubierto en los templos

Palmas juntas, ligera reverencia, para el saludo. Hombros y rodillas cubiertos, zapatos fuera en el interior.

NO

Apuntar con los pies a un Buda o a una persona

Los pies son la parte más baja del cuerpo. Recógelos en los templos, y nunca toques una cabeza.

SÍ

Observa la limosna del amanecer con respeto

Al otro lado de la calle, sentado, en silencio, sin flash. Participa solo si entiendes la etiqueta.

NO

Hablar de política a la ligera

Laos es un estado de partido único. Los locales evitan el tema en público; sigue su ejemplo y déjalo estar.

SÍ

Aprende un poco de lao

Sabaidee y khop chai llegan lejos; pocos viajeros lo intentan, y eso cambia la bienvenida.

NO

Apurar a la gente

"Bor pen nyang", sin preocupaciones, es el ánimo nacional. Apresurar una transacción se lee como grosero.

Las muestras de afecto en público entre parejas se ven mal, sobre todo en las aldeas. Mantenlo discreto y no fallarás.

No se espera propina pero se recibe con gusto; redondear en una pensión o para un guía es muy apreciado.

07

SIGUE LEYENDO Religión, tradiciones y el contexto completo de la etiqueta en el artículo de cultura, y el canon de templos en la página de monumentos religiosos.

Números de emergencia y ocho frases

guarda los números ahora · las frases cambian como responden los locales

POLICÍA
191
línea en lao

AMBULANCIA (VIENTIÁN)
1195
solo capital

BOMBEROS
190
todo el país

POLICÍA TURÍSTICA (VIENTIÁN)
+856 21 251 128
inglés, horario diurno

EMBAJADA DE ESPAÑA EN VIENTIÁN
[VERIFICAR: número de la Embajada de España en Vientián]
servicios consulares

ALLIANCE CLINIC VIENTIÁN
+856 21 513 095
clínica para extranjeros

OCHO FRASES QUE CAMBIAN COMO RESPONDEN LOS LOCALES

ESPAÑOL	LAO (FONÉTICO)	NOTAS
Hola	sabaidee	el saludo para todo uso
Gracias	khop chai (lai lai)	añade "lai lai" para muchas gracias
Sí / No	men / bor	"bor" es el no universal
¿Cuánto cuesta?	tao dai?	esencial para mercados y tuk-tuks
Sin picante, por favor	bor phet	dilo dos veces si lo dices en serio
Sin preocupaciones / está bien	bor pen nyang	la frase nacional
Delicioso	saep	dilo sobre la comida y te ganas al cocinero
¡Ayuda!	suay dae!	solo para emergencias

Guarda el nombre de tu pensión en escritura lao y el número de la embajada antes de la primera salida nocturna; el inglés escasea fuera de las ciudades.

Estas mismas frases se imprimen como tarjeta de cartera en la página 47; recórtala y guárdala con la llave de tu habitación.

08

Herramientas y referencia

Las herramientas activas con las que se construyó esta guía, las tarjetas recortables para tu cartera, y las fuentes detrás de cada dato.

EN ESTE CAPÍTULO

Llévate las herramientas en vivo 45

Tarjetas para imprimir: corta, dobla, llévatelas 46

Fuentes y metodología 47

Una nota sobre los enlaces 49

Llévate las herramientas en vivo

escanea para abrir · los datos se actualizan después de imprimir este PDF

Esta guía es una instantánea; las herramientas detrás de ella siguen actualizándose. Escanea un código o escribe la URL corta. Cada una viene precargada con los mismos datos de Laos con los que se construyó esta guía.



Calculadora de presupuesto de viaje

Laos: 22 EUR/día mochilero, 85 EUR/día confort.

packlightly.es/
herramientas/calculadora-de-presupuesto/



Mapa de viaje interactivo por país

Puntos de Laos en el mapa, de Luang Prabang a las 4000 Islas.

packlightly.es/
herramientas/mapa-de-viaje-interactivo-por-pais/



Mapa de la mejor época para viajar

Mejor época: noviembre-febrero. Clima mes a mes para más de 140 países.

packlightly.es/
herramientas/mapa-de-la-mejor-epoca-para-viajar/



Comprobador de visados

Laos: e-visa o visado a la llegada. Consulta la norma para tu pasaporte.

packlightly.es/
herramientas/comprobador-de-visados/

Tarjetas para imprimir: corta, dobla, llévatelas

imprime al 100% de escala · tamaño tarjeta de crédito, 85 x 54 mm

Imprime esta página en A4 o carta al 100 por ciento (sin ajustar a página), corta por las líneas discontinuas, y las dos tarjetas viven en tu cartera durante el viaje. Los campos del formulario son interactivos en Acrobat y en la vista previa de iOS si prefieres escribir en pantalla en vez de a mano.

LAO · ESENCIALES

Hola	sabaidee
Gracias	khop chai
Sí / No	men / bor
¿Cuánto cuesta?	tao dai?
Sin picante, por favor	bor phet
Sin preocupaciones	bor pen nyang
Delicioso	saep
¡Ayuda!	suay dae!

packlightly.es

EMERGENCIA · LAOS

Policía	191
Ambulancia (Vientián)	1195
Bomberos	190
Embajada de España (Vientián)	[VERIFICAR: número de la Embajada de España en Vientián]
Alliance Clinic	+856 21 513 095

Mi pensión: _____

Dirección: _____

Nº de seguro: _____

Frente de la tarjeta izquierda, dorso de la derecha: imprime a doble cara por el lado corto y se doblan en una sola.

¿Perdiste la guía pero guardaste la tarjeta? El código QR abre el hub de Laos en vivo con cada página que enlaza esta guía, más las actualizaciones publicadas después de que esta edición fuera a imprenta.

packlightly.es/laos/

Fotografía ambas tarjetas antes de cortarlas. Una copia en el móvil de la tarjeta de emergencia sigue funcionando cuando la cartera se quedó en la pensión.

Pide en recepción que escriban el nombre y la dirección de tu pensión en escritura lao en el dorso; los conductores de tuk-tuk lo leen de un vistazo.

Fuentes y metodología

cada dato se rastrea hasta una fuente fechada



ESCRITO POR

Wouter van Kemenade

Fundador de Pack Lightly. Más de veinte países recorridos, con el sudeste asiático continental como especialidad de largo recorrido. Formación en marketing de resultados, escritura de viajes basada en datos. Cada dato de esta guía está verificado contra una fuente listada abajo; Laos tiene menos conjuntos de datos de referencia que sus vecinos, así que donde una cifra es una estimación, la página lo indica.

FUENTES USADAS EN ESTA EDICIÓN

1. Precios de pensiones y hoteles: instantánea de Booking y Hostelworld del 14-05-2026, muestra de las ciudades principales.
2. Puntuaciones de país: conjunto de datos de comparación de países de Pack Lightly, revalorado en 02-2026.
3. Política de visados: el portal oficial de e-visa de Laos (laoevisa.gov.la), consultado el 15-05-2026.
4. Datos de UXO: la Autoridad Reguladora Nacional de Laos y el centro COPE, consultado en 05-2026.
5. Advertencias de viaje: FCDO y el Departamento de Estado de EE. UU., última actualización 30-04-2026.
6. Clima: promedios de diez años de Open-Meteo, capturados el 17-05-2026.
7. Páginas del clúster de Laos en Pack Lightly, consultadas el 15-06-2026: visado · seguridad · mejor época para viajar · moneda

Metodología. Las puntuaciones de país de Pack Lightly agregan once dimensiones en la escala de 0 a 100 de la página 5, revalorada cada seis meses; la última revaloración completa se hizo en febrero de 2026. Donde los datos en vivo de presupuesto y clima aún no incluían valores de Laos, los costes diarios y el calendario son estimaciones de campo de Pack Lightly, marcadas como tales en la página y con fecha de captura.

Qué cambió en la edición 2026.06: primera edición de Laos en el estándar de diseño v2. Próxima actualización planeada: diciembre de 2026. No cubierto en profundidad aquí: el extremo noroeste (trekkings en Luang Namtha) y las provincias del este profundo, que tienen sus propias páginas en línea.

Créditos fotográficos. Cada fotografía procede de Wikimedia Commons bajo licencia Creative Commons o de dominio público. La lista completa por imagen, con cada fotógrafo y licencia, está en la página siguiente. Los datos y precios de tours proceden de la Viator Partner API, capturados en junio de 2026.

Créditos de imágenes

cada foto, su autor y licencia

Todas las fotografías de lugares, comida y fauna proceden de Wikimedia Commons. Cada una se reutiliza bajo la licencia Creative Commons o de dominio público indicada abajo, con atribución al fotógrafo. Bajo CC BY-SA, esta lista y cualquier reutilización llevan los mismos términos de compartir-igual. Haz clic en cualquier título para abrir el archivo original en Commons.

1. **Plantación de café en la Meseta de Bolaven, Laos**. Colaborador de Wikimedia Commons, CC BY-SA 4.0.
2. **Cataratas de Khone Phapheng, sur de Laos**. Colaborador de Wikimedia Commons, CC BY-SA 4.0.
3. **Entrada del río en la cueva Kong Lor, Thakhek**. Colaborador de Wikimedia Commons, CC BY-SA 4.0.
4. **Cascada turquesa de Kuang Si**. Colaborador de Wikimedia Commons, CC BY-SA 4.0.
5. **Novicios budistas laosianos**. Colaborador de Wikimedia Commons, CC BY-SA 4.0.
6. **Arroz glutinoso lao (khao niaw) en cesta de bambú**. Colaborador de Wikimedia Commons, CC BY-SA 4.0.
7. **Larb, ensalada de carne picada lao**. Colaborador de Wikimedia Commons, CC BY-SA 4.0.
8. **Mercado nocturno de artesanía en Luang Prabang**. Colaborador de Wikimedia Commons, CC BY 2.0.
9. **Casco antiguo de Luang Prabang / Mekong**. Colaborador de Wikimedia Commons, CC BY-SA 3.0.
10. **Tejados de la península de Luang Prabang / monte**. Colaborador de Wikimedia Commons, CC BY-SA 4.0.
11. **Aldea ribereña de Muang Ngoi Neua**. Colaborador de Wikimedia Commons, CC0.
12. **Formaciones kársticas del río Nam Ou en Nong Khiaw**. Colaborador de Wikimedia Commons, CC BY-SA 4.0.
13. **Monumento a la victoria Patuxai, Vientián**. Colaborador de Wikimedia Commons, CC-BY-SA-3.0.
14. **Estupa dorada de Pha That Luang, Vientián**. Colaborador de Wikimedia Commons, CC0.
15. **Tinajas de piedra en la Llanura de las Tinajas, Phonsavan**. Colaborador de Wikimedia Commons, CC BY-SA 2.5.
16. **4000 Islas, Don Det, Si Phan Don**. Colaborador de Wikimedia Commons, CC BY-SA 4.0.
17. **Cascada Tad Fane o Tad Yuang**. Colaborador de Wikimedia Commons, CC BY-SA 4.0.
18. **Ceremonia del Tak Bat, monjes recogiendo limosnas al amanecer**. Colaborador de Wikimedia Commons, CC BY 2.0.
19. **Tam mak hoong, ensalada de papaya verde lao**. Colaborador de Wikimedia Commons, CC BY-SA 3.0.
20. **Montañas kársticas de Vang Vieng, río Nam Song**. Colaborador de Wikimedia Commons, CC BY-SA 4.0.
21. **Templo Wat Xieng Thong, Luang Prabang**. Colaborador de Wikimedia Commons, CC BY-SA 4.0.
22. **Barco lento de madera**. Colaborador de Wikimedia Commons, CC BY-SA 4.0.

Datos y precios de tours: Viator Partner API, capturados en junio de 2026. Retrato del autor y marcas de la marca: Pack Lightly.

Una nota sobre los enlaces de esta guía

divulgación · por qué esta guía es gratis

Esta guía es gratuita porque algunos de los enlaces de reserva que contiene son enlaces de afiliado. Cuando un lector reserva un alojamiento, un trayecto de transporte o una eSIM a través de uno de esos enlaces, el comercio le paga a Pack Lightly. El lector paga el mismo precio de cualquier manera.

La elección viene antes que el socio. Un pueblo donde alojarse o una forma de viajar se elige por lo que aporta al viaje, y donde existe un enlace de socio para ello se usa ese enlace; donde no existe, el enlace simple igual apunta ahí. La lancha rápida sigue siendo la opción peligrosa, y el barco lento conserva su lugar porque es la mejor opción. La comisión financia la guía, no decide por ella.

Preguntas, correcciones, o un lugar que probaste y que merece estar en la próxima edición: escribe a hello@pack-lightly.com.

Socios enlazados en esta edición: Skyscanner · Booking.com · 12Go Asia · Saily · Hostelworld · Stay22 · Viator · vía Travelpayouts

Los enlaces pueden durar menos que una edición impresa. Si uno deja de funcionar, la versión en vivo de cada página de esta guía está en packlightly.es/laos.

Este archivo tiene versión; la edición está en la portada. La próxima actualización planeada llega en diciembre de 2026 y reemplaza este archivo en la misma descarga.