



CUADERNO DE BITÁCORA: TAILANDIA

TRANSPORTE

▪ Transporte en la ciudad

En Bangkok existen varios métodos para poder desplazarse por la ciudad. Los más sencillos son el taxi, el metro (MRT) y el tren elevado (BTS).

Todos los **taxis** en Bangkok llevan taxímetro. Sin embargo, algunos taxistas pueden mostrarse reticentes a ponerlo, por lo que si no lo hace el taxista directamente, debe solicitarlo. La bajada de bandera son 35 baht por los dos primeros kilómetros, avanzando en intervalos de 2 baht en función de la distancia recorrida y tiempo de espera.

Con el fin de facilitar la comunicación con el taxista, es muy aconsejable llevar la dirección a la que se dirige escrita en tailandés.

Se recomienda evitar los taxis que aparkan enfrente de hoteles, templos, restaurantes u otros lugares frecuentados por turistas, ya que suelen requerir un precio fijo, superior al que se pagaría haciendo uso del taxímetro. Asimismo, en las horas punta (de 7 a 9 a.m. y de 4 a 6 p.m.) es aconsejable hacer uso del transporte público para evitar atascos.

El **BTS o tranvía elevado** es un medio de transporte rápido y económico. Los billetes se compran en las taquillas de cada una de las estaciones, y el precio varía en función del número de paradas. El precio mínimo es 15 bahts y el máximo es 42 bahts.

El **metro MRT** también es una alternativa rápida y asequible. Los billetes varían también por el número de estaciones, oscilando el precio entre 16 y 40 bahts.

Para ambos medios de transporte, existen tarjetas con saldo recargable, e incluso pases de día. Sin embargo, las tarjetas de MRT no pueden ser usadas en el BTS y viceversa.

Además, es posible utilizar los famosos **tuk-tuk** (triciclos motorizados), aunque se aconseja su uso sólo ocasionalmente. La tarifa debe negociarse antes de subir y su coste suele ser superior al de un taxi.

En Bangkok también se ha desarrollado el transporte por motorista (**mototaxi**), barato y más rápido ante los frecuentes atascos, si bien también más peligroso.

▪ Transporte al aeropuerto

Existe un tren llamado airport link que sirve de enlace entre Bangkok y el aeropuerto de Suvarnabhumi, el principal de la ciudad.

Existen dos tipos de trenes: City line, que efectúa paradas intermedias entre la estación de BTS Phaya Thai y el aeropuerto, tardando 30 minutos en hacer este trayecto; y Express Line, el cual conecta sin paradas la estación de Phaya Thai con el aeropuerto, con una duración de 17 minutos por trayecto. Este último tipo de tren no está disponible actualmente, por labores de mantenimiento.



El segundo aeropuerto de Bangkok, Don Mueang, no está conectado por el momento con ninguna vía de transporte público.

JORNADA LABORAL: (Horarios habituales de oficinas, almuerzos, cenas)

- Bancos: De lunes a viernes de 8.30 a 16.30 horas
- Administración pública: De lunes a viernes 8.30-12.00 y de 13.00-16.30 horas
- Empresas: De lunes a viernes de 8.30 ó 9.00 a 16.30 ó 17.00. Algunas empresas trabajan también el sábado, aunque no suelen concertar reuniones ese día.
- Comercios: Todos los días de 10.00 ó 10.30 a 21.00 ó 22.00 horas los grandes almacenes y de 9.00 a 19.00 horas el pequeño comercio.
- Almuerzos: Pausa para comida de 12.00 a 13.00 horas
- Cenas: Horario habitual de restaurantes para cena 18.00-22.00 horas

HORARIOS Y FIESTAS

Días festivos

Fecha	Concepto
1 enero	Año Nuevo
Finales de enero/principios de febrero	Año Nuevo Chino
Luna llena de febrero	Fiesta religiosa (Makha Bucha)
6 abril	Fiesta de la Dinastía Chakri
13-15 abril	Año Nuevo Tailandés (Songkran)
1 mayo	Día del Trabajo
5 mayo	Día del Coronación
Luna llena de mayo	Fiesta religiosa (Visakha Bucha)
Luna llena de julio y día siguiente	Fiestas religiosas (Asaraha Bucha y Khao Pansa)
12 agosto	Cumpleaños de la Reina
23 octubre	Día del Rey Chulalongkorn
5 diciembre	Cumpleaños del Rey
10 diciembre	Día de la Constitución Tailandesa
31 diciembre	Fin de Año

VACACIONES

En Tailandia, no existe un periodo fijo de vacaciones, a excepción del año nuevo tailandés o *songkran*, cuando las empresas cierran por un periodo de tres días. Además, los días próximos a estas fechas son periodos de poca actividad empresarial y de vacaciones.

DIFERENCIA HORARIA

Seis horas más que España peninsular y Baleares en invierno, y cinco horas más en verano.



CLIMA

El país se divide en cuatro principales regiones, de diversa orografía y clima: Norte, región montañosa y de clima más suave; Noreste, región semiárida formada por una meseta fronteriza al río Mekong; Centro, región fértil en la que se encuentra la capital; y Sur, región de rica vegetación tropical y de gran atractivo turístico gracias a sus islas.

El clima de Tailandia está condicionado por los monzones, que determinan la alternancia de tres estaciones en el Norte, Nordeste y Centro y de dos estaciones en el Sur.

La zona triestacional, que se extiende desde el extremo Norte hasta la provincia de Phetchaburi, cuenta con una estación húmeda (junio-octubre), una estación fría (noviembre-febrero) y una estación cálida (marzo-mayo). En la zona Sur del país, donde llueve mucho más, únicamente se alternan dos estaciones, una seca y otra húmeda, con diferencias de temperaturas mucho más pequeñas entre ambas.

Tailandia es un país cuya humedad en el ambiente se sitúa entre el 66% y el 82% y cuyas temperaturas oscilan entre los 13 ° C y los 40 ° C, dependiendo de la región, la estación y la hora del día. Por ello, ropa suelta y ligera de verano español es lo recomendable, especialmente los tejidos naturales como el algodón.

No obstante, en los espacios cerrados la temperatura baja drásticamente por el uso del aire acondicionado a temperaturas muy bajas, por lo que se recomienda ropa algo más abrigada (tipo primavera en España) para las reuniones, transporte público, hoteles y centros comerciales, y si se piensa viajar a alguna zona montañosa.

Debe destacarse que en la cultura tailandesa la imagen personal y el aspecto físico juegan un papel muy importante, por lo que a pesar de estar en un clima tropical, no conviene descuidar la imagen cuando de hacer negocios se trata. Camisa, pantalón de traje (si no traje entero) y zapato cerrado es recomendable para causar buena impresión.

SALUD

No hay vacunas obligatorias para estancias cortas en Tailandia, pero se recomienda siempre la consulta con su médico. Para estancias largas las vacunas habituales son: hepatitis A y B, fiebre tifoidea, cólera, tétanos y meningitis.

Es recomendable la contratación de un seguro médico. El servicio médico privado de Tailandia es valorado internacionalmente, pero tiene un coste muy superior al público. Incluso incidentes leves, como una gastroenteritis, puede suponer un coste importante en el caso de que se acuda a los hospitales privados.

Los medicamentos de uso corriente sin receta, como aspirina, paracetamol o ibuprofeno, están ampliamente disponibles en las farmacias del país e incluso pueden adquirirse en las tiendas de conveniencia de 24 horas, como Seven Eleven y Family Mart.

Se recomienda usar protección antimosquitos contra el dengue endémico.



LLAMADAS

Para llamar desde un teléfono o terminal extranjero a un teléfono tailandés, se debe marcar el prefijo internacional 0066 ó +66 antes del número indicado. Sin embargo, si la llamada se realiza desde un terminal local, se debe obviar el prefijo internacional (0066 ó +66) y pulsar 0 antes del número de teléfono.

En Tailandia es fácil y barato disponer de una tarjeta SIM local durante los días de estancia. En la zona de llegadas del aeropuerto hay tiendas de las principales compañías de telefonía que las venden. También se pueden comprar en cualquier tienda de conveniencia, como Seven Eleven o Family Smart.

Estas tarjetas tienen un precio reducido desde los 40 bahts, el cual se incrementa dependiendo de los servicios que se requieran.

Con las tarjetas SIM es también posible disponer de Internet en el móvil a un precio bastante inferior al español.

DORMIR, COMER, DISTRAERSE

HOTELES

Gran Centre Point Terminal 21 (5 estrellas)

Terminal 21 2,88 Sukhumvit Soi 19 (Wattana), Sukhumvit Rd., Klongtoey Nua, Wattana, Bangkok 10110

Teléfono: (+66) (0) 2 6819000

Email: terminal21@gcphotels.com

Web: <http://www.grandcentrepointhotel21.com/>

Dusit Thani Silom (4 estrellas)

946 Rama IV Road, Bangkok 10500.

Tel. (+66) (0) 22 009 000

Web: www.dusit.com/dusit-thani/dusit-thani-bangkok.html

Four Points by Sheraton (4 estrellas)

Sukhumvit Soi 15 Bangkok 10110, Tailandia

Teléfono: (+66) (0) 23 093 000

Email: fourpoints.sukhumvit15@fourpoints.com

Web: www.starwoodhotels.com/fourpoints/property/overview/index.html?propertyID=3409

A Loft by Starwood (4 estrellas)

35 Sukhumvit Soi 11, Sukhumvit Road, Klongtoey-nua, Wattana, Bangkok, 10110

Teléfono: (+66) (0) 22 077 000

Email: bangkok.sukhumvit11@alofthotels.com

Web: www.starwoodhotels.com/alofthotels/property/overview/index.html?propertyID=3211



Maduzi Hotel (boutique hotel)

9/1 Ratchadaphisek, Klongtoey, Klongtoey, Bangkok 10110, Thailand.

Teléfono: +66 (0) 2615 6400

Email: reservation@maduzihotel.com

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

RESTAURANTES

▪ **COCINA TAILANDESA**

Blue Elephant

Restaurante de cocina tailandesa con establecimientos en Londres, París, Dubai, Bruselas y Lyon, entre otros.

233 South Sathorn Road, Kwaeng Yannawa, Khet Sathorn, Bangkok 10120

Teléfono: (+66) (0) 26 73 9 353, (+66) (0) 26 739 354, (+66) (0) 26 739 356

Web: www.blueelephant.com/

BTS: Surasak

Jim Thomson Restaurant

Restaurante de la Casa Museo de Jim Thomsom. Abierto de 7pm a 11 pm. Última orden a las 9.30 pm.

6/1 Soi Kasemsan 2, Rama 1 Road, 10330 Bangkok.

Teléfono: (+66) (0) 26 123 601, (+66) (0) 26 123 668

Web: http://jimthompson.com/restaurants_bars/index.asp

BTS: National Stadium

Baan Khanitha

Restaurante de comida tailandesa con más de 20 años de historia. Abierto de 11 am a 11 pm.

36/1 Soi Sukhumvit 23, Sukhumvit Rd., Bangkok 10110

Teléfono: (+66) (0) 22 584 181, (+66) (0) 22 584 128

Web: www.baan-khanitha.com/venues.php?branch=suk23

BTS: Asoke, MRT: Sukhumvit.

Cabbages and Condoms

Restaurante perteneciente a la asociación de planificación familiar y de lucha contra el sida PDA, (Population and Community Development Association).

6 Sukhumvit 12, Klongtoey, Bangkok 10110

Teléfono: (+66) (0) 22 294 610

Web: www.cabbagesandcondoms.com/index.php

BTS: Nana

Siam Wisdom Cuisine

Restaurante de cocina tradicional tailandesa y galería de arte. Ubicado en una casa tradicional tailandesa.

66 soi Sukhumvit 31(Sawadee), Yak4,Klongtoey-Nua,Wattana, Bangkok, Thailand 10110

Teléfono: (+66) (0) 22607811

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

BTS: Prom Phong



▪ COCINA ESPAÑOLA

A continuación se detallan algunos de los restaurantes en Bangkok que sirven productos o recetas españolas:

Spanish on 4

Restaurante especializado en comida española
78, 80 Silom Soi 4, Bangkok 10500
Teléfono: (+66) (0) 2632 9955
Web: www.spanishon4.com
BTS: Sala Daeng; MRT: Silom,

Tapas Café de Sukhumvit soi 11

Primer restaurante de la ciudad en ofrecer tapas españolas
1/25 Sukhumvit soi 11, Bangkok 10110
Teléfono: (+66) (0) 2651 2947
Web: www.tapasiarestaurants.com
BTS: Nana

Hola Spanish Food Restaurant

Restaurante con una amplia variedad de platos de la geografía española
8 Thonglor Shopping, LG Floor, Sukhumvit 55, Thonglor, Bangkok, 10110
Teléfono: (+66) (0) 2713 8387
Web: www.holaspanishfood.com
BTS: Thong Lor

Tapas y vino

Restaurante ubicado en el hotel Millennium. En su menú ofertan diferentes tapas, platos y vinos de España
30 Sukhumvit 21 (Asoke) Road, Klongtoey Nua, Wattana, Bangkok, 10110
Teléfono: (+66) (0) 2204 4000
Web: www.millenniumhotels.com/grandmillenniumsukhumvitbangkok/dining/tapas-y-vino.html
BTS: Asok; MRT: Sukhumvit

Taburete

Restaurante con comida española regentado por una chef tailandesa que ha trabajado 10 años en España.
2/17 Sukhumvit Soi 24, Bangkok 10110
Teléfono: (+66) (0) 91 886 1103
Web: www.10best.com/destinations/thailand/bangkok/sukhumvit/restaurants/taburete
BTS: Phrom Phong

Barcelona Gaudí

Cocina mediterránea, con especialidades de gastronomía catalana
Sukhumvit soi 23, Bangkok 10110
Teléfono: (+66) (0) 874 18 39 25
Web: <http://www.barcelona-thai.com/>
BTS Asok/ MRT: Sukhumvit



Taberna Jamón Jamón

Restaurante de comida española, con gran variedad de tapas y especialistas en embutidos. Algunos días tiene espectáculo en vivo de música española.

9/1 Sukhumvit soi 20

Teléfono: (+66) (0) 2 663 4466

Webs: <http://jamonthai.com/>, <https://www.facebook.com/jamonthai>

BTS: Asok, MRT: Sukhumvit

Broken eggs

Kiosco de tapas al aire libre en el distrito cultural W District, al lado de la parada de BTS de Phra Khanong.

W District, Sukhumvit 69-71 Phra Khanong Nua, Wattana Bangkok 10110

Teléfono: (+66) (0) 90 414 2005

Web: <https://www.facebook.com/brokeneggsbkk/info?tab=overview>

BTS Phra Khanong

▪ COCINA INTERNACIONAL

Tensui

Cocina japonesa.

33, Soi 16, Sukhumvit Rd, Khlong Toei, Khlong Toei, Bangkok, 10110.

Teléfono: (+66) (0) 26 632 281

Web: <http://bk.asia-city.com/restaurants/bangkok-restaurant-reviews/ten-sui>

BTS: Asok, MRT: Sukhumvit

Gaggan

Cocina india moderna. Mejor restaurante de Asia según el ranking de The World 50 Best <http://www.theworlds50best.com/> de la revista británica Restaurant Magazine.

68/1 Soi Langsuan, Ploenchit Road, Lumpini, Bangkok, 10330.

Teléfono: (+66) (0) 26 521 700

Web: www.eatatgaggan.com/

BTS: Chidlom

Above Eleven

Terraza en la planta 33ª con restaurante de comida peruano-japonesa. También abierto para copas. Abierto hasta las 2 a.m.

33rd floor Fraser Suites Building, Sukhumvit Rd. Soi 11, Bangkok, 10110.

Teléfono: (+66) (0) 835 421 111

Web: www.aboveeleven.com/

BTS: Nana

Eat Me

Cocina internacional, con influencias de Asia y Sudamérica. Se recomienda reservar mesa.

Convent Rd (Soi Pipat 2), Silom, Bangkok, Thailand

Teléfono: (+66) (0) 22380931

Web: <http://eatmerestaurant.com/eat-me-restaurant/>

BTS: Sala Daeng/ MRT: Silom



El Gaucho

Restaurante argentino especializado en carnes.
Sukhumvit Soi 19, Sukhumvit Road, North Klong Toey, Bangkok 10110, Thailand
Teléfono: (+66) (0) 22 552 864
Web: <http://www.elgaucho.asia/thailand>
BTS: Asok, MRT: Sukhumvit

Long Table

Terraza con restaurante de cocina occidental y tailandesa. También abierto para copas. Abierto hasta las 2 a.m.
25TH Floor 48 Column Tower, Sukhumvit soi 16, Bangkok 10110.
Teléfono: (+66) (0) 23 022 557-9
Web: www.longtablebangkok.com/
BTS: Asok, MRT: Sukhumvit

Wine Republic

Wine bar con un menú de tapas y platos para compartir.
137 Thonglor Soi 10 Bangkok, Thailand
Web: <http://bk.asia-city.com/nightlife/bangkok-bar-club/wine-republic>
BTS: Thong Lor

COPAS

Oskar Bistro

Bar de copas en el conocido soi 11 de Sukhumvit
24 Sukhumvit 11 Road, Wattana, Bangkok 10110.
<http://bk.asia-city.com/restaurants/bangkok-restaurant-reviews/oskar-bistro>
BTS: Nana

Nest

Terraza del hotel Le Fenix con música latina algunos días de la semana.
33/33 Sukhumvit soi 11 Klongtoey-Nua, Wattana Bangkok 10110 Thailand
Web: <http://www.thenestbangkok.com/>
BTS: Nana

Maggie Choo's

Bar de decoración inspirada en Shanghai en los años 1930s. Algunos días ofrecen música jazz en vivo.
Hotel Novotel Bangkok Fenix Silom. 320 Silom Rd. Bangkok, 10500.
Web: <http://bk.asia-city.com/nightlife/bangkok-bar-club/maggie-choo%E2%80%99s>
BTS: Surasak, Chong Nonsi

Ku De Ta Bangkok

Discoteca con terraza y restaurante de ambiente sofisticado. Se exige vestimenta adecuada.
39th&40th Floors, Sathorn Square Complex, 98 North Sathorn Road, Silom, Bangrak Bangkok, 10500.
Web: <http://www.kudeta.com/destination-bangkok.html>
BTS Chong Nonsi



PROPINAS

La mayoría de hoteles y restaurantes añaden un 10% adicional en concepto de servicio. En general, valore el servicio y dé propina cuando considere que éste ha sido bueno.

COMPRAS

Existe una gran cantidad de centros comerciales en Bangkok que sirven además como zonas de recreo y ocio para los habitantes de la ciudad.

Algunos de los centros comerciales más emblemáticos son Siam Paragon y Siam Center, ambos en la parada de BTS Siam; el gigante Central World, situado entre las paradas de BTS Chidlom y Siam; Central Embassy, en la parada de BTS Ploenchit; y Emporium y M Quartier, ambos en la parada de BTS Phrom Phong.

En todas las paradas de BTS hay indicaciones para llegar hasta estos centros comerciales. Los taxistas suelen conocerlos también.

Todos los días de la semana entre las 6 de la tarde y las 12 de la noche, se puede visitar el mercado nocturno de Patpong, ubicado en la zona de Silom. Se trata de uno de los mercados más conocidos y con mayor afluencia de turistas de Bangkok y en él se pueden encontrar todo tipo de artículos como souvenirs, ropa y calzado a un precio negociable. La mejor opción es llegar allí en BTS (parada Sala Daeng) o en MRT (parada Silom).

Si tiene el fin de semana libre, puede visitar el famoso mercado de Chatuchak, un enorme mercadillo donde se pueden encontrar todo tipo de objetos a un precio negociable. La mejor opción es llegar allí en BTS (parada Mo Chit), o bien en MRT (parada Chatuchak). <http://www.chatuchak.org/>

Otro de los centros comerciales más famosos de la ciudad es MBK en la parada de BTS National Stadium, donde al igual que en Chatuchak puede encontrar una gran cantidad de objetos y souvenirs y donde el precio también es negociable. <http://www.mbk-center.co.th/th/home/index.php>

Asiatique es un centro comercial próximo a la zona del río Chao Praya. Es de reciente construcción y pretende aunar tradición y modernidad en el mismo espacio <http://www.thaiasiatique.com/index.php/en>. La mejor manera de llegar allí es hacer uso del taxi o bien ir hasta la parada de BTS Saphan Taksin y allí tomar uno de los barcos que el centro comercial pone a servicio de sus clientes.



TIEMPO LIBRE

▪ **Si dispone de 2 horas**

En dos horas es difícil hacer algo en Bangkok pues el tiempo de desplazamiento mínimo suele ser 30-45 minutos. Puede darse un masaje en uno de los numerosos spas urbanos de la ciudad como Healthland <http://www.healthlandspa.com/> o Urban Retreat Spa <http://www.urbanretreatspa.net/> o en el propio hotel.

Además, si su hotel está cerca, puede visitar la casa museo de Jim Thompson <http://www.jimthompsonhouse.com/> y el Museo Bangkok Art Culture and Center (BACC) <http://www.bacc.or.th/>, ambos en la parada de BTS National Stadium; o pasear por el parque de Lumpini, cerca de la parada de BTS Sala Daeng o en la parada MRT Lumpini.

▪ **Si dispone de 5 horas**

Puede visitar algunos de los edificios y templos más emblemáticos de la ciudad como: Gran Palacio Real y Templo del Buda Esmeralda, Palacio de Vimanmek, Canales, Templos Wat Benchamabophit, Wat Pho, Wat Suthat, Wat Sa Ket y the Golden Mountain.

Una buena opción para realizar esta visita es ir en BTS hasta la parada Saphan Taksin y allí tomar el barco Chao Praya Tourist Boat <http://www.chaophrayaexpressboat.com/en/tourist/> y bajarse en el muelle de Ta Thien. Este muelle es el más próximo al mayor número de lugares de interés. Este barco ofrece tickets de un solo viaje por 40 bahts o bien servicio ilimitado durante un día por 150 bahts.

▪ **Si dispone de un día**

Puede contratar directamente con su hotel o con una agencia de viajes alguna de las siguientes visitas: mercado flotante y jardín de las rosas, excursión al río Kwai (Provincia de Kanchanaburi), excursión a Ayudhaya (antigua capital de Tailandia)



EMBAJADA
DE ESPAÑA

OFICINA ECONÓMICA
Y COMERCIAL DE ESPAÑA
TAILANDIA

DIRECCIONES ÚTILES

Oficina Económica y Comercial de la Embajada de España en Bangkok

159 Serm Mit Tower, 26th Fl., Sukhumvit 21 Rd., Klongton Nua, Wattana, Bangkok 10110
Tel. (+66) (0) 22 589 020/1 Fax (+66) (0) 22 589 990
E-mail: bangkok@comercio.mineco.es <http://tailandia.oficinascomerciales.es>
Horario: 8'30-17'00 (Lunes-Jueves), 8.30-14.00 (Viernes)

Embajada de España

Lake Rajada Office Complex, 23rd Fl., Suites No. 98-99, 193 Ratchadapisek Rd., Klongtoey, Bangkok 10110
Tel. (+66) (0) 26 618 284-6 Fax (+66) (0) 26 619 220
E-mail: emb.bangkok@maec.es
Horario: lunes y jueves 9.00-16.00, martes, miércoles y viernes 9.00-13.00

Bumrungrad International Hospital

33 Sukhumvit 3 (Soi Nana Nua), Wattana, Bangkok 10110
Tel. (+66) (0) 26 671 000 Fax (+66) (0) 26 672 525 E-mail: info@bumrungrad.com
Web: www.bumrungrad.com

Bangkok Hospital

Web: <https://www.bangkokhospital.com/en/>

Teléfono Tourist Police 1155 (atención en inglés)

Teléfono de Emergencia Consular: (+66) (0) 81 868 7507

Páginas webs

Ministerio de Comercio Tailandés: www.moc.go.th
Banco de Tailandia: www.bot.or.th
Export-Import Bank of Thailand: www.exim.go.th
Asian Development Bank: www.adb.org
Board of Trade: www.tcc.or.th
Board of Investment: www.boi.go.th
Department of Export Promotion: www.thaitrade.com
Department of Business Development: www.dbd.go.th
Customs Department: www.customs.go.th
FTI Federation of Thai Industries: www.fti.or.th

Oficina Económica y Comercial de España en Bangkok
Julio de 2015