

Se loger rapidement

La sortie de l'aéroport tard le soir il n'est pas facile de savoir où mettre les pieds pour dormir la première nuit. Prenez les taxi des compagnies **Vinasun** et **Malihn** où il paraît qu'il n'y a pas d'arnaque sur les prix.

La famille habitant sur place m'a parler d'un quartier jeune pour sortir avec hôtel abordable (15 € la nuit). Demandez **Pham ngu lao district 1**.

Le lendemain, si vous avez un bon budget allez manger au restaurant de l'hôtel Windsor. Service de dingue assuré avec des plats totalement inconnu dont les meilleurs plats de poulet cuite du pays (de vrais plats d'animaux) ce qu'il paraît. Tous ce qui est poisson et fruit de mer est gardé vivant dans de grand aquarium juste à côté.. il paraît qu'on peut choisir son poisson directement sur place.

En mode routard, prenez une autre adresse moins excessive.

Après le repas, allez impérativement faire un massage pour récupérer totalement du voyage.

Au Vietnam, il y a deux type de massage : le massage médical et le massage amical. Je ne parlerai que du premier. Personnellement m'a fait passer des blocages musculaire que je traînait depuis des semaines. Une des meilleurs adresses reconnu de Saïgon est l'établissement **Quynh Nhu** disponible à 4 adresses différentes ouvert de 10H00 à 23H00 :

- 115 Ham Nghi Str. Dist 1, HCMC** ;
- 137 Ham Nghi Str. Dist 1, HCMC** ;
- B2-04 NL 2, Ha Huy Tap Str., PMH Dist 7** ;
- 85 Tran Quoc Hoan, W.14, Tan Binh Dist.**

L'accueil est très sympathique et cordiale. Vous vous changerez avec des vêtements propre pour l'occasion et dans une pièce entre amis on s'occupera de vous pendant 90 minutes dans un lieu calme, propre entre les mains de filles pour les hommes et inversement pour les femmes. Dans l'ordre il vous font :

- bain de pied au plantes (je sent trop bon) ;
- massage du crane et du buste (pas mal sur les tempes et les épaules) ;
- application de concombre sur le visage (yeah c'est frais) ;
- nettoyage des pieds (au top) ;
- points de pression sur les pieds (on découvre des muscles inconnu jusque là) ;
- pièce chaude sous les pieds (je chauffe pour vrais là) ;
- massage des mains, bras, épaule ;
- boisson (ouais il commençait à faire chaud là) ;
- massage du dos ;
- application de pierre chaude sur le dos (chelou mais c'est cool) ;
- massage avec les pieds et les genoux du masseurs (heureusement qu'ils ne sont pas trop lourd) ;
- extension du dos (on entend les vertèbres travailler) ;
- pour finir, thé au gingembre et gingembre confit.

En plus du prix du massage, prévoyez de quoi laisser un pour-boire de 20.000 à 50.000 VND. J'étais tellement content pour le mal de dos qui a disparu que j'ai craqué mon slip avec un billet de 200.000 VND soit 8 euros rien à voir avec le prix d'un ostéopathe en France (70 €) et ça vaut grave le coup.

Bon massage

{phocagallery view=category|categoryid=77|limitstart=0|limitcount=0}