

ECUADOR

INTRO

Het is niet altijd eenvoudig om je weg te vinden in een nieuw land of in een nieuwe grote stad zoals Quito. Vooral voor nieuwe mensen (maar misschien ook voor de mensen die hier al wat langer zijn) hebben 2 Belgen een hele reeks tips verzameld. We hopen dat dit nog maar de start is van veel meer insider-tips en dat mensen van andere steden in Ecuador ook hun steentje bijdragen!

* Versie juli 2013

* Vermelde prijzen zijn enkel een richtlijn; kunnen verouderd zijn!

* Zaken van Nederlanders/Belgen staan aangeduid in het **groen**.

* Er is een grote inspanning gedaan om up-to-date informatie te geven. Ontdek je toch iets achterhaald, laat het ons weten via nvecuador@gmail.com

QUITO - www.quito.com.ec

Bezoek

- Casa del Alabado – Museum met precolombiaanse kunst. In het historisch centrum, vlakbij Plaza San Francisco. <http://alabado.org/>
- Basiliek – Basilica del Voto Nacional (2\$) > lift en trappen. Mooie uitzichten over de oude stad. Je kan er ook iets eten in de cafetaria onder de klok.
- Museum Alberto Mena Caamaño > over geschiedenis van Quito en Ecuador. Veel aandacht voor universiteiten. Mooi gepresenteerd.
- Quito Museum (2\$) <http://www.museociudadquito.gov.ec/>
- Palacio de Cristal (museo)
- De verschillende plazas in het historisch centrum
- Parken: Carolina > botanische tuin 3.5\$, El Ejido > artesanaat in weekends), Parque Metropolitano
- Fiets huren, ook op zondag (voor Ciclopolis van 9h00 tot 15h00)! (2\$ per uur) in 'La Casa del Ciclista'. Av. Eloy Alfaro 1138 y República. Tel. 2540339. Edif. Parque la Carolina.

Artesanía

- Galería Latina. Juan León Mera N23-69 y Veintimilla, Quito. Exclusieve winkel met Zuid-Amerikaanse artesania. <http://www.galerialatina-quito.com/>
- Galería Ecuador Gourmet. Reina Victoria y Lizardo Garcia, Quito. <http://www.galeriaecuador.com/>
- Mercado Artesanal Quito (Mariscal): overdekte markt op één blok ten noorden van hotel Hilton Colon.
- Parque El Ejido, Quito
- Vergeet de zaterdagmarkt in Otavalo niet!

Eten

- **Bakkerij Jürgen** – Nederlandse bakker: Calle Holanda E9 37 y Luxemburgo, Quito
- Bakkerij CYRIL – Franse bakker: Calle Irlanda E10-124. Tel. 2452-511. <http://www.cyril-boutique.com>
- BROT CORP – Duitse bakker – Av. Orellana E11-14 y 12 de Octubre. Edificio Lincoln. Tel. 222-8190. <http://www.brotcorp.com>
- **Lekkere Belgische pralines: Mario** (chocolatier) > Los Alpes, 12 de octubre (tov Swiss Hotel)

- Pizzeria AL FORNO (Mariscal, calle Bélgica,...) (Luis Cordero y Baquerizo Moreno) <http://alfornopizzeriaitaliana.com/>
- Italiaan ROMOLO e REMO – Av. Republica del Salvador N34-399 e Irlanda (Ed. Rosania). Tel. 02-6000683.
- Italiaan EL CAPULETO (Eloy Alfaro N32-544 y Shyris) <http://www.capuleto.com.ec/>
- Italiaan La BRICIOLA (Floresta) <http://www.labriciola.com.ec/>
- Italiaan IL CARMINE (Catalina Aldaz N34-208 y Portugal) <http://carmineristorante.com> sjiek!
- EL ARABE. Reina Victoria 627 & Carrion.
- BAALBEK. Libanese keuken. <http://www.restaurantbaalbek.com>
- Boliviaanse Salteñas (empanadas), Shyris 3640 y Rosseau (tel. 6000842 – 2813033)
- Martin Pescador (Av. Amazonía y Riobamba – 2^{de} verdiep) – lekker uit Esmeraldas (gemeenschapsproject) – enkel van donderdag tot zondag.

Peruaanse keuken:

- Segundo Muelle: <http://segundomuella.com/>
- Su Ceviche - Juan Leon Mera y Jose Calama / Cordero
- La Chispa Peruana – op de hoek van Juan Leon Mera y La Niña. Niet te duur en herkenbaar lekker: Tiradito, ceviche, parihuela, causa, conchas a la parmezana,...
- MAKI. Sushi met een Peruaanse twist. Av. Coruña N31-83 y Whymper.

Bio

- CAMARI: winkel met solidaire- en bio producten. Adres: Marchena OE2-38 y Versalles, Santa Clara, Quito. <http://www.camari.org>. Naast Camari ligt ook een coöperatieve kaaswinkel.
- ZAPALLO VERDE. <http://www.zapalloverde.com>. Enkel op woensdagavond (vanaf ongeveer 17u) is dit verdeelpunt open → "La Casa del Arbol" in Lugo y Vizcaya (La Floresta). Je kan vrij kopen uit het aanbod van de dag. Als je wil bestellen via mail of internet, moet je eerst lid maken.
- Bio groentenmanden via organicosadomicilio@gmail.com

Cafe's

- Cafe Mosaïco (met mooi uitzicht op de oude stad)
- Cafe Niza (vlakbij Plaza Grande in Historisch centrum Quito – straat Guayaquil, tussen Espejo and Sucre) > een historisch cafe, vroeg open en goedkoop.

- El Cafecito (Luis Cordero y Reina Victoria – Mariscal), <http://www.cafecito.net/>
- El Pobre Diablo (La Floresta) – almuerzo's, 's avonds vaste kaart en regelmatig optredens. <http://www.elpobrediablo.com/>
- La Liebre (Gonzalez Suarez, tussen bakkerijen Ambato en Cyrano): videocafé, jazz-café, lekkere almuerzo's,...
- **Corner Pub**: Av. Amazonas y Calama | Esquina

IN DE BUURT VAN QUITO

Fietstochtje Ciclovía (van Cumbaya naar Puembo – 20 km). In de buurt van het startpunt vind je een fietswinkel waar je voor 5\$ per dag een fiets kan huren. Wil je niet terugfietsen vanuit Puembo, dan kan je een taxi nemen.

Mitad del Mundo. Je kan in het noorden van Quito het middelpunt van de aarde bezoeken. Binnen een soort (ouderwets) park 'Ciudad de Mitad del Mundo' heb je het monument (met bol op) dat eigenlijk een ethnografisch museum is (3\$). Is wel enigszins de moeite. Verschillende volkeren van Ecuador worden voorgesteld.

Buiten het park heb je ook het **private 'Museo de sitio Intiñan'**. Een aanrader! Hier zou het echte middelpunt van de aarde moeten liggen. Je kan er allerlei proefjes doen om dat ook echt te ondervinden. <http://museointinan.com.ec/>

Pululahua-krater. In de buurt van Mitad del Mundo. Voor overnachtingen, wandelingen,... Bijv. de berg Pondoña. Binnen een reservaat (1–3\$). Aan de ingang heb je een 'beter' restaurant 'El Crater' met een mooi uitzicht. Er zijn ook overnachtingen mogelijk (www.elcrater.com).

In de krater heb je een hostel: www.pululahuahostal.com. Heel aangenaam. Kies de kamer met uitzicht op de vallei. Kost in principe 25\$, maar met een beetje onderhandelen kan je misschien wat zakken (tot 20\$). Ook jacuzzi, voor 3\$pp. In dezelfde vallei: La Rinconada. Restaurant, hotel, kampeerterrein.

Op weg naar Mindo:

- Restaurant Los Armadillos (Gordeldier) op km. 44 – ruim assortiment van lekkere ontbijten, met massa's colibri's er gratis bij.
- SUAMOX <http://suamoxforest.com>: stop er voor een heerlijk ijsje of om confituur te kopen. Puerto Quito Km 130.
- Tulipe (museum & archeologische site): afslag staat duidelijk aangeduid op weg Quito-Mindo.
- Aguas verdes cascada (voorbij Puerto Quito)
- Pachijal Cloud Forest op km. 104
- Mindo de Meche (El Nomada)
- Hesperie (Tondapi)

Zwembaden van El Tingo, Guangopolo, Cununcyacu, La Maya. Warme baden in de buurt van vulkaanberg Ilalo.

Verborgen pad (ruta escondida) in het noordwesten van Quito.

El cafe de la Vaca. Restaurant. www.elcafedelavaca.com

San Luis: 209 0135; Machachi: 231 5012; Cayambe: 097 699 5012

WEEKEND of LANGERE TRIP VANUIT QUITO

Kust

- **VIA VIA TONSUPA**. In Tonsupa (kustdorp vlakbij Esmeraldas) runt een Vlaming een Via Via reiscafé en hostel (5 à 6u van Quito):
 - o <http://www.viaviacafe.com/nl/tonsupa/whowhere>
 - o <http://www.elflamenco.ec/index.php/en/>
- In Tonsupa zelf heb je 'op de zeedijk' ook een lekker restaurant: La Terraza de Flandes (een open houten terras op een 2de verdieping).
- Appartementje huren: Casa Blanca (op 15 min. Tonsupa – een 'conjunto'). Of Playa Almendro (Tonsupa).
- Mompiche, strand op 1 u van Esmeraldas. Handigste met de auto. Wel rekening houden met de getijden! Met de bus kan je tot Mompiche, dan nog 2 km wandelen over het strand.
→ Cabañas Las Pigualas, Mompiche. Eigenares Teresa: +593 99472458 - 0994975846 laspigualas@playa-ecuador.com
- Punta Prieta, ten zuiden van Pedernales. Op ongeveer 5u van Quito. www.puntaprieta.com. Kortere verbindingsweg via Mindo, Puerto Quito, La Concordia, Pueblo Nuevo, Pedernales,...
- Punta Blanca
- Canoa (Manabi)
 - o **Hotel Bambu** <http://www.hotelbambuecuador.com/>
 - o Canoa Beach Hotel: nieuw en mooi hotel <http://www.canoabeachhotel.com/>
 - o **Hotel Canoa's Wonderland** www.hotelcanoaswonderland.com.ec
 - o Finca Organica – Rio Muchachu (activiteiten: artesania, paardrijden naar waterval, cacao en koffie)
- Las Tunas (Manabí) – Cabañas Mirada al Mar – Budget Hotel. Aurelio Flores 097680968 – 091217400 (8\$ per dag per persoon).
- Puerto Lopez – Hosteria Mandala (buiten dorp op 5 a 10 minuten wandelen) <http://www.hosteriamandala.info/>
- Puerto Lopez - Hosteria Itapoa > bungalows, dicht aan het strand. Interessante eigenaar/man, getrouwd met Braziliaanse
- Jambeli, een kustdorpje met superleuke mensen! Het ligt op een eiland vol met mangrove en camaroneras. Er moet een goed adresje zijn met prachtige cabañas.

Andes

- Papallacta (warme baden) – op 2u van Quito. www.termaspapallacta.com
 - Baños (warme baden, mirador,...) – op 4u van Quito
- Verblijven in:
- o Plantas y Blanco (fijn hotelletje)
 - o La Petite Auberge www.lepetit.banios.com
 - o Miramelindo. Hostería – Spa – Restaurant www.miramelindo.banios.com
 - o Luna Runtun > top-end <http://www.lunaruntun.com/>

- **Mindo** (op 2u van Quito – Flor del Valle) > tropischer, nevelwoud
 - o CASKAFFESU. Restaurant en ook hotel. <http://www.caskaffesu.com>
 - o Hotels:
 - Cabañas Bambu
 - El Monte (ietsje duurder) <http://www.ecuadorcloudforest.com/>
 - o Activiteiten:
 - Wandelen naar watervallen via kabelbaantje (tarabita) over rivier.
 - Cholodadefabriekje El Quetzal (tours; je kan er ook eten) <http://www.elquetzaldemindo.com/>
 - Tubing
 - Canopy (zip-lining)
 - Vlindertuin
 - Orchideëntuin
 - Vogelobservatie

- **Bellavista Cloudforest Reserve**: afslag op Km 52 <http://www.bellavistacloudforest.com/>
- **Santa Lucía** – Nanegal. Afgelegen plek, niet ver van Quito. Je geraakt tot de voet van de heuvel met de auto, dan te voet of met ezel tot de top. www.santaluciaecuador.com. Ecotoerisme, vogelkijken, wandelingen...
- **Maquipucuna** – Nanegal: gelijkaardig concept als Santa Lucia <http://www.maqui.org/> <http://ecotourism.maqui.org/>
- **El Angel** – Polylepis Lodge (vrij duur maar uniek) – paramo landschap (Carchi, noorden van Ecuador)
- **Quilotoa**- kratermeer:
 - o Posada de Tigua. Boerderijleven op een eenvoudige hacienda. Mooie omgeving. Wandeling van min. 5 a 6 uur naar Quilotoa.
 - o Mama Hilda - <http://www.hosteltrail.com/hostalmamahilda/>
 - o The Black Sheep Inn Eco-Lodge <http://blacksheepinn.com/index.php>
- **Otavalo**
 - o Hostal Rincón del Viajero, Roca 11-07, (06) 2921741 <http://www.hostalrincondelviajero.com/>
 - o Hostal La Luna (4-tal km vanaf centrum). Mooi gelegen. Chalets. Je kan van daaruit paardrijden. <http://www.lalunaecuador.com>
 - o Hotel Riviera-Sucre, in het centrum Otavalo (Garcia Moreno 380 y Roca).
 - o In de buurt van Otavalo: **Hostal Aya Huma** in Peguche (bij waterval). 062690333 – ayahuma@ayahuma.com – www.ayahuma.com
 - o Hostería 'Rose Cottage', Mojanda, Otavalo
 - o Hacienda 'Pinsaqui', iets voorbij Otavalo. <http://www.haciendapinsaqui.com>
 - o Hacienda Cusin <http://www.haciendacusin.com/>
 - o Las Palmeras Inn, Otavalo <http://www.laspalmerasinn.com/>
 - o Hostería Puerto Lago. 90 km. van Quito. Net voor Otavalo, aan de rand van het meer 'Lago San Pablo'. info@puertolago.com www.puertolago.com. Chalet Superior Dbl= 75\$

- Valle del Chota. Hosteria El Oasis. <http://www.oasishosteria.com.ec/>
Beetje kermisachtig, maar wel warm klimaat en veel waterpret. Prijzen met alles inbegrepen.
- Hostería Arasha op 2u van Quito, richting Esmeraldas.
<http://www.arasharesort.com/> (beetje kitcherig en tegenwoordig zeer gemengde reacties op het internet)
- Tangara Lodge www.tangaralodge.com San Miguel de los Bancos
- **Bosque de la paz.** B&B van de Belg Piet Sabbe <http://www.bospas.org/>
- La Reserva Mache Chindul (Reserva Bilsa / mooi natuurreservaat niet zo ver van Puerto Quito > zoek op Internet)

- **Omgeving van Ibarra:**
 - o **Hosteria & Spa Pantavi** <http://www.hosteriapantavi.com/>
 - o Hostería San Luis – Vía Tabacunda
 - o Cotacachi (leerdorp)
 - o Laguna de Cuicocha (vulkaankrater, boottochtjes)
 - o Atuntaqui - textielstad en eten: 'La fritada' Colorada. Advocaat als boter (aguacate con mantequilla).
 - o Ibarra – Yawarcocha (laguna – meer). Autoparcours.
 - o Op een uur van Ibarra: Chachimbiro (naar het oosten toe) >> warmwaterbronnen en 'cabañas'
 - o Nog meer naar het oosten via San Lorenzo >>> Las Peñas (stranden) op 2,5 uur? (met Transporte Esmeraldas)

- **Cuenca** (<http://www.cuenca.com.ec/>)
 - o Parque Nacional El Cajas: mooie wandelingen in de paramo
 - o Ingapirca (archeologische site van de Inca's – richting Cañar)
 - o Lodge Dos Chorreras www.hosteriadoschorreras.com
 - o Hostal Macondo: Calle Tarqui 11-64 y Lamar, historisch centrum Cuenca. Tel. (07) 282-1700. <http://www.hostalmacondo.com/>
 - o Hotel La Casona, Miguel Cordero 2-124 y Alfonso Cordero (esq.) info@lacasonahotel.com – www.lacasonahotel.com.ec
 - o Hacienda Caballo Campana. <http://www.caballocampana.com/>
Hostería met paarden. Sfeervol. Buiten Cuenca. Goede keuken en service. Hogere prijscategorie.
 - o <http://www.hotelotorongo.com/>
 - o Kookaburra Accommodations, in het centrum van Cuenca. Logies minimum 3 nachten. Leuk café met heerlijk ontbijt en lunches. <http://www.kookaburracuenca.com>

- **Vilcabamba**
 - o Izhcayluma Hostería y restaurante !!! – Tel 07 3025162 – Cel. 0999153419 – izhacayluma@yahoo.de – www.izhacayluma.com
 - o Cabañas Rio Yambala:
<http://www.hosteltrail.com/hostels/cabanaserioyambala>
<http://www.vilcabamba-hotel.com>

- **Zamora**
 - o **COPALINGA** (nabij Podocarpus park) Cabañas Ecológicas – Vlaams koppel: Catherine Vits en Boudewijn De Roover. www.copalinga.com
cel. 0993477013

- Salinas de Guaranda
- Zaruma (dorpje op heuvel, houten huisjes)
- Petrificado de Puyango – versteend bos
- **Guayaquil:** <http://www.visitaguayaquil.com/>
- Toeristische treinritten doorheen Ecuador: <http://www.trenewcuador.com/>

Jungle

- **Hosteria Hakuna Matata** in Archidona, zeer toffe plek van Vlamingen met zwembad <http://www.hakunamat.com>.
- **La Casa del Suizo** <http://www.casadelsuizo.com/> Heel luxueus / ontspannen / met zwembad
- **Misahualli Amazon Lodge** (aapjes) – Tena <http://www.hosteriamisahualli.com>
- **Puyo**, op 5u van Quito
 - o Hotel & Restaurant El Jardin! <http://eljardinrelax.com.ec/>
 - o Hostería Hachacaspi, met groot zwembad en sauna > 25\$
 - o Hotel & Spa Delfin rosado voor 25\$ pp <http://www.hoteldelfinrosadopuyo.com>
 - o Hostería Flor de Canela. Met zwembad, sauna, wandelpaden,... Dir. Paseo Boayacu Puyo (Barrio Obrero) Tel 032885265 – 2888155 <http://www.hosteriaflordecanela.com/>
 - o Restaurant Mar, Tierra y Sabor. Visrestaurant. Adres: Francisco de Orellana y Amazonas, Puyo (bajos de Mi Marisauiería) Tel 2886830
 - o Uitstapje naar 'Parque Etnobotánico Omaere' – rondleiding door park ivm Shuar cultuur en medicinale planten. (3\$) indoroseco.blogspot.com – omaere@gmail.com – 03 2887656
 - o Uitstapje naar Shuar gemeenschap, km 48 (richting Macas) > vrijwilligerswerk, rondleiding... Tegen november 2009 overnachtingsmogelijkheid via José Vargas (Kunamp) – josekunam@yahoo.com.ar of ikiamtuna@hotmail.com – 086234618 – www.fundecoipa.com
 - o Onafhankelijke gids: Jaime Tenemaza (www.cotoexpediciones.com) jaitoexplorador@yahoo.es – jaime@cotoexpediciones.com 03 2888002 – 085149149
 - o Paseo Los Monos – opvangcentrum voor apen <http://paseolosmonos.webs.com/>
- **Pastaza**
 - o Hosteria Lizanes. Vía Shell Puyo. Km. 6 – Sector Santa Rosa. Reservatie: 03 2883871 – 097 753316. Tel 032889305. Met jacuzzi. <http://www.hosterializanes.com/>
 - o Hosteria 'Safari' <http://www.safarihosteria.com>
 - o Hotel Germany (Cabañas in Shell)

- **Jungle tochten**

Contacten in Misahuallí:

- Teorumi, Agencia de viajes, Teodoro Rivadeneyra, Indiaanse Kichwa gids. 062890313 – teorumiagenciadeviajes@yahoo.es – <http://www.teorumi.com/>
- Ecoselva. Aan centrale plaza. 062890019 – 062890304 – (gsm) 094480782. 3 dagen – 2 personen – Wandelen > vanaf 190 dollar. En zoveel meer mogelijkheden. http://www.hosteltrail.com/tour_companies/ecoselva
- Luis Zapata en Ruth Andy. www.selvaverde-misahualli.com selvaverde_sa@yahoo.com. Ook aan centrale plein van Misahualli. Voor allerlei tochten.
Best voor minstens een week als je jungle echt wilt leren kennen (met speciale dieren en co). Vooraf afspreken!!!
- Voor activiteiten in Macas en Morona Santiago. Tours door selva (1 tot 10 dagen), cabañas, shamanismo,... Dir. Soasti y Bolívar. Tel.: 07 2703842 – Cel. 093464521.
- Centro Turístico Integral. In gebied Shuar - Achuar, Morona Santiago. Casa Kunki. Contacto: Misión Salesiana de Bomboiza. Tel. 07 2780224. (Je steunt hiermee onderwijsprojecten. Gelinkt aan lerarenopleiding.)
- GoLocal! verblijf in de jungle – ondersteuning van lokale projecten - goede prijs/kwaliteit verhouding - Een overnachting kost \$24,- inclusief drie maaltijden maar exclusief excursies - Kamperen is gratis wanneer je wel de drie maaltijden neemt (\$14) zorg wel dat je geen eten in de tent bewaart: apen! Voor meer info <http://www.runahuasi.com> Deze lodge wordt mede gemanaged door de Liana lodge (\$40pp incl excursies). Hou er wel rekening mee dat je slechts 60km van Tena afzit.

Cuyabeno

Magic River Tours <http://www.magicrivertours.com/> organiseren niet-gemotoriseerde boottochten.

Eco lodges en haciendas

- www.sachatania.com
- www.saposyranas.com
- www.orchids-birding.com
- www.runatupari.com (Noorden)
- www.hotelpatioandaluz.com
- www.tierradelvolcan.com (Cotopaxi)
- www.vivecovita.com
- www.haciendahatoverde.com
- www.quilotoalodge.com
- www.ruleta.com (Imbabura)
- www.kawsay.org
- www.haciendamercedbaja.com
- www.incahacienda.com
- www.haciendaabraspungo.com
- www.grupo-santaana.net

- www.tsafiki.com
- www.puertolopez.net (Hotel Tuzco)
- www.riomuchacho.com
- www.arajuno.com (Amazonía)
- www.cotococha.com
- www.manateeanazonexplorer.com (boothotel)
- www.napowildlifecenter.com
- www.bugyutours.org
- www.yachana.com
- www.yarinalodge.com
- www.miconia.com (Galapagos)
- www.royalpalmgalapagos.com
- www.oerverdehotels.com
- La Mirage Garden Hotel & Spa www.larc1.com

Gemeenschapstoerisme

- FEPTCE: <http://www.feptce.org/>
- Pakariñan Turismo Comunitario www.turismocomunitario.ec
- Pukyu Pamba Comunidad San Clemente (niet ver van Ibarra) www.sclemente.com

Vrijwilligerswerk

<http://www.ecuadorvolunteers.org/>
www.fundecoipa.com

<http://surprisetickets.nl/reizen/ecuador-vrijwilligerswerk>

www.sigvol.org – voluntariado@sivol.org (02) 250 18 20 (Servicio Ignaciano de Voluntariado – Voluntariado de la Compañía de Jesús)

www.volunteerabroad.com/ecuador.cfm

www.volunteerlatinamerica.com

<http://www.volunteersouthamerica.net/>

Contact in Vilcabamba: tel. 089272355; info@centrocomunalcultural.org

www.amovilcabamba.com ; Centro Comunitario Cultural

Looking for volunteers > to work with youth, general community and ecological garden

Fundación Arte del Mundo (Baños): Spaanssprekende kunstenaars, leerkrachten kunst / workshops. Contacteer jodybody@yahoo.com. Casa Hood of Posada del Arte in Baños.

Fundación Zoobreviven – www.zoobreviven.org – Andean Bear Rescue, Reforestation, Organic Farming & Community Assistance. In Otavalo – Intag Zone. Alto Choco – Cloud Forest Reserve.

Reisagentschappen

<http://www.andeanface.com>
<http://www.campus-trekking.com/home>
www.ontdek-ecuador.be
www.galapagoslastminutes.com
www.tributrek.com
www.jungle-ecuador.com
<http://www.surtrek.com/>

De meeste reisbureaus' zitten rond de Foch en Rio Amazonas.

Toeristische info – websites

<http://surprisetickets.nl/reizen/bezienswaardigheden-ecuador>
<http://surprisetickets.nl/reizen/ecuador-top10>
www.lonelyplanet.com
www.blueguides.com
www.letsgo.com
www.moon.com
www.roughguides.com

Reizigersfora

www.lonelyplanet.com/thorntree
www.matadortravel.com
www.realtravel.com
www.worldnomads.com
www.vagabondish.com

Culturele events

www.estaendtodo.com/sistema/cultura/index.php
www.cce.org.ec (Casa de la Cultura Ecuatoriana)
www.quitocultura.com
www.teatrosucre.com

Gratis overnachting

www.globalfreeloaders.com
www.woof.org

Met de boot van/naar Europa

Vanuit Manta:

Tel. Receptie internationale haven Manta (Manabí) – Terminales Internacionales de Ecuador SA: 2620300.

Kunnen info geven over maatschappijen die Manta aandoen (en uren aankomst en vertrek).

Regeling vaart rechtstreeks met rederijen. Bijv.:

- CCNI Caribe (dutch) > ook voor passagiers?
- Grimaldi? > niet meer via Manta, wel Brazilië en Argentinië

Massage in Quito

Rebecca
0987105615
0994053561

Rosamar
0994261558

Clarita (chakras)
0995941602

Spa in Quito

Naam	Services	Contactgegevens
Shambhala Spa	Spa	Ruiz de Castilla 763 & Andagoya, Edificio Expocolor, 2do. Piso 2554609 http://www.shambhalaspa.com/
Reduction Spa	Spa, Facial & Corporal Health	C.C. Eurocentro Av. de los Shyris & Rio Coca 2255954 http://www.reductionspa.com
Stampa Spa & Gym	Hair Saloon, Gym, Stetics, Spa	San Rafael: Playa Chica 19a Transv. s/n 2861043 http://www.stampaspa.com
AMAT SPA	Behandelingen en Therapie	La Colina N26-159 entre San Ignacio y Av. Orellana Edif. Aristi – Quito Teléfonos: 3238684-323725 Celular: 0998595168 http://www.amatspa.com/index.php
Wellness Day Spa	Spa	Quicentro Shopping loc 211 2923594

Le Essence Spa Quito ? www.leesencespa.com website niet meer actief