Дананг

Гайд для поездки на 7–14 дней и жизни на несколько месяцев



Привет, я Настя

Живу и работаю онлайн в Азии. Много путешествую: побывала почти в 40 странах. Активно жила месяц в Дананге и собрала в этом гайде свой опыт для друзей и знакомых. Знаете классные места – делитесь в комментариях!

Дананг привлекает многих: море в черте города, горы на горизонте, доступное жилье и медицина, и интересные достопримечательности. Здесь легко совместить отпуск у моря с привычной жизнью и удаленной работой.

Но советую ехать без ожиданий идеального курорта. Вода не всегда прозрачная, реальные отели и жилье часто отличаются от фотографий, английский понимают не везде, много строек и шумных улиц.



1. Перед поездкой

Когда ехать

Март–июнь – лучший сезон; к началу лета становится заметно жарче. Однако очень много людей, а в праздники и выходные популярные места особенно многолюдны.

Июль–август – жарко и влажно, случаются сильные ливни. Это ещё и сезон отпусков внутри страны.

Сентябрь–декабрь – сезон дождей с риском штормов и подтоплений. Особенно внимательно планируйте октябрь и ноябрь: отдых может не сложиться.

Январь–февраль – часто пасмурно, ветрено и прохладно для купания; море бывает неспокойным. Если едете именно за пляжем, я бы выбирала весну.

> *Я приехала в Дананг в ноябре, в разгар сезона дождей. Наивно думала, что дождь будет идти по ночам или утром, а днем можно спокойно гулять. Но вместо этого получила тайфун, ливни и сильный ветер. Из-за постоянной влажности в доме и отелях была плесень. Осенью особенно внимательно выбирайте жильё и заранее продумайте занятия на дождливые дни.*

Что пригодится заранее

Связь: eSIM удобно установить ещё до прилёта. Для долгого проживания можно купить местную SIM-карту в салоне или в палатке.

Приложения: **Grab** (работает и на доставку еды) и **Xanh SM** – для такси; Booking и Agoda – для первых ночей; Zalo – для общения с хозяевами жилья и сервисами. Скачайте офлайн-пакет вьетнамского языка в переводчике. ChatGPT – моя палочка-выручалочка в супермаркетах, при переписке и в бытовых вопросах: этикетки здесь часто на вьетнамском.

Деньги

Национальная валюта Вьетнама – **вьетнамский донг (VND)**. Нулей много, поэтому поначалу чувствуешь себя миллионером))

Для ориентира: **1 миллион донгов ≈ 3 150 руб.**

Во Вьетнаме очень распространена оплата по QR–коду – так можно расплатиться даже в маленьких кафе и магазинах. Но для этого удобнее иметь местный банковский счёт.

1. Открыть счёт во вьетнамском банке

Россияне могут открывать банковские счета во Вьетнаме, в том числе по туристической визе. Условия зависят от банка: где-то требуется долгосрочная виза, а где-то счет открывают даже туристам с 90-дневной визой или 45-дневным безвизовым штампом. Однако последнее нужно уточнять в конкретном отделении.

Из банков можно рассмотреть BIDV, Vietcombank, Sacombank и Timo by BVBank.

Из документов понадобятся: загранпаспорт, подтверждение законного въезда (виза или штамп), вьетнамский номер телефона и адрес проживания.

С местным счётом можно:

- переводить деньги внутри Вьетнама.
- оплачивать покупки и услуги по QR–коду.
- пользоваться банковским приложением.
- снимать наличные, если доступна соответствующая карта или услуга.

Международные переводы нужно уточнять в отделении банка.

Для перевода рублей на донги можно воспользоваться приложением KWIKPAY: оно поддерживает переводы на счета вьетнамских банков по номеру счёта с зачислением в донгах.

2. Обменять USDT

Ещё один используемый путешественниками вариант – обмен USDT на донги через частных обменщиков. Есть проверенный контакт вьетнамца: Hung – +84 90 511 89 83 (WhatsApp)

3. Обменять деньги через менял

В туристических сообществах и Telegram–группах можно найти людей, которые меняют рубли на донги. Но здесь я советую быть особенно осторожными. Выбирайте обменщиков по рекомендациям. По возможности договаривайтесь о личной встрече, чтобы получить донги наличными на руки.

⚠️ Мой неприятный опыт

Я сама столкнулась с мошенничеством при обмене денег. Нашла обменщика по отзывам в Telegram–группах, перевела деньги, после чего оператор просто удалил переписку. К счастью, сумма была небольшой.

Аккаунт назывался **@BeEx_Manager**. Не рекомендую с ним связываться, однако название и контакты мошенники могут менять.

4. Обменять наличные доллары или евро

Если у вас с собой наличная валюта, можно обратиться в банки или официальные обменные пункты. Доллары и евро обменять значительно проще, чем рубли.

Районы и где остановиться

Mỹ An и An Thượng. Кафе, рестораны, туристическая инфраструктура и пляж рядом. Удобная база, но на некоторых улицах вечером шумно.

Прибрежная часть Sơn Trà. Отели и близость к морю, но условия сильно отличаются от улицы к улице. Я выбрала здесь жильё по цене и фотографиям, разочаровалась, а вернуть деньги не получилось.

Hải Châu. Центр города на западном берегу реки Хан: рынки, магазины и много местной еды. До пляжа придётся ездить.

Хойан. Отдельный город примерно в 40–60 минутах езды от района Mỹ Khê: старый город, кафе, рисовые поля и пляжи. Хороший вариант, если хочется более спокойного ритма.

Я бы сначала сняла отель на несколько дней в Mỹ An или An Thượng рядом с пляжем Mỹ Khê, а жильё на долгий срок выбирала уже на месте. На Agoda мне часто попадались выгодные варианты, но цены лучше сравнивать на нескольких площадках.

! *Внимание при выборе жилья. Фотографии не гарантируют реальность. В объявлениях всё может выглядеть чистым и современным, а на месте оказаться плесень, трещины, грязные стены или старая мебель. Проверьте кондиционер, Wi-Fi, воду и технику. Обратите внимание на стройки по соседству; придите ещё раз вечером – бары, караоке и рестораны под окнами могут работать допоздна. Проверьте, удобно ли добираться до нужных вам мест.*

Как передвигаться

Пешком. Маршрут на карте часто кажется проще, чем в реальности. Тротуары часто отсутствуют или заставлены байками. Даже на пешеходном переходе не рассчитывайте, что машины уступят дорогу. Для меня каждый переход был прыжком веры)

Байк. Новичкам я бы не советовала: движение плотное и агрессивное, особенно в часы пик.

Такси. Grab и Xanh SM удобны и сравнительно недороги: на короткую поездку на машине, около 10–15 минут, закладывайте ориентировочно 50–100 тысяч VND (≈200-300 ₽).

Полезные контакты и группы

• **Русские в Дананге** • **Встречи, Danang Life** • **Для туристов, услуги** • **Для экспатов**	• **Danang events** в Instagram • **Bird of happiness** - кондитерская, где можно заказать тортик к празднику • **Чайный клуб** - магазин, церемонии • **Йога** на русском

Минусы Дананга, о которых лучше знать

Английский – не универсальный язык. Даже с простым бытовым вопросом иногда приходится объясняться жестами, показывать фото или открывать переводчик. ChatGPT очень выручает: без него порой и в супермаркете не то купить.

Перейти дорогу – отдельный аттракцион. Пешеходный переход не означает, что поток байков остановится. Переходите предсказуемо, внимательно и не рассчитывайте, что вам автоматически уступят.

Тротуары и шум. Пешеходных дорожек мало, их часто занимают припаркованные байки. Рядом с домом могут оказаться стройка, караоке или оживлённая дорога – лучше проверять район и вечером.

Влажность и сюрпризы жилья. В дождливый сезон бывает сыро; плесень и несоответствие жилья фотографиям – не выдуманная страшилка. Поэтому я бы сначала бронировала жильё ненадолго, а долгосрочный вариант смотрела лично.

Крошечные стульчики. В местных кафе часто стоят табуретки размером будто для детского сада. Атмосферно, конечно, но с длинными ногами не всегда удобно :)





2. Что делать в Дананге

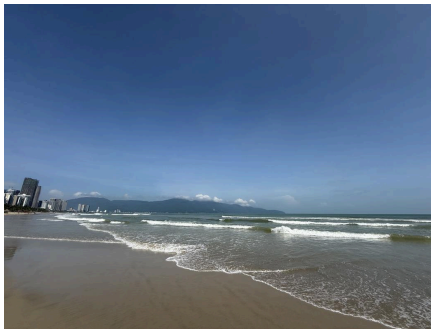
Пляж

Широкий и длинный городской пляж с променадом, кафе и отелями через дорогу. Для приятного маршрута выберите 3–4 км вдоль моря: это примерно час без остановок. Моя любимая часть побережья – Mỹ Khê.

Пляж смотрит на восток, поэтому меня, любительницу закатов, это разочаровало. Зато приходите на рассвет: утренняя пробежка или прогулка у моря – кайф.

Лежаки платные: ориентир – 50–150 тыс. VND (≈155–465 ₽). Единого тарифа нет, поэтому сразу уточните, на сколько часов предоставляют место и входит ли зонт. У пляжных заведений условия могут отличаться.

Сёрфинг – отдельное развлечение. На Mỹ Khê есть школы и прокат: групповой урок с доской может стоить около 800–900 тысяч VND (≈2 500–2 800 ₽), прокат – от 200–250 тыс. VND (≈620–780 ₽) за два часа. Цены уточняйте на месте.


Пагода Linh Ứng и Lady Buddha

Храмовый комплекс на полуострове Sơn Trà с большой белой статуей Гуаньинь и красивыми видами на бухту. Мы поднимались пешком со стороны Sơn Trà – дорога заняла около полутора часов. На прогулку по комплексу закладывайте ещё 1–2 часа. Возьмите одежду, закрывающую плечи и колени.





Река Хан и Драконий мост

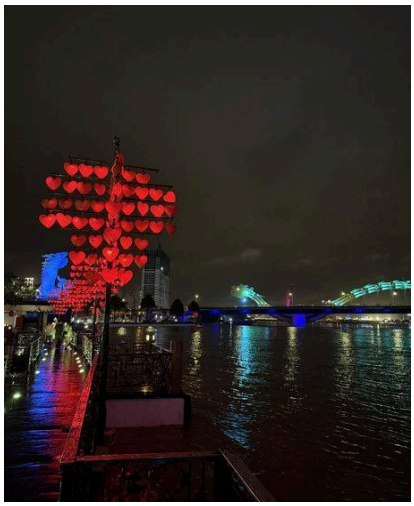
Вечером прогуляйтесь вдоль реки: огни города, кафе и красивые мосты. Драконий мост (Cầu Rồng) обычно выпускает огонь и воду в 21:00 по пятницам, субботам и воскресеньям, а также в некоторые праздники.

Смотреть лучше с руфтопа, мы были в Dragon Ball Bar. Приходите заранее – хотя бы за полчаса, чтобы занять лучшие места.

Рядом есть вечерний рынок, где можно попробовать вьетнамский стритфуд и морепродукты на гриле.

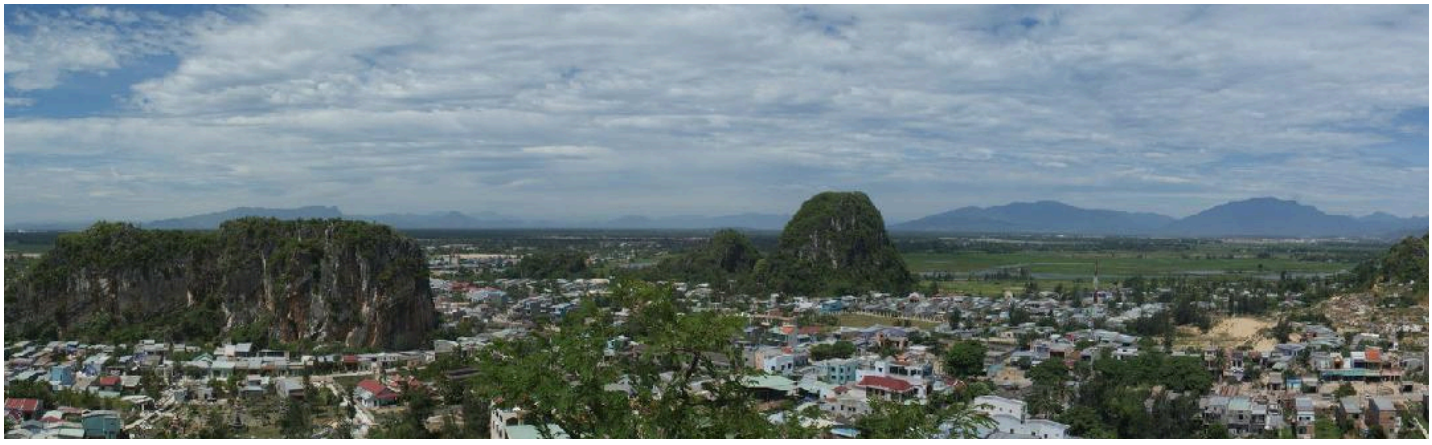






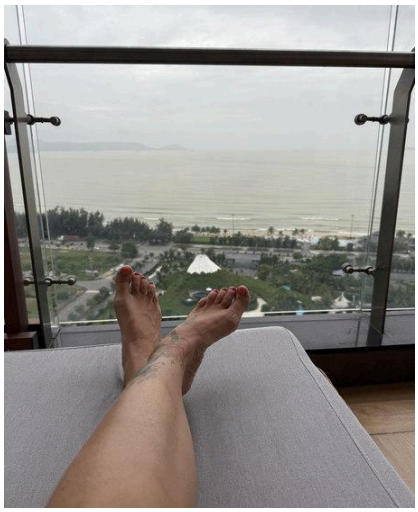
Мраморные горы Ngũ Hành Sơn

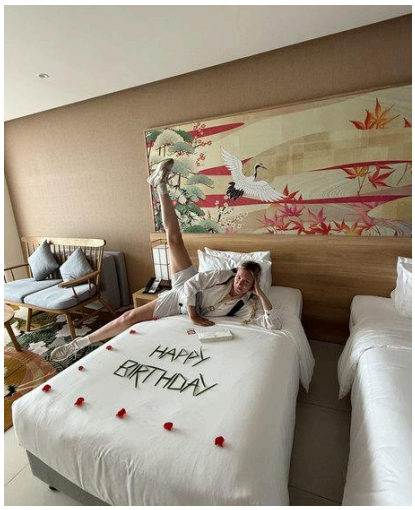
Пять холмов с храмами, пещерами и смотровыми площадками. Основной маршрут проходит по Thủy Sơn; от Mỹ Khê ехать примерно 15–25 минут. Приезжайте утром и выделите 2–3 часа. Лифт сокращает лишь часть подъёма: лестниц всё равно много. После дождя камень скользкий – пригодится обувь с нескользящей подошвой.

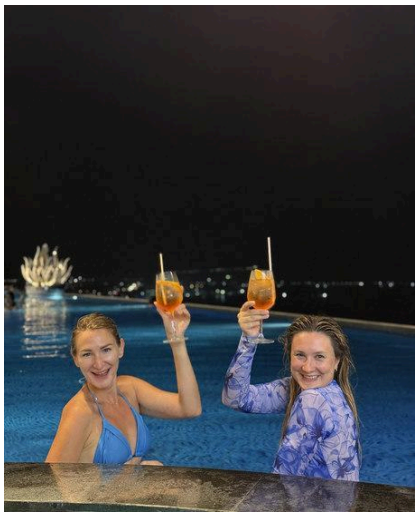


Японский комплекс Mikazuki

Mikazuki Japanese Resorts & Spa находится у пляжа Xuân Thiều, на северо-западе города, по другую сторону реки. Это примерно 30–40 минут на машине от Mỹ Khê. Сюда едут ради японской атмосферы, бассейнов, водных горок, онсэна и саун. Мы провели 1 ночь, праздновали День Рождения, и это один из лучших опытов в Дананге! Шикарный номер, вид из окна, бассейн с баром на 23 этаже, а главное – японские унитазы с подогревом)) Можно приехать отдельно в спа без проживания.







3. Что посмотреть за городом

Bà Nà Hills на целый день

Тот самый Golden Bridge в гигантских каменных ладонях находится внутри Sun World Bà Nà Hills. Это огромный комплекс: канатная дорога с видом на горы, сады, «французская деревня» и аттракционы. Выделите на парк целый день. Наверху бывает прохладнее, и погода переменчивая поэтому пригодятся лёгкая куртка и дождевик, и возьмите зарядку или пауэрбанк.

Билеты и дорога

Ориентир на 2026 год для взрослого посетителя: 1 000 000 VND (≈3 100 ₽) за вход с канатной дорогой или 1 300 000 VND (≈4 000 ₽) за пакет с обедом-буфетом. Мы брали обычный билет, но туда входило пиво (там есть местная пивоварня) или закуска. Пообедали в одной из кафе во французской деревне. Сравните цены на официальном сайте Sun World, и на Klook (аналог нашего Biglion): но внимательно смотрите не только на цену, но и на состав пакета и правила возврата. Покупать билет заранее удобнее, когда понятен прогноз погоды.

В 2026 году Sun World запустил бесплатный шаттл из центра Дананга с предварительной регистрацией. Проверьте, действует ли акция на ваши даты, откуда автобус отправляется и во сколько идёт обратно. Расписание может меняться.

Как провести день

Советую приезжать пораньше. Мы были часов в 8:30, очереди на канатку не было. После подъёма на канатной дороге ориентируйтесь по карте и станции прибытия.

На мосту будет уже много народу, прям очереди. Моя рекомендация – долго не задерживаться, а вернуться к Golden Bridge ближе к закату - на обратном пути почти никого, и красивый свет.

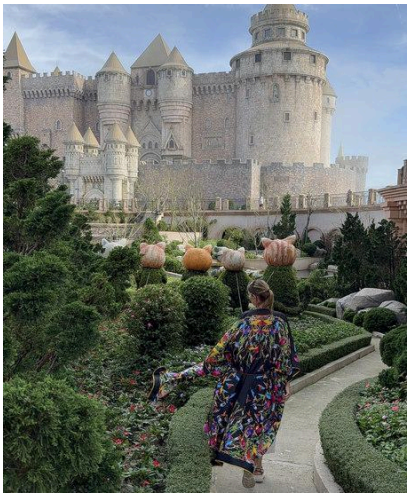
Посетите Le Jardin d’Amour – цветники и тематические сады; поблизости есть храмовая зона.

Bo French Village рекомендую побольше провести времени. Сказочно красиво: площади, башни, мощёные улочки, рестораны и уличные выступления. Здесь удобно сделать перерыв на обед.

Moon Castle и Fantasy Park: сказочная архитектура, крытые развлечения и аттракционы. Если любите фэнтези, загляните в Лунный замок.

Alpine Coaster – сани на рельсах. Не пропустите, если аттракцион работает и позволяет погода!

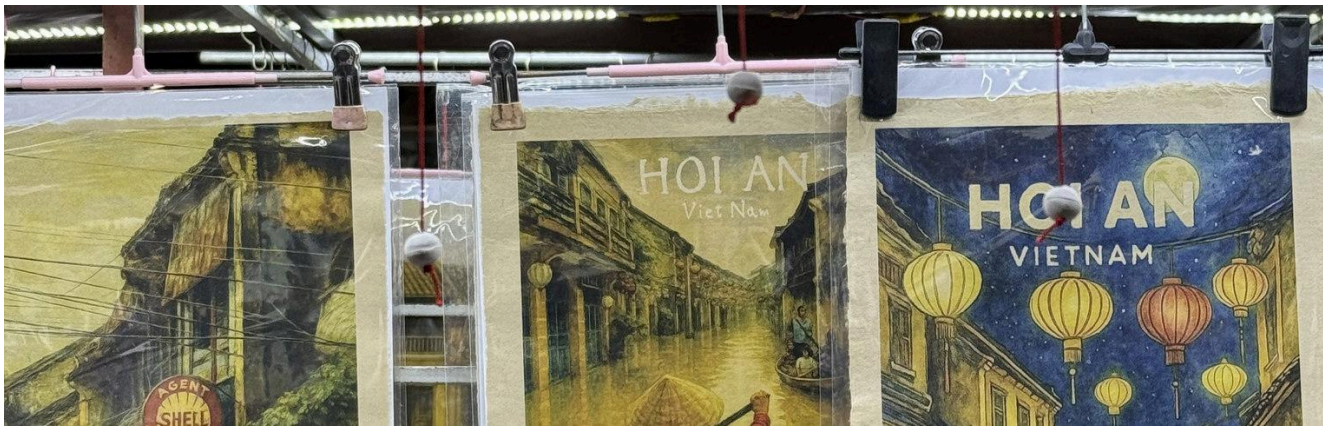






Хойан на 1–2 дня

Старинный торговый город с аутентичными фасадами, фонарями, небольшими галереями и ателье. От Mỹ Khê примерно 25–30 км, обычно 40–60 минут на машине.

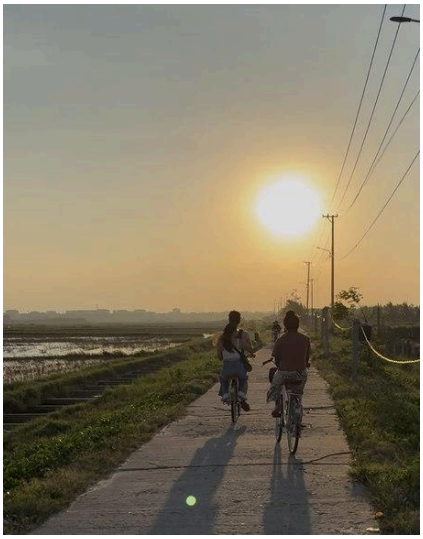
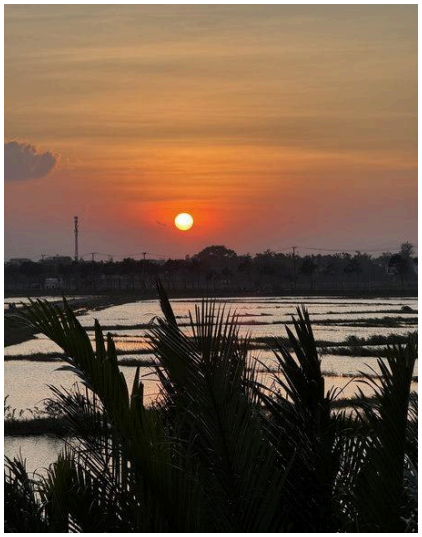


Пляж более тихий и чистый, чем в Дананге. Я бы начала день с пляжа и бранча в уютном кафе: Hít Hà Cafe или Sound Of Silence.

Рисовые поля. Ближе к закату – пройдитесь или прокатитесь на велосипеде по рисовым полям, по небольшим дорогам между Cẩm Châu, Cẩm Thanh и Trà Quế. Ощутите атмосферу Убуда на Бали. Но цвет полей зависит от посадок и сбора урожая: яркая зелень бывает не всегда.

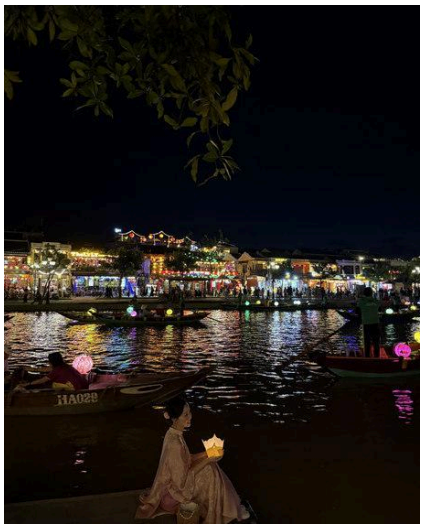
Обязательно почильте в кафешке Miss Hoi An Café и посмотрите закат!

Если останетесь на ночь – рекомендую этот уютный отельчик.

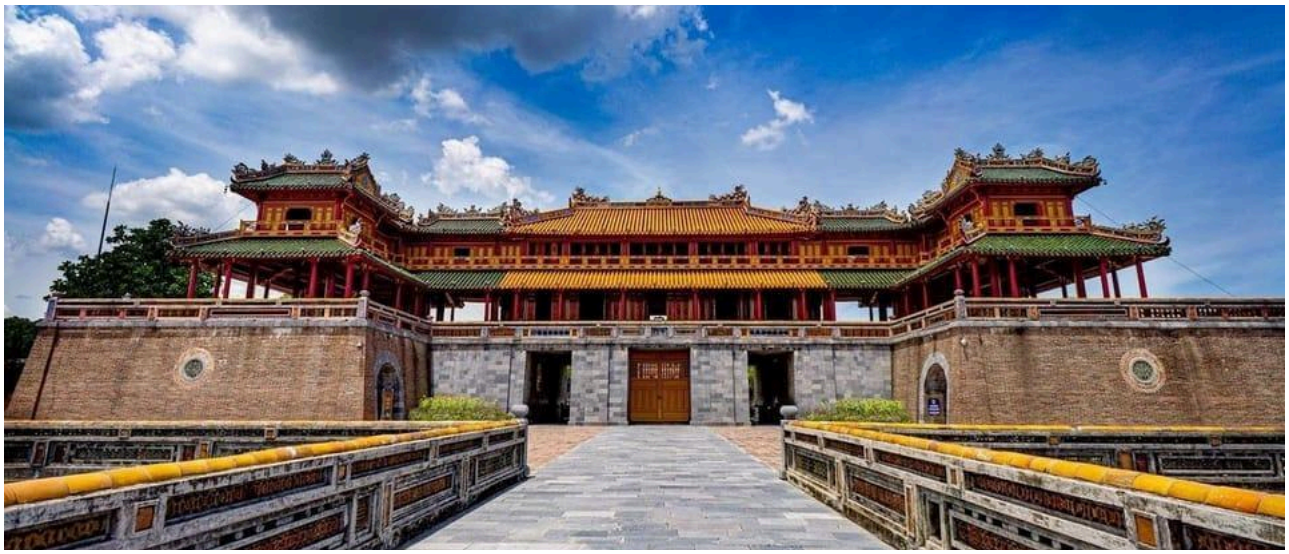




Старый город: гулять по улочкам и набережной, заглядывать во внутренние дворики и храмы. Город знаменит пошивом одежды и изделий из кожи – здесь можно заказать платье, костюм, сумку или обувь по меркам. На пошив одежды оставьте несколько дней, особенно если понадобятся примерки. Мне советовали магазин со смешным названием Huy Bao

Вечером зажигаются фонари, можно покататься на лодочке или просто погулять. Обязательно купите тут сувенирчик на память на рынке. А после всего можно посидеть в баре с живой музыкой.


Хюэ на 1-2 дня



Хюэ был столицей Вьетнама во времена династии Нгуен (1802–1945). Здесь сохранился комплекс императорских дворцов, храмов и усыпальниц, включённый в Список ЮНЕСКО.

Сюда едут прежде всего за историей и архитектурой, а не за пляжем.

От Дананга примерно 100 км. На машине через тоннель – обычно 2–2,5 часа; через живописный перевал Hải Vân дольше, особенно с остановками. Поезд идёт около трёх часов, а из окна открываются виды на море и горы.

Императорская цитадель; Ворота Ngọ Môn — точка входа

2–3 часа на осмотр · билет около 200 000 VND

Огромная территория с дворцовыми воротами, внутренними дворами, храмами и остатками Запретного пурпурного города, где жила императорская семья.

Вход для обычного туристического маршрута — через ворота Нгомон (Ngọ Môn).

Императорские гробницы

Это не просто места захоронения: каждая усыпальница представляет собой большой архитектурно-парковый комплекс, созданный в соответствии с характером и представлениями своего императора.

- Гробница Кхай Диня (Khai Dinh Tomb) 45–60 минут · 150 000 VND

Самая эффектная и необычная: каменные лестницы, статуи придворных, драконы и невероятно богатые мозаичные интерьеры. Архитектура смешивает вьетнамские и европейские элементы. Есть крутые лестницы.

- Гробница Ты Дыка (Tu Duc Tomb) 60–90 минут · 150 000 VND

Самая романтичная: озеро с лотосами, павильоны, сосны и сады. Император использовал этот комплекс ещё при жизни — для отдыха и размышлений.

- Гробница Минь Манга (Minh Mang Tomb) 60–90 минут · 150 000 VND

Классическая императорская архитектура с идеальной симметрией: мосты, водоёмы, храмовые павильоны и аллеи. Особенно понравится любителям спокойных прогулок и традиционной архитектуры.

Пагода Тхиенму (Thiên Mụ Pagoda) 30–45 минут · вход бесплатный

Один из символов Хюэ — семиярусная башня на берегу Ароматной реки. Красивое, спокойное место.

Деревня благовоний Тхюисуан (Thủy Xuân) 20–30 минут

Улица с мастерскими, где изготавливают благовония. Яркие разноцветные пучки ароматических палочек — популярный сюжет для фотографий. Удобно совместить с гробницей Ты Дыка.

Рынок Донгба (Dong Ba Market) 30–45 минут

Местный рынок: продукты, специи, уличная еда, сувениры и повседневная жизнь города. Можно попробовать местные блюда, если останется время.

Природный маршрут Лангко – Лапан – Хайван

Пляж Lăng Cô Beach 30–60 минут на посещение

Можно прогуляться по пляжу, искупаться при подходящих условиях, поесть морепродукты или просто остановиться ради фотографий. Не выделяйте на город много времени, впереди ещё перевал.

Лагуна Lap An Lagoon 30–45 минут на посещение

Одно из самых фотогеничных мест в окрестностях. Это большая лагуна с солоноватой водой, окруженная горами. Здесь выращивают устриц, которые можно отведать в местных ресторанах.

Перевал Hải Vân Quan 1–1,5 часа на дорогу через перевал с остановками

Одна из самых живописных горных дорог Вьетнама. Перевал соединяет районы Дананга и Хюэ и проходит высоко над побережьем. С одной стороны открываются виды на бухту Лангко, с другой — на Дананг и Южно-Китайское море.

Главная точка Hải Vân Quan – старинные укрепленные ворота на вершине перевала. Это исторический оборонительный пункт и одна из лучших обзорных площадок маршрута.

Важно: если едете с водителем, попросите его ехать именно через перевал, а не через тоннель. И учтите, что в туман и сильный дождь видимость может быть плохой.



4. Кофе, еда и покупки

Вьетнам славится необычным кофе. Мой фаворит – egg coffee с густой сладкой яичной пенкой: напиток и десерт в одном стакане. Попробуйте также кофе с солоноватой сливочной пеной - неожиданно вкусное сочетание. Только имейте в виду: всё это довольно калорийно.

В повседневной жизни я предпочитаю спешелти-кофе, особенно если в кафе хороший завтрак, кондиционер и удобно поработать.

Мои фавориты для работы

Lighthouse Coffee – я здесь практически жила и перепробовала почти всё меню. Очень вкусно! Несколько уровней, много пространства и при этом удивительно тихо: многие приходят работать.

Dng.coffee – тот же владелец, что у Lighthouse. Кофе хороший, но само пространство мне нравится меньше.

Кофе, завтраки, бранчи

Rainbowl Poke – мои любимые боулы и поке.

Roots Plant – вкусное веганское кафе.

IKRA – если соскучились по русской кухне, здесь хорошие сырники.

Six On Six и XLIII Coffee – ещё два адреса для хорошего кофе.

Tân Coffee – уютное кафе с кофе, десертами и обучением бариста.

Venus – сюда скорее за красивой территорией, чем за кофе.

Обеды и ужины

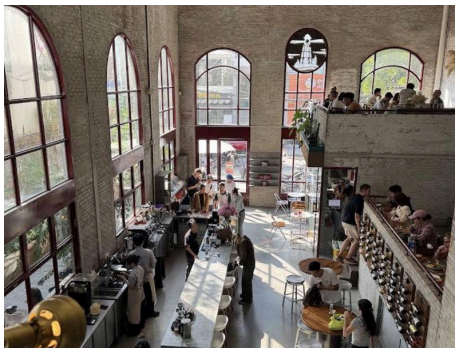
IZAKAYARAKU – любовь для тех, кто обожает морепродукты и японскую кухню, как я. Я ела здесь почти каждый день. Одни из самых вкусных суши в моей жизни: свежие продукты, большие порции и очень приятные цены для такого качества. Обязательно попробуйте seafood salad!

Kanpai Izakaya & Sushi – тоже вкусно, но дороже.

Cucina Luca – итальянский ресторан; часы работы лучше уточнить заранее.

A La Carte Danang Beach – ресторан с видом с высокого этажа. Я осталась довольна качеством еды; перед визитом проверьте акции на ужины.







Бары

NYX Sky Lounge & Mixology и Kết High – за красивыми коктейлями и атмосферой. Руфтопов и баров в Дананге много, но мы успели побывать далеко не везде.

Местная кухня

Я не особо любитель местной кухни. Но тут точно есть что нужно попробовать. И если фо бо знают почти все, то у Дананга и Центрального Вьетнама есть собственные гастрономические сокровища. За местной кухней отправляйтесь на рынки Chợ Cồn и Chợ Hàn, а также в небольшие семейные кафе, где едят сами вьетнамцы. И готовьтесь посидеть на маленьких пластиковых стульчиках))

Phở bò (фо бо) – суп с рисовой лапшой, говядиной, ароматным бульоном и зеленью.

Bánh mì (бань ми) – хрустящий багет с мясом, паштетом, овощами, зеленью и соусами. Вьетнамский ответ сэндвичу.

Bún bò Huế (бун бо Хюэ) – насыщенный, часто острый суп с говядиной, рисовой лапшой и лемонграссом. Родом из Хюэ.

Mì Quảng (ми куанг) – широкая рисовая лапша с креветками, свининой или курицей, зеленью, арахисом и небольшим количеством насыщенного бульона. Одно из главных блюд региона.

Bánh xèo (бань сео) – хрустящий рисовый блинчик с креветками, свининой и ростками фасоли. Его заворачивают в зелень и макают в соус.

Hải sản (хай сан) – свежие морепродукты: креветки, кальмары, крабы, моллюски и рыба.

Bánh bèo (бань бео) – маленькие рисовые лепёшки, приготовленные на пару, с топингом из креветок и хрустящих добавок.

Kem bơ – мороженое с авокадо, популярный десерт Дананга.

Рынки

Chợ Hàn – центральный рынок за сувенирами, специями, сухофруктами и одеждой. Цены на туристические товары сравнивайте и торгуйтесь вежливо.

Chợ Cồn – более местный рынок: приходите за уличной едой, сладостями и повседневными покупками.

Sơn Trà Night Market – вечерний рынок рядом с Драконьим мостом: морепродукты на гриле, закуски и сувениры. Его удобно совместить с вечерней прогулкой у реки.

Фрукты

Фрукты ищите на локальных рынках, например **Chợ Bắc Mỹ An** в районе Mỹ An, а также в небольших уличных лавках и супермаркетах. На туристической набережной выбор бывает скромнее, а цены выше.

Что попробовать: манго, питахайю, папайю, гуаву, помело, а в сезон – мангостин, рамбутан и лонган. Цены и ассортимент зависят от сезона; в небольших лавках уточняйте цену за килограмм заранее.

Торговые центры

Vincom Plaza Đà Nẵng – жили неподалёку и часто заходили: удобный супермаркет, хороший выбор продуктов и другие магазины. В других ТЦ не были.

5. Красота и здоровье

Массаж и спа

Массажных салонов очень много – выбирайте по отзывам рядом с вами. Попробуйте массаж горячими камнями! Я очень люблю сауны, но в Дананге выбор таких мест показался мне небольшим.

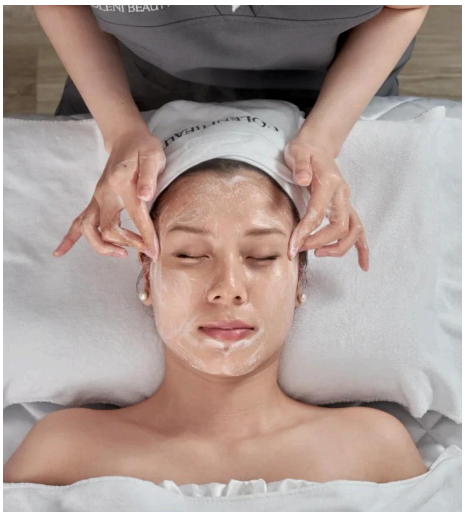
Бьюти

Мытьё головы (head spa) – отдельное удовольствие! Вы лежите на мягкой кушетке, а мастер моет голову и одновременно массирует кожу головы, шею и плечи. Иногда есть прогрев, маски или травяные составы. Ориентир по опубликованным прайсам: 25–30 минут – 120–350 тыс. VND (≈370–1 085 ₽); более длинный ритуал дороже.

Ресницы я делала у **этого мастера** – и подруга тоже. Очень довольна: лёгкая рука, быстро, аккуратно, будто крылья бабочки. Актуальную цену лучше уточнить перед записью.

Маникюр. Салонов много, но мне не понравился уровень обработки инструментов в некоторых местах – даже при хороших отзывах в Google. Смотрите не только на фото работ, но и на то, как стерилизуют инструменты.





Косметология

После курса роаккутана и лечения постакне я долго выбирала специалиста: обошла пять-шесть салонов и остановилась на **Coleni Beauty**. Мне понравились современное оборудование, внимательное отношение и сервис. Владелица, по её словам, училась в США. Для моего случая это было удачное соотношение цены и качества.

Ботокс – опыт, который я повторять не хочу. Я долго искала где сделать, и надеялась что процедура будет дешевле, чем в России, и без импортозамещенки)) в итоге пошла аж к пластическому хирургу Dr Harvard с супер хорошими отзывами. Цена оказалась сопоставима с московской; препарат – корейский. Мне было очень больно, лицо болело как синяк почти неделю. Эффект показался слабым даже после коррекции и продержался около двух-трёх месяцев. Это мой личный опыт: перед инъекциями уточняйте название и регистрацию препарата, квалификацию врача и план действий, если результат не устроит.

Йога и спорт

Для йоги и мягких практик в Дананге есть как небольшие студии, так и занятия при фитнес-клубах. Мне нравится сначала сходить на разовое занятие: проверить преподавателя, язык урока, интенсивность и само пространство. Из студий можно посмотреть **Umi Yoga** в районе An Thượng и Tulyata Yoga в Mỹ An. Также классная йога на русском, записывайтесь в группе.

Попробуйте еще FLOW Fitness Da Nang.

Медицина

В Дананге можно обратиться в частные клиники, пройти чекап, посетить стоматолога, сделать МРТ и другие исследования. Качество и стоимость зависят от учреждения: до записи уточняйте квалификацию специалиста, язык общения, стоимость консультации и обследования, а также выдадут ли заключение на английском.

У меня был хороший опыт в **госпитале**: делала МРТ, врачи говорили по-английски, всё прошло быстро, оборудование показалось современным. Со стоматологией тоже остались хорошие впечатления.

Анализы я сдавала в **этой лаборатории** – сервис и цены понравились. Для ориентира: ферритин стоит ≈280 ₽, липидограмма ≈325 ₽.

Мануальная терапия

Когда болели колени и поясница, я обращалась к специалисту по мануальной терапии **Эдуардо**. Мне понравился подход, могу рекомендовать его рассмотреть, но цены довольно высокие. Если есть острые симптомы, сначала лучше обсудить их с врачом.

6. Вьетнамский разговорник

Xin chào (синь чао) – Здравствуйте / привет.

Cảm ơn (кам он) – Спасибо.

Xin lỗi (синь лой) – Извините.

Bạn có nói tiếng Anh không? (бан ко ной тьенг ань хонг?) – Вы говорите по-английски?

Tôi không hiểu (той хонг хиеу) – Я не понимаю.

Cái này bao nhiêu tiền? (кай най бао ньеу тьен?) – Сколько это стоит?

Cho tôi cái này (чо той кай най) – Мне вот это, пожалуйста.

Không cay (хонг кай) – Не остро.

Tính tiền, làm ơn (тинь тьен, лам он) – Счёт, пожалуйста.

Nhà vệ sinh ở đâu? (ня ве синь ы дау?) – Где туалет?

И нас очень улыбали вьетнамские вывески. Я собрала несколько таких находок – это моя маленькая коллекция местного юмора. «Huy» переводится как «сияние, яркость», если что))







Мой вывод о Дананге

За месяц в Дананге я успела узнать город не только как турист, но и в обычной жизни: работала, исследовала районы, кафе, достопримечательности, пробовала местные сервисы и медицинские услуги. И всё это – в сезон дождей, что заметно повлияло на мои впечатления. Поэтому мой главный совет – внимательно выбирайте сезон.

Я определённо считаю, что Дананг стоит посетить. Особенно ради Ba Na Hills и Хойана – эти два места я бы обязательно включила в маршрут по Вьетнаму.

Но как классический морской курорт я бы Дананг не рассматривала. Море не всегда спокойное и прозрачное, а пляж, несмотря на свою красоту и протяжённость, всё-таки городской. Пляж – скорее приятный бонус для города, но не его основа.

Зато Дананг отлично подходит для того, чтобы совместить путешествие с заботой о себе: пройти обследования, попробовать массажи и бьюти-процедуры. Для меня это оказалось одним из главных преимуществ города.

Кстати, если гайд оказался вам полезным и захочется угостить меня кофе - буду рада! ☕
При личной встрече, или донатом на карту: 2200701393093619, Т-банк