



HORIZONT

FERNREISEN - MAGAZIN

Japan
Indonesien
Malaysia
Vietnam
Kambodscha
Laos
Thailand
Bhutan
Nepal
Indien
Sri Lanka
Oman

ASIEN

EIN KONTINENT VOLLER GESCHICHTEN, WUNDER UND VIELFALT

Auf nach Asien!

Lust auf eine Reise voller Kontraste, Farbe und Charakter? Wir nehmen Sie gerne mit ins Herz Asiens. Denken Sie an dampfende Nudelsuppe in Vietnam, spirituelle Stille in Bhutan, eine Begegnung mit Tigern in Indien, eine Dschungelwanderung in Indonesien oder die Tradition und Moderne Japans.

Auf nach Asien mit dem Team von Horizont Fernreisen!

RICARDA JEROMIN

(Geschäftsführerin)





ASIEN

Warum? Darum.



SPEKTAKULÄRE LANDSCHAFTEN

Asien bietet eine ganze Reihe verschiedener Landschaftsarten: die schneebedeckten Gipfel des Himalaya, tropischer Regenwald, majestätische Vulkane, faszinierende Flüsse, die Traumstrände Thailands sind nur ein Teil der beeindruckenden Vielfalt des Kontinent.

KULTUR UND GESCHICHTE

Asien beherbergt zwischen den Küsten Kleinasiens und den Inseln Japans zahlreiche Hochkulturen. Viele Ziele in diesem Magazin gehören zum UNESCO-Welterbe. Dazu zählen weltberühmte Stätten wie der Taj Mahal in Indien, Komodo, die „Insel der Drachen“, die Tempel von Borobudur in Indonesien, die Kaiserstadt Kyoto in Japan, die Tempel und Paläste von Angkor in Kambodscha sowie die Altstadt von Hoi An in Vietnam.

FASZINIERENDE METROPOLEN

Asien hatte schon immer faszinierende Städte, von uralte bis hypermodern. Delhi, Bangkok, Ho-Chi-Minh-Stadt, Singapur, Hongkong oder Tokio, sie haben vieles gemeinsam: eine hohe Bevölkerungsdichte, attraktive Geschäfte, Märkte, die niemals schlafen, gigantische Wolkenkratzer, chaotischen Verkehr, prächtige Tempel, stille Oasen, Luxus ohne Grenzen und gleichzeitig einen niedrigeren Lebensstandard.



AUFRICHTIGE GASTFREUNDSCHAFT

Die asiatischen Länder empfangen Sie mit einem Lächeln. Freundlichkeit, Höflichkeit, Respekt, Toleranz und Geduld öffnen Türen zu den Herzen der Menschen.

KULINARISCHER GENUSS: SÜSS-SAUER BIS SCHARF

Die asiatische Küche begeistert mit ihrer unglaublichen Vielfalt. Von bewährten Klassikern bis zu ungewöhnlichen Speisen gibt es hier für jeden Gaumen etwas zu entdecken. Nicht zu vergessen, viele der weltweiten Gewürze stammen ursprünglich aus Asien.

AUF INS ABENTEUER

Wanderungen durch den Dschungel, Bootstouren, Trekking oder Fahrten mit dem Geländewagen. Ob luxuriöse Reisen oder Trips mit Expeditionscharakter. Jeder Abenteurer findet in Asien das passende Erlebnis.

AUF EINEN BLICK

Asien

IMPRESSUM

Herausgeber:

Best of Travel
V&D bv
Koestraat 187, 8800 Roeselare
Belgien
1. Ausgabe 2026

Redaktion/Bildredaktion:

Best of Travel - Els Verhoest

Mitwirkung von:

Camille Heinderson und den Travel Designern von Best of Travel.

© Best of Travel

Alle Rechte, auch die der teilweisen Nachdruck, Vervielfältigung durch fotomechanische oder andere Mittel, sowie Speicherung oder Verbreitung in automatisierten Datensystemen und Übersetzung, bleiben Best of Travel vorbehalten.

Bildverantwortung und Copyright:

Dank an alle Fotografen und Lieferanten für die Bereitstellung zahlreicher Bilder für unser Asien-Magazin und für die Promotion über verschiedene Kanäle.

Fotografie: Shutterstock, Jetwing, Emerald & Scenic Cruises und Best of Travel



www.fsc.org

RECYCLED

Paper made from
recycled material

FSC® C014767

SRI LANKA

24



Insel voller Geschichten

Tropische Natur, alte Tempel und gastfreundliche Lächeln bilden die Seele dieser faszinierenden Insel.

NEPAL

46

Dach der Welt

Zwischen heiligen Tälern und Himalaya-Riesen entdecken Sie Spiritualität und Abenteuer.

BHUTAN

56

Königreich des Glücks

In Bhutan zählt nicht, was man besitzt, sondern wie glücklich man ist, und das spürt man.

INDIEN

66

Land der tausend Farben

Von Chaos bis Ruhe: Indien reizt alle Ihre Sinne, jeden Tag aufs Neue.

JAPAN

86



Tradition in einem futuristischen Gewand

Zwischen Shinto-Schrein und Neonstadt: Japan ist eine faszinierende Mischung aus Alt und Neu.

INDONESIEN

104

Archipel voller Kontraste

Jede Insel hat ihren eigenen Rhythmus, Duft und Glauben. Zusammen bilden sie ein großes Abenteuer.

MALAYSIA

124

Schmelztiegel der Aromen

Wo Dschungel, Kultur und Streetfood in einer überraschenden Mischung zusammenkommen.

KAMBODSCHA

136

Die Seele des Khmer-Reiches

Angkor Wat ist nur der Anfang eines Landes voller sanfter Kraft und tiefer Geschichte.

VIETNAM

148



Harmonie in Gegensätzen

Alte Kaiserstädte, pulsierende Städte und ruhige Reisfelder verschmelzen hier nahtlos.

LAOS

164

Langsam durch das Leben

Die Zeit verlangsamt sich in Laos: zwischen Tempeln, Bergen und dem Mekong finden Sie pure Ruhe.

THAILAND

174

Das Land des Lächelns

Mit seiner Mischung aus Tropen, Tempeln und Zugänglichkeit ist Thailand immer eine gute Idee.

OMAN

192



Das Geheimnis der Arabischen Halbinsel

Von Datteloasen bis hin zu Bergschluchten: Oman überrascht mit reiner Schönheit und Gastfreundschaft.

SAUDI-ARABIEN

204



Gute Reise!

Wir lieben das Reisen und teilen diese Begeisterung gerne mit unseren Kunden. Darüber hinaus achten wir auf die sozialen und ökologischen Auswirkungen und fördern eine faire, nachhaltige Art des Reisens. Wir sind davon überzeugt, dass verantwortungsvoller Tourismus zu Toleranz, Offenheit und einer höheren Lebensqualität für alle beiträgt.

Was wir tun...

TRAVELLIFE

Wir setzen auf authentische, verantwortungsvolle Reisen und "erhalten" dabei Unterstützung von Travellife, einer Initiative, die 2007 gegründet wurde und sich für nachhaltige Entwicklung im Tourismussektor einsetzt.

GEZIELTE REISEPLANUNG

Bei der Organisation Ihrer Reise achten wir auf geeignete Reisezeiten, einen durchdachten Reiseplan und eine nachhaltige Reisedauer. Exkursionen mit positiver Wirkung auf Mensch und Umwelt sind unsere Priorität.

PARTNER

Wir erwarten von Partnerorganisationen, dass sie im Interesse ihres Landes, der Gesellschaft, der Umwelt und unserer Gäste handeln.

UNTERKÜNFTE

Wir arbeiten am liebsten mit kleineren Unterkünften und Boutique-Hotels, die von der lokalen Bevölkerung betrieben oder im Besitz sind. Viele Hotels werden persönlich von uns inspiziert und genehmigt.

Was Sie tun können...

DIE NATUR SCHÄTZEN

Seien Sie vorsichtig im Umgang mit Ressourcen. Nehmen Sie zum Beispiel den Zug zum Flughafen und nutzen Sie, wo möglich, umweltfreundliche Alternativen zu nicht-essentiellen Inlandsflügen in dem Land, in das Sie reisen. Erkunden Sie Städte im Reiseland zu Fuß, mit dem Fahrrad oder mit öffentlichen Verkehrsmitteln.

LOKALE GEMEINSCHAFTEN UNTERSTÜTZEN

Nehmen Sie sich die Zeit, ein Gespräch mit der lokalen Bevölkerung zu führen, sei es auf einem Markt, in einem Café oder bei einer Dorfführung. Besuchen Sie lokale Restaurants und kaufen Sie Souvenirs direkt von den Handwerkern. Das sorgt oft für unvergessliche Interaktionen und die besten Reiseerinnerungen.

LOKALE KULTUREN AUS DER NÄHE

Besuchen Sie Festivals und Zeremonien und tauchen Sie in die Bräuche Ihres Reiseziels ein. So entstehen authentische Erlebnisse.

EINEN BEITRAG ZUM KLIMASCHUTZ

Fliegen ist bei langen Strecken oft unvermeidlich. Sorgen Sie dafür, dass sich die Reise lohnt, und fördern Sie Projekte, die das Klima schützen.



PRIVATREISE MIT GUIDE UND FAHRER

Steigen Sie ein für eine sorgenfreie Reise nach Maß. Egal, ob Sie sich für charmante Kleinunterkünfte, ein komfortables Hotel oder einen einzigartigen Aufenthalt bei Gastgebern entscheiden: Sie bestimmen das Tempo.

Unser Privatfahrer und Guide bringen Sie sicher und entspannt zu den schönsten Orten.

Flexibel, persönlich und mit Blick fürs Detail – so erleben Sie ein Reiseziel wirklich intensiv.



ZUGREISEN

Aus Ihrem komfortablen Coupé sehen Sie, wie sich die Landschaften langsam verändern. Sie reisen entspannt, kommen im Herzen der Städte an und lernen unterwegs den Rhythmus des Landes kennen.

Denken Sie an den ikonischen Shinkansen in Japan: schnell, leise und beeindruckend präzise.

Egal, ob Sie sich für eine legendäre Route oder eine kurze Strecke entscheiden: Der Zug bringt Sie näher an das Land und an sich selbst.



KREUZFAHRTEN

In Asien fahren Sie entlang tropischer Küsten, bunter Dörfer und beeindruckender Natur.

Denken Sie an eine stilvolle Flusskreuzfahrt über den Mekong oder eine Übernachtung auf einem traditionellen Junk in der Halong-Bucht.

Unterwegs entdecken Sie das Leben am Wasser, von schwimmenden Märkten bis zu Tempeln am Ufer.

Während Sie an Deck entspannen, bringt das Schiff Sie ganz von selbst zu immer neuen Eindrücken.

Reisen nach Maß

Jeder reist anders. Der eine möchte Freiheit und Abenteuer, der andere Komfort und Sicherheit. Manche suchen Ruhe, andere hingegen Bewegung. Unsere Reisen sind mit Sorgfalt geplant und auf unterschiedliche Wünsche zugeschnitten. So wird Ihre Reise nicht einfach nur ein Urlaub, sondern ein Erlebnis, das zu Ihnen passt.



SELBSTFAHRER-REISE

Selbst fahren in Asien? Das ist möglich, aber nur in Oman und auf der malaysischen Halbinsel. In diesen Ländern sind die Straßen gut, der Verkehr übersichtlich und wir arbeiten mit zuverlässigen Vermietungspartnern.

Sie reisen eigenständig, aber mit der Sicherheit von im Voraus gebuchten Übernachtungen.

Ideal für diejenigen, die Freiheit lieben, ohne die Organisation aus den Augen zu verlieren. Wir empfehlen dieses Konzept für diejenigen, die bereits etwas Erfahrung in Asien haben.



MEHRTAGES TREKKING

Während einer Trekkingtour erleben Sie die Landschaft Schritt für Schritt. Sie wandern von Dorf zu Dorf, schlafen in einfachen Lodges oder Zelten und lassen sich von einem erfahrenen Führer leiten.

Beispiele sind das Himalaya-Gebirge in Nepal oder der Aufstieg zum Kraterand des Mount Rinjani in Indonesien.

Unterwegs dreht sich alles darum, langsamer zu werden und sich mit der Natur, Ihren Reisegefährten und mit sich selbst zu verbinden.



SPECIAL ESCAPE

Hier keine klassische Reise-Route, sondern einzigartige Erlebnisse an ungewöhnlichen Orten.

Zum Beispiel schlafen in einem Baumhaus, eine Safari per Boot oder eine Nacht unter den Sternen.

Schlafen Sie bei Einheimischen, nehmen Sie an einem Yoga-Retreat teil oder entscheiden Sie sich für eine ayurvedische Behandlung mitten im Grünen.

Komfort und Überraschung gehen Hand in Hand, ideal für diejenigen, die etwas Unvergessliches wollen.

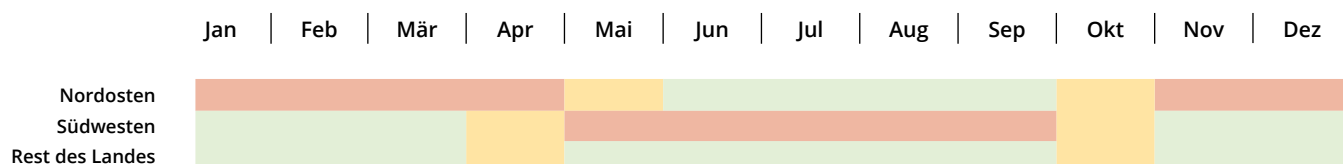
WANN NACH ASIEN REISEN?

Beste Reisezeit

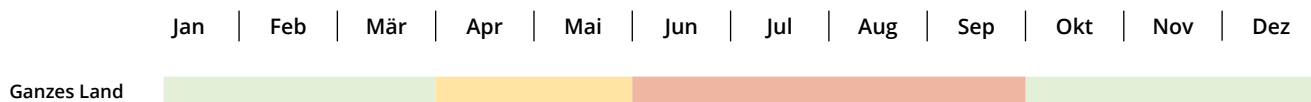
In Asien hat jede Jahreszeit ihren Charme – von trockenen Wintertagen bis zu kurzen, erfrischenden Regenfällen. Denken Sie an Blüten in Japan, Nebel über der Halong-Bucht oder einen grünen Dschungel nach dem Monsun.

Auf dieser Seite entdecken Sie die beste Reisezeit jeder Destination, basierend auf Klima und Erfahrung. So holen Sie das Beste aus Ihrer Reise heraus.

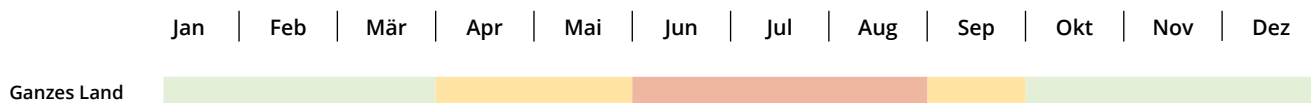
SRI LANKA



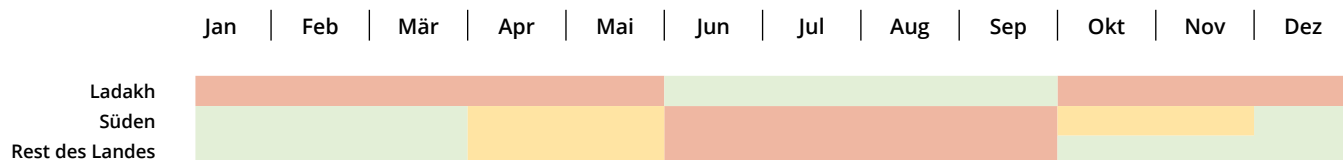
NEPAL



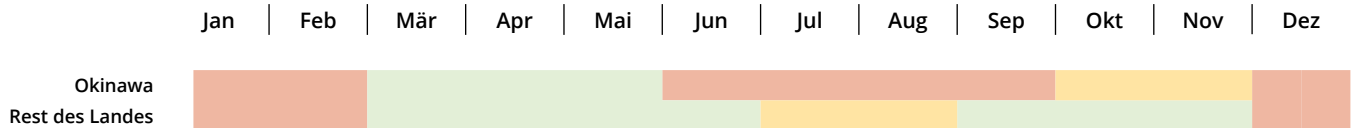
BHUTAN



INDIEN



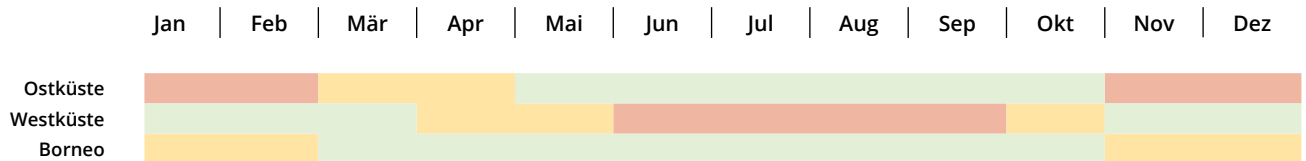
JAPAN



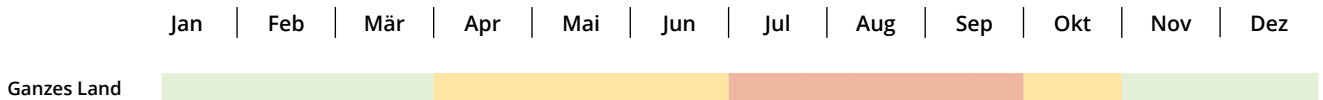
INDONESIEN



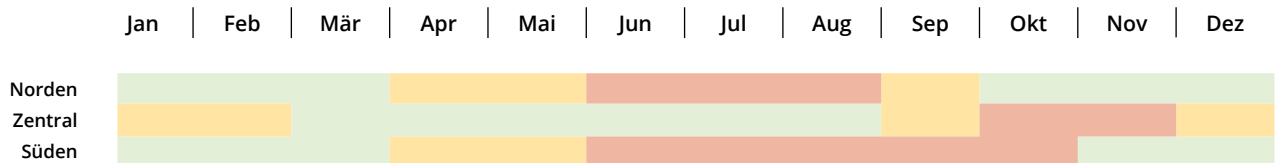
MALAYSIA



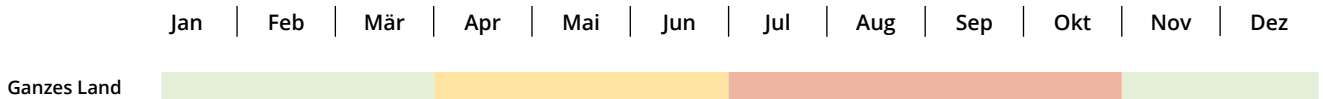
KAMBODSCHA



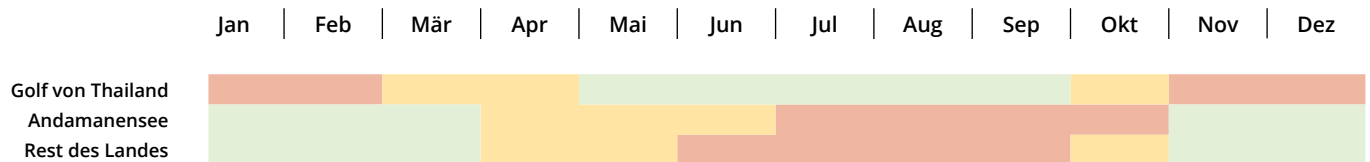
VIETNAM



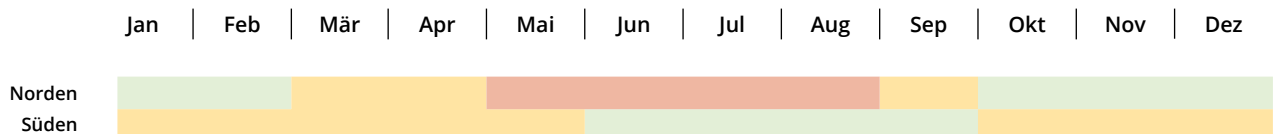
LAOS



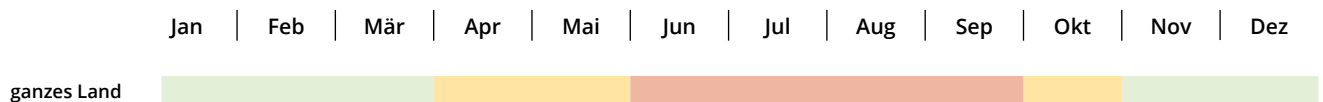
THAILAND



OMAN



SAUDI-ARABIEN



Reisebarometer

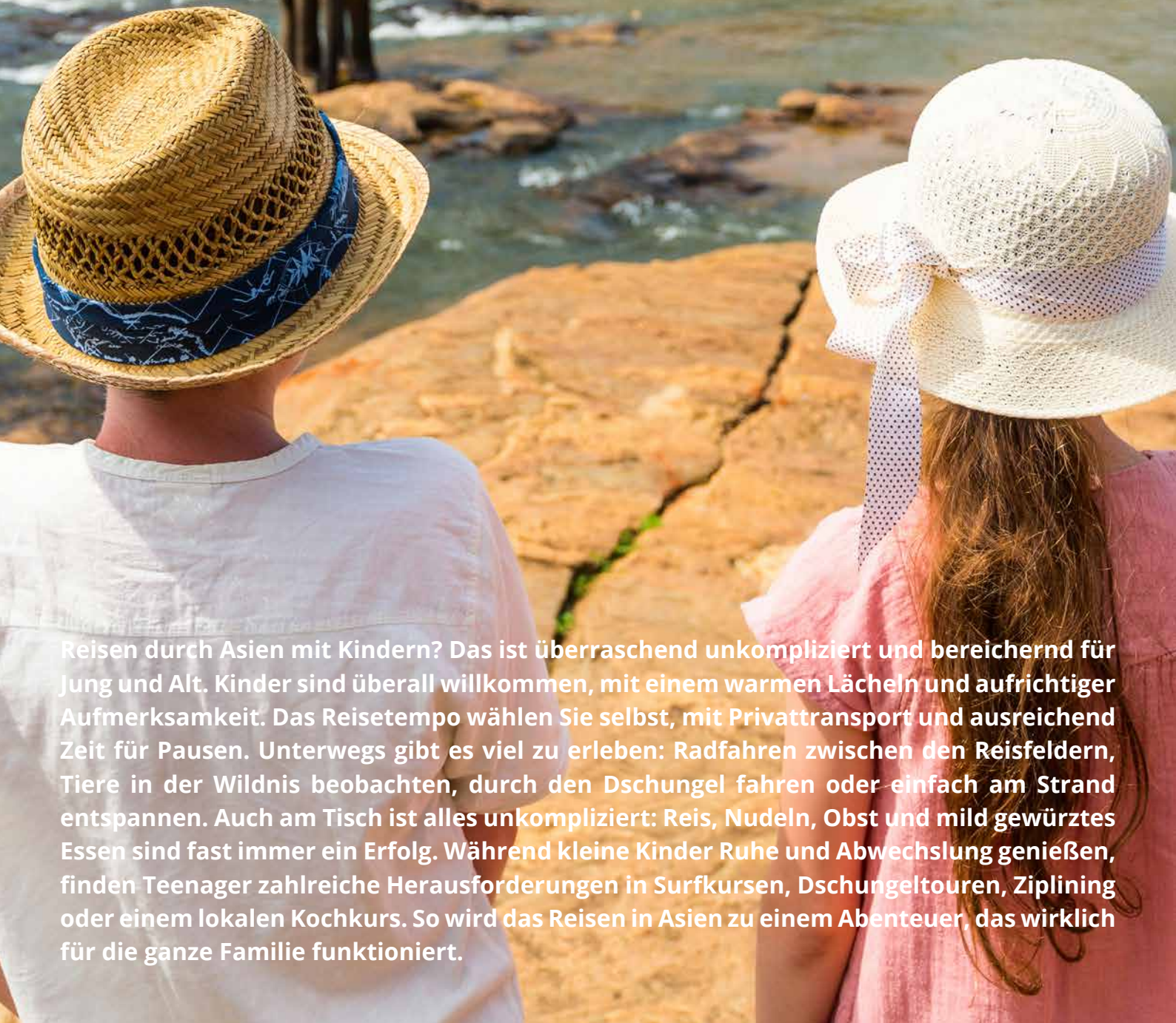
gut

durchschnittlich

weniger geeignet

Sorgenfrei mit Kindern

DIE BESTEN REISEZIELE FÜR DEINEN FAMILIENURLAUB



Reisen durch Asien mit Kindern? Das ist überraschend unkompliziert und bereichernd für Jung und Alt. Kinder sind überall willkommen, mit einem warmen Lächeln und aufrichtiger Aufmerksamkeit. Das Reisetempo wählen Sie selbst, mit Privattransport und ausreichend Zeit für Pausen. Unterwegs gibt es viel zu erleben: Radfahren zwischen den Reisfeldern, Tiere in der Wildnis beobachten, durch den Dschungel fahren oder einfach am Strand entspannen. Auch am Tisch ist alles unkompliziert: Reis, Nudeln, Obst und mild gewürztes Essen sind fast immer ein Erfolg. Während kleine Kinder Ruhe und Abwechslung genießen, finden Teenager zahlreiche Herausforderungen in Surfkursen, Dschungeltouren, Ziplining oder einem lokalen Kochkurs. So wird das Reisen in Asien zu einem Abenteuer, das wirklich für die ganze Familie funktioniert.



ZUGÄNLICH UND VIELFÄLTIG

Von Elefantenbeobachtungen im Süden bis zu Zugfahrten durch die Berge: Sri Lanka bietet jeden Tag etwas anderes. Junge Kinder staunen über Elefanten und Äffchen, während Teenager eine Surfstunde oder eine Fahrt mit dem legendären Zug durch das Hochland genießen. Alles ist übersichtlich, das Essen ist mild und die Menschen sind auffallend freundlich zu Kindern. Eine perfekte Mischung aus Kultur, Natur und Entspannung in einem Format, das zu Familien passt.

SCHATZKISTE VOLLER INSELN

Indonesien ist ein Paradies für Familien, die Abwechslung und warme Begegnungen lieben. Von tropischem Strand bis üppigem Dschungel, von bunten Ritualen bis Begegnungen mit lokalen Gemeinschaften: Jeder Tag bringt etwas Neues. Kleine Kinder finden Ruhe und Raum in der Natur, während Teenager sich bei einer Radtour, einem Schnorchel-Abenteuer oder einem Kochkurs austoben können. Sie reisen in einem ruhigen Tempo, mit Zeit für Spiel und Entdeckung. Die Atmosphäre ist entspannt, das Essen mild und die Menschen treten in echten Kontakt, auch mit Kindern.



100% KINDERFREUNDLICH

Thailand ist eines der einfachsten Länder, um mit Kindern zu reisen. Alles ist gut organisiert, die Hotels sind kinderfreundlich und das Essen ist überraschend zugänglich. Für kleine Kinder gibt es ruhige Strände, Bootsausflüge, Märkte und Tierparks. Teenager suchen Action im Dschungel, auf dem Wasser oder in der Küche während eines Kochkurses. Sie kombinieren mühelos Kultur im Norden mit Entspannung im Süden – mit ausreichend Zeit für Pausen oder spontane Umwege. Das thailändische Lächeln? Das gilt hier auch für die Allerkleinsten.

WECKEN SIE IHRE SINNE

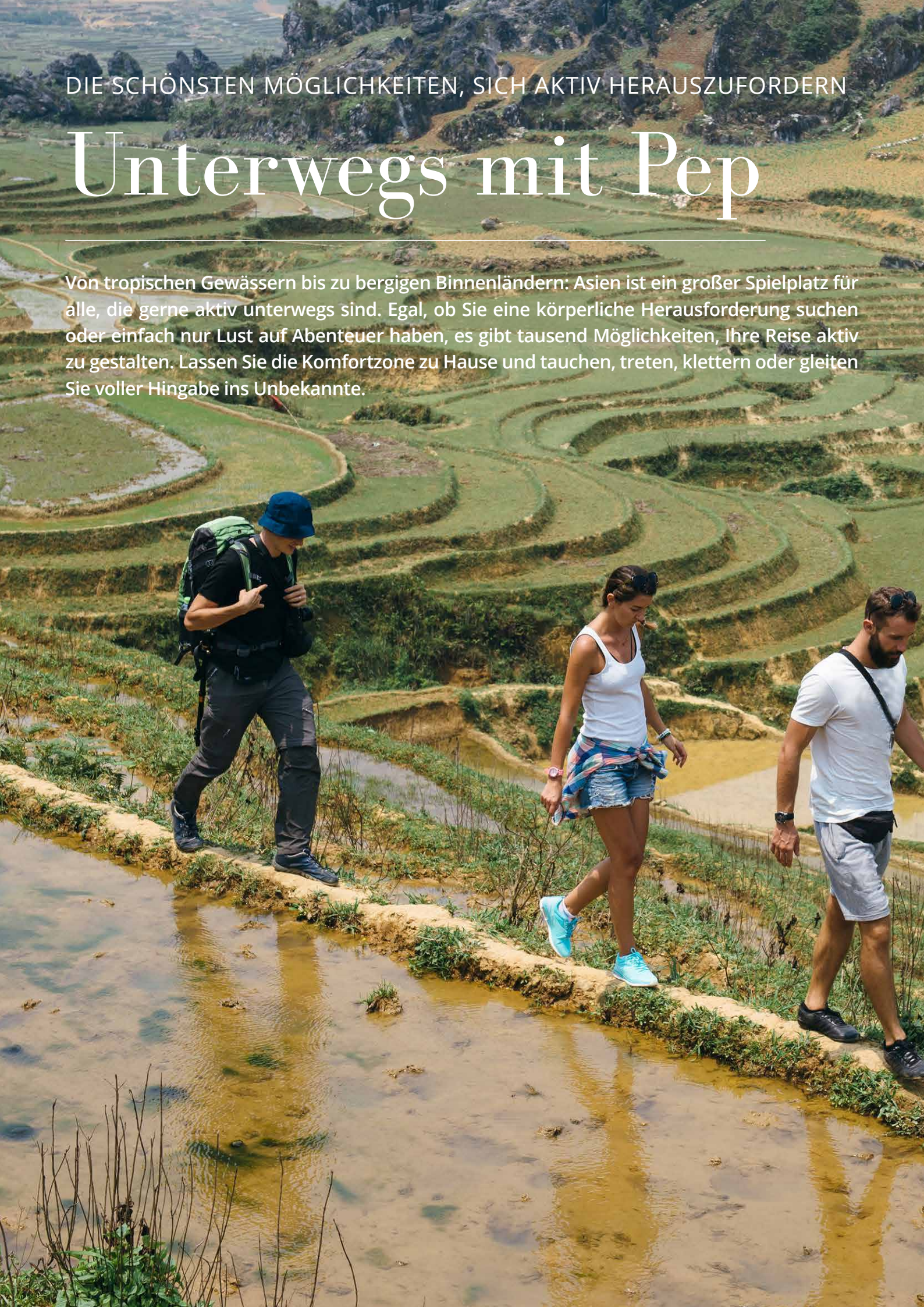
Vietnam ist perfekt für Familien, die gerne etwas erleben, aber auch etwas weitergeben möchten. Kleine Kinder fahren durch Karstlandschaften in einem Sampan, radeln durch Reisfelder oder lernen, Frühlingsrollen in einer lokalen Küche zu rollen. Teenager erhalten einen faszinierenden Einblick in Geschichte, Streetfood und das tägliche Leben. Alles ist bunt, abwechslungsreich und gut auf Familien abgestimmt. Die Distanzen können manchmal etwas länger sein, aber mit einem guten Rhythmus bleibt es machbar und macht Spaß. Und überall unterwegs: herzliche Begegnungen mit einem breiten Lächeln.



DIE SCHÖNSTEN MÖGLICHKEITEN, SICH AKTIV HERAUSZUFORDERN

Unterwegs mit Pep

Von tropischen Gewässern bis zu bergigen Binnenländern: Asien ist ein großer Spielplatz für alle, die gerne aktiv unterwegs sind. Egal, ob Sie eine körperliche Herausforderung suchen oder einfach nur Lust auf Abenteuer haben, es gibt tausend Möglichkeiten, Ihre Reise aktiv zu gestalten. Lassen Sie die Komfortzone zu Hause und tauchen, treten, klettern oder gleiten Sie voller Hingabe ins Unbekannte.





SANDBOARDEN

Tauschen Sie die verschneite Piste gegen eine Wüstendüne und gleiten Sie mit einem Board die Dünen aus goldenem Sand hinunter. Sandboarden ist purer Spaß: wenig Technik, viel Adrenalin. Erwarten Sie Lachsalven, Sand bis in die Ohren und Sonnenuntergänge, die Sie nicht schnell vergessen werden.



TREKKING

Wandern ist die ideale Möglichkeit, ein Land wirklich zu fühlen: der Duft des Waldes, der Rhythmus Ihrer Schritte, die unerwarteten Begegnungen unterwegs. Von kurzen Tagesausflügen bis hin zu mehrtägigen Wanderungen dreht sich alles um das Verlangsamen, Verbinden und die Zufriedenheit mit Ihrer eigenen Kraft.



MOUNTAINBIKING

Durch Dschungelpfade schlängeln, zwischen Reisfeldern navigieren oder kräftig in den Bergen treten: Mit dem Mountainbike erleben Sie die Landschaft aus der ersten Reihe. Ein aktives Erlebnis mit Geschwindigkeit, Herausforderung und Freiheit als Schlüsselwörter.



RAFTING

Lassen Sie sich mitreißen von einem reißenden Fluss voller Action und Teamarbeit. Rafting bedeutet nass zu werden, zusammenzuarbeiten und vor Lachen zu schreien, während Sie Stromschnellen trotzen. Perfekt für diejenigen, die das Abenteuer mit einem Hauch von Wildheit suchen.



SCHNORCHELN

Sobald Sie Ihren Kopf unter Wasser stecken, öffnet sich eine andere Welt: bunte Korallen, tanzende Fische und stille Schönheit. Schnorcheln erfordert keine Erfahrung, nur Staunen. Es ist die ultimative Kombination aus Entspannung und Entdeckung.



CANYONING

Für die echten Abenteuerer: Canyoning bedeutet springen, rutschen, absteigen und manchmal buchstäblich kopfüber ins Wasser zu springen. Sie folgen dem Weg eines Flusses durch Schluchten und Wasserfälle, mit einem nassen Anzug und einem Körper voller Adrenalin als Belohnung.

DER GESCHMACK VON ASIEN

Von Streetfood bis Eintopf



Wie man durch Asien reist, probiert unterwegs. Auf einem Plastikstuhl am Straßenrand oder an einem dampfenden Küchentisch: Essen ist überall, immer und mit Stolz zubereitet. Von duftender Nudelsuppe bis zu würziger Curry oder langsam gegartem Fleisch – jedes Land hat seine eigenen Klassiker. Hier finden Sie fünf ikonische Gerichte, die Sie mindestens einmal probiert haben müssen.



1 | PHO - VIETNAM

Diese klare Nudelsuppe ist das Herz der vietnamesischen Küche. Hergestellt auf Basis von Rind- oder Hühnerbrühe, mit Reisnudeln, Kräutern, Limette und Chili nach Geschmack. Oft als Frühstück gegessen, aber eigentlich zu jeder Tageszeit gut. Leicht, aromatisch und überraschend süchtig machend.

2 | PAD THAI - THAILAND

Ein Wokgericht mit Reisnudeln, Ei, Tofu oder Garnelen, Sojasprossen, Erdnüssen und einer süß-sauren Tamarindensauce. Pad Thai ist der Klassiker unter den thailändischen Streetfood-Gerichten: schnell, geschmackvoll und beliebt bei sowohl Einheimischen als auch Reisenden. Ideal als erste Kennenlernung mit der thailändischen Küche.



3 | NASI GORENG - INDONESIEN

Gebratener Reis mit Ei, Gemüse, Sojasauce und oft Hähnchen oder Garnelen. Jede Insel und jeder Koch hat seine eigene Version. Nasi Goreng ist einfach, aber voller Geschmack. Oft serviert mit einem Spiegelei, Krabbenchips und etwas scharfer Sambal daneben.

4 | SUSHI - JAPAN

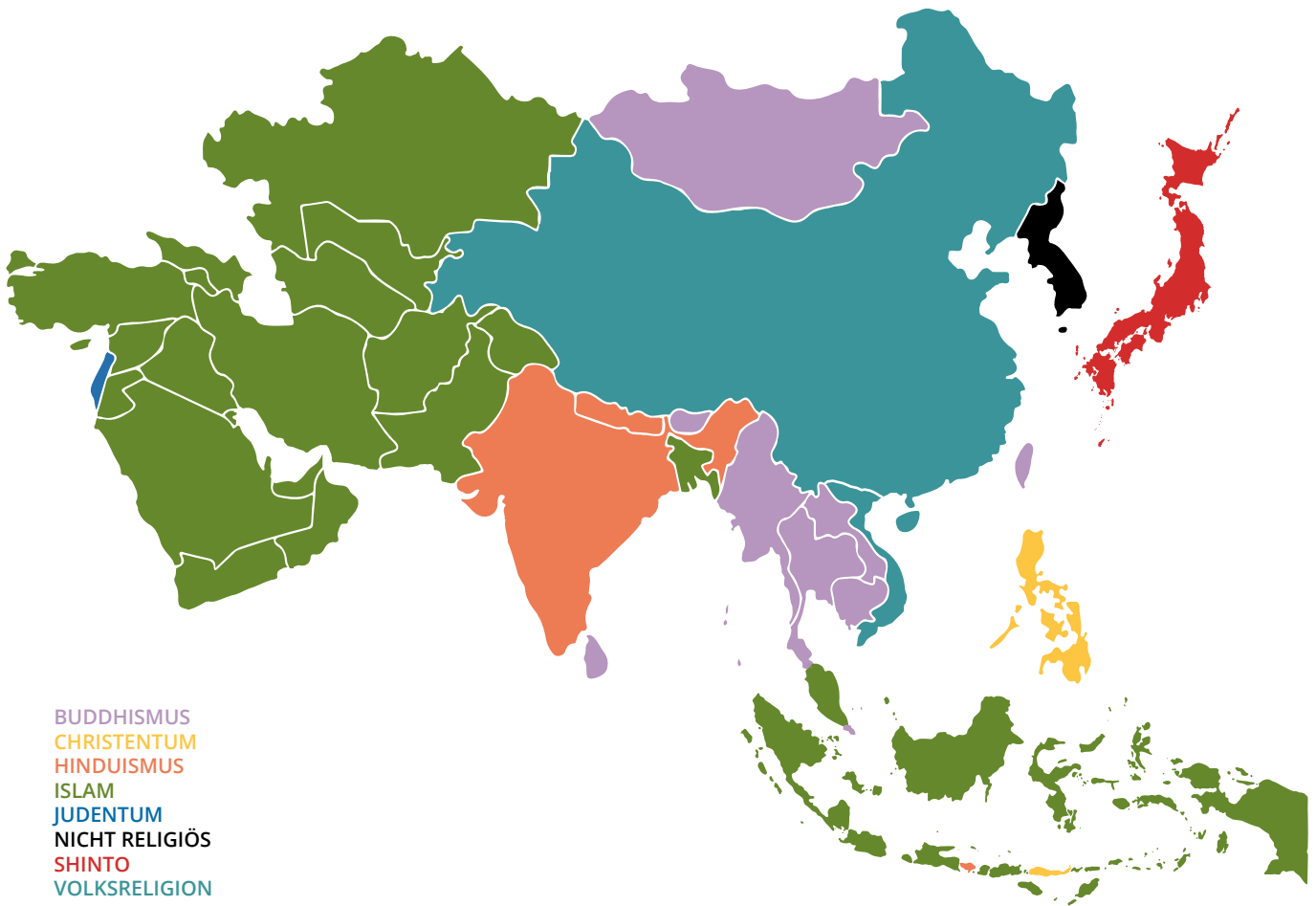
Rohes Fisch, Algen, Reis und äußerste Präzision: Sushi ist nicht nur ein Gericht, sondern eine Kunstform. Von einfachen Maki bis hin zu raffinierten Nigiri dreht sich beim Sushi alles um Balance und Perfektion. Oft serviert mit Wasabi, Sojasauce und eingelegtem Ingwer.



5 | SHUWA - OMAN

Shuwa ist das Festgericht von Oman: langsam gegartes Fleisch (meistens Lammfleisch), das stundenlang in einem unterirdischen Ofen mit einer duftenden Gewürzmarinade zubereitet wird. Das Fleisch wird butterartig und voll im Geschmack. Oft serviert mit Reis, Datteln und Joghurtsoße. Eine echte Spezialität, die Sie nur lokal erleben.

Religion in Asien



In Asien zieht sich die Religion wie ein roter Faden durch das tägliche Leben. Tempelglocken, Gebetsaufrufe, Rituale an Hausaltären oder bunte Prozessionen: der spirituelle Reichtum des Kontinents bestimmt nicht nur den Rhythmus des Tages, sondern auch die Art und Weise, wie Menschen miteinander, mit der Natur und mit ihrer Vergangenheit umgehen.

An vielen Reisezielen gehen verschiedene Religionen harmonisch miteinander um und prägen jahrhundertealte Traditionen, Feste und Monumente. Wer reist, entdeckt, wie der Glaube sichtbar und spürbar mit der Kultur verwoben ist.

BUDDHISMUS

Ruhe, Respekt und Rituale. In buddhistischen Ländern wie Thailand, Laos, Kambodscha, Sri Lanka, Vietnam, aber auch Japan, Nepal und Bhutan sieht man Mönche in saffranfarbenen Gewändern, duftende Räucherstäbchen und vergoldete Stupas. Der Buddhismus prägt das tägliche Leben: von der Art und Weise, wie Menschen mit Zeit und Rückschlägen umgehen, bis hin zur Architektur von Tempeln und der Stille an heiligen Orten. In Bhutan ist er sogar die offizielle Staatsreligion und eng mit Bildung und Verwaltung verbunden.

CHRISTENTUM

Das Christentum ist in Asien oft eine Religion von Minderheiten, aber das macht es nicht weniger präsent. Im Süden Indiens und auf Flores in Indonesien sieht man Kirchen im Kolonialstil, Weihnachtsdekorationen in tropischen Farben und religiöse Feste mit eigener Ausprägung. In Vietnam gibt es noch deutliche Spuren der französischen Kolonialvergangenheit, mit auffällig vielen Katholiken. Christliche Gemeinschaften in Asien sind oft klein, aber eng verbunden und aktiv.

HINDUISMUS

Indien ist die Wiege des Hinduismus, einer bunten und ritualen Religion mit Tausenden von Göttern, jeder mit seiner eigenen Geschichte. Man sieht sie überall: in Tempeln, im Straßenbild und auf Autoaltären. Auch in Nepal spielt der Hinduismus eine große Rolle, oft vermischt mit buddhistischen Elementen. Sri Lanka hat eine beträchtliche hinduistische Minderheit im Norden, wo die Tempelarchitektur und Feste eine andere Atmosphäre hervorrufen als im buddhistischen Süden. Bali, die einzige hinduistische Insel Indonesiens, atmet eine einzigartige spirituelle Kultur, mit täglichem Opfern und Tempeln, die mit der Landschaft verschmelzen.



ISLAM

Von den Sanddünen im Oman und Saudi-Arabien bis zu den Reisfeldern in Indonesien und Malaysia: Der Islam ist an vielen asiatischen Zielen allgegenwärtig. Moscheen, Gebetsaufrufe und Fastenzeiten wie der Ramadan sind erkennbare Ausdrucksformen. Dennoch zeigt sich viel Vielfalt: Der Islam in Indonesien unterscheidet sich vom Islam auf der Arabischen Halbinsel, und in Indien sowie Sri Lanka leben Muslime neben Menschen anderer Religionen. In Malaysia ist der Islam die Staatsreligion, doch das Land ist zugleich für seine religiöse Vielfalt bekannt.

SHINTO

Shinto ist die traditionelle Religion Japans und dreht sich um die Verehrung von Kami: göttlichen Geistern, die in der Natur, in Gegenständen und in Vorfahren leben. Man erkennt Shinto an den ikonischen roten Torii-Toren, die Zugang zu heiligen Orten gewähren. Oft gehen Shinto und Buddhismus in Japan Hand in Hand: Geburten und Hochzeiten werden mit Shinto-Ritualen gefeiert, während Beerdigungen eher buddhistisch sind. Das Ergebnis ist eine einzigartige spirituelle Landschaft, in der Religion vor allem um Harmonie, Reinheit und Respekt für die Vergangenheit geht.

VOLKSGLAUBEN

Ahnerverehrung, Animismus und lokale Rituale bilden eine unsichtbare, aber starke spirituelle Schicht in vielen asiatischen Ländern. In Vietnam, Laos und Teilen von Thailand und Kambodscha werden offizielle Religionen mühelos mit Volksglauben kombiniert. Geisterhäuser, Hausaltäre und bunte Opfergaben sind alltäglich. In Vietnam ist die Glaubenslandschaft so gemischt, dass buddhistische, taoistische, konfuzianistische und christliche Elemente zusammen eine einzigartige spirituelle Kultur bilden. Hier gibt es keinen Schwarz-Weiß-Glauben, sondern ein buntes Mosaik von Überzeugungen, die nebeneinander bestehen.

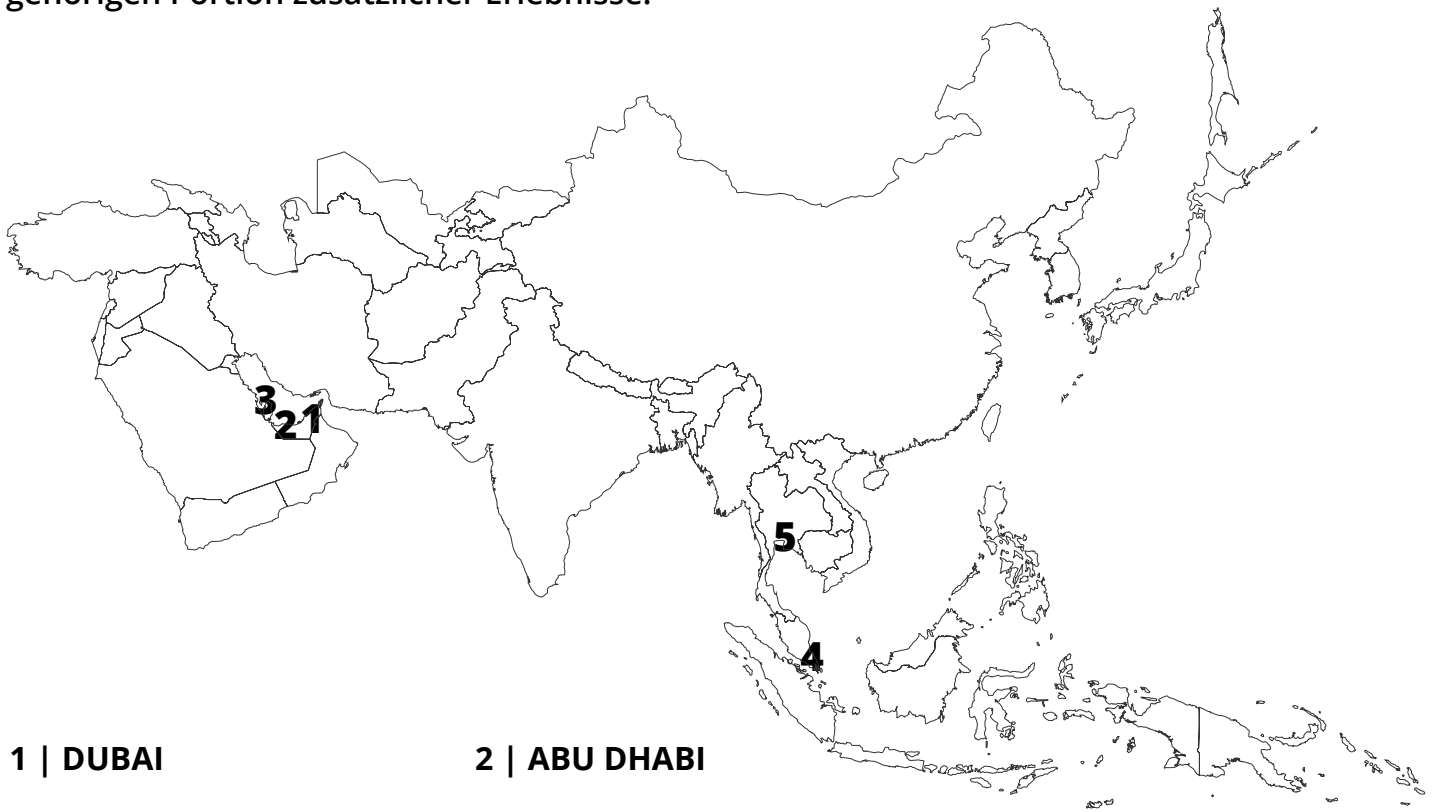
Religion in Asien ist mehr als Gebet und Ritual – es ist eine Lebensweise, eine Quelle der Sinngebung und ein Leitfaden für Werte wie Respekt, Verbundenheit und Gastfreundschaft. Auf Reisen kommen Sie in Kontakt mit spirituellen Orten, aber oft sind es die kleinen Momente, die am meisten im Gedächtnis bleiben: ein buddhistischer Segen unterwegs, eine Frau, die morgens Blumen auf Bali opfert, oder ein junger Imam, der begeistert seine Moschee zeigt. Wer mit offenen Augen reist, merkt, dass Religion keine touristische Attraktion ist, sondern eine lebendige Kultur, die Ihnen hilft, ein Reiseziel wirklich zu verstehen.

ZWISCHENSTOPPS IN RICHTUNG ASIEN

Alles mitnehmen, was geht.



Eine Reise nach Asien bedeutet oft einen langen Flug. Warum diesen nicht unterbrechen mit einem Zwischenstopp an einem Ort, der selbst schon ein Ziel ist? Ein Stopover ist die perfekte Möglichkeit, Ihre Reise zu verlängern, ohne zusätzliche Flugzeit – und mit einer gehörigen Portion zusätzlicher Erlebnisse.



1 | DUBAI

Dubai ist ein blitzschnelles Eintauchen in Überfluss. Denken Sie an: das höchste Gebäude der Welt, Einkaufszentren mit Skipisten und Sonnenuntergang am Strand.

Innerhalb eines Tages kombinieren Sie eine Wüstensafari mit einem Drink auf der Dachterrasse und einer Bootstour in der Marina.

Für diejenigen, die Kontraste und Komfort lieben: ein idealer erster Zwischenstopp.

2 | ABU DHABI

Abu Dhabi ist der elegante Gegenpart zu Dubai: ruhiger, geräumiger und mit einem starken kulturellen Fokus.

Die Scheich-Zayed-Moschee ist ein absolutes Highlight: weißer Marmor, feine Details und eine friedvolle Stille. Im Louvre Abu Dhabi bewundern Sie Kunst unter einer spektakulären schwebenden Kuppel.

Lieber in die Natur? Gehen Sie Kajak fahren zwischen den Mangroven oder entspannen Sie auf Saadiyat Island.

3 | DOHA, QATAR

Doha ist eine verborgene Perle unter den Stopovers. Weniger überlaufen als Dubai, aber ebenso modern und deutlich ruhiger.

Besuchen Sie die ikonische Imam Muhammad Ibn Abd Al-Wahhab-Moschee, schlendern Sie durch die Souks oder lassen Sie sich vom Museum für Islamische Kunst überraschen. Die Stadt strahlt Ruhe, Kunst und Ordnung aus.

Perfekt für diejenigen, die kurze Spaziergänge, gutes Essen und architektonische Wow-Momente lieben.

4 | SINGAPORE

Singapur ist eine der effizientesten und zugänglichsten Städte in Asien. Ideal für einen kurzen Zwischenstopp.

Vom Flughafen sind Sie im Handumdrehen in der Stadt, wo Sie Tempel, Wolkenkratzer und tropische Gärten mühelos kombinieren.

Essen Sie in einem Hawker-Center zu Mittag, spazieren Sie entlang der Marina Bay oder entspannen Sie in den Gardens by the Bay. Alles ist ordentlich, sicher und überraschend grün.

5 | BANGKOK, THAILAND

Bangkok ist Chaos auf die bestmögliche Art. An einem Tag probieren Sie Pad Thai auf der Straße, fahren über den Chao Phraya und besuchen goldene Tempel.

Schlafen? Vielleicht. Aber zuerst noch schnell in eine Skybar oder auf einen Nachtmarkt. Bangkok ist energisch, bunt und ganz anders.

Ideal für diejenigen, die sofort in Asien eintauchen möchten, auch wenn es nur für 24 Stunden ist.

INSEL VOLLER GESCHICHTEN

Sri Lanka

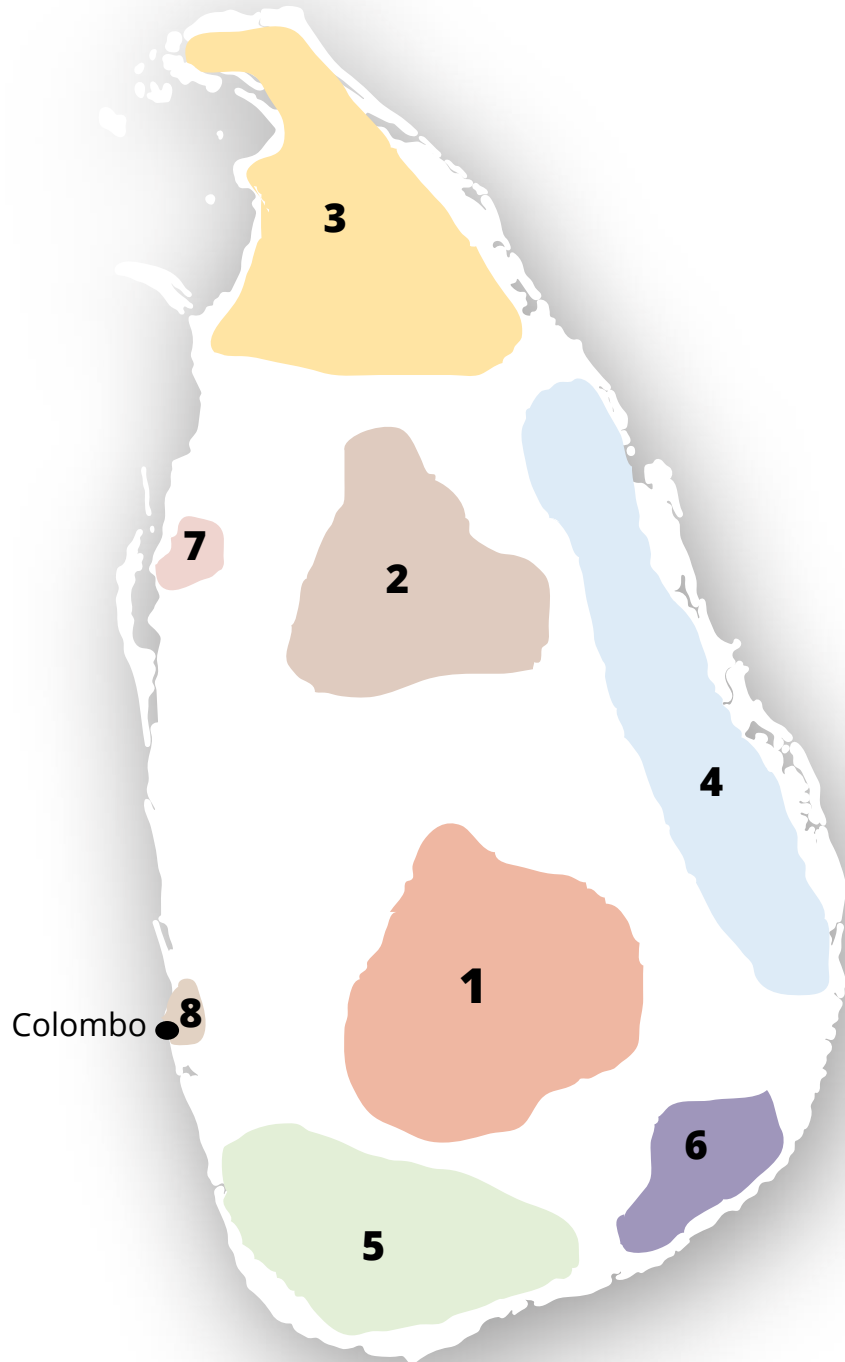
Sri Lanka ist eine Insel, die hängen bleibt. Der Duft von Gewürzen, der Rhythmus des Zuges durch die Teeplantagen, das Lächeln eines Passanten – hier reisen Sie nicht nur durch die Landschaft, sondern auch entlang von Geschichten. Sie halten an Tempeln, wandern durch Berge und biegen zu stillen Stränden ab. Egal, ob Sie wegen Kultur, Natur oder einfach nur Ruhe kommen: Sri Lanka bewegt.





SRI LANKA AUF EINEN BLICK

Teeplantagen bis Tempel



Sri Lanka ist kompakt, aber in Bezug auf Abwechslung steht es einem ganzen Kontinent in nichts nach. Denken Sie an neblige Berge und sonnenverwöhnte Strände, weitläufige Teeplantagen und mysteriöse Tempelanlagen, wilde Elefanten und bunte Märkte.

Wir nehmen Sie mit auf eine Reise durch die Regionen, die Sri Lanka so einzigartig machen. Jede Gegend hat ihre eigene Atmosphäre, ihren eigenen Rhythmus und ihre eigenen Vorzüge. Lassen Sie sich inspirieren, um Ihre perfekte Reiseroute zusammenzustellen, von den Hochländern bis zur Küste, von Kultur bis Natur.

1 | ZENTRALES HOCHLAND

Wer grüne Hänge, plätschernde Bäche und kühle Bergluft liebt, fühlt sich im Herzen von Sri Lanka zu Hause. Das Zentrale Hochland ist eine Erholung nach dem tropischen Tiefland. Hier wandern Sie entlang von Teeplantagen, reisen mit dem Zug durch sanfte Landschaften und erkunden gemütliche Kolonialdörfer wie Nuwara Eliya oder Ella. Vergessen Sie nicht Ihre Wanderschuhe: Horton Plains, Little Adam's Peak und Ella Rock bieten wunderschöne panoramische Touren. Ein Ort, um einen Moment innezuhalten, durchzuatmen und die weite Aussicht zu genießen.

2 | KULTURELLES DREIECK

Im Norden des Binnenlandes liegt das Kulturelle Dreieck: eine Region voller Erbe und alter Städte. Hier entdecken Sie die Geschichte Sri Lankas durch beeindruckende Stätten in Anuradhapura und Polonnaruwa, den ikonischen Löwenfelsen von Sigiriya und das spirituelle Herz in Kandy. Tempel, Buddha-Statuen und Stupas erzählen die Geschichte von Königreichen, Ritualen und jahrhundertealten Bräuchen. Diese Region ist ein Muss für alle, die Kultur schnuppern und in die reichen Traditionen der Insel eintauchen möchten.

3 | NORDEN

Der Norden von Sri Lanka fühlt sich anders an als der Rest der Insel. Jaffna und Umgebung sind durchdrungen von tamilischer Kultur, mit bunten hinduistischen Tempeln und würzigen Gerichten. Die Region lag jahrelang im Schatten des Tourismus, aber das macht sie gerade so besonders. Sie spüren die facettenreiche Geschichte und die Widerstandsfähigkeit der Menschen. Erwarten Sie wenig Trubel, viel Authentizität und einen anderen Blick auf Sri Lanka. Ideal für Reisende, die etwas weiter schauen möchten.

4 | OSTKÜSTE

Die Ostküste ist Sri Lanka in seiner entspanntesten Form. Denken Sie an weitläufige Strände, lokale Fischerboote und lebendige Badeorte wie Trincomalee und Arugam Bay. Hier kommen Sie für Sonne und Surfen, Schnorcheln oder Delfine beobachten, aber auch für kulturelle Juwelen wie den Tempel von Koneswaram. Die Atmosphäre ist entspannt, perfekt für alle, die Ruhe, Raum und warme Gastfreundschaft suchen. Beste Reisezeit? Unsere Sommermonate, wenn das Wetter hier am besten ist.

5 | SÜDWESTKÜSTE

Die Südwestküste ist bei Reisenden am bekanntesten und beliebtesten, und das nicht ohne Grund. Hier finden Sie wunderschöne Strände, bunte Fischerdörfer und das charmante Galle: eine alte Kolonialstadt mit Festungsmauern, Boutiquen und Dachterrassen mit Blick auf das Meer. In Unawatuna spazieren Sie vom Strand direkt in eine gemütliche Gasse mit Cafés, und in Hikkaduwa können Sie Schildkröten beobachten oder einfach nur entspannen. Diese Region ist entspannt und stimmungsvoll, ideal als Abschluss während unserer Wintermonate, wenn die Sonne hier in vollem Glanz scheint.

6 | SÜDEN: NATIONALPARKS

Yala ist der bekannteste Nationalpark und Heimat von Leoparden, Elefanten und weitläufigen Landschaften. Aber auch Udawalawe und Singharaja bieten beeindruckende Naturerlebnisse. Erwarten Sie keine Massen von Tieren wie in Afrika, sondern eine überraschend vielfältige Fauna, stille Wildnis und Morgenstunden, in denen die Natur langsam zum Leben erwacht. Eine Jeep-Safari im Nationalpark ist die beste Möglichkeit, die Tiere in ihrem natürlichen Lebensraum zu beobachten. Einfache, pure Naturerfahrung, genau wie es gedacht ist.

7 | WILPATTU NATIONALPARK

Wilpattu ist der größte und einer der ruhigsten Nationalparks von Sri Lanka. Hier gibt es keine Massen an Jeeps, sondern stille Wege entlang von Seen, Wäldern und offenen Flächen. Die Chance, Leoparden, Elefanten und zahlreiche Vogelarten zu beobachten, ist groß. Der Park liegt im Nordwesten der Insel und ist für diejenigen, die Ruhe in der Natur bevorzugen, der ideale Ort.

8 | COLOMBO

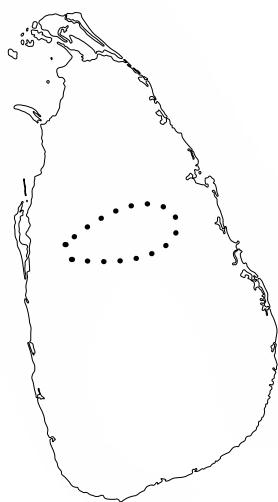
Die Hauptstadt von Sri Lanka pulsiert vor Leben, zwischen Wolkenkratzern und kolonialen Gebäuden, Märkten und Streetfood-Ständen. Es ist ein schöner Ort, um Ihre Reise abzuschließen, mit trendigen Cafés, Museen und Promenaden am Meer. Erkunden Sie das Viertel Pettah, probieren Sie lokale Snacks oder entspannen Sie im grünen Viharamahadevi Park. Colombo ist chaotisch, lebhaft und überraschend vielseitig. Nehmen Sie sich Zeit und erleben Sie Colombo in ihrem Charm.

DIE SCHÖNSTEN REISEWEGE DURCH DAS LAND

Sri Lanka



Sri Lanka lernt man erst richtig kennen, wenn man das Land durchquert. Diese vier Routen bilden zusammen eine komplette Rundreise, aber Sie können sie ebenso gut einzeln kombinieren zu Ihrer idealen Reise. Jahrhundertealte Städte und Stupas im Kultur-Dreieck, kühle Berge mit Teeplantagen und Wanderwegen, Charme und Natur entlang der Südwestküste sowie tropische Strände in Sri Lanka oder den Malediven. Jede Route zeigt ein anderes Gesicht der Insel, mit eigenem Rhythmus, Atmosphäre und Vorzügen. Zusammen bilden sie das Beste von Sri Lanka.



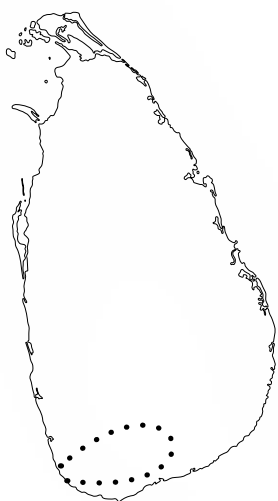
KULTURELLES DREIECK

Diese Route führt Sie entlang der Wiege des singhalesischen Königreichs. Beginnen Sie in Anuradhapura, wo Stupas und Buddha-Statuen zwischen jahrhundertealten Bäumen stehen. Besteigen Sie den heiligen Berg Mihintale und entdecken Sie das ruhige Avukana mit seinem imposanten stehenden Buddha. Über den Löwenfelsen von Sigiriya und das nahegelegene Pidurangala reisen Sie weiter zum elefantenreichen Minneriya Nationalpark. In Polonnaruwa radeln Sie entlang der Ruinen von Palästen und Tempeln, und in Dambulla schließen Sie mit dem berühmten Höhlentempel voller Wandmalereien ab.



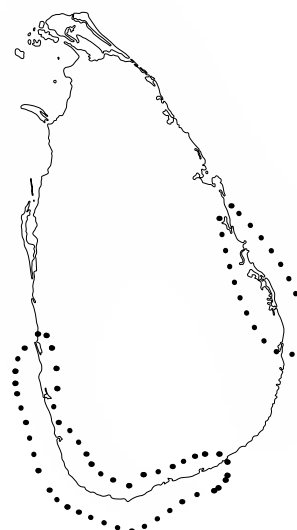
ZENTRALES HOCHLAND

Von dem lebhaften Kandy aus geht es in die Höhe. Unterwegs passieren Sie Matale und Madulkele, wo Gewürz- und Teegärten die Landschaft färben. In den Knuckles Range wandern Sie über Bergkämme und durch dichte Wälder, ein Paradies für Naturliebhaber. Danach geht es in Richtung Nuwara Eliya, einem Städtchen mit britischem Flair und nebligem Charme. Die Zugfahrt nach Ella ist ein Highlight für sich: Teeplantagen, Wasserfälle und weite Ausblicke ziehen an Ihnen vorbei. Im entspannten Ella wartet noch ein Aufstieg zum Little Adam's Peak auf Sie. Abgeschlossen wird das Abenteuer mit Rafting oder Canyoning im grünen Kitulgala.



HÖHEPUNKTE DES SÜDWESTENS

Diese Route kombiniert Natur, Küste und Kultur in einem entspannten Tempo. Sie beginnen im Süden mit Safaris in Yala und Udawalawe, wo Sie die Chance auf Elefanten, Leoparden und andere Wildtiere haben. In Weligama sehen Sie die ikonischen Stelzenfischer in Aktion, während der Ozean ruhig an der Küstenlinie rollt. Danach erwartet Sie das charmante Galle mit seiner alten Festung, kolonialen Fassaden und stimmungsvollen Gassen. Über Bentota und Hikkaduwa reisen Sie weiter entlang von Fischerdörfern und kleinen Buchten mit einem Zwischenstopp bei einem Auffangzentrum für Meeresschildkröten. Sie schließen im grünen Inland mit dem Regenwald von Sinharaja und einer Bootsfahrt auf dem Madu-Fluss ab.

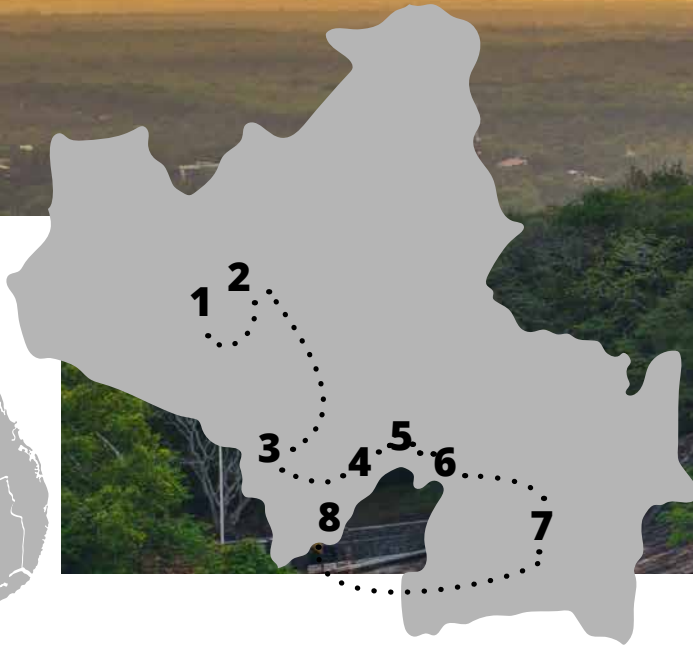


STRÄNDE & MALEDIVEN

Sri Lanka hat Strände für jeden Reisenden. An der Ostküste sind Trincomalee, Passikudah und Arugam Bay während unserer Sommermonate herrlich ruhig, mit klarem Wasser und einer gemütlichen Atmosphäre. Im Winter lockt die Südwestküste mit lebhaften Badeorten wie Bentota, Hikkaduwa, Unawatuna und Mirissa. Hier spazieren Sie entlang von Fischerbooten, genießen eine frische King Coconut am Meer oder beobachten Delfine bei einer Bootstour. Wer das ultimative Inselgefühl sucht, kann die Reise mit ein paar Tagen auf den Malediven verlängern. Ein kurzer Flug und Sie stehen mit Ihren Füßen im Sand, umgeben von türkisfarbenem Wasser und absoluter Ruhe.

Wo Geschichte greifbar wird

ENTDECKEN SIE DAS KULTURELLE DREIECK



1 | ANURADHAPURA

Eine der ältesten Städte der Welt mit weitläufigen Ruinen, heiligen Bodhibäumen und imposanten Stupas. Die Atmosphäre ist friedlich und zeitlos.



2 | MIHINTALE

Ein wichtiger Pilgerort auf einem Hügel mit weiß getünchten Stupas und einem wunderschönen Blick über die umliegende Landschaft.

3 | AVUKANA

Ruhig gelegener Bildhauer-Tempel mit einem 12 Meter hohen stehenden Buddha, ideal für einen kurzen Halt unterwegs zwischen größeren Sehenswürdigkeiten.



4 | SIGIRIYA

Der ikonische Löwenfelsen ist eine Mischung aus Natur, Geschichte und königlicher Pracht. Besteigen Sie den Felsen für die Aussicht und die Fresken.

Diese Route taucht Sie ein in das alte Sri Lanka, wo Stupas, Tempel und Königstädte die Stille der Landschaft durchbrechen. Ideal für Reisende, die gerne in Ruinenstädten umherwandern, besondere Stätten entdecken und die Geschichte der Insel erkunden möchten.



BESTE REISEZEIT das ganze Jahr über
REISEDAUER min. 4 Tage

5 | PIDURANGALA

Eine ruhigere Alternative neben Sigiriya, mit einem abenteuerlichen Aufstieg und einem wunderschönen Blick auf den Löwenfelsen selbst.

7 | POLONNARUWA

Eine gut erhaltene alte Stadt mit Palästen, Bädern und Buddha-Statuen. Perfekt, um sie mit dem Fahrrad zu erkunden.



6 | MINNERIYA

Nationalpark, der vor allem für die großen Elefantenkonzentrationen während 'The Gathering' in unseren Sommermonaten bekannt ist.



8 | DAMBULLA

Ein Höhlentempelkomplex voller bunter Wandmalereien und Buddha-Statuen, eingebettet in eine Felswand.



1 | KANDY

Eine lebendige Stadt rund um einen See, mit dem Tempel des Zahns und bunten Märkten. Kultureller Ausgangspunkt der Hochländer.



2 | HANTHANA

Ein grünes und hügeliges Gebiet direkt außerhalb von Kandy, ideal für diejenigen, die ruhig wandern möchten, ohne touristischen Trubel.

3 | MADULKELLE

Abgelegen und ruhig, zwischen Teeplantagen und Hügeln. Ideal, um zu entschlern mit Blick auf die Knuckles Mountains.



4 | KNUCKLES RANGE

Ein raues und unberührtes Gebirgsgebiet mit Dschungel, Nebelschwaden und weitläufigen Reisfeldern. Ideal für diejenigen, die entlang von Dörfern, Bächen und Bergkämmen wandern möchten, fernab der klassischen Touristenpfade.

Reisen im Rhythmus der Berge

AKTIV DURCH DAS ZENTRALE HOCHLAND

Für Wanderer, Naturliebhaber und diejenigen, die frische Luft und grüne Ausblicke genießen. Diese Route schlängelt sich durch das kühle Hinterland, wo Teefelder die Hügel färben und die Zeit langsamer zu vergehen scheint. Ideal für Reisende, die gerne wandern, Panoramazüge, lokale Dörfer und eine Mischung aus Natur und Kultur erleben.

BESTE REISEZEIT
REISEDAUER

das ganze Jahr über
mind. 6 Tage

5 | KITULGALA

Abenteuerlicher Halt zwischen Bergen und Dschungel. Bekannt für Rafting, Wasserfälle und Dschungeltouren, für diejenigen, die es etwas wilder mögen.



7 | ELLA

Kleines aber beliebtes Bergdorf, mit entspannter Atmosphäre und bekannten Wanderungen wie Ella Rock und Little Adam's Peak.



6 | NUWARA ELIYA

Kühles Klima, britischer Charme und weitläufige Teeplantagen. Hier fühlt sich Sri Lanka kurzzeitig wie ein koloniales Bergdorf an.



8 | ZUGFAHRT DURCH DIE BERGE

Eine der schönsten Zugfahrten der Welt. Langsame Reisen durch Tunnel, Brücken und endlose grüne Hügel.



BESTE REISEZEIT November - April
REISEDAUER mind. 5 Tage

1 | UDAWALAWE

Klein und ruhig, bekannt für die großen Herden von Elefanten in einer offenen savannenähnlichen Landschaft.



2 | YALA

Einer der bekanntesten Nationalparks von Sri Lanka, mit der Möglichkeit, Elefanten, Leoparden und Krokodile zu sehen.

3 | MIRISSA

Ein entspannter Küstenort mit runden Buchten, Palmen und bunten Booten. Von hier aus können Sie auf das Meer hinausfahren, um Delfine und Wale zu beobachten, einer der besten Orte auf der Insel, um diese Riesen in der Wildnis zu sehen.



4 | WELIGAMA

Eine bunte Fischerstadt, in der Sie die ikonischen Stelzenfischer sehen, die auf ihren Holzstöcken im Meer balancieren. Ein Ort, den Sie nicht vergessen werden.



Natur, Küste & kolonialer Charme

DAS VARIABELLE SÜDEN SRI LANKAS

Diese Route kombiniert das Beste des südlichen Sri Lanka: von Elefantenbeobachtungen in den Nationalparks bis zum Bummeln durch das koloniale Galle, von grünem Dschungel bis zu Fischern am Meer. Ideal für diejenigen, die aktiv entdecken möchten, aber auch Raum für Ruhe und kleine Momente unterwegs wünschen.



5 | GALLE

Charmante Stadt innerhalb alter Stadtmauern. Schlendern Sie entlang kolonialer Fassaden, kleiner Boutiquen und gemütlicher Cafés. Eine herrliche Mischung aus Geschichte und Meer.

6 | HIKKADUWA

In Hikkaduwa können Sie eine Meeresschildkrötenauffangstation besuchen, in der Eier geschützt und junge Schildkröten gepflegt werden. Ein schöner Zwischenstopp, um mehr über die Tiere und die lokalen Bemühungen zum Naturschutz zu erfahren.



7 | MADU RIVER

Ein Netzwerk aus Kanälen und Mangroven. Erkunden Sie es mit dem Boot und fahren Sie entlang von Inselchen, Tempeln und Fischerhäusern. Beruhigend und überraschend vielseitig.



8 | BENTOTA

Ein langgestreckter Küstenort mit breiten Stränden und Kokospalmen. Ruhig und beliebt bei denen, die sich eine Auszeit gönnen möchten.

An aerial photograph of a tropical coastline. The image shows a wide, white sandy beach on the right side, meeting the turquoise ocean. The water has varying shades of green and blue, with white foam from waves breaking near the shore. A small boat is visible on the right edge of the frame.

SRI LANKA & MALEDIVEN

Sand und Meer

Sri Lanka mag zwar vielseitig sein, die Insel weiß auch, wie man es langsamer angehen lässt. Nach all dem Reisen, Entdecken und Besteigen gibt es nichts Schöneres, als sich an der Küste eine Brise um die Nase wehen zu lassen. Egal, ob Sie nach Ruhe, einem warmen Meer, einem frisch gefangenen Fisch oder einfach einem Platz suchen, um mit Ihren Füßen im Sand zu sitzen, es gibt immer eine Bucht, einen Strand oder ein Fischerdorf, das zu Ihnen passt. Im Osten genießen Sie im Sommer ruhige Strände, an der Südwestküste sind Sie gut in unserem Winter aufgehoben. Und wer gerne mit einem Hauch von Inselluxus abschließt, muss nur einen kurzen Flug zu den Malediven nehmen.



TRINCOMALEE

An der Nordostküste liegt Trincomalee, ein ruhiger Badeort mit breiten Stränden und klarem Wasser. Dort können Sie rund um Pigeon Island schnorcheln, Delfine oder Wale beobachten oder einfach am Meer entspannen. Die Atmosphäre ist gemütlich, mit netten Unterkünften und einem lokalen Charakter. Ideal für eine Strandverlängerung während unseres Sommers.



ARUGAM BAI

Arugam Bay ist das entspannteste Stranddorf an der Ostküste. Surfer fühlen sich hier zu Hause, aber auch Reisende, die eine entspannte Atmosphäre, Sandstrände und Strandbars mögen. Man kann dort spazieren gehen, Fahrrad fahren oder einfach in einer Hängematte liegen. In der richtigen Saison ein herrlicher Ort für Sonne und Einfachheit.



MIRISSA

Mirissa liegt in einer halbmondförmigen Bucht, umgeben von Palmen und Fischrestaurants. Hier können Sie sich sonnen, schwimmen oder an einer Bootstour teilnehmen, um Wale und Delfine zu beobachten. Die Atmosphäre ist lebhaft, aber nicht überwältigend. Ein schöner Ort, um Ihre Reise in einer warmen Brise abzuschließen.



PASSIKUDAH

Passikudah ist bekannt für seine flache Lagune und das ruhige Meer. Das warme Wasser reicht meterweit hinaus, perfekt zum Treibenlassen oder zum Spazierengehen am Strand. Hier kommen Sie zur Ruhe, Sonne und Einfachheit. Die Resorts sind mit allen Annehmlichkeiten und Einrichtungen ausgestattet. Alles strahlt Langsamkeit und Entspannung aus.



BENTOTA

In Bentota kommen Sie in unserem Winter an der Südwestküste zur Ruhe. Breite Strände, wiegende Palmen und Bootstouren auf dem Madu-Fluss sorgen für Abwechslung. Die Atmosphäre ist entspannt mit schönen Sonnenuntergängen. Ideal für diejenigen, die einen komfortablen Strandaufenthalt suchen, ohne das Gefühl zu haben, etwas tun zu müssen.



MALEDIVEN

Die Malediven sind das ultimative Verlängerungsziel Ihrer Reise während unserer Wintermonate. Denken Sie an weiße Strände, türkisfarbenes Wasser und ein Bungalow über der Lagune. Egal, ob Sie sich für einen Eco-Aufenthalt oder ein Luxus-Resort entscheiden, hier dreht sich alles um Ruhe und Schönheit. Ein kurzer Flug von Sri Lanka, und Sie befinden sich in einer Postkarte.



Currys sind seit Jahrhunderten Teil der sri-lankischen Küche. Ursprünglich beeinflusst von Indien, aber mit einem eigenen Charakter: mehr Kokos, mehr Zimt, mehr Schärfe. Jede Region hat ihre Vorlieben: im Norden schärfer, im Süden milder. Curry ist kein Gericht für sich, sondern eine Mahlzeit aus mehreren kleinen Gerichten, die zusammen gegessen werden, oft mit der Hand, auf einem Bananenblatt oder mit einem Löffel. Auffällig ist: selbst das einfachste Curry erhält hier Zeit, Aufmerksamkeit und einen Haufen Geschmack.

- 2 EL Kokosöl
- 1 Zwiebel, fein gehackt
- 2 Knoblauchzehen, gepresst
- 1 TL frischer Ingwer, gerieben
- 1 Zimtstange
- 1 TL Senfkörner
- 1 TL Kurkuma
- 1 TL Chilipulver (oder nach Geschmack)
- 1 TL Currypulver (sri-lankischer Stil)
- 1 kleine Aubergine, gewürfelt
- 1 Süßkartoffel, in Stücke
- 200 g grüne Bohnen, halbiert
- 400 ml Kokosmilch
- Salz und Limettensaft nach Geschmack
- Eventuell etwas frische Curryblätter (optional)



Erhitzen Sie das Kokosöl in einer Pfanne und braten Sie die Zwiebel, den Knoblauch und den Ingwer, bis sie glasig sind. Fügen Sie die Gewürze hinzu und rühren Sie, bis es zu duften beginnt. Fügen Sie das Gemüse hinzu und rühren Sie gut um. Fügen Sie die Kokosmilch hinzu, bringen Sie sie zum Kochen und lassen Sie sie köcheln, bis das Gemüse gar ist. Mit Salz und Limettensaft abschmecken. Servieren Sie mit Reis, Linsen und einem Kokos-Sambol für das echte Erlebnis.



So garnichts tun

Zeit für sich selbst nehmen. Zur Ruhe kommen in einer Umgebung, die dazu einlädt. In Sri Lanka gehen Natur, Stille und Wohlbefinden Hand in Hand. Seit Jahrhunderten vertrauen die Menschen hier auf Ayurveda, eine ganzheitliche Gesundheitslehre, die Körper und Geist ins Gleichgewicht bringt. Anders als bei einem kurzfristigen Wellnesserlebnis wirkt Ayurveda tiefgreifend. Man spürt es sofort und noch lange danach.

Sie müssen nicht eine Woche einplanen, um die Kraft von Ayurveda zu spüren. Selbst eine kurze Behandlung macht bereits einen Unterschied. Wärme, Aufmerksamkeit und Ruhe stehen im Mittelpunkt. Diese drei klassischen Sitzungen können Sie leicht während Ihrer Reise einplanen: für einen entspannten Morgen, einen Zwischenstopp oder als regenerierenden Moment nach einer langen Fahrt. Sie verlassen den Ort mit einem leichteren Körper, einem klareren Kopf und dem Gefühl, dass Sie für sich

RUHE IM KOPF

Eine Behandlung, die Sie nicht so schnell vergessen werden. Bei Shirodhara fließt langsam warmes Kräuteröl über Ihre Stirn, genau auf Höhe des dritten Auges. Der Rhythmus und die Wärme versetzen Sie in einen meditativen Zustand, selbst wenn Sie normalerweise Schwierigkeiten damit haben. Diese Behandlung wirkt tief auf das Nervensystem und ist ideal bei Grübeln, Schlaflosigkeit oder Überreizung. Viele Reisende beschreiben es als einen ‚mental Reset‘.



ERLEICHTERUNG FÜR DEN UNTEREN RÜCKEN

Leiden Sie unter Verspannungen in Ihrem unteren Rücken, Hüften oder Schultern nach langen Autofahrten oder Wanderungen? Kati Basti ist eine lokale Behandlung, bei der warme, heilende Öle in einer Kräuterkompressen auf Ihren unteren Rücken aufgetragen werden. Das Öl löst über Wochen hinweg angesammelte Spannungen. Diese Behandlung wirkt tiefenwärmend, lockert die Muskeln und bringt Erleichterung bei Rückenschmerzen. Sie spüren den Unterschied bereits nach einer Sitzung.

selbst gesorgt haben. Für diejenigen, die mehr als eine einzelne Behandlung wünschen, aber keine vollständige Detox-Kur planen: ein kurzes Retreat ist eine unkomplizierte Einführung in echtes Ayurveda. In zwei Tagen werden Sie in Fürsorge, Ruhe und Rhythmus eintauchen. Nach einem ausführlichen Gespräch mit einem ayurvedischen Arzt erhalten Sie eine auf Ihren Körpertyp abgestimmte Ernährung, tägliche Behandlungen sowie sanfte Yoga- und Atemübungen.



WARMES ÖL VON KOPF BIS FUSS

Abhyanga ist die klassische ayurvedische Behandlung: eine vollständige Körpermassage mit warmem, heilemdem Kräuteröl. Das Öl wird sorgfältig basierend auf Ihrer Dosha (Körpertyp) ausgewählt, sodass Ihr Körper genau das erhält, was er benötigt. Die sanften, rhythmischen Bewegungen regen Ihre Durchblutung an, nähren Ihre Haut und beruhigen Ihr Nervensystem. Nach der Behandlung fühlen Sie sich leicht, klar und geerdet. Besonders empfehlenswert bei Stress, Ermüdung oder nach einem langen Flug.



LIEBLINGSORTE IN SRI LANKA

Sorgfältig bis ins kleinste Detail gepflegt





GASTFREUNDSCHAFT ZWISCHEN DEN HÜGELN

Wer in einer Familie in den grünen Hügeln rund um Kandy übernachten möchte, ist im Hanthana House genau richtig. Diese kleine Homestay liegt zwischen den Teefeldern und bietet einfache, aber charmante Zimmer, einen warmen Empfang und köstliches hausgemachtes Essen. Die Eigentümer kochen traditionelle Gerichte und stehen jederzeit für ein Gespräch bereit. Erwarten Sie keinen Luxus, sondern ein authentisches Erlebnis mit viel Charakter.

LUXUS ÜBER DEN WOLKEN

Weit weg von allem hoch in den Knuckles Mountains, liegt die Madulkele Tea & Eco Lodge. Hier wohnen Sie stilvoll in einer geräumigen Zeltvilla mit Blick auf die Hügel und Reisfelder. Der Infinity-Pool bietet einen Ausblick über die nebligen Täler und nachts funkelt der Sternenhimmel. Dieser Ort ist ideal für diejenigen, die in der Natur abschalten möchten, ohne auf Komfort zu verzichten. Sie können wandern, Sterne beobachten oder einfach die Stille genießen. Alles hier ist langsam, warm und durchdacht. Ein Ort, der Ihnen das Atmen ermöglicht.



HORTON PLAINS & WORLD'S END

Eine der schönsten Wanderstrecken Sri Lankas. Sie wandern durch Grasland, Nebelwald und entlang von Abgründen bis zum World's End: einer Klippe von 800 Metern Tiefe mit einem Ausblick, der Ihnen in Erinnerung bleibt. Gehen Sie früh, um dem Nebel zuvorzukommen. Kalt am Morgen, aber magisch schön.

VERLIEBT IN ELLA

98 Acres ist ein Begriff in Ella und das zu Recht. Dieses nachhaltige Resort befindet sich auf einer ehemaligen Teeplantage und bietet einen Blick auf den Little Adam's Peak. Hier spüren Sie sofort das langsame Tempo von Ella, mit Raum für Spaziergänge, Yoga oder einfach ein Buch auf Ihrer Terrasse. Lust auf einen Adrenalinkick mit Blick auf Teeplantagen und Berge? Dann ist die Ravana Zipline genau das Richtige für Sie. Sie sausen in hohem Tempo über die Landschaft von Ella, eine schöne Abwechslung nach all den Wanderungen in der Region.



NATURLUXUS AN DER KÜSTE

Zwischen dem Grün und dem Meer, an einem abgelegenen Strand bei Trincomalee, liegt Uga Jungle Beach. Diese Eco-Lodge kombiniert natürlichen Charme mit Komfort: Holzstege führen zu stilvollen Zimmern, die im Gestrüpp verborgen sind, nur einen Steinwurf vom Ozean entfernt. Die Lage ist ideal zum Schnorcheln bei Pigeon Island oder um Delfine im Meer zu beobachten. Ob Sie sich für Abenteuer oder Ruhe entscheiden, Jungle Beach ist ein Ort, der Sie mit der Umgebung verbindet, ohne auf Komfort verzichten zu müssen.



STILVOLL ABSCHLIESSEN

Cape Weligama liegt auf einer Klippe an der Südküste und bietet vielleicht den schönsten Blick ganz Sri Lankas. Die Villen sind geräumig, der Pool scheint ins Meer zu fließen, und der Service ist diskret und fehlerfrei. Hier dreht sich alles um Raffinesse und Ruhe. Nach einer Rundreise voller Eindrücke ist dies ein Ort, um zur Stille zu kommen. Genießen Sie eine Massage, ein Buch am Pool oder ein Abendessen bei Kerzenlicht, während die Sonne untergeht. Cape Weligama ist kein Hotel, es ist ein Höhepunkt Ihrer Reise.

BALLONFAHRT BEI SONNENAUFGANG

Für eine andere Perspektive auf Sri Lanka steigen Sie in einem Heißluftballon über das Kulturelle Dreieck auf. Aus dem Korb sehen Sie den Nebel über Reisfelder gleiten, Dörfer erwachen und der ikonische Felsen von Sigiriya im Morgenlicht auftauchen. Still, seren und unvergesslich. Ein magischer Beginn des Tages.



NATUR UND KOMFORT IM GLEICHGEWICHT

Zwischen den Reisfeldern und Lotusseen bei Sigiriya liegt Vil Uyana: eines der stilvollsten Eco-Retreats des Landes. Die Villen sind auf Pfählen gebaut und über verschiedene Zonen verteilt: Wasser, Reis, Sumpf oder Wald. Jeder Aufenthalt fühlt sich an wie eine eigene Welt. Sie hören Grillen, sehen Vögel über das Wasser gleiten und wachen mit Blick auf das Grün auf. Alles ist friedlich und mit vollem Komfort ausgestattet. Die Lage ist ideal, um Sigiriya, Polonnaruwa oder Minneriya zu erkunden. Nach einem Tag voller Eindrücke kommen Sie hier vollkommen zur Ruhe.



STREETFOOD IN COLOMBO

Erleben Sie Colombo mit Ihren Geschmacksknospen während einer Streetfood-Tour durch die Stadt. Sie probieren Hoppers, Kottu, süße Snacks und würzige Sambols, alle frisch auf der Straße zubereitet. In der Zwischenzeit erkunden Sie Märkte, Gassen und Geschichten der lokalen Küche. Ideal als erste Bekanntschaft mit den Aromen Sri Lankas.

SAFARI AM MEER

Am Rande des Yala Nationalparks liegt eine der einzigartigsten Lodges des Landes. Wild Coast kombiniert das Abenteuer eines Zeltlagers mit dem Komfort eines Luxusresorts. Die kokonförmigen Zelte sind geräumig, stilvoll eingerichtet und liegen versteckt zwischen dem Gestrüpp, ganz nah am Meer. Von Ihrer Lodge aus hören Sie die Wellen und die Geräusche des Parks. Es gibt organisierte Safaris, aber auch schöne Plätze zum Entspannen mit Blick auf den Indischen Ozean.



LOKALE FISCHERBOOTSTOUR

Erkunden Sie die Lagune und den Dutch Canal von Negombo während einer ruhigen Bootstour mit einem lokalen Fischer. Sie fahren entlang von Mangroven, Fischerhäusern und kleinen Kanälen, wo sich das tägliche Leben auf dem Wasser abspielt. Eine entspannende Aktivität, die Ihnen ein anderes Gesicht der Westküste zeigt.

FAHREN ZWISCHEN MEER UND LAGUNE

Eine Übernachtung auf dem Wasser ist immer etwas Besonderes, aber auf dem DAE Marina Houseboat wird es unvergesslich. Dieses stilvolle Hausboot liegt in der Lagune bei Kalpitiya und bietet eine einzigartige Kombination aus Einfachheit und Charme. Sie treiben zwischen Mangroven und beobachten Vögel. An Bord genießen Sie frisch zubereitete Gerichte. Dieses Erlebnis ist perfekt für Paare oder Ruhesuchende, die für eine Weile ganz von der Welt weg sein möchten.



9 Begegnungen, die in Erinnerung bleiben

IHRE SAFARI-CHECKLISTE



Sri Lanka ist kein klassisches Safari-Ziel wie Afrika, aber unterschätzen Sie diese Insel nicht: Sie hat nicht weniger als 26 Nationalparks und gehört zu den besten Orten in Asien, um wilde Tiere in ihrem natürlichen Lebensraum zu beobachten. Von Leoparden bis Elefanten und von Schildkröten bis Walen: Wer genau hinschaut, wird belohnt. Und das Schöne? Oft sieht man sie einfach während einer ruhigen Jeepsafari, Bootstour oder Wanderung.

Fahren Sie nach Yala, Wilpattu, Minneriya oder gehen Sie aufs Wasser in Mirissa oder Kalpitiya? Mit diesen neun Tieren im Hinterkopf wird jede Safari zu einer Schatzsuche. Augen auf, Fernglas bereit und Daumen drücken.



Delphine

Springende Schulen, verspielt und schnell im offenen Wasser.



Grüne Meeresschildkröte

Nistet an südwestlichen Stränden. Manchmal sieht man kleine Schildkröten in Richtung Meer kriechen.



Blauwal

Das größte Tier der Erde. Majestätisch, still und beeindruckend anzusehen, wie es sich bewegt.



Eisvogel (Kingfisher)

Kleiner, bunter Vogel mit schnellem Tauchflug. Oft an Flüssen oder Seen zu sehen.



Elefant

Sanftmütig, imposant und meist in Gruppen. Ein Symbol der Nationalparks.



Leopard

Sri Lanka bietet außergewöhnlich viele Möglichkeiten, den beeindruckenden Leopard in der Wildnis zu sehen.



Krokodil

Am Ufer liegend oder im Wasser treibend. Überraschend still, aber immer beeindruckend.



Sambarhirsch

Majestätischer Pflanzenfresser mit dunkelbraunen Geweih. Oft weidend auf offenen Flächen oder an Wasserstellen.



Grauer Langur

Schlanke Affenart mit langem Schwanz. Verspielt, sozial und oft hoch in den Bäumen.

DACH DER WELT

Nepal

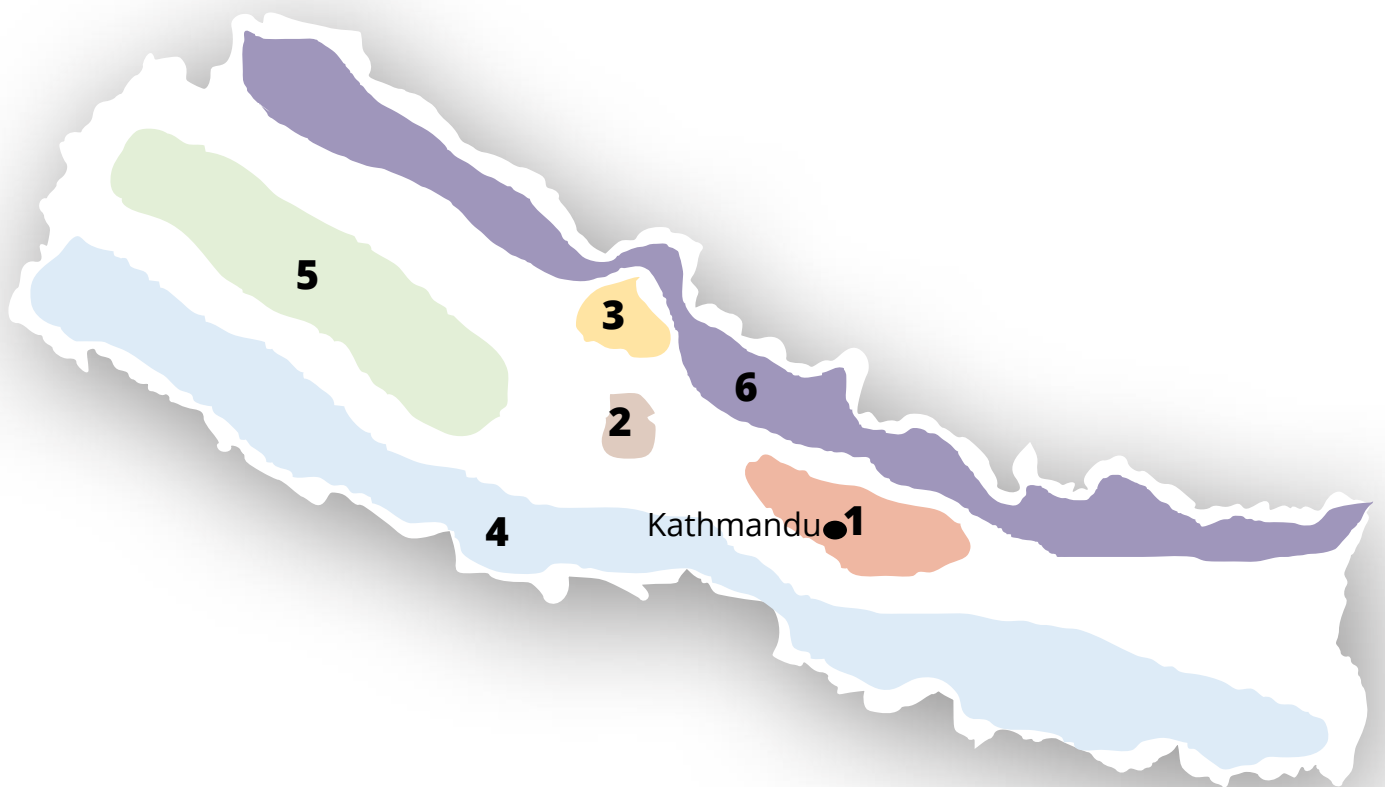
Stellen Sie sich vor: duftender Chai, bunte Gebetsfahnen und die Gipfel des Himalaya in der Ferne. Das ist Nepal. Ein Land voller Stille und Leben. Und dann die Berge beeindruckend, zeitlos, großartig. Ob Sie wandern oder einfach nur still sitzen und schauen, Nepal löst etwas in Ihnen aus. Nepal ist kein Reiseziel, es ist ein Erlebnis. Und das beginnt, sobald Sie den Mut haben zu gehen.





NEPAL AUF EINEN BLICK

Zwischen Stille, Kultur und Abenteuer



Nepal ist ein Land der Extreme. Sie wandern zwischen schneebedeckten Berggipfeln, jahrhundertealten Tempeln und grünem Dschungel.

Jede Region erzählt eine andere Geschichte, von der spirituellen Stille im Kathmandu-Tal bis zu den weiten Ebenen des Terai. In Pokhara finden Sie Seen und Dörfer, wo das Leben langsamer wird. In Lower Mustang fühlen Sie sich, wie in einer anderen Welt. Selbst der raue Westen, wo kaum Touristen hinkommen, hat seinen eigenen Rhythmus.

Nepal ist kein Ziel, das Sie schnell abhaken, sondern ein Land, das Sie berührt. Sie bewegen sich langsam, treten ins Unbekannte und schauen immer wieder mit Staunen. Hier beginnt Ihre Nepal-Geschichte.

1 | KATHMANDU-TAL

Das Kathmandu-Tal ist das pulsierende Herz Nepals. Hier finden Sie eine dynamische Mischung aus jahrhundertealten Tempeln, bunten Festivals und lebhaften Märkten. Schlendern Sie durch die engen Gassen von Kathmandu, Patan und Bhaktapur, wo Handwerker ihre Kunstwerke schaffen und die Luft mit dem Duft von Räucherstäbchen gefüllt ist. Es ist ein Ort, an dem Tradition und moderne Energie aufeinandertreffen. Das Tal lädt Sie ein, sich zu verlieren, neue Geschmäcker zu probieren und die reiche Geschichte Nepals mit all Ihren Sinnen zu erleben.

2 | POKHARA UND UMGEBUNG

In Pokhara scheint die Welt für einen Moment stillzustehen: frische Bergluft, üppiges Grün und Ausblicke, die Ihnen den Atem rauben. Hier glänzt der Phewa-See wie ein Spiegel, in dem sich das Annapurna-Gebirge widerspiegelt. Nicht weit entfernt liegt das charmante, authentische Bandipur, ein Dorf, in dem die Zeit stillzustehen scheint. Schlendern Sie durch Kopfsteinpflasterstraßen, genießen Sie lokale Köstlichkeiten und spüren Sie die Ruhe des Landlebens. Diese Region ist perfekt, um sich zu entspannen, zu wandern und die Kombination aus Natur und Kultur zu genießen... eine herrliche Flucht nach der Hektik der Stadt.

3 | LOWER MUSTANG

Lower Mustang ist eine magische, fast vergessene Welt hoch in den Bergen. Dieses raue, trockene Gebiet, mit seinen tibetisch-buddhistischen Klöstern, bunten Schluchten und einzigartiger Kultur, fühlt sich an wie eine Reise zurück in die Zeit. Die wüstenartigen Landschaften kontrastieren wunderschön mit klaren blauen Himmel und jahrhundertealten Felszeichnungen. Lower Mustang ist nicht umsonst eine Perle unter Abenteurern und Wanderern, die auf der Suche nach Stille, Mystik und reiner Natur sind. Hier werden Sie mit rauer Schönheit und tiefer Ruhe belohnt.

4 | DIE TERAI

Die Terai ist das tropische Tiefland Nepals, ein fruchtbares und grünes Paradies voller Leben. Hier finden Sie ausgedehnte Wälder, Sümpfe und üppige Reisfelder, in denen Elefanten und Nashörner umherstreifen. Der Chitwan-Nationalpark ist ein Höhepunkt: eine Safari durch den Dschungel, auf der Suche nach Nashörnern, Tigern und exotischen Vögeln. Das warme Klima, die reiche Biodiversität und die ländlichen Dörfer machen die Terai zu einer überraschend anderen Seite Nepals, die zum Entdecken und Entspannen einlädt.

5 | WEST-NEPAL

West-Nepal ist rau, wild und weniger besucht. Hier entdecken Sie das authentische Nepal, fernab der touristischen Pfade. Die Landschaft ist abwechslungsreich: tiefe Täler, gewundene Flüsse und imposante Berge. Lokale Dörfer atmen Tradition und Gastfreundschaft, und Sie spüren eine starke Verbundenheit mit der Natur. Egal, ob Sie zum Trekking, zur Kultur oder einfach nur zur Ruhe kommen möchten, West-Nepal weckt Ihre Neugier und lädt Sie ein, das echte, ungezähmte Nepal zu erleben. Hier sind Sie wirklich auf Abenteuer.

6 | DER HIMALAYA

Der Himalaya ist die ikonische Kulisse Nepals: imposante Berge mit ewigen Schneefeldern, die Sie immer wieder in Erstaunen versetzen. Hier finden Sie weltberühmte Trekkingtouren in der Annapurna- und Everest-Region, wo Abenteuer und Stille Hand in Hand gehen. Die frische Bergluft, das Rauschen der Flüsse und das Geräusch der Gebetsfahnen machen jeden Schritt besonders. Egal, ob Sie wandern, meditieren oder einfach nur den Ausblick genießen, der Himalaya gibt Ihnen ein Gefühl von Freiheit und Verbundenheit mit etwas Größerem. Eine Reise hier ist eine Begegnung mit sich selbst und der Natur.

Wo die Berge den Himmel berühren

RUNDREISE VON KATHMANDU

BESTE REISEZEIT
REISEDAUER

Oktober - März
mind. 16 Tage



1 | KATHMANDU

Lebendige Hauptstadt voller Tempel, schmaler Straßen und bunter Märkte. Eine Mischung aus Tradition und Modernität, wo Ihre Sinne durch Düfte, Geräusche und lebendige Kultur angeregt werden.



2 | KATHMANDUVALLEI

Spirituelle Höhepunkte mit jahrhundertealten Stupas und kunstvollen Palästen. Perfekt, um Kultur, Religion und Handwerk in einem beeindruckenden Tal zu erleben.

3 | POKHARA

Ruhiges Bergstädtchen am See mit spektakulären Ausblicken auf die Annapurna. Ideal zur Entspannung, für Bootstouren und als Ausgangspunkt für abenteuerliche Trekkingtouren.



4 | BANDIPUR

Authentisches Bergdorf mit Kopfsteinpflasterstraßen, Holzhäusern und panoramischem Blick. Perfekt für diejenigen, die Ruhe, Kultur und Natur suchen.

Haben Sie Lust auf ein Abenteuer in Nepal? Diese Route führt Sie von den lebhaften Straßen Kathmandus zur Ruhe des Namo Buddha-Klosters. Wandern Sie durch bunte Täler, fahren Sie über den See von Pokhara und entdecken Sie das gemütliche Bandipur. Beobachten Sie Wildtiere im Chitwan und tauchen Sie ein in die Geschichte von Bhaktapur. Kultur, Natur und Abenteuer wechseln sich mühelos ab. Packen Sie Ihre Tasche und lassen Sie sich von der Vielseitigkeit dieses besonderen Landes überraschen!



5 | CHITWAN NATIONALPARK

Tropischer Wald voller wilder Tiere wie Nashörner und Elefanten. Abenteuerliche Safaris mit dem Jeep oder Kanu bringen Sie nah an die Natur.



6 | NAMO BUDDHA

Klosterlandschaft auf einem Hügel mit spiritueller Ruhe und grünen Wanderwegen. Ideal, um sich zu entspannen und Inspiration zu tanken.

7 | BHAKTAPUR

Historische Stadt voller mittelalterlicher Tempel und Plätze. Ein Freiluftmuseum, in dem traditionelle Handwerke und die nepalesische Atmosphäre im Mittelpunkt stehen.



BELIEBTE ORTE IN NEPAL

Hier wollen Sie nie wieder weg





LUXUS AUF DEM DACH DER WELT

Shinta Mani Mustang ist ein außergewöhnlicher Aufenthaltsort in einer der unberührtesten Regionen Nepals. Hier kombiniert man ungekannten Luxus mit der rauen Schönheit des Himalayas. Die Architektur spiegelt die tibetische Kultur wider: warme Farben, natürliche Materialien und panoramische Ausblicke auf den Nilgiri-Berg. Innen erwartet Sie eine Oase des Komforts, der ruhigen Stille und der raffinierten Gastfreundschaft. Dies ist keine gewöhnliche Übernachtung, sondern ein Erlebnis auf hohem Niveau, buchstäblich und im übertragenen Sinne.

SCHLAFEN MIT CHARME

Das Old Inn Bandipur ist ein stilvolles Heritage-Hotel im Herzen eines bezaubernden Bergdorfs. Das restaurierte Gebäude mit Holzbalkonen, traditionellen Möbeln und Blick auf das Tal atmet Geschichte. Von hier aus unternehmen Sie eine wunderschöne Tageswanderung nach Ramkot, einem authentischen Gurung-Dorf mit panoramischem Blick auf den Himalaya. Unterwegs kommen Sie an Reisfeldern, alten Stupas und freundlichen Einheimischen vorbei. Zurück im Old Inn genießen Sie ein wohlverdientes Dal Bhat und die Ruhe eines Ortes, an dem das Leben noch seinen natürlichen Rhythmus folgt.



EIN (H)EHRLICHER EMPFANG

Die Panauti Community Homestay lässt Sie Nepal durch die Augen der Einheimischen erleben und unterstützt gleichzeitig ein besonderes Projekt. Sie wohnen bei nepalesischen Frauen zu Hause, die dank dieser Initiative ein selbstständiges Einkommen verdienen und ihre Position innerhalb der Gemeinschaft stärken. Sie essen gemeinsam, lernen kochen und erleben das Dorfleben von innen. Authentischer wird es nicht: ein warmes Willkommen, eine gute Geschichte und das Wissen, dass Ihr Aufenthalt auch wirklich etwas beiträgt.

TRADITION IN STIL

Dwarika's Hotel in Kathmandu ist mehr als ein luxuriöser Aufenthalt, es ist eine Hommage an nepalesische Baukunst und Gastfreundschaft. Jedes Detail, von handgeschnitzten Holzfassaden bis zu eleganten Innenhöfen, atmet Geschichte und Handwerkskunst. Hier genießen Sie Ruhe, verfeinerte Service und Top-Gastronomie in einer Oase mitten in der Stadt. Speisen Sie wie ein König im ausgezeichneten Restaurant und lassen Sie sich in die Atmosphäre eines zeitlosen Nepals eintauchen. Dwarika's ist ein Ziel für sich, perfekt für Reisende, die Luxus mit Bedeutung suchen.



AKTIV IN NEPAL

Nepal in deinem Rhythmus

Nepal ist mehr als nur Berge. Zwischen den Gipfeln liegt eine Welt voller Erlebnisse: kulturell, aktiv, entspannend oder abenteuerlich.

Egal, ob Sie durch jahrhundertealte Tempelstädte schlendern, entlang grüner Hügel wandern oder Tiere im Dschungel beobachten, jeder Tag überrascht.

Von spiritueller Stille bis hin zu Adrenalin und allem dazwischen: Nepal hat es. Wählen Sie, kombinieren Sie und entdecken Sie, was zu Ihnen passt.



KULTUR

Entdecken Sie alte Tempel, Stupas und Paläste in Kathmandu, Patan und Bhaktapur. Verlieren Sie sich in engen Gassen, drehen Sie Gebetsmühlen in Boudhanath oder genießen Sie die Aussicht in Swayambunath.



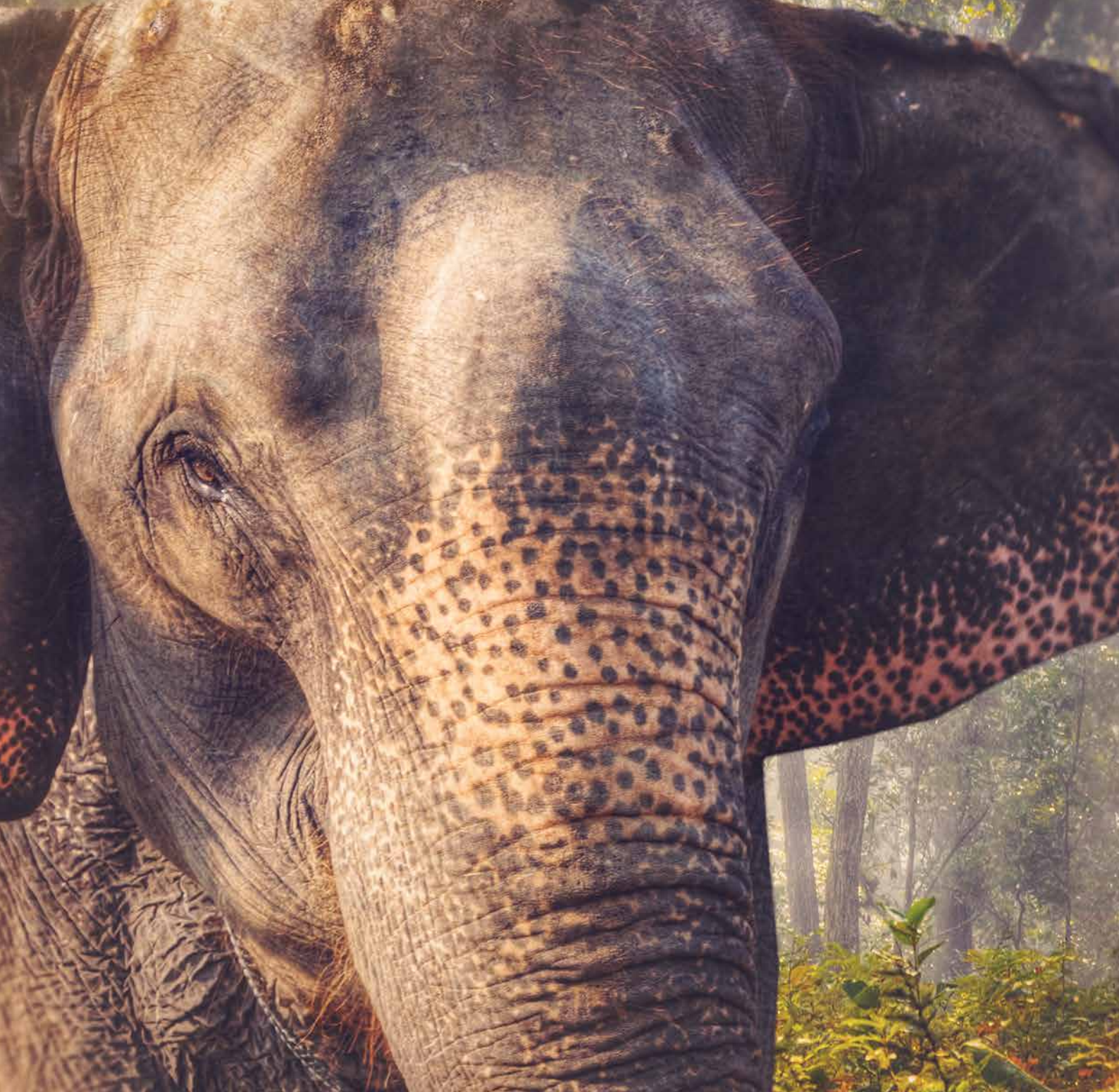
SPIRITUELL

Im friedlichen Lumbini wurde Buddha geboren. Schlendern Sie entlang von Tempeln, Klöstern und Gärten. Dieser Ort ist ruhig, spirituell und voller Bedeutung, ein Rastplatz auf Ihrer Reise.



ABENTEUERLICH

Schweben Sie über Pokhara mit einem Paraglider, springen Sie von einer Brücke ins Bungee oder paddeln Sie durch Gebirgsflüsse. Nepal ist ein Spielplatz für diejenigen, die Action lieben.



SAFARI

Fahren Sie mit dem Jeep, Kanu oder zu Fuß auf der Suche nach Nashörnern, Elefanten und Tigern. Chitwan ist familienfreundlich, Bardia ist rauer und wilder. Der Dschungel wimmelt vor Leben.



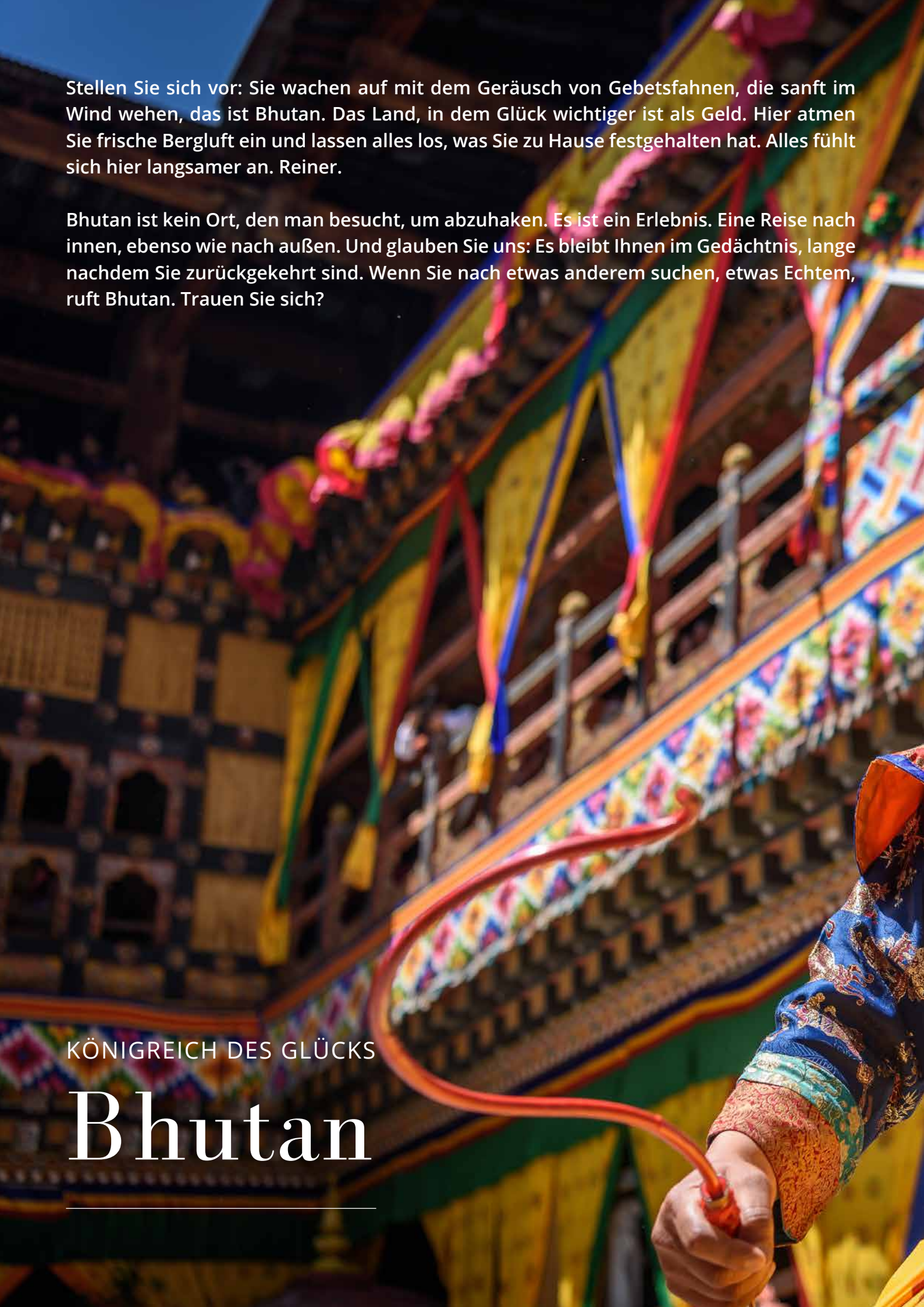
TAGESAUSFLUG

Spazieren Sie entlang von Reisfeldern, Dörfern und Hügeln. In Ramkot blicken Sie über die Himalayas, in Balthali über das Grün. Perfekt für diejenigen, die einen Tag in der Natur, in Ruhe und im Dorfleben erleben möchten.



TREKKING

Wandern Sie entlang von Bergdörfern, Wäldern und Gebirgspässen mit Blick auf majestätische Gipfel. Ob Sie sich für Poon Hill oder das Basislager des Everest entscheiden: Jeder Schritt ist unvergesslich.

A person wearing a blue and gold patterned Bhutanese garment is holding a red prayer string. In the background, a wooden monastery structure is visible, adorned with numerous colorful prayer flags (yellow, red, blue, green, and white) that are flying in the wind. The scene is set against a clear blue sky.

Stellen Sie sich vor: Sie wachen auf mit dem Geräusch von Gebetsfahnen, die sanft im Wind wehen, das ist Bhutan. Das Land, in dem Glück wichtiger ist als Geld. Hier atmen Sie frische Bergluft ein und lassen alles los, was Sie zu Hause festgehalten hat. Alles fühlt sich hier langsamer an. Reiner.

Bhutan ist kein Ort, den man besucht, um abzuhaken. Es ist ein Erlebnis. Eine Reise nach innen, ebenso wie nach außen. Und glauben Sie uns: Es bleibt Ihnen im Gedächtnis, lange nachdem Sie zurückgekehrt sind. Wenn Sie nach etwas anderem suchen, etwas Echtem, ruft Bhutan. Trauen Sie sich?

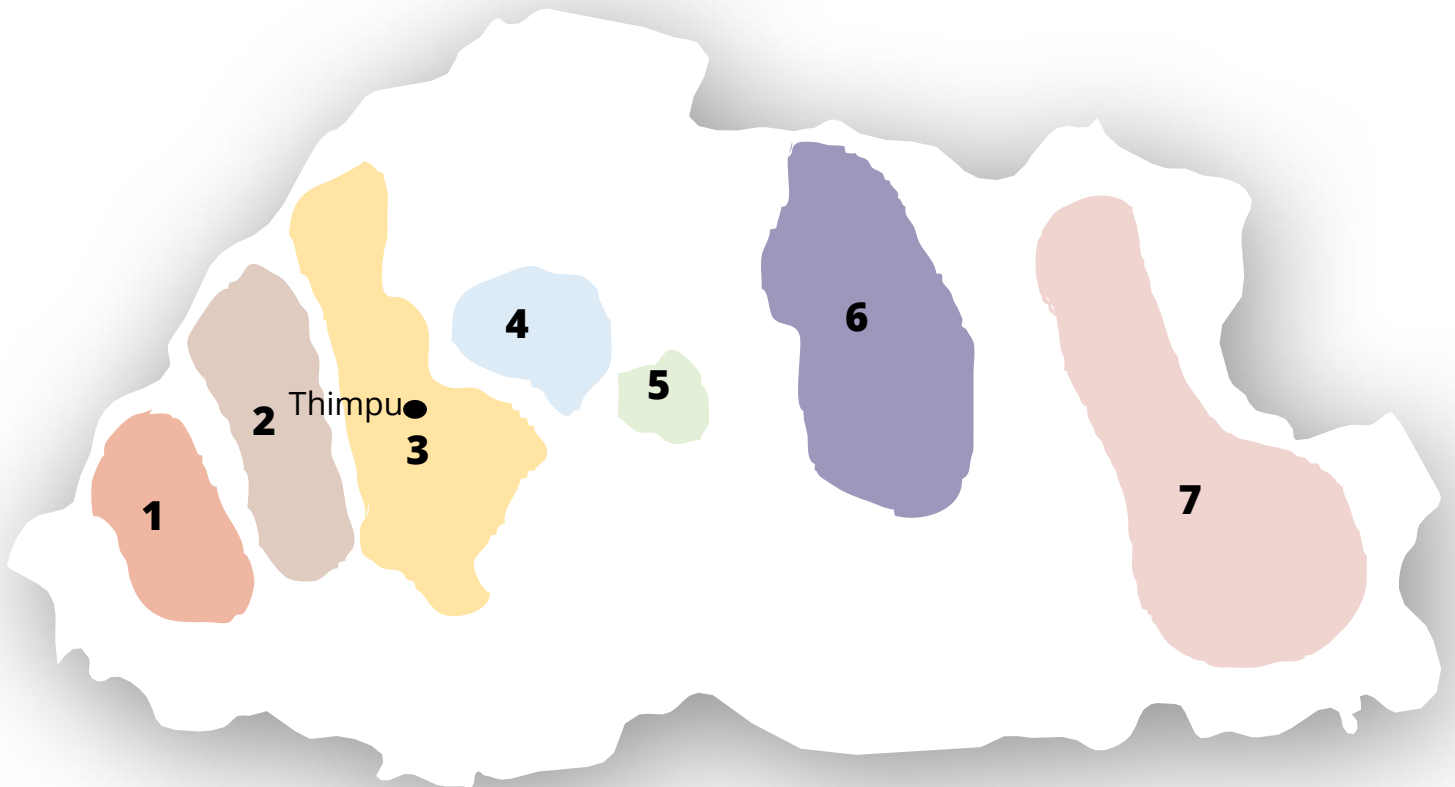
KÖNIGREICH DES GLÜCKS

Bhutan



BHUTAN AUF EINEN BLICK

Klein, kraftvoll, anders



Träumen Sie von einem Ort, an dem die Zeit langsamer vergeht und das Gewöhnliche besonders wird? Wo Berge, Täler und jahrhundertealte Klöster zusammen eine unglaubliche Landschaft bilden? Bhutan ist so ein Ort.

Keine Massen von Touristen, sondern offene Arme und tiefe Ruhe. Hier finden Sie bunte Pilger, wehende Gebetsfahnen und einen Lebensrhythmus, der Sie einlädt, einen Moment innezuhalten.

Ob Sie das verborgene Tal von Haa besuchen oder die spirituelle Kraft von Bumthang spüren, Bhutan regt Ihre Sinne an und berührt Ihr Herz.

1 | HAA-AL

Das Haa-Tal fühlt sich wie ein gut bewahrtes Geheimnis an. Hier wandern Sie durch stille Dörfer, umgeben von rauen Hügeln und Kiefernwäldern. Die Luft riecht nach Harz und Holzrauch. Pilger gehen an jahrhundertealten Chörten vorbei und freundliche Einheimische nicken Ihnen lächelnd zu. Keine Hektik, nur der Rhythmus des Landes. Wenn Sie wirklich entschleunigen und das Bhutan von früher erleben möchten, finden Sie es hier, zwischen dem Nebel und den Bergen von Haa.

2 | PARO

Paro ist vielleicht das Tor zu Ihrem bhutanischen Abenteuer, fühlt sich aber sofort nach mehr an. Denken Sie an bunte Gebetsfahnen, lebendige Reisfelder und das legendäre Tiger-Nest, das hoch über allem thront. Während des Aufstiegs zum Kloster beschleunigt sich Ihr Atem, aber oben angekommen, fühlt sich Ihr Herz bemerkenswert ruhig an. Im Tal selbst schlendern Sie vorbei an Bauernhöfen, Dzongs und heiligen Stätten. Alles atmet Bedeutung. Paro ist kein Ort, um hindurchzureisen, es ist ein Ort, um anzukommen.

3 | THIMPU

Thimphu ist die Hauptstadt von Bhutan, aber erwarten Sie keine Wolkenkratzer oder Neonlichter. Hier tickt das Leben langsam, selbst mit modernen Einflüssen. Mönche scrollen auf Smartphones, Jugendliche in Gho und Kira lachen auf der Straße. Besuchen Sie Märkte voller Gewürze und Handwerk oder schlendern Sie am riesigen Buddha-Statue vorbei, die über der Stadt thront. In den Hügeln rund um Thimphu finden Sie Klöster, Wanderwege und Aussichtspunkte, an denen die Zeit stillzustehen scheint. Tradition lebt hier in ihrem eigenen Tempo.

4 | PUNAKHA

Punakha fühlt sich warm an, sowohl in der Temperatur als auch in der Atmosphäre. Das Tal liegt tiefer, die Farben sind sanfter. Hier fließt der Mo Chhu friedlich an Reisfeldern vorbei, und der berühmte Punakha Dzong glänzt wie ein Traum zwischen Wasser und Wald. Pilger überqueren Hängebrücken in Richtung Gebetsmühlen und Klöster. Alles bewegt sich hier in Harmonie: Wasser, Wind, Menschen. Sie müssen in Punakha nicht viel tun, nur schauen, hören und langsam mit dem Fluss des Lebens mitgehen.

5 | PHOBJIKHA-TAL

Im Phobjikha hängt eine mystische Stille. Das Tal ist weit, offen und von dunklen Wäldern umgeben. Hier landet jeden Winter der seltene Schwarzhalstaucher, heilig für die Bhutanesen. Wandern Sie über Holzstege, spüren Sie die Kälte auf Ihren Wangen, hören Sie nur Ihre eigenen Schritte und das Rauschen des Windes. Keine Asphaltstraßen, keine Eile. Nur Ruhe, Natur und die sanfte Präsenz von etwas Größerem. Im Phobjikha scheint Bhutan einmal rein Natur und fast überirdisch schön zu sein.

6 | BUMTHANG

Bumthang fühlt sich anders an. Sanfter. Als ob die Zeit hier eine andere Form hat. Die vier Täler, darunter das stille, traumhafte Tang, atmen Geschichte und Spiritualität. Sie gehen an Tempeln vorbei, die älter sind als Legenden, hören Gebete im Wind und riechen Kiefer, Apfelholz und Butterlampen. Alles ist hier mit Bedeutung aufgeladen, aber ohne schwer zu wirken. In Bumthang werden Sie von selbst stiller. Nicht, weil es sein muss, sondern weil es nicht anders sein kann.

7 | OST-BHUTAN

Die östliche Region ist rauer, unberührter und selten besucht. Die Straßen sind holprig, die Begegnungen intensiv. Sie kommen an kleinen Dörfern vorbei, wo die Menschen Sie mit Neugier und offenen Armen empfangen. Die Natur ist überwältigend: Dschungelgrün, neblige Berge und tiefe Schluchten. Hier erleben Sie das Bhutan von vor dem Tourismus: authentisch und ungeschliffen. Ost-Bhutan ist kein einfaches Ziel, aber wenn Sie gehen, erhalten Sie einen Blick in eine Welt, die noch ganz sich selbst ist.



Diese Route führt Sie zu den schönsten Orten Bhutans, wo jedes Tal seine eigene Geschichte erzählt. Von dem stillen Haa-Tal bis zum spirituellen Herzen von Bumthang entdecken Sie jahrhundertealte Klöster, bunte Traditionen und atemberaubende Natur. Wandern Sie, bewundern Sie und lassen Sie sich von der Ruhe und Wärme berühren, die Bhutan so einzigartig machen. Bereit für ein unvergessliches Abenteuer?



1 | HAA-TAL

Ruhiges, abgelegenes Tal nahe dem Chele La-Pass. Sie wandern entlang von Pilgerwegen, besuchen das Kila Gonpa Nonnenkloster und entdecken traditionelle Dörfer zwischen den Kiefernwäldern. Ein Ort für Naturliebhaber und Wanderer.



3 | THIMPU

Die Hauptstadt Bhutans kombiniert Klöster und Kultur mit modernen Akzenten. Besuchen Sie das Memorial Chorten, die große Buddha-Statue und lernen Sie Bogenschießen. In den Hügeln rund um die Stadt finden Sie Ruhe und Panoramen.



2 | PARO

Bekannt für das ikonische Tigernest-Kloster und seinen stimmungsvollen Markt. Sie finden dort Dzongs, spirituelle Orte und Wanderungen mit Aussicht.

Der Weg zur inneren Ruhe

DURCH BHUTAN

BESTE REISEZEIT
REISEDAUER

Oktober - März
mind. 10 Tage



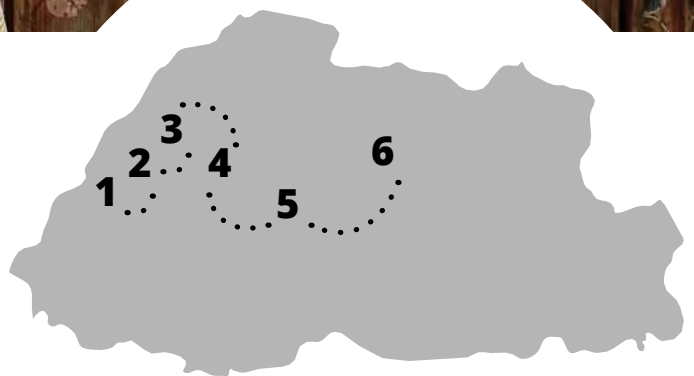
4 | PUNAKHA

Grüne Reisfelder, Hängebrücken und der beeindruckende Punakha Dzong zwischen zwei Flüssen. Sie können Rafting betreiben, Klöster besuchen und eine Mischung aus Natur und Spiritualität genießen.



5 | PHOBJIKHA-TAL

Stilles Tal, in dem Schwarzhalskranich überwintern. Wandern Sie zwischen den Feldern, besuchen Sie das Gangtey-Kloster und erleben Sie eine unvergleichliche Ruhe. Ein Traumziel für Wanderer und Vogelbeobachter.



6 | BUMTHANG

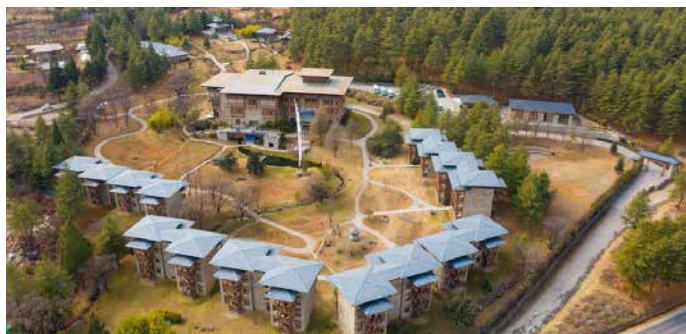
Spirituelles Herz von Bhutan, voller heiliger Tempel, Obstgärten und ländlicher Dörfer. Wandern Sie durch das Tang-Tal und essen Sie zu Mittag bei einer Bauernfamilie. Hier spüren Sie die Seele von Bhutan.



LIEBLINGSORTE IN BHUTAN

Außergewöhnlich Schlafen in Bhutan





AUFENTHALT MIT CHARAKTER

Zhiwaling Heritage liegt in bhutanischen Händen und das spüren Sie in jedem Detail. Das Gebäude ist im traditionellen Dzong-Stil errichtet, mit Holzbalken, handgemalten Wänden und einem ruhigen Tempel im Herzen des Komplexes. Hier wohnen Sie nicht nur komfortabel, sondern in einem lebendigen Stück Kultur. Draußen riechen Sie die Kiefern, hören das Wasser fließen und die Ruhe kommt von selbst.

SOULFUL GLAMPING

Pemakho ist ein besonderer Glampingplatz, entworfen von Architekt Bill Bensley. Hier verschmelzen lokale Bautraditionen mit stilvoller Einfachheit. Die Zelte sind in der Landschaft verteilt, mit Blick auf Täler und Berge. Alles atmet Harmonie. Sie sind umgeben von Stille und Natur, weit weg vom Trubel. Ideal für diejenigen, die langsamer werden und wirklich fühlen wollen, wofür Bhutan steht.



ÜBERNACHTEN BEI EINER BHUTANISCHEN FAMILIE

Im Haa-Tal wohnen Sie einfach, aber mit warmem Herzen. Eine Homestay gibt Ihnen Einblick in das tägliche Leben einer bhutanischen Familie. Sie essen zusammen, sitzen am Feuer und probieren Gerichte, die über Generationen weitergegeben werden. Draußen liegt das Tal still und weitläufig. So sollte Übernachten sein: aufrichtig und ohne Schnickschnack.

ZUR RUHE KOMMEN IM PHOBJIKHA-TAL

Die Gangtey Lodge blickt über die offenen Ebenen von Phobjikha, wo im Winter die Schwarzhalskraniche rasten. Das Interieur ist warm und stilvoll, mit Blick auf Tradition. Nach einem Spaziergang durch das Tal oder einem Besuch des Klosters können Sie sich hier am Kamin entspannen. Alles lädt ein, langsamer zu werden, zu schauen und die Stille zu genießen.



BESONDERE AKTIVITÄTEN

Erlebe Bhutan mit all deinen Sinnen



WANDERUNG ZUM TIGER'S NEST

Eine ikonische Wanderung zum berühmtesten Kloster Bhutans, hoch an der Felswand. Sie wandern in Stille zwischen Gebetsfahnen und dem Duft von Kiefern, mit immer beeindruckenderem Ausblick. Oben erwartet Sie Ruhe, Mystik und ein Blick auf Bhutan, wie Sie ihn nur hier erleben.



LOKALES BAUERNMITTAGESSEN

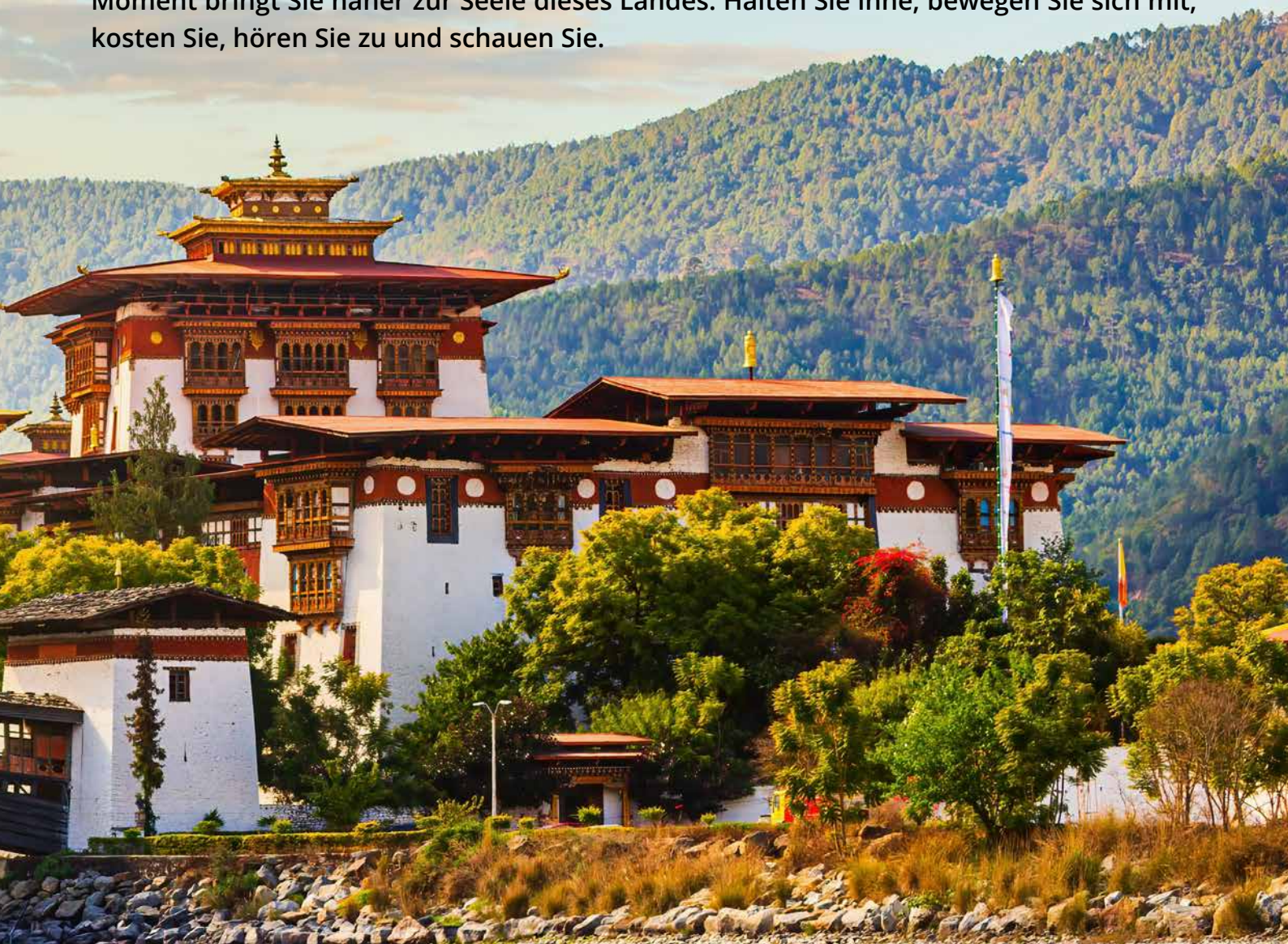
Am Tisch bei Menschen von hier. Sie probieren frische, lokale Gerichte und teilen Geschichten in einer warmen, heimeligen Atmosphäre. Eine einfache Begegnung, die oft einen tiefen Eindruck hinterlässt.



TRADITION: BOGENSCHIESSEN

Bogenschießen ist in Bhutan mehr als nur ein Sport. Es ist ein soziales Ritual voller Freude, Tradition und Geschicklichkeit. Lernen Sie das Zielen von einem lokalen Schützen, hören Sie die Kommentare der Unterstützer und genießen Sie die verspielte Atmosphäre.

Entdecken Sie Bhutan auf eine aktive und authentische Weise. Von spirituellen Wanderungen bis zu kulturellen Begegnungen, von Ritualen bis zu Adrenalin. Jeder Moment bringt Sie näher zur Seele dieses Landes. Halten Sie inne, bewegen Sie sich mit, kosten Sie, hören Sie zu und schauen Sie.



RAFTING IN PUNAKHA

Eine aktive Tour auf dem Wasser, zwischen Tälern und Dzongs. Der Fluss wechselt zwischen ruhig und wild, die Landschaft zwischen großartig und intim. Für diejenigen, die Bhutan auch vom Wasser aus erleben möchten.



STILLE IM DZONG

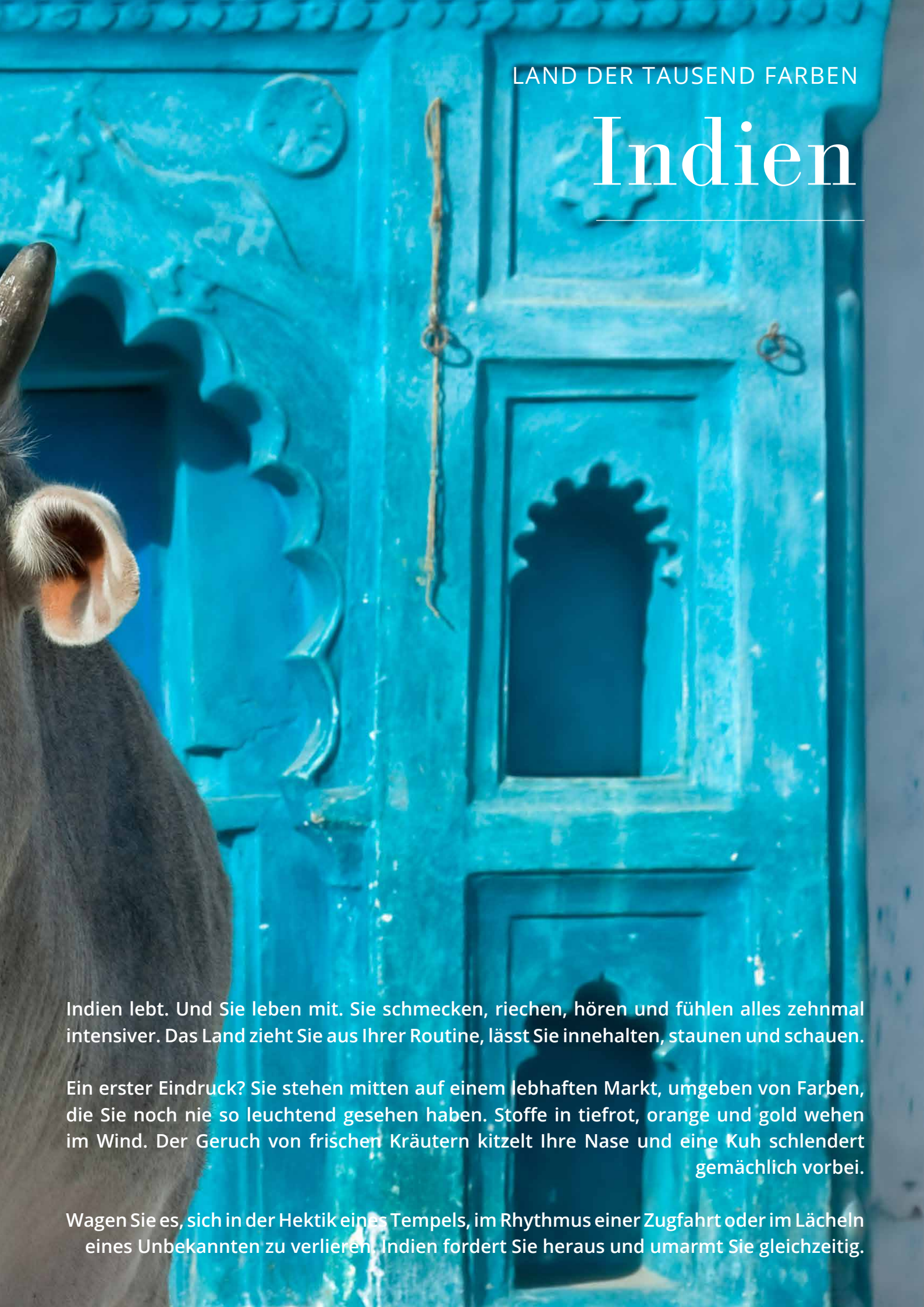
Nehmen Sie Platz im Hintergrund eines Dzongs und lassen Sie sich von Gesängen, Räucherstäbchen und zereemoniellen Klängen mitreißen. Ein ehrlicher Einblick in das religiöse Leben Bhutans, ruhig und ohne touristische Aufmachung.



TANZ, FARBE & TRADITION

Eine Explosion von Farbe, Tanz und Mystik. Während eines traditionellen Tsechu sehen Sie, wie Masken, Musik und jahrhundertealte Geschichten zum Leben erweckt werden. Jeder macht mit. Und als Besucher gehören Sie einfach dazu.





LAND DER TAUSEND FARBEN

Indien

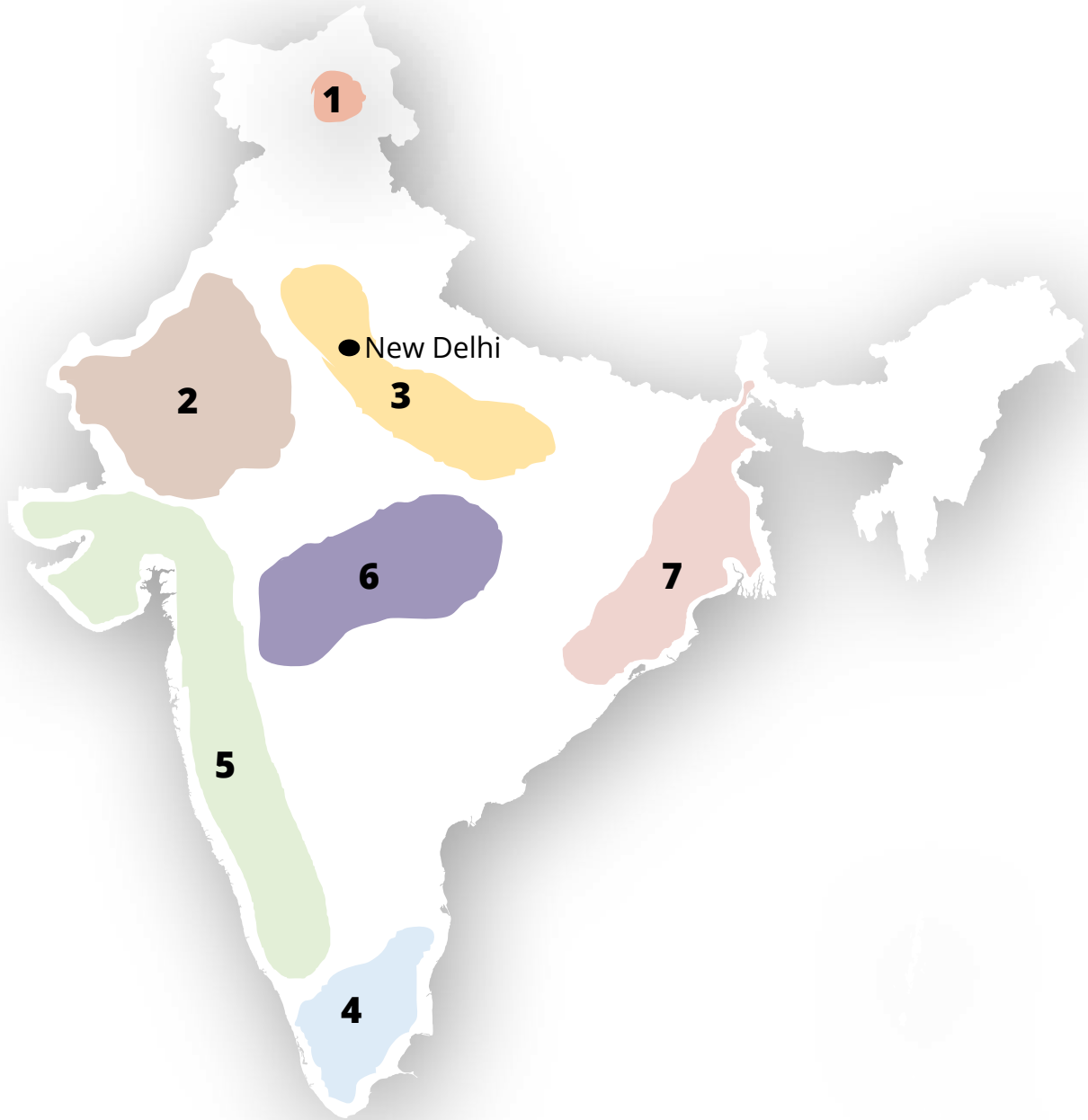
Indien lebt. Und Sie leben mit. Sie schmecken, riechen, hören und fühlen alles zehnmal intensiver. Das Land zieht Sie aus Ihrer Routine, lässt Sie innehalten, staunen und schauen.

Ein erster Eindruck? Sie stehen mitten auf einem lebhaften Markt, umgeben von Farben, die Sie noch nie so leuchtend gesehen haben. Stoffe in tiefrot, orange und gold wehen im Wind. Der Geruch von frischen Kräutern kitzelt Ihre Nase und eine Kuh schlendert gemächlich vorbei.

Wagen Sie es, sich in der Hektik eines Tempels, im Rhythmus einer Zugfahrt oder im Lächeln eines Unbekannten zu verlieren. Indien fordert Sie heraus und umarmt Sie gleichzeitig.

INDIEN AUF EINEN BLICK

Voll Rhythmus & Leben



Indien ist ein Land, das Sie immer wieder überrascht, jede Region mit ihrer eigenen Atmosphäre und Geschichte. Sie schlendern durch pulsierende Märkte, entdecken ruhige Tempel oder verweilen in weitläufigen Wüsten und imposanten Bergen.

Egal, ob Sie nach Ruhe in grünen Backwaters suchen, die Magie alter Paläste spüren möchten oder Auge in Auge mit wilden Tigern im Dschungel stehen wollen, Indien hat alles zu bieten.

Jede Region lädt Sie ein, auf eine andere Weise zu reisen und zu erleben. Sie werden in Farben, Düfte und Klänge eintauchen, die Ihre Sinne anregen und Ihren Blick auf die Welt erweitern. Dies ist nicht einfach eine Reise, es ist ein Abenteuer, das Sie berührt.

1 | LADAKH

In Ladakh fühlen Sie die Stille wie nirgendwo sonst. Die weitläufigen Berglandschaften sind karg und kraftvoll, mit blauen Seen und weißen Stupas, die im Sonnenlicht glänzen. Sie fahren über die höchsten Straßen der Welt, entlang rauer Bergpässe und mondähnlicher Täler. In Klöstern hören Sie Gesang, in Dörfern kosten Sie Buttermilch und aufrichtige Gastfreundschaft. Ladakh ist für Reisende, die Ruhe, Rhythmus und beeindruckende Natur lieben.

2 | RAJASTHAN

Rajasthan ist eine Wüste voller Pracht. Festungen erheben sich aus den kahlen Ebenen, Paläste spiegeln sich in Seen und Kamele ziehen majestätisch durch die Straßen. In Städten wie Jaipur, Jodhpur und Udaipur scheint die Vergangenheit greifbar. Sie essen unter dem Sternenhimmel, schlendern durch bunte Basare und erleben den Reichtum von Musik, Tanz und Traditionen. Rajasthan ist großartig und fesselnd.

3 | NORDINDIEN

Der Norden ist die Seele Indiens. Von der weißen Kuppel des Taj Mahal bis zu den feurigen Ritualen am Ganges in Varanasi, von den chaotischen Straßen Delhis bis zur Ruhe alter Tempelanlagen. Nordindien ist intensiv, vielschichtig und reich an Geschichte. Eine ideale Region für diejenigen, die Indien zum ersten Mal fühlen, schmecken und verstehen möchten.

4 | SÜDINDIEN

In Südindien kommen Sie vollkommen zur Ruhe. Sie gleiten mit dem Boot durch die Backwaters von Kerala, zwischen Palmen und Reisfeldern. In Tamil Nadu ragen bunte Tempel über belebte Straßen. Sie essen von Bananenblatt, hören Grillen in der Dschungel singen und fühlen, wie der Süden in einem langsameren Rhythmus pulsiert. Eine tropische Kulisse mit einem spirituellen Unterton.

5 | WESTINDIEN

Westindien strotzt vor Leben und weiß zu entspannen. In Mumbai prallen Bollywood und koloniale Eleganz aufeinander. In Goa genießen Sie Strände mit portugiesischem Flair. Gujarat überrascht mit Salzebenen, religiösen Stätten und lebhaften Festivals. Und in Karnataka schlendern Sie durch die Ruinen von Hampi, wo Geschichte aus jedem Stein spricht. Eine Region der Kontraste.

6 | ZENTRALINDIEN

Im Herzen Indiens regiert die Natur. Hier wandern Sie durch dichte Dschungel und suchen nach Tigern in Nationalparks wie Kanha und Bandhavgarh. Höhlen wie Ajanta und Ellora enthüllen eine jahrhundertealte Bildsprache. Diese Region fühlt sich rein, unberührt und mysteriös an – perfekt für diejenigen, die den weniger beschrittenen Weg wählen.

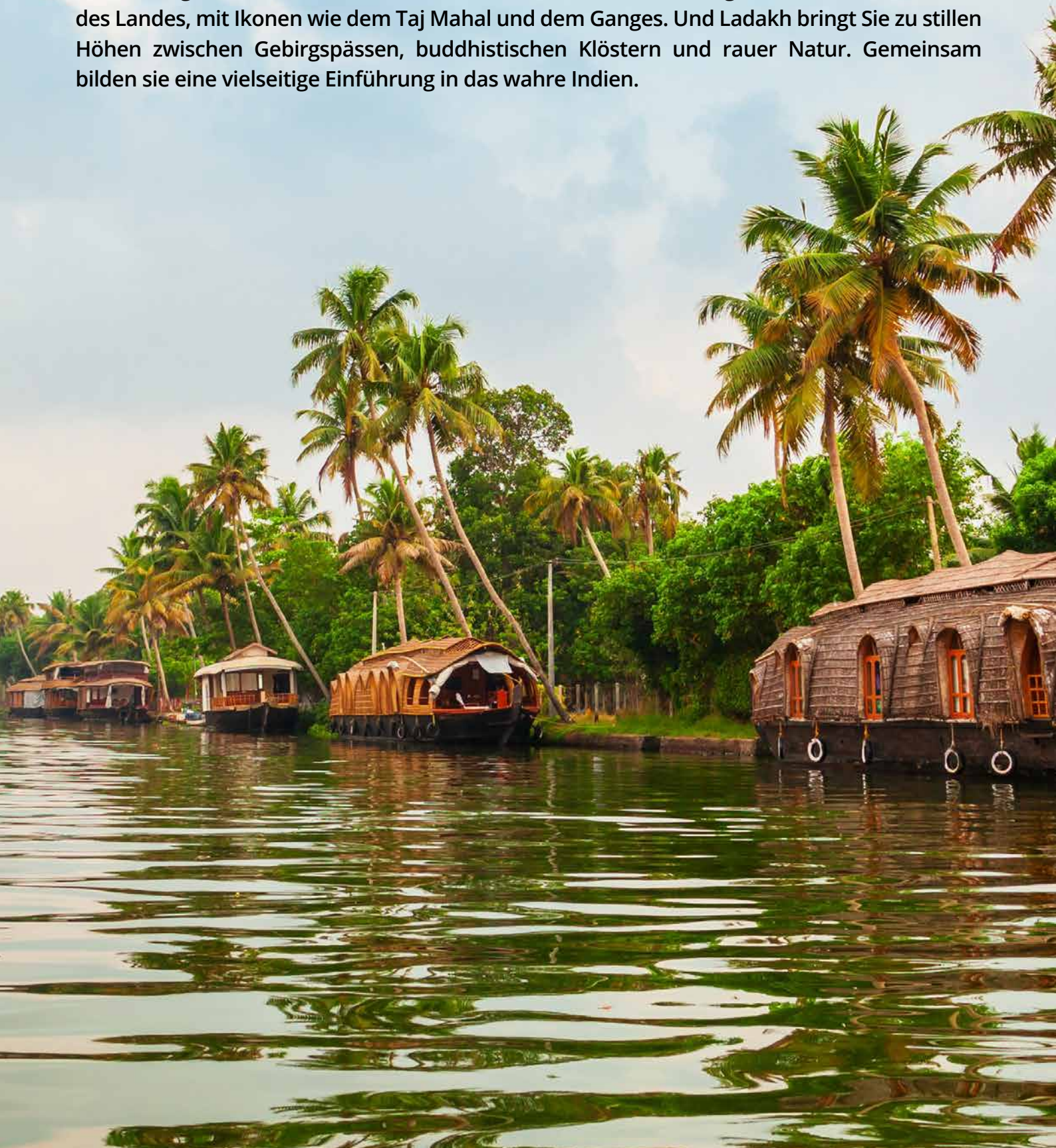
7 | OSTINDIEN

Ostindien überrascht mit seiner Vielschichtigkeit. In Kolkata treffen Sie auf Literatur, Kunst und koloniale Überreste. Darjeeling bietet Teegärten und Ausblicke auf den Himalaya. Odisha, weniger bekannt, lässt Sie mit Stammestraditionen, Tempeln und einer stillen Küste vertraut werden. Diese Region ist eine Mischung aus verborgenen Schätzen und starker Identität.

DIE SCHÖNSTEN REISEROUTEN DURCH DAS LAND

Indien

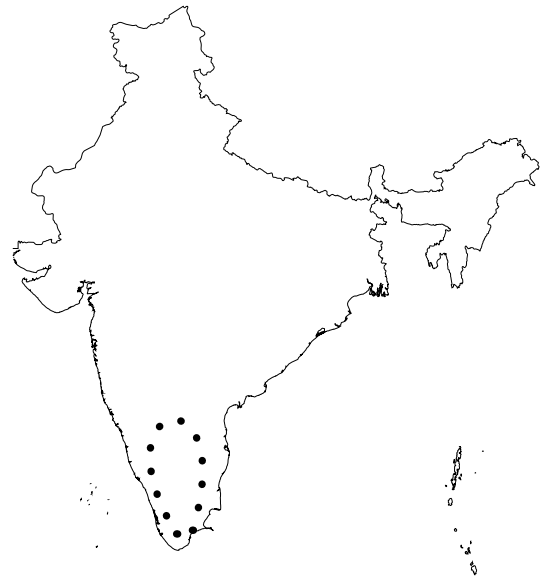
Indien ist ein Land der Kontraste, Kulturen und Farben. Diese vier Routen führen Sie zu den vielfältigsten Gesichtern des Landes. In Rajasthan entdecken Sie märchenhafte Städte voller Erbe, Wüstenlandschaften und königlichen Geschichten. In Südindien reisen Sie von Tempeln zu Dschungeln und von Backwaters zu Stränden. Nordindien zeigt Ihnen das rituelle Herz des Landes, mit Ikonen wie dem Taj Mahal und dem Ganges. Und Ladakh bringt Sie zu stillen Höhen zwischen Gebirgspässen, buddhistischen Klöstern und rauer Natur. Gemeinsam bilden sie eine vielseitige Einführung in das wahre Indien.





RAJASTHAN

Rajasthan entführt Sie in eine Welt der Könige, Paläste und Wüsten. In Jaipur und Udaipur erstrahlen die Paläste in Pink und Weiß, während Sie die blauen Häuser in Jodhpur verzaubern. Sie reiten auf einem Kamel durch die goldenen Sanddünen der Thar-Wüste, besuchen alte Festungen und genießen lebhaft Märkte voller Schmuck, Stoffe und Gewürze. Die traditionelle Musik, der Tanz und die Feste geben Ihnen einen Einblick in eine bunte Kultur. Rajasthan ist großartig, warm und unvergesslich, ein Abenteuer voller Geschichte und Charme.



SÜDINDIEN

Kerala ist bekannt als ‚Gottes eigenes Land‘ und das spüren Sie sofort. Sie gleiten in einem traditionellen Hausboot geräuschlos über die ruhigen Backwaters, zwischen wiegenden Palmen und grünen Reisfeldern. In den tropischen Hügeln von Munnar riechen Sie den Duft von frischem Tee, während in Kochi die Geschichte in alten portugiesischen Häfen und bunten Märkten zum Leben erwacht. Sie erleben ayurvedische Massagen, kosten frische Kokosnüsse und Gewürze und hören die Geräusche des Dschungels. Südindien ist entspannt, grün und voller Wärme, eine perfekte Mischung aus Natur und Kultur.



NORDINDIEN

Eine Reise durch Nordindien ist eine perfekte erste Einführung in das Land. In Delhi spüren Sie die Kontraste zwischen Alt und Neu: verwinkelte Gassen, bunte Basare und grandiose Moscheen gehen Hand in Hand mit modernen Vierteln. In Agra bewundern Sie das ikonische Taj Mahal, ein architektonisches Wunder, das lange nachhallt. Wer ein Stück weiter reist, entdeckt die Seele Indiens in Varanasi. An den Ufern des Ganges entfalten sich jeden Tag uralte Rituale, die Leben und Tod miteinander verweben. Diese Region taucht Sie in eine intensive Mischung aus Kultur, Geschichte und Spiritualität ein.



LADAKH

Ladakh ist eine magische Welt aus rauen Bergen, klaren Seen und tiefen Tälern. Hier wandern Sie entlang azurblauer Seen wie Pangong und Tso Moriri, fahren über spektakuläre Gebirgspässe und besuchen buddhistische Klöster mit ihren bunten Wandmalereien und friedlichen Mönchen. Die Luft ist dünn, die Stille intensiv. Sie treffen die freundlichen Einheimischen und kosten authentische ladakhische Gerichte. Trekking, Mountainbiking oder einfach die Ruhe in diesem Hochgebirgsparadies genießen: Ladakh ist der Ort, um die Natur zu spüren und sich selbst neu zu entdecken.

Spuren des Maharadschas

RUNDREISE DURCH RAJASTHAN

Diese Route führt Sie durch das Herz dieser Region voller Farbe, Kontrast und Charakter. Sie reisen von lebhaften Wüstenstädtchen zu königlichen Palästen, von spirituellen Orten zu stillen Festungen mit Blick auf blaue Häuschen. Unterwegs erleben Sie die reiche Geschichte, die Wärme der Einheimischen und die Magie des täglichen Lebens in diesem faszinierenden Bundesstaat. So erleben Sie Rajasthan, wie Sie es sich erhoffen: intensiv, stimmungsvoll und unvergesslich.

BESTE REISEZEIT Oktober - März
REISEDAUER mind. 12 Tage

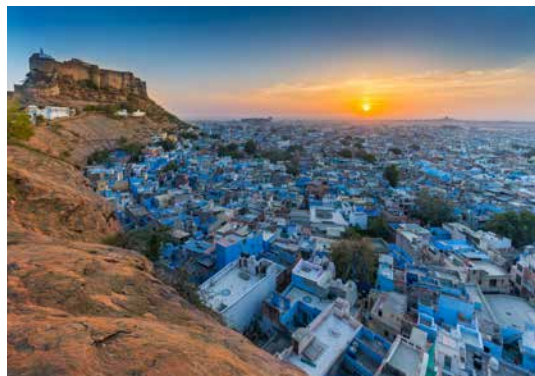


1 | MANDAWA

Zwischen den mit Fresken bemalten Kaufmannshäusern spüren Sie den Reichtum vergangener Zeiten. Mandawa ist ein stilles Juwel, wo jede Wand eine Geschichte erzählt.

2 | BIKANER

Eine staubige Wüstenstadt mit einem robusten Flair. Sie besuchen die beeindruckende Festung, probieren lokale Snacks und verirren sich in engen, lebhaften Gassen.



4 | JODHPUR

Blaue Häuser klettern die Hügel rund um das Mehrangarh Fort hinauf. Die Atmosphäre ist lebhaft, mit Märkten, Streetfood und versteckten Treppenquellen.

3 | JAISALMER

Eine Sandsteinfestung, die aus der Wüste emporragt. Sie schlendern durch enge Gassen, zwischen Haveli's und Tempeln, mit Blick auf die Thar-Wüste. Kamele, Stille und Sonnenuntergänge machen diesen Ort unvergesslich.





5 | RANAKPUR

Eine Oase der Ruhe mitten in Wäldern. Der marmorne Jain-Tempel ist atemberaubend detailliert und strahlt Gelassenheit aus.



7 | BUNDI

Eine charmante Stadt voller Wandmale-reien, mysteriöser Wasserfälle und einer imposanten Festung. Hier finden Sie Ruhe und Atmosphäre, weit entfernt von der Masse.



8 | PUSHKAR

Ein heiliger Ort mit einer entspannten Atmosphäre. Sie schlendern um den See, besuchen bunte Tempel und erleben Spiritualität hautnah.

6 | UDAIPUR

Zwischen Seen und Palästen atmet Udaipur Eleganz. Sie fahren über den Pichola-See, besuchen den weitläufigen Stadtpalast und genießen die entspannte Atmosphäre, in der Geschichte und Romantik in jedem Blick über das Wasser zusammenkommen.





BESTE REISEZEIT
REISEDAUER

Dezember - März
mind. 14 Tage



1 | CHENNAI

Ein energischer Start am Meer. Sie besuchen bunte Tempel, flanieren entlang des Marina Beach und lernen die würzige Tamil-Küche kennen.

2 | MADURAI

Tempelstadt voller Leben. Im Meenakshi-Tempel tauchen Sie ein in jahrhundertealte Rituale. Auf der Straße schmecken Sie die Seele von Tamil Nadu.

3 | MUNNAR

Grüne Tee-Hügel und neblige Täler. Sie wandern zwischen Plantagen und genießen die frische Luft und die malerischen Ausblicke, ein Ort, an dem die Zeit langsamer vergeht.



4 | THEKKADY

Eine duftende Welt von Gewürzen und Natur. Sie beobachten Wildtiere im Periyar und entdecken die Aromen von Kerala. Ruhe und Sanftheit dominieren.

Fesselndes Süden

ENTDECKEN SIE DEN SÜDEN INDIENS

Südindien überrascht mit seiner Mischung aus Spiritualität, Natur und sanften Rhythmen. Sie reisen von geschäftigen Tempelstädten zu kühlen Hügeln, von duftenden Gewürzmärkten zu stillen Wasserwegen. Diese Route zeigt Indien auf seine sinnlichste Weise: warm, lebendig und zugleich wunderbar ruhig.



5 | ALLEPPEY

Sie gleiten über die Backwaters in einem Hausboot oder verbringen Ihren Aufenthalt in einer Homestay. Wasser, Palmen und Stille bilden hier den Rhythmus des Tages.



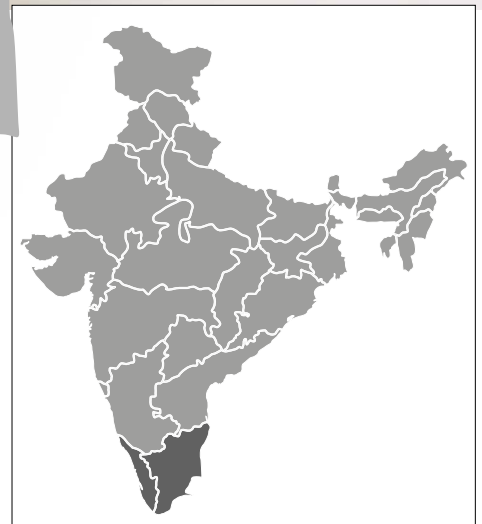
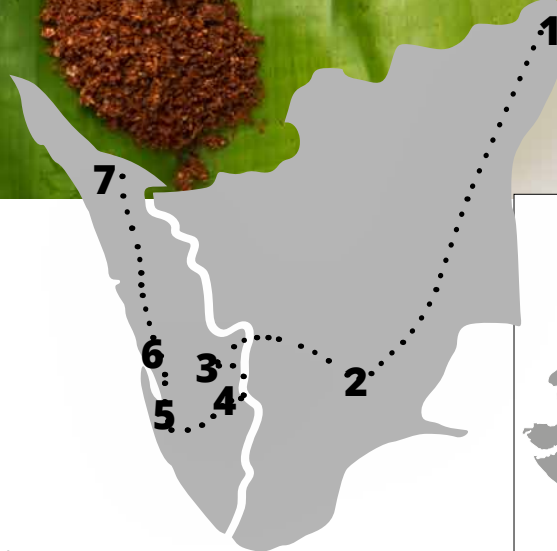
7 | WAYANAD

Unberührt und kühl. Sie entdecken Dschungellandschaften, Wasserfälle und Kaffeeplantagen. Ideal, um Ihre Reise in aller Ruhe in der Natur abzuschließen.



6 | FORT KOCHI

Eine Stadt der Kontraste und Kultur. In Fort Kochi spazieren Sie zwischen kolonialen Fassaden und modernen Galerien. Abends erleben Sie einen traditionellen Kathakali-Tanz: expressiv, farbenfroh und tief verwurzelt in der spirituellen Tradition von Kerala.



Asche & Arti

KULTURROUTE IM NORDEN

BESTE REISEZEIT Oktober - März
REISEDAUER mind. 14 Tage

1 | DELHI

In Alt-Delhi tauchen Sie ein in das Getümmel: Basare, Gassen und Moscheen. Neu-Delhi zeigt die andere Seite: breite Straßen, koloniale Gebäude und prächtige Denkmäler. Zusammen bilden sie einen würzigen und aussagekräftigen Beginn Ihrer Reise.



2 | JAIPUR

Die Rosa Stadt verzaubert mit Palästen, Festungen und belebten Basaren. Sie bewundern königlichen Pracht im Amber Fort und verlieren sich in einer bunten Welt von Stoffen und Düften.

3 | RANTHAMBORE

Zwischen Seen und Ruinen gehen Sie auf Safari. Mit etwas Glück sehen Sie Tiger, aber auch Rehe, Affen und Vögel. Ein wildes Stück Indien voller Geheimnisse und Morgennebel.



4 | AGRA

Agra ist mehr als das Taj Mahal, auch wenn der Sonnenaufgang magisch bleibt. Sie entdecken auch das Agra Fort und den Baby Taj, stille Zeugen der reichen Mogulvergangenheit.



Alter Königstädte, Straßenrituale, Weihrauch, Trubel, Hingabe und der Taj Mahal bei Sonnenaufgang: Im Norden Indiens erleben Sie jeden Tag eine andere Geschichte. An einem Tag schlendern Sie durch marmorierte Paläste, am nächsten Tag stehen Sie zwischen Pilgern an der Ganges. Alles lebt, alles bewegt sich und gleichzeitig scheint sich nichts jemals wirklich zu verändern.



5 | ORCHHA

Eine vergessene Königsstadt am Fluss. Hier herrscht Ruhe zwischen Tempeln, Palästen und Festungen. Sie erkunden alles zu Fuß oder mit dem Fahrrad, weit weg vom Trubel.



7 | VARANASI

Alt, chaotisch und tief spirituell. Sie erleben Rituale am Ganges, fahren bei Sonnenaufgang und fühlen, wie Leben und Tod hier in Feuer, Wasser und Hingabe zusammenfließen.



6 | KHAJURAHO

Bekannt für seine detailreichen und geschichtenvollen Skulpturen. Die Tempel sind kunstvoll, friedlich und überraschend vielseitig. Ein Ort, an dem Spiritualität und menschliche Ausdrucksformen zusammenkommen.



8 | SARNATH

Ruhig und meditativ. Zwischen Stupas und Pilgern spüren Sie die Ruhe, wo Buddha seine Lehre begann. Ein zurückhaltender Abschluss nach der Intensität von Varanasi.

BESTE REISEZEIT
REISEDAUER

Juni - September
mind. 13 Tage



1 | LEH

Leh kombiniert alten Charme mit modernen Annehmlichkeiten. Sie logieren stilvoll, erkunden den alten Palast, besuchen die Shanti Stupa bei Sonnenuntergang und speisen in stimmungsvollen Restaurants. Ein idealer Ort, um zu landen und sich an die Höhe zu gewöhnen.

3 | NUBRA-TAL

Über den spektakulären Khardung La-Pass erreichen Sie Nubra. Sie wohnen in einem Boutique-Hotel oder einem luxuriösen Zeltlager, wandern zwischen Obstgärten und Dörfern und genießen eine Landschaft, die unerwartet grün und einladend wirkt.



2 | HEMIS & THIKSEY

Zwei Klöster mit jeweils eigenem Charakter: Hemis ist imposant und lebhaft, Thiksey zurückhaltend und fotogen. Nach Ihrem Besuch kommen Sie in einer komfortablen Lodge zur Ruhe, mit Blick auf die Berge und Raum zum Atmen.



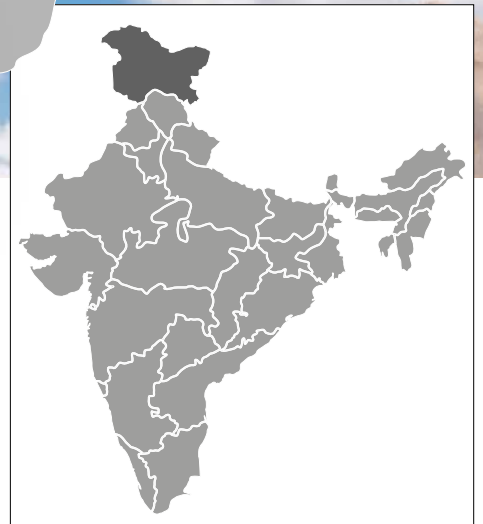
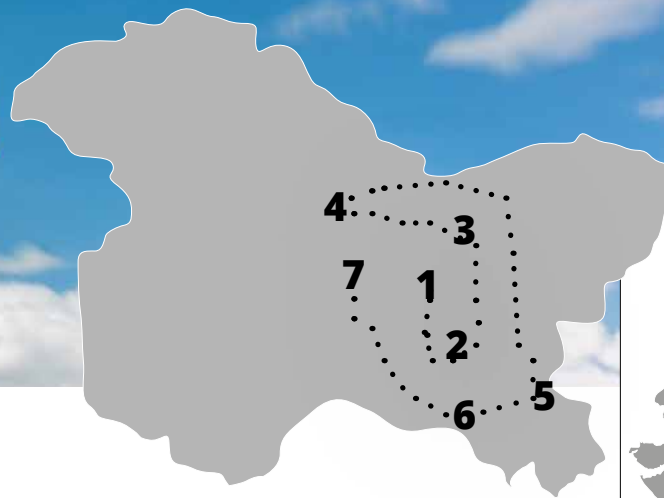
4 | TURTUK

Turtuk ist ein authentisches Dorf mit einem einzigartigen Charakter. Sie schlendern durch enge Gassen, essen frisch geerntete Aprikosen und essen bei Menschen zu Hause zu Mittag. Eine kulturelle Begegnung an einem überraschend ruhigen Ort.

Abschalten in Ladakh

RUNDREISE VON LEH

Hoch im Himalaya liegt Ladakh: ruhig, beeindruckend und voll Charakter. Diese Reise kombiniert majestätische Landschaften mit buddhistischer Kultur, feinen Unterkünften und einem ruhigen Reisestil. Von Klöstern zu Seen, von Bergpässen zu Tälern, entdecken Sie Ladakh stilvoll, mit Blick auf Komfort und Erlebnis. Perfekt für diejenigen, die Luxus ohne Eile wünschen und Höhepunkte mit Ruhe und Raum abwechseln möchten.



5 | PANGONG TSO

Verweilen Sie am berühmten See, bekannt für seine tiefblaue Farbe und wechselndes Licht. Sie schlafen in einem komfortablen Camp und speisen unter den Sternen. Stille, Höhe und Aussicht machen dies zu einem unvergesslichen Halt.



6 | TSO MORIRI

Einer der abgelegensten Seen in Ladakh, mit einer besonderen Atmosphäre. Beobachten Sie Kiangs (wilde Esel), wandern Sie entlang der Ufer und übernachten Sie in einer stilvollen Ecolodge. Hier fühlen Sie sich klein, aber vollkommen an Ihrem Platz.



7 | ALCHI

In Alchi besuchen Sie das einzigartige Kloster mit jahrhundertealten Fresken – ruhiger und intimer als anderswo. Sie wohnen in einem charmanten Gästehaus, umgeben von Bergen und einem Dorfrhythmus, der Sie einlädt, langsamer zu werden.



MEHR ALS HIGHLIGHTS & HOTSPOTS

Anders reisen, lokal erleben

Jeder Ort in Indien erzählt seine Geschichte auf seine eigene Weise. Manchmal über duftende Gewürze, manchmal über Farben auf Lastwagen, ein Gespräch mit einem Steinmetz oder eine Radtour bei Sonnenaufgang. Diese Erfahrungen nehmen Sie mit zu den Orten, an denen das gewöhnliche Leben etwas Besonderes wird. Sie schauen über die Schulter eines Handwerkers, sitzen am Tisch mit einem Einheimischen oder betreten ein Viertel, in dem die Zeit kurzzeitig stillzustehen scheint. Keine klassische Besichtigung, sondern Begegnungen, die im Gedächtnis bleiben. Rau, überraschend und manchmal konfrontierend, aber immer echt.



REIZE SIE IHRE SINNE IN DELHI

Riechen Sie den Duft von Rosenwasser in einer jahrhundertealten Parfümfabrik, probieren Sie einen typischen Snack in einer lebhaften Gasse, hören Sie den Gesang im größten Sikh-Tempel der Stadt, spüren Sie den Wind während Ihrer Rikscha-Fahrt durch das alte Viertel Shahjahanabad und bewundern Sie den roten Sandstein von Humayuns Grab.

Dieses Erlebnis taucht Sie ein in das Delhi von damals und heute und lässt Sie die Stadt erleben, wie es nur Einheimische tun.



FENI & FLAIR IN GOA

Hören Sie die Klänge eines alten Liebesliedes an der Theke, probieren Sie lokalen Feni in einer historischen Taverne, riechen Sie gegrillten Fisch in einer Familienbar, fühlen Sie das kühle Glas in Ihrer Hand in einer schicken Cocktailbar und schauen Sie in prächtige Villen mit Marmorböden und samtigen Stühlen.

Dieses Erlebnis nimmt Sie mit von charmanten Cafés bis zu trendigen Underground-Bars und lässt Sie erfahren, was Susegad wirklich bedeutet: Ruhe, Atmosphäre und ein gut gefüllter Tisch.



MANTRAS AUF MANIS IN LADAKH

Hören Sie den Rhythmus von Hammer und Meißel, sehen Sie die eleganten Linien eines Gebets auf einem glatten Stein erscheinen, fühlen Sie den kühlen Schiefer unter Ihrer Hand, riechen Sie die Holzkohle, mit der der Künstler sein Design anlegt, und schmecken Sie eine dampfende Tasse Buttermilch neben dem Atelier.

In Ladakh treffen Sie einen Mani-Stein-Meister, der jahrhundertealte Techniken am Leben erhält. Schauen Sie zu, lernen Sie dazu und wer weiß, vielleicht arbeiten Sie sogar kurz an einem persönlichen Mantra mit.



BUNTE KAROSSERIE IN RAJASTHAN

In einer Lkw-Werkstatt direkt außerhalb von Jodhpur treffen Sie Raja, der seit dreißig Jahren Lastwagen bemalt.

Sie hören das Schmirgeln von Stahlbürsten, riechen frische Farbe, fühlen die warme Karosserie unter Ihrer Hand, sehen, wie leuchtende Farben und geschwungene Buchstaben auf dem Metall erscheinen, und trinken Chai, während Sie mit Raja über seine Arbeit sprechen.

Sie helfen ein wenig mit und von da an schauen Sie unterwegs anders auf jeden indischen Lastwagen.



GUTEN MORGEN, KOCHI!

Spüren Sie die Morgen Sonne auf Ihrem Gesicht, während Sie entlang der Küste radeln, hören Sie den Gesang aus einer fernen Kirche, riechen Sie frisch gebackenes Brot und Chai an einem lokalen Teestand, kosten Sie einen schnellen Snack zwischen den Einheimischen und sehen Sie, wie die Stadt langsam in Schwung kommt.

Sie entdecken ein unbekanntes Stück Kochi voller Geschichten, Viertel und lächelnder Passanten. Zwölf Kilometer später stehen Sie wieder an Ihrem Ausgangspunkt und sind bereit für den Tag.



TOD & WIEDERGEBURT IN VARANASI

Hören Sie das Knacken der Brandstapels, riechen Sie den schweren Rauch, der über dem Ganges hängt, spüren Sie die Hitze am Feuer, bewundern Sie Gesichter, die von Flammen erleuchtet werden, und schmecken Sie die Trockenheit in Ihrem Hals, während Sie an den Verbrennungsghats entlanggehen. Während dieses Abendspaziergangs erleben Sie Varanasi als Mahashamstana, die Stadt, in der der Tod kein Ende ist, sondern Teil eines Zyklus. Sie passieren Ashrams, Tempel und rituelle Orte, an denen Leben und Vergänglichkeit direkt vor Ihnen stehen.

TRIFF DIE FRAUEN, DIE INDIEN VERÄNDERN

Frauen am Zug

Indien ist voller Geschichten, die man nicht aus einem Busfenster sieht. Einige davon handeln von Frauen, die sich nicht mit der Rolle zufrieden geben, die ihnen zugewiesen wurde. In Dörfern, Städten und Werkstätten arbeiten sie an Veränderungen, oft klein und lokal, aber mit großer Wirkung. Während dieser Erfahrungen treffen Sie Frauen, die ihr Talent für etwas Größeres einsetzen: ein Einkommen, einen Platz in der Gemeinschaft, eine Stimme in der Verwaltung. Sie hören zu, schauen mit, lernen etwas dazu.

Von der staubigen Grenze von Rajasthan bis zur tropischen Küste von Kerala: Überall in Indien nehmen Frauen heute ihr Schicksal selbst in die Hand. Nicht durch große politische Aussagen, sondern durch Zusammenarbeit, Handwerk und kleine Taten der Selbstständigkeit. Während dieser sechs Erfahrungen lernen Sie Indien durch die Frauen kennen, die es mitgestalten. Sie betreten Werkstätten, Dorfszentren, Ateliers und Tempelplätze, wo Geschichten geteilt werden und Veränderung sichtbar ist.

Ein Stich für die Freiheit – Delhi

In einem Wohnviertel von Süd-Delhi sind Sie im Atelier afghanischer Frauen, die ihr Land verlassen haben und nun ein neues Leben beginnen, indem sie Geld mit Häkeln, Nähen und Sticken verdienen. Diese Frauen, hauptsächlich aus der Hazara-Gemeinschaft, kombinieren ihre traditionelle Technik mit zeitgenössischem Design. Die Stoffe sind recycelt, die Atmosphäre ist warm und die Erfahrung aufrichtig. Sie lernen von ihnen und mit ihnen.

Die Basti-Schwesternschaft – Delhi

In der Nizamuddin Basti, einem jahrhundertealten Viertel rund um das Grab eines Sufi-Heiligen, treffen Sie Frauen, die gemeinsam einen neuen Weg einschlagen. Durch Selbsthilfegruppen arbeiten sie an finanzieller Unabhängigkeit, werten alte Handwerke auf und unterstützen andere Frauen aus der Nachbarschaft. Während des Spaziergangs mit einer weiblichen Führerin erfahren Sie von ihrem Alltag, ihren Herausforderungen und ihren Erfolgen. Eine Geschichte der Verbundenheit im Herzen der Stadt.

Das Setrawa-Projekt – Jodhpur

Auf dem Rajasthani-Land, 100 Kilometer westlich von Jodhpur, besuchen Sie das Setrawa-Projekt. Dieses Projekt wird von Frauen aus der Dalit-Gemeinschaft getragen, die oft vom Bildungs- oder Arbeitsmarkt ausgeschlossen sind. Hier erhalten sie Raum, um dazuzulernen, zusammenzuarbeiten und ihre Stimme zu erheben. Sie nehmen an einem Workshop teil und erleben aus nächster Nähe, wie Solidarität in einem ländlichen Kontext funktioniert.

Frauen des Kathakali – Kochi

Kathakali ist eine jahrhundertealte Tanzform aus Kerala, einst nur für Männer. Aber in Thrippunithura, bei Kochi, brechen Frauen buchstäblich und im übertragenen Sinne die Bühne auf. Sie treffen einige dieser Tänzerinnen, die sich in einer rein weiblichen Truppe zusammengeschlossen haben und das Genre für sich erobert haben. Sie erzählen von ihrem Werdegang, zeigen Kostüme und Make-up und geben eine Demonstration. Es ist Geschichte in Bewegung.

Kushala Kala Kendra – Sandur

In Sandur, in der Nähe von Hampi, arbeiten Sie kurz im Atelier der Lambani-Frauen, einer nomadischen Gemeinschaft mit einer reichen Textiltradition. Hier werden alte Techniken wie Spiegelstickerei, Patchwork und pflanzliche Färbung eingesetzt, um ein nachhaltiges Einkommen zu erzielen. Was 1984 mit 12 Frauen begann, ist heute ein professionelles Zentrum, das gleichzeitig an Erhalt des Erbes, Frauenrechten und Selbstständigkeit arbeitet.

Die Frauen von Sadhna – Udaipur

Im Dorf Delwara, eine Dreiviertelstunde von Udaipur entfernt, treffen Sie die Frauen von Sadhna. Ihre Genossenschaft hat sich zu einem starken Netzwerk von Handwerkerinnen, aber auch von Führungspersönlichkeiten entwickelt. Einige vertreten ihre Gemeinschaft im Dorfrat, andere standen auf internationalen Messen. Unter einem alten Baum erzählen sie offen, wie diese Arbeit ihr Leben verändert hat. Nicht durch Zufall, sondern durch Einsatz, Ausbildung und Verbundenheit.



Indien klingt anders

Manchmal reicht eine Übersetzung nicht aus. Einige Wörter hört man unterwegs so oft, dass sie einen Platz in Ihrem Reisevokabular verdienen. Diese Begriffe stammen nicht aus dem Reiseführer, sondern aus dem echten Leben. Sie müssen sie nicht auswendig lernen, aber erkennen Sie sie ruhig, wenn sie plötzlich am Tisch, auf der Straße oder in einem Gespräch auftauchen.

Aarti Ein Ritual, bei dem Licht (meistens von einer Öllampe) für eine Gottheit gedreht wird, begleitet von Gesang und Musik. Bei Sonnenuntergang am Ganges oder in Tempeln als Gebetsmoment zu sehen.

Ashram Eine spirituelle Lebensgemeinschaft, verbunden mit Yoga, Meditation oder religiösem Unterricht. In modernen Kontexten auch Orte für Rückzug, Studium oder soziale Arbeit.

Chai Indischer Tee, gekocht mit Milch, viel Zucker und Gewürzen wie Kardamom oder Ingwer. Überall erhältlich und ein sozial geteiltes Moment.

Dalit Begriff für Menschen, die im traditionellen Kastensystem als „kastenlos“ oder „unberührbar“ galten. Heute Symbol für Kampf und Gleichheit.

Feni Lokales alkoholisches Getränk aus Goa, hergestellt aus Cashew oder Kokos. Stark im Geschmack und handwerklich gebrannt.

Ghat Steintreppen zu einem Fluss, genutzt für rituelle Waschungen oder Einäscherungen. In Varanasi sind Ghats spirituelle Begegnungsstätten.

Kathakali Klassische Tanzform aus Kerala, mit reichem Make-up, Kostümen und Dramatik. Ursprünglich von Männern, jetzt auch von Frauen aufgeführt.

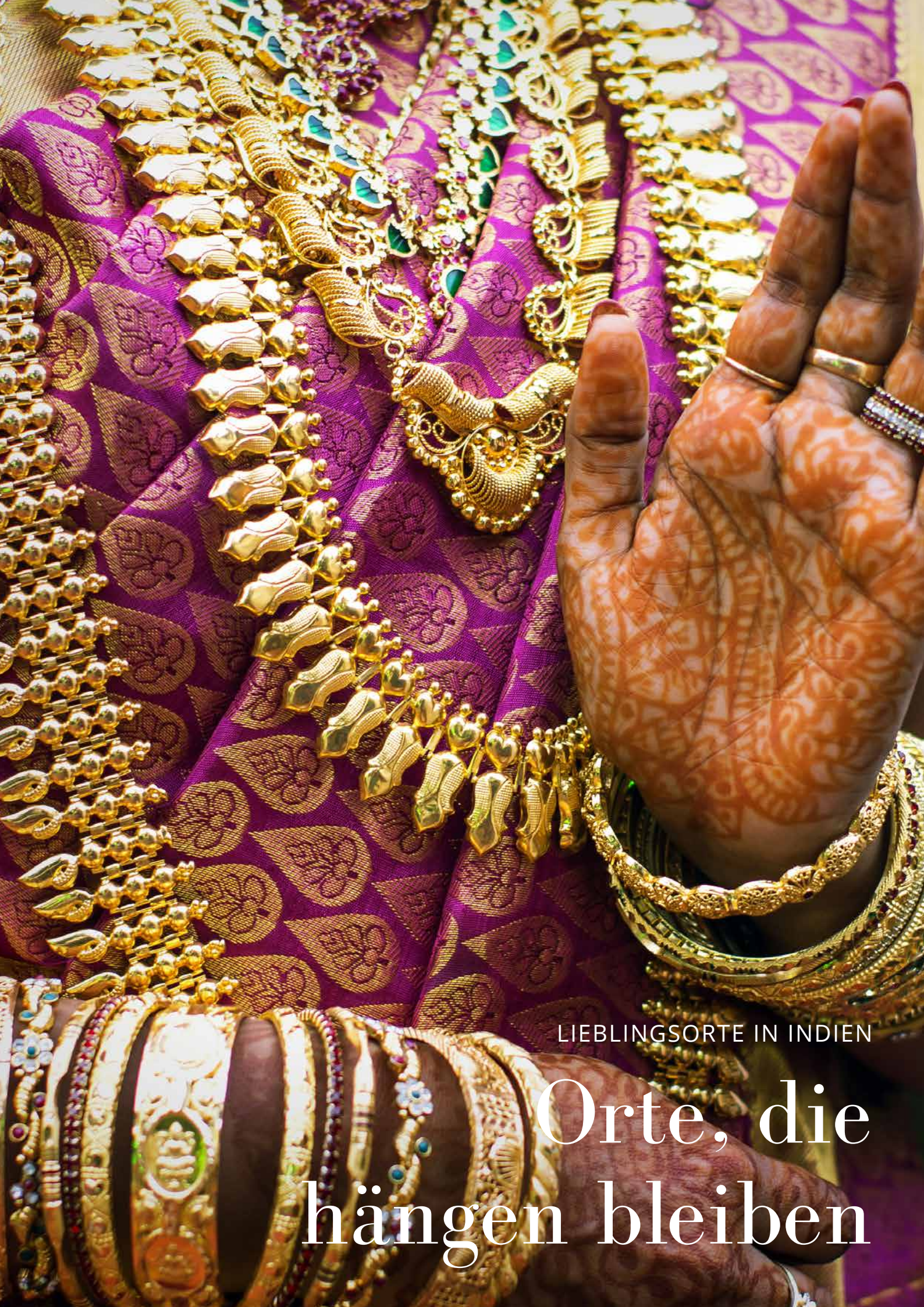
Mani Glatter Stein, in den ein Mantra oder religiöses Symbol eingraviert ist, zu finden in buddhistischen Regionen wie Ladakh. Die bekannteste Inschrift ist „Om Mani Padme Hum“, die man unterwegs auf Mauern, Stapeln oder bei Tempeln antrifft. Handgefertigt und spirituell aufgeladen.

Mantra Heiliger Klang, Satz oder Verszeile, die als Gebet oder Meditation wiederholt wird. Im Sanskrit, wie „Om Mani Padme Hum“, ein oft gehörter buddhistischer Mantra.

Sari Traditionelle indische Frauenkleidung: ein langes Stück bunter Stoff, das um den Körper drapiert wird. Wird noch immer täglich in vielen Teilen des Landes getragen.

Susegad Goanische Lebensphilosophie, die für Ruhe, Zufriedenheit und „alles zu seiner Zeit“ steht. Keine Faulheit, sondern Leben in einem angenommenen Rhythmus.

Tandoor Lehmofen, in dem unter anderem Brot (wie Naan) und Fleisch zubereitet wird. Sorgt für einen einzigartigen, rauchigen Geschmack.



LIEBLINGSORTE IN INDIEN

Orte, die hängen bleiben



LOKAL UND RAFFINIERT IN LEH

In einem Apfelgarten direkt außerhalb des Zentrums von Leh träumte Rigzin Lachic von einem Ort, der ihren ladakhischen Wurzeln gerecht werden würde. Heute ist dieser Traum greifbar in Tsas by Dolkhar, einem nachhaltigen Boutique-Hotel mit sieben stilvollen Villen und einem Garten, in dem das Leben langsamer wird. Das pflanzliche Restaurant Tsas (was ‚Küchengarten‘ bedeutet) serviert ein überraschend raffiniertes Degustationsmenü mit lokalen Zutaten, das mit Respekt für das fragile Bergklima entworfen wurde. Alles hier ist lokal gebaut, lokal gedacht und mit Sorgfalt ausgeführt.

DÖRFLICHE GASTFREUND-SCHAFT AM FLUSS

Am Ufer des Thamirabarani-Flusses liegt Anantya in the Village, ein Ort, der sich anfühlt wie nach Hause kommen in einem südindischen Dorfhaus. Sie wohnen in einfachen, aber geschmackvollen Zimmern rund um einen Garten, mit Blick auf die Tempeluhr. Der Rhythmus ist lokal, das Essen vegetarisch und authentisch Tamil, und jeden Tag entdecken Sie etwas Neues: von jahrhundertealten Tempeln bis zu bunten Korbflechtern, vom Selbstflechten einer Einkaufstasche bis zu einer Demonstration der seltenen Kampfkunst Silambam. Anantya ist ein Ort für Reisende, die mehr wollen als Ruhe. Hier geht es darum, mitzumachen, zu probieren, zu verbinden.



SCHLAFEN WIE EIN MAHARADSCHA

Dieses im 19. Jahrhundert erbaute Palais am Ganges ist eines der ältesten Gebäude von Varanasi und strahlt königliche Eleganz aus. Sie logieren im Maratha-Stil, mit geschnitzten Säulen, bunten Decken und Blick auf die Ghats. Denken Sie an: Yoga bei Sonnenaufgang, Livemusik bei Kerzenlicht und raffinierte vegetarische Küche. Dank der Lage erleben Sie die Ganga Aarti aus der ersten Reihe. Ein Ort, an dem Luxus, Ruhe und Spiritualität nahtlos zusammenkommen.

GLAMPING IN STILLE

Zwischen Jodhpur und Jaipur liegt RAAS Chhatrasagar: ein stilvolles Camp am Wasser, mitten in einem 1.500 Hektar großen Privatreservat. Die geräumigen Zelte sind luxuriös und ausgestattet mit Sandstein, Teakholz und Drucken lokaler Fauna. Sie wachen mit Vogelgesang auf, sichten Schakale und Rehe und dinieren unter den Sternen. Mehr als 250 Vogelarten machen dies zu einem Paradies für Naturliebhaber. Ein Ort, an dem Luxus und Wildnis in aller Ruhe aufeinandertreffen.



TRADITION IN EINEM FUTURISTISCHEN GEWAND

Japan

Japan ist anders als alle anderen Reiseziele. Man reist zwischen der Vergangenheit und der Zukunft, von minimalistischen Tempeln bis zu lebhaften Städten. Jeder Ort fühlt sich sorgfältig aufgebaut an, jede Erfahrung liegt in den Details. Man schlendert durch Gassen, in denen alte Traditionen weiterleben, wärmt sich in einem Onsen oder entdeckt, wie überraschend still eine Millionenstadt sein kann.

Egal, ob Sie für Kultur, Natur oder kulinarische Verwöhnung kommen, Japan reizt stets Ihre Sinne.



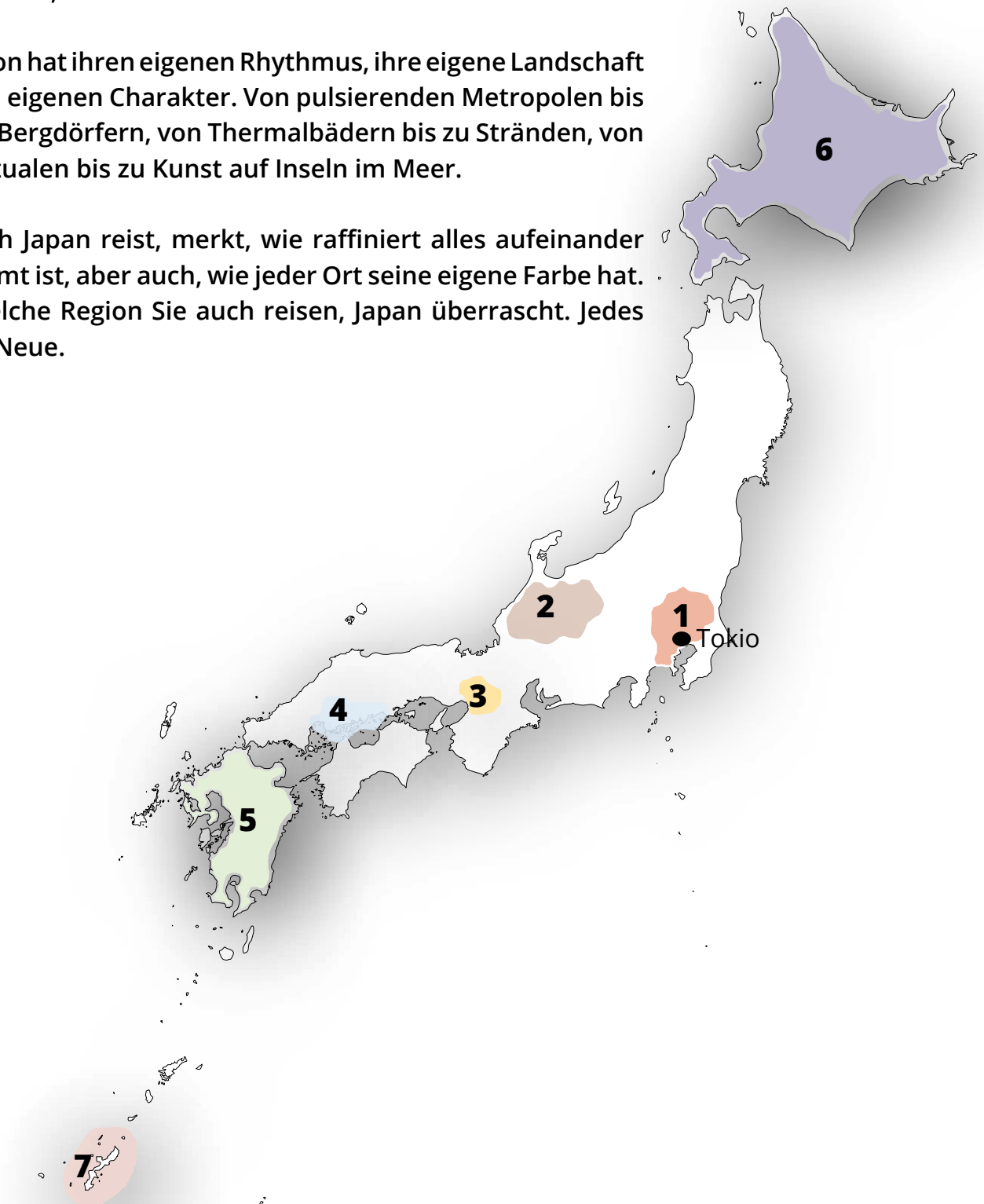


Tradition zum Kosten

Japan lässt sich nicht in eine Geschichte fassen. Es ist ein Land der Kontraste, das man am besten Stück für Stück entdeckt.

Jede Region hat ihren eigenen Rhythmus, ihre eigene Landschaft und ihren eigenen Charakter. Von pulsierenden Metropolen bis zu stillen Bergdörfern, von Thermalbädern bis zu Stränden, von Tempelritualen bis zu Kunst auf Inseln im Meer.

Wer durch Japan reist, merkt, wie raffiniert alles aufeinander abgestimmt ist, aber auch, wie jeder Ort seine eigene Farbe hat. Durch welche Region Sie auch reisen, Japan überrascht. Jedes Mal aufs Neue.



1 | TOKIO UND UMGEBUNG

Hier beginnt das Abenteuer für viele. Tokio ist eine Stadt der tausend Gesichter, wo futuristische Wolkenkratzer mühelos mit stillen Tempeln und lokalen Imbissständen harmonisieren. Erkunden Sie Stadtteile wie Shibuya und Asakusa, machen Sie einen Tagesausflug zu den Heiligtümern von Nikko oder zur Küste von Kamakura. Diese Region bietet eine intensive erste Begegnung mit der Dynamik Japans.

2 | DIE JAPANISCHEN ALPEN

Für diejenigen, die es ruhiger angehen möchten, sind die Japanischen Alpen eine Erholung. In der Region rund um Takayama, Shirakawa-go, Matsumoto und Kanazawa finden Sie Holzstraßen, Berglandschaften und handwerkliche Traditionen. Kanazawa überrascht mit seinen Geisha-Vierteln, moderner Kunst und perfekt angelegten Gärten. Hier erleben Sie den Charme des Landlebens, radeln entlang von Reisfeldern und entdecken das Japan von einst. Ein Ort, um zur Ruhe zu kommen und sich mit der Natur zu verbinden.

3 | KYOTO & KANSAI

Die Seele Japans liegt in Kyoto und Umgebung. In Kyoto selbst schlendern Sie entlang von Tempeln, Teehäusern und Bambuswäldern. Osaka serviert Streetfood mit Flair, und in Nara laufen Sie zwischen den Rehen und alten Schreinen. Diese Region taucht Sie ein in jahrhundertealte Kultur, fühlt sich aber gleichzeitig lebendig und zugänglich an. Alles dreht sich hier um Rituale, Geschmack und Raffinesse.

4 | HIROSHIMA & WEST-JAPAN

Diese Region berührt und inspiriert. In Hiroshima gedenken Sie der Vergangenheit, spüren aber auch die Kraft der Wiederherstellung. Die Heiligtümer von Miyajima, die Gärten von Okayama und die Kunst von Naoshima machen West-Japan zu einem Ort der Reflexion, Schönheit und Überraschungen. Weniger frequentiert, aber umso beeindruckender.

5 | KYUSHU

Grün und anders. Kyushu empfängt Sie mit dampfenden Thermalquellen, aktiven Vulkanen und einem eigenen Rhythmus. Diese Region erkunden Sie am besten mit dem Auto, mit überraschenden Stopps in Nagasaki, dem kreativen Yufuin und den Tälern von Aso.

6 | HOKKAIDO

Hokkaido ist rau und weitläufig. Im Sommer wandern Sie durch Blumenfelder und Wälder, im Winter finden Sie dort den besten Pulverschnee Asiens. Sapporo, Furano und Daisetsuzan bieten Naturschönheit und Raum zum Atmen. Ideal für Naturliebhaber, Wintersportler und diejenigen, die die Massen meiden möchten.

7 | OKINAWA-INSELN

Okinawa fühlt sich anders an als der Rest Japans. Die Atmosphäre ist entspannt, das Tempo ist langsamer und die Einflüsse der Ryukyu-Kultur verleihen den Inseln eine einzigartige Identität. Hier dreht sich alles um Ruhe, klares Wasser und eine Küche, die anders schmeckt als auf dem Festland. Perfekt, um zu entschleunigen, zu schnorcheln oder einfach das Inselleben zu genießen.



Japan eignet sich perfekt für eine Rundreise, die verschiedene Regionen kombiniert. Ob Sie nun von einer Weltstadt aus starten oder einen ruhigeren Ausgangspunkt wählen, jede Route führt Sie zu Höhepunkten, verborgenen Schätzen und überraschenden Begegnungen.

Japan

DIE SCHÖNSTEN REISEWEGE DURCH DAS LAND

1 | TOKIO

Diese Route lässt Sie das moderne und traditionelle Japan kennenlernen. Beginnen Sie im pulsierenden Tokio und reisen Sie über die Japanischen Alpen ins kulturelle Herz von Kyoto. Unterwegs entdecken Sie alte Dörfer wie Takayama, das historische Matsumoto und stille Natur.



2 | OSAKA

Beginnen Sie Ihre Reise in der Kansai-Region, wo Sie die Essenz des traditionellen Japan spüren. Von Osaka aus erkunden Sie Kyoto, Miyajima und Hiroshima. Die Route kombiniert Stadt und Kultur mit einem Ausflug zu den kunstvollen Inseln des Seto-Inlandmeeres.



1

Tokio

2

Osaka

3 | FUKUOKA

Von Fukuoka aus erkunden Sie die Insel Kyushu mit ihren grünen Tälern, aktiven Vulkanen und historischen Städten. Ideal für eine Rundreise mit dem Auto, mit viel Raum für Natur, Stille und unerwartete Begegnungen.

Fukuoka

3



4 | VERLÄNGERUNG OKINAWA

Wer seine Reise in einer entspannten Atmosphäre abschließen möchte, entscheidet sich für eine Verlängerung auf Okinawa. Diese Inselgruppe bietet Ruhe, eine einzigartige Kultur und tropische Landschaften.

Okinawa

4



Wo Alt und Neu verschmelzen

RUNDREISE VON TOKIO

BESTE REISEZEIT März - Mai
September - November
REISEDAUER mind. 16 Tage



1 | TOKIO

Futuristisch und traditionell in einem Atemzug. Erkunden Sie Stadtteile wie Shibuya, Shinjuku und Asakusa und besuchen Sie moderne Museen und historische Tempel. Tokio ist eine echte Weltstadt: überwältigend und zugleich süchtig machend!



2 | MATSUMOTO

Charmante Stadt mit einem wunderschönen Schloss und lebendiger Atmosphäre. Schlendern Sie durch das historische Zentrum, entdecken Sie lokale Kunst und unternehmen Sie von hier aus einen Tagesausflug zum Nakasendo Trail, einer alten Postroute durch die Berglandschaft.

3 | TAKAYAMA

Kleine Stadt mit Holzhäusern, Sakebrauereien und Morgenmärkten. Erkunden Sie das historische Viertel Sanmachi und besuchen Sie das Freilichtmuseum Hida no Sato. Takayama bietet einen Einblick in das traditionelle Bergleben Japans.



4 | KANAZAWA

Kulturelles Juwel an der Japanischen See. Schlendern Sie durch die Geisha-Viertel, entdecken Sie zeitgenössische Kunst an unerwarteten Orten und besuchen Sie Kenrokuen, einen der schönsten Gärten Japans. Ruhig, stilvoll und überraschend.

Diese Route verbindet das moderne Leben in Tokio mit dem historischen Charme von Kyoto und der Gastronomie in Osaka. Unterwegs halten Sie in kleineren Städten voller Charakter, Kultur und Vielfalt. Eine übersichtliche Reise, die ideal für eine erste Kennenlernfahrt mit Japan ist.



5 | KYOTO

Mehr als tausend Tempel, stille Gärten und uralte Rituale. Kyoto ist eine kulturelle Schatzkammer, in der Sie endlos in einem Bambuswald umherwandern oder durch die alte Stadt radeln können.



6 | OSAKA

Die verspielte Gegenstück zu Kyoto. Hier dreht sich alles um Atmosphäre, Street-food und das Leben auf der Straße. Schlendern Sie entlang des Glühens von Neonlichtern, probieren Sie Okonomiyaki und besuchen Sie das Schloss mit dem umliegenden Garten.

7 | HAKONE

Bekannt für seine Museen, Seen und den Blick auf den Mount Fuji bei klarem Wetter. Sie reisen hier mit Seilbahnen und Booten durch die Hügel. Ideal als entspannender Abschluss Ihrer Reise, ganz in der Nähe von Tokio.



Das kulturelle Herze Japans

Eine kulturell reiche Route von Osaka. Sie reisen entlang spiritueller Orte, historischer Städte und ruhiger Inseln. Von der energiegeladenen Atmosphäre Osakas bis zu den Tempeln von Koyasan, dem eleganten Kyoto und der friedlichen Insel Miyajima.

BESTE REISEZEIT März- Mai
September - November
REISEDAUER mind. 13 Tage



1 | OSAKA

Beginnen Sie Ihre Reise in einer Stadt voller Leben. Genießen Sie Streetfood, moderne Architektur und pulsierende Viertel wie Dotonbori.



2 | KOYASAN

Jahrhundertealte Tempel und mystische Waldgebiete. Hier schlafen Sie in einem Kloster und nehmen an einer buddhistischen Morgenzeremonie teil. Eine spirituelle Erfahrung.

3 | KYOTO

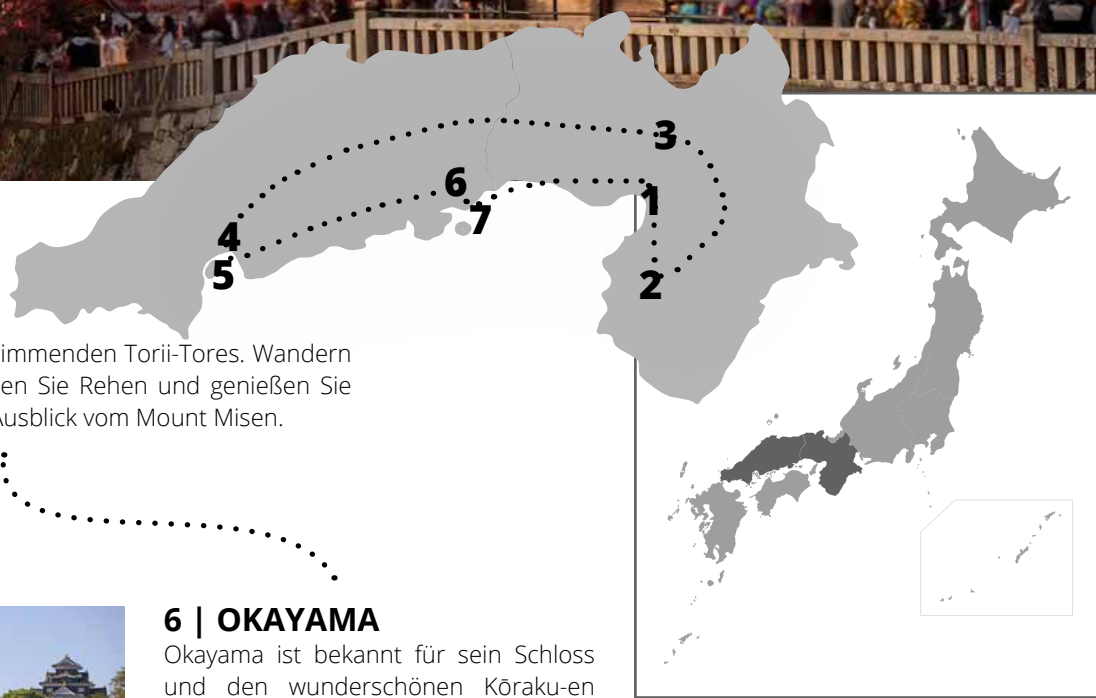
Tempel, Teehäuser und Tradition. Kyoto ist eine kulturelle Schatzkammer mit Bambuswäldern, Pavillons und ruhigen Vierteln, in denen Sie sich verlieren können.



4 | HIROSHIMA

Eine Stadt mit einer beeindruckenden Geschichte. Besuchen Sie den Peace Memorial Park, Museen und entdecken Sie, wie lebendig die Stadt heute wieder ist.





5 | MIYAJIMA

Insel des berühmten schwimmenden Torii-Tores. Wandern Sie durch Wälder, begegnen Sie Rehen und genießen Sie einen atemberaubenden Ausblick vom Mount Misen.



6 | OKAYAMA

Okayama ist bekannt für sein Schloss und den wunderschönen Kōraku-en Garten. Eine angenehme Stadt, um einen Moment innezuhalten und durchzuatmen.

7 | NAOSHIMA

Eine Insel voller moderner Kunst und Architektur. Museen von Weltklasse, Kunstinstallationen in der Landschaft und eine einzigartige Atmosphäre machen dies zu einem besonderen Abschluss Ihrer Reise.



Insel der Vulkane

RUNDREISE VON FUKUOKA

Kyushu ist eine japanische Insel voller Feuer, Wasser und Geschichten. Sie reisen dort entlang aktiver Vulkane, dampfender Thermalquellen und beeindruckender Küsten. Diese Route kombiniert lebendige Städte mit natürlichen Wundern und kulturellem Erbe. Ideal für diejenigen, die gerne zwischen Natur und Geschichte wechseln.

BESTE REISEZEIT	März - Mai September - November
REISEDauer	mind. 13 Tage



1 | FUKUOKA

Eine energiegeladene Stadt am Meer mit modernem Flair und jahrhundertealten Tempeln. Probieren Sie Ramen in Yatai-Ständen und spazieren Sie durch den malerischen Ohori-Park oder das alte Viertel Hakata.



2 | BEPPU

Beppu, Stadt der heißen Quellen. Entdecken Sie sieben auffällige Thermalquellen, von rot bis kobaltblau. Eine stößt Dampf aus, eine andere ist voller Schlamm und in der ‚Krokodilquelle‘ liegen echte Reptilien im heißen Wasser faulenzend.

3 | ASO NATIONALPARK

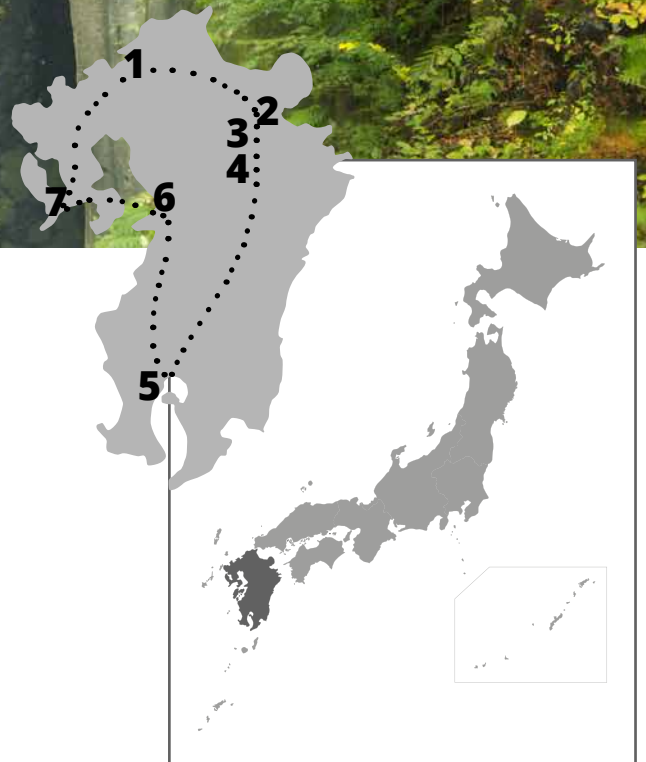
Fahren Sie quer durch die Caldera eines der größten aktiven Vulkane der Welt. Wandern Sie entlang von bizarren Lavafeldern und weitläufigen Grasflächen mit panoramischem Ausblick.



4 | TAKACHIHO

Ein spiritueller Ort voller Legenden. Fahren Sie durch die Schlucht entlang steiler Basaltwände und besuchen Sie das Heiligtum, wo sich laut den Mythen die Sonnengöttin versteckte.





5 | KAGOSHIMA

Entdecken Sie Kagoshima mit Blick auf Sakurajima. Spazieren Sie durch den eleganten Sengan-en Garten, fahren Sie zur Insel und folgen Sie dem Nagisa Lava Trail entlang erstarrter Lavafelder. Beenden Sie den Tag wie die Einheimischen: mit Ihren Füßen in einer natürlichen heißen Quelle.



6 | KUMAMOTO

Eine elegante Stadt mit einem mächtigen Schloss. Probieren Sie die lokale Spezialität basashi und schlendern Sie durch den Japanischen Garten Suizenji Jojuen.

7 | NAGASAKI

Eine Stadt voller Kontraste: Europäischer Flair, tragische Geschichte und raue Natur. Besuchen Sie die Oura-Kirche, den Glover-Garten und den Friedenspark. Machen Sie eine Bootstour nach Gunkanjima oder nehmen Sie die Seilbahn zum Fugen-dake für einen großartigen Ausblick über das Meer und die Berge.



TRADITIONEN, RITUALE UND POPKULTUR AUS ERSTER HAND

Kulturelle Erlebnisse

In Japan gehen Tradition und Vorstellungskraft Hand in Hand. Sie schlafen bei Mönchen in den Bergen, besuchen ein Sumo-Training bei Tagesanbruch oder lernen Kalligrafie mit Pinsel und Tinte. Aber ebenso gut betreten Sie ein Manga-Studio oder lassen sich in einen Freizeitpark voller Fantasie eintauchen. Diese acht kulturellen Erfahrungen zeigen die Vielseitigkeit Japans, von zurückhaltend und zen bis hin zu ausgelassener Popkultur.



DIE TEEZEREMONIE IN KYOTO

Eine Teezeremonie in Kyoto ist keine gewöhnliche Pause mit Tee, sondern ein Ritual voller Bedeutung. In einem ruhigen Teehaus nimmt eine Gastfrau in Kimono Sie Schritt für Schritt mit in die traditionelle Zubereitung von Matcha, einem pulverförmigen grünen Tee. Jede Handlung ist langsam, präzise und durchdacht, vom Reinigen der Schale bis zum Drehen des Teelöffels. Es geht nicht nur um den Geschmack, sondern auch um das Erlebnis: Stille, Schönheit, Respekt und Aufmerksamkeit für den Moment. Nach der Zeremonie haben Sie die Möglichkeit, selbst eine Tasse Matcha zuzubereiten.

SUMO-TRAINING IN TOKIO BESUCHEN

Wie Sie Sumo-Wrestler nur aus dem Fernsehen kennen, sind Sie erstaunt, wenn Sie an einem Training in einem Sumo-Stall teilnehmen. Das Training beginnt in Stille und Disziplin. Sie sitzen ganz nah am Ring, während die Wrestler in ihrem traditionellen Lendenschurz einander herausfordern, ihr Gleichgewicht üben und Kraft aufbauen. Was auf den ersten Blick rau erscheint, ist durchdrungen von Ritualen und Regeln. Die Hierarchie innerhalb des Stalls ist streng, und Respekt vor dem Meister und den Mitwrestlern steht im Mittelpunkt. Diese Erfahrung gibt Ihnen nicht nur Einblick in das japanische Erbe, sondern zeigt auch, wie Tradition und körperliche Hingabe zusammenkommen. Ein seltener Blick hinter die Kulissen eines jahrhundertealten Sports.



ÜBERNACHTEN IN EINEM BUDDHISTISCHEN KLOSTER AUF KOYASAN

Auf dem mystischen Berg Kōyasan verbringen Sie die Nacht in einem Shukubō, einer Klosterunterkunft, die von Mönchen betrieben wird. Sie schlafen auf einem Futon auf einer Tatamimatte, essen einfache vegetarische Mahlzeiten und nehmen an einer Morgenzeremonie mit Gesang und Räucherwerk teil. Die Atmosphäre ist friedlich und die Umgebung beeindruckend, mit Zedernwäldern, Tempeln und Friedhöfen. Alles ist auf Stille und Reflexion ausgerichtet. Sie müssen nicht religiös sein, um von dieser Erfahrung berührt zu werden. Es ist eine einzigartige Gelegenheit, das buddhistische Leben aus nächster Nähe zu erleben.

MANGA ZEICHNEN IN TOKIO

Während eines Manga-Workshops in Tokio lernen Sie, wie Sie selbst eine Comicfigur zum Leben erwecken. Unter Anleitung eines lokalen Zeichners üben Sie Gesichtsausdrücke, Frisuren und typische Posen. Sie entdecken, wie eine Geschichte in Panels aufgebaut wird und wie wichtig Emotion und Rhythmus sind. Selbst wenn Sie noch nie gezeichnet haben, gelingt es Ihnen, etwas Eigenes zu schaffen. Manga ist tief mit der japanischen Kultur verwoben und ist eine niedrigschwellige Möglichkeit, Teil davon zu werden. Sie gehen mit einem einzigartigen Souvenir nach Hause: Ihrer eigenen Zeichnung.



SAMOERAI-ERLEBNIS IN KANAZAWA

In Kanazawa können Sie selbst erfahren, was es bedeutet, ein moderner Samoerai zu sein. Während eines Kendo-Workshops üben Sie in einer echten Dojo mit einem Bambusschwert und Schutzausrüstung. Unter Anleitung eines erfahrenen Meisters lernen Sie Basistechniken, Haltungen und Rituale. Aber Kendo ist mehr als ein physischer Sport: Es dreht sich um Disziplin, Beherrschung und Respekt vor Ihrem Gegner. Sie lernen, wie wichtig mentale Fokussierung in dieser Kampfkunst ist, die ihre Wurzeln in der Samoerai-Tradition hat. Der Rhythmus der Bewegungen, das Geräusch des Schwertes auf der Rüstung und die intensive Konzentration machen dies zu einem einzigartigen Erlebnis.

KALLIGRAFIE LERNEN MIT PINSEL UND TINTE

Japanische Kalligrafie, Shodō, ist eine Kunstform, die Konzentration und Eleganz kombiniert. Während eines Workshops erhalten Sie einen Pinsel, Tinte und Reispapier. Sie lernen, wie Sie japanische Zeichen fließend und rhythmisch auf Papier setzen. Es geht nicht um ordentliches Schreiben, sondern um Ausdruck und innere Ruhe. Die Bewegungen des Pinsels, Ihre Atmung und Konzentration bestimmen das Ergebnis. Der Lehrer hilft Ihnen zu verstehen, wie jedes Zeichen ein Gefühl ausdrückt. Oft wählen Sie ein bedeutungsvolles Wort wie ‚Liebe‘ oder ‚Natur‘. Der Prozess wirkt meditativ und lässt Sie langsamer werden.



EIN BLICK HINTER DIE KULISSEN DES LEBENS ALS MAIKO

Anmutig & still



Sie bewegt sich in Stille, ihr Kimono perfekt gefaltet, ihr Hals halb entblößt, wie es die Tradition vorschreibt.

In dem Viertel Gion treffen wir Haruka, eine 19-jährige Maiko in Ausbildung. Ihre Tage sind gefüllt mit Unterricht, Auftritten und endloser Hingabe. Hinter den weiß geschminkten Gesichtern und eleganten Tänzen verbirgt sich ein Leben voller Disziplin, Freundschaft und Leidenschaft für eine verschwindende Kunst.

In diesem Interview erzählt Haruka offen über ihre Wahl und das Leben im Okiya (Geishahaus) sowie ihre Träume für die Zukunft.



Die Sonne fällt schräg durch die hölzernen Lamellenschirme des Teehauses in Gion. In einem seidigen Kimono, mit Blumen in ihrem schwarz lackierten Haar und einem sanften Lächeln auf ihrem weiß geschminkten Gesicht, setzt sich Haruka behutsam an den Tisch. Sie ist 19 und seit zwei Jahren Maiko, eine Lehrlings-Geisha im ältesten Viertel von Kyoto. „Als ich fünfzehn war, wusste ich es sicher“, sagt sie ruhig. „Ich wollte ein Leben, das sich um Schönheit und Tradition dreht. Etwas, das es nirgendwo sonst auf der Welt gibt.“

TAGE VOLLER DISZIPLIN

Das Leben im Okiya, dem Geisha-Haus, in dem Haruka wohnt, ist streng und strukturiert. Sie steht gegen sechs Uhr auf, hilft im Haushalt und nimmt jeden Tag Unterricht: Tanz, Musik, Etikette, Gesang, Kalligraphie. „In den ersten Monaten durfte ich noch kein Make-up tragen, nur beobachten. Jetzt trete ich bei Abendessen oder Empfängen auf, wo ich tanze oder Gäste mit Gesprächen und Spielen unterhalte.“ Ihre Tage enden oft erst nach Mitternacht.

STRENGE REGELN & FREUNDSCHAFT

Dennoch nennt sie es kein schweres Leben. „Man wählt diesen Weg nicht einfach so. Aber wie meine Onee-san (ältere Schwester im Okiya) immer sagt: ‚Wer den Weg der Blume wählt, wählt Hingabe.‘ Und so fühlt es sich an. Alles dreht sich um Hingabe, Respekt und Verfeinerung. Aber gleichzeitig ist es auch verspielt und voller Freundschaft. Wir sind sechs Maiko im Haus, und obwohl es eine Hierarchie gibt, unterstützen wir uns gegenseitig. Die älteren Geiko sind wie große Schwestern.“

STOLZ UND RESPEKT

„Meine Eltern wohnen in einer anderen Stadt und vermissen mich manchmal, aber sie sind stolz. Sie verstehen, dass dies eine einzigartige Chance ist. Viele Freundinnen aus meiner Klasse entschieden sich für die Universität, ich für diese Welt.“

Dass Touristen manchmal nicht genau wissen, was eine Geisha wirklich macht, versteht sie. „Manche Leute denken, es sei eine Art Verkleidungsparty. Aber wir sind keine Attraktion. Wir bewahren eine lebendige Kunstform. Unsere Auftritte, unsere Sprache, die Art, wie wir uns bewegen... das ist alles Erbe.“



ÜBER TRÄUME UND ENTSCHEIDUNGEN

Ob sie selbst Geiko werden möchte? Haruka nickt. „Das ist mein Traum. Aber ich weiß auch, dass nicht jeder diesen Schritt macht. Manche hören auf, wenn sie zwanzig werden, andere eröffnen ein eigenes Teehaus. Ich sehe, wohin mein Weg mich führt.“ Und wenn junge Mädchen fragen, ob sie das auch können, antwortet sie immer ehrlich. „Es ist kein einfaches Leben, aber ein schönes Leben. Wenn du das fühlst, dann gehst du hierher.“

IN STILLE, ANMUT UND TRADITION

Draußen beginnt der Abend über den steinernen Gassen von Gion hereinzubrechen. Laternen werden eine nach der anderen angezündet und werfen ein warmes Licht auf hölzerne Fassaden und plätschernde Bächlein. Drinnen im Teehaus richtet Haruka ihre Okobo-Sandalen und steht langsam auf. Still, aufrecht, anmutig. So, wie es sich gehört. Sie nickt höflich, faltet ihre Hände ineinander und verschwindet hinter einer Schiebetür, ihre Kimonosärmel schwingen leicht bei jedem Schritt.

Es ist eine Bewegung, die im Gedächtnis bleibt — beherrscht, zeitlos, durchdacht. Alles an ihr erzählt eine Geschichte, die älter ist als sie selbst, eine Geschichte, die sie Tag für Tag aufs Neue verkörpert. In einer Welt, in der Eile und Veränderung die Norm sind, ist Haruka eine Erinnerung an das, was bleibt: Aufmerksamkeit, Hingabe und die Kunst, Schönheit ohne Worte sprechen zu lassen.

„Wer den Weg der Blume wählt, wählt die Hingabe.“

Lebenslektion von Harukas Onee-san

Das Gespräch mit Haruka hallt nach, ebenso wie der Duft von Weihrauch in einem alten Tempel. Ihr Leben scheint auf den ersten Blick weit entfernt von unserem, fast unwirklich in seiner Langsamkeit und seinem Ritual. Doch unter den Schichten von Seide, Tradition und Disziplin verbirgt sich etwas Universelles: der Wille, Schönheit in einer Welt zu bewahren, die sich immer schneller dreht. Während draußen die Roller an den Teehäusern vorbeirasen und Touristen Selfies in gemieteten Kimonos machen, geht im Herzen von Gion ein jahrhundertealtes Rhythmus still weiter. Haruka ist ein Teil davon. Und solange Mädchen wie sie diesen Weg wählen, wird dieser Rhythmus weiterklingen. Still. Anmutig. Voller Bedeutung.

10 GESCHMÄCKER, DIE SIE PROBIEREN MÜSSEN

Taste of Japan

In Japan ist Essen mehr als nur Nahrungsaufnahme. Es ist ein Ritual, eine Form der Gastfreundschaft und oft auch ein Kunstwerk. Was auf den Tisch kommt, hängt von der Jahreszeit, der Region und sogar dem Zeitpunkt des Tages ab. Ob Sie nun in eine Nudelsuppe schlürfen, ein mehrgängiges Menü genießen oder eine Süßigkeit zum Tee wählen, jeder Geschmack erzählt eine Geschichte.

RAMEN

Dampfen, schlürfen und tiefgehende Aromen: Ramen ist japanisches Comfort Food vom Feinsten. Jede Region hat ihre eigene Version, von cremigem Tonkotsu in Fukuoka bis hin zu Sojasauce in Tokio. Sie wählen Ihre Nudeln, Brühe, Toppings und Extras.

KAISEKI

Kaiseki ist die raffinierteste Form des japanischen Essens. Ein saisonales Mehrgänge-Menü, das sich um Balance, Präsentation und Perfektion dreht. Jedes Gericht ist klein und durchdacht. Sie essen aus keramischen Schalen, jede mit ihrer eigenen Form und Funktion.

OKONOMIYAKI

Ein herzhafter Pfannkuchen voller Geschmack und Textur, beliebt in Osaka und Hiroshima. Sie wählen selbst die Füllung: Kohl, Speck, Oktopus, Käse oder Garnelen. Alles wird gemischt und auf einer heißen Platte gebraten, bestrichen mit süßer Sauce, Mayonnaise und getrocknetem Bonito.

SUSHI

Vergessen Sie das All-you-can-eat. In Japan ist Sushi eine eigene Kunst. In einer echten Sushi-Bar sitzen Sie an der Theke, wo der Chef jedes Stück Reis und Fisch von Hand formt. Je einfacher, desto besser. Von fettem Toro bis hin zu zartem Tamago, Sushi essen Sie hier ohne Sojasaucenbad.

WAGASHI

Japanische Süßigkeiten sind oft klein, wunderschön gestaltet und auf die Saison abgestimmt. Denken Sie an Mochi gefüllt mit roter Bohnenpaste, chrysanthemenförmige Gelee oder Reisküchlein mit Kirschblättern. Sie essen sie meist zum Tee. Sie sehen aus wie Kunstwerke, schmecken aber subtil und sanft.

YAKITORI

In einer Izakaya (japanisches Restaurant) ist Yakitori der absolute Klassiker. Hähnchen auf einem Spieß, über Holzkohle gegrillt. Aber nicht nur die Filets: auch Leber, Herz und Haut stehen auf der Speisekarte. Serviert mit Salz oder einer süßen Sauce, ideal zu einem kalten Bier.

BENTO

Ein Bento ist eine Lunchbox, aber tausendmal schöner. Reis, Fisch, Gemüse, Pickles, Ei, jedes Fach erzählt eine andere Geschichte. Sie kaufen sie am Bahnhof, in einem Geschäft oder bekommen sie als Picknick mit. Selbst die günstigste Bentobox sieht aus wie ein Geschenk.

TEMPURA

Leicht, knusprig und luftig, so sollte gute Tempura sein. Frisches Gemüse oder Meeresfrüchte werden schnell in einem Teig aus Eiswasser und Mehl frittiert. Kein schweres Öl, keine Krümel. Serviert mit Salz oder einer leichten Tentsuyu-Sauce.

IZAKAYA-ERFAHRUNG

In einer Izakaya essen Sie kleine Gerichte, trinken Sake oder Bier und teilen alles mit Ihren Tischnachbarn. Auf der Speisekarte: gegrilltes Fleisch, Tofu, fermentiertes Gemüse, Fisch, Reisgerichte. Hier lernen Sie die japanische Esskultur wirklich kennen: zwischen Einheimischen, mit vollen Tellern und leeren Gläsern.

SHABU SHABU

Bei Shabu Shabu kochen Sie feine Scheiben Rindfleisch, Gemüse, Tofu und Nudeln in einem Topf heißer Brühe auf dem Tisch. Mit Stäbchen tauchen Sie jede Zutat kurz ein. Das 'Shabu Shabu'-Geräusch gibt dem Namen. Danach dippen Sie es in Sesamsauce oder Ponzu.





Etikette zuerst

Japan heißt Sie am liebsten auf seine eigene Weise willkommen. Von der Stille im Zug bis hin zu keinen Schuhen drinnen, die Kultur ist durchzogen von Regeln, die von Respekt, Subtilität und Harmonie zeugen. Diese Gewohnheiten lernen Sie im Laufe der Zeit, aber mit diesen Tipps sind Sie bereits gut vorbereitet auf Ihrer Reise.

SCHUHE AUS

Sobald Sie ein Haus, Ryokan, einen Tempel oder sogar ein traditionelles Restaurant betreten, ziehen Sie Ihre Schuhe aus. Oft stehen Hausschuhe bereit, und in Toiletten sogar separate Toilettenhausschuhe. Gehen Sie niemals mit Schuhen auf Tatami-Matten und wechseln Sie auch immer zurück zu Ihren eigenen Schuhen, wenn Sie wieder nach draußen gehen.

NICHT TELEFONIEREN IM ZUG

Im Zug, in der U-Bahn oder im Bus ist es auffällig still. Sie hören keine Musik oder Telefongespräche, nur das sanfte Rauschen eines fahrenden Waggons. Stellen Sie Ihr Telefon auf lautlos und vermeiden Sie lautes Sprechen. Essen im Zug ist auf langen Fahrten (zum Beispiel mit dem Shinkansen) erlaubt, aber tun Sie dies ruhig und ohne duftende Snacks.

KEIN TRINKGELD

Japan kennt kein Trinkgeldsystem. Sie müssen also nichts zusätzlich in einem Restaurant, Taxi oder Hotel geben. Das Personal ist stolz auf guten Service und erwartet dafür kein Geld. Versuchen Sie auch nicht, aus eigenem Antrieb doch einen Schein liegen zu lassen, das kann verwirrend oder sogar unangenehm wirken.

GEBEN & EMPFANGEN MIT 2 HÄNDEN

Egal, ob es sich um ein Geschenk, Ihre Bankkarte, Wechselgeld oder eine Visitenkarte handelt: Geben und empfangen Sie es mit beiden Händen. Schauen Sie auch aufmerksam auf das, was Sie erhalten, als Zeichen des Respekts.

KEIN ESSEN AUF DER STRASSE

Zum Essen suchen Sie sich eine Bank, einen Tisch oder bleiben Sie ordentlich am Rand stehen.

ONSEN-REGELN

Ein Besuch in einem Onsen erfolgt nach festen Regeln. Waschen Sie sich zuerst gründlich, bevor Sie in das Bad gehen. Sie sind vollständig nackt, Badekleidung ist nicht erlaubt. Tätowierungen sind in öffentlichen Onsens oft nicht willkommen, es sei denn, Sie können sie abdecken oder wählen ein Privatbad.

NEHMEN SIE IHREN MÜLL MIT

Japaner nehmen ihren Müll meistens mit nach Hause oder ins Hotel. Wenn Sie doch eine Mülltonne finden, wird erwartet, dass Sie Ihren Müll korrekt sortieren: Plastik, Papier, Restmüll. Eine kleine Tüte mitzunehmen ist praktisch.

ESSSTÄBCHEN-ETIKETTE

Stechen Sie niemals mit Ihren Essstäbchen ins Essen und stecken Sie sie nicht aufrecht in eine Schüssel Reis. Geben Sie auch kein Essen von Stäbchen zu Stäbchen weiter. Diese Handlungen erinnern an buddhistische Beerdigungsrituale und sind sehr sensibel. Legen Sie Ihre Stäbchen nach dem Essen ordentlich auf den Halter oder auf den Rand Ihres Tellers.

BEGRENZT ANGEPASSTE MAHLZEITEN

Traditionelle Mahlzeiten in Ryokans, Tempeln oder kleinen Restaurants sind manchmal schwer anzupassen. Dashi (Fischbrühe) ist oft in Suppen und Saucen enthalten, Sojasauce enthält Gluten und auch vegetarisches Essen ist manchmal nicht vollständig pflanzlich. Geben Sie Ihre Wünsche also rechtzeitig durch.

STILLEN RESPEKT

Sie müssen sich nicht wie ein Einheimischer verbeugen, aber ein leichtes Nicken oder Lächeln genügt oft. Senken Sie Ihre Stimme, beobachten Sie und passen Sie sich an.



Von der spirituellen Stille in einem balinesischen Tempel bis zum rauen Abenteuer im Dschungel von Kalimantan auf Borneo ist Indonesien niemals gleich. Diese weitläufige Inselgruppe überrascht immer wieder: mit Vulkanen, die rauchend über den Horizont ragen, leuchtend grünen Reisterrassen, die sich entlang der Hügel schlängeln, und Dörfern, in denen die Zeit stillzustehen scheint.

Jede Insel hat ihren eigenen Charakter, ihr eigenes Tempo, ihre eigene Geschichte. Egal, ob Sie nach Natur, Kultur oder einer gehörigen Portion Abenteuer suchen: In Indonesien müssen Sie sich nicht entscheiden. Sie lassen sich einfach mitreißen.



ARCHIPEL VOLLER KONTRASTE

Indonesien



INDONESIEN AUF EINEN BLICK

Endlose Inseln



Mit über 17.000 Inseln ist Indonesien kein Ziel, das man auf einmal vollständig erfassen kann. Wer jedoch den Archipel verstehen möchte, tut gut daran, regional zu reisen. Vom üppigen Sumatra bis zum unberührten Papua: Jede Region hat ihr eigenes Tempo, ihre Traditionen und Vorzüge. Entdecken Sie hier, was jede Region einzigartig macht und welche Inseln Sie als Reisender nicht verpassen sollten.

1 | SUMATRA

Sumatra ist die zweitgrößte Insel Indonesiens und bekannt für seine üppigen Regenwälder, aktiven Vulkane und seltene Tierarten wie den Orang-Utan. Im Norden liegt der immense Tobasee, umgeben von Batak-Dörfern und vulkanischer Landschaft. Aceh, im äußersten Norden, fühlt sich spiritueller an, während der Süden überraschend viele koloniale Einflüsse beherbergt. Für Strand- und Inselgefühl können Sie nach Bangka, Belitung oder zu den Riau-Inseln ausweichen: kleinmaßstäblich, charmant und ideal, um zur Ruhe zu kommen. Für Reisende, die Abenteuer, unberührte Natur und authentische Kultur lieben, ist Sumatra eine absolute Empfehlung.

2 | JAVA

Java ist das politische, wirtschaftliche und kulturelle Zentrum Indonesiens. Die Hauptstadt Jakarta liegt im Westen der Insel, aber touristisch gesehen spielt der Süden und Osten eine viel größere Rolle. Rund um Yogyakarta entdecken Sie die beeindruckenden Tempelanlagen Borobudur und Prambanan, besuchen Handwerksviertel wie Kotagede und schlendern durch die lebhaften Märkte von Malioboro. Weiter östlich wartet das vulkanische Inland: Der Sonnenaufgang bei Bromo ist schlichtweg ikonisch und der Krater von Kawah Ijen überrascht mit Schwefelquellen und einem leuchtend grünen Säuresee. Auf dem abgelegenen Dieng-Plateau entdecken Sie aktive Quellen, farbenfrohe Seen und Hindu-Tempel in großer Höhe. Java bietet eine starke Kombination aus Kultur, Geschichte und dramatischen Landschaften.

3 | KALIMANTAN

Kalimantan umfasst den indonesischen Teil von Borneo und fühlt sich wie das raueste Stück Indonesien an. Hier reisen Sie mit einem Klotok-Boot über die breiten Flüsse, umgeben von dichtem Dschungel, auf der Suche nach Orang-Utans in ihrem natürlichen Lebensraum. Sie besuchen Dayak-Dörfer tief im Inland und entdecken eine Welt, in der die Zeit langsamer zu vergehen scheint. Städte gibt es kaum und der Tourismus ist begrenzt, was Kalimantan ebenso faszinierend macht. Ideal für diejenigen, die unberührte Natur, authentische Kulturen und eine gehörige Portion Abenteuer lieben.

4 | NUSA TENGGARA

Diese Region ist eine Aneinanderreihung von einzigartigen Inseln, jede mit ihrem eigenen Charakter. Bali ist ohne Zweifel die bekannteste: spirituell, gastfreundlich und perfekt für diejenigen, die Kultur, Natur und Komfort kombinieren möchten. In Lombok finden Sie raue Natur, weitläufige Strände und den imposanten Vulkan Rinjani. Weiter östlich liegt Flores, grün und bergig, das Tor zum Komodo-Nationalpark mit seinen legendären Waranen. Auch Sumba, Timor und Alor sind einen Besuch wert: unberührt und weniger entdeckt. Diese Region eignet sich perfekt für Inselhopping mit immer wieder einem neuen Dekor.

5 | SULAWESI

Sulawesi, mit seiner skurrilen Form und beeindruckenden Küstenlinien, ist eine der vielfältigsten Regionen Indonesiens. Im Inland besuchen Sie Tana Toraja, bekannt für seine traditionellen Dörfer und faszinierenden Bestattungsrituale. Im Norden strömen Taucher massenhaft nach Bunaken, Lembeh und zu den Togian-Inseln, die allesamt Unterwasserjuwelen sind. Die südlichen Städte Makassar und Rantepao sind lebhaft, und entlang der Küste entdecken Sie abgelegene Buchten und Fischerdörfer. Sulawesi ist ideal für diejenigen, die offen sind für ein weniger offensichtliches Indonesien.

6 | Molukken

Die Molukken bestehen aus zahlreichen Inseln zwischen Sulawesi und Papua, früher das Zentrum des Welthandels mit Gewürzen. Heute sind sie stille Paradiese, mit klarblauen Buchten, lebhaften Korallenriffen und einer Mischung aus christlichen und islamischen Gemeinschaften. Ambon ist der logistische Knotenpunkt der Region, Seram ist rau und bergig, und die Banda-Inseln atmen koloniale Geschichte. Ternate und Tidore liegen im Schatten beeindruckender Vulkane. Die Molukken sind ein verborgenes Juwel voller Natur und Geschichte.

7 | Papua

Papua, früher bekannt als Irian Jaya, ist der abgelegenste und am wenigsten zugängliche Teil Indonesiens und vielleicht der faszinierendste. Im Inland wandern Sie durch abgelegene Täler und lernen traditionelle Stämme wie die Dani und Korowai kennen. Die Küstenregion bietet dann eine ganz andere Kulisse: Raja Ampat ist weltweit berühmt für seine Tauch- und Schnorchelplätze, mit Hunderten unberührter Inselchen in einem türkisfarbenen Meer. Auch Inseln wie Biak und Yapen bieten abgelegene Strände und farbenfrohe Unterwasserwelten. Papua erfordert etwas Mühe, um erreicht zu werden, belohnt Sie jedoch mit Natur und Kultur, die Sie nirgendwo anders finden.

So unterschiedlich, so indonesisch



BALI & NUSA-INSELN

Bali ist beliebt für seine einzigartige Mischung aus Kultur, Natur und Komfort. Sie besuchen königliche Tempel wie Pura Taman Ayun oder Pura Ulun Danu Bratan, schlendern durch die Kunststraßen von Ubud und entdecken Reisfelder in Tegallalang oder das ruhige Sidemen. Im Norden bietet Munduk neblige Berglandschaften und Wasserfälle, während die Ostküste rund um Candidasa Ruhe und Schnorchelspots bietet. Für eine rauere Landschaft nehmen Sie das Boot nach Nusa Penida: denken Sie an steile Klippen, Kelingking Beach und Schnorcheln bei Manta Point.



SULAWESI

Sulawesi ist anders als alle anderen Inseln. Im Süden besuchen Sie die Region Tana Toraja mit ihren bunten Totenzeremonien, traditionellen Tongkonan-Häusern und Bergdörfern wie Lemo und Kete Kesu. Im Norden tauchen Sie im Bunaken National Marine Park oder der Lembeh-Straße ein, die weltweit unter Tauchern berühmt ist. Dazwischen liegt das grüne Inland rund um Tentena mit dem kristallklaren Poso-See. Sulawesi ist eine faszinierende Mischung aus Kultur, Natur und Unterwasserwelt.



JAVA

Java ist ein kulturelles und vulkanisches Spektakel. Beginnen Sie in Yogyakarta, dem kulturellen Herzen der Insel, und besuchen Sie dort die beeindruckenden Tempelkomplexe Borobudur und Prambanan. Reisen Sie über das traditionelle Dorf Candirejo zum rauchenden Bromo-Vulkan und steigen Sie in den Schwefelkrater von Kawah Ijen hinab, bekannt für seine blauen Flammen. In den grünen Hügeln bei Banyuwangi liegt Kaliklatak: eine historische Plantage, auf der Sie Kaffee, Gewürze und Kakao mit Blick auf die Javasee probieren können. Java bietet eine intensive Mischung aus alter Kultur, rauer Natur und lokaler Dynamik.



KALIMANTAN

Kalimantan ist das Ziel für diejenigen, die Orang-Utans in der Wildnis sehen möchten. Von Pangkalan Bun aus fahren Sie mit einem Klotok durch den Tanjung Puting Nationalpark und besuchen das Rehabilitationszentrum Camp Leakey. Sie entdecken Nasenaffen, Krokodile und bunte Vögel entlang des Flusses. In Zentral-Kalimantan reisen Sie über Palangkaraya in den weniger bekannten Sebangau Nationalpark. Kalimantan ist eine grüne, ungezähmte Welt: reine Natur, fernab der Massen.

Indonesien ist kein Land, das Sie bei einer einzigen Reise kennenlernen können. Dafür sind die Unterschiede zwischen den Inseln viel zu groß.

Von dem kulturellen Java bis zum grünen Sumatra, von den tiefgläubigen Dörfern auf Flores bis zur Unterwasserwelt von Raja Ampat: Jede Insel erzählt ihre eigene Geschichte.

Dennoch gibt es einige Orte, die Sie als Reisender nicht verpassen sollten. Diese acht gehören zu den beliebtesten in Indonesien, jede aus ihrem eigenen, überzeugenden Grund.



LOMBOK & GILI

Lombok ist rauer und ruhiger als Bali. Im Süden finden Sie bei Kuta weitläufige Strände wie Tanjung Aan und Surfspots wie Gerupuk. Im Norden ragt der Rinjani-Vulkan über alles hinaus, ein Traum für Wanderer. Die Westküste rund um Senggigi ist ideal für einen entspannten Beginn oder Abschluss Ihrer Reise. Für ein tropisches Inselgefühl gibt es die Gili's: Gili Trawangan (lebhaft), Gili Air (Balance) und Gili Meno (Ruhe). Perfekt für Strand, Schnorcheln und Entspannung.



FLORES & KOMODO

Flores ist eine Aneinanderreihung von Naturwundern und bunten Kulturen. Von Labuan Bajo aus fahren Sie zum Komodo-Nationalpark: Schnorcheln am Pink Beach, Wandern zum Gipfel von Padar Island und Warane beobachten auf Rinca oder Komodo. Im Inland bewundern Sie die dreifarbigen Kraterseen von Kelimutu und besuchen traditionelle Dörfer bei Bajawa wie Bena und Luba. Flores kombiniert Abenteuer, Kultur und spektakuläre Landschaften.



SUMATRA

Sumatra steht für unberührte Natur. In Bukit Lawang beobachten Sie Orang-Utans im Regenwald von Gunung Leuser. Am Toba-See wohnen Sie auf Samosir Island zwischen Batak-Dörfern wie Ambarita. Vulkanisches Gebiet finden Sie bei Berastagi, mit dem Sibayak-Vulkan und bunten Märkten. In West-Sumatra wandern Sie entlang von Reisterrassen im Harau-Tal oder probieren die Padang-Küche in der gleichnamigen Hafenstadt. Sumatra ist groß, wild und kulturell reich.



PAPUA & RAJA AMPAT (IRIAN JAYA)

Ganz im Osten Indonesiens liegt Raja Ampat, ein Traumziel für Schnorchler und Taucher. Sie reisen von Sorong nach Waigeo oder Misool, wo Sie mit dem Boot kleine Inseln und Lagunen erkunden. Auf der Insel Arborek gehen Sie von Ihrer Unterkunft zum Riff, mit Schnorchelsessions zwischen Rifffhaien und Mantaroggen. Raja Ampat bietet eine unvergleichliche Unterwasserwelt und eine ruhige, abgelegene Atmosphäre über Wasser. Nur mit ein wenig Mühe erreichbar, aber 100% die Reise wert.



1 | SIDEMEN

Ruhiges Reisfelddorf in Ost-Bali, perfekt für Spaziergänge entlang der Reisterassen. Besuchen Sie die natürlichen Felsenbäder von Gembleng, das Waserpalast Tirta Gangga und das ikonische Tor von Lempuyang. Ideal, um Ihre Reise langsam und stimmungsvoll zu beginnen.



2 | PURA BESAKIH

Das Mutterkomplex aller balinesischen Tempel liegt an den Hängen des Mount Agung. Sie erkunden mehrere Heiligtümer, Treppen und Terrassen mit Blick auf das Tal. Ein Ort mit tiefer spiritueller Bedeutung.

3 | MUNDUK

Kühles Bergdorf in Nord-Bali, umgeben von Wasserfällen und Seen. Wandern Sie auf dem Three Waterfall Trek, paddeln Sie auf dem Tamblingan-See und besuchen Sie das malerische Pura Ulun Danu Bratan am Beratan-See.



4 | PEMUTERAN

Ruhiger Küstenort mit Zugang zum Schnorchelparadies Menjangan Island. Besteigen Sie den Batu Kursi-Hügel für einen Panoramablick oder entspannen Sie in den Thermalquellen von Banjar. Ideal für Natur, Spiritualität und Meer ohne Hektik.



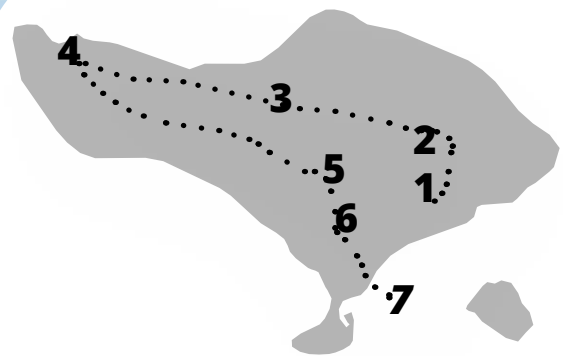
Abseits der Klischees

ENTDECKEN SIE DAS BESTE VON BALI

Bali ist viel mehr als Strand und Yoga. Auf dieser Insel finden Sie grüne Täler, vulkanische Seen, Wasserfälle, handwerkliche Dörfer und lebendige Tempel, und das alles in relativ kurzer Entfernung voneinander. Diese Route führt Sie vom ruhigen Osten bis zur lebhaften Südküste und zeigt, wie vielseitig Bali wirklich ist.

BESTE REISEZEIT
REISEDAUER

April - Oktober
mind. 11 Tage



5 | TEGALLALANG

Bekannt für seine fotogenen Reisterassen und ikonischen Schaukeln. Ein kurzer Halt wert für diejenigen, die das klassische Bali-Bild suchen.



6 | UBUD

Das kulturelle Zentrum von Bali, mit Kunstgalerien, handwerklichen Märkten und trendigen Restaurants. Besuchen Sie den Affenwald, radeln Sie zwischen Reisfeldern, gehen Sie Rafting oder besteigen Sie den Mount Batur zum Sonnenaufgang. Alles ist möglich, nichts ist Pflicht.

7 | STRANDVERLÄNGERUNG

Beenden Sie Ihre Reise an der Südküste oder auf den Inseln. Nusa Dua ist bekannt für seine luxuriösen Resorts und gepflegten Strände. In Sanur spazieren Sie entlang der stimmungsvollen Uferpromenade mit Blick auf Fischerboote. In Jimbaran genießen Sie abends frischen Fisch am Strand. Seminyak und Canggu ziehen Surfer und Liebhaber hipper Beachbars an. Oder nehmen Sie das Boot zu den Nusa-Inseln für rauere Küstenlinien und Schnorchelspots.





BESTE REISEZEIT
REISEDAUER

April - Oktober
mind. 7 Tage



1 | YOGYAKARTA

Besuchen Sie das Wasserpalast Taman Sari, den königlichen Palast Kraton und das Silberviertel Kota Gede. Machen Sie eine Fahrt mit einem Becak und hören Sie sich eine Gamelanaufführung an. Yogyakarta atmet Tradition, Kreativität und tägliches Ritual.



3 | BOROBUDUR

Stehen Sie früh auf für einen Spaziergang zum Aussichtspunkt Suroloyo und besuchen Sie danach die Tempel von Borobudur, Mendut und Pawon. Gemeinsam bilden sie ein spirituelles Ganzes in einem grünen Tal voller Mystik.



2 | PRAMBANAN

Radeln Sie entlang der Reisfelder zum Prambanan-Komplex, dem größten Hindu-Heiligtum Indonesiens. Erkunden Sie die Tempel, entdecken Sie die Geschichte von Ramayana und erleben Sie die beeindruckenden Details dieser Architektur aus dem 9. Jahrhundert aus nächster Nähe.

Im Rhythmus der Vulkane

JAVA IN SEINER SCHÖNSTEN FORM

Java ist das pulsierende Herz Indonesiens, voller lebendiger Traditionen, beeindruckender Tempelkomplexe und aktiver Vulkane. Diese Route beginnt im kulturellen Süden rund um Yogyakarta und endet tief in der vulkanischen Landschaft Ostjawas. Unterwegs entdecken Sie jahrhundertealte Paläste, radeln an Tempeln vorbei, besteigen Krater und übernachten auf einer historischen Plantage. Java ist intensiv, abwechslungsreich und überraschend grün.



4 | MOUNT BROMO

Fahren Sie nachts los, um den Sonnenaufgang über dem Bromo-Vulkan zu erleben. Danach geht es hinab in das weite Sandmeer, überqueren die Caldera und erklimmen den Kraterand. Eine Landschaft, die sich anfühlt, als wären Sie auf einem anderen Planeten.



5 | KALIKLATAK

Übernachten Sie auf einer ehemaligen kolonialen Plantage in den Hügeln bei Banyuwangi. Sie wandern zwischen Kaffee-, Nelken- und Kakao-bäumen und genießen den Ausblick über das Meer und die Berge.



6 | MOUNT IJEN

Besteigen Sie den Ijen-Vulkan noch vor Sonnenaufgang und beobachten Sie die Schwefelträger, die in der mondähnlichen Landschaft rund um den leuchtend grünen Krater arbeiten. Wer Glück hat, sieht die berühmten blauen Flammen im Dunkeln tanzen. Intensiv und unvergesslich.



Torajaland & mehr

DAS HERZ VON SULAWESI

Für Reisende, die das echte Abenteuer suchen, ist Sulawesi ein verborgenes Juwel. Diese Route führt Sie entlang unberührter Landschaften, mysteriöser Kulturen und einer der schönsten Unterwasserwelten der Welt. Hier gibt es keinen Massentourismus, sondern eine Reise voller Entdeckungen, Kontraste und unvergesslicher Begegnungen.

BESTE REISEZEIT Mai - Oktober
REISEDAUER mind. 8 Tage



1 | MAKASSAR

Lebendige Stadt mit einer Mischung aus Geschichte und modernem Leben. Besuchen Sie Fort Rotterdam, probieren Sie Streetfood am Losari Beach und machen Sie einen Ausflug nach Rammang-Rammang: eine Karstlandschaft voller Reisfelder, Höhlen und Kalksteinspitzen.

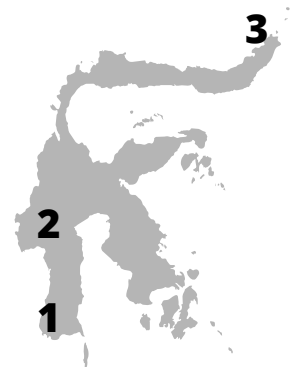


2 | TANA TORAJA

Bekannt für traditionelle Häuser, Höhlenbestattungen und jahrhundertealte Rituale. Rund um Rantepao besuchen Sie Tongkonan-Dörfer, Felsengräber und grüne Täler voller Kultur und Mystik. Eine spirituelle Reise durch das kulturelle Herz von Sulawesi.

3 | MANADO & BUNAKEN

Nord-Sulawesi vereint Stadt und Meer. Von Manado aus erreichen Sie das Tauchparadies Bunaken, mit bunten Korallenwänden und klarem Wasser. Ideal für Schnorchler und Taucher, die die Unterwasserwelt Indonesiens erkunden möchten.





1 | PANGKALAN BUN

Kleinstadt mit lokalen Märkten und Dörfern entlang des Flusses. Idealer Ausgangspunkt für eine Dschungelreise durch Zentral-Kalimantan, mit einer ersten Begegnung mit dem langsamen Rhythmus des Regenwaldes.



2 | TANJUNG PUTING NP

Fahren Sie mit einem Hausboot durch den Regenwald und beobachten Sie Orang-Utans, Nasenaffen und tropische Vögel. Dieser Nationalpark ist einer der besten Orte in Indonesien, um Wildtiere zu beobachten.

3 | DERAWAN-INSELN

Weißer Strände, klares Wasser und bunte Riffe. Sie schnorcheln zwischen Schildkröten und tropischen Fischen. Ein ruhiger, tropischer Abschluss nach Ihren Tagen im Dschungel.



Wunderbar wild

NATURREISE DURCH KALIMANTAN

BESTE REISEZEIT
REISEDAUER

Mai - September
mind. 8 Tage

Von tropischem Regenwald bis zu klarem Schnorchelwasser: Diese Reise lässt Sie Kalimantan auf zwei völlig unterschiedliche Arten erleben. Sie beobachten Orang-Utans von einem Hausboot im Dschungel und schließen mit entspannten Tagen zwischen Schildkröten und bunten Riffen ab.

Ohne Eile

INSELRHYTHMUS ZWISCHEN LOMBOK UND DEN GILI'S

Lombok fühlt sich an wie das Indonesien von früher. Sie reisen entlang grüner Täler, traditioneller Dörfer, rauer Küstenstraßen und tropischer Strände. Unterwegs wechseln sich Naturwanderungen mit stilvollen Unterkünften und ruhigen Plätzen am Meer ab. Egal, ob Sie sich für eine einfache Homestay oder ein charmantes Boutiquehotel entscheiden: Auf Lombok steht alles im Zeichen von Entschleunigung, Verbindung und Entdeckung mit genau dem bisschen mehr Komfort, wann immer Sie es möchten.

BESTE REISEZEIT	Mai - Oktober
REISEDAUER	mind. 12 Tage



1 | SADE & SUKARARA

Traditionelle Sasak-Dörfer mit Lehmhäusern und Webateliers. Sie lernen die lokale Kultur kennen und sehen, wie Handwerk und Dorfleben hier noch im Mittelpunkt stehen. Ein kleiner, authentischer Beginn Ihrer Reise.



3 | NORD SEKOTONG

Ruhige Küstenstrecke mit leeren Stränden und kristallklarem Wasser. Sie können dort schnorcheln, tauchen oder einfach die Stille genießen. Ein unbekannter, aber wunderschöner Ort für diejenigen, die gerne abseits des Trubels reisen.



2 | KUTA LOMBOK

Zugängliche Surfstadt mit hippen Cafés, breiten Stränden und entspannter Atmosphäre. Beliebte Buchten wie Selong Belanak und Tanjung Aan liegen in der Nähe. Ideal, um kurz zu verweilen, mit Komfort und guten Restaurants in greifbarer Nähe.



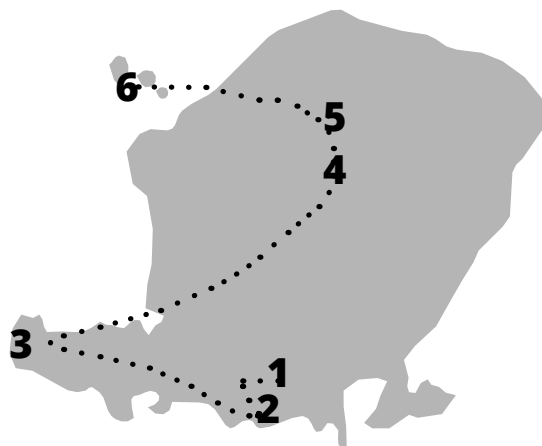
4 | TETEBATU

Grünes Bergdorf am Fuße des Rinjani. Sie wandern entlang von Reisfeldern, Wasserfällen und beobachten Affen im Regenwald. Ruhig und klein, mit einfachen Unterkünften und viel Natur rundherum.



5 | RINJANI

Dorf im Norden von Lombok, beliebt bei Wandern. Sie können hier mit einer Rinjani-Trekking-tour beginnen oder einen Tagesausflug zu den Sendang Gile- und Tiu Kelep-Wasserfällen unternehmen. Abwechslungsreich und beeindruckend.



6 | GILI'S

Beenden Sie Ihre Reise auf einer dieser drei Inseln, jede mit ihrem eigenen Charakter. Gili Trawangan ist lebhaft, Gili Air entspannt und Gili Meno herrlich ruhig. Schnorcheln Sie zwischen Schildkröten, radeln Sie um die Insel und genießen Sie Sonnenuntergänge ohne Verkehr oder Eile.



BESTE REISEZEIT
REISEDAUER

April - Oktober
mind. 4 Tage
mind. 12 Tage inkl. Flores

Warane & rosa Sand

REISE ZU DEM RAUEN KOMODO & BUNTEN FLORES

Unberührte Natur, seltene Tiere und auffällige Landschaften machen diese Region einzigartig. Sie reisen entlang von Inseln, auf denen Komodowarane umherstreifen, erklimmen Aussichtspunkte über klarblauen Buchten und entdecken Vulkankraterseen und traditionelle Dörfer auf Flores.



1 | KOMODO-INSEL

Bekannt als Lebensraum des Komodowarans. Sie wandern mit einem Ranger über trockene Hügel, beobachten Warane in der Wildnis und schnorcheln zwischen Korallenriffen. Komodo ist rau und exotisch.



2 | RINCA ISLAND

Weniger besucht als Komodo, aber mindestens ebenso beeindruckend. Rinca bietet stille Savannenlandschaften, Holzstege entlang von Mangroven und die Möglichkeit, Warane, Büffel und Vögel zu begegnen.

3 | PADAR INSEL & ROSA STRAND

Padar bietet Ihnen die schönste Aussicht auf den Archipel: Hügel, Buchten und Strände in drei Farben. Nach dem Aufstieg erwartet Sie Entspannung am Pink Beach, wo Sie im unglaublich blauen Wasser schwimmen und schnorcheln können.



4 | FLORES

Flores ist das kulturelle und natürliche Herz der Region. Besteigen Sie den Kelimutu-Vulkan bei Sonnenaufgang, besuchen Sie Dörfer mit jahrhundertealten Traditionen und fahren Sie durch Reisfelder rund um Bajawa oder Moni. Hier erleben Sie das Indonesien vor dem Tourismus.





1 | BALIEMVALLEI

Dieses hochgelegene Tal ist die Heimat des Dani-Stammes und anderer Bergvölker. Sie besuchen Dörfer, wandern durch tiefe Täler und erfahren mehr über das tägliche Leben und die Rituale, die hier seit Generationen weitergegeben werden.



2 | KOROWAI-REGION

Abgelegenes Junglegebiet, wo der Korowai-Stamm noch immer in Baumhäusern lebt. Die Reise dorthin ist herausfordernd, aber Sie erhalten einen seltenen Einblick in eine traditionelle Lebensweise, fernab von modernen Einflüssen.

3 | RAJA AMPAT

Einer der schönsten Schnorchel- und Tauchorte der Welt. Die Inseln bieten Korallenriffe, bunte Meeresleben und ruhige Strände. Perfekt, um Ihre Reise in aller Stille abzuschließen, umgeben von Natur über und unter Wasser.



Ungezähmtes Papua

ABENTEUER JENSEITS DER GRENZEN DER KARTE

BESTE REISEZEIT Mai - September
REISEDAUER mind. 14 Tage



Diese Reise führt Sie durch eine der abgelegensten Regionen Indonesiens. Sie wandern durch traditionelle Dörfer im bergigen Inland, lernen Stämme kennen, die nach jahrhundertealten Bräuchen leben, und schließen ab in der Inselgruppe Raja Ampat, bekannt für ihre einzigartige Unterwasserwelt. Eine Route für diejenigen, die Indonesien abseits der ausgetretenen Pfade erleben möchten.

DURCH DIE AUGEN EINER NEUEN GENERATION

Religion in Harmonie

Yogyakarta pulsiert vor Energie. Diese besondere Gruppe junger Studenten hat eines gemeinsam: Sie kommen alle aus verschiedenen Ecken Indonesiens und bringen jeweils ihren eigenen Glauben und ihre Traditionen mit. Während sie ihre universitären Träume verfolgen, zeigen sie, wie Vielfalt nicht nur eine Gegebenheit ist, sondern eine Quelle der Stärke und des Respekts.



Mein Name ist Dewa, ich komme von Bali und bin Hindu...

Dewa erzählt über sein Zuhause. „Auf Bali spielt der Hinduismus eine große Rolle in unserem täglichen Leben. Zeremonien, Tänze, Opfergaben... es ist überall. Als ich nach Yogyakarta kam, war ich neugierig, wie ich meine Traditionen hier fortsetzen könnte. Aber ich bemerkte schnell, dass meine Freunde neugierig sind und es respektieren.“

Er erinnert sich an eine besondere Erfahrung während Nyepi, dem balinesischen Tag der Stille. „Meine Freunde anderer Religionen schickten mir Nachrichten und fragten, was sie tun könnten, um Respekt zu zeigen, und einige lebten sogar einen Tag in Stille mit.“



Ich heiße Siti, Muslimin aus Aceh...

Siti ist im konservativen Norden Sumatras aufgewachsen, wo der Islam tief mit Kultur und Leben verwoben ist. „Hier in Yogyakarta, zwischen so vielen verschiedenen Glaubensrichtungen, ist es manchmal schwierig, aber auch eine Bereicherung. Wir haben alle unsere eigenen Rituale und Feiertage, aber wir respektieren einander.“

Sie erzählt, wie sie den Ramadan in einem Studentenwohnheim erlebt. „Jeder weiß, wann es Zeit ist zu brechen, und selbst diejenigen, die nicht fasten, warten mit dem Essen. Ich nehme an den Iftar-Abenden teil, bei denen wir mit allen Glaubensgruppen zusammenkommen. Es geht darum, einander zu unterstützen, nicht zu verurteilen.“

Ich bin Johan, protestantischer Christ aus Sulawesi...



Johan erzählt über sein Zuhause. „In meinem Dorf feiern wir Gottesdienste mit Gesang und Tanz. Es ist lebendig und voller Freude. Hier in Yogyakarta versuche ich, diese Energie auch zu vermitteln. Aber vor allem versuche ich, offen für andere Glaubensrichtungen zu sein.“

Er erklärt, dass der Respekt für Traditionen und Unterschiede nicht selbstverständlich ist. „Wir sind jung, wir wollen voneinander lernen und nicht nur nebeneinander leben. Manchmal gibt es Vorurteile, aber ich finde es wichtig, gerade das Gespräch zu suchen.“

Saya Ratih, katholisch und geboren in Flores...



Ratih lacht, als sie von ihrem Dorf auf Flores erzählt, wo der katholische Glaube stark präsent ist. „Wir haben Prozessionen und spezielle Feiern, die manchmal Tage dauern. Als ich hierher kam, war es ungewohnt, nicht immer alles mit der Familie zusammen zu feiern, aber ich fühle mich hier auch verbunden.“

Sie schätzt vor allem den Austausch mit anderen Studenten. „Wir lernen die Feiertage der anderen kennen und manchmal feiern wir zusammen, oder wir teilen eine Mahlzeit nach dem Gottesdienst oder Gebet. Es gibt einem das Gefühl, nicht allein zu sein, dass der Glaube auch verbinden kann.“





RESPEKT IN DER PRAXIS

Was diese jungen Menschen verbindet, ist nicht nur ihre Offenheit, sondern auch ein tiefer Respekt für den Glauben des anderen. Sie erzählen, wie sie diesen Respekt zeigen, oft in kleinen Gesten.

„Wenn wir zusammen lernen und ich bete, dann warten alle geduldig“, sagt Dewa. „Oder wenn jemand fastet, essen wir nicht vor ihrer Nase. Es ist kein Aufwand, es geht darum, Respekt zu zeigen.“

Siti ergänzt: „Wir lernen auch die Rituale der anderen kennen. Zu Weihnachten helfe ich manchmal beim Schmücken der Kirche, und beim hinduistischen Galungan-Fest bin ich eingeladen, an einer Zeremonie teilzunehmen. Es macht die Unterschiede kleiner.“

Johan hält es für besonders wichtig, nicht zu urteilen. „Früher dachte ich vielleicht anders über andere Religionen, aber durch Gespräche merkt man, dass wir alle nach demselben suchen: Frieden, Liebe und Respekt.“

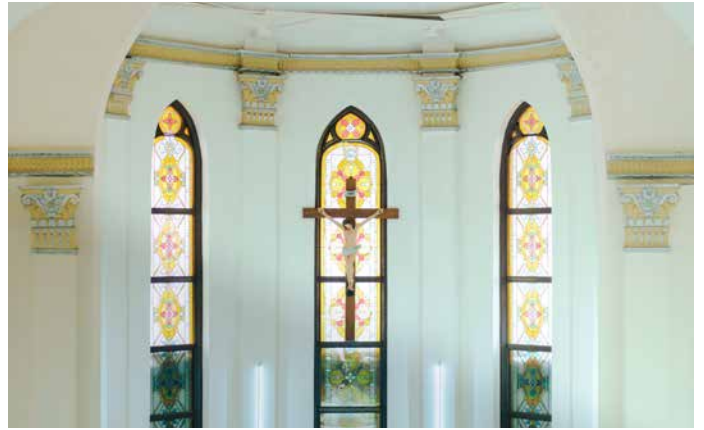
Ratih sieht ihre diversen Glaubensgemeinschaften als eine Mikrokosmos von Indonesien selbst. „Unsere Länder und Inseln sind so unterschiedlich, aber auch so verbunden. Hier in Yogyakarta leben wir das täglich. Es gibt Hoffnung für die Zukunft.“

ALTE TRADITIONEN & MODERNE LEBEN

Die Studenten betonen, dass ihr Glaube und ihre Traditionen ihnen Kraft geben, auch im hektischen Stadtleben. Sie erzählen, wie sie alte Bräuche an jüngere Familienmitglieder weitergeben und dennoch offen für Veränderungen sind.

Dewa: „Obwohl ich in der Stadt bin, Sorge ich dafür, dass ich bei Zeremonien auf Bali bin, selbst wenn es nur einmal im Jahr ist. Es ist eine Möglichkeit, meine Wurzeln zu ehren.“

Siti: „Ich kombiniere das Studentenleben mit meinen religiösen Pflichten. Manchmal ist das schwierig, aber es macht mich auch stärker.“



Johan: „Ich sehe Traditionen nicht als etwas Feststehendes. Sie dürfen wachsen und sich verändern, solange sie Menschen zusammenbringen.“

Ratih schließt: „Es ist diese Kombination aus Alt und Neu, aus Unterschied und Verbundenheit, die mein Leben hier so besonders macht.“

ZUSAMMENLEBEN IN FRIEDEN

Zum Abschluss fragen wir, wie sie glauben, dass Indonesien weiterhin Frieden und Verständnis aufbauen kann, trotz der großen Vielfalt.

Dewa: „Indem man zuhört, wirklich zuhört. Und keine Angst hat, Fragen zu stellen.“

Siti: „Indem wir gemeinsame Momente schaffen, wie Feste, Mahlzeiten oder Lerngruppen, zu denen jeder willkommen ist.“

Johan: „Indem wir unseren Jugendlichen beibringen, dass Unterschiede keine Feindschaft sind, sondern eine Chance zu lernen.“

Ratih: „Indem wir unsere Traditionen feiern, nicht als etwas, das uns trennt, sondern als etwas, das uns zusammenbringt.“

EINE ZUKUNFT VOLLER HOFFNUNG

In einer Welt, die oft gespalten erscheint, zeigen diese Jugendlichen, dass es auch anders geht. Mit Neugier, Respekt und Offenheit bauen sie an einer Zukunft, in der Glaube und Traditionen keine Mauern bilden, sondern Brücken.

Yogyakarta ist ihr Zuhause geworden, eine Stadt, in der die Vielfalt Indonesiens in einer Geschichte zusammenkommt: eine Geschichte von Frieden, Freundschaft und geteiltem Menschsein.





BELIEBTE ORTE IN INDONESIEN

Mehr als ein Bett



REISEN DURCH ZEIT UND TROPEN

Drei Tage lang fahren Sie mit einem einfachen Holzklotok über schmale Dschungel-Flüsse. Die Natur ist überall: das Rufen von Gibbons, das Wiegen der Bäume, ein plötzlicher Blick auf einen Orang-Utan in der Wildnis. Sie schlafen an Bord, essen frisch und lokal und halten an kleinen, authentischen Dörfern. Die Kombination aus Einfachheit, Natur und Rhythmus macht dies zu einem der außergewöhnlichsten Erlebnisse, die Sie in Indonesien haben können.

EINFACH STILVOLL

Zwischen Wäldern und Mangroven liegt das stilvolle Dynasty Glamping, wo Sie mit Blick auf Rehe und Vögel in der Wildnis aufwachen. Die luxuriösen Zelte sind geräumig und geschmackvoll eingerichtet, mit Komfort. Von hier aus erkunden Sie den Menjangan Marine Park: schnorcheln, tauchen oder einfach nur auf das Meer starren. Abends dösen Sie unter Sternen und Palmblättern ein.



IM RHYTHMUS DES OZEANS

An der Nordostküste von Lombok liegt die kleine Lombok Lodge, weit weg vom Trubel. Sie wohnen in einer geräumigen Suite mit Meerblick, speisen raffiniert und wählen Ihr eigenes Tempo: Kajakfahren, Schnorcheln oder einfach nichts tun. In der Nähe befinden sich Fischerdörfer und leere Strände, die Sie mit niemandem teilen müssen. Alles fühlt sich hier durchdacht und gelassen an, ohne dass es distanziert wirkt. Ein Ort, um wirklich zur Ruhe zu kommen.

AM FUSSE VON FEUER UND NEBEL

Mitten in der Natur und am Rande weitläufiger Kaffeeplantagen liegt das Ijen-Resort mit Blick auf den Vulkan. Der Morgen der Trekkingtour beginnt früh: Mit einer Taschenlampe steigen Sie zum Krater auf, wo blaue Flammen tanzen und die Sonne den Schwefelsee zum Leuchten bringt. Tagsüber erkunden Sie die grüne Umgebung, probieren lokalen Kaffee und sehen, wie die vulkanische Landschaft das tägliche Leben prägt. Komfort und Abenteuer gehen hier Hand in Hand.







SCHMELZTIEGEL DER AROMEN

Malaysia

Wer nach Malaysia reist, entdeckt ein überraschend vielseitiges Land, das alle Sinne anspricht. Düfte von frischen Kräutern und zischenden Wokpfannen erfüllen die Straßen. Moscheen, Tempel und koloniale Fassaden stehen friedlich nebeneinander.

Sie erkunden pulsierende Städte, kühle Hochländer, dichte Dschungel und paradiesische Inseln, alles in einem gut bereisbaren Land. Malaysia fühlt sich gleichzeitig vertraut und abenteuerlich, gastfreundlich und zugänglich an.

MALAYSIA AUF EINEN BLICK

Ein Land, zwei Welten



Malaysia ist ein Land in zwei Teilen. Auf der einen Seite liegt die Malaiische Halbinsel Malakka, die an Thailand und Singapur grenzt, auf der anderen Seite liegt das malaiische Borneo, voll mit tropischem Regenwald und Biodiversität, das die Insel Borneo mit Indonesien und dem Ministaat Brunei teilt. Zwischen diesen beiden Welten liegt das Südchinesische Meer, aber zusammen bilden sie ein überraschend harmonisches Ganzes.

Im Westen finden Sie moderne Städte, koloniales Erbe, Streetfood, von dem Sie nicht genug bekommen können, paradiesische Inseln und traditionelle Dörfer. Das steht in starkem Kontrast zum Osten, wo Sie in die Natur eintauchen: raue Dschungel, Nasenaffen, Orang-Utans und jahrhundertealte Traditionen.

1 | KUALA LUMPUR & UMGEBUNG

Wenn man an Malaysia denkt, denkt man an Kuala Lumpur. Die Hauptstadt ist eine Mischung aus Stilen, Geschmäckern und Atmosphären. Von hypermodernen Einkaufszentren und glänzenden Wolkenkratzern bis hin zu bunten Tempeln und chaotischen Foodmärkten erleben Sie hier Malaysia in seiner lebhaftesten Form. Besuchen Sie die Petronas Towers, schlendern Sie durch Chinatown, probieren Sie Saté auf der Straße oder besuchen Sie das Islamic Arts Museum Malaysia (IAMM). Auch außerhalb der Stadt gibt es viel zu erleben. Ein Besuch der Batu Caves, mit ihrer goldenen Statue und den Treppen voller Affen, ist ein beliebter Ausflug.

2 | WEST-MALAYSIA

Im Westen der Halbinsel erleben Sie das kulturelle Herz Malaysias. Wenn Sie von der Hauptstadt weiter nach Norden reisen, stoßen Sie auf charmante Orte wie Ipoh, bekannt für seine kolonialen Gebäude und Kaffeehäuser, und die Cameron Highlands, eine kühle Region mit Teeplantagen, Erdbeerfeldern und Wanderwegen. Weiter liegt Penang, eine Stadt mit einer reichen kolonialen Vergangenheit, UNESCO-Weltkulturerbe und einer unwiderstehlichen Food-Szene. In George Town schlendern Sie vorbei an Wandmalereien, chinesischen Clanhäusern und alten Geschäftshäusern, die heute als Boutique-Hotels oder Cafés dienen. Langkawi und die umliegenden Inseln versprechen goldene Strände, sanft plätschernde Meere und Sonnenuntergänge, die Sie sprachlos machen.

3 | OST-MALAYSIA

Die Ostküste ist für diejenigen, die Einfachheit und unberührte Schönheit lieben. Hier finden Sie keine großen Städte oder Einkaufszentren, sondern kleine Fischergemeinschaften, endlose Strände und Inseln, auf denen Sie keine Schuhe benötigen. Die Perhentian Islands und Tioman sind bei Tauchern bekannt, mit kristallklarem Wasser, bunten Korallenriffen und Schildkröten, die gemächlich vorbeischwimmen. Die Atmosphäre auf dieser Seite Malaysias ist zurückhaltend. Moscheen prägen das Straßenbild, das tägliche Leben verläuft ruhig und der Tourismus ist noch kleinmaßstäblich. Besonders zwischen März und Oktober ist dies eine wunderbare Region, um sie zu erkunden, danach schließen viele Orte vorübergehend wegen der Regenzeit. Perfekt für Reisende, die in die lokale Kultur eintauchen und gleichzeitig Sonne und Meer genießen möchten.

4 | SÜD-MALAYSIA

Im äußersten Süden der Halbinsel liegt der Staat Johor, der von Reisenden oft übersehen wird, aber auf jeden Fall einen Besuch wert ist für diejenigen, die das authentische Malaysia erleben möchten. Hier gibt es keine großen Attraktionen, sondern Regenwälder, Mangroven, Dörfer am Fluss und überraschend viel Wildtiere. Malakka, weiter südlich gelegen, atmet Geschichte. Von niederländischen Fassaden bis hin zu portugiesischen Kirchen und bunter Peranakan-Architektur ist es ein Schmelztiegel der Einflüsse.

5 | SABAH (BORNEO)

Sabah ist für Abenteurer. Hier finden Sie den höchsten Berg Südostasiens, den Mount Kinabalu, umgeben von nebligen Wäldern voller besonderer Pflanzen. An der Küste warten tropische Inseln mit weißem Sand und Schnorchelparadiesen, denken Sie an Gaya Island oder das weltberühmte Sipadan, mit seiner Unterwasserwelt, die selbst erfahrene Taucher in Erstaunen versetzt. Aber die wahre Magie von Sabah liegt im Dschungel. Im Naturschutzgebiet Sepilok sehen Sie Orang-Utans aus nächster Nähe, im Kinabatangan fahren Sie zwischen Krokodilen und Nashornvögeln und in den Regenwäldern des Danum Valley könnten Sie sogar Nasenaffen oder Zwerg-Elefanten begegnen. Dieser Teil von Borneo erfordert eine abenteuerliche Einstellung, belohnt Sie jedoch mit unvergesslichen Momenten.

6 | SARAWAK (BORNEO)

Sarawak ist Borneo in seiner mysteriösesten Form. Dies ist die Heimat uralter Stämme, breiter Flüsse und dichter Regenwälder voller Leben. Hier reisen Sie mit dem Boot zu traditionellen Longhouses, wohnen bei indigenen Gemeinschaften und lernen ihre Rituale, Geschichten und Bräuche kennen. Sarawak fühlt sich noch ungeschliffen an, weniger touristisch als Sabah, aber gerade dadurch besonders. Die Hauptstadt Kuching ist eine gemütliche Basis, mit Märkten, Museen und einer einladenden Uferpromenade am Fluss. Von dort aus erreichen Sie Nationalparks wie Bako, wo Sie Nasenaffen und Felsen entlang der Küste finden, oder Gunung Mulu, bekannt für seine riesigen Höhlen und Karstgebirge. Für diejenigen, die nach einer Verbindung zur Natur und zu Menschen suchen, ist Sarawak ein wunderschöner Ort, um Ihre Reise abzuschließen.

DIE SCHÖNSTEN REISEWEGE DURCH DAS LAND

Malaysia



Diese Reiserouten nehmen Sie mit auf zwei völlig unterschiedliche Seiten Malaysias. Auf der Halbinsel genießen Sie eine vielseitige Entdeckungstour voller Kultur, Geschichte und abwechslungsreicher Landschaften, wo Sie mit einem Mietwagen selbstständig Ihr eigenes Tempo bestimmen.

In malaysischem Borneo erleben Sie ein raueres Abenteuer, tief in unberührten Naturgebieten, wo wilde Tiere und authentische Kulturen im Mittelpunkt stehen. Hier tauchen Sie ein in eine Welt, in der die Natur die Hauptrolle spielt und jeder Schritt Sie näher zum reinen, unberührten Borneo bringt.



RUNDREISE MALAYSISCHES FESTLAND

Ihr Start erfolgt im pulsierenden Kuala Lumpur, wo futuristische Wolkenkratzer harmonisch neben jahrhundertealten Tempeln stehen. Die lebendige Straßenkultur und die bunten Märkte heißen Sie sofort herzlich willkommen. Danach reisen Sie südwärts nach Malakka, einer Stadt voller kolonialem Charme, schmalen Gassen und jahrhundertealten Geschichten, die Sie einladen, zu schlendern und zu kosten. Anschließend erwartet Sie der uralte Regenwald von Taman Negara, wo Sie zwischen Hängebrücken und flüsternden Bäumen eine tiefe Verbindung zur Natur erleben. In den kühlen Cameron Highlands finden Sie Ruhe mitten in endlosen Teefeldern und nebligen Wäldern. Danach führt Sie die Route nach Penang, wo die Kunst, die Aromen und die Lebendigkeit von George Town Ihre Sinne anregen. Beenden Sie Ihre Reise an den tropischen Stränden: an der Westküste wie Langkawi, ideal im europäischen Winter, oder an der Ostküste wie Redang, perfekt im Sommer.

RUNDREISE MALAYSISCH BORNEO

In Sabah beginnt Ihre Reise mit dem imposanten Mount Kinabalu, wo der Sonnenaufgang den Urwald in magisches Licht hüllt. Hier erleben Sie die raue Natur und treffen lokale Gemeinschaften, die die Berge ihr Zuhause nennen. Danach tauchen Sie in den dichten Regenwald ein, um die berühmten Orang-Utans in freier Wildbahn zu sehen, eine berührende Begegnung mit diesen intelligenten Affen, die zwischen den Baumkronen leben. Sarawak öffnet ihre Türen zu jahrhundertealten Traditionen, mit Longhouses, in denen die Kultur der Dayak-Stämme noch lebendig ist. Die Entdeckung beeindruckender Höhlen und der reichhaltigen Biodiversität macht dieses Gebiet einzigartig. An der Küste und den Inseln von Borneo erwartet Sie ein Unterwasserparadies: Schnorcheln oder Tauchen zwischen unberührten Korallenriffen und das Sichten von Meeresschildkröten und exotischen Fischen machen diese Route komplett.



Wo Kultur lebt & Natur atmet

DAS BESTE VON DER MALAYSISCHEN HALBINSEL

BESTE REISEZEIT

ganzjährig
Strand Osten Mai - Oktober
Strand Westen November - April

REISEDAUER

mind. 13 Tage



1 | KUALA LUMPUR

Eine pulsierende Stadt, in der moderne Wolkenkratzer neben historischen Tempeln stehen. Probieren Sie Streetfood, besuchen Sie Ikonen wie die Petronas Towers und tauchen Sie ein in eine bunte kulturelle Mischung. Von Kuala Lumpur aus können Sie auch die weltberühmten Batu Caves besuchen.

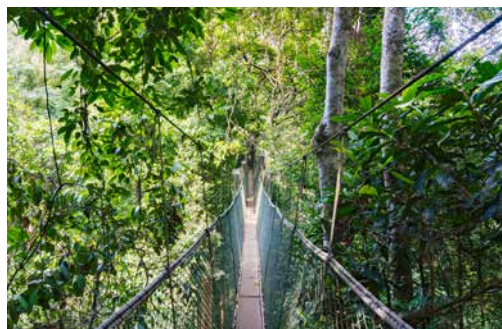


2 | MALAKKA

Radeln oder spazieren Sie durch charmante koloniale Straßen. Entdecken Sie historische Gebäude und probieren Sie lokale Spezialitäten in gemütlichen Cafés und einzigartigen Geschäften voller Atmosphäre und Authentizität.

3 | TAMAN NEGARA

Erkunden Sie einen uralten Regenwald mit Hängebrücken und Bootstouren. Beobachten Sie Wildtiere, hören Sie der Natur zu und erleben Sie die Stille und Reinheit dieses unberührten Paradieses.

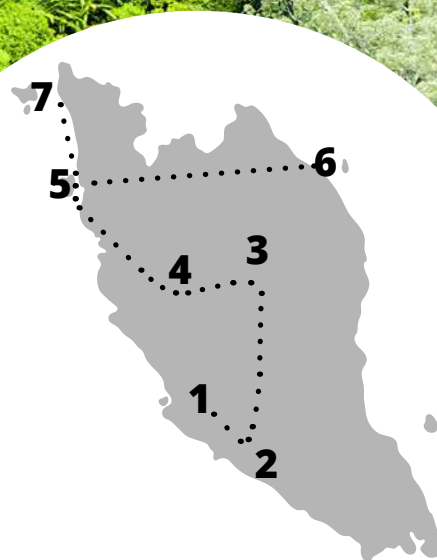


4 | CAMERON HIGHLANDS

Genießen Sie die kühle Bergluft und die weitläufigen Teeplantagen. Wandern Sie durch Blumengärten und erleben Sie eine ruhige, stimmungsvolle Flucht aus der Stadt.



Von pulsierenden Städten mit unwiderstehlichem Streetfood bis zum sanften Gesang des uralten Regenwaldes. Wandern Sie zwischen Teefeldern, radeln Sie durch historische Gassen und beenden Sie Ihren Tag an tropischen Stränden, wo die Sonne langsam im Meer versinkt. Jeder Ort hat seinen eigenen Charme. Packen Sie Ihre Koffer, denn Abenteuer, Kultur und Entspannung warten auf Sie!



5 | PENANG

Lassen Sie sich von farbenfroher Straßenkunst, pulsierenden Märkten und köstlichem Streetfood überraschen. Penang ist ein angesagter Schmelztiegel aus Kulturen und Traditionen, der Ihre Sinne anregt.



6 | OOSTKUST (REDANG)

Entspannen Sie an weißen Sandstränden mit kristallklarem Wasser. Schnorcheln Sie entlang farbenfroher Korallenriffe und genießen Sie die ruhige, unberührte Atmosphäre dieser tropischen Küste.

7 | WESTKÜSTE (LANGKAWI)

Entdecken Sie tropische Strände mit Luxus-Resorts, perfekten Sonnenuntergängen und zahlreichen Wassersportmöglichkeiten. Ideal für einen Besuch während der europäischen Wintermonate für Wärme und Entspannung.



Tief im Grün

ENTDECKEN SIE DAS WILDE HERZ VON BORNEO

In Borneo wandern Sie durch jahrhundertealte Regenwälder, beobachten seltene Tiere und erleben die Kraft unberührter Landschaften. Vom Gesang der Orang-Utans bis zum plätschernden Wasser versteckter Flüsse bringt Sie jeder Schritt näher an das echte, wilde Borneo.

BESTE REISEZEIT März - Oktober
REISEDAUER mind. 14 Tage

1 | KUCHING

Entdecken Sie die charmante Stadt Kuching und besuchen Sie das Semenggok Orang-Utan Auffangzentrum, wo Sie diese besonderen Affen in ihrem natürlichen Lebensraum sehen können.



2 | PERMAI REGENWALD

Zwischen den Bäumen des Permai Regenwaldes schlafen Sie mit Blick auf das Meer. Von hier aus besuchen Sie den wildreichen Bako Nationalpark und fahren Sie zur Satang-Insel, wo Schildkröten nisten und das Meer zum Schnorcheln einlädt.



3 | SIAMANGGANG

Am weitläufigen Batang Ai-See tauchen Sie ein in die Welt des Iban-Stammes. Sie übernachten in einem Longhouse, erfahren mehr über Traditionen und genießen den Rhythmus des Regenwaldes, fernab der Außenwelt.



4 | MULU

Eine Wildnis voller Geheimnisse: im Mulu Nationalpark wandern Sie zwischen torenhaften Kalksteinspitzen, erkunden Sie riesige Höhlen und sehen Sie tausende von Fledermäusen bei Sonnenuntergang ausfliegen. Eines von Borneos faszinierendsten Naturgebieten.



5 | KOTA KINABALU

Küstenstadt mit entspannter Atmosphäre, Abendmärkten und Blick auf den Mount Kinabalu. Sie erkunden die Inseln des nahegelegenen Tunku Abdul Rahman Parks oder ziehen ins Landesinnere in Richtung Dschungel und Berge.



6 | GAYA ISLAND

In unmittelbarer Nähe von Kota Kinabalu liegt Gaya Island, eine üppige Insel mit Dschungel, Mangroven und abgelegenen Stränden. Sie verbringen Ihren Aufenthalt mitten in der Natur, schnorcheln zwischen dem Korallenriff und hören abends nur die Geräusche des Waldes.



7 | SANDAKAN

In Sepilok treffen Sie verwaiste Orang-Utans und Nasenaffen in einer grünen Oase. Von Sandakan reisen Sie weiter nach Pitas, wo nur wenige Reisende hinkommen und Sie den Urwald mit exotischen Vögeln und Affenarten teilen.



8 | KINABATANGAN

Eine der besten Orte in Asien für Wildtiere: während Bootstouren auf dem Kinabatangan-Fluss entdecken Sie Nashornvögel, Krokodile, Orang-Utans und manchmal sogar Zwergelefanten. Die Natur ist hier rau, still und überraschend nah.

9 TIERE, DIE IHR HERZ EROBERN

Tierisches Borneo



Sabah und Sarawak sind keine klassischen Safari-Destinationen wie Afrika, aber unterschätzen Sie diese Regionen nicht. Sie beherbergen weitläufige Regenwälder und einzigartige Nationalparks, in denen Sie besondere Tiere in ihrem natürlichen Lebensraum treffen können.

Von Orang-Utans über Nasenaffen bis hin zu Nashornvögeln und Sonnenbären: Wer genau hinschaut, wird immer wieder überrascht. Das Schönste? Sie entdecken sie oft während einer entspannten Bootsfahrt, Dschungelwanderung oder aus einer Lodge tief in der Natur.

Wandern Sie durch den Dschungel des Danum Valley, fahren Sie über den Kinabatangan-Fluss oder schlendern Sie durch Bako oder Mulu? Mit diesen neun Tieren im Hinterkopf wird jede Tour zu einer Suche voller Überraschungen. Augen auf, Puls hoch und Atem anhalten... Sie wissen nie, was zwischen dem Grün auftaucht.



ORANG-UTAN

Intelligente Menschenaffen, die ruhig durch die Baumwipfel schwingen, selten und faszinierend im Regenwald zu beobachten.



NASHORNVOGEL

Bunter Vogel mit beeindruckendem Schnabel und Horn, Symbol von Borneo und wichtig in lokalen Kulturen.



NASENAFFE

Einzigartige Affen mit auffällig großen Nasen und rotbraunem Fell, oft in Mangroven und an Flussufern zu sehen.



SONNENBÄR

Kleinsten Bär der Welt, erkennbar an dem hellen Brustfleck, meist in der Dämmerung und Nacht aktiv.



ZWERGELEFANT

Kleinere Elefantenart, scheu und selten, lebt in dichten Wäldern und ist einzigartig für Borneo.



EISVOGEL (KINGFISHER)

Der Malay Kingfisher fällt mit seinen knallblauen Federn, dem orangefarbenen Bauch und scharfen Blick auf. Er jagt entlang von Ufern und Bächen.



LORIS

Nachaktiver Primat mit großen Augen, bewegt sich langsam und nutzt Gift in seinem Biss zur Verteidigung.



FEUERRÜCKENFASAN

Bunt gefärbte Fasanenart mit auffälligen roten und blauen Tönen, vorgeborgen in den tiefen Regenwäldern.



MALAIISCHER TIGER

Scheues und kraftvolles Raubtier, selten und bedroht, steht symbolisch für die unberührte Wildnis von Borneo.



DIE SEELE DES KHMER-REICHES

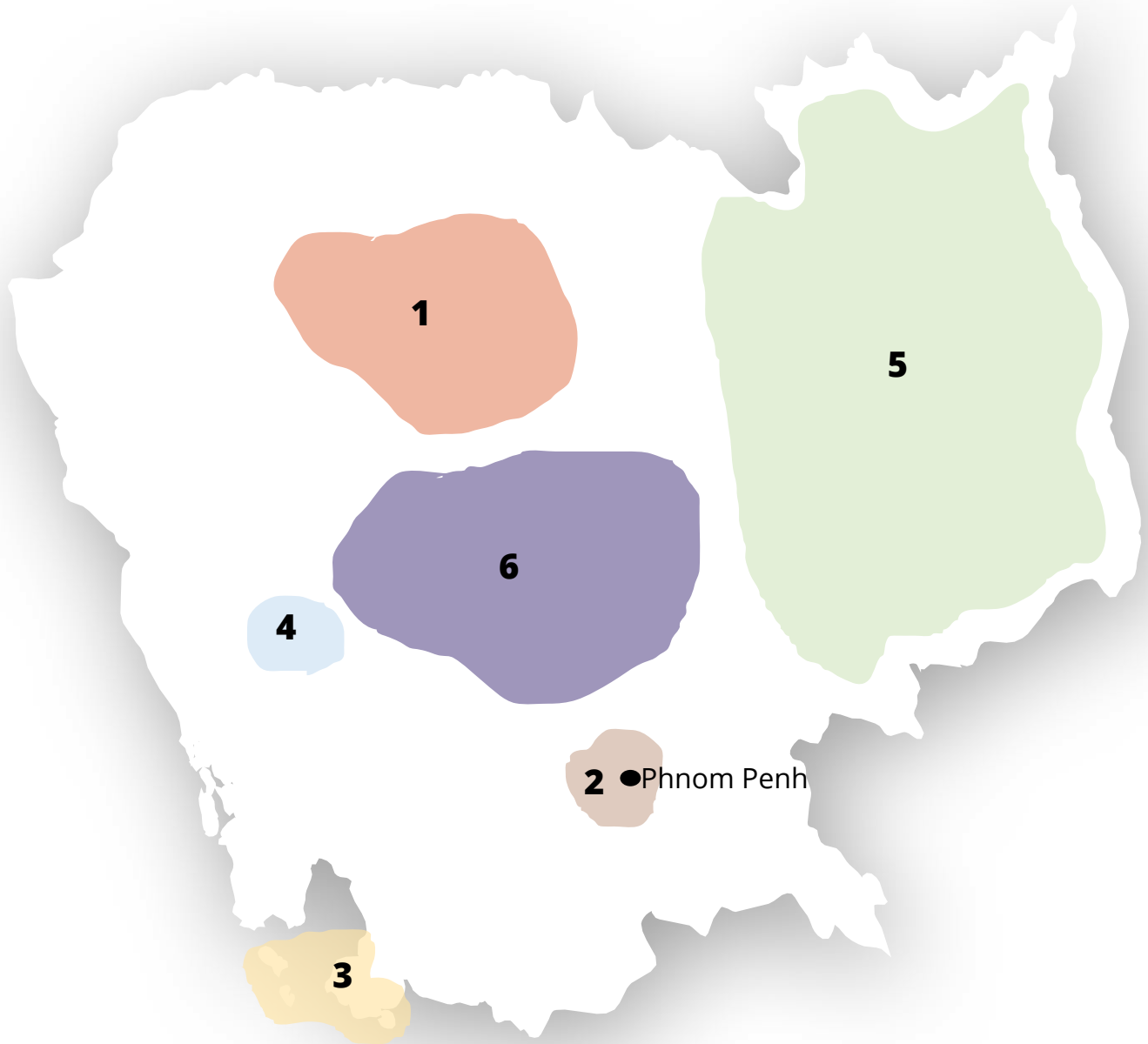
Kambodscha

In Kambodscha wird alles lebendig: Farben, Düfte und Geschmäcker. Sie reisen nicht nur durch ein Land, sondern auch durch Geschichten. Aufrichtige Lächeln, unerwartete Begegnungen, Reisfelder, die im Morgenlicht glitzern. Hier geht alles ein wenig langsamer. Sie lernen zu schauen. Zu hören. Zu schmecken. Sie verlieren die Zeit, gewinnen aber Erinnerungen.

Kambodscha ist warm, rau und liebevoll. Es überrascht und berührt Sie. Und ehe Sie sich versehen, lassen Sie ein Stück von sich selbst zurück. Gehen Sie, nicht um abzuhaken, sondern um zu fühlen.



Auf den Spuren alter Steine



Kambodscha ist ein Land der Gegensätze, Erinnerungen und unerwarteten Begegnungen. Kein Ziel, das man im Schnelldurchlauf abhakt, sondern ein Ort, um zu schauen, zu fühlen und langsam zu verstehen.

Egal, ob Sie zu den Tempeln ziehen oder in den Dschungel eintauchen, ob Sie sich für Stadtchaos oder Inselruhe entscheiden, jede Region verleiht Kambodscha ein anderes Gesicht.

1 | SIEM REAP

Alte Tempel tauchen zwischen Bäumen und Wurzeln auf, mysteriös und magisch. Aber Siem Reap lebt auch jetzt: in bunten Märkten, Essensständen und dem beeindruckenden Phare, dem kambodschanischen Zirkus, wo junge Talente Geschichten zum Leben erwecken. Etwas weiter oben steigen Sie zu Wasserfällen und Buddha-Statuen im Phnom Kulen Nationalpark. Oder Sie fahren über den weitläufigen Tonlé Sap-See, vorbei an schwimmenden Dörfern, wo das Leben mit dem Wasser fließt. Hier entdecken Sie die Seele Kambodschas, zwischen der Vergangenheit und dem täglichen Jetzt. Jeder Tag ist anders, jede Begegnung echt.

2 | PHNOM PENH

Die Hauptstadt pulsiert. Roller fahren zwischen Märkten, duftenden Ständen und goldenen Tempeln. Phnom Penh ist intensiv und voller Kontraste. Im Tuol Sleng Genozidmuseum und bei den Killing Fields wird die dunkle Geschichte Kambodschas spürbar. Gleichzeitig erleben Sie eine Stadt, die nach vorn blickt, mit Cafés, Kunst und junger Energie. Schlendern Sie an kolonialen Gebäuden vorbei, probieren Sie Nudelsuppe auf einem Plastikstuhl, lachen Sie mit Einheimischen. Diese Stadt ist rau und aufrichtig. Kein einfaches Ziel, aber eines, das Ihnen im Gedächtnis bleibt. Ehrlich, lebendig und voller Resilienz.

3 | INSELN & KÜSTE

An der kambodschanischen Küste scheint alles langsamer zu werden. Weicher Sand, blaues Meer, Palmen, die im Wind wiegen. Die Inseln laden zum Nichtstun ein oder zum Schnorcheln, Wandern und Schwimmen bei Sonnenuntergang. Sie essen frischen Fisch und wachen mit dem Geräusch von Vögeln und Wellen auf. Keine Eile, kein Zeitplan, nur Freiheit. Diese Region ist rein und entspannt. Perfekt für Reisende, die entschleunigen möchten, ohne große Menschenmengen. Hier leben Sie in Flip-Flops, träumen von dem nächsten Tauchgang und die Welt steht einen Moment still.

4 | KARDAMOM-BERGE

Tief im Südwesten Kambodschas liegt einer der letzten großen Regenwälder Südostasiens. Die Cardamom-Berge sind rau, still und grün. Sie fahren mit dem Kajak, wandern zu Wasserfällen oder schlafen in einer Eco-Lodge am Fluss. Gibbons singen bei Sonnenaufgang, Vögel schießen durch die Bäume. Dies ist das Kambodscha des Abenteuers und der Einfachheit. Keine Hektik, nur Natur und Stille. Ideal für Reisende, die etwas Wildes suchen, abseits der ausgetretenen Pfade. Hier entdecken Sie, wie reich die Welt ist, wenn Sie einmal nichts tun müssen.

5 | NORDOST-KAMBODSCHA

Abseits der touristischen Routen liegt der Nordosten, rau, ruhig und bezaubernd. Sie wandern entlang von Kaffeeplantagen, tauchen in Wasserfälle ein und treffen Gemeinschaften, die ihre Traditionen bewahren. Elefanten leben hier noch in der Wildnis und Kraterseen funkeln zwischen den Hügeln. Die Landschaft ist großartig, aber die Einrichtungen sind begrenzt. Komfort ist hier rar, aber die Belohnung liegt in der Erfahrung. Echte Reisen, langsam und intensiv. Sie lernen ein anderes Kambodscha kennen, einfacher, ehrlicher, tiefer. Für diejenigen, die bereit sind, abzuweichen und offen für das Unbekannte sind.

6 | ZENTRAL-KAMBODSCHA

Zwischen den bekannten Orten liegt das Kambodscha des täglichen Lebens. Flache Felder, Ochsenkarren, Tempel, in denen Mönche in Stille gehen. Hier gibt es keine großen Sehenswürdigkeiten, aber Raum zum Verlangsamen. Sie sehen Kinder mit einem Faden fischen, hören das sanfte Gebet in einer Dorfs-Pagode, riechen die nasse Erde nach dem Regen. Alles ist einfach, aber voller Bedeutung. Ideal für Reisende, die die Ruhe suchen, weg von der Hektik. Hier spüren Sie die Seele Kambodschas, ländlich, freundlich, voller kleiner Momente, die Sie berühren, ohne dass Sie es erwarten.

Langsame Wege ohne Eile

DIE ULTIMATIVE KAMBODSCHA-ROUTE

BESTE REISEZEIT November - April
REISEDAUER mind. 14 Tage



1 | SIEM REAP

Erkunden Sie die Tempel von Angkor per Fahrrad, darunter Ta Prohm mit seinen ikonischen Baumwurzeln. Besuchen Sie auch das lebendige Phare, den kambodschanischen Zirkus. Ein idealer Start voller Kultur, Tempo und Überraschungen.



2 | PHNOM KULEN

Wanderung durch den Phnom Kulen Nationalpark. Sie besuchen erfrischende Wasserfälle und alte Buddha-Statuen mitten im Grünen. Ein spiritueller und erfrischender Ausflug, ganz in der Nähe von Siem Reap.

3 | BATTAMBANG

Fahren Sie mit der Bamboobahn durch Reisfelder und Dörfer. Entdecken Sie koloniale Architektur und lokale Kreativität. Battambang ist ruhig und authentisch, ein schöner Zwischenstopp abseits der ausgetretenen Pfade.



4 | UDONG

Besuchen Sie die ehemalige Königsstadt mit Pagoden auf Hügelspitzen. Genießen Sie die Aussicht und die ruhige Atmosphäre. Udong bietet Geschichte und Spiritualität, ohne große Hektik.



Von hupenden Vespas zwischen alten Tempeln bis hin zu Entspannung an puderweißen Stränden: Diese Route hat alles. Sie fahren durch das Land, entdecken Geheimnisse auf Hügeln, spüren die Geschichte in Phnom Penh und verschwinden im grünen Wald der Kardamomberge. Den Abschluss bildet Koh Rong mit Sand zwischen Ihren Zehen.

5 | PHNOM PENH

Entdecken Sie den Königlichen Palast, die Silberpagode, Tuol Sleng und die Killing Fields. Spazieren Sie entlang des Mekong und probieren Sie Streetfood. Phnom Penh ist intensiv, rau und lebendig.



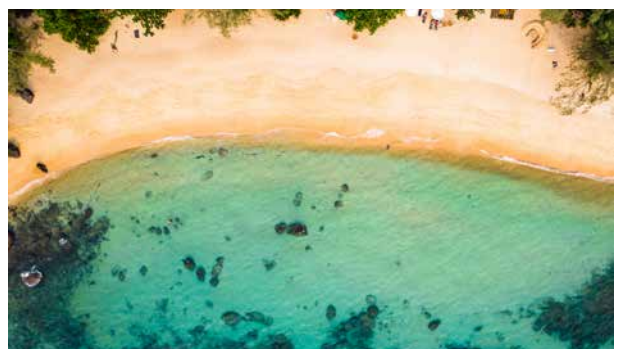
6 | KARDAMOMBERGE

Verweilen Sie in Eco-Lodges mitten im Dschungel. Sie wandern, fahren Boot und entdecken Wasserfälle und Flüsse. Dieses Gebiet ist eines der letzten unberührten Stücke Regenwald in Südostasien.



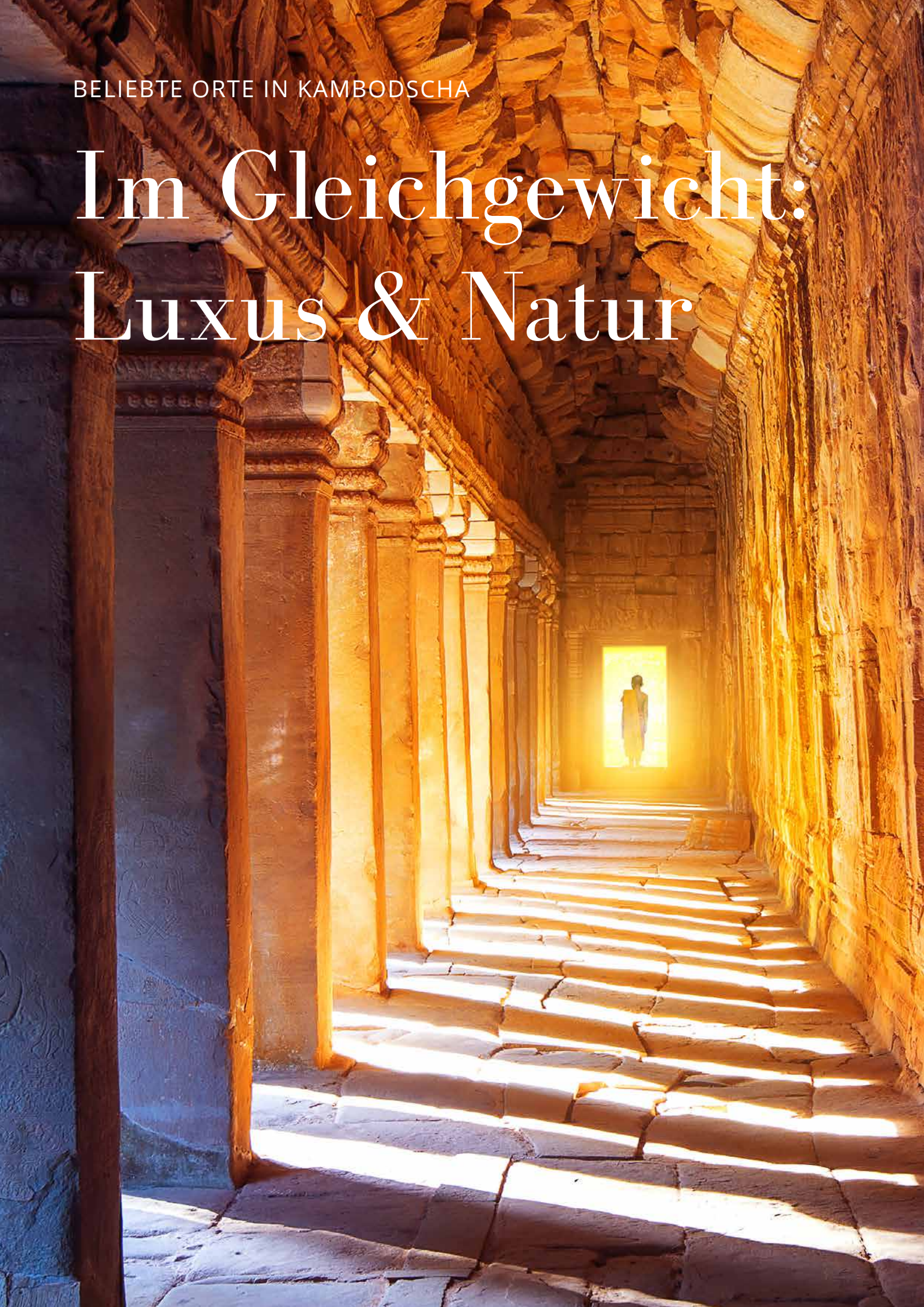
7 | KOH RONG

Entspannen Sie an weißen Stränden am klarblauen Wasser. Sie schnorcheln, schwimmen oder tun einfach gar nichts. Koh Rong ist einfach und tropisch, perfekt, um Ihre Reise ruhig abzuschließen.



BELIEBTE ORTE IN KAMBODSCHA

Im Gleichgewicht: Luxus & Natur





RUHE ZWISCHEN REISFELDERN

Phum Baitang liegt direkt außerhalb von Siem Reap, umgeben von ausgedehnten Reisfeldern und Palmen. Diese luxuriöse Unterkunft ist mit lokalen Materialien erbaut und strahlt den Charme der Region aus. Hier genießen Sie raffinierte Gastronomie, inspiriert von traditionellen Aromen. Es ist der perfekte Ort, um sich zu entspannen, bevor Sie die berühmten Tempel von Angkor erkunden. Umgeben von Natur und Komfort fühlen Sie sich hier ganz zu Hause.

TRADITION & CHARME

Maisons Wat Kor finden Sie in Battambang, einer Stadt voller Geschichte und Charme. Der Ursprung dieses Projekts liegt in den Erinnerungen von Kim Nou, einem Jungen, der in einem Dorf in der Nähe von Tonle Sap aufwuchs. Er erinnerte sich daran, wie Nachbarn einander halfen und gemeinsam Mahlzeiten teilten, ein Beispiel für kambodschanische Gastfreundschaft und Verbundenheit. Jetzt, als Mitbegründer von Maisons Wat Kor, trägt er diese Werte aus: Wärme, Zusammengehörigkeit und Respekt vor Tradition. Von dieser einladenden Unterkunft aus erkunden Sie leicht die kolonialen Straßen und die nahegelegenen Tempel. Nach einem Tag voller Eindrücke kehren Sie zurück zur Ruhe und Eleganz Ihres Aufenthalts.



ABENTEUER IM DSCHUNGEL

Shinta Mani Wild liegt tief in der unberührten Natur der Cardamom Mountains, einem geschützten Gebiet voller üppigem Dschungel und wilder Tiere. Dieses luxuriöse Zeltcamp, entworfen von Bill Bensley, bietet für jedes Zelt einen eigenen Butler, der für Sie bereitsteht. Hier unternehmen Sie abenteuerliche Wanderungen, beobachten exotische Vögel und genießen die pure Stille des Waldes. Ein exklusiver Ort für Naturliebhaber, die Luxus und Abenteuer kombinieren möchten.

ÜBERWASSER-LUXUS

Song Saa liegt in den herrlichen Gewässern des Koh Rong-Archipels und bietet exklusive Überwasserbungalows und Villen, die mit nachhaltigen, lokalen Materialien gebaut wurden. Hier genießen Sie Luxus, Ruhe und kulinarische Köstlichkeiten in einer unberührten tropischen Umgebung. Zusätzlich setzt sich das Resort über die Song Saa Foundation aktiv für die Umwelt und die lokale Gemeinschaft ein. Sie tragen zum Schutz des maritimen Parks bei, organisieren medizinische Versorgungsprogramme, unterrichten Kinder über den Ozeanschutz und leiten das erste Abfallmanagementprogramm in der Region. So kombinieren Sie hier Komfort mit einem bewussten, nachhaltigen Erlebnis.



Dunkles Kapitel der Geschichte

In Kambodscha ist die Geschichte nie weit entfernt. Obwohl die Diktatur der Roten Khmer schon seit Jahrzehnten hinter ihnen liegt, sind die Folgen noch jeden Tag spürbar. Wir sprachen mit Sopheak, einem jungen Kambodschaner aus Phnom Penh, darüber, wie seine Generation die Vergangenheit in der Stille seiner Eltern, im Land unter seinen Füßen und in der Zukunft, die er aufzubauen versucht, spürt.

Sopheak, du bist nach dem Regime der Roten Khmer geboren. Fühlst du immer noch die Auswirkungen dieser Zeit?

Auf eine gewisse Weise ist der Krieg nie wirklich vorbei. Ich bin 1998 geboren, aber in unserem Haus hängt diese Periode wie eine Art Stille über uns. Meine Eltern sprechen selten darüber. Nur wenn ich wirklich nachfrage, kommt etwas. Mein Vater verlor seine zwei älteren Brüder, sie "verschwanden" während der großen Säuberungen. Meine Mutter war damals noch ein kleines Mädchen. Sie erzählte einmal, fast flüsternd, dass sie einmal aus dem Reisfeld geholt wurde, um Holz zu sammeln, tagelang, ohne zu wissen, ob sie jemals zurückkehren würde.

Glaubst du, dass viele Kambodschaner diese Stille kennen?

Ja, fast jeder. Es liegt in unserer Art zu handeln. Wir respektieren ältere Menschen zutiefst, aber viele von ihnen tragen unverarbeitete Traumata mit sich. Dadurch sind viele Dinge nie ausgesprochen worden. Ich denke, dass wir eine Generation sind, die lernen muss, mit diesem Schweigen umzugehen und es vielleicht zu durchbrechen.

Du hast Tuol Sleng und die Killing Fields besucht. Wie war das für dich?

Intens. Tuol Sleng war früher einfach eine Schule und wenn man dort herumläuft, sieht man noch die Tafeln, den Boden, das Gitter. Aber die Zellen sind klein, die Fotos der Gefangenen hängen noch an den Wänden. Du schaust in ihre Augen. Manchmal frage ich mich, ob einer von ihnen Familie war.

Bei den Killing Fields außerhalb von Phnom Penh wurde mir die Vergangenheit erst richtig bewusst. Man sieht nach einem Regenschauer noch Knochenreste im Boden. Es gibt ein Massengrab für Frauen und Kinder, mit einem Baum daneben, an dem Wächter Babys erschlugen. Mir wurde übel. Aber dennoch bin ich dankbar, dass es diese Orte gibt. Sie halten die Erinnerung lebendig.

Gibt es auch physische Gefahren aus jener Zeit, die noch bestehen?

Ja, vor allem im Norden liegen noch viele Landminen. Mein Onkel verlor als junger Mann einen Fuß, als er mit einem Ochsen und Wagen über einen verlassen



Pfad fuhr. Er hörte ein Klicken, und dann... eine ohrenbetäubende Stille. Danach nur noch Schmerz. Er lebt noch, arbeitet aber nicht mehr. Und es gibt so viele Geschichten wie seine.

Die Angst vor Minen sitzt tief. Als Kind durften wir nicht außerhalb der markierten Wege spielen. Und das gilt noch immer in vielen Dörfern. Es gibt Organisationen, die Minen räumen, aber es geht langsam. Es ist ein Kampf gegen etwas, das man nicht sieht, aber das dennoch da ist.

Was bedeutet das Regime von Pol Pot für deine Generation?

Für uns bedeutet es vor allem: Wie baut man etwas Neues auf, während die Eltern nur gelernt haben zu überleben? Meine Eltern mussten ihre Träume aufgeben. Alles drehte sich um Essen, Untertauchen, Gehorchen. Jetzt dürfen wir träumen, aber wir wissen oft nicht wie. Es gibt wenig Vertrauen in die Regierung. Die Rechtsprechung ist schwach. Viele Jugendliche sind zynisch oder wollen weg.

Aber ich bemerke auch Hoffnung. Wir beginnen, unsere Vergangenheit zu verstehen. Ich habe Freunde, die Dokumentarfilme machen, Geschichten sammeln, junge Menschen über die Geschichte unterrichten. Langsam, ganz langsam, entsteht Raum für Heilung.

Sind junge Menschen an dieser Geschichte interessiert?

Nicht immer. Manchmal scheint sie zu groß, zu schmerzhaft oder zu weit weg. Aber ich versuche, mit meinen Freunden Gespräche zu führen. Wir organisieren Gedenkmomente in der Schule, gehen mit Gruppen junger Menschen nach Tuol Sleng oder laden einen Überlebenden ein, um zu sprechen.

Einmal erzählte ein älterer Mann, wie er als Mönch vertrieben und fast hingerichtet wurde, nur weil er ein Buch las. Am Ende seiner Geschichte war es mucksmäuschenstill. Selbst der härteste Junge in der Klasse hatte Tränen in den Augen. Das sind die Momente, in denen Geschichte wieder lebendig wird.

Wie siehst du die Zukunft Kambodschas?

Ich denke, wir brauchen noch eine Generation, um wirklich zu heilen. Aber ich sehe Hoffnung in der Kunst, in der Bildung, in Gesprächen wie diesem. Wir müssen weiter erzählen. Und nicht nur das Grauen, auch die Widerstandskraft. Meine Großmutter sagte einmal: „Die Roten Khmer haben meine Jugend gestohlen, aber nicht mein Lachen.“ Daran versuche ich mich auch zu erinnern.

Was möchtest du, dass Besucher verstehen, wenn sie nach Kambodscha kommen?

Dass wir mehr sind als unser Schmerz. Besuchen Sie unbedingt Tuol Sleng und die Killing Fields, lernen Sie, was passiert ist. Aber schauen Sie sich danach auch um. Essen Sie unsere Gerichte, lachen Sie mit uns, unterstützen Sie kleine Initiativen, sprechen Sie mit Menschen. Kambodscha ist ein Land mit Narben, aber auch mit einer enormen Wärme. Diese spürt man erst wirklich, wenn man die Geschichten dahinter kennenlernt.

Sopheaks Worte erinnern uns daran, dass Geschichte nicht nur in Büchern lebt, sondern auch in Menschen. In den stillen Momenten am Küchentisch, in verlassenen Schulgebäuden, in der Angst, einen Schritt neben den Weg zu setzen, und in jungen Menschen wie ihm, die trotz allem zu träumen wagen.

Zwischen 1975 und 1979 wurde Kambodscha von den Roten Khmer regiert, einer kommunistischen Bewegung unter der Führung von Pol Pot. Das Regime wollte eine „reine“ agrarische Gesellschaft aufbauen und versuchte, alles, was mit Wissen, Religion, Kultur und Städten zu tun hatte, auszulöschen. Städte wurden geräumt, Familien auseinandergerissen, Schulen und Tempel geschlossen. Jeder musste unter erbärmlichen Bedingungen auf dem Land arbeiten.

Wer des Widerstands verdächtigt wurde oder einfach nur eine Brille trug oder eine fremde Sprache sprach, lief Gefahr, verhaftet und ermordet zu werden. In weniger als vier Jahren starben schätzungsweise zwei Millionen Kambodschaner an Hunger, Krankheit, Erschöpfung oder Gewalt.

Das Trauma dieser Jahre wirkt bis heute nach. Viele Überlebende schweigen über das, was sie erlebten. Für die jüngere Generation bleibt das Regime eine Quelle der Stille, der Fragen und der Suche nach Heilung.



SCENIC & EMERALD CRUISES: STILVOLL ENTDECKEN

Welt über Wasser

Scenic und Emerald Cruises sind Reedereien, die Luxus und Kleinschaligkeit mit einer persönlichen Atmosphäre kombinieren. An Bord erleben Sie die Ruhe geräumiger Suiten, hervorragende Gastronomie und Ausflüge, die tiefer in Kultur und Natur eintauchen als die klassischen Routen. Bei Scenic genießen Sie ein vollständig all-inclusive Konzept, während Emerald eine semi-all-inclusive Formel anbietet.

SCHIFFE, DIE DIE WELT ÖFFNEN

Jede Flotte hat ihren eigenen Charakter. Die **Scenic Eclipse Discovery Yachts** sind ultraluxuriöse Expeditionsschiffe mit Hubschraubern, einem U-Boot und Zodiacs, die Ziele wie die Antarktis, Patagonien und den stillen Südpazifik auf unvergleichliche Weise erreichbar machen. Auf dem Mekong fährt **Scenic Spirit**, das geräumigste Schiff in der Region, wo Suiten von mindestens 32 m² und eine lokale asiatische Besatzung eine einzigartige Kombination aus Komfort und Authentizität bieten. **Emerald Harmony**, gebaut für Abfahrten von Ho-Chi-Minh-Stadt, strahlt einen modernen und intimen Charakter aus. Für diejenigen, die von warmen Gewässern träumen, gibt es die Yachten **Emerald Azzurra und Sakara**, die mit maximal hundert Gästen die Atmosphäre einer privaten Yacht schaffen und entlang von Inseln in der Karibik und im Mittelmeer fahren.



DESTINATIONEN JENSEITS EUROPA

Die Destinationen, die mit diesen Schiffen angefahren werden, liegen auch weit über Europa hinaus. In Südostasien entdecken Sie das Leben entlang des Mekong, wo Tempel, schwimmende Märkte und jahrhundertealte Traditionen einander abwechseln. In der Karibik fahren Sie zwischen puderzuckerweißen Stränden und bunten Kolonialstädten, mit Zeit für ein Strandbarbecue oder einen Sprung ins azurblaue Wasser. Weiter im Süden öffnet die Scenic Eclipse die Tür zu den unberührtesten Orten der Welt: der eisigen Antarktis, den Fjorden Patagoniens und der stillen Schönheit des stillen Südpazifiks. Wo auch immer Sie fahren, das Wasser bildet stets die Kulisse für eine Reise, die Kultur, Natur und Abenteuer miteinander verbindet.

REISE-DESIGNERIN NATHALIE AM MEKONG

Nathalie ist seit über 25 Jahren eine feste Größe bei Best of Travel und eine echte Asien-Expertin. Wenn sie von ihrer Reise auf dem Mekong erzählt, spüren Sie sofort, dass Erfahrung und Leidenschaft zusammenkommen. An Bord von Scenic Spirit entdeckte sie Vietnam und Kambodscha aus einer neuen Perspektive. „Der Mekong überraschte mich jeden Tag aufs Neue. Sobald ich an Bord ging, fühlte ich eine enorme Ruhe. Die Suiten sind geräumig und stilvoll, die Atmosphäre ist intim und die Crew sorgt mit so viel Wärme für jeden Gast. Es fühlte sich an, als würde ich Teil ihrer Familie werden.“



Als echte Kennerin der Region genoss Nathalie die Abwechslung unterwegs. Sie erlebte das hektische Leben Asiens auf überraschend ruhige Weise: vorbeifahrend an Dörfern, in denen das tägliche Leben stattfindet, aber immer mit der Ruhe von Scenic Spirit als Gegengewicht und fand auch Stille in jahrhundertealten Tempeln, in denen Mönche seit Generationen Rituale durchführen. Eine Fahrt durch die Mangroven der Mekongdelta, ein Champagnerfrühstück bei Sonnenaufgang in Angkor Wat und eine traditionelle Mönchzeremonie gehören zu den Momenten, die sie tief berührten.

„Was mir am meisten im Gedächtnis bleibt, ist die Harmonie zwischen Kultur und Komfort,“ sagt Nathalie. „Tagsüber vertiefen Sie sich in die Seele von Vietnam und Kambodscha, und nach den Ausflügen kehren Sie immer wieder zurück in die Geborgenheit und den Luxus von Scenic Spirit. Für mich ist dies die vollständigste Art, Südostasien zu entdecken: intensiv, authentisch und doch völlig unbeschwert.“



Eine Reise über den Mekong ist eine Entdeckungstour durch zwei Länder, die von Kultur und Tradition durchdrungen sind. Von lebhaften Märkten und bunten Tempeln bis hin zu stillen Dörfern und kolonialem Charme: Jeder Tag zeigt ein anderes Gesicht von Kambodscha und Vietnam. Während der Fluss unermüdlich weiterfließt, erleben Sie diese Region in aller Ruhe und Komfort.

BESTE REISEZEIT das ganze Jahr
REISEDAUER mind. 13 Tage

Entlang des Mekong

FLUSSKREUZFAHRT AUF DEM MEKONG DURCH VIETNAM & KAMBODSCHA



1 | HO CHI MINH - MY THO - CAI BE

Die Reise beginnt in dem pulsierenden Ho Chi Minh City, wo das moderne Stadtleben mit dem lebhaften Flussdelta kontrastiert. In My Tho und Cai Be entdecken Sie das Wesen des Mekong: bunte schwimmende Märkte, traditionelle Boote und Handwerke, die seit Generationen weitergegeben werden. Hier spüren Sie sofort, wie stark das Leben mit dem Fluss verwoben ist.



3 | PHNOM PENH - OUDONG - SEIDENINSEL - ANGKOR BAN

In Phnom Penh entdecken Sie eine Stadt voller Kontraste: königliche Paläste, Pagoden und Erinnerungen an eine bewegte Vergangenheit. Direkt außerhalb der Stadt liegt Oudong, die ehemalige Hauptstadt. Auf der Seideninsel lernen Sie, wie Seide noch immer von Hand gewebt wird. Angkor Ban, mit seinen Holzhäusern und gastfreundlichen Bewohnern, zeigt Ihnen das ländliche Kambodscha in seiner reinsten Form.



2 | SA DEC - TAN CHAU ISLAND

In Sa Dec erleben Sie den kolonialen Charme alter Villen und blühender Gärten, einst verewigt in den Geschichten von Marguerite Duras. Danach geht es in Richtung Tan Chau, einer Insel, wo sich das tägliche Dorfleben langsam entfaltet. Eine Radtour oder ein Spaziergang lässt Sie freundliche Bewohner und jahrhundertealte Traditionen kennenlernen.

4 | KAMPONG CHAM - SIEM REAP

Kampong Cham ist eine charmante Stadt voller Klöster und Tempel, die die spirituelle Seele Kambodschas widerspiegeln. Von hier aus reisen Sie nach Siem Reap, dem Tor zu Angkor Wat. Ein Sonnenaufgang über den jahrhundertalten Tempeln bildet ein unvergessliches Finale Ihrer Reise.





HARMONIE IN GEGENSÄTZEN

Vietnam

Sobald Sie ankommen, merken Sie es sofort: Hier passiert etwas Besonderes. Das Leben spielt sich auf der Straße ab, in kleinen Gesten und täglichen Ritualen. Die Menschen sind offen, neugierig und teilen gerne ihre Geschichte, eine Mahlzeit, ein Lachen. Alles fühlt sich lebendig, echt und überraschend nah an. Sie gehen durch unbekannte Gassen und verstricken sich unterwegs in spontane Gespräche, unerwartete Geschmäcker, Momente, die bleiben.



VIETNAM AUF EINEN BLICK

Bewegen & Erleben



Vietnam packt Sie sofort mit seinen duftenden Straßenküchen in Hanoi, der Ruhe der Reisfelder in Mai Chau und den spiegelglatten Gewässern der Lan Ha Bucht.

Sie reisen mit dem Fahrrad, Boot, Roller oder einfach zu Fuß, immer nah am täglichen Leben. In Hoi An lernen Sie zu kochen mit dem, was der Markt an diesem Morgen brachte, während Sie im Mekongdelta vom Plätschern gegen ein Holzboot geweckt werden.

Jede Region zeigt etwas anderes, fühlt sich anders an und schmeckt anders. Vietnam ist kein Land, das Sie abhaken, sondern ein Erlebnis, das Schritt für Schritt unter die Haut kriecht.

1 | HANOI

In Hanoi dreht sich das Leben auf Hochtouren. Es ist eine Stadt, die niemals stillsteht und doch alle Zeit zu haben scheint. Sie schlängeln sich zwischen Rollern und Ständen, trinken starken Kaffee auf Hockern am Straßenrand und landen abends zwischen Livemusik und lokalen Snacks in einer Seitenstraße. Besuchen Sie alte Tempel, radeln Sie um die Seen oder lernen Sie vietnamesisch kochen auf einem Markt. Hanoi ist chaotisch und charmant zugleich, und genau das macht es unwiderstehlich. Hier tauchen Sie ein und kommen erst wieder hoch, wenn Sie die Stadt wirklich spüren.

2 | NORD-VIETNAM

Grüne Reisfelder, neblige Bergpässe und Dörfer, in denen das Leben im Rhythmus der Jahreszeiten tickt. In Pu Luong und Mai Chau wandern Sie entlang traditioneller Pfahlhäuser und übernachten bei gastfreundlichen Familien oder in Öko-Resorts. In Ninh Binh fahren Sie zwischen steilen Karstfelsen und versteckten Höhlen oder schwingen sich auf das Fahrrad für eine Tour zwischen den Reisfeldern. Diese Region ist perfekt für diejenigen, die das ländliche Vietnam aktiv und hautnah erleben möchten. Kein Trubel, keine Eile, nur das Geräusch Ihrer Schritte und der Wind im Schilf.

3 | LAN HA & HALONG BUCHT

Die bizarren Kalksteininseln der Halong-Bucht sind weltberühmt, aber mindestens ebenso spektakulär ist die Lan Ha-Bucht, die sich südlich davon erstreckt. Auf dem Wasser entfaltet sich eine Landschaft aus hoch aufragenden Felsformationen, versteckten Stränden und schwimmenden Fischerdörfern. Sie erkunden die Bucht mit dem Kajak oder springen über Bord für einen erfrischenden Sprung in eine geschützte Lagune. Eine Übernachtung auf einem komfortablen Boot macht das Erlebnis perfekt: Während die Sonne hinter den Felsen sinkt, wird an Deck ein vietnamesisches Mahl serviert. Hier spüren Sie die Kraft des Wassers und die Dynamik des Lebens auf und um die Bucht. Es ist ein ikonischer Ort, den Sie mit all Ihren Sinnen erleben.

4 | HUE & PHONG NHA

Zwischen jahrhundertealten Zitadellen und Höhlen, die so groß sind wie Kathedralen, wechseln Sie in Hué und Phong Nha mühelos zwischen Geschichte und Abenteuer. In Hué kosten Sie die kaiserliche Atmosphäre und lokale Delikatessen oder fahren über den Parfümfluss entlang königlicher Gräber. In Phong Nha erkunden Sie das größte Höhlensystem der Welt, wandern durch den Dschungel oder gehen Sie Ziplining über dem Wasser. Wer tiefer in die Vergangenheit gräbt, stößt auf die DMZ und die unterirdischen Tunnelkomplexe, die noch immer von einer bewegten Kriegsgeschichte zeugen.

5 | HOI AN

Hoi An ist mehr als eine fotogene Altstadt: Es ist ein Ort, an dem Sie verweilen. Zwischen den lampenbeleuchteten Gassen finden Sie Ateliers, Cafés und lokale Köche, die Ihnen beibringen, wie man Cao Lầu zubereitet. Fahren Sie aufs Land, helfen Sie einem Bauern beim Pflanzen oder surfen Sie am nahegelegenen Strand. Hier ist der Rhythmus entspannt, aber niemals langweilig. Hoi An ist für diejenigen, die Handwerk, Essen, Atmosphäre und Geschichten lieben. Jede Ecke atmet Geschichte, fühlt sich aber gleichzeitig modern und lebendig an.

6 | HO CHI MINH

Schnell, energiegeladen und immer vorwärts: Ho Chi Minh pulsiert vor Kreativität und Kontrasten. Wolkenkratzer neben kolonialen Villen, Rooftop-Bars über Märkten voller Streetfood und Museen, die Sie mit der Vergangenheit konfrontieren. Sie erkunden die Stadt mit der Vespa und trinken handwerklich gebrauten Kaffee oder lokales Craft Beer. Gleichzeitig können Sie sich in Gassen voller Leben, Street Art und versteckten Essensständen verlieren. Ho Chi Minh ist keine Stadt, die man ruhig besichtigt; es ist ein Ort, an dem Sie spüren, dass Sie leben.

7 | MEKONGDELTA

Das Mekongdelta ist ein Flickenteppich aus Flüssen, schwimmenden Märkten und fruchtbaren Ufern. Sie fahren in einem Holzboot durch schmale Kanäle, halten bei einer Kokosnusswerkstatt oder radeln über Pfade zwischen Obstgärten und Reisfeldern. Übernachten Sie in einem Öko-Resort und frühstücken Sie mit frischen Früchten aus dem Garten. Hier spüren Sie das Tempo des Wassers und lernen die Bedeutung des täglichen Rituals kennen. Das Delta ist kein Dekor, sondern ein lebendes System.

8 | STRÄNDE & INSELN

Ob Sie nun nach weißen Sandstränden, Wind zum Kitesurfen oder einem Cocktail bei Sonnenuntergang suchen, in Vietnam finden Sie alles. Auf Phu Quoc können Sie schnorcheln und frische Meeresfrüchte essen, während Ihre Füße im Sand stecken. In Mui Né weht es stärker, perfekt für Kite- oder Windsurfer, mit Dünen und Fischerhäfen als Kulisse. Und dann gibt es noch Nha Trang, mit einer langen Promenade, warmem Meerwasser und einer lebhaften Atmosphäre. Ideal für diejenigen, die Strand mit urbanem Flair kombinieren möchten. Diese Region bietet pure Entspannung mit einem Hauch von Action. Tropisch, zugänglich und manchmal überraschend.

DIE SCHÖNSTEN REISROUTEN DURCH DAS LAND

Vietnam

Vietnam ist ein Land der großen Kontraste. Möchten Sie aktives Abenteuer, kulturelle Vertiefung oder eher Ruhe? Sie bestimmen Ihr eigenes Tempo: Reisen Sie schnell zu den Highlights oder entscheiden Sie sich dafür, langsam in ein oder zwei Regionen zu reisen und wirklich die Atmosphäre zu erleben. Vietnam lädt dazu ein, Ihren eigenen Weg zu gehen und so eine Reise zu gestalten, die ganz zu Ihnen passt.



1 | NORD-VIETNAM

Der Norden Vietnams ist ein Palette aus pulsierenden Städten und unberührter Natur. Beginnen Sie in Hanoi, wo die alten Gassen voller Roller, Straßencafés und Märkte dazu einladen, sich zu verlieren. Fahren Sie entlang der malerischen Reisfelder in Mai Chau und Pu Luong, wo Sie bei einheimischen Familien übernachten und die Ruhe des Landes spüren können. In Ninh Binh unternehmen Sie beeindruckende Bootstouren zwischen kalksteinernen Karstformationen und entdecken versteckte Höhlen. Die Lan Ha Bucht bietet ein abenteuerliches Entkommen: Paddeln Sie mit dem Kajak durch stille Buchten, schwimmen Sie im türkisfarbenen Wasser und genießen Sie dieses UNESCO-Weltkulturerbe.



2 | ZENTRAL-VIETNAM

Das Herz Vietnams ist eine Mischung aus Geschichte, Natur und moderner Kreativität. In Phong Nha können Sie die weltberühmten Höhlen erkunden, von unterirdischen Flüssen bis hin zu riesigen Stalaktiten. Hué, die ehemalige kaiserliche Hauptstadt, lässt Sie mit bunten Palästen und ruhigen Pagoden die reiche Geschichte spüren. Fahren Sie über den atemberaubenden Hai Van Pass mit Blick auf das Meer und die Berge. In Hoi An wechseln Sie das Entdecken von charmanten Gassen mit Kochkursen und Radtouren durch die grüne Landschaft ab. Danang bietet Strände, Streetfood und eine aufstrebende Kunstszene. Die Mitte Vietnams regt all Ihre Sinne an.



Hanoi

1

4 | STRÄNDE & INSELN

Die Strände und Inseln Vietnams bieten eine perfekte Mischung aus Entspannung und Abenteuer. Mui Né ist bekannt für seine spektakulären Sanddünen und ist ein Hotspot für Kite- und Windsurfer. Nha Trang kombiniert pulsierende Strände mit lebhaftem Nachtleben und Möglichkeiten zum Tauchen oder Schnorcheln an bunten Riffen. Phu Quoc, die größte Insel, ist ein Paradies für Liebhaber der Ruhe, frischer Meeresfrüchte und tropischer Natur. Erkunden Sie versteckte Buchten und genießen Sie Sonnenuntergänge, die Ihnen lange in Erinnerung bleiben werden. Egal, ob Sie sich entspannen, surfen oder schwimmen möchten, diese Küstengebiete bieten für jeden etwas.

Huế

2



3 | SÜD-VIETNAM

Der Süden sprüht vor Energie und Kontrasten. Ho Chi Minh ist eine Stadt, die niemals schläft, wo historische Orte und hippe Cafés einander abwechseln. Direkt außerhalb der Stadt liegen die beeindruckenden Cu Chi-Tunnel, ein unterirdisches Netzwerk, das Ihnen auf einzigartige Weise die Vergangenheit erleben lässt. Weiter hinten entfaltet sich das Mekongdelta als ein lebendiges Netz aus Flüssen, schwimmenden Märkten und grünen Ufern. Besuchen Sie den Cai Rang-Markt, probieren Sie frische tropische Früchte und radeln Sie entlang traditioneller Dörfer. Der Süden lädt zum aktiven Entdecken ein, mit einer Mischung aus urbanem Leben, Geschichte und dem beruhigenden Rhythmus des Wassers.

Ho Chi Minh

3

Eine grüne Welt voller Geschichten

ENTDECKEN SIE DAS AUTHENTISCHE NORDVIETNAM

Der Norden Vietnams enthüllt eine Welt aus grünen Reisfeldern, nebligen Bergen und stillen Tälern, in denen die Zeit stillzustehen scheint. Kleine Dörfer beherbergen ethnische Minderheiten, die nach jahrhundertealten Traditionen leben. Radfahrend, wandernd oder schiffend entdecken Sie eine Region, in der Natur und Kultur aufeinandertreffen. Rein, gastfreundlich und weit weg von der Masse.

BESTE REISEZEIT
REISEDAUER

November - Mai
mind. 8 Tage



1 | HANOI

Starten Sie Ihre Reise im pulsierenden Hanoi: Probieren Sie lokale Köstlichkeiten während einer Vespa-Straßenessen-Tour, spazieren Sie um den Hoan-Kiem-See und erleben Sie den einzigartigen Zug, der haarscharf an den Häusern entlang der berühmten ‚Zugstraße‘ fährt.



2 | BAT TRANG

Entfliehen Sie dem Stadtrubel mit einer Radtour entlang des Roten Flusses nach Bat Trang, dem jahrhundertealten Keramikdorf, wo Sie traditionelle Handwerkskünste entdecken und selbst ein Tonkunstwerk schaffen können.

3 | MAI CHAU

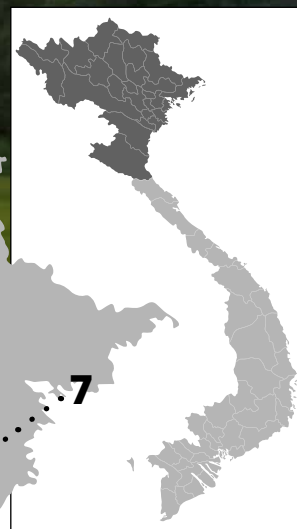
Mai Chau ist ein friedliches Tal, umgeben von Reisfeldern und Bergen. Verweilen Sie in einem Homestay oder einem kleinen Öko-Resort und lernen Sie die lokale Kultur bei Spaziergängen durch kleine Dörfer kennen.



4 | PU LUONG

Pu Luong bietet unberührte Natur mit terrassierten Reisfeldern, Wasserfällen und Wanderwegen durch Bergdörfer. Hier erleben Sie das ländliche Vietnam in seiner reinsten Form, weit weg von der Masse.





5 | NINH BINH

Ninh Binh, auch bekannt als die „Halong-Bucht an Land“, verzaubert mit Kalksteinformationen, Höhlen und grünen Reisfeldern. Perfekt für eine Radtour durch die Karstlandschaft und eine Bootsfahrt.



6 | HOA LU & TAM COC

Erkunden Sie die alte kaiserliche Hauptstadt Hoa Lu und fahren Sie durch die mystischen Höhlen von Tam Coc. Der Fluss schlängelt sich zwischen dramatischen Klippen, eine friedliche Erfahrung mitten in der Natur.

7 | LAN HA & HALONG-BUCHT

Beenden Sie Ihre Reise mit einer Kreuzfahrt durch eine dieser weltberühmten Buchten. Kajakfahren Sie zwischen Kalksteininseln, schwimmen Sie im türkisfarbenen Wasser und schlafen Sie auf einem komfortablen Schiff.



Von den Spuren des Krieges zur kaiserlicher Ruhe

REISE DURCH ZENTRAL-VIETNAM

BESTE REISEZEIT

Februar - Mai

September - Oktober

REISEDAUER

mind. 7 Tage



1 | DONG HOI

Eine ruhige Küstenstadt und das Tor zu beeindruckenden Höhlen. Genießen Sie eine entspannte Atmosphäre am Meer, lokale Fischgerichte und bereiten Sie sich auf das Abenteuer vor, das weiter im Landesinneren auf Sie wartet.



2 | PHONG NHA-KE BANG NP

Entdecken Sie das beeindruckendste Höhlensystem der Welt, umgeben von Dschungel und Kalksteinbergen. Fahren Sie durch Dörfer, erkunden Sie unterirdische Wasserwege und genießen Sie die unberührte Natur, die hier vollständig dominiert.

3 | DMZ (DEMILITARISIERTE ZONE)

Ein beladener Ort voller Geschichte. Tunnel, Denkmäler und alte Schlachtfelder erinnern an den Vietnamkrieg. Ein beeindruckender und stiller Halt auf Ihrer Route durch das zentrale Inland.



4 | HUÉ

Die ehemalige kaiserliche Hauptstadt atmet Geschichte. Fahren Sie über den Parfümfluss, besuchen Sie kaiserliche Gräber und Tempel und erkunden Sie die Stadt mit dem Fahrrad.



Zentralvietnam ist eine Region voller Kontraste: geheimnisvolle Höhlen, dichte Dschungel, verlassene Kriegsspuren, bunte Märkte und stille Strände. Hier radeln Sie entlang von Flussufern, treiben Sie auf dem Wasser, lernen Sie das Kochen mit lokalen Köchen und schlendern Sie durch alte Städte voller Atmosphäre. Eine Reise, die Natur, Geschichte und Kultur nahtlos im Herzen Vietnams verbindet.



5 | HAI VAN PASS

Einer der schönsten Küstenwege Asiens. Fahren Sie über diesen nebligen Gebirgspass mit spektakulären Ausblicken auf das Meer, die Berge und Küstendörfer. Ein Höhepunkt für Naturliebhaber und Fotografen.



6 | HOI AN

Eine charmante Stadt voller Weltkulturerbe und Laternen. Fahren Sie entlang von Reisfeldern, kochen Sie mit Einheimischen, schlendern Sie durch bunte Gassen oder entspannen Sie am Strand, und das alles nur wenige Kilometer voneinander entfernt.

7 | DA NANG

Eine moderne Küstenstadt mit langen Stränden, Brücken und Bergen. Ideal als Zwischenstopp für diejenigen, die Kultur und Natur kombinieren möchten, mit einer entspannten Atmosphäre und überraschend guter Küche.



Die Melodie des Wassers

DAS BESTE AUS SÜD-VIETNAM

Der Süden Vietnams ist ein lebendiges Mosaik aus pulsierenden Städten, historischen Stätten und weitläufigen Deltas voller Wasserwege. Hier vermischt sich koloniale Geschichte mit bunten Tempeln, schwimmenden Märkten und tropischen Inseln. Per Boot, Fahrrad oder zu Fuß erleben Sie das reiche Leben am Wasser, die Kultur der Menschen und den unbestreitbaren Charme der südlichen Landschaft.

BESTE REISEZEIT **REISEDAUER**

Dezember - April
mind. 6 Tage

1 | HO CHI MINH

Eine lebendige Metropole voller Geschichte, Märkte und Energie. Entdecken Sie koloniale Gebäude, Streetfood und pulsierende Gassen, in denen Alt und Neu ständig aufeinandertreffen.



2 | CU CHI TUNNEL

Ein beeindruckendes Netzwerk von unterirdischen Tunneln aus der Kriegszeit. Erkunden sie die engen Gänge und erfahren Sie mehr über den Widerstand und die Überlebenskünste der Vietnamesen.

3 | CAO DAI TEMPEL

Ein farbenfroher und einzigartiger Tempel, in dem verschiedene Religionen zusammenkommen. Die Zeremonien sind ein Fest für das Auge und geben Einblick in die spirituelle Vielfalt Vietnams.



4 | APRICOT CRUISE

Entdecken Sie das Mekong-Delta vom Wasser aus bei einer gemütlichen Bootsfahrt. Genießen Sie die grünen Ufer, die lokalen Dörfer und das friedliche Leben am Fluss.



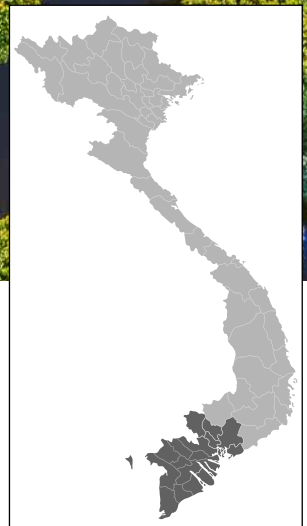
5 | MEKONGDELTA

Das fruchtbarste Gebiet Vietnams mit endlosen Flüssen, Kanälen und Inseln. Fahren Sie durch Reisfelder, besuchen Sie schwimmende Märkte und probieren Sie frische tropische Früchte.



7 | CAI RANG

Der größte und authentischste schwimmende Markt des Mekongdeltas. Hier kommen Händler zusammen, um Obst, Gemüse und lokale Produkte von kleinen Booten aus zu verkaufen.



6 | CAN THO

Die größte Stadt im Delta, bekannt für ihren lebhaften schwimmenden Markt und das charmante Leben am Fluss. Besuchen Sie lokale Tempel und erleben Sie das tägliche Leben am Wasser.



8 | PHU QUOC

Eine tropische Insel mit schneeweißen Stränden, azurblauem Wasser und entspannter Atmosphäre. Perfekt zum Schnorcheln, Tauchen und Entspannen, weit weg vom Trubel.

Krokant Glück

Vietnamesische Frühlingsrollen sind untrennbar mit der vietnamesischen Küche und Kultur verbunden und bei Einheimischen sowie Touristen beliebt. Erfahren Sie mehr über ihren Ursprung und natürlich, wie Sie sie selbst zubereiten.

Die vietnamesische Frühlingsrolle kommt in zwei Formen: frisch (gỏi cuốn) und frittiert (chả giò). Einst unter chinesischem Einfluss entstanden, entwickelte sich diese Rolle zu einem Nationalgericht mit regionalen Unterschieden. Im Norden sind sie leicht und würzig, im Süden kräftig und reichhaltig gefüllt.

Egal, ob Sie sich für die frische Variante mit Garnelen und Kräutern oder die knusprige Version mit Nudeln und Fleisch entscheiden, jeder Biss erzählt etwas über die vietnamesische Küche. Sie finden sie überall: auf der Straße, in Restaurants und in Küchen, wo Familien sie seit Generationen gemeinsam zubereiten.

GỎI CUỐN (FRISCHE FRÜHLINGSROLLEN)

12 Reispapierblätter
150 g gekochte Garnelen, halbiert
150 g gekochte Hähnchenbrust, in dünne Streifen
100 g Reismudeln, gekocht
2 Frühlingszwiebeln, fein gehackt
Frische Minze
Frischer Koriander
Thailändisches Basilikum
Gurke in dünne Streifen
Karotte in dünne Streifen
Salat oder Kopfsalat

Weichen Sie das Reispapier kurz in warmem Wasser ein und legen Sie es auf eine flache Unterlage. Belegen Sie es mit Salat, Nudeln, Gemüse, Kräutern, Hähnchen und Garnelen. Falten Sie die Seiten zu und rollen Sie es fest auf. Servieren Sie es mit einer Dip-Sauce aus Fischsauce, Limettensaft, Zucker, Knoblauch und Chili.



CHẢ GIÒ (FRITTIERTE FRÜHLINGSROLLEN)

12 Reis- oder Frühlingsrollenteigblätter
200 g gehackte Schweinefleisch
100 g fein gehackte Garnelen
50 g eingeweichte Glasnudeln, gehackt
1 geriebene Karotte
2 Frühlingszwiebeln, fein gehackt
2 Knoblauchzehen, gepresst
50 g eingeweichte und fein gehackte Shiitake
1 Ei
1 TL Fischsauce, Salz und Pfeffer
Öl zum Frittieren

Mischen Sie alle Zutaten für die Füllung. Geben Sie einen Löffel auf ein Reispapierblatt, falten Sie die Seiten zu und rollen Sie es auf. Kleben Sie es mit Wasser zu. Frittieren Sie in heißem Öl bis es goldbraun und knusprig ist. Lassen Sie es abtropfen und servieren Sie es warm.



ZWEI GENERATIONEN, EINE VERGANGENHEIT

Echos des Vietnamkriegs



Entlang der grünen Hügel Zentralvietnams hängt die feuchte Hitze schwer in der Luft. Im Schatten der ehemaligen Demilitarisierten Zone (DMZ), wo einst die Grenze zwischen Nord- und Südvietnam verlief, treffen sich zwei Familien. An einem Holztisch teilen sie Erinnerungen an ein Land im Konflikt und an eine Zukunft in Frieden.

Nguyen Van Hai aus Hanoi kämpfte als junger Soldat für Nordvietnam. Sein Sohn Minh kennt den Krieg nur aus Schulbüchern. Auf der anderen Seite sitzt Tran Duc Bao aus Ho-Chi-Minh-Stadt, der im südvietnamesischen Militär diente. Auch sein Sohn, Khoa, wurde in einer Zeit des Friedens geboren.

Die Väter teilen Erinnerungen an Angst, Überzeugung und Verlust. Hai erinnert sich, wie er in ständiger Anspannung lebte, während Bao an das Gefühl der Verlassenheit zurückdenkt, als sich die Amerikaner zurückzogen. Doch in ihren Stimmen klingt keine Bitterkeit mehr. Nur beim Erinnern an verlorene Kameraden fällt eine Stille, die mehr sagt als Worte.

Für ihre Söhne ist der Krieg vor allem Geschichte. Minh empfindet keinen Groll und reist mühelos durch das Land. Khoa bezeichnet es als ein Stück Familiengeschichte, aber sein Blick ist auf die Zukunft gerichtet. Der Kontrast zwischen den Generationen ist spürbar: Während die Väter noch den Geruch von Schießpulver tragen, leben die Söhne in einer Welt von Smartphones, Motorrädern und wirtschaftlichem Wachstum.

KEINE GEWINNER, SONDERN FORTSCHRITT

Wenn das Gespräch auf das Ende des Krieges kommt, klingt kein Triumph. Hai bezeichnet die Wiedervereinigung Vietnams als einen Sieg auf dem Papier, aber keinen echten Sieg, wenn man den Preis betrachtet: leere Dörfer, gebrochene Familien. Auch Bao erinnert sich vor allem an die, die nie mehr nach Hause kamen. Beide erkennen, dass der Schaden größer war als jede Ideologie.

Dennoch ist ihr Blick auf die Vergangenheit milder geworden, selbst wenn es um frühere Feinde geht. Die Amerikaner, einst die Verkörperung des Gegners, sind heute Touristen. Einige werden zu Freunden. Hai sieht junge Amerikaner, die mit aufrichtigem Interesse die Kriegsschauplätze besuchen. Bao findet es manchmal seltsam, aber auch berührend: „Ihre Großväter kämpften hier, und jetzt kaufen sie Eis für mein Enkelkind.“

Der Tourismus bringt eine neue Dynamik mit sich. Minh findet es gut, dass Ausländer die Tunnel und andere Kriegsschauplätze besuchen: Es hält die Erinnerung lebendig. Khoa erkennt an, dass es manchmal so wirkt, als würde ihr Schmerz zur Schau gestellt, aber solange es respektvoll geschieht, sieht er es als eine Möglichkeit, der Vergangenheit einen Platz zu geben.

Die Sonne sinkt langsam hinter die Hügel der DMZ. In der Ferne klingt das Lachen von Touristen, die am Eingang der Tunnel posieren. Der Kontrast ist groß, aber nicht bitter. Denn wo einst Stille und Angst herrschten, erklingt jetzt Leben.

VERGANGENHEIT UND VERBUNDENHEIT

Auf die Frage, ob heute noch Hass zwischen Nord und Süd besteht, ist die Antwort einstimmig. Nein. Der Krieg mag tiefe Wunden geschlagen haben, aber im täglichen Leben von heute spielt diese alte Teilung kaum noch eine Rolle. Menschen heiraten, arbeiten und reisen, ohne an frühere Grenzen zu denken. Das Land ist eins, nicht nur auf der Karte, sondern auch in den Köpfen und Herzen der Vietnamesen.

Der Vietnamkrieg (1955–1975) war ein bewaffneter Konflikt zwischen dem kommunistischen Nordvietnam, unterstützt von China und der Sowjetunion, und Südvietnam, das Hilfe von den Vereinigten Staaten erhielt. Die USA wollten verhindern, dass sich der Kommunismus in Asien weiter ausbreitete, und schickten Hunderttausende von Truppen. Der Krieg war brutal, langwierig und kostete Millionen Menschen das Leben.

1975 gewann Nordvietnam und das Land wurde unter einem kommunistischen Regime vereint. Für viele Vietnamesen hinterließ der Konflikt tiefe Wunden, sowohl physisch als auch emotional. Für die Amerikaner bedeutete es eine Niederlage. Heute ist Vietnam ein vereintes Land, aber Spuren der Vergangenheit bleiben sichtbar, in Landschaften, Erinnerungen und Museen.

RUHE, NATUR UND ZEITLOSE SCHÖNHEIT

Mit dem Strom schwimmen

Vietnam entdecken Sie am besten vom Wasser aus: eine Welt aus plätschernden Flüssen, versteckten Buchten und jahrhundertealten Wasserwegen, die die Landschaft mit Kultur verbinden.

Egal, ob Sie sich auf einer luxuriösen Kreuzfahrt entspannen, an schwimmenden Märkten anlegen oder mit einem traditionellen Boot zwischen grünen Reisfeldern gleiten, jede Bootserfahrung offenbart eine einzigartige Perspektive.

Diese Wasserreisen bringen Sie näher zur Natur, zu lokalen Lebensrhythmen und atemberaubenden Ausblicken, von nördlichen Buchten bis zu tropischen Deltas im Süden.



1 | KREUZFAHRT LAN HA BAI

Entfliehen Sie dem Trubel der Stadt und unternehmen Sie eine kleine Kreuzfahrt durch die Lan Ha Bucht, ein weniger bekanntes Juwel neben der Halong Bucht. Paddeln Sie zwischen dramatischen Kalksteininseln, schwimmen Sie im kristallklaren Wasser und erkunden Sie versteckte Höhlen. Die ruhigen Buchten und unberührte Natur machen dies zu einem abenteuerlichen und friedlichen Erlebnis, das Ihnen das raue, authentische Nordvietnam zeigt.

2 | KORBBBOOTE IN HOI AN

Steigen Sie in ein traditionelles rundes ‚Korbboot‘ und treiben Sie über die engen Wasserwege rund um Hoi An. Diese wackeligen, kleinen Boote laden zu einem Abenteuer ein: Sie navigieren entlang von Mangroven und Fischerdörfern, genießen die Ruhe und lernen das Leben auf dem Wasser kennen. Es ist eine verspielte und einzigartige Möglichkeit, den natürlichen Charme und das traditionelle Fischerdasein zu erleben.



3 | APRICOT CRUISE MEKONGDELTA

Erleben Sie eine luxuriöse, aber authentische Kreuzfahrt durch das Mekongdelta mit Apricot Cruise. Fahren Sie durch gewundene Flüsse, umgeben von üppigen Reisfeldern und Obstgärten, während das lokale Leben langsam an Ihnen vorbeizieht. Die Kombination aus Komfort und Abenteuer vermittelt Ihnen ein perfektes Bild der Deltalandschaft, wobei jede Kurve neue Überraschungen, schwimmende Märkte und freundliche Dörfer bringt.



4 | BOOTSFAHRT TAM COC

Steigen Sie an Bord für eine entspannende Bootsfahrt durch die atemberaubenden Karstlandschaften von Hoa Lu. Gleiten Sie entlang steiler Kalksteinfelsen, Reisfelder und alter Tempel, während Sie die Ruhe des Landlebens einatmen. Diese Fahrt kombiniert Natur und Geschichte und bringt Sie ins Herz des authentischen Nordvietnam.



5 | FLOSSFAHRT IN PU LUONG

Für den abenteuerlustigen Reisenden ist eine Floßfahrt in Pu Luong ein Muss. Treiben Sie ruhig stromabwärts auf einem einfachen Bambusfloß, umgeben von imposanten Bergen und grünen Reisfeldern. Fühlen Sie die Verbindung zur Natur, beobachten Sie bunte Vögel und lernen Sie Bergdörfer kennen, die ihre jahrhundertealten Traditionen lebendig halten. Ein reines, unvergessliches Erlebnis im rauen Norden.





A close-up photograph of two Buddhist monks in traditional orange robes. They are carrying large, rounded alms bowls (pattara) made of woven bamboo, which are suspended from their shoulders by wide, light-colored fabric straps. The monk on the left is holding the strap of his bowl with his right hand. The monk on the right is also holding the strap of his bowl. The background is blurred, suggesting an outdoor setting. The overall color palette is dominated by the vibrant orange of the robes and the natural tones of the bowls and straps.

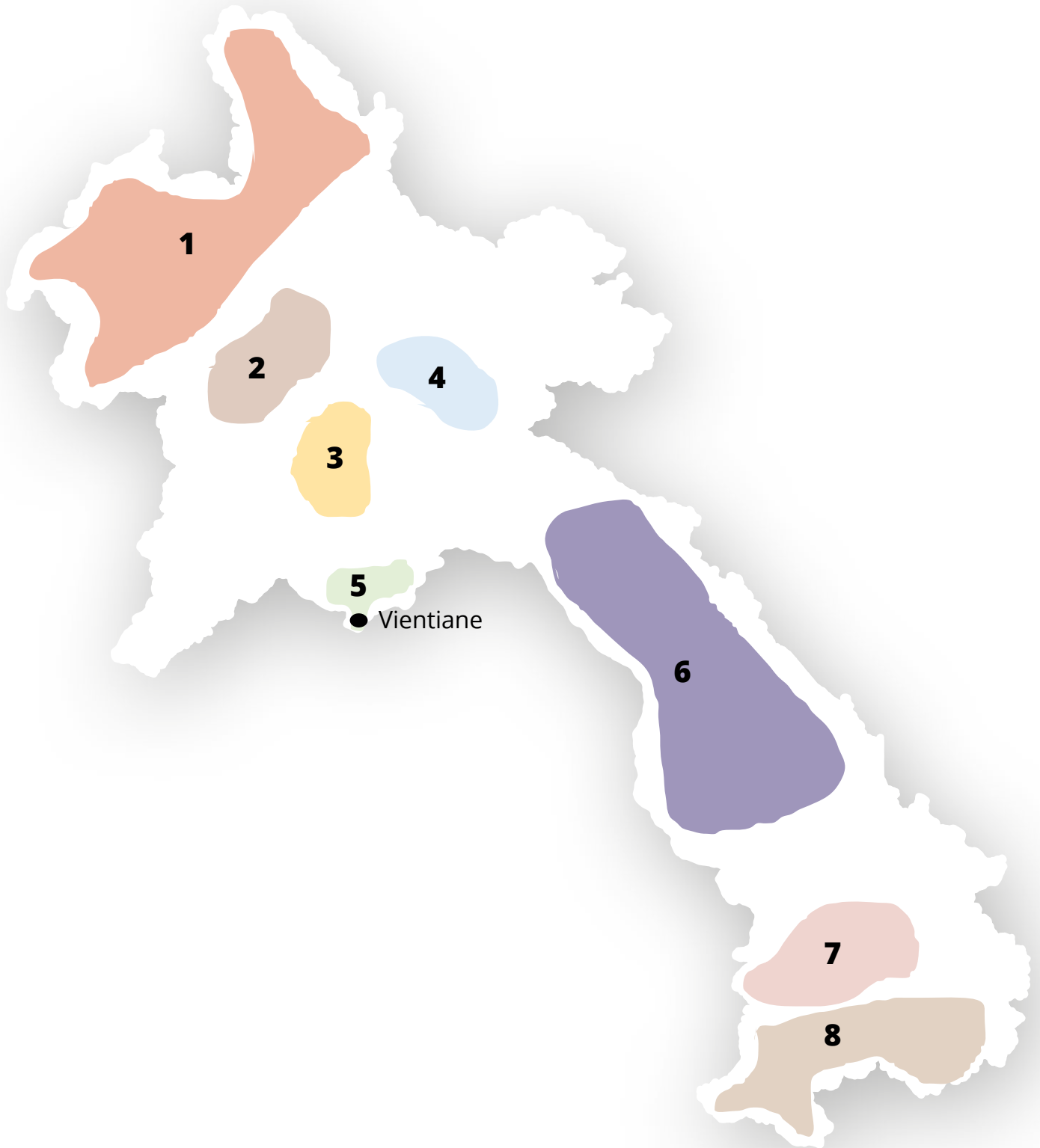
LANGSAM DURCH DAS LEBEN

Laos

Zwischen den bekannteren Nachbarländern Thailand, Vietnam und Kambodscha liegt Laos, ein Ziel, das noch weitgehend unentdeckt ist und gerade dadurch seine Authentizität bewahrt hat. Grüne Täler, bergige Landschaften und weitläufige Flüsse bilden die Kulisse für eine Reise, die sich um Einfachheit und Verbundenheit dreht. Laos ist ein Ort, an dem die Zeit stillzustehen scheint, wo Sie entschleunigen und in eine andere Lebensweise eintauchen können.

LAOS AUF EINEN BLICK

Rhythmus des Mekong



Laos ist vielleicht der bestgehütete Geheimtipp in Südostasien. Dieses Land verführt nicht mit Glanz oder Geschwindigkeit, sondern mit Ruhe, Authentizität und ungekünstelter Schönheit. Denken Sie an üppige Landschaften, jahrhundertealte Traditionen und eine entspannte Atmosphäre, die Sie ganz von selbst entschleunigen lässt.

1 | NORD-LAOS

Der raue Norden von Laos ist ein Paradies für Abenteuerer. In den Bergen rund um Orte wie Muang Ngoi und Luang Namtha leben Bergvölker, die ihre Traditionen hochhalten. Trekkingtouren durch dichten Dschungel, Homestays in abgelegenen Dörfern und Fahrten über stille Flüsse bieten einen Einblick in das pure laotische Leben. Die Natur ist unberührt, die Kultur tief verwurzelt, und der Tourismus ist kleinmaßstäblich, perfekt für diejenigen, die das echte Laos erleben möchten.

2 | LUANG PRABANG

Luang Prabang ist das kulturelle Herz von Laos und strahlt Ruhe und Spiritualität aus. Diese charmante Stadt, die als UNESCO-Weltkulturerbe anerkannt ist, kombiniert elegante buddhistische Tempel mit kolonialer Architektur und stimmungsvollen Abendmärkten. Die tägliche Almosenzeremonie bei Sonnenaufgang ist ein einzigartiges spirituelles Ritual. In der Umgebung finden Sie Wasserfälle, Höhlen und Elefantenreservate. Luang Prabang ist ein Ort, der lange im Gedächtnis bleibt, nachdem Sie gegangen sind.

3 | VANG VIENG

Vang Vieng hat sich von einem Backpacker-Paradies zu einem Ziel mit einem breiteren Angebot an Natur, Abenteuer und Entspannung entwickelt. Eingebettet zwischen Karstbergen und Reisfeldern am Nam Song-Fluss bietet es spektakuläre Ausblicke und Aktivitäten wie Kajakfahren, Klettern und Heißluftballonfahren. Die umliegenden Höhlen und Lagunen ziehen Naturliebhaber an, während die entspannte Atmosphäre für Erholung sorgt.

4 | PHONSAVAN

Phonsavan ist vor allem bekannt wegen der geheimnisvollen Ebene der Töpfe, einem archäologischen Rätsel mit tausenden von Steintöpfen, die über die Landschaft verteilt sind. Die Region hat auch eine schwere Geschichte als eines der am stärksten bombardierten Gebiete während des Vietnamkriegs. Besucher erfahren hier von der Arbeit von Organisationen, die sich für die Räumung von nicht explodierter Munition einsetzen. Gleichzeitig bietet die hügelige Landschaft rund um Phonsavan Ruhe, gastfreundliche Dörfer und einen Einblick in das laotische Landleben.

5 | VIENTIANE

Die Hauptstadt Vientiane fühlt sich eher wie ein großes Dorf als wie eine geschäftige Stadt an. Entlang des Mekong-Flusses finden Sie französische Kolonialgebäude, bunte Märkte und beeindruckende Tempel wie Pha That Luang. Das Tempo ist langsam, die Atmosphäre entspannt. Moderne Cafés und Boutiquen mischen sich mit alten Traditionen und Streetfood. Vientiane ist der Ort, an dem Alt und Neu aufeinandertreffen.

6 | ZENTRAL-LAOS

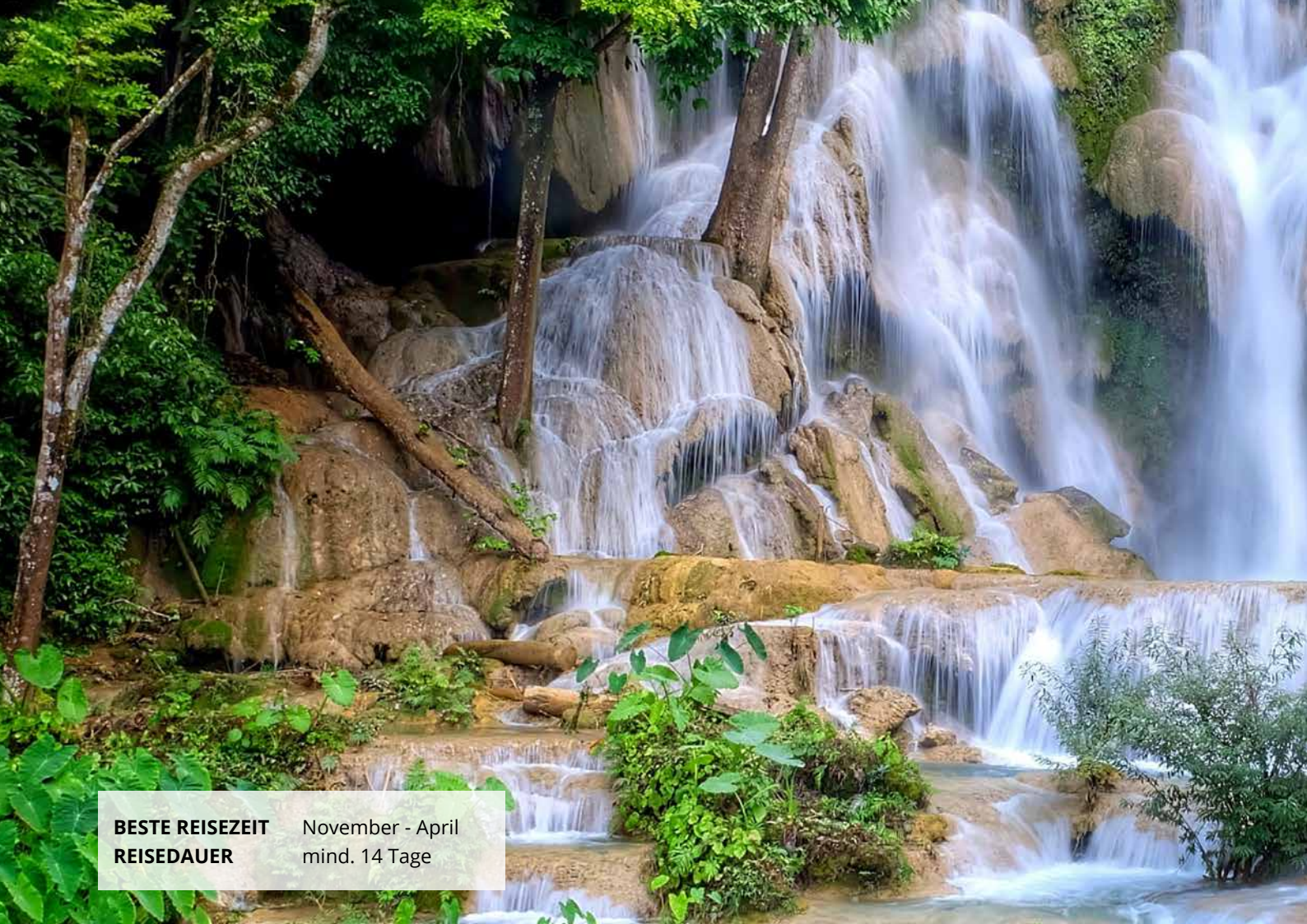
Zentral-Laos ist weniger besucht, bietet aber vielleicht das größte Abenteuer. Die Region ist bekannt für ihre Höhlensysteme, wie die beeindruckende Kong Lor-Höhle, die mit dem Boot durchquert werden kann. Die Landschaft ist rau und abwechslungsreich: Kalksteinformationen, dichte Wälder und versteckte Dörfer machen es zu einem Traum für Naturliebhaber. Hier erleben Sie die Stille des Landlebens und die Gastfreundschaft der Laoten in ihrer reinsten Form. Zentral-Laos ist Laos in seiner unberührtesten Form.

7 | PAKSE

Pakse ist das Tor zum Süden und der Ausgangspunkt für die Erkundung des Bolaven-Plateaus, berühmt für seine Wasserfälle und Kaffeeanbaugebiete. Die Stadt selbst ist eine ruhige Mischung aus kolonialem Charme, Tempeln und Märkten, gelegen an der Mündung zweier Flüsse. Von Pakse aus entdecken Sie auch alte Khmer-Tempel wie Wat Phou, ein Erbe, das an Angkor erinnert. Für diejenigen, die Komfort suchen, ohne den Charme von Laos zu verlieren, ist Pakse ideal.

8 | SÜD-LAOS

Im äußersten Süden liegt die Region Si Phan Don, auch bekannt als die „4000 Inseln“, wo sich der Mekong in unzählige Inselchen verzweigt. Don Det und Don Khon ziehen Reisende mit ihrer entspannten Atmosphäre und gemütlichen Restaurants am Wasser an. Weiter flussaufwärts liegen beeindruckende Wasserfälle und Reisfelder, so weit das Auge reicht. Der Süden von Laos ist perfekt für Reisende, die entspannen, zwischen den Palmen radeln oder einfach mal nichts tun möchten.



BESTE REISEZEIT November - April
REISEDAUER mind. 14 Tage

1 | LUANG PRABANG

Besteigen Sie den Phou Si für einen Panoramablick, schlendern Sie über den lebhaften Abendmarkt, besuchen Sie die Kuang Si-Wasserfälle und entdecken Sie die Pak Ou-Höhlen voller beeindruckender Buddha-Statuen.



3 | VIENTIANE

Besuchen Sie den besonderen Buddha-Park, spazieren Sie entlang des Mekong, probieren Sie Streetfood, bewundern Sie die goldene Pha That Luang und entspannen Sie in gemütlichen Cafés.



2 | VANG VIENG

Erkunden Sie die berühmte Blaue Lagune, genießen Sie eine Bootsfahrt auf dem Fluss, entdecken Sie mysteriöse Höhlen, machen Sie eine Ballonfahrt bei Sonnenaufgang und genießen Sie die atemberaubenden Karstlandschaften.



4 | KONG LOR

Paddeln Sie mit dem Kajak durch die kilometerlangen Kalksteinhöhlen, bewundern Sie beeindruckende Stalaktiten, wandern Sie durch umliegende Dörfer und erleben Sie die unberührte Natur und Stille.

Laos in Schichten

REISEN SIE MIT DEM MEKONG

Laos kombiniert wunderschöne Höhepunkte mit überraschenden Abenteuern abseits der ausgetretenen Pfade. Von bunten Tempeln und lebhaften Märkten bis hin zu ruhigen Bergdörfern und versteckten Höhlen: Diese Route führt Sie zu den besten und unbekannten Orten. Fahren Sie entlang ruhiger Flüsse, wandern Sie durch grüne Hügel und genießen Sie die reiche Kultur in einem entspannten Tempo.

5 | PAKSE

Entdecken Sie die koloniale Architektur, besuchen Sie den pulsierenden Markt und genießen Sie die ruhige Atmosphäre als Zugangstor zum Süden.



6 | BOLAVEN PLATEAU

Zipline durch den Dschungel, wandern zu Wasserfällen, besuchen Sie Kaffeeplantagen, überwinden Sie Hängebrücken und genießen Sie das kühle Klima und die grüne Landschaft.



7 | WAT PHOU

Erkunden Sie das alte Khmer-Tempelkomplex, wandern Sie durch den Dschungel, erfahren Sie mehr über die Geschichte und genießen Sie den Blick auf das Mekongtal.



8 | SI PHAN DON

Entdecken Sie tropisches Grün, überqueren Sie Hängebrücken und lassen Sie sich von beeindruckenden Wasserfällen überraschen. Genießen Sie den langsamen Rhythmus des Insellebens mit Hängemattenmomenten, Reisfeldern und bunten Sonnenuntergängen am Wasser.



6 EINZIGARTIGE ENTDECKUNGEN

Erleben Sie Laos anders



Laos ist mehr als Tempel und touristische Attraktionen. Lassen Sie sich von verschiedenen Abenteuern abseits der ausgetretenen Pfade überraschen. Von Trekkingtouren durch stille Bergdörfer bis hin zu entspannten Fahrradtouren zwischen den Mekong-Inseln bringen Sie diese sechs Aktivitäten näher an das pure Laos.



1 | TREKKING

Für diejenigen, die das reine Laos entdecken möchten, ist eine Trekkingtour im Norden ein einzigartiges Erlebnis. Sie wandern durch unberührten Dschungel, Reisfelder und entlang von Bergdörfern, in denen traditionelle Stämme leben. Unterwegs übernachten Sie in einfachen Homestays und lernen das lokale Leben aus nächster Nähe kennen. Keine Touristenaufführung, sondern ein intensives Erlebnis von Natur, Kultur und Gastfreundschaft. Die frische Bergluft, die Stille und die beeindruckenden Ausblicke machen diese Tour unvergesslich.



2 | AUFFANGSTATION

Das Gibbon-Rehabilitationszentrum nimmt verletzte und gerettete Gibbons auf und bereitet sie auf ihre Rückkehr in die Natur vor. Besucher lernen dort über Naturschutz, Biodiversität und die Zusammenarbeit mit lokalen Gemeinschaften. Das Zentrum liegt in einer walddreichen Umgebung und bietet eine seltene Gelegenheit, diese bedrohten Tiere aus nächster Nähe zu sehen. Ihr Besuch trägt zum Schutz der Lebensräume und zur Rehabilitation der Tiere bei. Eine inspirierende und lehrreiche Erfahrung.



3 | BALLONFAHRT

Eine Ballonfahrt über Vang Vieng ist eine ruhige Möglichkeit, die Landschaft zu bewundern. In den frühen Morgenstunden schweben Sie über neblige Reisfelder, Karstberge und den sich windenden Fluss. Während das Land erwacht, sieht man Dörfer und Natur aus einer völlig anderen Perspektive. Abseits des touristischen Zentrums bietet diese Tour Stille, Schönheit und einen einzigartigen Blick auf die laotische Landschaft. Ein Muss für alle, die Ruhe und Natur lieben.



4 | AUF DEM FAHRRAD

Si Phan Don, auch bekannt als die „4000 Inseln“, ist ein Paradies für diejenigen, die langsames Reisen lieben. Fahren Sie über ruhige Straßen entlang von Wasserfällen, Reisfeldern und Dörfern am Mekong. Unterwegs können Sie für einen frischen Saft anhalten oder Einheimische treffen. Die Landschaft ist flach und einladend, ideal für eine entspannte Erkundungstour. Hier erleben Sie das einfache, authentische Laos auf eine natürliche und zugängliche Weise.



5 | SEILBAHN

Das Bolaven-Plateau bietet Abenteuer und Natur in einem. Sausen Sie mit einer Zipline durch den Dschungel, wandern Sie über Hängebrücken über Flüsse und genießen Sie spektakuläre Ausblicke auf Wasserfälle und Plantagen. Dieses kühle Gebiet ist auch bekannt für seine Kaffeeproduktion, sodass Sie nach dem Abenteuer mit einer lokalen Tasse Kaffee entspannen können. Es ist der ideale Ort für diejenigen, die Abenteuer mit Ruhe, Naturschönheit und einem Hauch lokaler Kultur kombinieren möchten.



6 | KAJAKING

Die Kong Lor-Höhle ist eine 7 km lange Kalksteinhöhle mit einem unterirdischen Fluss, die in einem ruhigen Naturgebiet liegt. Mit dem Kajak erkunden Sie das Innere dieser Kalksteinhöhle, umgeben von Stalaktiten und geheimnisvollem Licht. Aber die Region hat noch viel mehr zu bieten. Außerhalb der Höhle können Sie durch die ruhige Landschaft wandern oder abgelegene Dörfer entdecken. Perfekt für alle, die Natur und Stille lieben.



Mönche treffen

In Luang Prabang, wo Tempel die Skyline bilden und der Mekong sanft fließt, treffen wir zwei Mönche, die die Seele von Laos repräsentieren. Der ehrwürdige Phra Somchai ist ein alter Mönch, weise und nachdenklich, der seit mehr als fünfzig Jahren sein Leben dem Buddhismus widmet. An seiner Seite sitzt der junge Novize Nikhom, der kürzlich dem Mönchsorden beigetreten ist und mit Neugier auf eine Welt blickt, die sich schnell verändert.

EIN FRÜHER START

Im frühen Morgenlicht von Luang Prabang beginnt das einfache Leben des Mönchs Phra Somchai schon vor Sonnenaufgang. „Meine Tage beginnen früh, vor Sonnenaufgang. Ich nehme an der Almosenrunde teil, dem Sammeln von Speiseopfern der Einheimischen. Danach meditiere ich, studiere die Sutras und begleite jüngere Mönche in ihrem Studium und ihrer Praxis“, erzählt er. „Es ist ein einfaches Leben, das auf Disziplin und inneren Frieden ausgerichtet ist. Wir leben ohne Besitz und legen Wert darauf, Wünsche loszulassen.“

TRADITION UND MODERNE

Sein Mitmönch Nikhom folgt einem ähnlichen täglichen Rhythmus, bemerkt jedoch auch den Einfluss der modernen Zeit. „Mein Tag ähnelt in vielerlei Hinsicht dem von Phra Somchai, mit Meditations-sitzungen und Studium. Aber ich merke, dass es auch Raum für moderne Einflüsse gibt. Wir nutzen manchmal Smartphones, um buddhistische Texte zu lesen, und es gibt mehr Kontakt mit Touristen und Jugendlichen. Manchmal teilen wir unsere Lehren über soziale Medien. Es ist spannend, denn es fühlt sich an, als ob wir die alten Traditionen mit neuen Kommunikationswegen kombinieren.“

WARUM MÖNCH WERDEN?

Beide sprechen offen über ihre Entscheidung für das Mönchtum. Für Phra Somchai war es eine Berufung. „Als Junge fühlte ich eine tiefe Verbundenheit mit dem Tempel und der Lehre Buddhas. Es gab mir Antworten auf Lebensfragen und half mir,

Frieden zu finden. Das Mönchtum war eine Möglichkeit, mein Herz zu reinigen und das Beste in mir zu entwickeln.“ Nikhom ergänzt: „Ich wollte vor allem Bedeutung in meinem Leben finden. In der schnellen Welt von heute fehlte mir etwas. Die Ruhe und Disziplin des Klosters boten mir das. Auch meine Familie unterstützt mich. Sie sehen es als Ehre, einen Mönch in der Familie zu haben. Ich hoffe, auf diese Weise auch zu unserer Gemeinschaft beizutragen.“

UMGANG MIT VERÄNDERUNG

Sie sind sich der Veränderungen in der Welt bewusst, wie Technologie und der Anstieg der Touristen in Luang Prabang. Phra Somchai sagt dazu: „Veränderung ist unvermeidlich, das weiß ich. Früher gab es keine Telefone oder Internet, und unsere Verbindung zur Außenwelt war auf die Gemeinschaft hier beschränkt. Jetzt muss man sich der Ablenkungen bewusst sein, die Technologie mit sich bringen kann. Es ist wichtig, den Mittelweg zu gehen, Technologie zu nutzen, ohne sich daran zu binden. Touristen bringen Geld, aber auch Unruhe. Wir versuchen geduldig zu bleiben und uns daran zu erinnern, dass unsere Aufgabe darin besteht, Frieden zu bewahren.“ Nikhom sieht es etwas anders: „Ich finde es gerade gut, dass Technologie uns hilft, unsere Botschaft zu verbreiten. Viele junge Menschen verstehen Meditation und buddhistische Werte besser durch Online-Videos oder Apps. Natürlich kann es manchmal ablenken, aber es liegt an uns, ein Gleichgewicht zu finden. Was die Touristen betrifft, sie sind oft neugierig und respektvoll. Es ist eine Chance, unsere Kultur zu teilen und gleichzeitig auf den Wert von Stille und Einfachheit aufmerksam zu machen.“





TOURISMUS UND KLOSTERLEBEN

Über den Einfluss von Touristen auf das Klosterleben und die Gemeinschaft sprechen sie mit Nuancen. Phra Somchai: „Es ist ein delikates Gleichgewicht. Auf der einen Seite gibt es Menschen, die mit Respekt kommen und die Tempel und Rituale schätzen. Auf der anderen Seite gibt es manchmal Touristen, die nicht die richtige Haltung haben, die zum Beispiel Lärm machen oder zu unpassenden Momenten Fotos machen. Wir versuchen, sie freundlich auf unsere Gewohnheiten hinzuweisen. Das Kloster ist keine Attraktion, sondern ein Ort der Stille und Besinnung.“ Nikhom betont die Chancen, die der Tourismus bietet: „Viele junge Mönche bekommen die Gelegenheit, Englisch zu lernen, indem sie mit Touristen sprechen. Es erweitert unseren Horizont und hilft uns, die Welt zu verstehen, ohne unsere Wurzeln zu verlieren.“

BLICK IN DIE ZUKUNFT

Über die Zukunft des Buddhismus und des Mönchtums in Laos sind sie unterschiedlicher Meinung, aber beide hoffnungsvoll. Phra Somchai teilt seine Sorge: „Manchmal mache ich mir Sorgen. Die Welt verändert sich schnell und jüngere Generationen werden anders erzogen. Aber solange es Menschen gibt, die nach innerem Frieden suchen, wird der Buddhismus bestehen bleiben. Das Mönchtum muss sich anpassen, ohne den Kern zu verlieren, das ist eine große Herausforderung.“ Nikhom ist optimistischer: „Mit neuen Medien und Bildung können wir mehr Menschen erreichen, auch außerhalb von Laos. Jugendliche fühlen sich manchmal abgelenkt, sind aber auch neugierig auf Spiritualität. Ich denke, dass sich der Buddhismus erneuern und mit modernen Werten verbinden wird, wie Umweltbewusstsein und soziale Gerechtigkeit. Es bleibt ein Weg zum Frieden in einer unruhigen Welt.“

PERSÖNLICHE ZIELE

Persönlich blicken sie auch nach vorne. Phra Somchai: „Mein Leben ist der Praxis und der Anleitung anderer gewidmet. Ich hoffe, dass ich meine Weisheit weiterhin teilen kann und dass das Kloster auch für zukünftige Generationen ein Ort der Ruhe bleibt.“ Nikhom möchte eine Brücke zwischen Tradition und Moderne sein: „Ich möchte mich weiter in die Lehre vertiefen und eine Brücke zwischen Tradition und Moderne sein. Vielleicht helfe ich mit Bildung oder Sorge dafür, dass die Klosterpraktiken für Jugendliche und Ausländer zugänglich bleiben.“

BOTSCHAFT AN BESUCHER

Ihre Botschaft an Besucher von Laos ist klar und respektvoll. Phra Somchai sagt: „Kommen Sie mit einem offenen Herzen und Respekt für unsere Kultur und Stille. Lassen Sie sich nicht nur von der schönen Landschaft ablenken, sondern versuchen Sie, die Tiefe unserer Traditionen zu fühlen.“ Nikhom fügt hinzu: „Genießen Sie die Schönheit, aber seien Sie auch neugierig auf das tägliche Leben hier. Versuchen Sie zu verstehen, was der Buddhismus für uns bedeutet und wie er unsere Lebensweise formt. Und vergessen Sie nicht, manchmal ist das Beste, was Sie tun können... einfach still zu sein.“

Im sanften Schatten des Tempeltores verabschieden wir uns von den beiden Mönchen, jeder mit seiner eigenen Geschichte, aber verbunden in ihrer Suche nach Bedeutung. In Luang Prabang, wo Tradition und Erneuerung zusammenkommen, entfaltet sich ein Laos, das fest in seiner Vergangenheit verwurzelt ist und offen für die Zukunft.

Thailand lebt von Farbe, Duft und Klang. Vom pulsierenden Straßenleben bis zu den raffinierten Aromen der Küche: alles atmet Energie und Gastfreundschaft. Sie werden in einen Rhythmus voller Kontraste mitgenommen, in dem Tradition und Erneuerung mühelos zusammenkommen. Das tägliche Leben spielt sich auf der Straße ab, offen und lebendig, und gerade darin liegt der Charme. Thailand berührt nicht durch das Spektakuläre, sondern durch die aufrichtige Einfachheit.



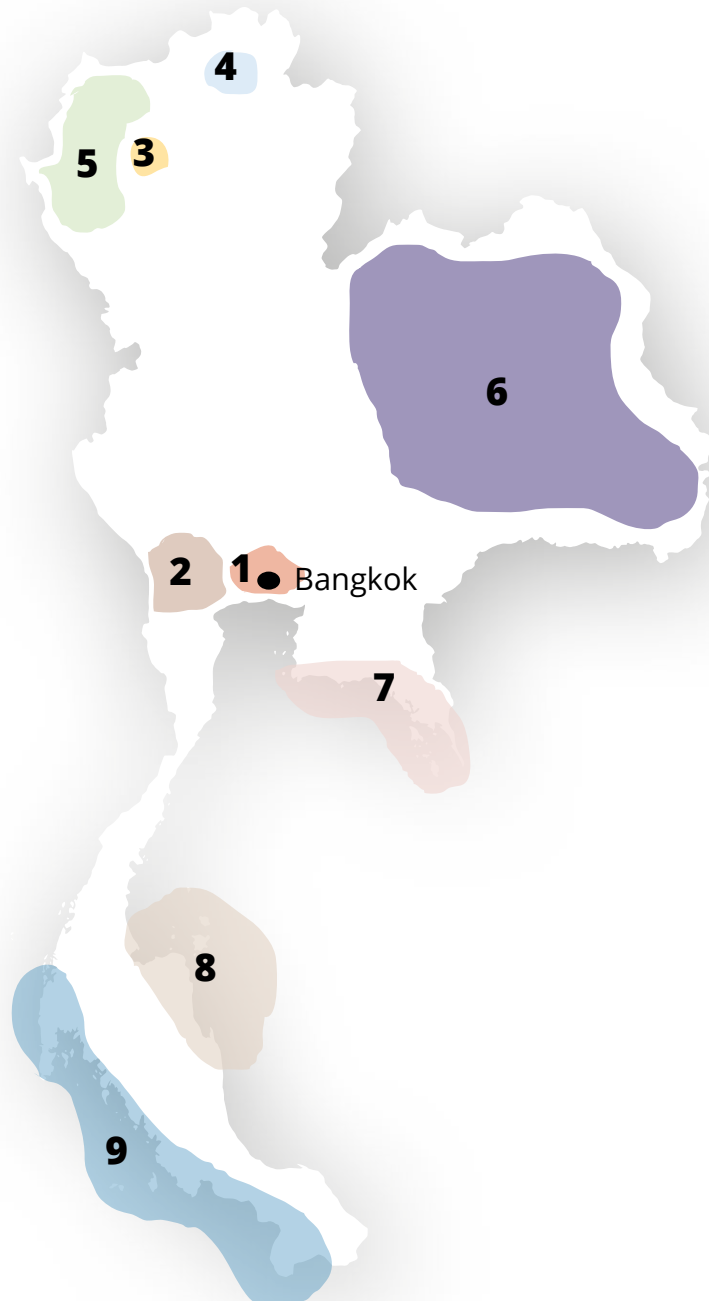
DAS LAND DES LÄCHELNS

Thailand



THAILAND AUF EINEN BLICK

Mit offene Augen. Mit offenen Herzen.



Entdecken Sie Thailand, ein Land der Kontraste und des Charmes. Vom energiegeladenen Bangkok bis zu den kulturellen Höhepunkten in Chiang Mai und Chiang Rai. Unternehmen Sie eine Reise entlang der Mae Hong Son Loop und des unentdeckten Nordostens.

Lassen Sie sich zu den tropischen Inseln der Ostküste, des Golfs von Thailand und der Andamanenküste entführen, wo Ruhe und Abenteuer aufeinandertreffen. Jedes Stück Thailand hat seine eigene Geschichte, bereit entdeckt zu werden.

1 | BANGKOK

Bangkok pulsiert. Zwischen glitzernden Tempeln, futuristischen Einkaufszentren und duftenden Straßenküchen entdecken Sie eine Stadt voller Kontraste. Fahren Sie über die Klongs, probieren Sie Pad Thai an, bewundern Sie die Skyline von einer Rooftop-Bar und schlendern Sie durch Paläste, wo Geschichte greifbar wird. In Stadtteilen wie Chinatown oder Ari spüren Sie, wie das Moderne und Traditionelle täglich zusammenleben. Bangkok ist kein Zwischenstopp, sondern ein Ziel für sich: intensiv, lebendig und immer wieder voller Überraschungen.

2 | WEST-THAILAND

In West-Thailand reisen Sie durch Geschichte und Natur. Machen Sie eine Fahrt über die Todesbahn, besuchen Sie die Brücke über den Kwai-Fluss und wandern Sie entlang von Wasserfällen im Dschungel. Auf dem Zugmarkt fahren Lokomotiven zwischen den Ständen, ein bizarrer Anblick. Bummeln Sie in Amphawa bei Sonnenuntergang am Wasser entlang, wo schwimmende Märkte und Glühwürmchen die Abende erleuchten. Hier kommt das tägliche Leben nah, zwischen Bamboohütten, Tempeln und dem Rhythmus des Flusses.

3 | CHIANG MAI

Chiang Mai ist eine Stadt der Stille und Erkundung. Bewundern Sie jahrhundertealte Tempel in der ummauerten Altstadt und radeln Sie entlang von Reisfeldern und Dörfern am Stadtrand. Besteigen Sie den Suthep-Berg zum Sonnenaufgang und genießen Sie die Aussicht über das Tal. In den frühen Morgenstunden können Sie Mönchen Reis und Blumen während des Tak Bat anbieten. Dieser Ort kombiniert Kultur, Natur und Entspannung in einem Rhythmus, der etwas langsamer wirkt.

4 | CHIANG RAI

Chiang Rai ist eine Stadt voller Kunst und Spiritualität. Ein schneeweißer Tempel glänzt im Sonnenlicht, während ein blauer Gegenpart Sie in einem Meer aus Saphir willkommen heißt. Ein mysteriöses schwarzes Museum zeigt düstere Schönheit. Besuchen Sie die beeindruckende Buddha-Statue auf dem Hügel und machen Sie eine Bootsfahrt über den Kok-Fluss für Ausblicke auf Berge und Dschungel. Hier spüren Sie den Norden: ruhiger, mystischer und mit einer eigenen kreativen Seele.

5 | MAE HONG SON LOOP

Die Bergstraße schlängelt sich entlang nebliger Täler, warmer Quellen und charaktvoller Dörfer. Hier herrscht eine entspannte Atmosphäre von Bamboohütten, Straßenmusik und Dschungeltouren. Fahren Sie auf Bamboofloßen durch Höhlen und besuchen Sie Tempel auf Berggipfeln. Beenden Sie Ihre Reise am höchsten Punkt des Landes, wo Wasserfälle und Bergvölker Sie in ein anderes Thailand entführen.

6 | NORDOST-THAILAND

Der Nordosten ist wenig besucht, aber reich an Kultur und Charakter. Alte Tempelruinen, endlose Reisfelder und lebendige Märkte bilden den Hintergrund für eine ungeschliffene, aber warme Region. Probieren Sie lokale Spezialitäten, die Sie anderswo nicht so schnell finden. Wandern Sie entlang von Flüssen und besuchen Sie Dörfer, wo die Zeit keine Eile kennt. Perfekt für Reisende, die bereits in Thailand waren und auf der Suche nach etwas Neuem sind.

7 | OSTKÜSTE

Entlang der Ostküste warten Inseln mit jeweils eigenem Charakter: lebhaft, abenteuerlich oder herrlich still. Dschungel, Sandstrände und Wasserfälle wechseln sich ab. Schnorcheln, Boot fahren, Sonnenbaden: hier dreht sich alles im Inselrhythmus. Und das nur wenige Stunden von der Hauptstadt entfernt. Für diejenigen, die Entspannung ohne Massentourismus suchen, ist dies ein verstecktes Juwel.

8 | GOLF VON THAILAND

In dieser Bucht liegen Inseln mit jeweils eigener Atmosphäre. Luxus, lebhaftes Festivals, Yoga, Ruhe und Tauchen wechseln sich ab. Schnorcheln Sie zwischen Korallenriffen, fahren Sie entlang von Kalksteinfelsen und entdecken Sie versteckte Strände. Die Unterwasserwelt ist hier ebenso beeindruckend wie die Aussicht über dem Meer. Egal, ob Sie einen aktiven Tag oder einen Moment in der Hängematte suchen, dieses Gebiet bietet tropisches Thailand vom Feinsten: warm, klarblau und voller Leben.

9 | ANDAMANENSEE

An dieser Westküste finden Sie raue Schönheit und azurblaues Wasser. Kalksteinfelsen, Buchten und ruhige Strände bilden die Kulisse zum Inselhopping und Entspannen. Zwischen dem Tauchen und Kajakfahren wandern Sie durch den tropischen Regenwald, schlafen auf dem Wasser oder entdecken ein Fischerdorf, wo die Zeit stillsteht. Hier verschmelzen Meer, Natur und Einfachheit zu einer Reise voller Erinnerungen.

DIE SCHÖNSTEN REISEWEGE DURCH DAS LAND

Thailand

Thailand ist ein vielseitiges Reiseziel. Nordthailand verwöhnt Sie mit Bergen, Kultur und unvergesslichen Landschaften. In Zentralthailand finden Sie pulsierende Städte, reiche Geschichte und grüne Natur. Und für diejenigen, die sich nach Sonne, Meer und Abenteuer sehnen, bietet Inselhopping ein tropisches Paradies mit unterschiedlichen Inseln. Jede Route bringt Sie näher an das Wesen Thailands, voller Überraschungen und Erlebnisse, die Ihre Reise unvergesslich machen.



1 | NORD-THAILAND

Nord-Thailand strahlt einen ruhigen Charme aus mit seinen grünen Bergen und kulturellem Reichtum. Chiang Mai und Chiang Rai sind pulsierende Kulturzentren voller Tempel, Handwerke und Märkte. In den Bergdörfern Pai und Mae Hong Son genießen Sie Ruhe, Traditionen und atemberaubende Landschaften. Die berühmte Mae Hong Son Loop ist eine abenteuerliche Route entlang von Seen, Höhlen und Wasserfällen. Auch Doi Inthanon, der höchste Berg Thailands, zieht Besucher mit seinem kühlen Klima und beeindruckenden Wasserfällen an. Nord-Thailand ist ein perfektes Ziel für diejenigen, die Natur und Kultur kombinieren möchten, mit überraschenden Begegnungen und unvergesslichen Ausblicken.



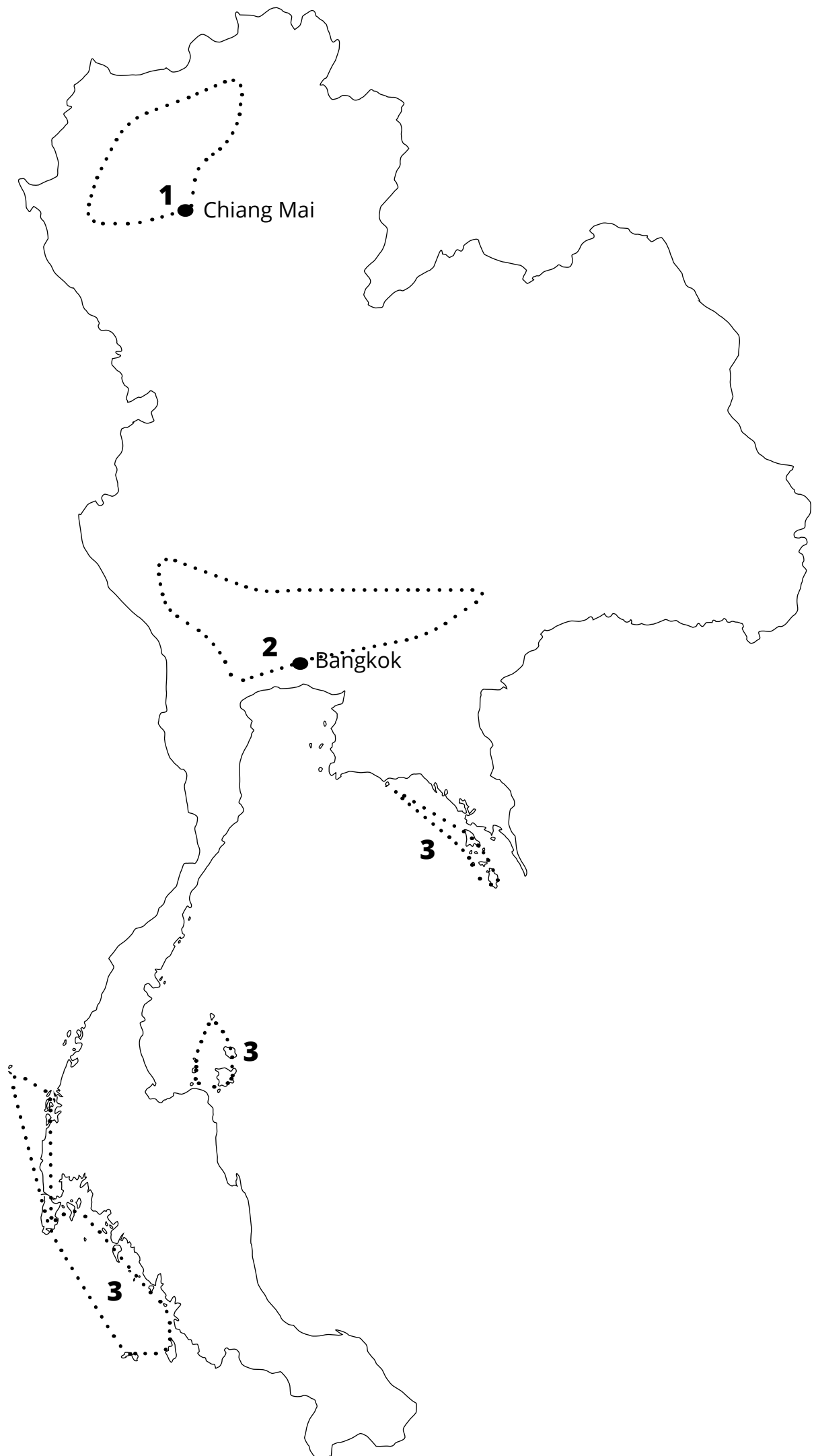
2 | ZENTRAL-THAILAND

Zentral-Thailand ist eine vielseitige Region, in der Stadt und Natur aufeinander treffen. Bangkok, die lebendige Hauptstadt, bietet moderne Wolkenkratzer neben jahrhundertealten Tempeln und geschäftigen Märkten. Nicht weit entfernt liegt das historische Ayutthaya, eine UNESCO-Weltkulturerbestätte voller Ruinen und Paläste. Amphawa ist bekannt für seinen stimmungsvollen schwimmenden Wochenmarkt und Glühwürmchen am Abend. Der Kwai-Fluss erinnert an die tragischen Ereignisse des Zweiten Weltkriegs, ein Ort, an dem man innehalten sollte. Für Naturliebhaber ist der Khao Yai Nationalpark eine grüne Oase voller Wasserfälle, Wildtiere und Wanderwege.



INSELHÜPFEN

Entlang der Küste Thailands liegen drei ideale Regionen zum Inselhopping. In der Andamanensee entdecken Sie bekannte Perlen wie Ko Phi Phi, Ko Lanta und das ruhige Ko Yao Noi. Khao Lak bildet das Tor zum Khao Sok Nationalpark und den Similan-Inseln. Die Ostküste ist weniger bekannt, aber gut erreichbar von Bangkok, mit entspannten Inseln wie Ko Samet, Ko Chang und dem grünen Ko Kood. In der Golf von Thailand bilden Ko Samui, Ko Phangan und Ko Tao ein tropisches Trio: von lebhaft und komfortabel bis unberührt und abenteuerlich. Jede Insel hat ihren eigenen Charakter, zusammen machen sie das Inselhopping zu einem abwechslungsreichen und unvergesslichen Erlebnis.



Tauchen Sie ein in den stillen Rhythmus des Nordens, wo Nebel zwischen den Bergen hängt und das Leben in einem anderen Tempo verläuft. Hier spüren Sie das echte Thailand: unberührt, warm und überraschend rein. Sie reisen entlang gewundener Bergstraßen, Reisfeldern und dichter Dschungel, auf dem Weg zu jahrhundertealten Tempeln und spontanen Begegnungen. Jeder Halt bringt eine neue Aussicht, eine andere Geschichte.

BESTE REISEZEIT
REISEDAUER

November - Februar
mind. 11 Tage



1 | CHIANG RAI

Bewundern Sie die märchenhaften Weißen und Blauen Tempel, fahren Sie mit dem Boot über den Kok-Fluss vorbei an Dörfern und üppigen Hügeln, und entdecken Sie den nordischen Charme dieser kreativen Stadt voller Kultur und Ruhe.



2 | PAI

Ein entspanntes Bergdorf mit einem Hippie-Vibe: Probieren Sie Streetfood auf dem Abendmarkt, wandern Sie über die spektakuläre Pai-Schlucht und tauchen Sie ein in die Warmwasserquellen zwischen Reisfeldern und Bergen.

3 | MAE HONG SON

Abenteuerliche Stopps mit burmesischen Einflüssen: Entdecken Sie die Tam Lod-Höhle mit einem Bambusfloß, bewundern Sie die goldenen Tempel und ziehen Sie in den Dschungel für eine Wanderung durch das bergige Hinterland.



4 | MAE SARIANG

Eine schläfrige Stadt am Fluss mit authentischem Charme. Ideal für Reisende, die Ruhe suchen und gerne das lokale Leben kennenlernen, fernab des Trubels.



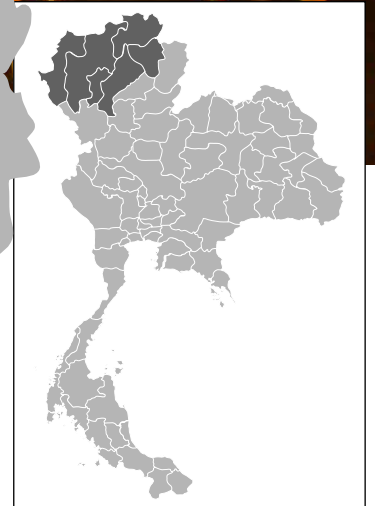
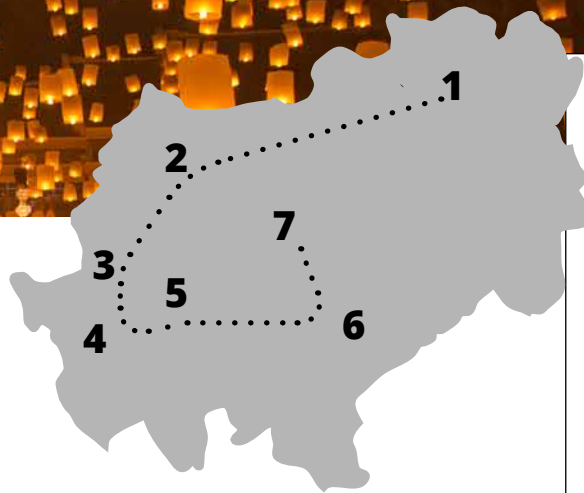
Langsam in den Norden

REISE DURCH NORD-THAILAND



5 | DOI INTHANON

Entdecken Sie Thailands höchsten Berg mit kühler Luft, kraftvollen Wasserfällen und Wanderwegen durch den Nebelwald. Die bunten Stupas oben bieten ein Panorama, das Sie nicht so schnell vergessen werden.



6 | LAMPANG

Traditionelle Stadt mit kolonialem Flair: Fahren Sie mit einer Pferdekutsche, bewundern Sie die hölzernen Teakhäuser und genießen Sie die Ruhe an den Ufern des Wang-Flusses, fernab des Massentourismus.



7 | CHIANG MAI

Starten Sie jeden Tag mit der Tak Bat-Zeremonie, radeln Sie entlang alter Tempel und Märkte in der ummauerten Stadt und genießen Sie die Aussicht bei Doi Suthep auf dem Berggipfel.

Ruhe oder Rushhour?

ERKUNDEN SIE ZENTRAL-THAILAND

Von lebhaften Märkten bis zum stillen Dschungel, diese Route führt Sie durch das kulturelle und natürliche Herz Thailands. Sie reisen von schwimmenden Dörfern und historischen Stätten zu pulsierenden Städten und grünen Hügeln. Der Wechsel zwischen Kultur, Natur und Entspannung macht diese Strecke ideal für diejenigen, die Zentral-Thailand in der Tiefe erleben möchten, ohne sich zu hetzen.

BESTE REISEZEIT
REISEDAUER

November - April
mind. 12 Tage



1 | AMPHAWA

Schlendern Sie über den bunten Zugmarkt und probieren Sie lokale Köstlichkeiten auf dem Wochenmarkt. Am Abend fahren Sie entlang von Glühwürmchen, tagsüber erkunden Sie die Mangroven mit dem Boot. Amphawa ist ein malerisches Wasserdorf, in dem das Leben langsam fließt, nur wenige Stunden von Bangkok entfernt.



2 | HIN TOK

ping-Glamping mit Blick auf den Dschungel. Wandern Sie durch den beeindruckenden Hellfire Pass, einen belasteten Ort aus dem Zweiten Weltkrieg, und machen Sie eine Zugfahrt über das Holzbahnviadukt von Wang Pho. Eine Kombination aus Natur, Geschichte und Ruhe.

3 | DAS FLOATHOUSE (RIVER KWAI)

Sie schlafen in einer schwimmenden Villa zwischen Kalksteinfelsen. Mit einem Boot besuchen Sie den Sai Yok-Wasserfall und das lebendige Kanchanaburi, mit der ikonischen Brücke über den River Kwai, einem Kriegsmuseum und dem alliierten Friedhof. Eine besondere Mischung aus Natur und Erinnerung.



4 | AYUTTHAYA

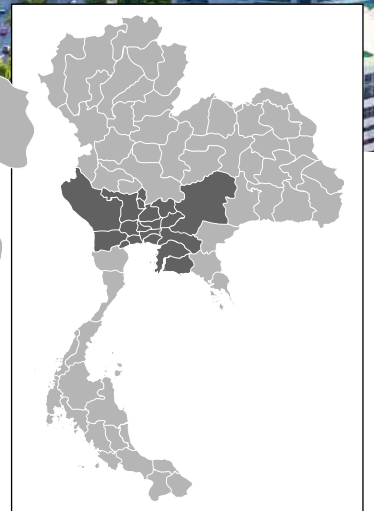
Auf dem Weg nach Ayutthaya halten Sie an den türkisfarbenen Erawan-Wasserfällen und dem königlichen Sommerpalast von Bang Pa-In. In der alten Hauptstadt radeln oder wandern Sie entlang mysteriöser Tempelruinen und Buddha-Statuen: ein faszinierendes Fenster in das glorreiche Siam von einst.





5 | BANGKOK

Erkunden Sie den Königlichen Palast und die Tempel der alten Stadt, machen Sie eine Bootsfahrt durch die Klongs und radeln Sie durch überraschend ruhige Viertel. Beenden Sie Ihren Aufenthalt mit Streetfood, einem Cocktail in einer Rooftop-Bar und der pulsierenden Energie der Hauptstadt.



6 | KHAO YAI

In diesem Nationalpark wandern Sie entlang von Wasserfällen, Lianenpfaden und Aussichtspunkten. Gibbons, Nashornvögel oder sogar wilde Elefanten zu beobachten, ist keine Ausnahme. Ein grüner Zwischenstopp mit frischer Luft und dem echten Dschungelgefühl.



7 | KO SAMET

Weißer Strände, kristallblaues Wasser und eine entspannte Atmosphäre: Ko Samet ist der ideale Ort, um zur Ruhe zu kommen. Schnorcheln Sie, lesen Sie ein Buch unter den Palmen und genießen Sie den Sonnenuntergang mit Ihren Füßen im Sand. Das perfekte Ende Ihrer Reise.

INSELHÜPFEN IN THAILAND

Vitamin See

An aerial photograph of two traditional Thai longtail boats on crystal-clear turquoise water. The boats are positioned diagonally, with the one on the left slightly ahead of the one on the right. Both boats have blue tarps covering the seating area. The water is so clear that the sandy bottom and some underwater vegetation are visible. The boats cast soft shadows on the water. The overall scene is serene and idyllic, representing the 'Vitamin Sea' theme.

Türkisblaue Buchten, wiegende Palmen und Longtail-Boote auf glitzerndem Wasser: Thailand ist ein Traumziel für Inselhopper. Egal, ob Sie nach einer Rundreise auf einer idyllischen Insel entspannen oder ganz auf Sonne, Meer und sandige Füße setzen möchten, Inselhopping ist das ganze Jahr über möglich. Dank der verschiedenen Regionen mit jeweils ihrem eigenen Klima und Flair finden Sie immer eine Inselgruppe, wo die Sonne scheint. Vom pulsierenden Süden bis zu den unberührten Juwelen an der Ostküste: Wählen Sie Ihre Route, steigen Sie auf das Boot und lassen Sie sich von Strand zu Strand führen.



1 | KHAO LAK

Ruhige Strände, Sonnenuntergänge und eine entspannte Atmosphäre prägen Khao Lak. Unternehmen Sie einen Tagesausflug in den rauen Khao Sok Nationalpark, wo Sie zwischen Kalksteinfelsen und Dschungel eine Bootsfahrt auf dem Cheow Lan See machen.



2 | PHUKET

Die größte Insel Thailands kombiniert Strandvergnügen mit Kultur. Erkunden Sie das bunte Phuket Town mit seiner sino-portugiesischen Architektur und lebhaften Märkten. Von hier aus starten Sie bequem zu Bootsausflügen zu Buchten, Schnorchelplätzen oder umliegenden Inseln in der Andamanensee.

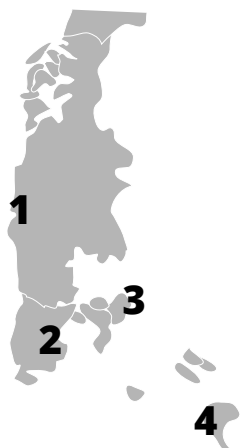
3 | KO YAO NOI

Zwischen Phuket und Krabi liegt diese ruhige Insel, wo die Zeit stehen geblieben zu sein scheint. Fahren Sie entlang von Reisfeldern, treffen Sie lokale Fischer und genießen Sie die Ausblicke auf die Kalksteinformationen der Phang Nga Bucht.



4 | KO LANTA

Mit langen Stränden, gemütlichen Dörfern und einer entspannten Atmosphäre ist Ko Lanta bei Ruhesuchenden beliebt. Sie können dort schnorcheln, tauchen, Inselhopping machen oder die charmante Altstadt von Lanta erkunden.



Andaman ruft

INSELHÜPFEN ZWISCHEN KALKSTEINFELSEN UND KOKOSPALMEN

Im Südwesten Thailands wartet die Andamanensee mit einer Mischung aus lebhaften Inseln, versteckten Buchten und tropischer Ruhe. Diese Inselroute kombiniert Strände und Natur und ist ideal für diejenigen, die im Rhythmus des Meeres reisen möchten, perfekt für Wintersonnenanbeter oder als Abschluss einer Rundreise.

BESTE REISEZEIT
REISEDAUER

November - April
mind. 10 Tage

Rhythmus der Wellen

SOMMERLICHE INSELROUTE IM GOLF VON THAILAND

Die Golf von Thailand ist die perfekte Kulisse für eine Inselreise mit Vielfalt: von entspannt bis lebhaft, von Schnorchelplätzen bis Dschungelpfaden. Durch das günstige Klima in unserem Sommer ist dies der Ort für Inselhopping zwischen Ko Samui, Ko Phangan, Ko Tao und dem geschützten Ang Thong Marine Park.

BESTE REISEZEIT
REISEDAUER

Februar - August
mind. 9 Tage



1 | KO SAMUI

Auf dieser Insel finden Sie eine angenehme Mischung aus Komfort, Stränden, Wasserfällen und Tempeln. Perfekt für diejenigen, die einen schnellen Start mögen, mit vielen Ausflugsmöglichkeiten, stimmungsvollen Abendmärkten und gemütlichen Dörfern. Ideale Ausgangsbasis für Ausflüge zu den umliegenden Inseln und dem Marinepark.

3

2

4

1

3 | KO TAO

Klein, aber beliebt bei Tauch- und Schnorchelfans. Das Wasser ist klar, das Korallenriff bunt und die Atmosphäre gemütlich. Erkunden Sie die Insel mit dem Longtailboot, mit Buchten, Aussichtspunkten und der Möglichkeit, Schildkröten zu beobachten.



2 | KO PHANGAN

Mehr als nur Vollmondpartys. Ko Phangan bietet ruhige Buchten, Dschungelwanderungen und Aussichtspunkte, aber auch coole Strandbars. Eine Insel, die je nach Aufenthaltsort schnell zwischen Entspannung und Lebhaftigkeit wechselt.

4 | ANG THONG MARINE PARK

Diese Inselgruppe aus Kalksteinformationen, Lagunen und Panoramen ist als Tagesausflug von Ko Samui oder Ko Phangan erreichbar. Sie können zu einem ikonischen Aussichtspunkt wandern oder einfach die tropische Kulisse in diesem geschützten Naturgebiet genießen.





1 | KO SAMET

Nahe Bangkok, aber dennoch tropisch. Mit weißen Stränden, klarem Wasser und gemütlichen Strandbars ist Ko Samet ein idealer erster Halt. Hier beginnt Ihre Inselreise in entspannter Atmosphäre.



3 | KO MAK

Klein, flach und fast vollständig autofrei. Ko Mak ist die Insel für langsames Reisen: Fahren Sie entlang von Gummipflanzungen, entspannen Sie in einer Hängematte am Meer oder kajaken Sie zu umliegenden unbewohnten Inseln. Eine verborgene Perle für Ruhe suchende, die das thailändische Inselleben wirklich spüren möchten.



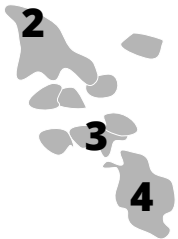
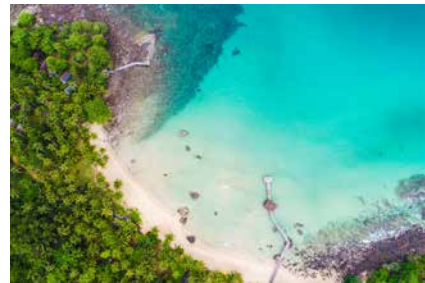
2 | KO CHANG

Eines der größeren Inseln Thailands, mit einem grünen, bergigen Binnenland und einer Mischung aus Stränden, Wasserfällen und Dörfern. Ideal für diejenigen, die die Natur und Abwechslung lieben. Sie können dort schnorcheln, wandern oder lokale Fischerdörfer besuchen.



4 | KO KOOD

Die abgelegenste Insel der vier, mit Dschungelgebieten, Wasserfällen und paradiesischen Stränden. Hier kommen Sie zur Ruhe und zur Natur, fernab der Welt. Sie können schnorcheln, einen Wasserfall besuchen oder einfach die Aussicht Ihres Bungalows am Wasser genießen.



Verstecktes Paradies

INSELHÜPFEN ENTLANG DER OSTKÜSTE

BESTE REISEZEIT November - April
REISEDAUER mind. 9 Tage

Weniger bekannt, aber ideal für diejenigen, die es etwas ruhiger mögen: die Inselgruppe vor der Ostküste. Denken Sie an wiegende Palmen, klare Buchten und entspannte Inselatmosphäre. Diese Region ist leicht von Bangkok aus erreichbar, perfekt für einen kürzeren Inseltrip oder als Abschluss Ihrer Rundreise.

Thai'm for food

In Thailand dreht sich alles um Essen. Die Frage „Kin reu yang?“ (übersetzt: Haben Sie schon gegessen?) wird anstelle von „Wie geht es Ihnen?“ verwendet. Essen ist eine Lebensweise, Teilen und Fürsorge. Überall tauchen Düfte auf: auf der Straße, in Marktständen, in einfachen Küchen.

Die Zutaten sind frisch, die Geschmäcker perfekt im Gleichgewicht. Scharf, sauer, süß oder herzhaft, jedes Gericht ist eine Suche nach Harmonie. Gesund, abwechslungsreich und oft überraschend leicht. Von einer schnellen Nudel in einem Foodstall bis zu einem duftenden Curry auf dem Land: Wer Thailand wirklich verstehen will, muss sich mit an den Tisch setzen.



PAD THAI

Pad Thai ist das Flaggschiff der thailändischen Küche: Reismudeln, die mit Ei, Sojasprossen, Tofu, Frühlingszwiebeln und meist Garnelen oder Hähnchen gebraten werden. Die Geschmacksbalance liegt im Detail: Limettensaft, Fischsauce, Palmzucker und Chili. Abgerundet mit Erdnüssen für einen knusprigen Akzent. Man isst es an jeder Straßenecke, aber nirgends so schmackhaft wie auf Nachtmärkten oder bei Food-Stalls in Bangkok oder Chiang Mai, wo es frisch zubereitet und sofort auf Ihrem Teller landet.



PAD KRAPAO

Ein beliebtes Wokgericht mit Hackfleisch (häufig Schweine- oder Hühnerfleisch), viel Knoblauch, Chili und Thai-Basilikum. Serviert mit Jasminreis und oft einem Spiegelei obendrauf. Scharf, würzig und herrlich süchtig machend. Pad Krapao ist das Mittagsggericht für Thailänder: schnell, warm, herzhaft und immer sättigend. Am besten in kleinen Restaurants oder Foodcourts zu probieren, zum Beispiel in Chiang Mai oder bei den lokalen Essensständen rund um Bahnhöfe und Märkte.



CURRY

Thailändische Currys zeichnen sich durch ihre duftenden Currypasten aus, die aus frischen Kräutern wie Galgant, Zitronengras und Kaffir-Limetten hergestellt werden. Grünes Curry ist das schärfste, rotes hat einen tieferen Geschmack, gelbes ist mild und cremig. Serviert mit Fleisch, Fisch oder Tofu in Kokosmilch, oft mit Auberginen, Bohnen oder Bambus. Jede Region hat ihre Variante, aber auf dem Land oder in lokalen Küchen, zum Beispiel in Ayutthaya oder Khao Sok, schmecken Sie die Fülle von hausgemachten Currys am besten.



KHAO PAD

Gebratener Jasminreis mit Ei, Zwiebel, Gemüse und einer Wahl an Fleisch oder Meeresfrüchten. Verfeinert mit Limette, Chili in Fischsauce und Gurkenscheiben. Einfach, aber immer anders, je nachdem, wer es zubereitet. Perfekt als schnelles Essen unterwegs oder als Resteverwertung in heimischen Küchen. Probieren Sie Khao Pad auf Inseln wie Ko Lanta oder Ko Phangan, wo es oft mit Krabben oder Garnelen zubereitet wird, frisch aus dem Meer und perfekt über einem Strandfeuer gebraten.



TOM YUM

Eine scharf-saure Suppe auf Basis von Brühe, Zitronengras, Kaffir-Limettenblatt, Galanga, Chili, Limette und Fischsauce. Das Ergebnis ist eine intensive Geschmacksexplosion: frisch, würzig, scharf und herzergreifend. Tom Yum bedeutet wörtlich „kochende Mischung“ und ist eines der bekanntesten Gerichte der thailändischen Küche. Probieren Sie diese Suppe auf einem Food-Markt in Bangkok oder in einem Strandrestaurant am Golf von Thailand, ideal als Muntermacher oder um Ihre Mahlzeit scharf zu beginnen.



SOM TAM

Ein würziger Salat aus grüner Papaya, fein gehacktem Chili, Knoblauch, Limettensaft, Fischsauce, Tomate und Erdnüssen. Die Textur ist knackig, der Geschmack eine Explosion von sauer, salzig und scharf. Ursprünglich aus der nordöstlichen Isaan-Region, aber mittlerweile national beliebt. Wird oft mit Klebreis und gegrilltem Fleisch gegessen. Am besten zu probieren auf Märkten in Amphawa oder Bangkok, wo Straßenverkäufer ihn vor Ort in einem Mörser stampfen.

LIEBLINGSORTE IN THAILAND

Jede Nacht ein Ziel für sich





VERBORGEN IM DSCHUNGEL

Im Norden Thailands, an der Grenze zu Laos und Myanmar, liegt das luxuriöse Four Seasons Tented Camp. Hier verbinden Sie Ihren Aufenthalt stillvoll, mit Holzterrassen, kupfernen Badewannen und Blick über den Fluss oder die Berge. Das Camp ist nur mit dem Boot erreichbar und bietet exklusive Erlebnisse wie Dschungelwanderungen, Wellness und Elefantenbeobachtungen. Für diejenigen, die ultimativen Komfort, Ruhe und Naturerlebnis in einem außergewöhnlichen Rahmen suchen, ist dies einer der raffiniertesten und abgelegensten Orte Thailands.

UNTER DEN STERNEN TREIBEN

Am Ufer des legendären River Kwai liegt The Floathouse River Kwai, eine schwimmende Lodge im Herzen des Dschungels von Sai Yok. Sie erreichen Ihre Villa nur mit dem Boot. Mit einem Reetdach, Holzmöbeln und einer privaten Terrasse am Wasser strahlt hier alles Ruhe aus. Tagsüber erkunden Sie mit einem Longtailboot den Sai Yok-Wasserfall, Höhlen und Tempel. Abends treiben Sie sanft im Rhythmus des Flusses. Ein Ort für diejenigen, die Komfort an einem einzigartigen Standort suchen.



WACH WERDEN IM WALD

Am Rande des Dschungels, ganz in der Nähe des historischen Hellfire Pass, bietet das Hintok River Camp ein Glamping-Erlebnis in komfortablen Zelten aus Canvas. Sie schlafen zwischen Bäumen, hören das Rauschen des Flusses und nehmen morgens ein erfrischendes Bad im natürlichen Schwimmbecken. Das Camp hat eine reiche Geschichte: Britische Soldaten hielten sich hier während des Baus der Todesbahn auf. Heute genießen Sie eine Kombination aus Komfort, Natur und Erbe. Die Lagerfeuerabende, der Blick auf die Klippen und die Ausflüge machen dies zu einem einzigartigen Erlebnis in der Region.

WO ELEFANTEN ZU HAUSE SIND

Zwischen dem dicht bewachsenen Regenwald von Khao Sok bietet Elephant Hills ein authentisches Dschungelerlebnis mit einem Fokus auf Nachhaltigkeit, Naturerlebnis und respektvollem Tierkontakt. Sie schlafen in geräumigen Safarizelten mit Blick ins Grüne, hören Gibbons bei Sonnenaufgang und sehen Glühwürmchen bei Einbruch der Dunkelheit tanzen. Ein Aufenthalt hier bedeutet Reisen mit Respekt: Elefanten werden in ihrem Tempo begegnet, ohne touristische Show oder Ritt. Auch am stillen Cheow Lan-See, wo Sie in einer schwimmenden Zeltvilla übernachten, steht Harmonie mit der Natur im Mittelpunkt. Alles strahlt Ruhe, Einfachheit und bewusstes Reisen aus, ohne auf Komfort zu verzichten.





DAS GEHEIMNIS DER ARABISCHEN HALBINSEL

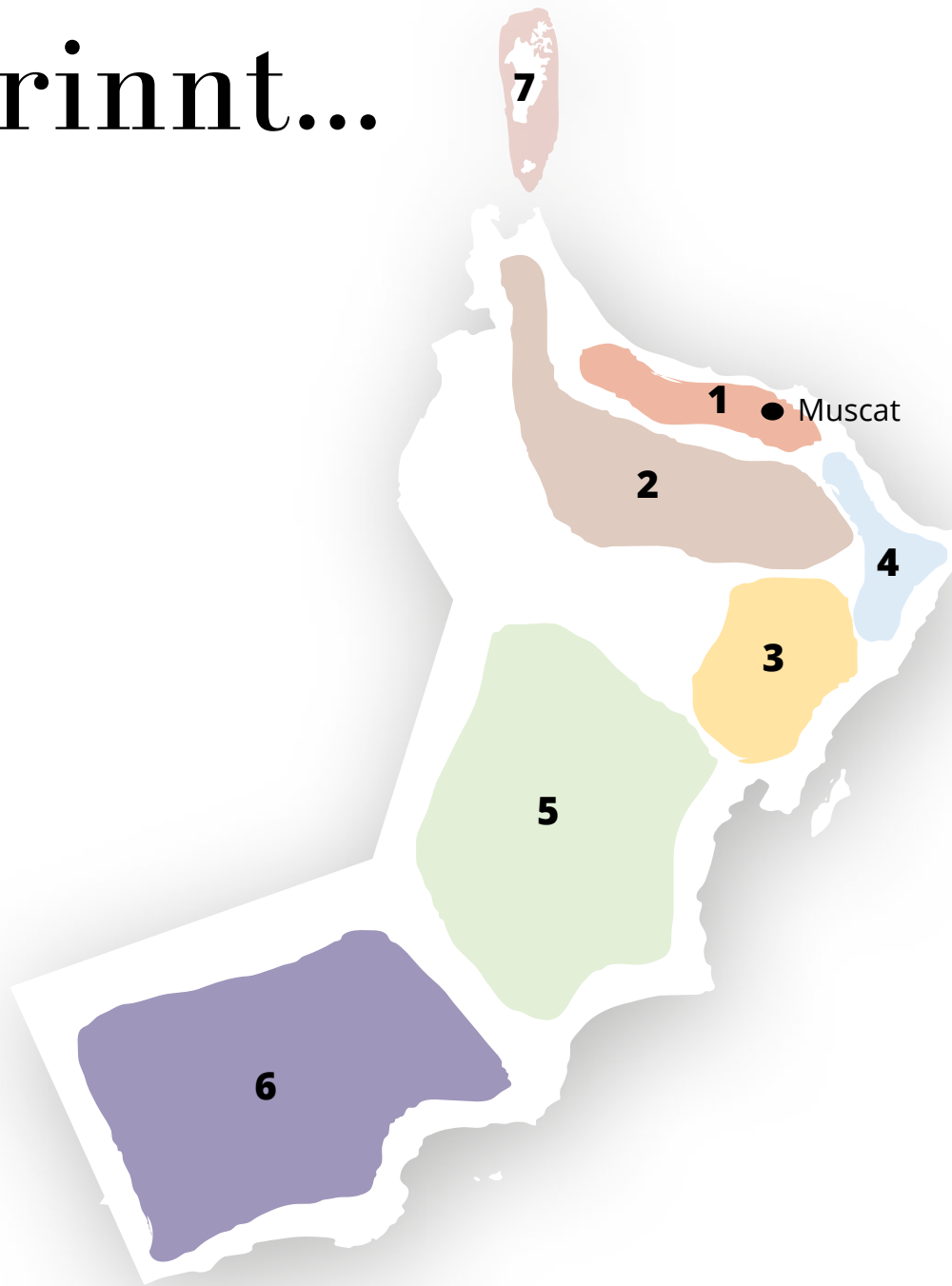
Oman

Oman ist anders. Authentischer, ruhiger und überraschend vielseitig. In diesem Sultanat an der Südküste der Arabischen Halbinsel wechseln goldene Wüsten, dramatische Gebirgszüge und smaragdgrüne Wadis einander ab.

Oman ist ein Ziel für diejenigen, die die arabische Welt in ihrer reinsten Form erleben möchten, ohne den Trubel der Nachbarländer.



Wo die Zeit im Sand verrinnt...



Der Oman ist überraschend vielfältig. Im Norden wandern Sie entlang von Lehmfestungen und duftenden Souks, im Landesinneren durchqueren Sie tiefe Wadis und stille Wüstenebenen. Dazwischen erheben sich die Al-Hajar-Berge mit Terrassendörfern, Bergpässen und atemberaubenden Ausblicken. Weiter unten wartet die tropische Küste des Südens mit Palmen, Weihrauchbäumen und einem Monsun, der alles grün färbt. Und dann gibt es noch Musandam, rau und abgelegen, mit Fjorden und Delfinen vor der Küste. Jede Region zeigt ein anderes Gesicht des Oman, von Berggipfeln bis zur Brandung, von Sand bis zum Meerblick.

1 | MUSCAT & UMGEBUNG

Muscat ist eine ruhige Hauptstadt, die Sie nicht überwältigt, sondern Sie Schritt für Schritt einlädt, sie kennenzulernen. Sie schlendern durch die duftenden Gassen des Muttrah Souq, bewundern die kunstvolle Sultan-Qaboos-Moschee und spazieren entlang des königlichen Palastes zwischen zwei alten Festungen. Die Stadt liegt zwischen rauen Bergen und einer klarblauen Küstenlinie. Nur wenige Schritte außerhalb des Zentrums entdecken Sie stille Buchten, Aussichtspunkte und Wanderwege entlang des Wassers. Wer aufs Wasser möchte, fährt zu den Daymaniyat-Inseln: einem geschützten Naturgebiet mit Korallen, tropischen Fischen und mit etwas Glück, Meeresschildkröten. Muscat ist der ideale Ausgangspunkt Ihrer Reise: entspannt und durchdrungen von Kultur.

2 | AL HAJAR GEBIRGE & NIZWA

Das Al Hajar-Gebirge ist rau, hoch und überraschend grün. Auf Jebel Shams wandern Sie entlang atemberaubender Klippen auf dem Balcony Walk. Das Saiq-Plateau von Jebel Al Akhdar begeistert mit Terrassen voller Granatäpfel und Rosen. Unterwegs passieren Sie Lehm-Dörfer wie Misfah al Abriyeen, Bilat Sayt und Al Hamra. In Birkat al Mouz schlängeln sich alte Bewässerungskanäle (falaj) zwischen den Dattelpalmen. Festungen wie Bahla und Jabreen erwecken die reiche Geschichte zum Leben. Nizwa, mit seiner Festung, Viehmärkten und lebhaften Souk, ist eine stimmungsvolle Basis, um die Region zu erkunden. Eine Region für Wanderer, Ruhe suchende und Liebhaber von Bergdörfern mit Seele.

3 | WAHIBA SANDS

Tiefe Stille, goldene Dünen und Sternenhimmel ohne Lichtverschmutzung: Willkommen in den Wahiba Sands. Sie erkunden die Wüste mit einem 4x4 und übernachten in einem Zeltlager zwischen dem welligen Sandmeer. Bei Sonnenuntergang besteigen Sie eine Düne für einen Ausblick, der Sie sprachlos macht. Diese Region fühlt sich endlos an, liegt aber überraschend nah am Gebirgsgebiet und der Küste. Unterwegs passieren Sie kleine Dörfer, Kamele und Sandspuren, die am Horizont verschwinden. Hier dreht sich alles darum, langsamer zu werden, zu schauen und zu fühlen.

4 | OSTKÜSTE

Entlang der Ostküste finden Sie eine der schönsten Routen Omans. Von Sur bis Bimmah Sinkhole schlängelt sich die Straße entlang von Wadis, Klippen und kleinen Fischerdörfern. Unterwegs erfrischen Sie sich in Wadi Bani Khalid, einem der zugänglichsten und beliebtesten Wadis des Landes. In Wadi Shab und Wadi Tiwi wandern Sie zwischen Dattelpalmen und Felswänden zu natürlichen Becken. Das klarblaue Bimmah Sinkhole lädt zu einem erfrischenden Sprung ein. In Ras al Jinz erleben Sie einen magischen Moment, wenn abends große Meeresschildkröten ihre Eier legen. Diese Region kombiniert Natur und Küstenleben, mit immer neuen Ausblicken hinter jeder Kurve.

5 | WÜSTE VON AL WUSTA

Al Wusta ist eine ausgedehnte, trockene Region im Herzen Omans. Die Landschaft besteht aus Kiesflächen, Dünen und verlassenen Ebenen, die sich bis an den Rand der Rub al Khali erstrecken, einer der größten Sandwüsten der Welt. In dieser stillen Zone liegen Ölfelder, abgelegene Dörfer und Naturschutzgebiete, in denen unter anderem die Arabische Oryx lebt. Eine raue, unberührte Leere, die den Norden und Süden des Landes miteinander verbindet.

6 | SALALAH & DHOFAR-REGION

Süd-Oman ist eine eigene Welt. In der Dhofar-Region wechseln sich weiße Strände, grüne Berge und Wasserfälle ab – besonders während des Khareef, der Monsunzeit von Juli bis September. Salalah ist das Zentrum des Weihrauchhandels und strahlt tropische Ruhe mit seinen Bananenplantagen und der Küstenpromenade aus. In der Umgebung besuchen Sie verlassene Strände, historische Ruinen und duftende Weihrauchbäume. Diese Region fühlt sich fast afrikanisch an und bildet einen überraschenden Abschluss- oder Ruhepunkt Ihrer Reise. Für diejenigen, die Oman auf eine ganz andere Weise erleben möchten.

7 | MUSANDAM

Abgelegen und spektakulär: Die Halbinsel Musandam liegt im äußersten Norden Omans, getrennt vom Rest des Landes und durch einen Streifen der Vereinigten Arabischen Emirate getrennt. Sie grenzt an die strategische Straße von Hormuz, durch die ein großer Teil des weltweiten Ölhandels verläuft. Die Landschaft ist rau und dramatisch, mit fjordartigen Buchten, steilen Klippen und versteckten Buchten. Während einer traditionellen Dhow-Kreuzfahrt fahren Sie entlang von Felsformationen und abgelegenen Bergdörfern, oft begleitet von Delfinen. Musandam ist still, isoliert und rein, ein Ort, an dem Natur und Tradition aufeinandertreffen.

Diese Route kombiniert alles, was das Sultanat so besonders macht: duftende Märkte und jahrhundertealte Festungen, Bergpässe und Palmenhaine, Sanddünen, die bei Sonnenuntergang glühen, und eine Küstenlinie voller Wadis.

Reisen Sie entlang von Lehmfestungen und Dattelpflanzungen, trinken Sie Kardamomkaffee bei gastfreundlichen Einheimischen und schlafen Sie unter dem Sternenhimmel in der Wüste.

BESTE REISEZEIT Oktober - April
REISEDAUER mind. 10 Tage

1 | MUSCAT

Verlieren Sie sich im duftenden Muttrah Souq, besuchen Sie die beeindruckende Sultan-Qaboos-Großmoschee und den Al-Alam-Palast. Spazieren Sie entlang der jahrhundertealten Festungen Jalali und Mirani und folgen Sie der Küstenstraße zum Panoramablick im Riyam Park.



3 | JEBEL AL AKHDAR

Erkunden Sie das Saiq-Plateau, wandern Sie den 3 Village Walk entlang verlassener Dörfer und Bewässerungskanäle und bewundern Sie die grünen Terrassen voller Granatäpfel und Rosensträucher. Die Kühle der Berge ist eine Erleichterung nach der Hitze der tiefer gelegenen Regionen.



2 | JEBEL SHAMS

Erkunden Sie den Balcony Walk am Grand Canyon Omans und entdecken Sie dabei traditionelle Bergdörfer wie Misfah und Bilat Sayt. In Al Hamra, Tanuf und Bahla erleben Sie den Charme des Binnenlandes und lernen die jahrhundertealte omanische Kultur kennen.



4 | NIZWA

Erklimmen Sie das imposante Fort mit Blick auf die Palmoase, schlendern Sie an Silberschmieden und Dattelverkäufern im Souk vorbei und besuchen Sie am Freitagmorgen den traditionellen Viehmarkt. Hier wird die reiche Geschichte Omans zwischen Lehmwänden und lebhaften Handelsaktivitäten lebendig.

Geschichten von Früher

DIE HÖHEPUNKTE IM NORDEN VON OMAN



5 | WAHIBA SANDS

Fahren Sie mit einem 4x4 in die Dünen, schlafen Sie in einem Wüstenlager und erleben Sie den Sonnenuntergang im endlosen Sand. Haben Sie Lust auf ein Extra? Dann machen Sie eine Ballonfahrt über die Wüste oder ziehen Sie mit Kamelen in die Dünen.



7 | RAS AL JINZ

Abends kommen die grünen Meeresschildkröten hier an Land, um ihre Eier zu legen: manchmal bis zu 200 auf einmal. Während eines geführten Besuchs sehen Sie, wie sie mit ihren Flossen den Sand wegschieben, Nester graben und wieder langsam in Richtung Meer kriechen.



6 | WADI'S

Entlang der Route von der Wüste zur Küste liegen einige spektakuläre Wadis: tiefe Schluchten mit klarem Wasser, Palmen und natürlichen Schwimmbecken. In Wadi Bani Khalid können Sie problemlos schwimmen, während Wadi Shab und Wadi Tiwi zu Wanderungen entlang von Felswänden, Wasserfällen und Höhlen einladen.



8 | SUR

In Sur sehen Sie, wie traditionelle Holz-Dhow-Schiffe noch von Hand gebaut werden. Spazieren Sie entlang des Hafens und des Leuchtturms und fahren Sie dann entlang der Küste zurück nach Muscat. Unterwegs halten Sie am Bimmah Sinkhole und genießen Klippen, Strände und türkisfarbene Buchten.



Fjorde & Wüsten

REISE ZUR HALBINSEL MUSANDAM

BESTE REISEZEIT Oktober - April
REISEDAUER mind. 4 Tage

Völlig isoliert vom Rest des Oman liegt Musandam. Eine zerklüftete Halbinsel, wo steile Felsklippen ins Meer stürzen und fjordartige Buchten tief ins Land schneiden. Sie fahren dort mit einem traditionellen Dhow zwischen den Bergen und dem Meer, weit weg von Hektik und Zeit.



1 | KHASAB & WADI BIH

Die Hauptstadt von Musandam ist Ihre Ausgangsbasis für Fjorde, Berge und Kultur. Besuchen Sie das Khasab Fort und fahren Sie mit einem 4x4 in die spektakuläre Wadi Bih: eine trockene Schlucht voller Ausblicke, Ziegenpfade und verlassener Dörfer.



2 | OMANISCHER DHOW-CRUISE

Steigen Sie ein für eine traditionelle Dhow-Kreuzfahrt durch den Fjord von Khor Sham, mit steilen Felswänden, kristallklarem Wasser und der Möglichkeit, Delfine zu sehen. Unterwegs passieren Sie kleine Fischerdörfer und die historische Telegrapheninsel, die jetzt ein ruhiger Schnorchelplatz mit Korallen und Farben ist.

3 | JEBEL HARIM

Der höchste Punkt von Musandam bietet einen Blick über raue Berge, Terrassen und trockene Täler. Unterwegs passieren Sie Fossilien, die Millionen Jahre alt sind, und kleine Dörfer, die nur über Bergpisten erreichbar sind. Eine beeindruckende Fahrt durch das Landesinnere.



4 | KUMZAR

Dieses abgelegene Küstendorf liegt tief in den Fjorden und ist nur mit dem Boot erreichbar. Die Bewohner sprechen ihre eigene Sprache und leben noch größtenteils von der Fischerei. Kumzar fühlt sich wie eine eigene Welt an, isoliert, traditionell und voller Charakter.





1 | SALALAH STADT

Das tropische Herz von Dhofar. Beginnen Sie im entspannten Zentrum mit dem lebhaften Al Haffa Souq (Räucherwerk und Textilien), der Sultan-Qaboos-Moschee und der Palmenpromenade am Meer. Hier spüren Sie sofort die tropische Atmosphäre des südlichen Omans.

3 | MUGHSAIL STRAND

Ein weitläufiger weißer Sandstrand mit Felsklippen und spektakulären Meeresspringbrunnen. Die Küstenstraße dorthin schlängelt sich entlang von Aussichtspunkten und kalksteinernen Bergwänden. Perfekt, um den Sonnenuntergang zu bewundern.



2 | WADI DARBAT

Grün und überraschend üppig, besonders während des Khareef (Monsunzeit). Sie finden dort Wasserfälle, weidende Kamele, klare Tümpel und Bootchen auf dem See. Eine Oase, die sich wie eine andere Welt in Oman anfühlt.

4 | MIRBAT & SAMHARAM

Ein ruhiges Fischerdorf mit alten Kaufmannshäusern, einer Festung und Blick auf das Meer. Unterwegs halten Sie an der archäologischen Stätte von Samharam, einst ein blühender Weihrauchhafen. Gemeinsam erwecken sie das Erbe von Dhofar zum Leben.



Tropisches Süden

ENTDECKEN SIE, WAS DIE REGION RUND UM SALALAH ZU BIETEN HAT

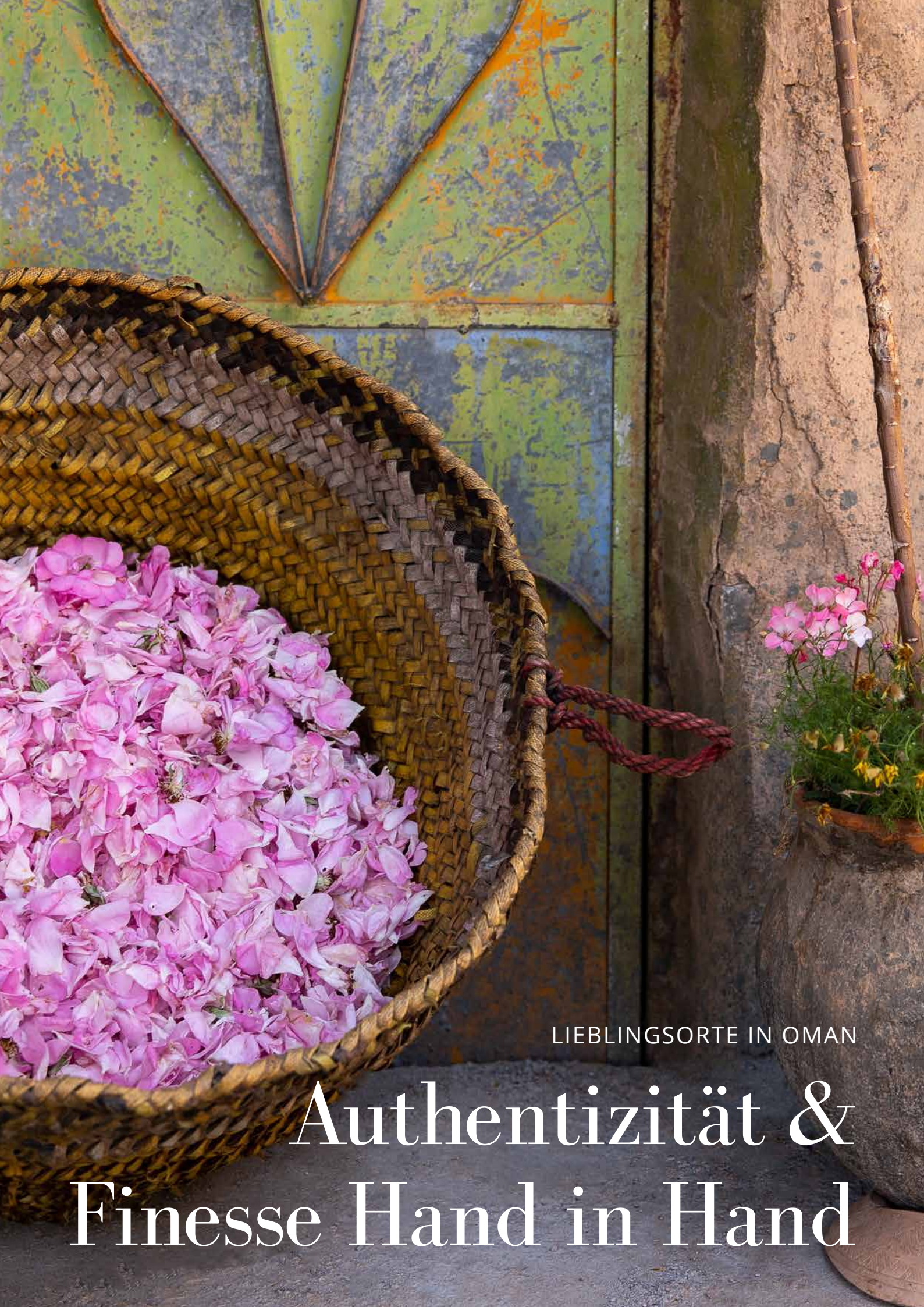
Die Dhofar-Region fühlt sich wie ein eigenes Land an. Tropisch, geheimnisvoll und überraschend grün während des Khareef, der Monsunzeit, die die Berge in Nebel hüllt und Täler zum Leben erweckt. Von Salalah aus erkunden Sie eine Welt voller Wasserfälle, weißer Strände, alter Handelsrouten und verlassener Fischerdörfer. Eine Route voller Kontraste, wo Kamele unter Palmen grasen und Geschichte aus den Felsen auftaucht.

BESTE REISEZEIT

das ganze Jahr über
Mai - September (Khareef)

REISEDAUER

mind. 4 Tage



LIEBLINGSORTE IN OMAN

Authentizität & Finesse Hand in Hand



IN DEN FUSSTAPFEN VON DIANA

Hoch in den Bergen, auf dem Saiq-Plateau, liegt eines der spektakulärsten Resorts von Oman. Im Anantara Al Jabal Al Akhdar Resort logieren Sie auf über 2.000 Metern Höhe, mit Blick auf tiefe Schluchten, terrassierte Gärten voller Rosensträucher und bizarre Berggipfel, die im Licht erstrahlen. Vom legendären Aussichtspunkt, an dem Prinzessin Diana einst stand – jetzt bekannt als Dianas Punkt – blicken Sie über tiefe Schluchten und terrassierte Gärten voller Granatäpfel.

UNTER DEN STERNEN IN DER WÜSTE

Das Desert Nights Camp liegt tief in den Wahiba Sands und weiß wie kein anderer, wie man Wüste und Komfort harmonisch miteinander verbindet. Die Zelte sind geräumig, mit echten Betten, Klimaanlage, einem eigenen Badezimmer und arabischen Details in Stoff und Licht. Bei Sonnenuntergang färben sich die Dünen warmrot und die Welt scheint für einen Moment stillzustehen. Tagsüber ziehen Sie mit einem Führer in das Sandmeer oder besuchen eine Beduinenfamilie in der Nähe. Abends speisen Sie unter den Sternen, zwischen Fackeln und dem sanften Rauschen des Windes. Das Camp ist abgelegen, aber alles ist bis ins kleinste Detail organisiert: von der Gastfreundschaft über die Mahlzeiten bis hin zur Begrüßung und der Stille. Hier spüren Sie, dass Einfachheit und Luxus sich gegenseitig verstärken können. Sie wohnen in der Wüste, müssen aber auf nichts verzichten. Außer auf Ihr Zeitgefühl.



OASE DER RUHE IN DER HAUPTSTADT

Wer Stil und Stille liebt, fühlt sich sofort zu Hause im The Chedi Muscat. Dieses ikonische Hotel am Meer kombiniert minimalistische Architektur mit arabischer Eleganz. Das weiß gekalkte Ensemble wird von Brunnen, Palmen und langen Schwimmbecken umgeben. Sie wählen aus verschiedenen Restaurants, von raffiniert asiatisch bis mediterran, und schließen den Tag mit Ihren Füßen im Sand und Blick auf den Golf von Oman ab. The Chedi liegt direkt außerhalb des Zentrums von Muscat, was es zum perfekten Ort macht, um Ihre Reise ruhig zu beginnen oder zu beenden.

REINE RUHE ZWISCHEN BERG UND BUCHT

Zighy Bay by Six Senses ist kein gewöhnliches Resort, sondern ein Ziel für sich. Abgelegen an einem Strand in Musandam, eingeschlossen zwischen zerklüfteten Bergen und kristallklarem Wasser, erreichen Sie es nur über einen Bergweg, per Boot oder beim Paragliding. Sie schlafen in einer Villa mit privatem Pool. Die Atmosphäre ist entspannt und warm, der Service unübertroffen raffiniert. Alles stimmt, bis ins kleinste Detail: vom frischen Brot beim Frühstück bis zur Aussicht aus dem Außenbad. Hier müssen Sie nichts tun. Lesen, schwimmen, schnorcheln oder einfach nur auf den Horizont starren. Zighy Bay ist ideal für diejenigen, die sich in eine Welt des Komforts, der Natur und der Einfachheit zurückziehen möchten. Nicht auffällig, sondern unvergesslich.



SCHNORCHEL-HOTSPOT IN OMAN

Verstecktes Paradies

Netz vor der Küste von Oman, nur eine kleine Stunde von Muscat entfernt, liegt ein unberührtes Naturschutzgebiet aus neun kleinen Inseln: den Daymaniyat-Inseln. Stellen Sie sich türkisfarbenes Wasser, weißen Sand, bunte Korallenformationen und eine Unterwasserwelt vor, die Sie direkt in eine Naturdokumentation katapultiert. Die Inseln sind ein geschütztes Naturgebiet, daher dürfen Sie nur mit Genehmigung und mit einem anerkannten Reiseveranstalter dorthin reisen.



SCHILDKRÖTEN

Die Daymaniyats sind ein wichtiger Brutplatz für die grüne Meeresschildkröte. Beim Schnorcheln sieht man sie oft ruhig an einem vorbeischieben, auf der Suche nach Seegras oder einer Sandbank, um sich auszuruhen. Sie dürfen sie bewundern, aber nicht berühren – dieser Ort ist für ihre Ruhe gedacht.



WALHAIE

Zwischen Mai und September ist die Chance groß, dass Sie einen Walhai sighten: der größte Fisch der Welt, aber vollkommen ungefährlich. Sie gleiten anmutig durch das Wasser auf der Suche nach Plankton. Neben einem solchen Riesen zu schwimmen, ist ein Erlebnis, das Sie nicht schnell vergessen werden.



TROPISCHE FISCHE

Unter der Oberfläche verbirgt sich ein lebendiges Riff mit Schulen von Clownfischen, Papageiefischen, Kaiserfischen und noch Dutzenden anderer Arten. Sie schnorcheln buchstäblich durch ein buntes Aquarium, mit klarem Sicht und kaum Strömung, ideal für jeden Schnorchler.

GASTFREUNDSCHAFT IN EINER TASSE & SCHÜSSEL

Kaffee & Datteln

In Oman beginnt jedes Willkommen mit einer Geste: einer Schale duftendem Kardamomkaffee (qahwa) und einer Handvoll frischer Datteln. Nicht um Ihren Hunger zu stillen, sondern um zu zeigen: Sie sind willkommen, Sie dürfen sitzen bleiben, es ist Zeit. Der Kaffee ist leicht und würzig, wird oft mit der linken Hand eingeschenkt und in kleinen Mengen getrunken. Die Datteln stammen aus der Region, geerntet in den endlosen Oasen des Hinterlands.

KEINE WORTE, SONDERN EINE GESTE

Die Sonne hängt tief über dem Dorf Al Hamra. Zwischen den lehmigen Häusern schlängeln sich schmale Gassen, und am Rand der Palm-Oase werden wir von Sayyid empfangen. Er ist in ein strahlend weißes Dishdasha gekleidet und trägt einen Duft von Sandelholz mit sich. Lächelnd macht er eine einladende Geste zu dem Teppich im Schatten seiner Veranda. Im Hintergrund hört man das sanfte Rascheln der Dattelblätter im Wind, und irgendwo weiter weg kräht ein Hahn.

DREI SCHLÜCKE SIND HÖFLICH

Es wird nichts gefragt. Stattdessen kommt eine Dallah, die traditionelle Kaffeekanne. Sayyid schenkt schweigend eine kleine Porzellantasse ein: goldfarbener Kaffee mit einem Hauch von Kardamom. Er tippt mit dem Ausguss gegen den Rand der Tasse. „So wissen wir, dass es deine Runde ist,“ sagt er leise. „Und drei Tassen sind höflich. Mehr bedeutet, dass du kein Maß kennst.“

DATTELN ALS ZEICHEN DES RESPEKTS

Neben dem Kaffee liegen frische Datteln. Weich, glänzend und dunkelbraun, mit einem fast honigartigen Duft. Sayyid hebt sorgfältig eine auf und reicht sie mit drei Fingern. „Diese kommen von unseren eigenen Palmen,“ sagt er stolz. „Sie wachsen hier schon seit Generationen.“ Er erklärt, dass Datteln nicht einfach etwas zu essen sind, sondern eine Geste voller Bedeutung. „Wir essen sie nicht, um den Hunger zu stillen, sondern um Respekt zu zeigen. Wenn ich dir Datteln gebe, sage ich eigentlich: Ich sehe dich, du bist willkommen.“ Danach fügt er hinzu: „Datteln sind Leben. Kaffee ist Aufmerksamkeit.“ In Oman sind sie miteinander verbunden. Keine Begrüßung ohne diese beiden. Weder auf einem Markt, noch zu Hause, noch bei einem Treffen in der Wüste. Es ist Tradition, aber vor allem: es ist Umgangsform.

ZEIT STATT SPRACHE

In Oman ist Gastfreundschaft keine große Geste. Sie liegt in der Stille zwischen zwei Schlucken, dem Rhythmus des Schenkens und Empfangens, der Geste, die sagt: Du darfst bleiben.



EIN LAND IM WANDEL

Saudi-Arabien

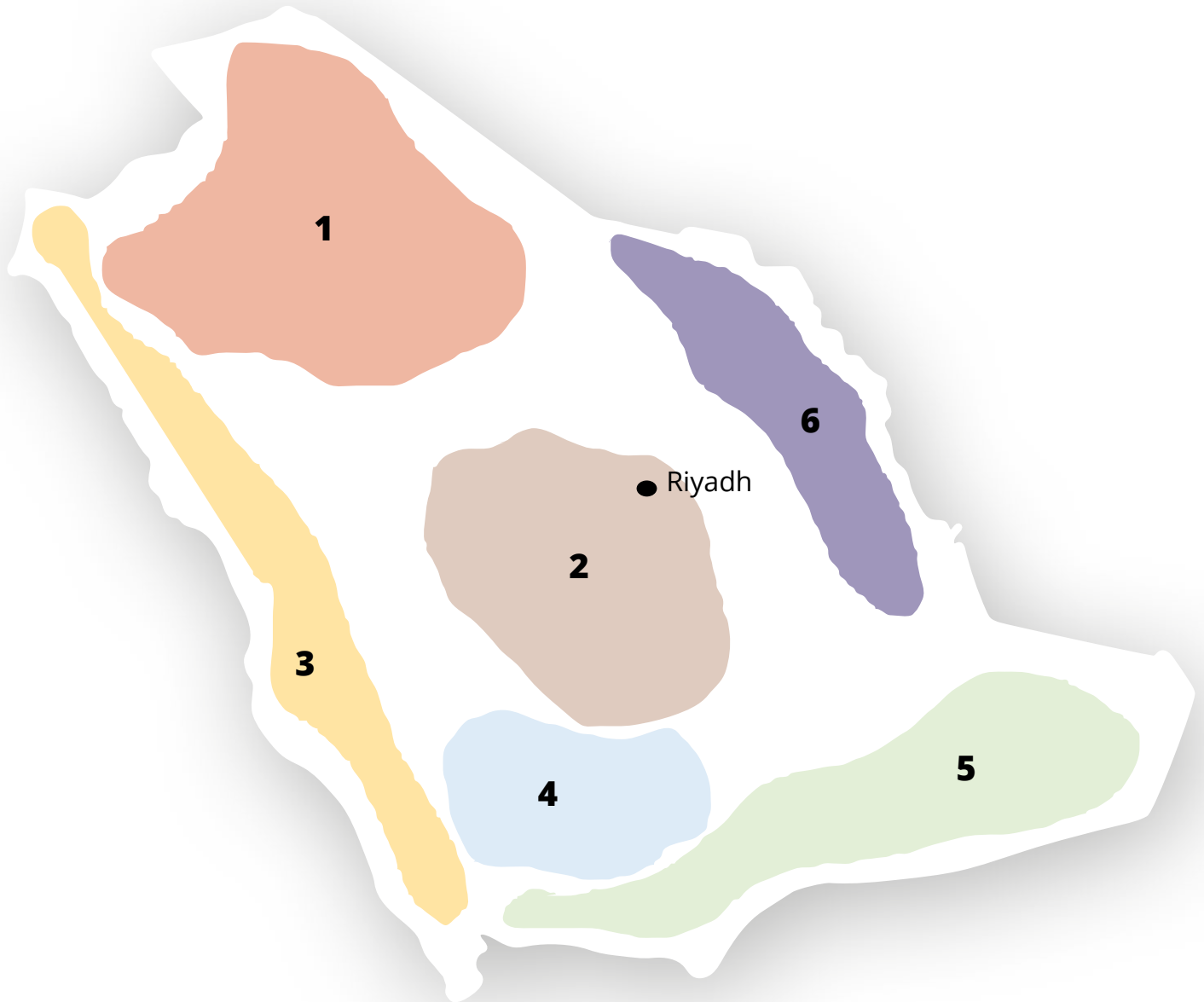


Saudi-Arabien war lange Zeit für Reisende geschlossen, aber das macht die Entdeckung umso beeindruckender. Denken Sie an jahrhundertealte Handelsrouten, verborgene Felsmalereien, hypermoderne Städte und einladende Begegnungen in der Wüste.

Hier reisen Sie durch ein Land, das an einem Kreuzungspunkt steht: zwischen Vergangenheit und Zukunft, zwischen rauer Natur und futuristischen Ambitionen. Ob Sie nun durch das atemberaubende Tal von AlUla wandern, die Souks von Jeddah erkunden oder unter einem Sternenhimmel in der Wüste campen, das ist Reisen in seiner reinsten Form.



Von Wüstenebenen bis Küstenlinien



Saudi-Arabien ist kein Land, das man in einem Bild erfassen kann. Die eine Region fühlt sich an wie ein Freiluftmuseum voller Felskunst und verborgener Gräber, die andere wie eine moderne Metropole im vollen Wandel.

Von den roten Felsformationen im Norden bis zu den grünen Bergen im Süden, von pulsierenden Küstenstädten bis zu stillen Sanddünen ohne Ende, dies ist ein Land der Kontraste. Wer sich für diese Vielfalt öffnet, wird mit einzigartigen Erfahrungen und überraschend warmen Begegnungen belohnt.

1 | NORDEN & ALULA

Felsformationen, Grabkammern, Felsmalereien... Im Norden Saudi-Arabiens entdecken Sie Landschaften, die an Jordanien oder Namibia erinnern, aber mit einer eigenen, mysteriösen Seele. Alula ist das Schmuckstück: ein Tal aus Sandstein voller jahrhundertealter Gräber, Kunstinstallationen und Resorts. Hegra, das saudische Petra, ist Weltkulturerbe. Etwas weiter liegt Hail, wo Felsmalereien Geschichten aus längst vergangenen Zeiten erzählen. Hier reisen Sie durch die Geschichte, aber ohne Hektik.

2 | RIAD & BINNENLAND

Riyadh ist modern, ambitioniert und gigantisch. Doch die Vergangenheit taucht überall auf: In Diriyah schlendern Sie durch die lehmigen Gassen des alten Saudi-Arabiens, in den Souks riechen Sie Gewürze, die seit Jahrhunderten gehandelt werden. Rund um die Stadt wartet eine Wüste voller Felsen, Schluchten und Sandflächen. Die zentrale Region lässt Sie den Kontrast zwischen Tradition und Zukunft spüren, mit der Hauptstadt als Spiegel der schnellen Veränderungen im Land.

3 | WESTKÜSTE

Entlang der Westküste Saudi-Arabiens fließen Alt und Neu mühelos ineinander. In Jeddah spazieren Sie von bunten Handelshäusern im alten Viertel Al-Balad zu modernen Kunstinstallationen am Meer. Die Stadt sprüht vor Kreativität, bleibt aber auch ihrer Rolle als Zugangstor für Pilger treu. Medina ist eine der heiligen Städte des Islam. Die Moschee ist jedoch für Nicht-Muslime nicht zugänglich, aber ihre Umgebung atmet Spiritualität und Geschichte. Und dann gibt es noch das Rote Meer: ein Paradies für Schnorchler und Strandliebhaber, mit unberührten Riffen, kristallklarem Wasser und einer Küstenlinie, die sich zunehmend für Reisende öffnet.

4 | SÜDEN

Grüne Berge, bunte Dörfer und frische Luft: Der Süden Saudi-Arabiens fühlt sich fast fremd an. In Asir schlängelt sich die Straße entlang der Berghänge zu Bergdörfern mit bemalten Fassaden und Aussichtspunkten, wo der Nebel zwischen den Gipfeln hängt. Abha ist der kulturelle Mittelpunkt, mit einer aufstrebenden Kunstszene und handwerklichen Märkten. Eine unerwartete Perle für diejenigen, die gerne langsam reisen und die sanftere Seite des Landes entdecken möchten.

5 | DAS LEERE VIERTEL

In der Rub' al Khali erleben Sie die Stille der Wüste in ihrer reinsten Form. Keine Straßen, keine Dörfer, nur Sand. Dünen bis zum Horizont. Dies ist die größte zusammenhängende Sandwüste der Welt. Campen unter dem Sternenhimmel, über sanfte Sandberge fahren und dem Knirschen Ihrer eigenen Schritte lauschen: Die Erfahrung ist gleichzeitig überwältigend und beruhigend. Hier spüren Sie, wie groß die Welt sein kann.

6 | OSTKÜSTE

Auf der anderen Seite des Landes liegt der Persische Golf, wo Saudi-Arabien ein anderes Gesicht zeigt. In Dammam und Al Khobar wechseln moderne Skylines und Strandpromenaden einander ab. Sie finden dort Kunstmuseen, hippe Cafés und die Atmosphäre einer Stadt, die an internationale Einflüsse gewöhnt ist. Von hier aus gelangen Sie leicht nach Bahrain oder entdecken die Inseln und Mangroven entlang der Küste, eine überraschend grüne Kulisse.



1 | RIYADH

Beginnen Sie in der Hauptstadt, wo Wolkenkratzer und lehmige Paläste aufeinandertreffen. In Ad Diriyah spazieren Sie durch die wiederaufgebaute Altstadt und erleben die Atmosphäre des ursprünglichen Saudi-Arabiens.



2 | WADI DISAH

Zwischen roten Felswänden und grünen Palmoasen wartet ein verborgenes Tal. Sie schlafen in einem komfortablen Zeltlager und erleben die Stille der Natur unter dem Sternenhimmel.

3 | TABUK

Eine Stadt mit osmanischen Spuren, umgeben von bizarren Bergen. Tabuk ist das Tor zum Norden und ein Ort, an dem lokale Gastfreundschaft im Mittelpunkt steht.



4 | ALULA

Entdecken Sie die beeindruckenden Gräber von Hegra, wandern Sie entlang der Kunst in AlJadidah, bewundern Sie den spiegelnden Konzertsaal Maraya und beenden Sie Ihren Tag bei Elephant Rock.

Saudi-Arabien entsperrt

DURCHQUEREN SIE DAS LAND VON RIYADH NACH JEDDAH

Diese Route führt Sie durch das Herz Saudi-Arabiens. Sie reisen durch weitläufige Landschaften, in denen Geschichte und Zukunft nahtlos aufeinandertreffen. Unterwegs wandern Sie zwischen Felsengräbern, probieren lokale Köstlichkeiten und treffen Menschen, die stolz über ihr Land erzählen. Eine erste Begegnung mit einem Ziel, das noch nicht überlaufen ist, aber Sie dennoch tief berührt.

BESTE REISEZEIT November - April
REISEDAUER mind. 14 Tage

5 | MEDINA

Medina ist eine heilige Stadt mit tiefer spiritueller Bedeutung. Die Umgebung erzählt Geschichten von Pilgern und Propheten, mit stillen Wüstenlandschaften und jahrhundertealten Routen.



6 | JEDDAH

In dem alten Viertel Al-Balad entdecken Sie Handelshäuser und enge Gassen voller Atmosphäre. Jeddah fühlt sich lebendig und offen an, mit Kunstgalerien und Meerblick.



7 | ROTES MEER

Beenden Sie Ihre Reise mit Schnorcheln über bunten Riffen und einem frisch zubereiteten Meeresfrüchte-Barbecue auf dem Schnellboot. Ein entspannter Abschluss einer intensiven Entdeckungstour.



EINE ANDERE PERSPEKTIVE AUF DEN NAHEN OSTEN

Mehr als Sand

Wer den Nahen Osten wirklich kennenlernen möchte, schaut über die Skylines und Sanddünen hinaus. In Oman trinken Sie Kaffee mit Datteln bei einer Familie in einem Bergdorf. In Saudi-Arabien werden Sie in ein Beduinenzelt eingeladen und wandern mit einem Führer durch das alte Viertel von Jeddah. In den Vereinigten Arabischen Emiraten treffen Sie Fischer, Kräutrhändler und junge Unternehmer, die ihr Erbe neu erfinden. Hier geht es beim Reisen darum, sich Zeit zu nehmen, Geschichten zu teilen und sich mit einer anderen Lebensweise zu verbinden.



WEIHRAUCH, WADIS & WILLKOMMEN

In Oman werden Sie überall mit einem Lächeln und einer Schale voller Datteln willkommen heißen. Lokale Begegnungen finden in kleinen Momenten statt: ein Spaziergang mit einem Ziegenhirten auf einem Bergpfad bei Jebel Akhdar, ein Mittagessen in einem traditionellen Lehm-Dorf, ein Markttag in Nizwa, wo Generationen aufeinandertreffen. In den Wadis treffen Sie Familien, die auf großen Steinen picknicken, in der Wüste lernen Sie, wie Beduinen mit Rhythmus, Einfachheit und Respekt für die Natur leben. Oman fühlt sich rein an, langsam und ehrlich, und gerade deshalb besonders.

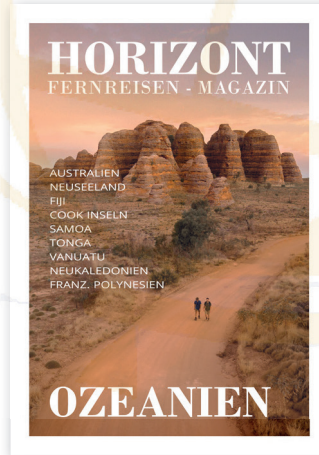


WO DAS GESPRÄCH MIT TEE BEGINNT

In Saudi-Arabien geht es nicht um Highlights, sondern um die Menschen, die Sie unterwegs treffen. Sie trinken süßen Tee mit Datteln in einem Beduinenzelt, hören Geschichten von einem lokalen Führer in Alula oder setzen sich zu Familien, die stolz ihre Kultur teilen. In dem alten Viertel Al-Balad in Jeddah treffen Sie Handwerker, die Häuser nach Tradition restaurieren. In Riad besuchen Sie Ad Diriyah, wo Geschichte durch lokale Unternehmer, Künstler und Cafés zum Leben erweckt wird. Dies ist ein Land im Wandel, aber mit tiefen Wurzeln in Gemeinschaft, Gastfreundschaft und Ritual.



Unsere Magazine



Horizont Fernreisen GmbH
Alleestr. 80, 44793 Bochum
Tel. 0234 / 911 75 75
info@horizont-fernreisen.de
www.horizont-fernreisen.de

