



ASIEN: OMAN

INDIVIDUELLE RUNDREISE FÜR FAMILIEN

- > Abenteuerliche Wüstennächte im Camp am Lagerfeuer
- > Baden, schnorcheln, Muscheln sammeln – Spaß und Entspannung pur am Indischen Ozean
- > Kurze Fahrstrecken im Geländewagen – stressfrei für Eltern, weil abwechslungsreich für Kids
- > Spielend lernen und entdecken - für groß und klein

Bei dieser zweiwöchigen Tour gehen Kinder und Eltern gemeinsam auf Entdeckertour. Sie besuchen einen Imker und übernachten in einer sehr sandigen Wüste (die Mutigen reiten vielleicht sogar mal auf einem Kamel). Sie lernen augenlose Fische kennen und sind mit etwas Glück dabei, wenn riesige Schildkröten am Strand von Ras al-Hadd ihre Eier ablegen. In Sur sehen Sie, wie die traditionellen hölzernen Fischerboote gebaut werden - fast noch so wie zu Sindbads Zeiten. Vom höchsten Berg Omans blicken Sie hinunter in gähnende Schluchten und über sorgsam angelegte Terrassenfelder, die aussehen wie Treppen für Riesen. Und natürlich gibt es immer wieder Gelegenheit zu baden, ob im Meer oder in den natürlichen Süßwasserbecken unter raschelnden Palmen.

Diese Reise verlangt vor allem Neugier: Neugier auf die Menschen in Oman und darauf, was sie bewegt.

Die Wanderungen sind der Kondition von normal fitten Kindern angepasst, können aber auf Wunsch auch ausgelassen werden. Zu unseren Reisetterminen im Frühjahr und Herbst herrscht in der Regel ein trockenes Klima und moderate Temperaturen. Nur während der Weihnachtsferien kann es in den Bergen richtig kalt werden. Meist scheint die Sonne, sodass man sich weniger um Regen als vielmehr um Sonnenschutz Gedanken machen muss. Hier passen unsere Reiseleiter besonders auf!

Das omanische Essen ist nicht besonders scharf und in der Regel gibt es immer die Auswahl zwischen vegetarischen Gerichten, Fisch, Rindfleisch oder Huhn. Nach unserer bisherigen Erfahrung finden Kinder das Essen ziemlich lecker. Alle Lebensmittelbetriebe in Oman werden ständig scharfen Kontrollen unterzogen. Oman ist außerdem generell ein sehr sauberes Land. Deswegen muss man sich um mangelnde Hygiene und damit verbundene Krankheiten keine Sorgen machen.

Die Hotels beziehen Sie in der Regel für zwei Nächte, sodass man nicht ständig aus- und

einpacken muss. Das sorgt für einen stressfreien Urlaub.

Die Reise richtet sich an Eltern mit Kindern im Alter von 6 bis 14 Jahren.



REISEDETAILS

1. Reisetag: Willkommen im Sultanat Oman!

Am Flughafen werden Sie von einem Repräsentanten unserer Agentur erwartet und zum Hotel gebracht.

Flughafentransfer vom bzw. zum Flughafen/Airport

Muscat | Hotel ** | 1 Nacht (F)**

2. Reisetag: Nach Mussanah

Heute übernehmen Sie Ihren Mietwagen.

Für die Hauptstadt Muscat nehmen Sie sich am Ende Ihrer Reise Zeit. Heute starten Sie in gemütlichem Tempo zu einer Fahrt entlang der Küste. Nach wenigen Kilometern gelangen Sie in das Küstenstädtchen Barka, wo Sie die Düfte und Farben des Gemüsemarktes erleben und einen ersten Einblick in das geschäftige Leben der Omanis bekommen. Das in unmittelbarer Nähe gelegene kleine Fort Bait Na'man gibt einen ersten Hinweis darauf, wie gut es die Omanis über Jahrhunderte verstanden, ihr Land gegen Invasoren zu schützen. Je nachdem, wann Sie heute aufgebrochen sind, können Sie noch einen Abstecher ins Landesinnere unternehmen. Der Ort Nakhli besitzt ein ungleich mächtigeres Fort. Ihr Tagesziel ist das Örtchen Mussanah gleich am Meer.

Mussanah | Hotel ** | 2 Nächte (F)**

3. Reisetag: Entspannung am Meer

Um sich erst mal an das Land und sein warmes Klima zu gewöhnen, gibt es am heutigen Tag kein festes Programm. Der Indische Ozean liegt gleich vor der Tür und lädt zum Baden oder zu einem ausgiebigen Strandspaziergang ein. Wenn Ihnen der Sinn mehr nach Bergen als Meer steht, können Sie alternativ von Muscat aus direkt an den Fuß des Djabal Akhdar fahren, zwei Nächte in einer Lodge wohnen und eine Tageswanderung unternehmen.

4. Reisetag: Auf Bergstraßen über den Djabal Shams

Am Morgen steuern Sie die erst kürzlich renovierte Festung von al-Hazm an. In al-Hazm beeindrucken vor allem die mächtigen vorgelagerten Festungstürme und die säulengestützten Hallen. Durch das grüne Wadi Bani Awf gelangen an den Fuß des Jebel Shams. Ab hier führt eine serpentinreiche Piste hinauf nach Bilad Sayt, einem der beliebtesten Fotomotive Omans. Auf der Passhöhe bei Sharaf al-Alamayn beginnt eine Asphaltstraße, die hinunter ins Bergdörfchen Misfat al-Ibriyin führt. Mitten in den Palmengärten unterhalb des Dorfes liegt ein einfaches Guesthouse mit traditionell eingerichteten Gästezimmern.

Misfat al-Abriyeen | Gasthaus/Funduc - | 1 Nacht (F | A)

5. Reisetag: Auf das Plateau des Jebel Shams

Am Morgen erreichen Sie die Tropfsteinhöhle al-Hota Cave. In einem Aquarium können Sie augenlose Fische, die es nur hier zu sehen gibt, bestaunen. Zu dem palastähnlichen Höhleneingang führt eine kleine Schienenbahn - die einzige in Oman überhaupt - mit einer stolzen Länge von 300 Metern. In der lehmroten Stadt al-Hamra mit ihren kubischen Wohnhäusern gibt ein liebevoll eingerichtetes Heimatmuseum Auskunft über das frühere Leben in der Oase. Am Nachmittag erreichen Sie ein einsames Plateau auf halber Höhe des Jebel Shams und quartieren sich für zwei Nächte in hübschen kleinen Chalets (Häuschen aus Naturstein) ein, die inmitten der kargen Felslandschaft stehen.

Djabal Shams | Hotel * | 1 Nacht (F | A)**

6. Reisetag: Oasen des Inner-Oman: Bahla und Djabrin

Für den heutigen Vormittag schlagen wir eine Wanderung an den steilen Kanten des Jebel Shams entlang vor. Der so genannte "Balcony walk" macht seinem Namen alle Ehre. Alternativ können Sie auch im Resort ein Mountain Bike ausleihen und die Bergwelt mit dem Rad erkunden. In Bahla können Sie über den kleinen, meist etwas verschlafenen wirkenden Suq bummeln, die mächtige Festung (UNESCO-Weltkulturerbe) erkunden und außerdem eine der Töpfereien, für die der Ort bekannt ist, besichtigen. Den Nachmittag können Sie zu einem Besuch des sorgsam restaurierten, prächtigen Wohnpalastes von Jabrin nutzen. Von hier ist es nicht weit in die alte Hauptstadt des Inner-Omans: nach Nizwa.

Nizwa | Hotel * | 2 Nächte (F)**

7. Reisetag: Freitagsmarkt in Nizwa und Wadi Muaydin

In der Oasenstadt Nizwa wimmelt es vor Leuten, die wie jeden Freitag zum Wochenmarkt strömen. Sie schlendern gemächlich durch die Menge und reihen sich vielleicht auch in den großen Kreis derer ein, die um die Ziegen und Schafe in ihrer Mitte feilschen. Der heutige Nachmittag ist dann ohne festes Programm. Wer aber noch voller Tatendrang steckt, kann einen Ausflug ins Wadi Muaydin, ein wunderschönes Tal, das stellenweise dicht mit Bäumen und Oleander bestanden ist, machen. Ansonsten locken der Pool im Hotel oder ein Bummel durch die Oasengärten von Nizwa.

8. Reisetag: In der Wahiba-Wüste

Heute geht es hinein in die Wüste! Als Zwischenstopp auf dem Weg dorthin schlagen wir für den Vormittag den Besuch des "Oman Across Ages Museums" in Manah vor. Moderne Architektur und eine Präsentation der omanischen Geschichte nach allen Regeln der Kunst machen den Besuch zu einem eindrücklichen Erlebnis. Auch die nahe gelegenen Forts von Fiqain und die Altstadt von Manah lohnen einen Abstecher. Und die Wüste? Na, die muss man selbst erlebt haben, sozusagen ein riesiger Sandkasten, aber gar nicht so unbelebt, wie es auf den ersten Blick aussieht, denn wenn man genau hinguckt, sind da viele Spuren im Sand, besonders gegen Abend. Mitten in den Dünen erwartet Sie das einfache, aber sehr stimmungsvolle Camp, in dem Sie Hütten aus Palmwedeln beziehen. Mutige schwingen sich (optional zubuchbar) auf ein Wüstenschiff - so heißen ja bekanntlich die Kamele, von deren schaukelndem Rücken alles noch mal ganz anders aussieht, oder unternehmen eine nächtliche Wanderung in den Dünen unter dem oft sternklaren Wüstenhimmel.

Wahiba | Gasthaus/Funduq ** | 1 Nacht (F | A)

9. Reisetag: An die Ostspitze der Arabischen Halbinsel

Heute steuern Sie das Wadi Bani Khalid an, dessen natürliche Süßwasserpools verführerisch in der Sonne glitzern. Hier können Sie sich viel Zeit lassen, bevor Sie sich zur Küste aufmachen. Am Abend erreichen Sie Ras al-Ras al Jinz, wo Sie die Nacht verbringen. Den Abend können Sie nutzen, um bei einer geführten Wanderung und mit etwas Glück Schildkröten bei der Eiablage zu beobachten.

Ras al-Jinz | Hotel * | 1 Nacht (F | A)**

10. Reisetag: Die Hafenstadt Sur

Nur etwa eine halbe Stunde Fahrt entfernt liegt die berühmte Hafenstadt Sur, in der seit Urzeiten die Holzschiffe gebaut werden, mit denen die Omanis den Indischen Ozean bis nach Ostafrika und China befahren haben. Ein bis zwei Schiffe liegen normalerweise im Dock. Empfehlenswert ist zudem der Besuch des nahe gelegenen Maritime Museum in Sur (das aber leider keine regelmäßigen Öffnungszeiten hat). Hier erfahren Sie mit etwas Glück viel über die Seefahrertradition der alten Hafenstadt. Zum Mittagessen sind Sie heute bei einer omanischen Familie eingeladen.

Sur | Hotel ** | 2 Nächte (F | A)

11. Reisetag: An der Küste der Sharqiyah

Der heutige Tag steht Ihnen für Erholung oder Aktivitäten am Meer, wie zum Beispiel zum Schnorcheln, zur Verfügung. Sie haben jedoch auch zwei Ausflugsoptionen: Wenig nördlich von Sur öffnen sich linkerhand des Highways die Wadis Shab und Tiwi. Das Wadi Shab gewinnt noch zusätzlich an Attraktivität, da keine Autos die Ruhe stören - es ist nicht befahrbar. Im oberen Teil der Schlucht mehren sich die natürlichen Felsbecken, hier ist sogar ein kurzes Schwimmtrekking möglich. Diese Gegend ist nach ungefähr einer Stunde Gehzeit erreicht. Das Wadi Tiwi gräbt sich ähnlich tief und spektakulär in die kahlen Felsen des Gebirges ein und ist ebenso dicht bewachsen. Allerdings gibt es hier eine teilweise asphaltierte Straße, die ungefähr zehn Kilometer in das Tal hineinführt. Unterwegs säumen mehrere Dörfer den Weg, umgeben von üppigen Gärten.

12. Reisetag: Über Bimmah und Quriyat nach Muscat

Über die neue, gut ausgebaute Küstenstraße fahren Sie zurück nach Muscat. Das Sinkhole bei Bimmah und die Hafenstadt Quriyat bieten sich für einen Stopp an. In den späten Nachmittagsstunden erreichen Sie die Hauptstadt. Auf dem Weg zum Hotel in Muscat können Sie sich dann noch den Souq von Mutrah ansehen. Weihrauch und Silber, Textilien und Gebrauchsgegenstände - hier gibt es von allem etwas. Im Handel waren die Omanis immer groß, das sieht man gerade auf den Märkten bis heute. Heute geben Sie Ihren Mietwagen zurück.

Muscat | Hotel ** | 1 Nacht (F)

13. Reisetag: Muscat und die "Capital Area"

Für den heutigen Tag schlagen wir den Besuch der Sultan Qabus Moschee und einen Ausflug in die Altstadt von Muscat vor. Hier lohnt vor allem das Nationalmuseum einen Besuch. Und wenn Sie schon mal hier sind, schauen Sie sich doch auch gleich den Sultanspalast an. Den kann man nicht betreten, aber zumindest aus der Nähe bewundern. Der Nachmittag bietet entweder die ideale Gelegenheit, noch Geschenke und Mitbringsel einzukaufen - zum Beispiel auf dem Markt in Mutrah oder in einer der vielen modernen Shopping Malls Muscats. Ein Geheimtipp ist aber auch eine Bootsfahrt zu den Delphinkolonien vor der Küste (optional zubuchbar). Hier leben mindestens drei verschiedene Arten, und oft kann man auch Mütter mit ihren Jungtieren beobachten. Falls Sie aber schon genug gesehen haben und einfach noch mal ausspannen möchten, können Sie natürlich auch den Tag komplett am Strand verbringen. Damit geht diese Erkundung des Sultanats leider schon zu Ende. Gern erstellen wir Ihnen ein Angebot für eine Badeverlängerung.

Flughafentransfer vom bzw. zum Flughafen/Airport

TERMINE UND PREISE			
von	bis	Plätze	Preis in €
01.05.2021	30.09.2021	X	2.150 €
01.10.2021	30.04.2022	X	2.280 €
30.09.2022	29.04.2023	X	2.380 €
01.10.2023	30.04.2024	X	2.140 €
01.05.2024	30.09.2024	!	2.140 €
01.10.2024*	30.04.2025	!	2.240 €
Preis pro Person Reisender im Doppelzimmer			2.240 €
Preis pro Person Reisender im Einzelzimmer			2.840 €
Preis pro Person Kind unter 12 Jahren im Zustellbett			995 €
Preis pro Person Kind unter 2 Jahren im Bett der Eltern			0 €

* = Preise Saison 2024/25 unter Vorbehalt

Viele = ✓ Wenige = ! keine = X

LEISTUNGEN

- > 12 Hotel- und Gasthausübernachtungen
- > Mietwagen Geländewagen (Mitsubishi Pajero oder vergleichbar) (Tag 2-12)
- > Sur: Mittagessen bei einer omanischen Familie (Tag 10)
- > Informationsmaterial mit Reiseführer und Landkarte

ZUSATZLEISTUNGEN

- > Rail&Fly, 2. Klasse (95 €)
Zug zum Flug (Hin- und Rückfahrt in der 2.Klasse, inkl. ICE, ohne Zugbindung)
- > Rail&Fly, 1. Klasse (180 €)
Zug zum Flug (Hin- und Rückfahrt in der 2.Klasse, inkl. ICE, ohne Zugbindung)
- > Delfinbeobachtung an der Küste Muscats (72 €)
2-stündige Bootsfahrt mit Delfinbeobachtung inklusive Transfers vom/zum Stadthotel in Muscat

NICHT ENTHALTENE LEISTUNGEN

- > Service-Entgeld bei Individuellen Angeboten
- > Persönliche Ausgaben, Trinkgelder
- > Eintrittsgelder
- > Kosten für Treibstoff und evtl. gefahrene Zusatzkilometer
- > Internationale Flüge
- > Visagebühren (genaue Infos im Merkblatt)
- > nicht genannte Mahlzeiten

TEILNEHMER/INNEN

Mindestanzahl von Personen: 2

Maximalanzahl von Personen: 12

ATMOSFAIR

nachdenken • klimabewusst reisen

atmosfair

NEUE ENERGIE FÜR NEPAL: Helfen Sie das Klima zu schützen! Beim Hin- und Rückflug für eine Person nach Oman entstehen klimarelevante Emissionen in Höhe von **3382 kg**. Durch einen freiwilligen Beitrag von **78 €** unterstützen Sie unser engagiertes Klimaschutzprojekt **NEUE ENERGIE FÜR NEPAL** und tragen so zur Entlastung unseres Klimas aktiv bei.

ZAHLUNGSMODALITÄTEN

- > Höhe der Anzahlung in Prozent des Reisepreises: 20%
- > Fälligkeit der Restzahlung: 20 Tage vor Reisebeginn
- > Sofern bei der Reise eine Mindestteilnehmerzahl ausgeschrieben ist, ist bei Nichterreichen der Mindestteilnehmerzahl ein Rücktritt vom Reisevertrag seitens des Veranstalters bis spätestens 0 vor Reisebeginn möglich.

WEITERE INFOS

Programmhinweise

- > Preisangaben bei Privatreisen
 - > Preise für unsere Privat- und Individualreisen gelten generell vorbehaltlich Verfügbarkeit von Flügen, Driverguides und Hotels in den kalkulierten Buchungsklassen bzw. Zimmerkategorien.
 - > Reisehinweise des Auswärtiges Amtes
 - > Bitte beachten Sie generell die Reise- und Sicherheitshinweise des Auswärtigen Amtes zu dieser Reiseregion.
 - > Mehrbettzimmer
 - > In Gasthäusern stehen uns generell nur Mehrbettzimmer zur Verfügung; die sanitären Anlagen sind in der Regel Gemeinschaftsanlagen. In Gasthäusern können wir weder Doppel- noch Einzelzimmer garantieren.
- Weitere Hinweise zur Unterbringung in Hotels, Gasthäusern und Zelten finden Sie im Infobereich unter <http://nomad-reisen.de/info/hinweise-zu-ihrer-gruppenreise/>

- > Rücktritt von der Reise | Stornogebühren
 - > Der Reisende kann jederzeit vor Reisebeginn vom Pauschalreisevertrag zurücktreten. Tritt der Reisende vor Reisebeginn zurück oder tritt er die Reise nicht an, so verliert nomad den Anspruch auf den Reisepreis. Stattdessen kann nomad eine angemessene Entschädigung vom Reisenden verlangen. Dies gilt nicht, sofern der Rücktritt von nomad zu vertreten ist oder wenn am Bestimmungsort oder in dessen unmittelbarer Nähe unvermeidbare, außergewöhnliche Umstände auftreten. In diesem Fall haben Sie ein Anrecht auf die Erstattung des vollständigen Reisepreises innerhalb von 14 Tagen nach Erhalt der Stornobestätigung.
- Weitere Informationen finden Sie in unseren ARB und auf unserer FAQ zu Corona Seite.

Wenn Sie eine Reise in ein Zielgebiet buchen, für das nach dem Zeitpunkt der Buchung vom Auswärtigen Amt aufgrund von Corona eine Reisewarnung ausgesprochen wird haben Sie das Recht auf eine kostenfreie Umbuchung Ihrer Reise auf einen beliebigen Termin innerhalb von zwei Jahren nach dem geplanten Reiseantritt.

- > Reisen für Menschen mit eingeschränkter Mobilität
 - > Diese Reise ist leider generell nicht für Menschen mit eingeschränkter Mobilität geeignet. Rufen Sie uns aber jederzeit gerne an oder schreiben uns eine Email, wenn wir Sie entsprechend beraten dürfen.
 - > Zahlungsmodalitäten
 - > Die Höhe der Anzahlung in Prozent des Reisepreises beträgt 20 %.
- Die Fälligkeit der Restzahlung ist 30 Tage vor Reisebeginn mit Ausnahme solcher Gruppenreisen, wo wir uns bis 21 Tage vor Reisebeginn eine Absage vorbehalten. Bei diesen Gruppenreisen ist die Restzahlung 20 Tage vor Reisebeginn fällig.
- Bei kurzfristigen Buchungen (weniger als 21 Tage vor Reisebeginn) ist der vollständige Reisepreis sofort fällig.
- > Visa und Einreise
 - > Ausführliche Informationen zu den Einreisebestimmungen und Visa für deutsche StaatsbürgerInnen (die keine weitere und/oder keine andere vorhergehende Staatsbürgerschaft besitzen und/oder deren Eltern aus dem gewünschten Reiseland stammen) finden Sie auf dieser Seite im Bereich "Einreise" und in unseren Reisemerklättern. Für

StaatsbürgerInnen anderer Länder, DoppelstaatlerInnen und Menschen, die früher eine andere Staatsbürgerschaft hatten oder deren Eltern aus dem gewünschten Reiseland stammen, bitten wir bei Buchungsanfrage um entsprechende Angaben, damit wir Ihnen die korrekten Informationen geben können.

Zusätzliche Einreisebestimmungen, die seit Mitte März 2020 aufgrund des Ausbruchs der Corona-Pandemie beschlossen wurden, finden Sie in unserem Corona-Merkblatt.

Einreise & Gesundheit

> Einreise

> FÜR USBEKISTAN

Seit dem 15. Januar 2019 benötigen deutsche, österreichische und schweizer Staatsangehörige bei einem Aufenthalt von bis zu 30 Tagen kein Visum. Bei einem Aufenthalt von bis zu 45 Tagen kann ein e-Visum beantragt werden. Bei Aufenthalten darüberhinaus muss ein Visum in der usbekischen Botschaft beantragt werden.

Der Reisepass sollte bei Ausreise noch mindestens 3 Monate gültig sein.

FÜR KIRGISTAN

Seit dem 30.07.2012 dürfen sich deutsche, österreichische und Schweizer StaatsbürgerInnen bis zu 60 Tagen visumfrei in der Kirgisischen Republik aufhalten. Der Reisepass muss bei Ausreise noch mindestens 3 Monate gültig sein.

> Gesundheit

> Wegen der täglichen Temperaturunterschiede und der Höhenlagen in Kirgistan sollten Sie eine stabile Gesundheit mitbringen.

Wir empfehlen in jedem Fall den Abschluss einer Auslandsreise-Krankenversicherung, die auch einen medizinisch begründeten Rücktransport beinhaltet.

USBEKISTAN

Für die Einreise nach Usbekistan sind keine Impfungen vorgeschrieben. Man sollte jedoch überprüfen, ob die Tetanus-, Diphtherie- und/oder Polioimpfung aufgefrischt werden muss. Das Auswärtige Amt empfiehlt eine Impfung gegen Hepatitis A, bei Langzeitaufenthalt oder besonderer Exposition auch gegen Hepatitis B, Typhus und Tollwut.

KIRGISTAN

Für die Einreise nach Kirgistan sind ebenfalls keine Impfungen vorgeschrieben; es gelten die gleichen Hinweise wie für Usbekistan.

Das Auswärtige Amt empfiehlt allerdings zusätzlich für Kirgistan bei besonderer Exposition eine Impfung gegen FSME.

Reiseleiter/innen

> Partneragentur Oman

Für die Durchführung Ihrer Reise arbeiten wir vor Ort mit sehr verlässlichen Partnern zusammen. Unsere Agentur betreut Sie während Ihres Urlaubs und steht Ihnen auch dann zur Verfügung, wenn Sie zusätzliche Ausflüge buchen möchten oder Fragen zu Ihrer Reiseroute, einem Mietwagen oder einem Hotel haben. Mit Ihren Reiseunterlagen erhalten Sie die Kontaktdaten Ihres Ansprechpartners vor Ort sowie eine Mobilrufnummer, unter der Sie unsere Partner 24/7 erreichen können. Außerdem erhalten Sie natürlich auch die Notfall-Rufnummer von nomad. Wir stehen wir Ihnen ebenfalls rund um die Uhr zur Verfügung.

Generelle Hinweise

> Einreise

> FÜR USBEKISTAN

Seit dem 15. Januar 2019 benötigen deutsche, österreichische und schweizer Staatsangehörige bei einem Aufenthalt von bis zu 30 Tagen kein Visum. Bei einem Aufenthalt von bis zu 45 Tagen kann ein e-Visum beantragt werden. Bei Aufenthalten darüberhinaus muss ein Visum in der usbekischen Botschaft beantragt werden.

Der Reisepass sollte bei Ausreise noch mindestens 3 Monate gültig sein.

FÜR KIRGISTAN

Seit dem 30.07.2012 dürfen sich deutsche, österreichische und Schweizer StaatsbürgerInnen bis zu 60 Tagen visumfrei in der Kirgisischen Republik aufhalten. Der Reisepass muss bei Ausreise noch mindestens 3 Monate gültig sein.

> Reisecharakter

> Höhenunterschiede von insgesamt rund 3.500 Metern eine gewisse Klima- und Höhenverträglichkeit. Ansonsten stellt die Tour keine Ansprüche an die Kondition. Übernachtet wird zur Hälfte in Hotels, zur Hälfte in Jurten, Gasthäusern und Familienunterkünften.

Landesübliche PKW's sorgen für bequemes Fortkommen.

> Klima

> USBEKISTAN

Die zentralen und westlichen Regionen Usbekistans - also knapp drei Viertel des Staatsterritoriums - sind durch flache, karge Wüstenlandschaften geprägt. Im Osten des Landes erheben sich die Ausläufer des Tien Shan und des Pamir-Gebirges bis auf über 4000m. Usbekistan weist, bedingt durch seine geografische Lage in Mittelasien, ein extrem kontinentales Klima auf. Dieses ist durch starke jahreszeitliche Temperaturschwankungen geprägt.

Die Tageshöchstwerte liegen im Juli und August bei etwa 30-35°C mit Spitzen von über 40°C. Das Klima ist jedoch erträglich, da die Luftfeuchtigkeit niedrig ist.

Im Winterhalbjahr (November bis Februar) liegen die Tageshöchstwerte nicht selten bei Temperaturen um den Gefrierpunkt. Im Frühjahr und Herbst (Mitte März bis Juni; September

und Oktober) ist mit Werten zwischen 12°C und 30°C zu rechnen. Die Tiefst-werte reichen in diesen Monaten bis etwa -8°C hinab, während das Thermometer in den Sommermonaten nicht unter 16°C, im Frühjahr und im Herbst (Mitte März bis Juni; September und Oktober) nicht unter 4°C fällt.

Niederschläge fallen im Wesentlichen in den Wintermonaten (November bis April) und nehmen von Osten nach Westen hin ab.

KIRGISTAN

Das Klima im Tien-Shan ist kontinental und trocken und zeichnet sich durch stark ausgeprägte Jahreszeiten aus.

Im Winter ist das Wetter klar und frostig bei Tageswerten deutlich unter dem Gefrierpunkt. Es gibt kaum Niederschläge.

Im März und April ist der Himmel oft mit Wolken überzogen; die Temperaturen klettern auch tagsüber langsam über 0. Bis in den Mai hinein sind die Pässe (zum Beispiel zum Son Kul) noch geschlossen.

Am sonnigsten ist es im August und September.

Die Niederschläge variieren zwischen 200 mm und 1600 mm pro Jahr. Die meisten fallen in der ersten Sommerhälfte.

Die beste Reisezeit sind demnach die gemäßigten Frühjahrs- (April-Juni) und Herbstmonate (September-Oktober).

- > Gesundheit
- > Wegen der täglichen Temperaturunterschiede und der Höhenlagen in Kirgistan sollten Sie eine stabile Gesundheit mitbringen.

Wir empfehlen in jedem Fall den Abschluss einer Auslandsreise-Krankenversicherung, die auch einen medizinisch begründeten Rücktransport beinhaltet.

USBEKISTAN

Für die Einreise nach Usbekistan sind keine Impfungen vorgeschrieben. Man sollte jedoch überprüfen, ob die Tetanus-, Diphtherie- und/oder Polioimpfung aufgefrischt werden muss. Das Auswärtige Amt empfiehlt eine Impfung gegen Hepatitis A, bei Langzeitaufenthalt oder besonderer Exposition auch gegen Hepatitis B, Typhus und Tollwut.

KIRGISTAN

Für die Einreise nach Kirgistan sind ebenfalls keine Impfungen vorgeschrieben; es gelten die gleichen Hinweise wie für Usbekistan.

Das Auswärtige Amt empfiehlt allerdings zusätzlich für Kirgistan bei besonderer Exposition eine Impfung gegen FSME.

- > Sicherheit
- > Kirgistan und Usbekistan gelten als allgemein sichere Länder und die Kriminalitätsrate ist sehr gering.

Wir möchten dennoch auf die Sicherheitshinweise des Auswärtigen Amtes in Berlin

(<http://www.auswaertiges-amt.de/>) hinweisen.

Die Ratschläge des Auswärtigen Amtes befolgen und berücksichtigen wir selbstverständlich bei Ihrer Reiseplanung.

Alle Fragen zur Ausschreibung beantwortet Ihnen der jeweilige Veranstalter unter den oben aufgeführten Kontaktdaten, der für die Angaben und Informationen zur Reise verantwortlich ist.