



ASIEN: LAOS

BUDDHISTISCHE GELASSENHEIT

- > Nah dran an Elefanten und ihren Vertrauten, den Mahouts
- > Wasserstraßen bevorzugt - auf dem Fluss durch fantastische Karstlandschaften
- > Lieber Tee oder Wein? Verkostung auf einer ökologischen Maulbeerfarm
- > In Kontakt mit den Auswirkungen des Krieges im COPE- und UXO-Zentrum
- > Angkor Wat – das Weltwunder Asiens per Motorrikscha
- > Doppelter Genuss beim Zirkusbesuch für einen guten Zweck
- > Verwunschen und verborgen: zu Fuß unterwegs beim Wald-Tempel Beang Mealea

Buddhistische Gelassenheit

„Webzentrum“ – klingt nach Internet? Denken Sie etwas traditioneller, und erfahren Sie, wie laotische Frauen Leinen in Stoff verwandeln. Besuchen Sie anschließend eine Elefanten-Aufzuchtstation, in der die Dickhäuter artgerecht leben können. So geht nachhaltiger Naturschutz!



REISEDETAILS

1. Reisetag: Anreise nach Vientiane

Flug nach Laos.

2. Reisetag: Ankunft in Vientiane

Morgens Ankunft in Vientiane. Wir unternehmen erste Besichtigungen per Tuk Tuk und zu Fuß.
2 Übernachtungen im im Avalon Hotel in Vientiane.

3. Reisetag: Vientiane per Tuk Tuk

Ganztägige Erkundung der Hauptstadt von Laos. Wir besuchen Tempel, einen Markt, spazieren am Mekongufer entlang und besichtigen das eindrucksvolle COPE-Minenzentrum.

4. Reisetag: Per Bus nach Vang Vieng

Unsere Fahrt in Richtung Norden führt uns nach Vang Vieng. Das kleine Städtchen liegt eindrucksvoll im langgestreckten Tal des Nam Song-Flusses. Wir unternehmen einen abendlichen Spaziergang am Fluss.

Fahrt: ca. 160 km, 4 Std.

Wanderung: einfach, ca. 1,5 Std.

2 Übernachtungen im Elephant Crossing Hotel in Vang Vieng direkt am Fluss.

5. Reisetag: Paddeltour und Wanderung

Heute erwartet uns Natur pur: Eine kombinierte Paddeltour mit Wanderung führt durch Reisfelder, Bambushaine und zu Höhlen. Wir stärken uns mit einem typisch laotischen Reisgericht. Beim Besuch einer Maulbeerfarm erfahren wir mehr über den ökologischen Anbau und die Produktion von Tee und Obstweinen.

Kajaktour für Anfänger, 3-4 Std., einfach.

Wanderung: ca. 2 Std., einfach

6. Reisetag: Fahrt zum Elefantenzentrum bei Sayabouri

Weiter geht es nach Norden. Fahrt zum Elefantenzentrum ECC bei Sayabouri. Zwei Tage lang lernen wir alles über diese immer seltener in Laos anzutreffenden Tiere, erhalten Einblicke in Training und Pflege durch die Mahouts.

Fahrt: ca. 200km; etwa 4-6 Std. abhängig von Bus- & Gruppengröße (steile Bergstraße)

2 Übernachtungen in den ECC Bungalows bei Sayabouri.

7. Reisetag: Alles rund um Elefanten

Lektion 2 im Umgang mit Elefanten steht an. Wir besuchen den „Elefanten-Kindergarten“ und unternehmen eine Wanderung mit den Dickhäutern.

8. Reisetag: Waldwanderung und Fahrt nach Luang Prabang

Wir verabschieden uns von den Elefanten und fahren nach Luang Prabang. Die nächsten beiden Tage nehmen wir uns Zeit für die stark buddhistisch geprägte UNESCO-Weltkulturerbe-Stadt.

Wanderung: einfach, ca. 1 Std.

Fahrt: 130 km, ca. 3,5 Std.

2 Übernachtungen im Sala Prabang Hotel in Luang Prabang.

9. Reisetag: Radtour in und um Luang Prabang

Wir radeln durch die Gassen, erkunden Tempel, genießen den Blick vom Berg Phousi und besuchen das UXO-Besucherzentrum, wo über das Problem der noch scharfen Bomben im Land berichtet wird. In einem Webzentrum erleben wir, wie laotische Stoffe auf herkömmliche Art hergestellt werden.

Radtour oder Stadterkundung zu Fuß, einfach, eben.

10. Reisetag: In den Norden zu Karstformationen und Höhlen

Weiter geht es in die nördliche Bergregion bei Nong Khiao. In der imponierenden Karstlandschaft unternehmen wir Wanderungen durch Dörfer und Höhlen. Besuch im Projekt Bambusschule.

Fahrt: 130 km, ca. 3,5-4 Std.

Wanderung: Gehzeit ca. 2 Std., einfach.

2 Übernachtungen im Phaxang Resort in Nong Khiao.

11. Reisetag: Wanderung und Paddeltour durch Karstlandschaft

Die Wanderung geht weiter. Noch einmal kann man hier die grandiose Natur des Landes erleben. Paddeltour auf dem Nam Ou.

Bootsfahrt; Wanderung: mit Stopps ca. 2 - 2,5 Std.; einfach, meist eben, entlang des Flusses;

Kajaktour: ca. 2-3 Std., für Anfänger, einfach, keine Schnellen, herrliche Kulisse

12. Reisetag: Heilige Buddhahöhlen von Pak Ou

Auf der Rückfahrt nach Luang Prabang besuchen wir die Pak Ou-Höhlen, wo tausende Buddhastatuen aufbewahrt werden. In Luang Prabang erleben wir eine Zeremonie und kommen ins Gespräch mit Mönchen und Novizen.

Fahrt: ca. 2,5-4 Std., Bootsfahrt gesamt: ca. 1-2,5 Std.

2 Übernachtung im Sala Prabang Hotel in Luang Prabang.

13. Reisetag: Tag zur freien Verfügung - Gestalten Sie Ihren Tag

Der heutige Tag steht zur freien Verfügung. Unternehmen Sie eine Wanderung zum Kuang Xi-Wasserfall oder lernen Sie die Küche von Laos bei einem Kochkurs kennen. Auch der Besuch einer Reisfarm ist möglich.

14. Reisetag: Auf nach Kambodscha: Flug nach Siem Reap

Gegen Mittag fliegen wir nach Kambodscha. Erster Bummel durch Siem Reap.

Flug: ca. 1,5 Std.

3 Übernachtungen im Salasara Hotel mit Pool in Siem Reap.

15. Reisetag: Tempelanlagen von Angkor per Tuk Tuk

Mit Motorrikschas erkunden wir die faszinierenden Tempelanlagen Angkors. Unter anderem besuchen wir heute den Tempel Bayon mit seinen vielen steinernen Gesichtern und den verwunschenen Ta Phrom, der immer mehr von der Natur überwuchert wird.

16. Reisetag: Bootsausflug auf dem See Tonle Sap

Ein Bootsausflug auf dem ausgedehnten Tonle Sap-See führt uns zu schwimmenden Dörfern und versunkenen Wäldern. Abends besuchen wir den Phare Circus, bei dem Straßenkinder eine künstlerische Ausbildung erhalten.

Bootsfahrt: 3-4 Std.

17. Reisetag: Radtour auf der alten Königsstraße / Homestay

Weiter geht es ins Umland von Angkor. Auf der alten Königsstraße radeln wir zum lange verschollenen Tempel Chau Srei Vibol. Wir übernachten in Rulous bei einer Familie und lernen so das beschauliche und einfache Landleben kennen.

Radtour: 30-40 km, ca. 3-4 Std., wenig Steigungen

1 Übernachtung in einem Homestay bei einer Familie.

18. Reisetag: Dschungeltempel Beng Mealea und Angkor Wat

Heute erwarten uns noch einmal besondere Highlights: der etwas abseits im Dschungel liegende Tempel Beng Mealea und schließlich der beeindruckende Angkor Wat selbst.

Fahrt: insgesamt ca. 3,5 Std.

1 Übernachtung im Cheathata Hotel in Siem Reap.

19. Reisetag: Seidenfarm und Massage / Abschied

Wir radeln zu einer Seidenfarm, die wir auch besichtigen. Wie kommt es von der Raupe zum Seidenschal? Entspannen Sie sich anschließend bei einer Massage. Abends Heimflug.

Radtour: 10 km, ca. 1,5 Std, einfach auf ebenen Lateritwegen.

20. Reisetag: Rückkehr

Ankunft in Deutschland.

Avalon Hotel, Vientiane

Das Avalon Hotel ist ein Stadthotel in der Hauptstadt von Laos.

Lage: nördliche Innenstadt von Vientiane, ca. 500m vom Mekong.

Kategorie: ***-Stadthotel (Landeskategorie)

Ausstattung: kostenfreies WLAN. Bar und Restaurant mit lokaler und thailändischer Küche.

Zimmer: 32 Zimmer in asiatischem Stil, Klimaanlage, Telefon.

Lao Orchid Hotel

Das Lao Orchid Hotel ist eines der bekanntesten Hotels in Vientiane mit einer perfekten Lage, nur 2 Gehminuten vom Mekong entfernt.

Lage: Vientiane, Laos

Standard: ***Hotel

Ausstattung: Bar / Restaurant / WLAN /

Zimmer: 50 Zimmer mit Klimaanlage, Kühlschrank und Safe, Privatbad mit Dusche und Fön, Safe, Wasserkocher, teils Terrasse

Elephant Crossing Hotel

Mit fantastischem Fluss- und Bergblick heißt Sie das Elephant Crossing Hotel willkommen. Entspannen Sie sich auf der Terrasse oder bei einer Massage.

Lage: Am Fluss Nam Xong, Vang Vieng

Kategorie: *** Hotel

Ausstattung: Auto- und Fahrradvermietung, Wäscheservice, Barrestaurant

Zimmer: Balkon, Klimaanlage, Kabel-TV, Ventilator, Kühlschrank mit Minibar

Bearlinbungalow Resort

Die von beeindruckenden, turmhohen Kalksteinhügeln umgebene Unterkunft Bearlinbungalow heißt Sie mit 6 klimatisierten, gemütlichen Bungalows willkommen.

Lage: etwas außerhalb, südwestlich von Vang Vieng

Standard: **Resort

Ausstattung: Wäscheservice / Bar & Restaurant

Zimmer: Die Zimmer sind mit Klimaanlage, Kabel-TV, Ventilator sowie einem Kühlschrank mit Minibar ausgestattet, Terrasse mit Sitzbereich im Freien.

Simon Riverside Hotel

Die Unterkunft befindet sich 600 m von der Elefantenhöhle Tham Chang und 1 km vom Organic Mulberry Farm Cafe entfernt und bietet vom Poolbereich Ausblick auf beeindruckende, turmhohe Kalksteinhügel.

Lage: am südlichen Rand von Vang Vieng

Standard: **Resort

Ausstattung: Wäscheservice, Pool, WLAN

Zimmer: Die Zimmer sind mit Klimaanlage, Kabel-TV, Ventilator sowie einem Kühlschrank mit Minibar ausgestattet, Balkon .

Elephant Conservation Center

Das ECC bietet seinen Besuchern die Möglichkeit direkt am Center zu übernachten. Die Bungalows sind einfache traditionelle Stelzen-Bambushütten. Die direkte Lage am Nam Tien See sorgt fast das ganze Jahr über für frische Luft und bietet einem morgens einen fantastischen Ausblick auf den Sonnenaufgang. Jede Hütte ist ausgestattet mit Moskitonetzen und hat einen eigenen Balkon.

Sala Prabang Vanida

Das Sala Prabang liegt nur einen Steinwurf vom Zentrum von Luang Prabang entfernt, das als UNESCO-Weltkulturerbe-Stadt einiges zu bieten hat. Der Flughafen Luang Prabang befindet sich etwa 20 Fahrminuten entfernt.

Lage: Luang Prabang, Kambodscha

Kategorie: *** Hotel

Ausstattung:

Terrasse, Garten, Bibliothek, Restaurant, WLAN, Gemeinschaftslounge, Gepäckaufbewahrung, Währungsumtausch, Wäscheservice

Zimmer: Die Zimmer sind mit Sat-TV, Safe, Tee- und Kaffeezubehör sowie kostenlosen Pflegeprodukten ausgestattet.

Ning Ning Guesthouse

Das Ning Ning Guesthouse liegt direkt am Nam Ou Fluss und bietet dementsprechend einen wunderschönen Ausblick auf den Fluss und die umliegenden Berge. Die hölzernen Bungalows fügen sich harmonisch in die friedliche Gartenanlage ein.

Lage: Muang Ngoi, Laos

Kategorie: Guesthouse

Ausstattung: Garten, Restaurant, Bar, Terrasse und kostenfreies WLAN

Zimmer: alle Zimmer und Bungalows mit Moskitonetzen und Balkon

Phaxang Resort

Die Anlage des kleinen Resorts umfasst ordentlich gepflegte Zimmer im Bungalowstil, die ein schöner Garten umgibt. Etwas außerhalb des Ortes Nong Khiao gelegen, ist es ruhig und der Fluß Nam Ou ist in direkter Nähe. Das Personal sind sehr freundlich und zuvorkommend, es herrscht eine familiäre Atmosphäre.

Lage: Nong Khiao, Laos

Kategorie: 2**-Bungalow-Resort

Ausstattung: WLAN in den Zimmern, Klimaanlage, Balkon, Garten, Restaurant

Zimmer: 19 Zimmer mit Flussblick, privatem Bad mit Dusche, Balkon, Wasserkocher

Riverside Bungalows

Die Bungalows des Riverside liegen direkt am Fluss Nam Ou und bieten Fluss- und Bergblick von der Veranda aus. Die Lage ist wirklich grandios! Die geräumigen Zimmer sind schlicht, aber sehr stilvoll eingerichtet. Jeder Bungalow verfügt über einen Ventilator und ein eigenes Bad mit Dusche. Im hoteleigenen Restaurant können Sie thailändische, europäische und laotische Küche genießen.

Lage: Nong Khiao, Laos

Kategorie: Bungalows

Ausstattung: Restaurant, WLAN, Wäscheservice

Zimmer: 15 Bungalows mit Balkon, Ventilator, Safe, Kaffee- und Teestation, Kühlschrank, Moskitonetz

Salasara Hotel

Das Salasara Hotel liegt in Siem Reap, 5 Gehminuten vom Alten Markt und von der Pub Street entfernt. Das Restaurant in der Unterkunft serviert Ihnen ausschließlich Frühstück.

Lage: Siem Reap, Kambodscha

Standard: ***Hotel

Ausstattung: Außen-Pool / Spa / Restaurant / Bar / Wäscheservice / WLAN

Zimmer: Alle Zimmer sind mit Klimaanlage, eigenem Bad und Kühlschrank ausgestattet

Cheathata Angkor Hotel

Das Hotel liegt sehr zentral im Herzen von Siem Reap, nur 3 Gehminuten von der beliebten Kneipenstraße entfernt. Von hier gelangen Sie bequem zum Nachtmarkt und den vielen Geschäften und Cafés im Zentrum. Entspannen Sie am Pool auf der Dachterrasse mit Aussicht über die Stadt oder gönnen Sie sich eine Massage.

Zwei Restaurants bieten Khmer-Spezialitäten und internationale Gerichte.

Lage: zentral in Siem Reap, Kambodscha

Kategorie: *** Stadthotel

Ausstattung: Außen-Pool, Restaurants, Bar, Wäscheservice, kostenfreies WLAN

Zimmer: Alle Zimmer mit Klimaanlage, Balkon, Flachbild-Sat-TV, Minibar, Badewanne und Warmwasserdusche

Ban Sabai Riverside Bungalows

Inmitten eines tropischen Gartens liegen diese individuellen Bungalows. Von der direkt am Wasser gelegenen Veranda aus können Sie das Treiben auf dem Nam Song Fluss vor der beeindruckenden Berglandschaft beobachten. Das Hotel bietet ein Restaurant mit laotischen und internationalen Gerichten, die Sie auf der Veranda zu sich nehmen können.

Lage: am Fluss Nam Song, Vang Vieng, Nord-Laos

Standart: *** Bungalow-Hotel

Ausstattung: Restaurant, Pool, WLAN

Zimmer: alle Zimmer mit Klimaanlage

Generelle Hinweise

Erhöhung der Luftverkehrssteuer im Rahmen des Klimaschutzprogramms 2030

Im Rahmen des Klimaschutzprogramms 2030 hat die Bundesregierung eine Erhöhung der Luftverkehrssteuer für alle Abflüge ab 01.04.2020 beschlossen. Für innereuropäische Ziele erhöht sie sich um 5,53 €, für Distanzen bis 6.000 Kilometern um 9,58 € und für Fernflüge um 17,25 € pro Person. Zum Zeitpunkt der Reiseerstellung war die Steuererhöhung nicht abzusehen und konnte nicht kalkuliert werden. Die Erhöhung für innereuropäische Ziele übernehmen wir für Sie. Die Erhöhung für mittlere Distanzen und Fernflüge stellen wir Ihnen in Rechnung. REISEN MIT SINNEN plädiert als nachhaltiger Reiseveranstalter für Investitionen in moderne Fluggeräte und die Entwicklung effizienterer Bio-Treibstoffe und hybrider Antriebsformen.

An- und Abreise

Die Anreise erfolgt mit Vietnam Airlines von Frankfurt via Hanoi nach Vientiane. Der Rückflug startet von Siem Reap aus nach Frankfurt. Für die Anreise zum Flughafen bieten wir Ihnen sehr gerne Rail&Fly Tickets oder Innerdeutsche Zubringer an.

Ebenso haben Sie die Möglichkeit Ihren Flug auf die Business-Class oder Economy Deluxe upzugraden (siehe „Optional buchbare Leistungen“).

Sicherheit

Kambodscha und Laos gelten zurzeit als politisch stabil. Es wird allerdings wegen des anhaltenden und immer wieder aufflackernden Grenzkonflikts zwischen Kambodscha und Thailand von Reisen in das Grenzgebiet abgeraten.

Zum Schutz auf Ihrer Reise empfiehlt es sich, die gängigen Vorsichtsmaßnahmen einzuhalten und beispielsweise nachts in Städten nicht alleine durch menschenleere Gassen zu gehen.

Tragen Sie Ihre Wertsachen nah am Körper oder deponieren Sie sie sicher im Hotelsafe.

Beim Besuch von Märkten, Busplätzen und anderen stark frequentierten Orten sollte man sich vor Taschendieben in Acht nehmen.

Nehmen Sie eine Fotokopie Ihres Reisepasses und der wichtigsten Dokumente mit. Bei Verlust der Reisedokumente ist es dann leichter, Ersatz zu beschaffen. Bewahren Sie diese Kopien in Ihrem Gepäck, getrennt von den Originalen, auf.

Detaillierte Informationen zur aktuellen Sicherheitslage in Kambodscha erhalten Sie unter

<https://www.auswaertiges-amt.de/de/aussenpolitik/laender/kambodscha-node/kambodschasicherheit/220008> und in Laos unter <https://www.auswaertiges-amt.de/de/aussenpolitik/laender/laos-node/laossicherheit/201048>

Aktivitäten

Die sechs Wanderungen sind einfach und dauern 1 bis 4 Std.; Zwei einfache Radtouren von maximal 4 Std. in leicht hügeligem Gelände. Die zwei Kajakfahrten sind für Anfänger geeignet.

Unterkünfte und Verpflegung

Bei unserer Auswahl der Übernachtungsmöglichkeiten achten wir stets darauf, Komfort mit einer landestypischen Unterkunft zu verbinden. Wir steuern keine internationalen Hotelketten an. Authentizität ist uns wichtiger als „viele Sterne“.

Die Unterkünfte auf dieser Reise sind unterschiedlichster Natur.

14 Nächte werden Sie in ausgewählten, zentral gelegenen Mittelklassehotels mit privatem Bad übernachten. Die meist klimatisierten Zimmer sind sauber und mit angeschlossenem Bad. Zwei Nächte verbringen Sie in einfachen Bambus-Hütten im Elephant Conservation Camp. Die sanitäre Einrichtung ist dort einfach, Klimaanlage sind nicht vorhanden. Eine Nacht wohnen Sie in einem Stelzenhaus in einem kambodschanischen Dorf in einem Gemeinschaftsraum. Auch die einfachen sanitären Einrichtungen werden gemeinschaftlich genutzt.

Bei den Übernachtungen ist das Frühstück inbegriffen. Teilweise unterscheidet sich das laotische Frühstück deutlich von den europäischen Gepflogenheiten – so wird z.B. gern Nudelsuppe gereicht. Allerdings hat die französische Kolonialvergangenheit das Baguette als alternatives Frühstück auf den Speiseplan gebracht. Auf den Trekkingtouren und Bootsfahrten wird teilweise das lokaltypische Mittag- und Abendessen gestellt (siehe Reiseverlauf).

TERMINE UND PREISE			
von	bis	Plätze	Preis in €
13.02.2024	04.03.2024	X	4.050 €

Viele = ✓ Wenige = ! keine = X

LEISTUNGEN

- > Linienflug Frankfurt – Vientiane / Siem Reap – Frankfurt in der Economy Class
- > Flug Luang Prabang – Siem Reap in Economy Class
- > Alle Transfers laut Programm im Privatfahrzeug
- > Insg. 17 Übernachtungen (4x mit Pool): 14x Mittelklassehotels im DZ, Du/WC, 2x DZ in Bambushütten im ECC, 1x Homestay im Gemeinschaftsraum und -bad
- > 17x Frühstück, 2x Picknick, 5x Mittag-, 6x Abendessen (tlw. mehrgängig)
- > Programm-Details: Bootsfahrten auf Nam Ou, Mekong und Tonle Sap-See, 5 Wanderungen, 2 Radtouren, 2 Kajakfahrten, Stadtführungen in Vientiane, Luang Prabang, Siem Reap, Begrüßungszeremonie, Elefantenzentrum, Maulbeerfarm, Massage, Projektbesuche, Konzert, Seidenfarm, Tempelbesichtigungen, Eintritte laut Detailprogramm
- > Qualifizierte Insider-Reiseleitung in Deutsch (je ein Reiseleiter pro Land)
- > Reiseführer (Laos & Kambodscha, DuMont Reise-Handbuch), Infomaterial
- > Klimaschutz inklusive. CO2-neutral reisen! Flug- und Landprogramm zu 100 % kompensiert

NICHT ENTHALTENE LEISTUNGEN

- > An- und Abreise zum Flughafen Frankfurt
- > Visum Laos (zzt. bei der Einreise 30 US\$)
- > Visum Kambodscha (zzt. bei der Einreise 30 US\$)
- > Getränke und Verpflegung, soweit nicht anders im Programm erwähnt
- > Trinkgelder und sonstige persönliche Ausgaben
- > Rail & Fly (2. Klasse): 85 €
- > Rail & Fly (1. Klasse): 155 €
- > Reiseschutz. Gern machen wir Ihnen ein Angebot über unseren Partner, der Europäischen Reiseversicherung (ERGO) als Jahresschutz oder einmalig für diese Reise: auf Anfrage
- > Empfohlene Verlängerungen & Fakultative Ausflüge: auf Anfrage

TEILNEHMER/INNEN

Mindestanzahl von Personen: 8

Maximalanzahl von Personen: 12

ZAHLUNGSMODALITÄTEN

- > Höhe der Anzahlung in Prozent des Reisepreises: 20%
- > Fälligkeit der Restzahlung: 28 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 28 vor Reisebeginn möglich.

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