



ASIEN: VIETNAM

VIETNAM - FARBENFROHE VÖLKER UND ZAUBERHAFTE BERGWELTEN

- > 2 x 3-tägiges Trekking (3 - 7 Std. täglich), Wanderung: 1 x moderat (4 - 5 Std.)
- > Zum größten Wasserfall Vietnams, den Bآن-Giآc-Detian-Fällen, trekken
- > Im Ba Be Nationalpark von Dorf zu Dorf wandern und das Volk der Tay kennen lernen
- > Mit dem Kayak die größte Insel der Halong-Bucht erkunden
- > Durch die bezaubernden Reisterrassen des vietnamesischen Nordostens wandern
- > Die farbenfrohe Kleidung der Bergvölker in der Region Ha Giang bewundern
- > Zu Gast bei einheimischen Familien in den Dörfern der Bergvölker

Dichter Dschungel, sattgrünes Blätterdach und die Stille der Natur umgeben uns – doch es dringt noch ein anderes Geräusch zu uns durch, mit jedem Schritt hören wir es immer deutlicher, langsam lichtet sich der Wald und die Pflanzen geben den Blick frei auf rauschende Wassermassen die sich über mehrstufige Kaskaden ergießen: den beeindruckenden Bآن-Giآc-Detian-Fällen. Umgeben von Reisfeldern und direkt an der chinesischen Grenze entdecken wir dieses abgelegene Juwel Vietnams. Neben der wuchernden Natur, den in steile Berghänge gebauten Reisterrassen und den tosenden Wasserfällen sind es vor allem die Menschen, die diese Region so besonders machen. Immer wieder tauchen wir tief ein in die Kultur und das Leben der verschiedenen Bergvölker. Wir sind zu Gast bei den Hmong und Dao, übernachten in traditionellen Stelzenhäusern und haben die Möglichkeit bei der Zubereitung der traditionellen Gerichte über die Schulter unserer Gastgeber zu blicken. Wir wandern im äußersten Nordosten des Landes bis zur chinesischen Grenze, trekken in der entlegenen Region Hoang Su Phi von Dorf zu Dorf und folgen schmalen Pfaden durch die Kalksteinlandschaft von Cao Bang. Mit dem Kayak erkunden wir die größte Insel der Halong-Bucht und per Boot gleiten wir über den mystischen Ba Ba See. Leuchtend grüner Bambuswald, goldgelbe Reisterrassen und farbenfrohe Trachten – mindestens genauso bunt und abwechslungsreich werden auch unsere Erinnerungen an diese Reise sein.

Profil: Der Fokus dieser Reise liegt auf Trekkings im Nordosten Vietnams. Dabei entdecken wir nicht nur die eindrucksvolle Landschaft, sondern lernen auch die Kultur der Bergvölker bei mehreren Übernachtungen im Homestay intensiv kennen. Wir sind zu Fuß, per Boot und Kajak unterwegs und erkunden mit der berühmten Halong Bucht und den Bآن-Giآc-Detian-Wasserfällen ebenso die bekannten Höhepunkte der Region als auch versteckte Schätze. Anforderung:

Voraussetzung für diese Reise sind ein sehr hohes Maß an Flexibilität, Kondition und Ausdauer für Wanderungen mit bis zu 8 Std. Gehzeit auf unterschiedlich beschaffenem Gelände. Wir wandern auf breiten Wegen, aber auch auf steilen und schmalen Pfaden, die nach Regen schlammig und rutschig sein können. Hitze und Luftfeuchtigkeit erhöhen die Anforderung, technische Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Durch ungünstige Witterungsbedingungen und je nach Kondition der Gruppe können sich die Gehzeiten verlängern, die Wanderungen werden aber regelmäßig durch erholsame Pausen unterbrochen. Einzelne Tagesetappen während den Trekkings können nicht ausgelassen werden. Die Kajak-Tour an Tag 14 erfordert keine Vorkenntnisse, es ist jedoch von Vorteil, bereits Erfahrungen gemacht zu haben. Strömungen, Wind und Wellengang können die Tour erschweren. Die Tour kann ausgelassen werden. Die Fahrstrecken erfordern teilweise Durchhaltevermögen, nicht alle Straßen sind asphaltiert. Alle Fahretappen werden durch regelmäßige Pausen unterbrochen. Außerdem sind Geduld und Toleranz gefragt sowie die Bereitschaft sich einfachen Verhältnissen anzupassen und auf Komfort zu verzichten, besonders bei den Übernachtungen im Homestay. Unterbringung: Wir übernachten in stilvollen Mittelklassehotels, gemütlichen Öko-Lodges und in Homestays, d.h. in Häusern von lokalen Familien. In den Hotels und Lodges verfügen alle Zimmer über ein eigenes Bad, in den Homestays teilen wir uns die einfachen sanitären Anlagen und schlafen gemeinsam in einem Mehrbettzimmer auf Matten und dünnen Matratzen auf dem Boden, einfache Decken sind vorhanden. Verpflegung: Bei dieser Reise sind Frühstück sowie 12 Mittagessen (während den Wanderungen Picknick) und 13 Abendessen inkludiert. Wir frühstücken in den Unterkünften, mittags machen wir ein Picknick oder suchen uns eine traditionelle Gaststätte. Am Abend essen wir in landestypischen Restaurants, im Hotel oder während des Trekkings in den Homestays. Die Chinesische Küche hat einen großen Einfluss in Vietnam, teilweise wird auch schon zum Frühstück "typisch vietnamesisch" serviert. D.h. warme Speisen und Suppen sind keine Seltenheit. Bitte beachten Sie, dass in der Regel mit Stäbchen gegessen wird und nicht immer Besteck zur Verfügung steht - eigenes Besteck kann aber mitgebracht werden. Bei Lebensmittelunverträglichkeiten bitten wir Sie, sich selbst um entsprechendes Essen zu kümmern. Vegetarisches Essen ist möglich, veganes Essen eventuell nach Rücksprache. Wir bitten um Verständnis! Tempelbesuch: Die religiösen Stätten dürfen nur mit angemessener Kleidung sowie ohne Schuhe und Strümpfe betreten werden. Respekt: Respekt in unbekanntem Kulturkreisen besonders wichtig und sollte für alle Teilnehmer selbstverständlich sein. Vor allem außerhalb der großen Städte bitten wir um taktvolles Verhalten sowie Toleranz gegenüber ungewohnten Sitten und Gebräuchen der einheimischen Bevölkerung. Dazu gehört auch die Zurückhaltung beim Fotografieren - bitte klären Sie ab, ob Aufnahmen von Personen gestattet sind.



REISEDETAILS

1. Reisetag: Anreise

Flug nach Hanoi.

2. Reisetag: Ankunft und Stadtbesichtigung Hanoi

Nach unserer Ankunft in Hanoi werden wir schon erwartet und fahren zunächst zu unserem Hotel zum Check-In bevor wir auf City-Tour gehen. Wir beginnen unsere Tour im Ho Chi Minh Stilt Haus und im Mausoleum und besuchen die Einsäulenpagode, bevor wir in unserem Hotel einchecken. Nach dem Mittagessen steht als Nächstes ein Besuch im Literaturtempel auf dem Programm, bevor wir gemeinsam eine Vorstellung im Wasserpuppentheater besuchen. Abends schlendern wir durch die das Alte Viertel und begeben uns auf die Suche nach leckerem Streetfood.

Fahrzeit: ca. 00:45 Std. | Fahrstrecke: ca. 30 km | Unterkunft: Hong Ngoc Cochinchine Hotel in Hanoi | Verpflegung: A

3. Reisetag: Fahrt ins Dorf Pan Hou

Morgens brechen wir auf und fahren ins nordvietnamesische Bergland, nach Hoang Su Phi. Unser Ziel: der im Herzen der Berge von Song Chay gelegene Ort Pan Hou. Wir beziehen unsere Zimmer in der wunderschön angelegten Lodge, umgeben von üppigen Gärten und kleinen Teichen. Den Rest des Tages haben wir Zeit zu entspannen und unsere Tasche für die nächsten Tage zu packen.

(Alles Notwendige für die nächsten drei Tage packen wir in unsere Tagesrucksäcke, das restliche Gepäck wird in der Lodge deponiert)

Fahrzeit: ca. 06:00 Std. | Fahrstrecke: ca. 300 km | Unterkunft: Panhou Retreat in Pan Hou | Verpflegung: F, M, A

4. Reisetag: Trekking Tag 1: Wanderung nach Giang Ha

Nach dem Frühstück in der Lodge brechen wir gestärkt zu unserer ersten Wanderung auf. Vorbei an Reisterassen und Teeplantagen wandern wir über sich windende Pfade und genießen tolle Ausblicke auf die uns umgebende Landschaft. Weiter geht es durch Bambuswälder bis wir das Dorf der Red Dao erreichen. Im Dorf Giang Ha sind wir in einem einfachen Haus der Volksgruppe der Roten Dao zu Gast, um die Nacht dort zu verbringen.

Gehzeit: ca. 04:00-05:00 Std. | Gehstrecke: ca. 12 km | Aufstieg: 600 m | Abstieg: 400 m | Unterkunft: Homestay in Giang Ha | Verpflegung: F, M, A

5. Reisetag: Trekking Tag 2: Wanderung nach Phin Ho

Nach dem Frühstück verabschieden wir uns von unseren Gastgebern und wandern durch die Berge der Umgebung, bis wir um die Mittagszeit ein weiteres Dorf der Red Dao erreichen. Hier genießen wir ein gemeinsames Mittagessen und können vielleicht sogar selbst etwas mithelfen. Gestärkt wandern wir weiter durch den tropischen Wald und entlang zahlreicher Reisterrassen bis nach Phin Ho, wo wir erneut in den Häusern der Red Dao übernachten und so etwas über deren Leben und Alltag erfahren können.

Gehzeit: ca. 03:00-04:00 Std. | Gehstrecke: ca. 12 km | Aufstieg: 300 m | Abstieg: 300 m |
Unterkunft: Homestay in Phin Ho | Verpflegung: F, M, A

6. Reisetag: Trekking Tag 3: Wanderung zurück nach Pan Hou

Heute wandern wir durch Bambuswälder und Reisfelder bis ins Dorf Khoa Trung, wo wir zu Mittag essen und anschließend wieder unseren Ausgangspunkt die Lodge in Pan Hou erreichen. Den Rest des Tages haben wir Zeit um uns zu Entspannen und von den letzten Wandertagen auszuruhen. Wir packen eine kleine Tasche für den nächsten Tag. Das Hauptgepäck wird in der Zwischenzeit gelagert.

Gehzeit: ca. 04:00-05:00 Std. | Gehstrecke: ca. 12 km | Aufstieg: 500 m | Abstieg: 500 m |
Unterkunft: Panhou Resort in Pan Hou | Verpflegung: F, M, A

7. Reisetag: Fahrt nach Pac Ngoi im Ba Be Nationalpark

Heute fahren wir weiter in Richtung Osten in den berühmten Ba Be Nationalpark. Die Nacht verbringen wir in Pac Ngoi am Ba Be See gelegen.

Fahrzeit: ca. 06:00 Std. | Fahrstrecke: ca. 220 km | Unterkunft: Homestay in Pac Ngoi |
Verpflegung: F, M, A

8. Reisetag: Zu Fuß und per Boot durch den Ba Be Nationalpark

Wir nehmen uns heute den ganzen Tag Zeit um den Ba Be See und den gleichnamigen Nationalpark zu erkunden. Per Boot geht es morgens auf die andere Seite des Sees zum Dorf Cam von wo aus wir aufbrechen, um zu Fuß die Umgebung zu erkunden. Anschließend steigen wir auf Boote um und statten der Puong Höhle und ihren fliegenden Bewohnern einen Besuch ab. Weiter geht es per Boot zum Dau Dang Wasserfall, wo wir uns eine Pause gönnen und picknicken. Frisch gestärkt gehen wir nochmal an Bord und setzen unsere Erkundungstour fort. Die beeindruckende Landschaft des Ba Be Sees und dem sogenannten "Fairy Pond" lässt sich vom Boot aus bequem bestaunen. Anschließend wechseln wir wieder aufs Festland und kehren zu Fuß nach Pac Ngoi zurück.

Gehzeit: ca. 04:00-05:00 Std. | Gehstrecke: ca. 15 km | Aufstieg: 400 m | Unterkunft: Homestay in Pac Ngoi | Verpflegung: F, M, A

9. Reisetag: Fahrt über Cao Bang nach Phia Thap

Es geht noch weiter Richtung Osten, wir fahren über Cao Bang nach Phia Thap und besuchen unterwegs das Dorf Phuc Sen, wo die Tày- und Nung-Minderheiten noch mit traditionellen Schmiedetechniken arbeiten. Nach der Ankunft im Dorf Phia Thap, umgeben von Kalksteinformationen, Dschungel und Wald, werden wir von unserer Gastfamilie begrüßt. Am Abend packen wir unsere Rucksäcke für das bevorstehende Trekking.

Fahrzeit: ca. 05:00 Std. | Fahrstrecke: ca. 150 km | Unterkunft: Homestay in Phia Thap |
Verpflegung: F, M, A

10. Reisetag: Trekking Tag 1: Wanderung nach Na Ran

Uns steht heute ein langer, aber lohnenswerter Wandertag bevor. Über steile und oftmals rutschige Pfade geht es durch Bambuswald auf etwa 650 Meter Höhe. Wenn wir den anstrengenden Aufstieg geschafft haben, werden wir mit Ausblicken auf die umgebende Landschaft aus kegelförmigen Kalksteinbergen, fruchtbaren Tälern und Dörfern an den Berghängen belohnt. Wenn es das Wetter erlaubt, reicht der Blick bis zum etwa 40 Kilometer entfernten Ha Lang District. Nach einer Pause geht es hinunter ins Na-Tal, wo Begegnungen mit den Tày- und Nung-Volksgruppen warten und wir uns bei einem Picknick stärken. Dann wandern wir weiter durch das Lung- und das Mang-Tal bis zum Fluss Bac Vong und seinem Wasserfall. Wer möchte, kann hier ein erfrischendes Bad nehmen. Anschließend geht es weiter, bis wir unser heutiges Ziel erreichen, das Dorf Na Ran.

Gehzeit: ca. 06:00-07:00 Std. | Gehstrecke: ca. 20 km | Aufstieg: 825 m | Abstieg: 440 m |
Unterkunft: Homestay in Na Ran | Verpflegung: F, M, A

11. Reisetag: Trekking Tag 2: Wanderung nach Po Tau

Zunächst erkunden wir das Dorf und lernen das Leben der Einheimischen besser kennen. Dann setzen wir unseren Trek fort, in stetigem Auf und Ab geht es über schmale Pfade in das große Tal Cao Thang, wo wir am Ban Viet See eine Picknickpause machen. Je nach Jahreszeit kann man sich hier beim Schwimmen erfrischen. Anschließend gehen wir durch Reis-, Mais- und Tabakfelder in Richtung Po Tau und erreichen am späten Nachmittag unser Homestay für die heutige Nacht.

Gehzeit: ca. 05:00-06:00 Std. | Gehstrecke: ca. 17 km | Aufstieg: 730 m | Abstieg: 340 m |
Unterkunft: Homestay in Po Tau | Verpflegung: F, M, A

12. Reisetag: Trekking Tag 3: Wanderung zu den B n-Gi c-Detian-Fällen und Transfer Lang Son

Der letzte Tag unseres Trekkings ist wieder etwas entspannter. Wir wandern durch den kleinen Ort Po Tau bis wir die Straße erreichen. Dort erwartet uns bereits unser Transfer und bringt uns ganz in die Nähe der chinesischen Grenze, zu den B n-Gi c-Detian-Wasserfällen. Die Wasserfälle sind etwa 30 Meter hoch und an der breitesten Stelle etwa 100 Meter breit und gehören zu den gr o ten in Vietnam. Bei einem gemütlichen Mittagessen genießen wir den Ausblick. Am Nachmittag fahren wir nach Lang Son und können uns im Hotel von den letzten Tagen erholen.

Gehzeit: ca. 02:00-03:00 Std. | Gehstrecke: ca. 8 km | Fahrzeit: ca. 05:00 Std. | Fahrstrecke: ca. 180 km | Aufstieg: 110 m | Abstieg: 210 m | Unterkunft: New Century Hotel in Lang Son | Verpflegung: F, M, A

13. Reisetag: Fahrt zur Insel Cat Ba in der Halong Bucht

Heute geht es ins Reich der 1.000 Inseln. Die einzigartige Halong Bucht ist wegen der zahllosen bizarren Felseninseln berühmt. Die 1.500 km² große Bucht im Südchinesischen Meer, wurde 1994 von der UNESCO zum Weltnaturerbe erklärt.

Früh am Morgen fahren wir nach Hai Phong. Wir fahren über die Tan Vu-Lach Huyen Brücke nach Cat Hai von wo aus uns die F hre auf die gr o te Insel der Bucht bringt, nach Cat Ba (ca. 10 Min.).  ber die Hauptstraße gelangen wir zum Eingang des Cat Ba Nationalparks. Ein kurzer Spaziergang und ein kleiner Aufstieg bringt uns zum Gipfel des Ngu Lam. Von hier oben haben wir die um uns liegende Landschaft gut im Blick. Wenn wir auf dem Rückweg im Wald kurz innehalten und die Stille genießen, hören wir Vögel zwitschern, Insekten summen und vielleicht sogar Affengeschrei. Zurück am Auto werden wir dann zu unserem Hotel in Cat Ba Stadt gefahren.

Fahrzeit: ca. 05:00 Std. | Fahrstrecke: ca. 300 km | Unterkunft: Cat Ba Paradise Hotel | Verpflegung: F, M, A

14. Reisetag: Erkundung der Insel mit dem Kayak

Nach dem Frühstück fahren wir nach Ben Beo, wo wir unsere Kayaks in Empfang nehmen. Vom Wasser aus eröffnet sich uns noch mal ein anderes Bild. Wir erkunden die Küste der Insel und beobachten das Treiben der Fischer. Zwischendurch können wir uns bei einem Bad abkühlen. In der Bucht Lan Ha besuchen wir die dortigen Höhlen sowie die Keo Lagune und den VanBoi Strand bevor wir am Nachmittag zurück nach Ben Beo kehren und von dort zum Hotel fahren. (Kayaktour ca. 4 Std.)

Unterkunft: Cat Ba Paradise Hotel

15. Reisetag: Rückfahrt nach Hanoi und Rückflug

Die Fähre bringt uns heute zurück aufs Festland (ca. 2 Std.). Je nach Flugzeit fahren wir nach Hanoi oder direkt zum Flughafen. Entsprechend der verbliebenen Zeit genießen wir ein letztes gemeinsames Mittag- oder Abendessen. Eventuell bleibt auch noch etwas Zeit für eigene Erkundungen und Einkäufe, bevor wir zum Flughafen gebracht werden und die Heimreise antreten.

Fahrzeit: ca. 04:00 Std. | Fahrstrecke: ca. 170 km | Verpflegung: F, A

16. Reisetag: Ankunft

Ankunft in Deutschland.

TERMINE UND PREISE			
von	bis	Plätze	Preis in €
20.09.2025	05.10.2025	✓	3.790 €
18.10.2025	02.11.2025	✓	4.150 €

Viele = ✓ Wenige = ! keine = ✗

LEISTUNGEN

- > Hauser-Reiseleitung ab/bis Deutschland
- > Flug mit Vietnam Airlines ab/bis Frankfurt nach Hanoi
- > (nach Verfügbarkeit; Aufpreis ist möglich)
- > CO2-Kompensation des Fluges über atmosfair
- > Derzeitige Flughafensteuer, Abflugsteuer und Sicherheitsgebühren
- > Rail&Fly-Fahrkarte ab/bis deutsche Grenze
- > Übernachtung 6 x in Mittelklassehotels, 7 x in Homestays (Mehrbettzimmer, Gemeinschaftsbad)
- > 14x Frühstück, 12 x Mittagessen, 12 x Abendessen
- > Zusätzlich lokaler, Englisch sprechender Guide
- > Eintrittsgebühren lt. Programm
- > Reisekrankenschutz
- > CO2-Kompensation des Fluges über atmosfair
- > Übernachtung 6 x in Mittelklassehotels, 7 x in Homestays (Mehrbettzimmer, Gemeinschaftsbad)
- > 14x Frühstück, 12 x Mittagessen, 12 x Abendessen
- > Zusätzlich lokaler, Englisch sprechender Guide
- > Eintrittsgebühren lt. Programm

NICHT ENTHALTENE LEISTUNGEN

- > Weitere Mahlzeiten und Getränke (ca. 100,00 €)
- > Trinkgelder
- > Individuelle Ausflüge und Besichtigungen

TEILNEHMER/INNEN

Mindestanzahl von Personen: 6

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.
- > Bei kurzfristigen Buchungen (weniger als 28 Tage vor Reisebeginn) ist der Reisepreis, sofern keine Absage nach AGB Ziffer 5.1. mehr erfolgen kann, bei Übergabe der Reiseunterlagen sofort fällig.

WEITERE INFOS

Einreise & Gesundheit

- > 2-3

Generelle Hinweise

>

Dichter Dschungel, sattgrünes Blätterdach und die Stille der Natur umgeben uns – doch es dringt noch ein anderes Geräusch zu uns durch, mit jedem Schritt hören wir es immer deutlicher, langsam lichtet sich der Wald und die Pflanzen geben den Blick frei auf rauschende Wassermassen die sich über mehrstufige Kaskaden ergießen: den beeindruckenden Bân-Giốc-Detian-Fällen. Umgeben von Reisfeldern und direkt an der chinesischen Grenze entdecken wir dieses abgelegene Juwel Vietnams. Neben der wuchernden Natur, den in steile Berghänge gebauten Reisterrassen und den tosenden Wasserfällen sind es vor allem die Menschen, die diese Region so besonders machen. Immer wieder tauchen wir tief ein in die Kultur und das Leben der verschiedenen Bergvölker. Wir sind zu Gast bei den Hmong und Dao, übernachten in traditionellen Stelzenhäusern und haben die Möglichkeit bei der Zubereitung der traditionellen Gerichte über die Schulter unserer Gastgeber zu blicken. Wir wandern im äußersten Nordosten des Landes bis zur chinesischen Grenze, trekken in der entlegenen Region Hoang Su Phi von

Dorf zu Dorf und folgen schmalen Pfaden durch die Kalksteinlandschaft von Cao Bang. Mit dem Kayak erkunden wir die größte Insel der Halong-Bucht und per Boot gleiten wir über den mystischen Ba Ba See. Leuchtend grüner Bambuswald, goldgelbe Reisterrassen und farbenfrohe Trachten - mindestens genauso bunt und abwechslungsreich werden auch unsere Erinnerungen an diese Reise sein.

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