

world insight[®]

LÄNDERINFOS

Baltikum

Willkommen bei WORLD INSIGHT

Unser Team besteht aus 40 Reiseprofis in Köln und mehr als 300 Reiseexperten weltweit. Auf unseren Touren erlebst du dein Reiseziel in allen Facetten, begegnest Land und Leuten auf Augenhöhe. Um möglichst gute Preise für deine Traumreise zu erzielen, verzichten wir auf Reisevermittler und Provisionsgeschäfte. Du buchst also direkt bei uns. An Qualität sparen wir nicht: Dazu gehört, dass wir Leistungsträger wie Reiseleiter oder Busfahrer fair bezahlen. Das ist Ehrensache und Basis für „Reisen mit Herz“. Auch versuchen wir auf unseren Touren die Umwelt zu schonen und wir unterstützen soziale Projekte weltweit. Ganz wichtig ist uns Ehrlichkeit dir gegenüber: Unsere Touren führen oft in abenteuerliche Regionen, die unglaublich spannend sind, wo aber nicht immer alles vorhersehbar ist. Unser Versprechen: Wir tun unser Bestes, damit deine Reise so schön wie möglich wird, denn wir machen „Reisen von Freunden für Freunde“.

Beratung und Buchung



www.world-insight.de



info@world-insight.de



02203 9255-700

Montag-Freitag 10-18 Uhr



**Unsere WORLD INSIGHT Zentrale
im Kölner Airport-Businesspark
Haltestelle: S-Bahn Frankfurter Straße
Alter Deutzer Postweg 99, 51149 Köln
Montag-Freitag 10-18 Uhr**

Inhalt

1. Die Welt von WORLD INSIGHT	5
1.1 explore2gether – die ReiseCommunity von WORLD INSIGHT	5
1.2 Mein WORLD INSIGHT	5
1.3 Reisemagazin	5
1.4 Reiseberichte	5
1.5 Events	5
2. Bahnreise / Rail&Fly-Fahrkarte	6
3. Botschaften & Konsulate	6
3.1 Auslandsvertretungen	6
3.2 Botschaften und Konsulate von Estland, Lettland und Litauen	8
4. Einreisebestimmungen und Zollvorschriften	10
4.1 Reisedokumente	10
4.2 Visum	10
4.3 Impfvorschriften	10
4.4 Zollvorschriften	10
5. Essen & Trinken	10
6. Fluginformationen	11
6.1 Informationen zu deinem Flug	11
6.2 Hinweise zu deinem Reisegepäck	12
7. Geld & Währung	12
7.1 Währung	12
7.2 Bezahlung vor Ort (Geldwechsel, Girokarte, Kreditkarte)	12
8. Impfungen & Gesundheit auf Reisen	12
8.1 Impfeempfehlungen	13
8.2 Gesundheitshinweise	13
8.3 Reisemedizinische Beratung	13
8.4 Hinweise zur Mobilitätseinschränkung	13
9. Kleidung & Ausrüstung	13
9.1 Kleidung	13
9.2 Gepäckempfehlungen / Checkliste	14
10. Klima	14
11. Klimabewusstes Reisen mit WORLD INSIGHT und atmosfair	14
12. Landesspezifische Hinweise & Sicherheit	15
12.1 Verhalten im Reiseland	15
12.2 Sicherheit vor Ort	15
13. Reiseliteratur	15
13.1 MairDumont-Reiseführer	15

13.2 Weitere Literaturempfehlungen	15
14. Reiseversicherung	16
15. Stromspannung	16
16. Telefonie & Internet	16
16.1 Telefonie	16
16.2 Internet	16
17. Trinkgeld & Extrakosten	16
17.1 Trinkgeld	17
17.2 Extrakosten	17
18. Zeitunterschied	17

1. Die Welt von WORLD INSIGHT

1.1 explore2gether – die ReiseCommunity von WORLD INSIGHT

Finde reiselustige Leute aus deiner Umgebung und lerne Mitreisende für deine nächste WORLD INSIGHT-Reise schon vorab kennen. Bist du individuell unterwegs, kannst du hier auch Reisepartner für deine nächste Tour finden. Erstelle unkompliziert Fotogalerien oder deinen eigenen Reiseblog in ansprechendem Design. Tausche dich im Reiseforum über Themen von A wie Abreise bis Z wie Ziel aus und verrate auf der Weltkarte deine ganz persönlichen Geheimtipps!

» explore2gether.de

Wichtig: Um deine Mitreisenden online kennenzulernen, brauchst du sowohl ein Mein WORLD INSIGHT-Kundenkonto als auch ein eigenes Profil in der ReiseCommunity explore2gether. Um die Funktion „Meine Reisen“ nutzen zu können, musst du dann nur noch online beide Konten miteinander verbinden.

1.2 Mein WORLD INSIGHT

Lege dein eigenes WORLD INSIGHT-Kundenkonto an! Damit hast du all deine Reisedaten mit nur einem Klick zur Hand und kannst sie für deine nächste Online-Buchung direkt übernehmen. Zudem behältst du den Überblick über die Details aller Reisen, die du schon mit WORLD INSIGHT gemacht oder bei uns gebucht hast.

» mein.world-insight.de

1.3 Reisemagazin

Tolle Länderreportagen mit faszinierenden Bildern wecken dein Fernweh! Lerne die Menschen kennen, mit denen wir in den Zielgebieten zusammenarbeiten: Wie sieht ihr Alltag aus, was ist ihnen wichtig und wovon träumen sie? Auch unsere Reisegäste kommen hier zu Wort. Sie vermitteln dir mit ihren Berichten lebendige und authentische Eindrücke von außergewöhnlichen Touren überall auf der Welt.

» reisemagazin.world-insight.de

1.4 Reiseberichte

Reiseberichte mit stimmungsvollen Fotos oder auch Videos von unseren Gästen geben echte Einblicke in das, was dich auf unseren Reisen erwartet. Die schönsten Reiseberichte findest du u. a. auf unserer Website, im Reisemagazin oder in unseren Katalogen. Wir freuen uns auch über deine persönlichen Eindrücke von deiner WORLD INSIGHT-Tour.

Kommt dein Reisebericht in die engere Auswahl und wir veröffentlichen ihn anschließend, erhältst du als Dankeschön einen wertvollen Reisegutschein im Wert von € 100,-!

Um mitzumachen, brauchen wir von dir:

- deinen Reisebericht auf ca. 2-3 Seiten
- ca. 15-20 deiner besten Fotos in Originalauflösung
- ein Foto von dir auf der Tour

Schicke uns deinen Reisebericht an reiseberichte@world-insight.de. Größere Dateien kannst du uns ganz einfach per WeTransfer senden unter <https://world-insight.wetransfer.com/>

1.5 Events

Lass uns gemeinsam von fernen Ländern träumen, Neues entdecken und zu tollen Reisen und Abenteuern inspirieren. Wer unser Team noch nicht persönlich getroffen hat, für den

sind unsere Events eine gute Möglichkeit, uns kennenlernen, sich zu informieren, zu unterhalten und Spaß zu haben. Besuche uns deshalb im Rahmen unserer Veranstaltungsreihen Katalogpräsentationen, Messen, Länderabende und Weltentdecker!

» www.world-insight.de/events

2. Bahnreise / Rail&Fly-Fahrkarte

Mit dem Katalog 2020|21 ist bei allen unseren Reisen die Rail&Fly-Fahrkarte für die umweltfreundliche An- bzw. Rückreise mit der Deutschen Bahn (DB) zum Flughafen innerhalb Deutschlands im Reisepreis bereits eingeschlossen, ausgenommen davon sind unsere Rundreisen mit Eigenreise.

Etwa 7 bis 10 Tage vor Abreise erhältst du deine Rail&Fly-Fahrkarte mit deinem Flugticket (e-Ticket). Bei einigen wenigen Airlines funktioniert es anders: In diesen Fällen erhältst du zusammen mit deinem Flugdokument eine sogenannte Pickup-Nummer (Reservierungsnummer). Mit dieser kannst du dir – frühestens 72 Stunden vor Abreise – den Fahrschein direkt auf der Website der Deutschen Bahn downloaden und ausdrucken, auf dein Handy laden oder an einem DB-Fahrscheinautomaten erstellen.

Die passende Verbindung zur Anreise zu deinem Abflughafen suchst du dir selbst heraus. Bitte wähle diese so, dass du mindestens 3 Stunden vor Abflug am Flughafen bist. Sitzplatzreservierungen im Zug sind nicht Bestandteil dieser Leistung, du kannst diese aber jederzeit kostenpflichtig über die DB buchen.

Haftungsausschluss: Die rechtzeitige Anreise liegt einzig in der Verantwortung des Reisenden. WORLD INSIGHT Erlebnisreisen übernimmt keinerlei Haftung im Falle eines Verpassens des Abfluges infolge von Eigenverschulden des Reisegastes sowie infolge von Zugverspätungen jeglicher Art. Sämtliche Folgekosten infolge eines verpassten Abfluges gehen zulasten des Reisegastes.

Die Bedingungen für die Rail&Fly-Fahrkarte sowie weitere Informationen findest du auf unserer Website unter „[Bahnreise/R&F-Fahrkarte](#)“.

3. Botschaften & Konsulate

Folgend findest du zum einen die Kontaktdaten für die Auslandsvertretung im Gastland für deutsche, österreichische und schweizerische Staatsbürger und zum anderen die Botschaften und Konsulate von Estland, Lettland und Litauen in Deutschland, Österreich und der Schweiz.

3.1 Auslandsvertretungen

Für den Fall, dass du vor Ort Hilfe benötigst (z.B. bei Passverlust), wende dich bitte an deine Auslandsvertretung:

Estland

Botschaft der Bundesrepublik Deutschland in Tallinn, Estland:

Toom-Kuninga 11
15048 Tallinn
Estland
Tel.: +372 6275 300

E-Mail: info@tallinn.diplo.de
Web: <https://tallinn.diplo.de/ee-de>

Botschaft der Republik Österreich in Tallinn, Estland:

Vambola 6, 5. Stock
10114 Tallinn
Estland
Tel.: +372 627 87 40
E-Mail: tallinn-ob@bmeia.gv.at
Web: <https://www.bmeia.gv.at/oeb-tallinn/>

Schweizerische Botschaft in Tallinn, Estland:

Lehmann & Partner OÜ
F.R. Faehlmanni 37 – 6
10125 Tallinn
Estland
Tel.: +372 52 36 329
E-Mail: tallinn@honrep.ch
Web: <https://www.eda.admin.ch/countries/estonia/de/home.html>

Lettland

Botschaft der Bundesrepublik Deutschland in Riga, Lettland:

Raiņa bulvāris 13
Centra rajons
Rīga, LV-1050
Lettland
Tel: +371 67 085 100
Web: <https://riga.diplo.de/>

Botschaft der Republik Österreich in Riga, Lettland:

Alberta iela 13, 7th floor
LV-1010 Riga
Lettland
Tel.: +371 672 161 25
E-Mail: riga-ob@bmeia.gv.at
Web: <https://www.bmeia.gv.at/oeb-riga/>

Schweizerische Botschaft in Riga, Lettland:

Elizabetes iela 2
Centra rajons
Rīga, LV-1340
Lettland
Tel.: +371 67 338 351
E-Mail: riga@eda.admin.ch
Web: <https://www.eda.admin.ch/riga>

Litauen

Botschaft der Bundesrepublik Deutschland in Vilnius, Litauen:

Z. Sierakauskos g. 24

03105 Vilnius
Litauen
Tel.: +370 5 210 64 00
Web: <https://wilna.diplo.de/>

Konsulat der Republik Österreich in Vilnius, Litauen:

Jogailos g. 9
01116 Vilnius
Litauen
Tel.: +370 526 666 82
Mail: consul@austrianconsulate.lt
Web: <http://www.austrianconsulate.lt/>

Schweizerische Botschaft in Vilnius, Litauen:

Lvovo 25
09320 Vilnius
Litauen
Tel.: +370 5 203 29 69
E-Mail: stockholm.cc@eda.admin.ch
Web: <https://www.eda.admin.ch/countries/lithuania/de/home/>

3.2 Botschaften und Konsulate von Estland, Lettland und Litauen

Bei Fragen zu den Einreisebestimmungen für Estland, Lettland oder Litauen, allgemeinen konsularischen Dienstleistungen sowie spezifischen Fragen zur Visaerteilung sind die Botschaften und Konsulate des jeweiligen Landes offizielle Anlaufstellen. Die Kontaktdetails der diplomatischen und konsularischen Auslandsvertretungen der baltischen Staaten lauten:

Estland

Botschaft von Estland in Berlin, Deutschland:

Hildebrandstraße 5
10785 Berlin
Deutschland
Tel.: 030 25460602
E-Mail: Embassy.Berlin@mfa.ee
Web: <https://berlin.mfa.ee/>

Botschaft von Estland in Wien, Österreich:

Wohllebengasse 9
1040 Wien
Österreich
Tel.: +43 1 5037761
E-Mail: Embassy.Vienna@mfa.ee
Web: <https://vienna.mfa.ee/>

Botschaft von Estland in Zürich, Schweiz:

Bergstrasse 52
8712 Stefa
Schweiz
Tel.: +41 44 926 88 37

E-Mail: info@baltics.ch
Web: <http://www.baltics.ch/konsulat/>

Lettland

Botschaft von Lettland in Berlin, Deutschland:

Reinerzstraße 40/41
14193 Berlin
Deutschland
Tel.: 030 8260020
E-Mail: embassy.germany@mfa.gov.lv
Web: <https://www.mfa.gov.lv/de/berlin/>

Botschaft von Lettland in Wien, Österreich:

Stefan-Esders-Platz 4
1190 Wien
Österreich
Tel.: +43 1 4033112
E-Mail: embassy.austria@mfa.gov.lv
Web: <https://www.mfa.gov.lv/de/austria/>

Konsulat von Lettland in Zürich, Schweiz:

Feldeggstrasse 55
8008 Zürich
Schweiz
Tel.: +41 43 817 65 46
E-Mail: lettland@granelli.ch

Litauen

Botschaft von Litauen in Berlin, Deutschland:

Charitestraße 9
10117 Berlin
Deutschland
Tel.: 030 8906810
E-Mail: info-botschaft@mfa.lt
Web: <https://de.mfa.lt/de/de/>

Botschaft von Litauen in Wien, Österreich:

Löwengasse 47
1030 Wien
Österreich
Tel.: +43 1 7185467
Web: <http://at.mfa.lt/at/de/>

Konsulat von Litauen in Zürich, Schweiz:

Waaggasse 5
8001 Zürich
Schweiz
Tel.: +41 43 817 65 48
E-Mail: info@konsulat-litauen.ch

4. Einreisebestimmungen und Zollvorschriften

Einreisebestimmungen gelten für deutsche, österreichische und schweizerische Staatsbürger.

Andere EU-Bürger informieren wir gerne nach Mitteilung ihrer Staatsangehörigkeit oder sie können sich direkt bei dem zuständigen Ministerium ihres jeweiligen Landes informieren, siehe hierzu www.world-insight.de/einreisebestimmungen.

Soweit nicht anders angegeben, ist zumindest ein maschinenlesbarer Reisepass mit 6-monatiger Gültigkeit bei Reiseende und zwei freien, gegenüberliegenden Seiten nötig.

Solltest du einer anderen Nation außerhalb der EU angehören oder liegen bei dir besondere Umstände (z.B. doppelte Staatsbürgerschaft, Aufenthaltstitel etc.) vor, erkundige dich bitte entsprechend bei der Botschaft deines Ziellandes nach der für dich geltenden Einreise- und Transitbestimmungen, da wir nur allgemeine Hinweise zu Einreisebestimmungen geben können.

Für die Einhaltung sämtlicher Einreisebestimmungen und Zollvorschriften sind die Reisenden selbst verantwortlich.

4.1 Reisedokumente

Für die Einreise nach Estland, Lettland und Litauen benötigst du folgende Reisedokumente:

- Reisepass oder Personalausweis

Bitte beachte, dass dein Reisepass sechs Monate über das Reiseende hinaus gültig sein muss.

Hinweis bei Einreise von Minderjährigen: Bei Einreise von minderjährigen Kindern ist es empfehlenswert, sich über die besonderen Vorschriften für die Einreise beim Auswärtigen Amt und der Botschaft zu erkundigen.

4.2 Visum

Für die Einreise in die baltischen Staaten ist kein Visum erforderlich. Es genügt ein sechs Monate über das Reiseende hinaus gültiger Reisepass oder Personalausweis.

4.3 Impfvorschriften

Es sind keine Impfungen für Estland, Lettland und Litauen vorgeschrieben.

4.4 Zollvorschriften

Es gibt innerhalb der Mitgliedstaaten der Europäischen Union, damit auch in den baltischen Staaten, keine speziellen Beschränkungen.

5. Essen & Trinken

Es gilt: Probieren geht über Studieren – und wenn du Hemmungen hast, dann frag doch einfach erst deine Reiseleitung! Sie versorgt dich gerne mit vielen guten Tipps. Die Küche im Baltikum ist einfach, rustikal und nichts für Kalorienzähler. Viele traditionelle Gerichte sind

stark von der deutschen und russischen Küche beeinflusst. Die Speisekarte ist fleischlastig, besonders Schweinefleisch wird gerne verzehrt, man findet aber auch häufig Fisch- und Pilzgerichte, Käse und Kartoffeln. Verfeinert werden die Gerichte oft mit Sauerrahm und Kümmel.

In Litauen ist das Nationalgericht die blynai – mit Fleisch, Kohl, Pilzen oder Quark gefüllte Pfannkuchen, welche auch als süße Nachspeise mit Obst oder Beeren-Marmelade Anklang finden. In Lettland solltest du vor allem das schmackhafte, dunkle Roggenbrot maize probieren, welches zwar etwas gewöhnungsbedürftig, aber sehr lecker ist. Außerdem ist hier ein typisches Gericht karbonade: ein großes, meist paniertes Schweineschnitzel. In Estland solltest du als Snack zwischendurch unbedingt ein pirukas probieren. Diese sind mit Gemüse oder Fleisch gefüllte Teigtaschen. Das beliebteste Nationalgetränk in allen drei Ländern ist Bier. Vor allem in Litauen und Lettland stehen die regionalen Biere den deutschen in nichts nach. Vor Ort solltest du unbedingt einmal ein Honigbier probieren. Zwischendurch wird als nicht alkoholisches Getränk der Kwas, ein kohlen säurehaltiges Erfrischungsgetränk aus vergorenem Getreide, gerne getrunken.

Eine Hauptspeise im landestypischen Restaurant bekommt man etwa für 7 Euro, im gehobenen Restaurant sollte man für eine warme Mahlzeit ab 15 Euro aufwärts einkalkulieren. Eine Tasse Kaffee kostet etwa 2 Euro, der halbe Liter Bier ebenfalls etwa 2 Euro – je nach Ort schwanken die Preise.

6. Fluginformationen

6.1 Informationen zu deinem Flug

Du erhältst dein Flugticket (e-Ticket) mit den ausführenden Fluggesellschaften sowie den voraussichtlichen Flugzeiten zusammen mit deinen Last-Minute-Unterlagen etwa 7 bis 10 Tage vor Abreise als PDF per E-Mail. Bitte beachte, dass sich Flugzeiten dennoch kurzfristig ändern können.

Es wird dringend dazu geraten, mindestens 3 Stunden vor Abreise am Flughafen zu erscheinen, damit du ausreichend Zeit hast, um dein Gepäck aufzugeben und die Sicherheitskontrolle zu passieren.

Haftungsausschluss: Die rechtzeitige Anreise liegt einzig in der Verantwortung des Reisenden. WORLD INSIGHT übernimmt keinerlei Haftung im Falle eines Verpassens des Abfluges infolge von Verspätungen des Reisegastes jeglicher Art, die nicht im Organisationsbereich von WORLD INSIGHT liegen. Sämtliche Folgekosten infolge eines verpassten Abfluges gehen in solchen Fällen zulasten des Reisegastes.

Online-Check-In und Sitzplatzreservierung

Aus rechtlichen Gründen kann der Online-Check-In nur persönlich vorgenommen werden und steht in der Regel ab 23 Stunden (teilweise auch schon früher) auf der jeweiligen Webiste der Fluggesellschaft zur Verfügung.

Du kannst bei deiner Buchung deinen Sitzplatzwunsch (Gang-, Mittel- oder Fensterplatz) angeben. Wir können diesen gerne für dich anfragen, jedoch nicht garantieren. Fast alle Fluggesellschaften bieten dir aber im Rahmen des Online-Check-In die Möglichkeit, deinen Sitzplatz kostenfrei zu reservieren.

Da wir unsere Flüge in der Regel in Form einer Gruppenbuchung reservieren, gelten bezüglich des Online-Check-Ins und der Sitzplatzreservierung im Vergleich zu den Hinweisen auf der Website der Airline oft abweichende Bedingungen. Nähere Informationen findest du

auf unserer Website unter „[Fluginformationen](#)“.

6.2 Hinweise zu deinem Reisegepäck

Grundsätzlich unterscheiden Fluggesellschaften in der Frage des Freigepäcks zwischen zwei Konzepten, nämlich zwischen dem sogenannten „piece-concept“ und dem „weight-concept“. Beim „piece-concept“ zählt die Anzahl der Koffer und auch das Gewicht des einzelnen Gepäckstücks. Beim „weight-concept“ kann man das maximale Gewicht, z.B. 23 kg, auf mehrere Gepäckstücke verteilt werden. Zudem darf bei vielen Fluggesellschaften das aufgegebene Gepäck 158 cm in der Summe (Länge + Breite + Höhe) nicht überschreiten. Zusätzlich darf bei den Fluggesellschaften ein Handgepäckstück mit zwischen 5-8 kg Gewicht (abhängig von der Airline) mit in die Kabine genommen werden.

Da wir überwiegend Gruppenflüge für dich reservieren, beziehen sich diese Angaben auch auf Gruppenflüge, die wir in der Economy-Class reservieren.

In der Premium-Economy- und in der Business-Class gelten abweichende Regelungen, die zumeist kostenfreie Sitzplatzreservierungen zulassen und auch in der Frage der Freigepäckgrenzen großzügigere Regelungen einräumen.

Hinweis: Sollten auf deinem Flugticket (e-Ticket), in der Reisebestätigung oder in diesen Länderinformationen andere Angaben stehen, so sind diese maßgebend. Wir empfehlen dir, dich unmittelbar vor Reiseantritt auch noch mal direkt bei der Fluggesellschaft über die Freigepäckbestimmungen und die Anzahl der Gepäckstücke zu erkundigen, da es kurzfristig zu Änderungen kommen kann.

Bei Verlust, Beschädigung oder Verspätung deines Gepäcks im Rahmen deiner Flüge zeige dies bitte direkt bei der Fluggesellschaft an und lasse dir zusätzlich eine Bestätigung darüber ausstellen.

Bitte beachte die allgemeingültigen Sicherheitshinweise/-vorschriften der Bundespolizei bezüglich Reisen mit dem Flugzeug: https://www.bundespolizei.de/Web/DE/01Sicher-auf-Reisen/01Mit-dem-Flugzeug/mit-dem-flugzeug_node.html

7. Geld & Währung

7.1 Währung

In allen drei Ländern ist der Euro Landeswährung.

7.2 Bezahlung vor Ort (Geldwechsel, Girokarte, Kreditkarte)

In den meisten Hotels, Geschäften und Restaurants werden die gängigen Kreditkarten akzeptiert. In kleineren Städten und in ländlichen Gebieten ist es allerdings empfehlenswert immer eine kleine Menge Bargeld mitzuführen. Darüber hinaus findet man selbst in kleineren Städten zahlreiche Banken und Geldautomaten, an welchen man mit der EC-Karte/Kreditkarte Bargeld abheben kann. In größeren Geschäften kann mit diesen auch direkt bezahlt werden.

8. Impfungen & Gesundheit auf Reisen

Grundsätzlich sind die allgemeinen empfohlenen Standardimpfungen entsprechend des Robert-Koch-Instituts (www.rki.de) ratsam, auch wenn keine besonderen Impfungen zur Einreise in das jeweilige Land vorgeschrieben sind. Sollten zur Einreise Impfungen vorgeschrieben sein, findest du diese unter Einreisebestimmungen.

Neben den Standardimpfungen ergeben sich je nach Reiseland und Reisezeit weitere Impfeempfehlungen und Gesundheitshinweise.

8.1 Impfempfehlungen

Generell sind keine Impfungen für die baltischen Staaten vorgeschrieben. Da es zwischen April und Oktober durch Zeckenbisse zu einer Übertragung der Frühsommer-Meningoenzephalitis(FSME) kommen kann, solltest du hier jedoch über einen Impfschutz nachdenken.

Bitte beachte: Impfungen sind immer eine persönliche Entscheidung, bei der das Risiko abgewogen werden muss. Konsultiere deshalb vor der Reise in jedem Fall rechtzeitig (im Idealfall 2 Monate vor Abreise) deinen Hausarzt oder ein tropenmedizinisches Institut.

8.2 Gesundheitshinweise

Fahre stressfrei in deinen Urlaub; vermeide es, von der Arbeit direkt in das Flugzeug zu steigen. Für die Anfangszeit im Gastland gilt: Weniger ist oft mehr; natürlich will jeder viel sehen, doch gönne dir Ruhepausen, entspanne lieber mal in einem Café, denn es gilt: Wer gelassen ist, ist auch weit weniger anfällig für irgendwelche Krankheiten.

8.3 Reisemedizinische Beratung

Unsere Hinweise ersetzen jedoch keine reisemedizinische Beratung. Vor der Reise solltest du dich also fachkundig durch einen Arzt, Apotheker oder ein tropenmedizinisches Institut beraten lassen. Für aktuelle reisemedizinische Informationen und Impfvorschriften für dein Reiseland sowie zur Suche qualifizierter Beratungsstellen innerhalb Deutschlands empfehlen wir u.a. folgende Links:

- Centrum für Reisemedizin (www.crm.de)
- Fit for Travel (www.fit-for-travel.de)

Eine Übersicht aller Tropeninstitute in Deutschland findest du hier:

- Deutsche Gesellschaft für Tropenmedizin und Internationale Gesundheit (<https://www.dtg.org/liste-tropenmedizinischer-institutionen.html>)

8.4 Hinweise zur Mobilitätseinschränkung

Bitte beachte, dass unsere Reisen für Personen mit Mobilitätseinschränkungen grundsätzlich nicht geeignet sind, es sei denn, es ist anders bei der Reise ausgeschrieben. Solltest du eine Mobilitätseinschränkung haben, sprich uns bitte vor Buchung einer Reise an.

9. Kleidung & Ausrüstung

9.1 Kleidung

Für deine Reise empfehlen wir dir folgende Kleidung mitzunehmen:

- Bequeme, feste Schuhe mit gutem Profil
- Lange und kurze Hosen
- Langärmliges Hemd oder T-Shirt
- Warme Jacke und Hose
- Fleecejacke
- Regenschutz
- Badesachen
- Sonnenschutz (Kopfbedeckung, Sonnenbrille)

- Fahrradhelm für die Baltikum-Fahrradtour (Helmpflicht im Baltikum!)

9.2 Gepäckempfehlungen / Checkliste

Da unsere Hotels nur selten auf Kofferträger zurückgreifen und nicht immer ein Aufzug vorhanden ist, ist weniger Gepäck auch in deinem Sinne. Wir bitten dich, wenn möglich dein Gepäck in großen Rucksäcken bzw. Reisetaschen (Weichtaschen) unterzubringen, da diese in den Bussen vor Ort besser verstaut werden können. Hartschalenkoffer sind nicht unbedingt geeignet.

Folgendes gehört neben den oben genannten Kleidungsempfehlungen mit ins Gepäck:

- Reisepass oder Personalausweis
- Fotokopie des Reisepasses/Personalausweises
- Ausdruck deines elektronischen Tickets
- Bargeld, EC- und/oder Kreditkarte
- Fotokopien der wichtigsten Dokumente (getrennt von Originalen aufbewahren)
- Rucksack, Reisetasche oder Koffer
- Tagesrucksack
- Sonnencreme
- Reiseapotheke
- Erste Hilfe Set
- persönliche Medikamente
- Insektenschutz
- Wasserflasche
- Taschenlampe
- Fotoausrüstung, ggf. Speicherkarten oder Ersatz-Akkus

10. Klima

In Litauen, Lettland und Estland herrscht gemäßigtes Kontinentalklima, d.h. die Winter sind etwas kälter und schneereicher, die Sommer dafür etwas wärmer als in Deutschland. Zudem halten beide Jahreszeiten länger an, als wir es aus Deutschland gewohnt sind. Der Frühling und der Herbst dagegen sind eher kurz und mild. An der Ostseeküste ist das Klima durch die Ausläufer des Golfstroms etwas gemäßigter als im Osten, wo typisches Kontinentalklima herrscht. Ansonsten lässt sich sagen, dass das Wetter im Baltikum durchaus mit den Wetterbedingungen aus Norddeutschland vergleichbar ist. Als Reisezeit empfiehlt sich der Zeitraum zwischen Mai und September, die Durchschnittstemperatur in dieser Zeit liegt zwischen 15 °C und 19 °C. Mit Temperaturen von 20 °C - 30 °C sind Juni, Juli und August die wärmsten Monate im Jahr.

11. Klimabewusstes Reisen mit WORLD INSIGHT und atmosfair

Jeder Flug bedeutet auch eine gewisse Umweltbelastung. Damit wir aufs Fliegen in die Ferne nicht ganz verzichten müssen, bieten wir dir in Kooperation mit atmosfair die Möglichkeit, die verursachten CO₂-Emissionen finanziell zu kompensieren. Wenn du also als Ausgleich für deinen Flug etwas Gutes tun willst, dann kannst du bei deiner Buchung unseren renommierten und zertifizierten Partner atmosfair unterstützen – damit werden sinnvolle Umweltprojekte weltweit finanziert.

Dazu geben wir den durch den Flug von Frankfurt ins Zielland und zurück entstandenen CO₂-

Fußabdruck bei jeder Reise an, zusammen mit dem empfohlenen Ausgleich. So kannst du direkt sehen, wie hoch deine Spende sein sollte – die Höhe ist natürlich freiwillig, denn du entscheidest für dich selbst, welchen Beitrag du zur Nachhaltigkeit leisten möchtest. Dein Kompensationsbetrag wird in verschiedene atmosfair-Klimaschutzprojekte in Entwicklungsländern investiert, wodurch die CO₂-Emissionen an anderer Stelle wieder eingespart werden können.

So werden nachhaltige Entwicklungen von Technologien weltweit gefördert, z.B. solarthermische Heizungsanlagen oder effiziente Öfen, Windkraftanlagen und Kleinwasserkraftwerke, Kleinbiogasanlagen und Stromerzeugung aus Ernteresten sowie Umweltbildung an deutschen Schulen zur Stärkung des Klimabewusstseins.

Zu jeder Buchung, bei der du einen freiwilligen Kompensationsbetrag gespendet hast, erhältst du ca. 1 Monat nach Reiseende direkt von atmosfair ein persönliches Zertifikat per E-Mail sowie eine Spendenbescheinigung zum Download.

Weitere Informationen findest du auf www.atmosfair.de!

12. Landesspezifische Hinweise & Sicherheit

12.1 Verhalten im Reiseland

Grundsätzlich gilt: Bitte trete anderen Menschen immer mit Respekt und Toleranz entgegen.

Bei der Besichtigung von Kirchen ist es angebracht, seine Schultern bedeckt zu halten.

12.2 Sicherheit vor Ort

Grundsätzlich sind Estland, Lettland und Litauen sichere Reiseländer. Bitte beachte evtl. tagesaktuelle Sicherheitshinweise auf unserer Homepage www.world-insight.de bzw. beim Auswärtigen Amt (www.auswaertiges-amt.de).

Für die Aufbewahrung von Reisedokumenten sowie Geld und Schecks empfehlen sich Brustbeutel oder Bauchgürtel. Von der Mitnahme teurer Schmuckstücke oder ähnlicher Wertgegenstände ist ohnehin abzuraten.

13. Reiseliteratur

Zu jeder Buchung einer Gruppenreise bekommst du bei uns einen Reiseführer aus einem ausgewählten Sortiment von MairDumont dazu. Etwa 3 bis 4 Wochen vor Abreise bekommst du deinen persönlichen Gutscheincode zugeschickt. Mit diesem kannst du einfach und bequem deinen Reiseführer online bestellen unter www.world-insight.de/reisefuehrer

13.1 MairDumont-Reiseführer

Folgende Reiseführer aus unserem MairDumont-Programm stehen zur Auswahl, vorbehaltlich Verfügbarkeit:

- MARCO POLO Reiseführer Baltikum, Estland, Lettland, Litauen: Jan Pallokat, Thoralf Plath, Forian Maaß

13.2 Weitere Literaturempfehlungen

Schönes zum Schmökern für deine Reise:

- Reise Quer durch Estland, Lettland und Litauen: Ein Reisetagebuch, von Barbara

- Schwarzl
- Gebrauchsanweisung für das Baltikum, von Sabine Herre
 - Verwehte Blätter, von Camilla von Stackelberg
 - Feldpost: Meine Welt ist eine andere geworden, von Ingrid Wilke-Bury
 - Meldung über Gespenster. Erzählungen aus Litauen, von Cornelius Hell
 - Sterne der Eiszeit, von Renata Serelyte

14. Reiseversicherung

Sicher unterwegs: In jeder Reisebuchung haben wir für dich die Carry Home Top Cover inkl. Corona-Leistungen der Allianz Travel inkludiert!

Damit bist du automatisch bei deiner Reise versichert. Die Versicherung beinhaltet eine Reise-Krankenversicherung inkl. Kranken-Rücktransport, Reiseabbruch-Versicherung und umfasst auch Folgekosten einer eventuellen Quarantäne. Egal, ob Covid-19 dabei eine Rolle spielt oder nicht.

Weitere Infos sowie die Versicherungsbedingungen findest du unter <https://www.world-insight.de/versicherungen/>

Mach das Paket perfekt!

Darüber hinaus empfehlen wir dir dringend den Abschluss einer Reiserücktrittskosten-Versicherung, damit du auch vor Stornokosten geschützt bist, wenn du deine Reise nicht antreten kannst. Unser Partner ERGO Reiseversicherung hat passend dazu sowohl Einmal-Versicherungen für nur eine Reise als auch Jahres-Versicherungen für alle Reisen im Jahr im Angebot, optional auch mit Covid-19-Schutz.

Diese kannst du direkt über <https://www.world-insight.de/versicherungen/> unter Beachtung der entsprechenden Abschlussfristen einfach online abschließen.

15. Stromspannung

Die Stromversorgung beträgt im Normalfall 220 Volt Wechselstrom. Die Steckdosen entsprechen meist dem europäischen Standard, sodass ein Adapter nicht erforderlich ist. Spezielle Batterien solltest du jedoch direkt von zu Hause mitbringen.

16. Telefonie & Internet

16.1 Telefonie

Seit dem Wegfall der Roaming-Gebühren innerhalb der EU fallen keine weiteren Kosten für das Telefonieren oder Surfen in Estland, Lettland und Litauen an. Es gelten die Bedingungen deines Inlands-Tarifes.

16.2 Internet

Grundsätzlich steht in jedem Hotel WLAN kostenfrei zur Verfügung.

17. Trinkgeld & Extrakosten

17.1 Trinkgeld

Unsere Reiseleitung freut sich am Ende der Reise über ein Trinkgeld. Je nach Gruppengröße ist ein Betrag von 1 bis 2 Euro pro Person und Reisetag landestypisch. An einigen Orten nutzen wir zusätzlich örtliche Reiseleiter, für die pro Gruppe ein Trinkgeld von 20 € landestypisch ist. Die Höhe des Trinkgeldes sollte selbstverständlich auch abhängig von Leistung und Engagement der Reiseleitung sein. Letztlich ist es deine individuelle Entscheidung, wie viel Trinkgeld du geben möchtest. In Restaurants ist es üblich, ein Trinkgeld von etwa 10 Prozent zu geben.

Die Reiseleitung kennt die örtlichen Gepflogenheiten und kann das Trinkgeld den Sitten des Landes entsprechend, aber auch abhängig von Leistungen einschätzen. Sie wird dich bezüglich der Trinkgelder für Zimmermädchen, Busfahrer, Kofferträger, Kellnern, etc. beraten.

17.2 Extrakosten

Wie viel du zum alltäglichen Leben benötigst, hängt natürlich von deinen persönlichen Präferenzen ab. Die Mahlzeiten, die nicht im Reisepreis enthalten sind, kommen noch hinzu.

Eine Hauptspeise im landestypischen Restaurant bekommt man etwa für 7€, im gehobenen Restaurant sollte man für eine warme Mahlzeit ab 15€ aufwärts einkalkulieren. Eine Tasse Kaffee kostet etwa 2€, der halbe Liter Bier ebenfalls etwa 2€ – je nach Ort schwanken die Preise.

18. Zeitunterschied

Im Baltikum gilt die osteuropäische Zeit, welche uns eine Stunde voraus ist (MEZ+1). Da Litauen, Lettland und Estland ihre Uhren auch auf Sommer- und Winterzeit umstellen, bleibt die Zeitverschiebung rund um das Jahr bei einer Stunde plus.