



**So., 10.11.19 - Do., 05.12.19 | 26 Tage ab € 2.899,-**

**AktivPlus**

# **Vietnam mit Verlängerung Kambodscha AktivPlus**

**Indochina aktiv**

## **Highlights**

- › Trekking durch die Bergwelt um Cao Bang
- › Zentralvietnam zu Fuß, auf dem Fahrrad und per Kayak erkunden
- › Begegnungen mit Minderheiten mit zwei Übernachtungen im Homestay

**Auf dieser Tour reisen wir ganz nah an Land und Leuten: In den Bergen um Cao Bang wandern wir entlang malerischer Reisfelder, wir durchqueren kleine Bergorte und übernachten bei Minderheiten, den Nung und Tai: So haben wir intensive Einblicke in das Leben der Bergvölker! Die trockene Halong-Bucht erkunden wir mit dem Fahrrad, bevor wir es uns an Bord einer Dschunke in der Halong- Bucht gut gehen lassen: frangfrischer Fisch und Tai Chi am Morgen vor herrlicher Kulisse – Reisefreund, was willst du mehr! Die Reise geht Richtung Süden: Dong Hoi erkunden wir mit dem Kajak, mit Hué entdecken wir das Erbe der kaiserlichen Dynastien und im charmanten Hoi An greifen wir auf das Rad zurück, um My Son zu entdecken. Dann der Süden: hier das brodelnde und aufstrebende Ho-Chi-Minh-Stadt, dort die grüne Reisschüssel Vietnams, das Mekong-Delta. Wer noch mehr Zeit hat, verlängert in Kambodscha für unfassbare Momente inmitten der Tempel von Angkor – das Weltkulturerbe entdecken wir natürlich auch mit dem Drahtesel!**

### Tag 1 - So., 10.11.19 Flug nach Hanoi

#### Das Abenteuer beginnt!

Von Frankfurt geht am frühen Nachmittag dein Flug nonstop nach Hanoi.

**Fahrstrecke:** - | **Übernachtung:** Flugzeug | **Mahlzeiten:** gemäß **Bordservice**

### Tag 2 - Mo., 11.11.19 Hanoi

#### Erste Eindrücke der Hauptstadt

Unser Reiseleiter begrüßt uns am frühen Morgen am Flughafen. Durch das Verkehrsgewühl der quirligen Hauptstadt geht es in einer knappen Stunde ins Hotel. Unglaublich, wie viele Mopeds sich hier durch den Verkehr drängeln – typisch Asien! Anschließend kannst du Hanoi in deinem Tempo entdecken: Gönn dir erstmal ein Frühstück in einem der vielen netten Cafés und lass die Stadt auf dich wirken. Schlendere anschließend durch die Altstadt oder tu es den Einheimischen gleich und bevölkere eine der Bänke am Hoan Kiem-See.

**Fahrstrecke:** 30 km | **Übernachtung:** Maison D'Hanoi\*\*\* oder Hong Ngoc Cochinchine\*\*\* in Hanoi | **Mahlzeiten:** gemäß **Bordservice**

### Tag 3 - Di., 12.11.19 Hanoi

#### „Onkel Ho“ und eine Tasse „Egg Coffee“

Am heutigen Morgen machen wir mit der wohl wichtigsten Persönlichkeit des modernen Vietnams Bekanntschaft: mit Ho Chi Minh, den die Einheimischen liebevoll nur „Onkel Ho“ nennen! Wir begegnen ihm zwar nicht persönlich, aber seinen Geist spüren wir überall, wenn wir die parkähnliche Anlage des Ho-Chi-Minh-Komplexes bewundern, vor dem imposanten Präsidentenpalast und der Einsäulenpagode stehen und uns schließlich im ehemaligen Wohnhaus des Unabhängigkeitskämpfers umschauen. Unser Reiseleiter erklärt uns währenddessen den langen und steinigen Weg Vietnams zur Unabhängigkeit. Anschließend besuchen wir das äußerst sehenswerte Ethnologische Museum

und tauchen tiefer ein in die reichhaltige Kultur der hiesigen Völker. Nach so viel Geschichte lassen wir dir etwas Zeit für ein Mittagessen, bevor wir in traditionelle Cyclos steigen. In einer knappen Stunde geht es durch die verwinkelte Altstadt. Unsere Tour endet am Nachmittag in einem Café, in dem wir dich zu einem traditionellen „Egg Coffee“ einladen. Was das ist? Lass dich überraschen.

**Fahrstrecke:** 10 km | **Übernachtung:** Maison D'Hanoi\*\*\* oder Hong Ngoc Cochinchine\*\*\* in Hanoi | **Mahlzeiten:** F

### Tag 4 - Mi., 13.11.19 Hanoi – Cao Bang

#### Hinaus in die Bergwelt!

Die siebenstündige Fahrt nach Cao Bang ist lang, dafür führt sie uns in Regionen weit abseits der Touristenpfade. Vorbei an Teeplantagen sowie Mais- und Maniokfeldern erreichen wir eine zauberhafte Bergwelt. Wir folgen in Teilen dem Roten Fluss und freuen uns am Knallgrün oder Goldgelb der Reisfelder (je nach Jahreszeit). Dabei stoppen wir immer wieder an exponierten Aussichtspunkten. Die letzten Kilometer legen wir zu Fuß zurück: Es geht durch Felder, vorbei an Bauernhäusern, bis wir schließlich am frühen Abend unseren Homestay erreichen. Wir werden herzlich von unserer Familie begrüßt und sind gespannt darauf, mehr über das Leben und die Kultur der Nung-Minderheit zu erfahren. Dem Erlebnis zuliebe verzichten wir für die kommenden Nächte im Mehrbettzimmer auf etwas Komfort.



1,5 h (6 km ↑ 200 m ↓ 50 m)

**Fahrstrecke:** 320 km | **Übernachtung:** Homestay bei Cao Bang | **Mahlzeiten:** F, M, A

### Tag 5 - Do., 14.11.19 Cao Bang

#### Trekking von Dorf zu Dorf

Das Leben in den Bergen beginnt früh morgens: Vielleicht hast du noch vor dem Frühstück Lust auf einen kleinen Spaziergang durch das Dorf: Die Nung-Frauen des Dorfes sind bekannt für die Herstellung von Räucherstäbchen,

schau ihnen bei ihrer Arbeit über die Schulter! Nach dem Frühstück gehen wir gestärkt gemeinsam mit einem lokalen Guide auf Trekkingtour: Wir wandern auf Naturpfaden, die oft steinig sind und teils rutschig sein können, ein Tal entlang zu einem Dorf der Tai und schauen uns um. Zur Mittagszeit packen wir in dieser idyllischen Umgebung unser mitgebrachtes Picknick aus. Anschließend geht es zu einem kleinen Fluss entlang der Reisfelder und Karstberge, vorbei an kleinen Dörfern. Am späten Nachmittag gelangen wir dann zum Fluss. Hier schippern wir auf Flößen eine gute halbe Stunde in gemächlichem Tempo zu unserem nächsten Homestay. Heute Abend sind wir zu Gast bei einer Familie der Tai-Minderheit und erfahren Spannendes über deren Kultur



6-7 h (14 km ↑ 110 m ↓ 90 m)

**Fahrstrecke: 30 km | Übernachtung: Homestay bei Cao Bang | Mahlzeiten: F, M, A**

### Tag 6 - Fr., 15.11.19 Cao Bang

#### Trekking und spektakuläre Nguom Ngao-Höhle

Genieße die idyllische morgendliche Atmosphäre! Nach einem gemeinsamen Frühstück mit unserer Gastfamilie schnüren wir die Trekkingschuhe. Wir wandern auf eher ebenen, aber steinig Pfaden entlang eines Flusses, vorbei an Reis- und Maisfeldern. Zum Mittag stärken wir uns bei einer Familie. Unser Weg führt uns weiter am Fuße der Berge entlang, wir schauen in einem Dorf vorbei und erreichen am Nachmittag die Höhle Nguom Ngao. Bei unserer Besichtigung der zwei Kilometer Vietnam langen Höhle bewundern wir die bizarren Stalaktiten und Stalakmiten. Anschließend bringt uns eine kurze Busfahrt zu den Wasserfällen Ban Gioc. Sie sind die größten Wasserfälle Vietnams, in deren Mitte die Grenze zu China verläuft. Je nach Jahreszeit verändert sich auch der Wasserstand, beeindruckend sind sie aber immer. Nur einen Steinwurf entfernt liegt unser Hotel.



4 h (10-12 km ↑ 40 m ↓ 40 m)

**Fahrstrecke: 40 km | Übernachtung: Saigon Ban Gioc Resort\*\*\* in Ban Gioc | Mahlzeiten: F, M**

### Tag 7 - Sa., 16.11.19 Cao Bang – Hanoi

#### Tagesfahrt durch die herrliche Bergwelt

Nach dem Frühstück geht es in insgesamt ca. acht Stunden zurück nach Cao Bang und auf bekannter Strecke nach Hanoi. Nach Ankunft am Abend freuen wir uns auf eine erfrischende Dusche und einen freien Abend in der quirligen Hauptstadt.

**Fahrstrecke: 360 km | Übernachtung: Maison D'Hanoi\*\*\* oder Hong Ngoc Cochinchine\*\*\* in Hanoi | Mahlzeiten: F, M**

### Tag 8 - So., 17.11.19 Hanoi – Ninh Binh

#### Mit dem Fahrrad durch die Trockene Halong-Bucht

Nach ca. zwei Stunden Fahrt im Bus erreichen wir Van Long, Teil der Trockenen Halong-Bucht, und satteln um auf Fahrräder. Wir radeln entspannt durch das ländliche Vietnam, vorbei an Reisfeldern, durch kleine Dörfer, die Karstberge immer im Blick. Unterwegs halten wir in einem traditionellen Haus und nehmen uns Zeit für Begegnungen mit den Einheimischen. Nach unserem Mittagessen schippern wir dann in kleinen Ruderbooten in ca. eineinhalb Stunden durch die Region. Wesentlich weniger touristisch, aber mindestens genauso idyllisch wie in Tam Coc! Angeblich soll die Pracht der umliegenden Kalksteinfelsen sogar die Schönheit der Halong-Bucht übertreffen – mach dir am besten dein eigenes Bild! Den Nachmittag lassen wir dir frei. Das Tam Coc Rice Fields Resort liegt malerisch am Rande eines Karstberges. Leih dir eines der Fahrräder (begrenzte Verfügbarkeit) und erkunde die Gegend. Unser zweckmäßiges Alternativhotel liegt zentral in der Stadt und bietet unzählige Möglichkeiten für dein Abendessen.



1,5 h (15 km)

**Fahrstrecke: 120 km | Übernachtung: Tam Coc Rice Fields Resort\*\*\*(\*) oder Thuy Anh\*\*\* in Ninh Binh | Mahlzeiten: F**

### Tag 9 - Mo., 18.11.19 Ninh Binh

#### Durch die Galaxie

Die Gegend um Ninh Binh bietet eine Vielzahl an Sehenswürdigkeiten. Um diese zu entdecken, sind wir fast den ganzen Tag unterwegs. Eine kurze Busfahrt bringt uns nach Hoa Lu, der alten Hauptstadt, die wunderschön zwischen Reisfeldern und steilen Bergen liegt. Auch wenn die Reste der imposanten Tempel und der Zitadelle der Dinh- und Le-Dynastien stark vom Verfall betroffen sind, zeugen sie noch vom einstigen Glanz der Stätten. Nach unserer ausführlichen Besichtigung fahren wir nach Tam Coc. Dort radeln wir durch die friedvolle Landschaft entlang des Flusses und durch Reisfelder. Dann steigen wir um auf kleine Ruderboote und erkunden die Thien Ha-Höhle. Die Höhle wird auch „Galaxie-Höhle“ genannt, weil das Wasser in ihrem Inneren durch den Lichteinfall wie eine ferne Galaxie erscheint. Am späten Nachmittag sind wir zurück im Hotel und haben Zeit für uns.



0,5 h (6 km)

**Fahrstrecke: 40 km | Übernachtung: Tam Coc Rice Fields Resort\*\*\*(\*) oder Thuy Anh\*\*\* in Ninh Binh | Mahlzeiten: F**

## Tag 10 - Di., 19.11.19 Ninh Binh – Halong-Bucht

### Die schönsten Karstformationen Südasiens!

Nach etwa vier Stunden Fahrt erreichen wir gegen Mittag den Hafen von Halong-Stadt. Zusteigen bitte, es geht an Bord einer Dschunke! Die Halong-Bucht wurde von der UNESCO zum Weltnaturerbe erkoren und wer sie erlebt, den wundert das nicht: Rund 2.000 Felsen aller Größen und Formen, die aus dem blau-grünen Wasser emporsteigen, lassen den Mund vor Staunen weit offenstehen. Während wir aus dem Hafen auslaufen, genießen wir fangfrischen Fisch. Anschließend bleibt Zeit zum Relaxen an Deck, bevor wir uns in einem kleinen Beiboot zu einer Perlenfarm aufmachen. Der Weg ist unser Ziel, denn wir wollen einfach die Schönheit der Bucht aus einer anderen Perspektive erleben! Zurück an Bord schippern wir weiter zur Insel Titop. Nur hier ist Baden in der Halong-Bucht erlaubt, deshalb werden wir nicht die Einzigen sein, die sich hier in die Fluten stürzen. Wieder an Bord lassen wir den Abend entspannt ausklingen, und wer Lust hat, der beweist anschließend sein Geschick beim Fang von Tintenfischen mit der Crew!

**Fahrstrecke:** 200 km | **Übernachtung:** Dschunke in der Halong-Bucht  
| **Mahlzeiten:** F, M, A

## Tag 11 - Mi., 20.11.19 Halong-Bucht – Hanoi – Nachtzug nach Dong Hoi

### Tai Chi vor herrlicher Kulisse

Frühaufsteher werden bei gutem Wetter mit einem herrlichen Sonnenaufgang belohnt! Vielleicht hast du anschließend Lust auf Tai Chi? Für Vietnamesen startet damit der Tag, tu es ihnen gleich! Nach dem Frühstück fahren wir zur „Höhle der Überraschung“, wo wir uns die herrlichen Stalaktiten und Stalakmiten anschauen. Gegen späten Vormittag geht es in etwa einer Stunde zurück zum Hafen, anschließend in gut vier Stunden nach Hanoi. Am späten Nachmittag erreichen wir Hanoi, besorge dir für die bevorstehende Nachtzugfahrt ein paar Getränke und Snacks. Gegen 19:30 Uhr heißt es einsteigen: In 4-Bett-Abteilen geht es im Wiedervereinigungsexpress nach Dong Hoi!

**Fahrstrecke:** 190 km (560 km im Zug) | **Übernachtung:** Zug | **Mahlzeiten:** F, M

## Tag 12 - Do., 21.11.19 Dong Hoi

### Kajak fahren und ein Schlammbad

Wir kommen am frühen Morgen in Dong Hoi an. Eine kurze Busfahrt bringt uns zu unserer Unterkunft, die inmitten der herrlich grünen Bergwelt liegt. Hier nehmen wir erst einmal ein Frühstück ein und haben Zeit, uns den Vormittag über am Pool zu erholen.

Wer es aktiver mag, leiht sich eines der Fahrräder (begrenzte Verfügbarkeit) und erkundet die Gegend auf eigene Faust. Am frühen Nachmittag geht's dann los: Wir gleiten im Kajak auf ruhigen Wassern den Song Son-Fluss entlang, um uns herum Reisfelder und Karstberge, was eine Idylle. Unser Ziel ist die „Höhle der Dunkelheit“. Wir erkunden einen Teil der Höhle zu Fuß und werden uns sprichwörtlich im Matsch suhlen. Ein riesiger Spaß! Wir haben außerdem noch die Möglichkeit, uns im Ziplining auszuprobieren. Abenteuer pur! Am frühen Abend geht es dann auf bekannter Strecke in einer guten Stunde zurück zu unserer komfortablen Unterkunft. Gönnst euch nach einer erfrischenden Dusche einen Sundowner am Pool.



2-3 h (7 km)

**Fahrstrecke:** 30 km | **Übernachtung:** Chay Lap Farmstay\*\*\*(\*) oder Phong Nha Lake House Resort\*\*\* in Dong Hoi | **Mahlzeiten:** F

## Tag 13 - Fr., 22.11.19 Dong Hoi

### Unterwegs im Dschungel

Eine kurze Fahrt bringt uns in den Phong Nha-Nationalpark. Wir schauen uns erst in der Wildtierauffangstation um und erfahren, welche wichtige Arbeit die Einheimischen hier für den Schutz der Tiere leisten. Dann geht unsere Wanderung los: Über Stock und Stein und auf Waldwegen wandern wir durch den Dschungel und lernen einiges über die lokale Flora und Fauna. Wir kommen aufgrund der hohen Luftfeuchtigkeit und dem vielen Auf und Ab ganz schön ins Schwitzen. Mit etwas Glück bekommen wir exotische Vögel, Schmetterlinge und Affen zu Gesicht. Nach gut der Hälfte der Strecke stärken wir uns bei einem BBQ in Picknickform und genießen die Natur um uns herum. Dann geht es weiter und wir erreichen am frühen Abend einen natürlichen Pool, in dem wir uns erfrischen können. Den Tag runden wir ab mit einem kurzen Besuch im Rehabilitationszentrum. Hier werden die vorher aufgepäppelten Tiere ausgesetzt und können in halbwegs freier Wildbahn leben. Am frühen Abend sind wir zurück im Hotel.



4-5 h (10 km ↑ 150 m ↓ 110 m)

**Fahrstrecke:** 30 km | **Übernachtung:** Chay Lap Farmstay\*\*\*(\*) oder Phong Nha Lake House Resort\*\*\* in Dong Hoi | **Mahlzeiten:** F, M

## Tag 14 - Sa., 23.11.19 Dong Hoi – Hué

### Den Kaisern auf der Spur!

Unser Bus bringt uns heute Vormittag in ca. vier Stunden nach Hué. Willkommen in der alten Kaiserstadt! Nach einer kurzen Mittagspause gehen wir auf Entdeckungstour: Mit der Zitadelle

treffen wir auf eines der kulturellen Highlights der Stadt. Trotz sichtbarer Schäden durch die vergangenen Kriege erstrahlt sie in altem Glanz. Wir wandeln durch die Anlage mit ihren Gärten und Bäumen und erkunden einige Tempel. Eine kurze Fahrt bringt uns danach zum wunderschönen Grab des Kaisers Minh Mang, das am frühen Abend den Abschluss unserer Besichtigungen bildet.

**Fahrstrecke: 170 km | Übernachtung: Emm\*\*\*(\*) oder Cherish\*\*\* oder Park View\*\*\* in Hué | Mahlzeiten: F**

### **Tag 15 - So., 24.11.19 Hué – Hoi An**

#### **Wolkenpass und Altstadt**

Wir machen uns in guten drei Stunden auf den Weg Richtung Hoi An. Die Blicke unterwegs sind fantastisch – die steil abfallenden Berge scheinen buchstäblich ins Meer zu stürzen! Nach gut zwei Stunden erreichen wir den Wolkenpass: Bei gutem Wetter – aber Achtung, der Pass macht seinem Namen alle Ehre – hat man von hier einen herrlichen Ausblick. Nach unserer Ankunft gegen Mittag lassen wir dir etwas Zeit für eine kleine Stärkung. Anschließend gehen wir zu Fuß auf Entdeckungstour. Wir spazieren durch die hübsche Altstadt, die mit der Mischung aus vietnamesischen, chinesischen und japanischen Einflüssen besticht. Wir entdecken den chinesischen Tempel Quan Cong, die chinesische Versammlungshalle Phuc Kien, das Alte Haus der Tan Ky und die berühmte Japanische Brücke. Anschließend laden wir dich ein: Tanke Kraft in einer Oase der Ruhe, einem besonderen Teehaus, das körperlich beeinträchtigte Menschen in den Alltag integriert.


**Fahrstrecke: 140 km | Übernachtung: Emm\*\*\*(\*) oder Pho Hoi Riverside\*\*\* in Hoi An | Mahlzeiten: F**

### **Tag 16 - Mo., 25.11.19 Halbtagesausflug My Son**

#### **Weltkulturerbe mit dem Fahrrad**

Heute Vormittag steht ein Highlight der Reise auf dem Programm, wir erkunden My Son, die heiligste Stätte der Cham-Zivilisation. Wir starten unsere Fahrradtour in der Altstadt von Hoi An, fahren durch schmale Gassen, überqueren den Fluss und fahren auf kleinen Wegen, auf denen wenig Verkehr herrscht, durch die herrliche Landschaft. Wir passieren Reisfelder, kleine Dörfer und Bauernhöfe und kommen mit Hilfe unseres Reiseleiters mit den Einheimischen in Kontakt. Die letzten Kilometer bis zu den Tempeln fahren wir dann mit dem Bus. Für die Besichtigung des UNESCO-Weltkulturerbes, das verstreut in einem bewaldeten Tal liegt, lassen wir uns ausreichend Zeit. Den Rückweg am Nachmittag legen wir in ca. einer Stunde mit dem Bus zurück. Der Rest des Tages ist frei: Schlendere nach der erfrischenden Dusche durch die nette Altstadt

und gönne dir in einem der vielen Cafés einen Cappuccino.

 2 h (22 km)

**Fahrstrecke: 70 km | Übernachtung: Emm\*\*\*(\*) oder Pho Hoi Riverside\*\*\* in Hoi An | Mahlzeiten: F**

### **Tag 17 - Di., 26.11.19 Hoi An – Ho-Chi-Minh-Stadt**

#### **Saigon - DIE Metropole Vietnams!**

Wir fliegen am Morgen von Da Nang nach Ho-Chi-Minh-Stadt, dem ehemaligen Saigon. Eine Metropole mit verrücktem Verkehr, riesigen Hochhäusern, kulinarischen Highlights und jeder Menge Sehenswürdigkeiten wartet auf uns. Am frühen Nachmittag streifen wir über den quirligen Ben Thanh-Markt. Neben Artikeln aller Art bekommt man hier auch günstige und köstliche vietnamesische Küche: Deck dich für dein Mittagessen ein! Um das Vietnam von heute zu verstehen, besuchen wir im Anschluss das Kriegsrelikte-Museum. Hier erinnert unser Reiseleiter an Vietnams bewegte Geschichte. Unbelasteter ist unser Besuch des Wiedervereinigungspalastes, der vor Kriegsende der südvietnamesischen Regierung diente. Anschließend flanieren wir entlang der Dong Khoi-Straße, die von Boutiquen und Cafés gesäumt ist, entlang alter Kolonialgebäude bis zur Notre Dame-Kathedrale und dem Hauptpostamt. Unser Tipp für den Abend: Mach einen Abstecher zum Bitexco Financial Tower, von dessen Aussichtsplattform du herrliche Ausblicke genießt.

**Fahrstrecke: 50 km | Übernachtung: Sonnet\*\*\* oder Ha Hien Signature\*\*\* oder Signature\*\*\* in Ho-Chi-Minh-Stadt | Mahlzeiten: F**


### **Tag 18 - Mi., 27.11.19 Ho-Chi-Minh-Stadt – Vinh Long**

#### **Mekong-Delta mit Boot und Fahrrad**

Mit dem Bus machen wir uns in ca. drei Stunden auf den Weg ins Mekong-Delta. Es ist eines der größten Deltas der Welt mit unzähligen Flussarmen und Kanälen. Nach unserer Ankunft in Cai Be machen wir einen kurzen Abstecher zu einer Familie. Viele Familien stellen hier noch ganz traditionell Lebensmittel wie Reispapier oder Gebrauchsgegenstände wie die typischen Vietnamesenhüte her. Spannend! Das Mekong-Delta lässt sich am besten mit dem Boot erkunden. Wir steigen daher um und fahren in einer knappen Stunde auf die Insel An Binh – dabei können wir das Leben am Wasser beobachten und die üppige Vegetation bewundern. Zu Mittag stärken wir uns bei einer Familie, bevor es am frühen Nachmittag mit dem Boot nach Vinh Long geht. Anschließend erkunden wir die Gegend mit dem Fahrrad. Wir radeln entspannt entlang unzähliger



Kokospalmen, Mango- und Jackfruchtbäume und Reisfelder. Der Tag steht dir ab dem späten Nachmittag zur freien Verfügung. Wir übernachten heute in einem einfachen Gästehaus mit geteilten sanitären Anlagen. Schlendere durch die herrliche Landschaft oder entspanne in einer Hängematte im Garten unseres Gästehauses.

 1 h (10 km)

**Fahrstrecke: 100 km | Übernachtung: einfaches Gästehaus in Vinh Long**  
**| Mahlzeiten: F, M, A**

### Tag 19 - Do., 28.11.19 Vinh Long – Can Tho

#### Labyrinth der Wasserstraßen

Mit dem Boot schippern wir entspannt auf dem Fluss und machen einen kurzen Stopp am Van Thanh Miue-Tempel. Eine wunderbare Begegnung ist im Anschluss unser Besuch bei einer Familie, die noch wie vor hunderten von Jahren Dächer aus Blättern der Kokosnusspalme herstellt. Dann ist wieder Zeit für etwas Bewegung und wir fahren mit dem Fahrrad entspannt durch die herrliche Natur zu einer Familie, die traditionelle Kräuterméizin herstellt. Vielleicht findest du das eine oder andere Heilmittel für deine Beschwerden? Bei einem Gemüsebauern schauen wir ebenfalls vorbei und erreichen schließlich den Markt von Vinh Long, wo wir gemeinsam zu Mittag essen, bevor es mit dem Bus in einer guten Stunde weiter nach Can Tho geht. Ab dem Nachmittag laden der überschaubare Stadtkern und das Flussufer zum Spaziergang ein.

 1,5 h (15 km)

**Fahrstrecke: 60 km | Übernachtung: West\*\*\*(\*) in Can Tho | Mahlzeiten: F, M**

### Tag 20 - Fr., 29.11.19 Can Tho – Ho-Chi-Minh-Stadt

#### Der schwimmende Markt von Cai Rang

Der frühe Vogel fängt den Wurm: Noch im Morgengrauen vor dem Frühstück machen wir uns auf zum größten schwimmenden Markt im Mekong-Delta, dem Markt von Cai Rang. Auch wenn er von vielen Reisenden besucht wird, dient er vor allem der lokalen Bevölkerung. Auf dem Markt werden die Früchte und das Gemüse des Deltas in größeren Mengen von Zwischenhändlern erstanden, die die Waren dann andernorts weiterverkaufen. Vom Boot aus beobachten wir das Treiben und finden tolle Fotomotive. Nach dem Frühstück im Hotel machen wir uns zu einer kleinen Kakaopflanzung auf: Hier erfahren wir Interessantes über die Geschichte des sympathischen Kakaobauern, den Anbau der Bäume und über die Herstellung

von Schokolade. Anschließend geht es mit dem Bus zurück nach Ho-Chi-Minh-Stadt, wo wir am frühen Nachmittag ankommen. Der Rest des Tages gehört dir: Shoppen, Sightseeing oder Entspannen in einem der vielen Cafés?

**Fahrstrecke: 200 km | Übernachtung: Sonnet\*\*\* oder Ha Hien**  
**Signature\*\*\* oder Signature\*\*\* in Ho-Chi-Minh-Stadt | Mahlzeiten: F**

### Tag 21 - Sa., 30.11.19 Ho-Chi-Minh-Stadt – Siem Reap

#### Im Flug nach Kambodscha

Am Flughafen von Ho-Chi-Minh-Stadt verabschieden wir uns von unserem vietnamesischen Reiseleiter und fliegen gegen Mittag nach Siem Reap, dem Tor für all die fantastischen Tempelanlagen der Khmer-Hochkultur. Nach unserem Transfer zum Hotel lassen wir dir den Rest des Tages ab dem Nachmittag frei. Schlendere durch die Stadt, gönne dir eine Massage oder entspanne einfach mit einem Buch am Pool unseres Hotels.

**Fahrstrecke: 30 km | Übernachtung: New Riverside\*\*\* oder MotherHome**  
**Boutique\*\*\* oder Kouprey\*\*\* in Siem Reap | Mahlzeiten: F**

### Tag 22 - So., 01.12.19 Siem Reap/Angkor

#### Angkor per Rad entdecken

Wir steigen auf Fahrräder und fahren für unsere ganztägigen Entdeckungen zu den Tempeln. Der Anblick des grandiosen Bayon-Tempels im Herzen der „großen Stadt“ Angkor Thom ist atemberaubend. Unsere Reiseleitung verrät uns Hintergründe, bevor du ausreichend Zeit hast, dieses einmalige Bauwerk zu fotografieren. Dann lässt der Tempel von Ta Prohm mit seinen spektakulären Würgefeigen deinen Forschergeist aufleben. Mit Bantaey Kdei, Preah Khan und Neak Pean besuchen wir weitere bedeutende Bauwerke. Teilweise handelt es sich zwar nur noch um von Pflanzen überwachsene Ruinen inmitten von dichtem Dschungel, ihre beeindruckende Wirkung multipliziert sich dadurch aber nur noch! Das Ende unserer Besichtigungen bildet DAS Highlight: Angkor Wat. Wir besichtigen den Tempel mit seinen majestätischen Reliefs, den drei Terrassen und den herrlichen Apsaras. Angkor Wat zu bauen dauerte 30 Jahre – und die Mühe hat sich gelohnt! Am frühen Abend sind wir zurück im Hotel. (E-Bike auf Anfrage für alle Radtouren in Siem Reap buchbar, 10 Euro pro Tag)

 3 h (35 km)

**Fahrstrecke: - | Übernachtung: New Riverside\*\*\* oder MotherHome**  
**Boutique\*\*\* oder Kouprey\*\*\* in Siem Reap | Mahlzeiten: F**

**Tag 23 - Mo., 02.12.19**  
**Kulen-Nationalpark – Siem Reap/Angkor**

**Erfrischung im Wasserfall**

Heute machen wir einen Ausflug in die Natur, die erste halbe Stunde legen wir noch im Bus zurück, dann steigen wir um auf Fahrräder, denn ab hier ist die Strecke besonders schön und das Terrain flach. Die letzten Kilometer bergan überwinden wir im Bus. Im Kulen-Nationalpark spazieren wir (0,5 Std., leicht) zu einem Wasserfall, der zu einer willkommenen Erfrischung einlädt. Wir verweilen hier und genießen ein Picknick im Schatten der Bäume. Am frühen Nachmittag bringt uns unser Bus dann in ca. eineinhalb Stunden zum Tempel Banteay Srei. Hier können wir in aller Ruhe diese ganz besondere Anlage besuchen. Banteay Srei ist zwar nur ein kleiner Tempel, aber aufgrund seiner Basreliefs einer der schönsten! Am späten Nachmittag geht es in einer Stunde mit dem Bus zurück nach Siem Reap. Am Abend laden wir euch zum Essen ein: Probiert die lokale Khmer-Küche! Das besonders Gute daran ist, dass die Einnahmen des Restaurants zu einem großen Teil einem sozialen Projekt zugutekommen, das benachteiligte Jugendliche unterstützt.

---

 1,5 h (20 km)

---

**Fahrstrecke: 150 km | Übernachtung: New Riverside\*\*\* oder MotherHome Boutique\*\*\* oder Kouprey\*\*\* in Siem Reap | Mahlzeiten: F, M, A**

**Tag 24 - Di., 03.12.19**  
**Siem Reap/Angkor**

**Schwimmendes Dorf**

Wir wollen ein letztes Mal aktiv werden und satteln die Räder, um in ca. eineinhalb Stunden mit dem Rad entlang von Reis- und Lotusfeldern zum Tonle Sap-See zu fahren. Unser Ziel ist das schwimmende Dorf von Kampong Pluk. Dort steigen wir in ein Boot um und schippern zu Stelzhütten und Gärten, die im Verbund schwimmende Dörfer bilden. Wie leben die Menschen hier, wie ist ihr Alltag, wo gehen die Kinder in die Schule? Wer will, stärkt sich bei einem Mittagessen, dann geht es auf gleicher Strecke mit dem Rad zurück nach Siem Reap. Wem das genug körperliche Betätigung war, der fährt mit dem Bus zurück zum Hotel. Ab dem Nachmittag geben wir dir für deine eigenen Entdeckungen frei. (Je nach Wasserstand behalten wir uns vor, ein anderes schwimmendes Dorf anzufahren).

---

 4 h (50 km)

---

**Fahrstrecke: - | Übernachtung: New Riverside\*\*\* oder MotherHome Boutique\*\*\* oder Kouprey\*\*\* in Siem Reap | Mahlzeiten: F**

**Tag 25 - Mi., 04.12.19**  
**Flug nach Deutschland**

**„Li hai!“**

Der heutige Tag steht dir bis zum Nachmittag zur freien Verfügung. Schlaf aus, gönne dir noch eine Massage oder besorge die letzten Souvenirs! Am Abend fliegst du dann via Hanoi zurück in die Heimat.

**Fahrstrecke: 20 km | Übernachtung: Flugzeug | Mahlzeiten: F, gemäß Bordservice**

**Tag 26 - Do., 05.12.19**  
**Landung in Frankfurt**

**Wieder zu Hause**

Du landest am frühen Morgen in Frankfurt.

**Fahrstrecke: - | Übernachtung: - | Mahlzeiten: gemäß Bordservice**

## Reiseverlauf

<b>Tag 1</b>	<b>So., 10.11.19</b>	<b>Flug nach Hanoi:</b> nonstop Flug
<b>Tag 2</b>	<b>Mo., 11.11.19</b>	<b>Hanoi:</b> Tag zur freien Verfügung
<b>Tag 3</b>	<b>Di., 12.11.19</b>	<b>Hanoi:</b> Ho-Chi-Minh-Komplex, Ethnologisches Museum, Altstadt im Cyclo
<b>Tag 4</b>	<b>Mi., 13.11.19</b>	<b>Hanoi – Cao Bang:</b> Tagesfahrt mit Fotostopps, Wanderung, Übernachtung im Homestay
<b>Tag 5</b>	<b>Do., 14.11.19</b>	<b>Cao Bang:</b> ganztägige Trekkingtour mit Dorfbesuch, Picknick, Floßfahrt, Übernachtung im Homestay
<b>Tag 6</b>	<b>Fr., 15.11.19</b>	<b>Cao Bang:</b> ganztägige Trekking Höhlenbesuch und Wasserfällen Ban Gioc
<b>Tag 7</b>	<b>Sa., 16.11.19</b>	<b>Cao Bang – Hanoi:</b> Tagesfahrt mit Fotostopps
<b>Tag 8</b>	<b>So., 17.11.19</b>	<b>Hanoi – Ninh Binh:</b> Trockene Halong-Bucht mit dem Fahrrad und Boot, freier Nachmittag
<b>Tag 9</b>	<b>Mo., 18.11.19</b>	<b>Ninh Binh:</b> Trockene Halong-Bucht mit Zitadelle, Fahrradtour und Höhlenbesuch
<b>Tag 10</b>	<b>Di., 19.11.19</b>	<b>Ninh Binh – Halong-Bucht:</b> UNESCO-Weltnaturerbe mit Übernachtung auf einer Dschunke
<b>Tag 11</b>	<b>Mi., 20.11.19</b>	<b>Halong-Bucht – Hanoi – Nachtzug nach Dong Hoi:</b> Tai Chi auf dem Sonnendeck, „Höhle der Überraschung“, Nachtzugfahrt nach Dong Hoi
<b>Tag 12</b>	<b>Do., 21.11.19</b>	<b>Dong Hoi:</b> Kayaking, freier Nachmittag
<b>Tag 13</b>	<b>Fr., 22.11.19</b>	<b>Dong Hoi:</b> Wanderung im Phong Nha-Nationalpark
<b>Tag 14</b>	<b>Sa., 23.11.19</b>	<b>Dong Hoi – Hué:</b> Zitadelle, Grab des Kaisers Minh Mang
<b>Tag 15</b>	<b>So., 24.11.19</b>	<b>Hué – Hoi An:</b> Wolkenpass, Stadtbesichtigung Hoi An
<b>Tag 16</b>	<b>Mo., 25.11.19</b>	<b>Halbtagesausflug My Son:</b> Halbtagesausflug My Son mit dem Fahrrad, freier Nachmittag
<b>Tag 17</b>	<b>Di., 26.11.19</b>	<b>Hoi An – Ho-Chi-Minh-Stadt:</b> Flug nach Ho-Chi-Minh-Stadt, Ben Thanh-Markt, Kriegsrelikte-Museum, Wiedervereinigungs-palast, Dong Khoi-Straße
<b>Tag 18</b>	<b>Mi., 27.11.19</b>	<b>Ho-Chi-Minh-Stadt – Vinh Long:</b> Mekong-Delta per Boot und Fahrrad, Familienbesuch
<b>Tag 19</b>	<b>Do., 28.11.19</b>	<b>Vinh Long – Can Tho:</b> Mekong-Delta per Boot und Fahrrad
<b>Tag 20</b>	<b>Fr., 29.11.19</b>	<b>Can Tho – Ho-Chi-Minh-Stadt:</b> schwimmender Markt von Cai Rang, Kakaopflanze, freier Nachmittag
<b>Tag 21</b>	<b>Sa., 30.11.19</b>	<b>Ho-Chi-Minh-Stadt – Siem Reap:</b> Flug nach Siem Reap, freier Nachmittag
<b>Tag 22</b>	<b>So., 01.12.19</b>	<b>Siem Reap/Angkor:</b> Entdeckungen mit dem Fahrrad: Bayon, Angkor Thom, Ta Prohm, Banteay Kdei, Preah Khan, Neak Pean, Angkor Wat
<b>Tag 23</b>	<b>Mo., 02.12.19</b>	<b>Kulen-Nationalpark – Siem Reap/Angkor:</b> Radtour zum Kulen-Nationalpark, Spaziergang zum Wasserfall, Banteay Srei, gemeinsames Abendessen
<b>Tag 24</b>	<b>Di., 03.12.19</b>	<b>Siem Reap/Angkor:</b> schwimmendes Dorf Tonle Sap-See, freier Nachmittag
<b>Tag 25</b>	<b>Mi., 04.12.19</b>	<b>Flug nach Deutschland:</b> frei bis zum Nachmittag, Rückflug via Hanoi
<b>Tag 26</b>	<b>Do., 05.12.19</b>	<b>Landung in Frankfurt:</b> Ankunft am frühen Morgen





## Einreisebestimmungen & Impfungen

### Vietnam

Reisepass mit mindestens 6-monatiger Gültigkeit über die Gültigkeit des Visums hinaus und Visum erforderlich. Das Visum muss vorab online beantragt werden.

Eine gültige Gelbfieberimpfung ist für alle Einreisenden aus einem Gelbfiebergebiet vorgeschrieben. Polio-, Tetanus- und Diphtherieauffrischung, evtl. Typhus- und Hepatitisimpfung, Malariaprophylaxe empfohlen.

### Kambodscha

Reisepass mit mindestens 6-monatiger Gültigkeit bei Einreise und Visum erforderlich. Visum bei Einreise erhältlich.

Eine gültige Gelbfieberimpfung ist für alle Einreisenden aus einem Gelbfiebergebiet vorgeschrieben. Polio-, Tetanus- und Diphtherieauffrischung, evtl. Typhus- und Hepatitisimpfung, Malariaprophylaxe empfohlen.

## Anforderungen & reisespezifische Hinweise

Normale Kondition und Gesundheit sind generell ausreichend, für die Wanderungen in der Bergwelt in Cao Bang ist Übung und eine gewisse Fitness jedoch hilfreich. Hier kann es bei schlechtem Wetter zu Abweichungen von der Ausschreibung kommen. Das Kayaking in Zentralvietnam ist auch für Anfänger zu bewältigen. Für die Übernachtungen im Homestay, im Nachtzug und im einfachen Gästehaus ist die Bereitschaft zum Komfortverzicht erforderlich. Bitte beachte, dass das genaue Programm in der Halong-Bucht von der Reederei und dem Wetter abhängt. Es kann hier ggf. zu Abweichungen kommen. Auch das Programm in Dong Hoi ist wetterabhängig, im Oktober kann es vorkommen, dass das Kajakfahren an Tag 12 durch den Besuch zweier Höhlen ersetzt wird. Die Wanderung an Tag 13 wird unter Umständen in den Bach Ma-Nationalpark nach Hué verlegt. Für die Fahrradtouren in Siem Reap/Kambodscha kann auf Anfrage ein E-Bike zu einem Aufpreis von 10 Euro pro Tag gebucht werden. Dies bitten wir dich direkt bei Buchung anzugeben.

## Verpflegung

Die Verpflegung auf dieser Reise basiert im Wesentlichen auf Frühstück. Während unseres Trekking bei Cao Bang und auf der Dschunke haben wir Vollverpflegung inkludiert. Vereinzelt sind weitere Mahlzeiten im Reisepreis enthalten. Die Mahlzeiten findest du in der Reisebeschreibung mit F=Frühstück, M=Mittagessen, A=Abendessen gekennzeichnet.

## Unterkünfte

Während dieser Rundreise durch Vietnam und Kambodscha nutzen wir \*\*\* Hotels, alle mit eigenem Bad bzw. Dusche/ WC auf dem Zimmer, meist mit Klimaanlage, teilweise mit Pool. Bei unserem Trekking bei Cao Bang übernachten wir in Mehrbettzimmern im Homestay, die sanitären Anlagen werden geteilt. Decken und Moskitonetze sind vorhanden, die Mitnahme eines Leinen-Inletts empfiehlt sich aus hygienischen Gründen. Auch im einfachen Gästehaus im Mekong-Delta werden die sanitären Anlagen geteilt. Auf der Dschunke in der Halong-Bucht sind wir in 2-Bett-Kabinen mit Dusche/WC untergebracht. Bei der Fahrt im Nachtzug übernachten wir in 4-Bett-Abteilen mit Schlafliegen.

## Teilnehmerzahl

6\* bis 16

\*bis 4 Wochen vor Reisebeginn zu erreichende

Mindestteilnehmerzahl

## ½ Doppelzimmer

Bei Buchung eines halben Doppelzimmers: Sollte sich kein Zimmerpartner finden, übernehmen wir bei dieser Reise die Hälfte des EZ-Zuschlags für dich!

## Inkludierte Leistungen

- Linienflug (Economy) mit Vietnam Airlines oder gleichwertiger Fluggesellschaft ab Frankfurt nach Hanoi und zurück von Siem Reap (andere Abflugorte lt. Ausschreibung; nach Verfügbarkeit buchbar)
- Rundreise mit Charterbus, Dschunke, Zug, Inlandsflug und Kontinentalflug wie in der Reisebeschreibung aufgeführt; Transfers
- 23 Übernachtungen, davon 18 in \*\*\* Hotels im Doppelzimmer mit Bad oder Dusche/WC, 2 im Homestay in Cao Bang, 1 auf einer Dschunke in der Halong-Bucht, 1 im Nachtzug, 1 im einfachen Gästehaus im Mekong-Delta (sollten einzelne der in der Reisebeschreibung genannten Unterkünfte einmal nicht verfügbar sein, greifen wir auf möglichst gleichwertige Alternativen zurück)
- Mahlzeiten gemäß Reisebeschreibung: 24 x F, 10 x M, 5 x A (F=Frühstück, M=Mittagessen, A=Abendessen)
- Eintrittsgelder
- deutschsprachige WORLD INSIGHT-Reiseleitung
- deutsche Flughafensteuern und Sicherheitsgebühren
- 1 hochwertiger Reiseführer deiner Wahl von MairDumont aus unserem Sortiment pro Buchung (nur online einlösbar)

## CO<sub>2</sub> Fußabdruck / Empfohlener Ausgleich

4728 kg CO<sub>2</sub> / 109 €

### Abflugorte

Frankfurt/Main            ohne Zuschlag

### Fluginformationen

Voraussichtliche Fluggesellschaft:

#### **Vietnam Airlines**

Als Reiseveranstalter liegen uns die endgültigen Flugzeiten noch nicht final vor. Für dich als Orientierung teilen wir dir gerne den vorläufigen Flugplan der jeweiligen Fluggesellschaft mit. Dieser sieht derzeit wie folgt aus:

Vietnam Airlines

Frankfurt-Hanoi 13.55 Uhr (Ankunft 05.45 Uhr am Folgetag)

Siem Reap-Hanoi 16.55 Uhr (Ankunft 20.10 Uhr)

Hanoi-Frankfurt 22.55 Uhr (Ankunft 06.00 Uhr am Folgetag)

Bei den angebotenen Zubringerflügen handelt es sich um Lufthansa-/Austrian Airlines-Flüge nach/von Frankfurt. Bitte beachte, dass alle Zubringer nur auf Anfrage und nach Verfügbarkeit buchbar sind und wir diese erst nach verbindlicher Buchung anfragen können.

Diese Reise wird durchgeführt von  
**WORLD INSIGHT Südostasien**