



Sa., 02.11.19 - Sa., 16.11.19 | 15 Tage ab € 2.299,-

Erlebnisreise

# Laos und Kambodscha: Höhepunkte

Die Höhepunkte Indochinas

## Highlights

- > traumhafte Landschaften und entlegene Bergvölker in Laos
- > imposante Tempelanlagen und quirlige Städte in Kambodscha
  - > hautnah: zu Fuß, mit Fahrrad, Boot und Tuk Tuk

**Entdecke mit uns die schönsten Orte zweier zauberhafter Länder: Laos mit seinen traumhaften Landschaften und entlegenen Bergvölkern, Kambodscha mit den sagenumwobenen Angkor-Tempeln und dem kolonialen Erbe Battambang. Der Auftakt der Reise gehört der laotischen Hauptstadt Vientiane, die wir zu Fuß, mit dem Bus und auch kulinarisch erkunden. Auf kurvenreicher Strecke erreichen wir das idyllische Vang Vieng, malerisch gelegen inmitten herrlicher Karstberge. Wir erkunden die traumhafte Umgebung bei einem Spaziergang entlang sattgrüner Reisfelder und pittoresker Dörfer. Nachdem wir herrliche Berglandschaften passiert haben, erreichen wir Luang Prabang, die wohl verführerischste Stadt Südostasiens. Die ehemalige Königsstadt entdecken wir ganz entschleunigt auf dem Rad und mit dem Langboot. Im Flug erreichen wir Siem Reap in Kambodscha, das Tor zu den fantastischen Tempeln von Angkor. Zweifellos treffen wir hier auf die wohl schönsten sakralen Bauwerke unserer Erde! Battambang überrascht uns anschließend durch seinen französisch-kolonialen Charme, ebenso die Hauptstadt Phnom Penh, die sich mehr und mehr zu einer echten Perle Südostasiens entwickelt.**

**Tag 1 - Sa., 02.11.19**

### **Deutschland**

#### **Über den Wolken**

Von Frankfurt fliegst du planmäßig am Nachmittag via Hanoi nach Vientiane.

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

**Tag 2 - So., 03.11.19**

### **Vientiane**

#### **„Sabaidee“...**

Willkommen in Laos! Am Vormittag landest du in Vientiane, der Hauptstadt von Laos. Dein Reiseleiter empfängt dich am Flughafen. Nur kurz ist der Transfer zum Hotel. Hier hast du kurz Zeit, um dich frischzumachen. Dann gehen wir gemeinsam auf Entdeckungstour: Wir bewundern das Wahrzeichen von Laos, den That Luang-Stupa, das wunderschöne Kloster Wat Si Saket, den Triumphbogen Patouxai und den Tempel Wat Hor Pha Keo. Am Abend haben wir etwas ganz Besonderes vor: Auf einer traditionellen Baci-Zeremonie bitten wir die guten Geister um ihren Segen für unsere weitere Reise. Im Anschluss genießen wir eines der beliebtesten Gerichte in Laos, das Sindad. Bei dem laotischen Barbecue bist du dein eigener Koch und brätst das Fleisch oder Gemüse selbst am Tisch.

**Fahrstrecke:** 10 km | **Übernachtung:** City Inn\*\*\*(\*) oder Sabaidee@Lao Hotel\*\*\*(\*) in Vientiane | **Mahlzeiten:** gemäß Bordservice, A

**Tag 3 - Mo., 04.11.19**  
**Vientiane – Vang Vieng**

#### **Was für ein Ausblick!**

Nach dem Frühstück verlassen wir die Hauptstadt: Zunächst fahren wir nach Vang Xang, wo wir auf erste Zeugnisse des einst mächtigen Angkor-Reiches treffen. Zum Mittagessen laden wir euch heute in eine ganz besondere Umgebung ein: Mit dem Boot schippern wir auf dem riesigen Nam Ngum-Stausee, während uns lokale Köstlichkeiten serviert

werden. Am Nachmittag erreichen wir den Ort Vang Vieng, der malerisch inmitten herrlicher Karstberge liegt. Der Nam Song-Fluss, der sich hier seinen Weg durch die mystischen Felsen bahnt, komplettiert das herrliche Bild. Vertritt dir die Beine bei einem Spaziergang am Flussufer und lass den Abend entspannt ausklingen.

**Fahrstrecke:** 190 km | **Übernachtung:** Thavonsouk\*\*\* oder Elephant Crossing\*\*\* in Vang Vieng | **Mahlzeiten:** F, M

**Tag 4 - Di., 05.11.19**

### **Vang Vieng**

#### **Wer läuft, sieht mehr**

Vergiss alle Hektik, hier in Laos kommt man an! Wir blicken beim Frühstück auf den Fluss und die herrliche Natur. Und eben diese wollen wir heute zu Fuß erkunden (2 Std., leicht): Mit dem Bus fahren wir hinaus aus Vang Vieng und überqueren zu Fuß eine Hängebrücke, die über den Nam Song-Fluss führt. Unser Spaziergang lässt uns Dörfer passieren. Wir schlendern entlang eines Kanals, umgeben von grün bewachsenen Felsen und üppigen Reisfeldern. Unterwegs besuchen wir eine Höhle mit verwunschenen Kalksteinformationen und langen dunklen Korridoren. Wir leihen uns Stirnlampen aus und tauchen ein in die Dunkelheit. Wieder am Licht endet unser Spaziergang bei einem weiteren Dorf. Mit dem Tuk Tuk geht es zurück nach Vang Vieng, wo dir der weitere Nachmittag gehört. Am Abend treffen wir uns wieder und schippern gemütlich mit dem Longtailboot auf dem Nam Song-Fluss dem Sonnenuntergang entgegen.

**Fahrstrecke:** - | **Übernachtung:** Thavonsouk\*\*\* oder Elephant Crossing\*\*\* in Vang Vieng | **Mahlzeiten:** F

**Tag 5 - Mi., 06.11.19**  
**Vang Vieng – Luang Prabang**

#### **Bergwelt, entlegene Dörfer und Nachtmarkt**

Mit fünf Stunden gehört die Fahrt durch die Bergwelt zwar zu den längsten Strecken dieser Reise, sicherlich aber auch zu einer der imposantesten. Da es unterwegs viel zu entdecken gibt,

lockern wir die Fahrt mit einer Besichtigung der Tham Chang-Höhle und Fotostopps an exponierten Aussichtspunkten, wo wir herrliche Blicke auf die Bergwelt von Laos werfen können, auf. Außerdem besuchen wir ein Dorf der Hmong. Im Laufe des späten Nachmittages erreichen wir die Stadt Luang Prabang. Sie wirkt wie ein riesiger Garten, gespickt mit Klöstern und charmanten französischen Kolonialbauten – kein Wunder, dass die UNESCO sie zum Weltkulturerbe erklärte. Nach Bezug unseres Hotels führt unser erster Gang zum Nachtmarkt: Kunst und Kitsch liegen hier dicht beieinander! Zum Abendessen empfehlen wir dir eines der netten Restaurants am Mekong oder Nam Ou-Fluss, die in Luang Prabang aufeinandertreffen. Versuch einen „Laab Gai“, einen Hühnchensalat, denn in Laos gibt es den besten!

**Fahrstrecke: 240 km | Übernachtung: Davita Boutique\*\*\* oder Saynamkhan River View\*\*\* in Luang Prabang | Mahlzeiten: F**

### Tag 6 - Do., 07.11.19 Luang Prabang

#### ... auf andere Art entdecken

Wir lassen den Bus stehen und radeln (10 km; leicht) heute entspannt durch Luang Prabang. Es gibt keine schönere Art, den 30.000 Einwohner zählenden Ort zu entdecken. Die meisten Straßen und Wege sind ruhig, immer wieder halten wir, um in ein Kloster zu blicken: Zum Beispiel ins Wat Mai, ins Wat Xienthong oder ins Wat Pa Phon Phau – hier sind wir Zeuge von aktivem Klosterleben. Nach dem Besuch des Nationalmuseums in der ehemaligen königlichen Residenz wird es etwas schweißtreibend: Über 328 Stufen geht es den heiligen Phousi-Berg hinauf. Unser Aufstieg wird mit herrlichen Blicken über Luang Prabang belohnt.

**Fahrstrecke: - | Übernachtung: Davita Boutique\*\*\* oder Saynamkhan River View\*\*\* in Luang Prabang | Mahlzeiten: F**

### Tag 7 - Fr., 08.11.19 Luang Prabang – Pak Ou – Luang Prabang

#### Auf dem Mekong

Es lohnt sich, heute früh aufzustehen. Ab 06:00 Uhr sind Mönche und Novizen auf ihrem morgendlichen Almosengang unterwegs. Sie ziehen durch die Straßen Luang Prabangs, wo gläubige Buddhisten Speisen und kleinere Geldbeträge in ihre Schalen werfen, um einen Verdienst für ihr Karma zu sammeln. Euer Reiseleiter gibt euch Hinweise, wie ihr der Zeremonie respektvoll beiwohnt. Nach dem anschließenden Frühstück schlendern wir erst über den Morgenmarkt Thaheu May, dann steigen wir in ein Boot, um den Mekong aufwärts zu fahren. Unser Ziel sind die Höhlen von Pak Ou, die etwa 5.000 Buddha-Statuen in allen Formen und Größen beherbergen. Auf unserer weiteren

Bootstour besuchen wir typische laotische Dörfer und schauen einigen Handwerkern über die Schultern. Zum späten Nachmittag sind wir von unserem Bootsausflug zurück. Vielleicht hast du Lust auf einen Cappuccino im Joma-Café im Zentrum der Stadt? Hier gibt es auch leckeren Kuchen.

**Fahrstrecke: - | Übernachtung: Davita Boutique\*\*\* oder Saynamkhan River View\*\*\* in Luang Prabang | Mahlzeiten: F**

### Tag 8 - Sa., 09.11.19 Luang Prabang – Siem Reap

#### „Susaday“ – Willkommen in Kambodscha

Den Morgen kannst du heute gemütlich angehen, erst am frühen Nachmittag fliegen wir nach Siem Reap in Kambodscha. Unser deutschsprachiger kambodschanischer Reiseleiter empfängt uns am Flughafen. Nach einem kurzen Transfer sind wir im Hotel, das über einen schönen Pool verfügt: Nutze den Nachmittag für ein ausgiebiges Bad darin oder schlendere auf eigene Faust durch die Stadt. Die kommenden beiden Tage stehen ganz im Zeichen unserer Entdeckungen der Tempel von Angkor.

**Fahrstrecke: 20 km | Übernachtung: New Riverside\*\*\* oder MotherHome Boutique\*\*\* in Siem Reap | Mahlzeiten: F**

### Tag 9 - So., 10.11.19 Siem Reap

#### Die Welt der Gottkönige

Nach dem Frühstück gehen wir in Tuk Tuks auf Entdeckungstour. Die Reihenfolge der Besichtigungen haben wir so gelegt, dass wir nicht den großen Touristenmassen begegnen. So führt unser erster Weg zum Bayon-Tempel im Herzen der „großen Stadt“, wie Angkor Thom übersetzt heißt. Eine faszinierende Anlage: 216 Mal blickt das Gesicht des Bodhisattva Lokeshvara in alle vier Himmelsrichtungen! Ebenso faszinierend sind das königliche Bad Sras Srang und vor allem der Tempel von Ta Prohm mit seinen spektakulären Würgefeigen, die nach und nach die Anlage zertrümmern. Der Nachmittag gehört dem majestätischen Angkor Wat, zweifellos die Perle der Angkor-Epoche. Zum Sonnenuntergang besteigen wir den Tempelberg Bakheng: Genieße einen traumhaften Ausblick auf die Weite der Tonle Sap-Ebene!

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

### Tag 10 - Mo., 11.11.19 Siem Reap

#### Die Wurzeln des mächtigen Reiches

Wie hat alles angefangen? Vor den Tempeln der sogenannten Roluos-Gruppe tauchen wir ein in die Anfänge des wohl großartigsten Reiches des mittelalterlichen Südostasiens. Anschließend

bestaunen wir die Elefantenterrasse, den Neak Pean und weitere bedeutende Bauwerke Angkors. Ein kultureller Schatz ist der Tempel von Banteay Srei, zu dem wir am Nachmittag einen Ausflug unternehmen: Den Tempel der Schönheit zieren unfassbar schöne Basreliefs. Auf unserem Rückweg zum Hotel machen wir noch einen Abstecher zu den Ruinen von Preah Khan. Falls du erst einmal genug von Kultur hast: Wie wäre es, den Tag mit einem Bier auf der legendären Pub Street ausklingen zu lassen? Doch Achtung, wer es ruhig und beschaulich mag, ist hier definitiv falsch!

**Fahrstrecke: 90 km | Übernachtung: New Riverside\*\*\* oder MotherHome Boutique\*\*\* in Siem Reap | Mahlzeiten: F**

### **Tag 11 - Di., 12.11.19 Siem Reap – Battambang**

#### **Das koloniale Kambodscha**

Der Vormittag gehört dir: Ein weiteres Mal Angkor oder einfach nur ausschlafen und am Pool relaxen? Du hast an diesem Morgen die Wahl, denn erst am Nachmittag fahren wir weiter nach Battambang. Nach etwa drei Stunden sind wir da. Solltest du unterwegs Hunger bekommen, halten wir an einem interessanten Straßenrestaurant: Gebratene Ratten werden hier angeboten, ein bei den Einheimischen beliebter Snack. Auch wenn du aus verständlichen Gründen nichts essen solltest, allein das Zuschauen ist ein kleines Abenteuer! Zu Fuß schauen wir uns dann in der zweitgrößten Stadt des Landes um, in der die Franzosen wohl ihre schönste koloniale Architektur Kambodschas hinterließen. Anschließend lädt der Pool unseres Hotels zu einem erfrischenden Bad ein.

**Fahrstrecke: 190 km | Übernachtung: Stung Sangke\*\*\* in Battambang | Mahlzeiten: F**

### **Tag 12 - Mi., 13.11.19 Battambang – Udong – Phnom Penh**

#### **Eine Busfahrt, die ist lustig...**

Nach dem Frühstück zeigt uns ein weiterer Spaziergang durch Battambang das schöne koloniale Gesicht der Stadt. Gegen späten Vormittag machen wir uns dann auf die längere Fahrt in Richtung Phnom Penh. Unterwegs machen wir Halt in Udong, der Hauptstadt Kambodschas im 17. Jahrhundert, in der wir den königlichen Stupa erkunden. Vielleicht hast du nach Ankunft in Phnom Penh Lust auf einen Abstecher ins Romdeng Restaurant? Hier werden ehemalige Straßenkinder zu Köchen ausgebildet. Es gibt exotische Speisen wie frittierte Taranteln oder Rindfleischsalat mit Baumameisen, du kannst aber auch auf die für den europäischen Magen weit verträglichere lokale Spezialität „Amok“ zurückgreifen.

**Fahrstrecke: 300 km | Übernachtung: Cardamom\*\*\* oder Goldiana\*\*\* in Phnom Penh | Mahlzeiten: F**

### **Tag 13 - Do., 14.11.19 Phnom Penh**

#### **Quirlige Hauptstadt**

Während der dunklen Zeiten des Pol Pot Regimes war Phnom Penh fast ausgestorben. Heute ist es wieder die lebendige Metropole des Landes. Wir schauen uns um: Erst im Königspalast mit der Silberpagode, dann besichtigen wir das Wat Phnom und schließlich schlendern wir über den legendären Russenmarkt, auf dem allerlei Waren vom Küchengerät bis hin zu in Stein gemeißelten Angkor-Skulpturen angeboten werden. Der Nachmittag steht im Schatten eines traurigen Kapitels der Geschichte des Landes. Wir statuen dem S21 Tuol Sleng Genozide Museum einen Besuch ab. Die ehemalige Schule diente den Roten Khmer als Gefängnis und dokumentiert heute die Gräueltaten des Regimes. Leben pur dann auf der neuen Uferpromenade am Tonle Sap-Fluss: Wir mischen uns unter die verliebten jungen Pärchen, die hier entlangflanieren – das neue Gesicht Kambodschas! Zum Sonnenuntergang laden wir dich auf ein Kaltgetränk am Fluss ein.

**Fahrstrecke: 30 km | Übernachtung: Cardamom\*\*\* oder Goldiana\*\*\* in Phnom Penh | Mahlzeiten: F**

### **Tag 14 - Fr., 15.11.19 Phnom Penh – Deutschland**

#### **Ein Vormittag in Phnom Penh für dich...**

... Ausschlafen oder weitere Entdeckungen? Wir holen dich erst am späten Nachmittag für den Transfer zum Flughafen ab. Via Hanoi fliegst du am späten Abend zurück nach Deutschland.

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

### **Tag 15 - Sa., 16.11.19 Deutschland**

#### **... mit unvergesslichen Erlebnissen im Gepäck**

Du landest planmäßig am frühen Morgen in Frankfurt.

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

## Reiseverlauf

- Tag 1 Sa., 02.11.19 Deutschland:** Hinflug via Hanoi
- Tag 2 So., 03.11.19 Vientiane:** Stadtrundfahrt, Baci-Zeremonie und Welcome Dinner
- Tag 3 Mo., 04.11.19 Vientiane – Vang Vieng:** unterwegs Vang Xang und Nam Ngum-Stausee
- Tag 4 Di., 05.11.19 Vang Vieng:** Wanderung, Höhlen-Besichtigungen, Bootsfahrt auf dem Nam Song-Fluss
- Tag 5 Mi., 06.11.19 Vang Vieng – Luang Prabang:** unterwegs Tham Chang-Höhle und Hmong-Dorf, Nachtmarkt
- Tag 6 Do., 07.11.19 Luang Prabang:** Stadtbesichtigung mit dem Fahrrad, Aufstieg zum Phousi-Berg
- Tag 7 Fr., 08.11.19 Luang Prabang – Pak Ou – Luang Prabang:** Almosengang, Morgenmarkt, Flussfahrt zu den Tham Ting-Höhlen
- Tag 8 Sa., 09.11.19 Luang Prabang – Siem Reap:** Flug nach Kambodscha
- Tag 9 So., 10.11.19 Siem Reap:** mit dem Tuk Tuk durch Angkor
- Tag 10 Mo., 11.11.19 Siem Reap:** Tempel der Roluos-Gruppe
- Tag 11 Di., 12.11.19 Siem Reap – Battambang:** freier Vormittag, Stadtbesichtigung
- Tag 12 Mi., 13.11.19 Battambang – Udong – Phnom Penh:** Altstadt, Besuch der ehemaligen Hauptstadt
- Tag 13 Do., 14.11.19 Phnom Penh:** Stadtbesichtigung, Farewell Drink
- Tag 14 Fr., 15.11.19 Phnom Penh – Deutschland:** Rückflug via Hanoi
- Tag 15 Sa., 16.11.19 Deutschland:** Ankunft in Frankfurt



## Einreisebestimmungen & Impfungen

Laos Reisepass mit mindestens 6-monatiger Gültigkeit bei Einreise und Visum erforderlich. Visum bei Einreise erhältlich. (Einreisebestimmungen gelten für deutsche und österreichische Staatsbürger). Einreisebestimmungen für schweizerische Staatsbürger: Reisepass mit mindestens 6-monatiger Gültigkeit. Kein Visum erforderlich (Aufenthalt ist auf 15 Tage begrenzt). Keine Impfung 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. Keine Impfung vorgeschrieben. Keine Impfung vorgeschrieben. Polio-, Tetanus- und Diphtherieauffrischung, evtl. Typhus- und Hepatitisimpfung, Malariaprophylaxe empfohlen.

## Anforderungen & reisespezifische Hinweise

Keine besonderen Anforderungen. Normale Kondition und Gesundheit sind ausreichend. Dies gilt auch für die leichte Wanderung in Vang Vieng und die Fahrradtour in Luang Prabang.

## Verpflegung

Die Verpflegung auf dieser Reise basiert im Wesentlichen auf Frühstück. Des Weiteren ist 1 Mittagessen und 1 Abendessen im Preis inkludiert. Die Mahlzeiten findest du in der Reisebeschreibung mit F=Frühstück, M=Mittagessen, A=Abendessen gekennzeichnet.

## Unterkünfte

Bei dieser Reise durch Laos greifen wir auf \*\*\*-\*\*\*(\*) Hotels zurück, alle mit Bad oder Dusche/WC, meist mit Klimaanlage und Pool.

## Teilnehmerzahl

6\* bis 16

\*bis 4 Wochen vor Reisebeginn zu erreichende Mindestteilnehmerzahl

## ½ Doppelzimmer

Bei Buchung eines halben Doppelzimmers: Sollte sich kein Zimmerpartner für dich finden oder bei gemeinsamen Doppelzimmerbuchungen dein Zimmerpartner stornieren, müssen wir dir bei dieser Reise den vollen Einzelzimmer-Zuschlag berechnen.

## Inkludierte Leistungen

- Linienflug (Economy) mit Vietnam Airlines oder gleichwertiger Fluggesellschaft ab Frankfurt nach Vientiane und zurück von Phnom Penh (andere Abflugorte lt. Ausschreibung; nach Verfügbarkeit buchbar)
- Rundreise mit Kontinentalflug, Charterbus und Boot wie in der Reisebeschreibung aufgeführt; Transfers
- 12 Übernachtungen, in \*\*\*-\*\*\*(\*) Hotels im Doppelzimmer mit Bad oder Dusche/WC (sollten einzelne der in der Reisebeschreibung genannten Unterkünfte einmal nicht verfügbar sein, greifen wir auf möglichst gleichwertige Alternativen zurück)
- Mahlzeiten gemäß Reisebeschreibung: 12 x F, 1 x M, 1 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

4960 kg CO<sub>2</sub> / 115 €

## Abflugorte

Frankfurt/Main\*                      ohne Zuschlag

\*Vietnam Airlines

## 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: Frankfurt – Hanoi 13:55 - 06:15(+1) Hanoi – Vientiane 09:35 - 10:50 Phnom Penh – Hanoi 18:00 - 21:20 Hanoi – Frankfurt 23:25 - 06:00 (+1)

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