Auf und Davon Reisen GmbH
Augustastr. 7
51643 Gummersbach
Tel.: 02261 50199-0
Email: reisen@auf-und-davon-reisen.de
www.Auf-und-davon-Reisen.com

Asien: Myanmar
Abenteuer Südostasien - Myanmar, Thailand, Laos und Kambodscha

Gummersbach, 19.04.2024

Highlights

- 4 Länder in einer Reise
- Circular Train Fahrt in Yangon
- Puppentheater in Mandalay
- 2-tägige Bootsfahrt auf dem Mekong
- Tempelanlagen von Bagan und Angkor

Reisebschreibung

Auf dieser intensiven Erlebnisreise durch Südostasien kombinieren wir erstmals Myanmar, Thailand, Laos und Kambodscha miteinander. Wir fahren mit dem Circular Train um Yangon, erleben Mandalay mit Amarapura und Sagaing, erkunden die Tempel von Bagan und den Inle See. Weiter geht es per Flug nach Tachileik, von wo aus wir Überland nach Thailand ausreisen. In Huay Xai erreichen wir den Mekong und genießen eine 2-tägige Bootsfahrt nach Luang Prabang mit Besichtigungsstopps unterwegs. Von dort fliegen wir nach Siem Reap und erkunden zum Abschluß unserer Reise die faszinierende Tempelanlage von Angkor.

Reiseverlauf

1. - 19. Tag Reise durch Myanmar, Thailand, Laos & Kambodscha

1. Tag: Individuelle Anreise nach Myanmar

(Gerne senden wir Ihnen ein passendes Flugangebot ab Ihrem Wunschflughafen)

2. Tag: Ankunft in Yangon

Nach unserer Ankunft in Yangon und einem herzlichen Willkommen am Flughafen fahren wir gemeinsam mit unserem Reiseleiter zu unserem Hotel. Nach einer kurzen Ruhepause starten wir zu den ersten Besichtigungen in Yangon. Die Stadt liegt im fruchtbaren Delta des Yangon Flusses und wurde 1885 Hauptstadt von Myanmar. Wir beginnen mit dem Nationalmuseum, um einen Einblick in die Geschichte von Myanmar zu erhalten. Das Museum beherbergt unter anderem auch den 8 m hohen Sihasana Thron des letzten burmesischen Königs und etliche interessante kulturelle Artefakte. Weiter geht es zum Bogyoke Aung San Markt, der auch als Scott Market bekannt ist, wieder. Das alte Gebäude beherbergt ca. 2.000 Marktstände und ist wohl der beste Ort in Yangon, um die komplette Bandbreite der lokalen Gewerke und Handwerke kennen zu lernen.. Selbstverständlich steht auch die berühmte Shwedagon Pagode auf unserem Programm. Am späten Nachmittag, kurz vor dem Sonnenuntergang, ist die Atmosphäre hier meist am schönsten, wenn das Licht der untergehenden Sonne die Shwedagon Pagode und die sie umgebenden Schreine in allen Goldtönen erstrahlen lässt. Zur weiteren Einstimmung auf unsere Reise laden wir Sie heute zur Begrüßung zum Abendessen in einem burmesischen Restaurant in Yangon ein (Getränke werden individuell selbst bestellt und gezahlt). -/-/A

3. Tag: Besichtigungen in Yangon

Nach dem Frühstück setzen wir unsere Besichtigungen in Yangon fort und starten mit einem Besuch des farbenfrohen Hledan Marktes. In den frühen Morgenstunden herrscht hier ein geschäftiges und buntes Treiben, das auch viele schöne Fotomotive bietet. Ganz in der Nähe startet dann auch unsere Fahrt mit dem Circular Train – der Ringbahn, die einmal quer durch Yangon fährt. Während dieser ca. 3-stündigen Zugfahrt passieren wir einige bedeutende Vororte und interessante Stadtteile von Yangon und erhalten unvergleichbare Einblicke in das Alltagsleben vieler Burmesen – Studenten und Arbeiter auf ihren täglichen Wegen, fliegende Händler, spielende Kinder und Kaufleute. Am frühen Nachmittag finden wir uns an der Sule Pagode wieder, weiter geht es zur Botataung Pagode. Nachdem die Pagode während des 2. Weltkrieges beinahe vollkommen zerstört war, wurde sie in den Folgejahren in sehr ähnlichem Stil wieder neu aufgebaut. Zum Abschluss des Tages besuchen wir die Ngadatkyi Pagode. F/-/-

4. Tag: Yangon - Flug nach Mandalay

Am Vormittag fliegen wir von Yangon nach Mandalay. Mandalay war die letzte Hauptstadt des Königreichs Myanmar, ist heute eine der größten Städte des Landes und nach wie vor ein kulturelles und spirituelles Zentrum. Nachdem wir in unserem Hotel eingecheckt haben, bildet die Mahamuni Pagode den Startpunkt unserer Besichtigungen. Die Pagode ist mit einer stellenweise bis zu 15 cm dicken Schicht von Goldplättchen belegt und zählt zu den am meisten verehrten Schreinen in Myanmar. Allmorgendlich strömen schon gegen 04.00 Uhr unzählige Gläubige zur Mahamuni Pagode, um an der traditionellen Gesichtswäsche-Zeremonie teilzunehmen. Weiter geht es zum Shwenandaw Kyaung, dem Goldenen Teakholzkloster, das vollständig aus vergoldetem Teakholz erbaut und mit filigranen Holzschnitzereien verziert ist. Unser nächstes Ziel ist die Kyauktawgyi Pagode, die bekannt ist für ihren überdimensional großen, sitzenden Buddha, der aus einem zusammenhängenden Stück Marmor gefertigt wurde. „Das weltgrößte Buch" – die Kuthadaw Pagode ist unser nächster Anlaufpunkt. Rund um die zentrale Stupa finden wir hier kleine Pavillons mit insgesamt 729 Betonplatten, die allesamt mit buddhistischen Tripikata Schriften versehen sind. Das letzte kulturelle Highlight des heutigen Tages bildet das Shwe Kyin Old Monastery, das am Fuße des Mandalay Hill zu Zeiten des Königs Mindon errichtet wurde. Wir beschließen den heutigen Tag mit einem leichten Aufstieg zum Mandalay Hill, den wir über die überdachten Treppen erreichen und der uns einen weiten Ausblick auf Mandalay und die mit Pagoden durchsetzte Landschaft bietet – ein wunderbarer Ort, um den Sonnenuntergang zu genießen! Danach kehren wir zurück in unser Hotel und haben den Rest des Abends zur freien Verfügung. F/-/-

5. Tag: Mandalay - Ausflug nach Amarapura, Ava & Sagaing

Der heutige Tagesausflug führt uns in die drei ehemaligen königlichen Hauptstädte von Myanmar nach Amarapura, Sagaing und Inwa – auch Ava genannt. Zunächst machen wir uns auf den Weg nach Amarapura und besichtigen den Mahagandayon Tempel. Allmorgendlich stellen sich hier Novizen und Mönche auf, um Almosen und Essen von Gläubigen in Empfang zu nehmen. Weiter geht unser Ausflug nach Sagaing – spirituelles Zentrum Myanmars, in dem mehr als 60% aller Mönche Myanmars leben. Auf dem Sagaing Hügel finden wir hunderte von Tempeln, Klöstern und Stupas. Sagaing wird heute auch als „lebendes Bagan" bezeichnet. Tausende Mönche und Nonnen ziehen sich hier täglich zu Einkehr und Meditation zurück. Einige der bekanntesten Tempel wie die Sun U Ponya Shin Pagode, U Min Thonsei Pagode und die Kaung Hmu Daw Pagode besichtigen wir. Im Anschluss setzen wir mit der Fähre nach Inwa / Ava am gegenüberliegenden Ufer des Ayeyarwadyüber. Einst geschäftige königliche Hauptstadt ist Inwa heute eine Oase der Ruhe. Hier unternehmen wir eine gemütliche Fahrradtour durch die friedliche Landschaft, besuchen das Teakholzkloster Bagaya Kyang, den Nan Myint Turm und das Maha Aungmyay Bonzan Kloster. Unterwegs haben wir auch Gelegenheit einige Kunsthandwerker bei der Arbeit zu beobachten, wie sie die für Myanmar so typischen eisernen Almosenschalen herstellen. Wir fahren zurück nach Amarapura und besuchen die berühmte U Bein Brücke zum Sonnenuntergang. Als besonderen Programmpunkt am Abend laden wir Sie heute zum Besuch eines traditionellen Puppentheaters/Marionettentheaters in Mandalay ein. Die ca. 1-stündige Vorstellung findet von 20.30 Uhr bis 21.30 Uhr statt und im Anschluss werden Sie wieder zurück zu Ihrem Hotel gebracht. F/-/-

6. Tag: Mandalay - Schifffahrt auf dem Irrawaddy nach Bagan

Nach dem Frühstück werden wir zur Bootsanlegestelle gebracht, um die Wegstrecke von Mandalay nach Bagan auf dem Ayeyarwady zurückzulegen. Während die Landschaft und die Ortschaften entlang der Flussufer an uns vorbeiziehen, haben wir Zeit an Bord zu relaxen, zwei kurze Stopps in Myin Mu und Pakokku zu genießen und die Seele baumeln zu lassen, bevor wir gegen Nachmittag Bagan erreichen. Ein kurzer Transfer bringt uns zu unserem Hotel. F/-/-

7. Tag: Besichtigungen in Bagan

Bagan – ein Highlight unserer Myanmar Reise liegt vor uns! Bagan erstreckt sich über eine weitläufige Ebene, die mit tausenden, aus dem 12. Jahrhundert stammenden Pagoden und Tempeln gespickt ist. Geschichtlich ist nachweisbar, das Bagan wohl etwa seit Beginn der christlichen Zeitrechnung besiedelt wurde. Die eigentliche Blütezeit von Bagan begann aber erst im 11. Jahrhundert nach Christus als König Anawrahta mit dem Bau der Shwezigon Pagode begann. Ursprünglich bildete die Shwezigon Pagode die Markierung der nördlichen Stadtgrenze von Bagan und diente der Aufbewahrung einer von insgesamt 4 Repliken Buddhas. Die glockenartige Form dieser Pagode wurde zum Vorbild für die meisten in den Folgejahren in Bagan entstandenen Pagoden. Auch besuchen wir einen der am besten erhaltenen und meist verehrten Tempel in Bagan – Ananda Pahto, der vermutlich im 12. Jahrhundert errichtet wurde. Stilistisch steht dieser Tempel für das Ende der frühen und den Beginn der mittleren Periode in Bagan. Weiter geht es zum Gubyaukgyi Tempel, der vor allem für seine an den Außenwänden befindlichen, gut erhaltenen Stuckarbeiten bekannt ist, ebenso wie seine Malereien im Inneren. Mit der Shwesandaw Pagode besuchen wir den ersten Tempel Bagans, bei dem man über Treppenstufen zur runden Basis der Stupa aufsteigen kann. Auf dem Rückweg zu unserem Hotel besuchen wir noch eine der für Bagan so charakteristischen Lackwarenfabriken. F/-/-

8. Tag: Bagan – Flug zum Inle See

Nach dem Frühstück werden wir zum Flughafen gebracht und fliegen nach Heho. Eine kurze Fahrt (ca. 45 km, ca. 1,5 Std.) bring uns anschließend zum Inle See, wo uns der Rest des Tages zur freien Verfügung steht. F/-/-

9. Tag: Bootsfahrt auf dem Inle See mit Besichtigungen

Der ganze Tag steht uns für Entdeckungen am Inle See zur Verfügung und wir unternehmen eine Bootsfahrt mit Besichtigungen am See wie der Phaung Daw Oo Pagode, des Seidenweberdorfes Inn Paw Khon und des Klosters Nga Phe Kyaung. F/-/-

10. Tag: Inle See - Heho - Flug nach Tachileik

Eine kurze Fahrt bringt uns vom Inle See nach Heho zum Flughafen und wir setzen unsere Myanmar Reise per Flugzeug nach Tachileik fort. In Tachileik besuchen wir die Grenzbrücke zwischen Myanmar und Thailand, besichtigen die Zwei Drachen Pagode sowie die Baying Statue und erleben die für das Goldene Dreieck so typische Atmosphäre in Tachileik, bevor unsere Myanmar Reise endet und wir morgen Thailand erreichen. F/-/A

11. Tag: Tachileik (Myanmar) – Fahrt nach Chiang Rai (Thailand)

Wir überqueren die Grenze nach Thailand und fahren durch den Norden bis nach Chiang Rai, wo wir am Nachmittag noch Besichtigungen unternehmen. Wir besuchen den lokalen Markt, Wat Phrae Kaew, Wat Rong Khun und Wat Phra Sigh. F/-/-

12. Tag: Chiang Rai - Fahrt nach Laos - Schifffahrt auf dem Mekong nach Pakbeng

Am Morgen fahren wir über Chiang Khong bis nach Huay Xai und gehen an Bord eines traditionellen Schiffes, das uns heute auf dem Mekong von Huay Xai nach Pakbeng bringt. Unterwegs legen wir einen 2-stündigen Stopp in einem kleinen laotischen Dorf ein, in dem wir den Alltag der Einheimischen dieser Region ein wenig beobachten können. Unser Mittagessen nehmen wir an Bord unseres Schiffes ein und gegen Nachmittag erreichen wir Pakbeng, wo wir unser Hotel beziehen und den beschaulichen Tag beschließen. F/M/-

13. Tag: Pakbeng – Schifffahrt nach Luang Prabang

An Bord unseres Schiffes gleiten wir weiter stromabwärts auf dem Mekong durch zum Teil spektakuläre Landschaften. Gegen Nachmittag erreichen wir die Höhlen von Pak Ou, die zig tausende von Buddha Statuen aller Größen beherbergen. Am späteren Nachmittag erreichen wir Luang Prabang und werden zu unserem Hotel gebracht. Luang Prabang wirkt kaum wie eine Stadt und hat eher dörflichen Charakter mit gemütlichen Straßen, kleinen Restaurants und Cafés. Gemeinsam mit unserem Reiseleiter besuchen wir zum Sonnenuntergang noch den Tempelberg Wat Phousi, der sich mit 150 m über Luang Prabang erhebt. Von hier oben haben wir einen wunderbaren Rundblick auf Luang Prabang und die Mekongebene. Im Anschluss steigen wir wieder hinab und besuchen den allabendlich zu Füßen des Wat Phousi stattfindenden Talat Nachtmarkt. Mobile Garküchen und kleine Restaurants, Kunsthandwerkstände und Händler, die Alltagswaren verkaufen, lassen eine einmalige Atmosphäre entstehen. Gerne klärt uns unser Reiseleiter über die ein oder andere Spezialität auf und wer mag, kann hier auch etwas zu Abend essen. Der Auswahl sind kaum Grenzen gesetzt und es lohnt sich, das ein oder andere zu probieren und die Abendstimmung zu genießen. Auch ein typischer, frisch gebrühter Lao Coffee ist sehr zu empfehlen. F/M/-

14. Tag: Luang Prabang - Ausflug zu den Kuang Si Wasserfällen & Kochkurs

Von Luang Prabang aus unternehmen wir heute einen Ausflug zu den Kuang Si Wasserfällen, die sich über mehrere Stufen und Becken erstrecken. Wer mag, kann hier ein erfrischendes Bad nehmen oder einfach in der wunderbaren Landschaft entspannen. Auf dem Rückweg nach Luang Prabang besuchen wir noch ein kleines Dorf (entweder Ban Ou oder Ban Na Ouane), um einen kleinen Einblick in das Leben der ländlichen Bevölkerung zu erhalten. Der Nachmittag steht uns für eigene Entdeckungen zur freien Verfügung. Gegen Abend möchten wir Sie heute zu einem Kochkurs im Tamnak Lao Restaurant einladen. Hier wird uns gezeigt, wie 4 typisch laotische Gerichte zubereitet werden und auch, wie wir am besten Klebreis kochen können. Im Anschluss findet ein gemeinsames Abendessen statt, bei dem wir natürlich alle Gerichte probieren können. Zum Abschied erhalten wir dann auch ein kleines Kochbuch mit 12 traditionellen Gerichten zum Nachkochen. (Wasser ist im Kochkurs enthalten, alle anderen Getränke werden individuell bestellt und bezahlt). F/-/A

15. Tag: Luang Prabang (Laos) – Siem Reap (Kambodscha)

Heute verlassen wir Laos und fliegen von Luang Prabang nach Siem Reap. Hier werden wir am Flughafen schon erwartet und zu unserem Hotel gebracht. Gegen Nachmittag machen wir uns auf den Weg nach Angkor und besuchen den Tempelberg Phnom Bakheng zum Sonnenuntergang. Von hier aus haben wir einen guten Ausblick auf den Tonle Sap See und auch einen ersten Blick auf den wohl berühmtesten Tempel Angkors – Angkor Wat. F/-/-

16. Tag: Siem Reap - Besichtigungen in Angkor

Mit dem TukTuk machen wir uns heute auf, die weitläufigen Tempel von Angkor zu entdecken. Zuerst besuchen wir mit Angkor Wat den bekanntesten aller Tempel, der sich auch auf unzähligen Postkartenmotiven wieder findet. Der Khmer König Suryavarman II. ließ Angkor Wat zu Ehren des hinduistischen Gottes Vishnu erbauen. Über 30 Jahre dauerte es bis zur Fertigstellung und heute zählt Angkor Wat zu den größten und kunstvollsten sakralen Bauwerken weltweit. Hier finden wir auch die längsten zusammenhängenden Flachreliefs der Welt, welche die gesamte äußere Galerie des Tempels schmücken und Einblicke in die Geschichte der hinduistischen Mythologie gewähren. 1992 wurde Angkor Wat von der UNESCO zusammen mit weiteren Tempeln auf dem Gebiet Angkors zum Weltkulturerbe erklärt. Von Angkor Wat geht es weiter zu dem im dichten Dschungel Kambodschas eingebetteten Preah Khan Tempel, der Ende des 12. Jahrhunderts als Tempel und Klosterschule unter König Jayavarman VII. erbaut wurde. Als letzter Tempelkomplex steht die Königsstadt Angkor Thom auf unserem Programm, die sich alleine auf einer Fläche von 10qm erstreckt und im Jahre 1201 fertig gestellt wurde. Angkor Thom ist durch einen Graben und zusätzlich durch eine lange Mauer geschützt gewesen. Der vom südlichen Tor ausgehende Fußweg ist gesäumt von steinernen Göttern und Dämonen. Im Zentrum Angkor Thoms finden wir die bedeutenden Tempelanlagen Bayon und Baphuon, die Elefantenterrasse, die Terrasse des Leprakönigs, Phimeanakas und den ehemaligen Königspalast. Besonders beeindruckend sind die beinahe unzähligen Gesichter des Bayon, die in alle Richtungen schauen. Gegen Spätnachmittag sind wir zurück in unserem Hotel. Wer mag kann gegen Abend noch den überdachten Markt besuchen, der auch in den Abendstunden noch geöffnet hat. Allerlei Skurriles wird hier angeboten, neben Fisch- und Fleischständen, Gemüse- und Obsthändlern finden sich hier auch alle möglichen Kunsthandwerke wieder. Rund um den Markt sind auch viele kleine Restaurants angesiedelt, die typisch kambodschanische Speisen anbieten und einen Besuch lohnen. F/-/-

17. Tag: Besichtigungen in Siem Reap

Ein weiterer Tag mit Besichtigungen in Angkor liegt vor uns! Weiter gelangen wir zum Prasat Kravan mit seinen 5 aus Ziegelsteinen errichteten Türmen, auf deren Innenseiten wir beeindruckende Reliefs finden. Der massive buddhistische Tempel Banteay Kdei aus der 2. Hälfte des 12. Jahrhunderts ist unser nächstes Ziel - umgeben von 4 konzentrischen, 500m – 700m langen Mauern. Gegenüberliegend des Banteay Kdei Tempels finden wir ein Wasserbecken mit einerwinzigen Insel in der Mitte, auf der sich noch steinerne Fundamente des einstigen Holztempels befinden. Eine kurze Fahrt bringt uns nach Ta Promh. Vom Urwald überwuchert wurde Ta Promh weitestgehend so belassen, wie ihn die europäischen Forscher bei der Wiederentdeckung Angkors vorfanden. Unser nächster Tempel zählt zu den ersten Bauwerken, die in Angkor errichtet wurden. Ta Keo wurde vollkommen aus Sandstein erbaut und ist dem Gott Shiva geweiht. 5 Türme stehen auf seinem Gipfel, deren größter eine Höhe von 50 m misst und von den 4 anderen umringt wird. Etwa zur selben Zeit (zwischen 968 und 1001 n. Chr.) wurde auch der Thommanon Tempel errichtet. Gegenüber des Thommanon Tempels besuchen wir mit Chau Say Tevoda den letzten Tempel unserer Besichtigungstour in Angkor, der aus der ersten Hälfte des 12. Jahrhunderts stammt. F/-/-

18. Tag: Siem Reap – Individueller Rückflug nach Deutschland

Je nach gebuchtem Rückflug haben wir noch etwas Zeit zur freien Verfügung, bevor wir uns schweren Herzens von Kambodscha verabschieden müssen. Wir werden zum Flughafen gebracht und treten die Heimreise nach Deutschland an.

19. Tag: Ankunft in Deutschland

Weitere Myanmar Reisen finden Sie hier.

Weitere Reisen nach Laos und Kambodscha finden Sie hier.

, (0x Frühstück / 0x Mittagessen / 0x Abendessen)

Enthaltene Leistungen :

- alle Fahrten im privaten, klimatisierten Fahrzeug
- Inlandsflüge
- Bootsfahrten
- Bahnfahrten
- 17 ÜN in landestypischen Mittelklassehotels im DZ
- Mahlzeiten: 16x F, 2x M, 2x A
- Besichtigungen inkl. Eintrittsgelder
- örtl. deutschsprachige Reiseleitung
- AuD-Infomaterial

Nicht enthaltene Leistungen :

- Einzelzimmerzuschlag: 395,- €
- Internationale Flüge (auf Anfrage bei uns buchbar)
- Rail & Fly Ticket 95,- €
- Visa-Gebühr Myanmar, z. Zt.: 40,- €
- Visa-Gebühr Laos, z. Zt.: 40,- €
- Visa-Gebühr Kambodscha, z. Zt.: 40,- €
- nicht genannte Mahlzeiten und Getränke
- Trinkgelder und persönliche Ausgaben

Teilnehmer/innen

Mindestanzahl von Personen: 6
Maximalanzahl von Personen: 12