

Asien: Japan
Die Goldene Route und das alte Japan

Gummersbach, 29.04.2026

Highlights

- Kyoto und Nara – kulturelle Zentren Japans
- Handelsweg Nakasendo in den Japanischen Alpen mit Ryokanübernachtung und Onsen-Bad
- Fahrt mit dem Shinkansen-Superexpresszug
- Zen-Buddhismus erleben & Übernachtung in einer Tempelherberge
- Hypermodernes Tokio – teamLab Borderless und der Shibuya Scramble Square
- Direktflug mit japanischer 5*-Airline All Nippon Airways

Reisebeschreibung

Stille im Zen-Tempel, nur das rhythmische Schlagen einer Klangschale hallt nach. Der Duft von grünem Tee steigt auf, während Sie achtsam die Schale führen – ein Moment tiefer Verbundenheit. Später beeindruckt Sie in Tokio digitale Lichtwelten und ästhetische Gartenkunst – pulsierend, poetisch, überraschend.



Reiseverlauf

1. Tag Die Goldene Route und das alte Japan

1. Tag: Flug nach Japan

Flug von Deutschland nach Japan mit Ankunft am folgenden Tag.

2. Tag: Ankunft in Osaka – Kyoto

Willkommen im Land des Lächelns! Am frühen Morgen landen Sie in Tokio. Weiterflug nach Osaka-Itami, wo Sie von Ihrer Reiseleitung bereits erwartet werden. Transfer zum Hotel in Kyoto. Nutzen Sie den Nachmittag für eine Erkundung der Hotelumgebung, bevor Sie am Abend Ihr erstes japanisches Abendessen zu sich nehmen. Lernen Sie Ihre Mitreisenden und Ihre Reiseleitung besser kennen und genießen Sie ein landestypisches Izakaya-Menu: Zahlreiche kleine Gänge, die Japaner gerne nach dem Feierabend mit ihren Kollegen genießen. Übernachtung im Hotel. (Fahrzeit ca. 2,5 h; Gehzeit ca. 2h) Hotel Keio Prelia Kyoto Karasuma Gojo, -/-/A

3. Tag: Kyoto – Bambus-Wandelgarten und Goldener Pavillon

Zum Auftakt Ihrer Reise bringt Sie Ihre Reiseleitung mit öffentlichen Verkehrsmitteln zu den Top-Highlights der Stadt. Den heutigen Tag beginnen Sie im bekanntesten Bambuswald der Welt in Arashiyama. Direkt am Fuße dieses legendären Bambushains, dessen Aufnahmen in keinem Film über Japan fehlen dürfen, entdecken Sie den fast 700 Jahre alten Zen-Tempel Tenryuji. Seit 1994 UNESCO-Weltkulturerbe, ist er nicht nur bekannt für seinen traumhaft schönen und weitläufigen Wandelgarten, sondern auch für die Trockensteingärten „karesansui“, die stark mit dem Zen- Buddhismus assoziiert werden. Im Anschluss geht es zum prunkvoll vergoldeten Pavillon des Kinkakuji Tempels, der als meistfotografierte Sehenswürdigkeit Japans gilt. Von hieraus fahren Sie weiter zum ehemaligen Kaiserpalast von Kyoto, dem Gosho-Palast, in welchem noch 1921 Hirohito zum japanischen Kaiser gekrönt wurde. Der Nijo-jo in Kyoto ist zwar nicht der Palast des Kaisers, aber der der Shogune: Japans Militärfürsten. Die beeindruckende Burganlage wurde im Jahr 1603 als Residenz für den Shogun Tokugawa Ieyasu erbaut. Besonders sehenswert sind die kunstvollen Wandmalereien und die berühmten „Nachtigallenböden,“ die bei jedem Schritt eine melodiose Warnung abgeben. Die Burg ist von wunderschönen Gärten umgeben, die zu jeder Jahreszeit eine besondere Atmosphäre bieten. Übernachtung wie am Vortag. (Fahrzeit ca. 1 h, Gehzeit ca. 6 h, ca. 8 km) Hotel Keio Prelia Kyoto Karasuma Gojo, F/-/-

4. Tag: Kyoto – Zen-Buddhismus und Teezeremonie

Der heutige Tag steht ganz unter dem Zeichen der klassischen Kultur – beginnend mit dem Zen-Buddhismus, der Japans Kulturtraditionen nachhaltig geprägt hat. Als Einstimmung

fahren Sie am Morgen zu einem Tempel, wo Sie durch einen Zen-Mönch in die Meditationstechnik des Zen-Buddhismus eingeführt werden. Speziell zur Kirschblüten- und Herbstlaubssaison ist die Anlage ein absolutes Highlight! Im Anschluß schlendern Sie durch das Geisha-Viertel Gion und die malerischen Gassen von Higashiyama. Dabei erleben Sie die besondere Atmosphäre Kyotos, in der sich traditionelle Holzhäuser, duftende Teehäuser und kunstvolle Schreine harmonisch aneinanderreihen. Die historische Kulisse lassen Sie tief in die Kultur und Vergangenheit der alten Kaiserstadt eintauchen. Außerdem erleben Sie heute eine japanische Teezeremonie. In mehr als 450 Jahren Geschichte haben sich zahlreiche Tee-Schulen mit ihren einzigartigen Zeremonien und Bräuchen etabliert, in die Sie heute eingeführt werden. Bis heute unverändert dreht sich alles um das grüne Teepulver Matcha, seine perfekte Zubereitung und das gemeinsame Zelebrieren von jahrhundertealten Traditionen. Übernachtung wie am Vortag. F/-/-

Hinweis: Ihr Hauptgepäck wird heute von Kyoto nach Nagoya gebracht. Packen Sie daher Ihren Tagesrucksack entsprechend. Das Hauptgepäck wird am Abend von Tag 4 in der Hotelloobby gesammelt und erwartet Sie an Tag 6 in Nagoya. (Fahrzeit ca. 2h; Gehzeit ca. 5h, ca. 5 km).

5. Tag: Kyoto – Fushimi Inari – Nara – Kyoto

Heute machen Sie auf dem Weg nach Nara Stopp an einem der bekanntesten Schreine Kyotos: dem Fushimi Inari, dessen markantestes Merkmal seine Tausende von zinnoberroten Toren sind. Diese bilden einen Weg, der hinter den Hauptgebäuden des Schreins den Berg hinaufführt. Der Fushimi-Inari-Schrein ist ein Muss für jeden, der sich für die Geschichte und Spiritualität der japanischen Shinto-Religion interessiert. Danach geht es in die erste kaiserliche Hauptstadt Japans: Nara, der Wiege des japanischen Buddhismus. Hier lernen Sie eines der bekanntesten Maskottchen der Stadt kennen: Die handzahmen Sikahirsche von Nara. Überwältigend zeigt sich im Zentrum von Nara eine der größten Holzkonstruktionen mit einer der größten Gussbronze der Welt im Todaiji-Tempel, der erstmals im 8. Jahrhundert errichtet worden ist. Sie spazieren im Anschluss entlang der teilweise mehr als 1.000 Jahre alten Steinlaternen des Kasuga Schreins. Am Nachmittag fahren Sie zurück nach Kyoto. Übernachtung wie am Vortag. (Fahrzeit ca. 4h; Gehzeit ca. 3h, ca. 8 km). Hotel Keio Prelia Kyoto Karasuma Gojo, F/-/-

6. Tag: Kyoto – Nagoya

Heute tauchen Sie ein in die zarte, kunstvolle Welt der Wagashi – jener traditionellen japanischen Süßigkeiten, die seit Jahrhunderten zu grünem Tee gereicht und in Kyoto mit besonderer Liebe zubereitet werden. Im Anschluss besuchen Sie den beeindruckenden Tempel Sanjusangendo, berühmt für seine Halle mit tausend lebensgroßen Kannon-Statuen, die in ihrer stillen Präsenz eine einzigartige spirituelle Atmosphäre schaffen. Die Architektur des über 120 Meter langen Holzgebäudes, das seit dem 12. Jahrhundert besteht, vermittelt eindrucksvoll die handwerkliche Meisterschaft der damaligen Zeit. Später geht es weiter in Richtung Kyoto Hauptbahnhof, wo Sie ein sogenanntes „Ekibento“ kaufen können, um die anstehende Shinkansenfahrt ganz landestypisch zu genießen. Ekibentos sind spezielle japanische Bentoboxen, die während Shinkansen-Fahrten gegessen werden. Sie bieten eine vielfältige Auswahl an traditionellen und modernen Gerichten, von Reis und Fleisch bis zu Salaten und Desserts. Diese Bento-Boxen sind nicht nur praktisch, sondern auch für ihre Qualität und Frische bekannt. Das Essen von Ekibento während der Zugfahrt ist ein unverzichtbarer Teil des japanischen Reiseerlebnisses, da es Reisenden ermöglicht, die lokale Küche zu genießen und gleichzeitig die Landschaft zu bewundern. Der besagte Shinkansen, das wohl pünktlichsten Verkehrsmittel der Welt, bringt Sie nach Nagoya. Seit den 1960er Jahren katapultiert dieser Elektrozug Japaner durch das ganze Land. Am Abend probieren Sie unterschiedliche, regionale Köstlichkeiten und genießen Sie das lokale Flair des Ausgeh-Stadtteils Osu und entdecken bei einer Street-Food-Tour Nagoyas kulinarische Spezialitäten. Übernachtung im Hotel. (Fahrzeit ca. 2h; Gehzeit ca. 4h, ca. 3 km). Vessel Hotel Campana Nagoya, F/-/-

7. Tag: Nagoya: Samurai-Kultur, Toyota und Streetfood-Tour

Sie reisen heute von der Vergangenheit in die Gegenwart: Sie besuchen den wieder aufgebauten Samurai-Fürstenpalast, der ehemals zum Schlosskomplex der Fürsten von Nagoya gehörte und tauchen ein in den barocken Prunk, in dessen farbenfroher Pracht einst die hohen Samurai-Adeligen geherrscht haben. Danach geht es zurück in die Gegenwart – im Toyota Memorial Museum werfen Sie einen Blick in die Zukunft des Transports. Nagoya ist der Geburtsort einer ganz besonderen japanischen Firma: Toyota. Hier erleben Sie aktiv und hautnah, womit Toyota groß geworden ist, und bestaunen in der Ausstellungshalle nicht nur voll funktionsfähige Roboter, sondern auch die neueste Technik, die in den Hybrid-Antrieben von Toyotas Autos stecken. Am Abend entdecken Sie bei einer Street-Food-Tour Nagoyas kulinarische Spezialitäten. Probieren Sie unterschiedliche, regionale Köstlichkeiten und genießen Sie das lokale Flair des Ausgeh-Viertels Osu. Übernachtung wie am Vortag. (Fahrzeit ca. 1h; Gehzeit ca. 4h, ca. 4 km). Vessel Hotel Campana Nagoya, F/-/-

Hinweis: Ihr Hauptgepäck wird heute von Nagoya nach Matsumoto verschickt. Packen Sie daher Ihren Tagesrucksack entsprechend. Das Hauptgepäck wird an Tag 7 abends in der Hotelloobby gesammelt.

8. Tag: Nagoya – Nakasendo/Kiso-Tal

Per Expresszug geht es heute raus aus der Großstadt und hinein in die ländliche Idylle des Kiso-Tals inmitten der Japanischen Alpen. Sie begeben sich auf den alten Handelsweg Nakasendo. In Japans Mittelalter verbanden mehrere Handelswege die Großstadt Edo (heutiges Tokio) mit dem kaiserlichen Kyoto. Der Nakasendo ist eine dieser alten Routen, die einen auf märchenhafte Weise in die japanische Vergangenheit zurückführen. Zwischen den mittelalterlichen Dörfern Magome und Tsumago wandern Sie auf einem Teilstück der Handelsroute entlang. Ein absolutes Naturhighlight, das einen den Trubel der Großstädte vergessen lässt. Angekommen in Kiso beziehen Sie Ihren Ryokan (japanische Unterkunft mit traditionell eingerichteten Zimmern mit Futon-Rollmatratze und Boden aus Reisstrohmatten oder im modernen Stil mit westlichen Betten). Hier können Sie sich im hauseigenen Onsen (heiße Thermalquelle) entspannen. Zudem genießen Sie heute Abend ein exklusives Mehrgänge-Menü, was auch Japaner an einem Ryokan-Besuch seit Jahrhunderten begeistert. Übernachtung im Ryokan. (Fahrzeit ca. 3h, Gehzeit ca. 6h, 200 m ↑, 400 m ↓, 9 km). Hotel Onyado Tsutaya, F/-/-A

9. Tag: Nakasendo/Kiso-Tal – Matsumoto

Nach einem japanischen Frühstück machen Sie sich auf den Weg zu einem weiteren Highlight des Nakasendo, dem Ort Kiso-Fukushima. Hier besuchen Sie die Yamamura-Samurairesidenz. Einst wurde dieses stattliche Herrenhaus von den Owari-Fürsten genutzt, die von hier aus über den Grenzposten wachten. Heute befindet sich hier auch ein kleines Museum mit Relikten der feudalen Edo-Zeit. In dem kleinen Städtchen besuchen Sie außerdem einen traditionellen Handwerksbetrieb für Lackwaren – eine besondere Spezialität der Region. Mit ein bisschen Glück können Sie in der angeschlossenen Werkstatt dem Meister direkt über die Schulter schauen. Abgerundet wird Ihr Tag durch einen Besuch beim höchsten buddhistischen Heiligtum der Stadt, dem Kozenji-Tempel. In seinem kleinen Museum erhalten Sie Einblicke in alte und neue buddhistische Kunst und bestaunen den größten Trockensteingarten Japans. Am Nachmittag verabschieden Sie sich allmählich vom ländlichen Japan und erreichen per Zug Matsumoto. Übernachtung im Hotel. (Fahrzeit ca. 2,5h; Gehzeit ca. 3h, 6 km). Plpico Plaza Hotel / Tabino Hotel lit Matsumoto, F/-/-

10. Tag: Matsumoto – Minobu Tempelherberge

Am Morgen besichtigen Sie die imposante Krähenburg von Matsumoto. Der begehbare Turm dieser Samurai-Burganlage ist einer der letzten Japans, der seit dem 17. Jahrhundert im Original erhalten geblieben ist und lässt Sie noch einmal in das Flair der Samurai-Elite eintauchen. Im Kontrast dazu steht der nächste Besichtigungspunkt: Im Matsumoto City Museum of Art besuchen Sie die Kusama Yayoi- Dauerausstellung, die der weltbekanntesten zeitgenössischen Künstlerin Yayoi Kusama gewidmet ist, der wohl bekanntesten Tochter der Stadt. Hier können Besucher ihre ikonischen Werke wie die „Infinity Rooms“ und die berühmten, mit Punkten bedeckten Skulpturen erleben. Das Museum bietet einen faszinierenden Einblick in Kusamas Lebenswerk und ihre unverwechselbare, bunte Weltanschauung. Per Charterbus geht es anschließend weiter nach Minobu zu dem religiösen Highlight dieser Reise. Die Tempelherberge Kakurinbo des Kuonji-Tempels in Minobu bietet Gästen die besondere Gelegenheit, das Leben in einem buddhistischen Tempel hautnah mitzerleben. Die Herberge ist umgeben von ruhiger Natur und liegt am Fuße des heiligen Berg Minobu, einem bedeutenden Ort des Nichiren-Buddhismus. Als Gäste des Tempels genießen Sie die traditionelle, vegetarische Shojin-Ryori-Küche und können die weitläufige Tempelanlage entdecken. Übernachtung in der Tempelherberge. (Fahrzeit ca. 4h; Gehzeit ca. 2h, ca. 4 km). F/-/A

11. Tag: Minobu – Kawaguchiko und Fuji-san – Tokio

Frühaufsteher können heute einen tiefen Einblick in die buddhistische Spiritualität gewinnen und an der Morgenandacht des Minobu Tempels teilnehmen, die in der Regel um 5 Uhr beginnt. Nach dem Frühstück geht es weiter zum Iyashi no Sato Freilichtmuseum, einem malerischen, traditionellen Dorf, das Einblicke in die japanische Lebensweise vergangener Zeiten gibt. Bei gutem Wetter bieten die schilfgedeckten Dächer vor dem heiligen Berg Fuji-san wunderschöne Fotomotive. Der Fuji-san ist Japans Wahrzeichen, UNESCO-Weltkulturerbe und mit 3776m der höchste Berg des Landes. Bei einem kurzem Fotostopp am Oishi Park bieten sich atemberaubende Ausblicke auf den majestätischen Kegel-Vulkan und den Kawaguchiko-See, der als Teil des Fuji-Izu-Hakone-Nationalparks eingebettet in wunderschöner Landschaft liegt. Danach geht es weiter zum berühmten Arakura Sengen Schrein, wo Sie eine kleine Wanderung zur Chureito-Pagode führt. Von dieser Pagode genießen Sie einen der wohl bekanntesten Ausblicke Japans. Dies ist nicht nur zur Kirschblüten- und Herbstlaubsaison ein Highlight (wetterabhängig). Bei schlechtem Wetter besuchen Sie stattdessen das Fuji Visitor Centre, wo Sie mehr über die Geschichte und Natur des Fuji-san erfahren können. Dieser ereignisreiche Tag vereint spirituelle Erlebnisse, kulturelle Entdeckungen und beeindruckende Naturschönheit rund um den Fuji – ein unvergessliches Erlebnis! Weiterfahrt nach Tokio, wo Sie am Abend in Ihr Hotel einchecken. Übernachtung im Hotel. (Fahrzeit ca. 5 h, Gehzeit ca. 3 h, ca. 200 m ↑ ↓, ca. 5 km) Hotel The B Asakusa, F/-/A

12. Tag: Tokio – Tradition und Moderne

Heute erleben Sie zwei faszinierende Seiten Tokios: Sie besuchen den Hamarikyū-Garten, eine stille, weitläufige Grünanlage, die wie eine Oase zwischen den imposanten Wolkenkratzern der Metropole liegt. Hier lädt Sie Ihre Reiseleitung zu einer Tasse traditionellen grünen Tees ein – ein Moment der Ruhe mitten im pulsierenden Stadtleben. Außerdem tauchen Sie in das historische Tokio ein: im Stadtteil Asakusa erkunden Sie den bedeutenden Tempelbezirk rund um den Senso-ji, Tokios älteste und wichtigste Tempelanlage. Auf dem Weg dorthin schlendern Sie über die lebhafteste Ladenstraße Nakamise-dori und betreten das Heiligtum durch das Donnertor mit seiner 750 kg schweren Laterne. Im TeamLab-Digitalmuseum tauchen Sie in eine beeindruckende Welt aus Licht und Farben ein. Dieses Museum ist zu Recht eines der meistbesuchten der Welt – auf eine interaktive, faszinierende Art und Weise verbindet es Kunst und Technologie, sodass Sie selbst Teil der faszinierenden Installationen werden können. Zum Abschluss des Tages fahren Sie in den Osten Tokios in das junge und hippe Ausgehviertel Shibuya. Durch Richard Gere und Hollywood kennt wohl jeder die rührselige Geschichte des treuesten Hundes der Welt „Hachiko“. Die in Bronze gegossene Figur wartet selbst heute noch auf dem Vorplatz des Bahnhofs Shibuya auf sein Herrchen. Direkt vor der Statue befindet sich die Kreuzung „Shibuya Scramble“. Nirgendwo anders laufen bei einer Grünphase mehr Menschen über eine Kreuzung als hier. Übernachtung im Hotel. (Fahrzeit ca. 2h; Gehzeit ca. 6h, ca. 6 km). Hotel The B Asakusa, F/-/A

13. Tag: Faszinierendes Tokio

Der Tag beginnt mit einem atemberaubenden Blick über die Stadt von der Aussichtsplattform des Rathauses. Hier erleben Sie Tokio aus der Vogelperspektive, mit faszinierenden Ausblicken auf das urbane Panorama und bei klarem Wetter sogar bis zum Fuji-san. Danach führt der Weg zum Meiji-Schrein, einer ruhigen Oase im Herzen Tokios. Der Meiji-Schrein ist einer der bedeutendsten Shinto-Schreine Japans und liegt in einem weitläufigen, ruhigen Waldgebiet im Herzen Tokios. Der Schrein wurde 1920 zu Ehren des Kaisers Meiji und seiner Gemahlin, Kaiserin Shoken, erbaut und symbolisiert die Verbundenheit der japanischen Bevölkerung mit der kaiserlichen Familie. Am Nachmittag erkunden Sie an Ihrem letzten Tag in Japan die Metropole auf eigene Faust und können Ihre Freizeit für weitere Besichtigungen oder Einkäufe nutzen. Übernachtung wie am Vortag. (Fahrzeit ca. 2h; Gehzeit ca. 7h, ca. 7 km). Hotel The B Asakusa, F/-/A

14. Tag: Rückreise

Heute heißt es Abschied nehmen vom Land der Wunder und Kontraste. Transfer zum Flughafen. Rückflug mit Ankunft in Deutschland am gleichen Tag. F/-/A

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



Enthaltene Leistungen :

- Linienflug ab/an Frankfurt nach Osaka und zurück von Tokio mit All Nippon Airways, Lufthansa oder anderer Fluggesellschaft in Economy Class (nach Verfügbarkeit; Flugzuschlag möglich)
- Deutschsprechende Reiseleitung
- Alle Fahrten in privaten Fahrzeugen und öffentlichen Verkehrsmitteln
- Ryokan in der Alpenregion Kiso mit hauseigenen Onsen (Thermalbad)
- Begrüßungsdinner am Ankunftstag
- Street-Food-Tour durch Nagoya
- Shinkansen-Superexpresszugfahrten inkl. Sitzplatzreservierung
- Separater Gepäcktransport von Kyoto nach Nagoya und von Nagoya nach Matsumoto (ein Gepäckstück pro Person)
- Alle Eintritte laut Programm
- 10 Ü: Hotel
- 1 Ü: Ryokan
- 1 Ü: Gästehaus
- Mahlzeiten: 12xF, 4xA

Nicht enthaltene Leistungen :

- Einzelzimmerzuschlag Mai-Juni /Aug./Okt./Nov. 2026: 490,- €
- Einzelzimmerzuschlag Juli 2026: 850,- €
- Einzelzimmerzuschlag 08.03. / 17.05.2026: 440,- €
- Einzelzimmerzuschlag 15.03. / 25.11.2027: 750,- €
- Einzelzimmerzuschlag 07.06. / 20.09.2027: 790,- €
- Einzelzimmerzuschlag 22.03. / 18.10. / 01.11.2027: 870,- €
- Einzelzimmerzuschlag 29.03. / 15.11.: 890,- €
- Rail & Fly Ticket: 95,- €
- Nicht genannte Mahlzeiten und Getränke
- Optionale Ausflüge
- Trinkgelder
- Persönliches

Teilnehmer/innen

Mindestanzahl von Personen: 7

Maximalanzahl von Personen: 12

TERMINE UND PREISE			
vona	bis	Plätze	Preis in €
11.05.2026	24.05.2026	✘	6.040 €
18.05.2026	31.05.2026	!	6.140 €
22.06.2026	05.07.2026	✓	5.290 €
20.07.2026	02.08.2026	✓	6.150 €
17.08.2026	30.08.2026	✓	5.650 €
05.10.2026	18.10.2026	✘	5.790 €
19.10.2026	01.11.2026	✘	5.790 €
02.11.2026	15.11.2026	✘	5.790 €
16.11.2026	29.11.2026	!	5.690 €
08.03.2027	21.03.2027	✓	5.990 €
15.03.2027	28.03.2027	✓	5.840 €
22.03.2027	04.04.2027	✓	6.630 €
29.03.2027	11.04.2027	!	6.480 €
10.05.2027	23.05.2027	✓	5.790 €
17.05.2027	30.05.2027	!	5.990 €
07.06.2027	20.06.2027	✓	5.380 €
26.07.2027	08.08.2027	✓	5.890 €
20.09.2027	03.10.2027	✓	6.060 €
18.10.2027	31.10.2027	✓	6.290 €
01.11.2027	14.11.2027	✓	5.780 €
15.11.2027	28.11.2027	✓	5.780 €
25.11.2027	08.12.2027	✓	5.450 €

Viele = ✓ Wenige = ! keine = ✘