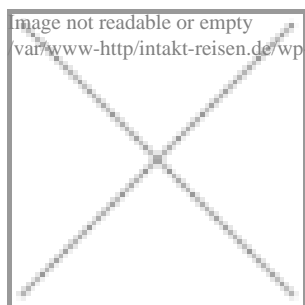


info@intakt-reisen.de
www.intakt-reisen.de

Tel.: +49 (0)30 20616488-0
Fax: +49 (0)30 20616488-9

Laos, Thailand: Wanderungen – Bootsfahrten – Radtouren

Natur im Nam Ha Nationalpark und fantastische Karstlandschaften am Mekong



Mal träge, mal lebhaft fließt der Mekong durch sattgrüne Wälder und vorbei an schroffen Kalkstein-Berghängen. In der Morgensonne funkelt eine goldene Stupa, zu deren Füßen ein farbenprächtiger Markt zum Leben erwacht. Wir nähern uns Laos und seinen Bewohnern behutsam: Zu Fuß, per Rad und mit dem Boot werden wir abgelegene Dörfer, Märkte und Pagoden besuchen, Bergdörfer, Wälder und Wasserfälle erkunden. Die Königsstadt Luang Prabang atmet Geschichte, jahrhundertealte Klöster verströmen selige Ruhe und tiefe Spiritualität, Buddhastatuen wachen über den Alltag. Wie ein bunter Teppich breiten sich grandiose Naturkulissen, vielfältige Ethnien und traditionsreiche Bauten vor uns aus. Wir begegnen Bergvölkern und wandern in einem Ökotourismusprojekt-Gebiet, paddeln zwischen Kalksteinfelsen hindurch, radeln durch ländliche Gebiete, treffen auf interessante Personen und tauchen so tief ein in das Laos von heute. Kommen Sie mit, betreten Sie mit uns dieses wundervolle Land!

Die Höhepunkte dieser Reise:

- Natur und Kultur kennenlernen beim 3-Tages-Trek im Nam Ha Eco-Projekt
- Küchentricks aus Thailand und Laos mit nach Hause nehmen
- **Buddhismus** aus erster Hand: Gedankenaustausch mit Mönchen
- In der puren Natur vom Goldenen Dreieck bis Luang Prabang
- Mit Dschungel-Erzeugnissen das eigene Essen zubereiten

Reiseverlauf

1.-2. Tag: Anreise nach Chiang Rai in Nordthailand

Anreise nach Chiang Rai in Nordthailand. Bei Ankunft Transfer zum Hotel. Chiang Rai liegt in grandioser Berglandschaft inmitten des sogenannten Goldenen Dreiecks. Nach einiger Zeit zur Erholung unternehmen wir eine Stadtrundfahrt per Tuk Tuk. Unter anderem besichtigen wir den Wat Phra Kaeo, Fundort des Smaragd-Buddhas, einem der bedeutendsten Tempel der Region und besuchen – wenn geöffnet – das „Hilltribe Education Centre“, in dem wir einen ersten Einblick in die Vielfalt und das Leben der ethnischen

Gruppen in dieser Region erhalten. Abends gemeinsame Besprechung der Reise. 2 Übernachtungen im „La Luna Hotel“ in Chiang Rai. A

3. Tag: Thailändische Küche und Umland von Chiang Rai

Einführung in die Thai-Küche bei einem kleinen Schnupper-Kochkurs. Bei einem Gang über den morgendlichen Markt erfahren wir schon viel über die Zutaten, die wir dort erwerben. Mittags genießen wir das selbst zubereitete Mahl. Nachmittags unternehmen wir einen Bootsausflug zu einem nahe gelegenen Dorf. Hier unternehmen wir eine erste Wanderung durch Anbaugelände, Wald und Dörfer. F/M

4. Tag: Das Goldene Dreieck

Heute erkunden wir die Landschaft und Bergdörfer (z.B. der Akha) im Goldenen Dreieck. Unter anderem ist die Stalaktitenhöhle Tham Luang bei Mae Sai heute unser Ziel. Besuch des Opium-Museums in Sop Ruak, dem Zentrum des Goldenen Dreiecks. Hier können wir auch den Ausblick über den Mekong und die Umgebung genießen, bevor wir in Chiang Saen alte Lanna-Stätten besuchen. Abendliche Fahrt entlang des Mekong nach Chiang Khong. Übernachtung im „Nam Khong Riverside Hotel“ in Chiang Khong (Grenzort zu Laos). F

Am Flussufer des Mekong bietet Ihnen das „Namkhong Hotel“**** in der Innenstadt von Chiang Khong eine erholsame Unterkunft mit Blick auf den Fluss. Ausstattung: Restaurant / Bar / Dachterrasse / WLAN. Die Zimmer sind mit bunten, thailändischen Stoffen dekoriert und bieten Ihnen Flussblick. Ein Kabel-TV, ein Kühlschrank und ein Wasserkocher werden in jedem Zimmer zur Verfügung gestellt.

5. Tag: Über die Grenze in den Norden von Laos

Morgens Grenzübertritt nach Laos. Hier werden wir von unserer laotischen Reiseleitung in Empfang genommen, und es geht in den hohen Norden von Laos, nach Luang Namtha. Unterwegs machen wir noch Halt in einigen Lanten-Dörfern. In Luang Namtha angekommen checken wir zuerst ins Guesthouse ein. Am Abend fahren wir gemeinsam zum Traditionellen Haus in Ban Vieng Neua. Dort erleben wir eine traditionelle Baci-Zeremonie mit gemeinsamem Abendessen und Tänzchen im Kalam Tribe-Stil.

Übernachtung im „Boat Landing Guesthouse“ in Luang Namtha. F/M/A

(Fahrt: 150 km, ca. 3-4 Std.)

6. Tag: Luang Namtha Trekking & UNESCO Eco Tourism Project

In Luang Namtha wurde das erste Projekt in Laos ins Leben gerufen, das auf nachhaltigen Tourismus ausgerichtet ist. Das von Neuseeland finanzierte und von der UNESCO geleitete Projekt hat viele Preise gewonnen und merkbare Verbesserungen für die lokale Bevölkerung geschaffen. Wir werden eine 3-tägige Trekkingtour unternehmen, die von diesem Projekt geschaffen wurden. Geführt von zwei lokalen Guides geht es durch verschiedene Dörfer der Minderheiten Lanten und Khmu bis in den Nam Ha Nationalpark, einem ASIAN Heritage mit enormer Vielfalt an wilden, bedrohten Tier- und Pflanzenarten. Die geschulten Guides haben ein breites Wissen u.a. auch über medizinische Heilpflanzen und die vielfältige Flora und Fauna.

Wir beginnen mit einer Tuk Tuk-Fahrt zum Beginn des Wanderweges. Nachdem wir uns auf dem lokalen Markt mit Vorräten versorgt haben können wir unsere heutige Wanderetappe beginnen. Der Weg schlängelt sich durch dichten Regenwald allmählich hangaufwärts, quert Bäche am Fuße eines schattigen Tales und führt dann durch ein Mosaik aus Kulturland und Primärwald. Wir picknicken im Herzen des Dschungels und nehmen uns Zeit, um die ruhige Schönheit der Natur zu genießen.

Nach dem Mittagessen setzen wir die Wanderung für etwa 2-3 weitere Stunden fort. Der Weg verläuft unter dem Blätterdach beeindruckender alter Bäume, um schließlich in eine Oase von Kulturland mit Reisfeldern, Bananenbäumen und hohen, schlanken Gräsern überzugehen. Später am Nachmittag erreichen wir das abgelegene Dorf Nalan, ein zeitloses Refugium im Herzen des Dschungels, wo die einzigartige Kultur der

Khmu bewahrt wird. Nachdem wir die Bewohner getroffen und das Dorf erkundet haben, können Sie ein Bad im Fluss nehmen und sich entspannen. Abends wird ein köstliches laotisches Essen serviert. Übernachtung in der „Ban Nalan Lodge“ oder bei einer Gastfamilie in Ban Nalan. F/M/A (Wanderung: ca. 4-5 Std., mittelschwer)

7. Tag: Kajak fahren im Nam Ha-Schutzgebiet

Erwachen Sie zu den Geräuschen des Landlebens zu einem leckeren laotischen Frühstück und einem heißen Getränk. Dann beginnen wir unser Paddelabenteuer flussabwärts, wobei wir immer wieder kurze Besuche in den Khmu-Dörfern am Ufer unternehmen. Unterwegs erleben wir eine Kaskade von sprudelnden Stromschnellen -aber keine Angst!

Wie am Vortag finden wir einen ruhigen Flecken für ein leckeres laotisches Picknick. Nach dem Mittagessen paddeln wir weiter flussabwärts. Die atemberaubende Schönheit der Nam Ha-Landschaft breitet sich vor uns aus, während ruhige Wasserflächen die Möglichkeit bieten, tropische Vögel und Wassertiere zu beobachten. Bald wird die Strömung stärker, und wir durchqueren eine Reihe von Stromschnellen und schnell fließenden Strömungen, bevor der Fluss in den mächtigen Namtha River mündet. Nachmittags erreichen wir das Dorf Houay Leuat, unseren heutigen Übernachtungsort. Treffen Sie die Einheimischen, erkunden Sie die Umgebung und nehmen Sie ein erfrischendes Bad im Fluss. Übernachtung bei einer Gastfamilie. Auf Wunsch können Gäste an diesem Tag auch wandern. Übernachtung im Dorf Houay Leuat. F/M/A

(Kajakfahrt: ca. 5 Std., einfach; auf Wunsch können Sie an diesem Tag auch wandern)

8. Tag: Trekking im Nam Ha Schutzgebiet – zurück zur Zivilisation

Nach dem Frühstück beginnen wir unsere heutige Wanderung bergan durch hei-tere Bambushaine und weiter tief in den wilden Dschungel hinein. Mittagspause im Dschungelstil! Wir lernen von unseren Guides, wie man mit den Ressourcen des Dschungels das eigene Essen finden und zubereiten kann. Wir können zusehen und lernen oder auch mithelfen, das Mittagessen mit authentischen Dschungeltechniken zuzubereiten. Anschließend wandern wir weiter auf dem Weg durch den dichten Urwald, der bald in ein Mosaik abwechslungsreicher Kulturlandschaften übergeht. Weiter auf dem Weg erreichen wir schließlich das Dorf Hat Yong. Dort wartet unser Tuk Tuk, um uns zurück nach Luang Namtha zu bringen, wo wir am Nachmittag ankommen. 2 Übernachtungen im „Boat Landing Guesthouse“ in Luang Namtha. F/M
Dieses ist die erste Ökotourismus-Lodge in Luang Namtha. Ein paar Schritte vom Nam Tha-Fluss entfernt, ist es hervorragender Ausgangspunkt für das nahe liegende Schutzgebiet Nam Ha. Die Bungalows sind aus lokalen Materialien und nach laotischem Stil gebaut und passen sich optimal in die umliegende Natur ein. Jeder Bungalow hat eine Veranda mit Blick auf die grüne Umgebung oder den Fluss.

Lage: ca. 6 km von Luang Namtha; Standard: Eco-Lodge im Bungalowstil. Ausstattung: Außenpool, Spa, Sauna, Restaurant, Bar, Wäscheservice, Squash-Plätze.

(Wanderung: ca. 4 Std., einfach bis mittelschwer)

9. Tag: Durchs Luang Namtha-Tal per Fahrrad

Die Stadt Luang Namtha liegt umrahmt von einer Hügelkette am Nam Tha-Fluss. Mit dem Fahrrad werden wir heute die weitere Umgebung kennenlernen. Dazu gehören z.B. zwei buddhistische Stupas, verschiedene Dörfer ethnischer Minderheiten, eine lokale Reisschnaps-Destillerie und ein Wasserfall (Tad Nam Dee). F/M (Radtour: ca. 20 km, ca. 2-3 Std. mit vielen Stopps, meist eben, einfach, aber teils schlechte Wege)

10. Tag: Über Land nach Osten

Mit dem Bus geht es heute zuerst durch die nordlaotischen Landschaften bis nach Oudomxay. Dieser Ort hat einen leicht chinesischen Charakter und ist eine interessante Mischung aus laotischer Lebensart und kitsch-modernem China-Einfluss. Nach einem Stopp zum Mittagessen und Rundgang durch die Stadt geht es

weiter ca. 15 km bis ins herrlich gelegene Resort. 2 Übernachtungen im „Namkat Yorlapa Resort“. F/M Die Mitarbeiter an der Rezeption sprechen Thai und Englisch und versorgen Sie gerne mit praktischen Informationen über die Region. Das „Namkat Yorla Pa Resort“**** in Ban Kat bietet Ihnen ein kontinentales Frühstück oder ein Frühstücksbuffet.

Ausstattung: kostenfreie Fahrräder / Fitnesscenter / Restaurant / Garten / Terrasse / Bar / Kinderspielplatz. Die Zimmer im Resort verfügen über einen Sitzbereich. Jedes Zimmer verfügt über ein eigenes Bad mit einer Dusche und kostenfreien Pflegeprodukten.

(Busfahrt: insgesamt ca. 150 km, ca. 5 Std. mit Pausen)

11. Tag: Aktivitäten beim „Namkat Yorlapa Resort“

Der Tag steht zur freien Verfügung im Resort. Hier gibt es die verschiedensten Möglichkeiten für Aktivitäten. Entspannen Sie einfach im schönen Resort, wandern oder radeln Sie zu riesigen Bäumen, spazieren über eine Hängebrücke oder baden im Pool eines Wasserfalls. Auch Touren per Auto oder Quad sind möglich. Verleben Sie den heutigen Tag nach Ihren individuellen Wünschen und gestalten Sie ihn nach Ihren Bedürfnissen und persönlichen Vorstellungen. Wir haben für Sie mehrere Empfehlungen vorbereitet. Unsere Kundinnen und Kunden genießen die Inhalte unserer besonderen Erlebnisreisen in der Kleingruppe. Viele von Ihnen möchten allerdings ab und zu Ihre Zeit nach eigenen Wünschen gestalten. Diesem Wunsch kommen wir gerne nach. F/M

Bootsfahrt auf dem
Nam Ou

12. Tag: Auf dem Fluss nach Nong Khiaw

Am Morgen Transfer vom Namkat Resort nach Muang Khua. Hier wartet ein Boot auf uns, das uns den Nam Ou-Fluss hinunterfahren wird. Unterwegs Stopps in Ban Sob Jaem und Muang Ngoi, einem Dorf, das nur über den Fluss zu erreichen ist. Karstfelsen ragen abrupt aus dem Wasser in schwindelerregende Höhen. Ankunft in Nong Khiaw am späten Nachmittag. Nong Khiaw liegt wunderschön eingebettet zwischen dem Nam Ou-Fluss und steilen Karststeinfelsen. Nachmittags besuchen wir die „Bamboo School Foundation“. 2 Übernachtungen in Nong Khiao in hübschen Bungalows des „Phaxang Resort“** direkt am Fluss. F/M Eine schöne Anlage mit gepflegten Bungalows und Garten, etwas außerhalb des Ortes ruhig, direkt am Fluß gelegen. Die Bungalows sind gut und freundlich ausgestattet, nur leider etwas hellhörig. Ausstattung: WLAN in den Zimmern, Klimaanlage, Balkon, Garten, Restaurant. 19 Zimmer mit Flussblick, privatem Bad mit Dusche, Balkon, Wasserkocher.

(Busfahrt: insgesamt ca. 130 km, ca. 2-3 Std.; Bootsfahrt: ca. 4-5 Std.)

13. Tag: Wanderung zu den 100 Wasserfällen

Wir beginnen den Tag mit einer erholsamen Bootsfahrt entlang der atemberaubenden Berglandschaft des Nam Ou-Flusses. Auf dem Weg besuchen Sie ein laotisches Dorf, bevor wir eine Wanderung durch kleine Flussbette, entlang pittoresker Reisfelder zum Fuß der 100 Wasserfälle unternehmen. In den kommenden Stunden erleben wir Natur pur – umgeben von Wasser, tropischen Wäldern und den Klängen der Kaskaden. Entlang des Weges laden kleine natürliche Schwimmbecken zu erfrischendem Badevergnügen ein. An den Wasserfällen genießen wir am Mittag ein typisch lokales Picknick. An der Quelle der Kaskaden werden wir mit einem großartigen Blick über die Landschaft und die überwältigende Natur belohnt. Rückkehr per Boot. F/M

(Wanderung: ca. 4-5 Std., mittel bis schwer, durch Kaskaden und Wasser; Bootsfahrt: ca. 1 Std.)

14. Tag: Per Bus und Boot nach Luang Prabang / Pak Ou-Höhlen

Heute geht es weiter nach Süden. Vorbei an kleinen Dörfern und wechselnden Landschaften erreichen wir am Nachmittag den mächtigen Mekong. Am Zusammenfluss des Nam Ou in den Mekong besuchen wir die heiligen Pak Ou-Höhlen, die unzählige Buddha-Statuen aus mehreren Jahrhunderten beherbergen. Es handelt sich um eine der bedeutendsten buddhistischen Kultstätten von Nordlaos. Nach einer weiteren Stunde per Boot auf dem Mekong erreichen wir Luang Prabang.

Luang Prabang, auf einer Art Halbinsel zwischen Mekong und seinem Nebenfluss Nam Khan gelegen, übertrifft jede Erwartung. Viele halten diese Stadt für die schönste ganz Südostasiens. Jeder Quadratmeter scheint Geschichte zu atmen! Mehr als irgendwo sonst ist hier das traditionelle Laos verkörpert. Und immer wieder begegnen wir dem Buddhismus. Die Umgebung der Stadt wird durch herrliche Gebirge mit brausenden Wasserfällen und malerischen Flüssen geprägt. Nach einer Pause im Hotel abendlicher Rundgang über den Nachtmarkt und Tempelbesuch zum abendlichen Gebetsgesang und evtl. Gespräch mit einem Mönch oder Novizen. 3 Übernachtungen im Hotel „Sala Prabang“ in Luang Prabang. F/M
Das „Sala Prabang“ liegt nur einen Steinwurf vom Zentrum von Luang Prabang entfernt, das als UNESCO-Weltkulturerbe-Stadt einiges zu bieten hat. Der Flughafen Luang Prabang befindet sich eine etwa 20-minütige Autofahrt entfernt. Ausstattung: Das „Sala Prabang“ bietet Ihnen kostenfreies WLAN, eine Wechselstube, eine Bücherei sowie eine Bar und ein Café. Das Restaurant ist nur während der Frühstückszeiten geöffnet. Die Zimmer sind klein, aber stilvoll eingerichtet und mit Holzböden versehen. In allen Zimmern gibt es einen Safe und die Möglichkeit, Kaffee und Tee zuzubereiten.

15. Tag: Laotischer Kochkurs und Luang Prabang per Fahrrad

Am Vormittag startet unser laotischer Kochkurs in einem Restaurant im Zentrum der Stadt. Lernen Sie die Rezepte und Kniffe der laotischen Köche näher kennen und kreieren Sie Ihr eigenes laotisches Menü. Vergleichen Sie, ob Ihnen die Thai- oder laotische Küche besser schmeckt. Am Nachmittag lernen wir auf einer Besichtigungstour per Fahrrad Tempel und Klöster der Stadt kennen, sowie koloniale Gebäude, die hier noch recht gut erhalten sind. Einige Höhepunkte sind der Wat Xieng Thong, Wat Seane, Wat Mai. Außerdem steht ein kurzer Besuch bei dem Webercenter von Ockpoptock auf dem Programm. Hier können wir mehr über das laotische Weben und Einfärben von Seidenstoffen lernen, eine laotische Besonderheit. F/M

(Radtour: ca. 20 km, ca. 3 Std. mit vielen Stopps, eben, einfach)

16. Tag: Wanderung in Luang Prabangs Umland

Heute unternehmen wir eine Wanderung zwischen Reisfeldern und Bergen nahe Luang Prabang. Wir besuchen eine Dorfschule, kommen am Elefantendorf vorbei, bevor es per Boot zum Tad Sae-Wasserfall geht, wo wir in den natürlichen Pools baden können (in der Trockenzeit nur wenig Wasser). Kurze Bootsfahrt und Rückkehr nach Luang Prabang am Abend. F/M

(Wanderung: ca. 4 Std., hügelig, moderat, für Anfänger geeignet)

17. Tag: Tag zur freien Verfügung

Der Tag steht zur freien Verfügung. Sie können einfach in Luang Prabang bummeln, eine Papierherstellung besuchen oder einen optionalen Ausflug zum Kuang Xi-Wasserfall machen – per Rad, Tuk Tuk oder auch in Verbindung mit einer Wanderung. Weitere Aktivitäten wie der Besuch einer organischen Reisfarm, der Besuch des „Traditional Arts & Ethnology Centre“ (TAEC) oder des Royal Theatre stellt Ihnen gerne Ihr Reiseleiter vor. Gemeinsames Abschiedessen. Abends Fahrt zum Flughafen und Rückflug. Alternativ: Verlängerung in Südlaos. F/A

18. Tag: Wieder daheim

Ankunft in Frankfurt am Morgen.

Programmänderungen, z. B. durch Flugzeitenänderungen oder ungünstige Witterungsbedingungen, behalten wir uns vor.

Empfohlene Verlängerung Südlaos:

Die Reise endet in Luang Prabang, kann aber noch mit einem Abstecher nach Südlaos mit seinen Wasserfällen und Inseln verlängert werden.

17. Tag: Flug in den Süden – Pakse, Kaffee und Wasserfälle

Morgens geht es zum Flughafen und in den Süden des Landes. Hier werden wir von unserem südlaotischen Guide in Empfang genommen und mit dem Wagen in das Hochland um Pakse gefahren. Unser Ziel sind unter anderem die eindrucksvollen Wasserfälle am Plateau-Rand, von wo aus wir kleine Exkursionen unternehmen können. Unterwegs lernen wir die Kaffeeanbaugebiete kennen und besuchen Kaffeeplantagen auf dem Bolaven-Plateau. In dieser Gegend leben die Menschen vor allem vom Kaffeeanbau, von Webereien und kleinen landwirtschaftlichen Arbeiten. Die Tad Yeuang- und Tad Fane-Wasserfälle sind wahrhaftig eine Sensation und wirken aus der Nähe noch imposanter. Übernachtung im „Sinouk Coffee Resort“ oder „Falls View Resort“ nahe einem Wasserfall. F
(Fahrt: ca. 80 km, ca. 2 Std.)

18. Tag: Wat Phou und 4.000 Inseln

Morgens kurze Wanderung in der Nähe des Resorts am Rande des Plateaus. Auf dem Weg zu den viertausend Inseln (Si-pan-don) Besuch der traumhaften Tempelanlage Wat Phou in Champassak. Ein eindrucksvoller Exkurs durch die Geschichte eines einstigen Königreiches, das in Kambodscha (Angkor) seine Blüte erlebte. Weite Ausblicke von den Ruinen in die Ebene des Mekong – man sollte sich ein bisschen Zeit nehmen die Atmosphäre hier oben zu genießen. Ein kleines angeschlossenes Museum zeigt weitere Exponate aus der Epoche des Wat Phou. Transfer über den Mekong nach Khong Island. Der späte Nachmittag ist zur freien Verfügung oder für eine Erkundung mit dem Fahrrad. 3 Übernachtungen im „Pon Arena Hotel“ auf Khong Island. F/M
(Fahrt: insgesamt ca. 200 km, ca. 6 Std.)

Das „Pon Arena“ liegt auf der Insel Don Khong im Mekong. Von hier aus lässt sich die grüne Insel per Rad erforschen oder der Mekong mit einem Boot befahren.

Die Zimmer haben Balkon und sind mit Safe, Fön und TV ausgestattet. Das Restaurant, welches laotische und europäische Speisen serviert, liegt direkt am Flussufer und garantiert so jedem Gast einen besonderen Ausblick.

Lage: Don Khong Island, Südlaos

Standard: Mittelklasse-Hotel

Ausstattung: Restaurant, Innen- und Außenpool, Garten, Thermalbad, Wäscheservice, WLAN, Bar, Fahrradverleih

19. Tag: Bootsfahrt und Khong-Insel mit dem Rad

Heute geht es durch die Inselwelt zwischen den Ufern des Mekong, der hier bis zu 11 km breit ist. Wir haben die kleine Chance Süßwasserdelphine zu sehen. Geruhsame Fahrten mit dem Boot stehen auf dem Programm. Mit Boot und Bus geht es weiter zu den größten Wasserfällen Südostasiens, Kone Phapheng, die hier schon den Franzosen bei der Befahrung des Mekong Kopfschmerzen bereitet haben. Eindrucksvoll und pompös – ein echtes Naturschauspiel! Nachmittags Inselerkundung mit dem Rad. F

(Radtour: ca. 2-3 Std., einfach)

20. Tag: Khong-Insel – Freier Tag für eigene Aktivitäten

Wer auf Don Khong einige Tage verbringt, kann in aller Ruhe dem süßen Nichtstun frönen, gelegentlich von einer zur nächsten Hängematte wechseln und seinen Gedanken nachhängen. Es sind aber auch einige Aktivitäten und Ausflüge möglich. In den Abendstunden bietet sich auch ein Besuch des 8 km westlich gelegenen Muang Sen an. Hier gibt es einen Markt sowie „Floating Restaurants“, von denen man die untergehende Sonne bei laotischen Spezialitäten beobachten kann. Gemeinsames Abschiedsessen. F/A

21.-22. Tag: Abschied nehmen von Südost-Asien

Heute müssen wir uns leider von Laos verabschieden. Fahrt über die Grenze nach Thailand und zum Flughafen in Ubon Ratchanthani. Flug über Bangkok zurück nach Frankfurt, wo Sie am nächsten Morgen landen. F

(Fahrt: ca. 2,5 und 3-4 Std.)

F = Frühstück / M = Mittagessen / A = Abendessen

Weitere Verlängerungsmöglichkeiten:

5-tägiger Besuch des Weltkulturerbes Angkor Wat, Kambodscha

Unser deutschsprachiger, kambodschanischer Guide begleitet Sie durch Angkor Wat, Angkor Thom und weitere Tempel des riesigen Areals. Er wird Ihnen die Geschichte und Mythenwelt der Khmer-Königreiche anhand der riesigen Reliefs nahebringen, zielsicher zu den sehenswertesten Anlagen geleiten und auf Ihre Wünsche eingehen.

Leistungen:

Flug Luang Prabang – Siem Reap

Flughafentransfers in Kambodscha

4 Übernachtungen in einem stilvollen Resort in Siem Reap

Dreitagespass für Angkor Wat

Deutschsprachiger, kambodschanischer Guide an zwei Tagen

Tuk Tuks, als Transportmittel in Angkor Wat

Verpflegung: Frühstück

ab 440 EUR p.P. im DZ

Badeverlängerung auf der Insel Phu Quoc

Enthaltene Leistungen:

Flug Saigon – Phu Quoc – Saigon

Transfer Flughafen Phu Quoc – Resort – Flughafen

4 Übernachtungen in einem Strandhotel im Doppelzimmer mit Du/WC

Frühstück

Unterkunft: z.B. Cassia Cottage, Garden View Doppelzimmer

Es steht eine große Auswahl verschiedener Unterkünfte zur Verfügung.

Preis bei 2 Personen im Doppelzimmer ab: 410 EUR

Leistungen

- Flug Frankfurt – Chiang Rai, Luang Prabang – Frankfurt mit Thai Airways in der Economy Class
- Alle Transfers laut Programm im Privatfahrzeug
- Insg. 15 Übernachtungen: 13x DZ, Du/WC (4x mit Pool), 2x Homestay in Gemeinschaftsraum und -bad
- Mahlzeiten: 15x Frühstück, 2x Picknick, 11x Mittagessen, 7x Abendessen (teilweise mehrgängig)
- 3-tägiger Trek im Nam Ha-Nationalpark mit Kajakfahrt, weitere 3 Wanderungen, 2 Radtouren, Bootsfahrten auf dem Nam Ou und dem Mekong, Besichtigungen und Stadtführungen Chiang Rai und Luang Prabang
- Baci-Begrüßungszeremonie, Projektbesuche, je ein thai- und ein laotischer Kochkurs
- Eintritte laut Detailprogramm
- Qualifizierte Reiseleitung in Deutsch
- Reiseführer (DuMont ReiseHandbuch Laos & Kambodscha) und Infomaterial
- 10 EUR Spende an die „Biodiversity Foundation“ von Dirk Steffens
- *Enthaltene Leistungen für die Verlängerung Südlaos:*
- Umbuchung Heimflug auf Ubon Ratchathani – Frankfurt (Economy Class)
- Inlandsflug Luang Prabang – Pakse mit Lao Airlines
- Alle Transfers laut Programm im Privatfahrzeug
- Übernachtungen im DZ, Du/WC
- Mahlzeiten: 4x Frühstück, 1x Picknick/ Mittagessen, 1x Abendessen (teilweise mehrgängig)
- 1 Wanderung, 2 Radtouren, Bootsfahrten, Eintritte laut Detailprogramm
- Qualifizierte Reiseleitung in Englisch oder Deutsch

Nicht enthaltene Leistungen

- Getränke und Verpflegung, soweit nicht anders im Programm erwähnt (ca. 10-15 EUR pro Tag einplanen)
- Trinkgelder (ca. 50 EUR); Persönliches
- Visum (zzt. 30 USD), bei der Einreise erhältlich
- Fakultative Ausflüge
- Evtl. erhöhter Kerosinzuschlag nach dem 01.08.20

Zusatzleistungen

- Einzelzimmerzuschlag (2 Nächte in Gästehäusern während des Trekkings nicht möglich): 430 EUR
- Bahnreise nach/von Frankfurt Flugh. – Rail & Fly Bahnticket (2. Klasse): 85 EUR
- Rail & Fly (1. Klasse): 155 EUR
- Innerdeutsche Zubringerflüge ab: 280 EUR
- Aufpreis für Flug in der Premium Economy Class p.P. ab: 1.200 EUR
- *Optionale Aktivitäten* (bitte bei Buchung angeben):
- Wanderung zu den Kuang Si-Fällen, Durchführung ab 2 Personen: 48 EUR
- Halbtägiger Besuch einer organischen Reisfarm, Durchführung ab 2 Personen: 34 EUR
- Radtour auf Khong Island, Durchführung ab 2 Personen: 8 EUR
- *Verlängerungsprogramm Südlaos* auf Anfrage p.P. bei 6 Personen ab: 590 EUR
- Einzelzimmerzuschlag Verlängerungsprogramm: 120 EUR
- Weitere optionale Verlängerungsmöglichkeiten finden Sie am Ende des Reiseverlaufs.

Hinweise

- Termine, Preise & Leistungen ab 01.01.22 unter Vorbehalt.
- **Frühbucherrabatt auf den Grundreisepreis: bis 6 Monate vor Reisebeginn 3 %.**
- Die Buchung eines halben Doppelzimmers ist möglich. Falls zum Zeitpunkt Ihrer Buchung noch kein gleichgeschlechtlicher Zimmerpartner angemeldet ist, berechnen wir einen reduzierten Einzelzimmerzuschlag von 60%. Bei voller Belegung des Doppelzimmers wird dieser Zuschlag umgehend gutgeschrieben.
- Die Angaben zu den Wanderstrecken und -zeiten, Flug-, Fähr- und Transferzeiten sind angenäherte Erfahrungswerte und können je nach Straßenbeschaffenheit und Verkehrsaufkommen variieren. Transferzeiten von unter einer Stunde pro Tag sind nicht angegeben.
- Zu erforderlichen Impfungen fragen Sie bitte Ihren Arzt oder eines der Tropeninstitute.
- Änderungen, die den Charakter der Reise nicht verändern, vorbehalten.
- Die Reise ist auch individuell ab 2 Personen buchbar. Bitte fragen Sie uns bei Interesse einfach.

- Eine Anzahlung gemäß AGB muss direkt nach der Buchung und Erhalt der Rechnung nebst Sicherungsschein bezahlt werden. Die Restzahlung wird 21 Tage vor Reisebeginn fällig. Bis zu der in der AGB genannten Frist vor Reisebeginn kann der Veranstalter bei Nichterreichen der in der Internet-Ausschreibung angegebenen Mindestteilnehmerzahl von der Reise zurücktreten.
- Für Termine ab dem 01.04.20 erhöht sich ggfs. der Reisepreis von Flugreisen geringfügig aufgrund der Erhöhung der Luftverkehrssteuer.
- Informationen zur Verarbeitung von Kundendaten finden Sie unter <https://www.intakt-reisen.de/datenschutz/>.
- Durch Ihre Reise erzeugte CO2-Emissionen können Sie durch eine freiwillige Spende an Atmosfair ausgleichen (siehe Buchungsformular).

Anforderungen

- 6 moderate Wanderungen. Am anspruchsvollsten ist das 3-tägige Trekking mit Kajakfahrt im Nam Ha-Nationalpark (täglich 4- max. 6 Std., bergauf und bergab). Die Wasserfall-Wanderung geht teils über Leitern und durch Wasser (Ersatzwanderung möglich). 2 einfache Radtouren, max. 25 km lang und einfach.
- Die Angaben zu den Wanderstrecken und -zeiten, Flug-, Fähr- und Transferzeiten sind angenäherte Erfahrungswerte und können je nach Straßenbeschaffenheit und Verkehrsaufkommen variieren. Transferzeiten von unter einer Stunde pro Tag sind nicht angegeben.
- Besonders in den abgelegeneren Regionen ist ein gewisser Komfortverzicht nötig. Offenheit und Teamfähigkeit sind für diese Reise sehr wichtig. Eine gewisse Anpassung an die einfacheren Umstände in manchen Abschnitten der Reise ist von Vorteil – bedenken Sie bitte, dass die Verhältnisse in Laos mit den hiesigen nicht zu vergleichen sind.
- Diese Reise ist nicht geeignet für mobilitätseingeschränkte Reisende.

Termine & Preise

21.10.2021 - 07.11.2021 2.950 EUR
10.02.2022 - 27.02.2022 2.950 EUR

<https://www.intakt-reisen.de/asien/laos/wanderungen-bootsfahrten-radtouren/>

Änderungen und Irrtümer vorbehalten
Intakt-Reisen GmbH & Co. KG
Bartningallee 27, 10557 Berlin