

Vietnam: Wandern und Radtouren im Norden Vietnams

Wanderungen, Radtouren, Klettern und Bootsfahrten im geheimnisvollen Norden Vietnams

Es erwartet Sie ein „bewegender“ Aktivurlaub in Nord- und Zentralvietnam: Ob bei Wanderungen, Rad- und Bootstouren oder beim Klettern und Schwimmen im Phong Nha-Ke Bang-Nationalpark. Die Freundlichkeit der Einheimischen, die vielfältigen Sinneseindrücke und die wunderschönen Landschaften werden Sie begeistern. **Diese Reise ist zu Ihrem Wunschtermin jederzeit ab 2 Personen buchbar.**



Die Höhepunkte dieser Reise

- Wanderungen, Rad- und Bootstouren in Nord- und Zentralvietnam
- Übernachtung auf einem Boot in der **Halongbucht**
- Wanderung im Regenwald des **Phong Nha-Ke Bang-Nationalparks**
- Wilde Berglandschaften, tiefe Täler und weite Felder im **Pu Luong Nationalpark**
- Bootsfahrt mit einem traditionellen Sampan in der **trockenen Halongbucht**

Reiseverlauf Vietnam (15 Tage)

1. Tag: Anreise

Flug von *Frankfurt* nach *Hanoi* mit Vietnam Airlines.

2. Tag: Hauptstadt Hanoi

Abendessen

Herzlich Willkommen in Vietnam. Sie werden am Flughafen abgeholt und zum zentrumsnahen Hotel gebracht. Early Check-In ohne Frühstück auf Anfrage inklusive / Check-In ab 14:00 Uhr.

(Transfer: 30 km, ca. 45 min)

Am Nachmittag verschaffen Sie sich einen Überblick über die zahlreichen Ethnien Vietnams und deren Lebensweise. Hierzu besuchen Sie das sehr gut aufgebaute *Ethnologische Museum*.

Am Abend haben Sie die Gelegenheit beim Essen in einem lokalen Restaurant mit typisch vietnamesischen Spezialitäten die ausgezeichnete vietnamesische Küche zu kosten.

2 Übernachtungen im „Le Jardin Haute Couture Hotel“***.

Das „Le Jardin Haute Couture“ bietet Panoramablick über die Stadt Hanoi und den Hoan-Kiem-See. Durch die zentrale Lage erreichen Sie schnell die lokalen Sehenswürdigkeiten. Besuchen Sie den Dong Xuan Markt, Hanois größten Markt oder das Opernhaus. Der Westsee lädt zum Spazieren und Ausruhen ein.

Lage: im Zentrum von Hanoi. Ausstattung: Restaurant, Bar, Pool, Fitnesscenter, WLAN.

Alle Zimmer bieten eine Reihe moderner Annehmlichkeiten wie Kaffee- und Teezubehör, Sat-TV und Bademäntel. Der Zimmerservice sorgt für zusätzlichen Komfort.

3. Tag: Stadtbesichtigungen in Hanoi

Frühstück Mittagessen

Für die einen ist *Hanoi*, die Hauptstadt Vietnams, die Stadt der Seen und üppigen Parkanlagen, für die anderen ist es ein Ort, in dem Armut und Wohlstand Seite an Seite leben. Machen Sie sich ein eigenes Bild von der Stadt der vielen Gesichter!

Sie entdecken die anziehende Stadt bei einem Spaziergang vorbei an der Oper, zur Ly Thai To-Statue und entlang des Hoan Kiem-Sees mit dem Ngoc Son-Tempel und dem kleinen Schildkrötenturm.

Besuch des *Literaturtempels*, der ersten nationalen Universität Vietnams. Der im 11. Jahrhundert erbaute Tempel ist der Anbetung des Konfuzius und der Gelehrten gewidmet. Es ist Symbol nicht nur von *Hanoi*, sondern der gesamten vietnamesischen Kultur. Der Besuch bietet einen tieferen Einblick in das Konzept von Konfuzius.

Mittagessen im „Koto“-Restaurant, einem Sozialprojekt, das Straßenkindern eine Ausbildung und damit Zukunft und Einkommen bietet.

Später tauchen Sie ein in die tausend Jahre alte Tradition des *Wasserpuppentheaters*. Im Norden Vietnams ist das Wasserpuppentheater sehr beliebt und stellt einen wichtigen Bestandteil des kulturellen Lebens dar. Meistens handelt es sich um Volksmärchen, berühmte Schlachten oder religiöse Themen.

4. Tag: Radtour in der Umgebung

Frühstück Mittagessen

Im Herzen des Roten-Fluss-Deltas gelegen, bietet Vietnams Hauptstadt *Hanoi* ein reichhaltiges Mosaik aus Kultur, Geschichte und Nasserisbau. Nur mit einer kurzen 15-minütigen Fahrt vom Stadtzentrum entfernt können Sie die ruhige Landschaft erkunden und mehr über das traditionelle Bauernleben erfahren. Beginnen Sie Ihre Radtour durch üppige Reisfelder und Gemüsegärten entlang des Flusses und haben Sie die Möglichkeit, die lokalen Anbaumethoden kennenzulernen. Besuchen Sie ein traditionelles altes Haus, um zu sehen, wie Generationen durch Ahnenaltäre geehrt werden. Danach erreichen Sie die Überreste der *Co Loa-Zitadelle*, die aus dem 3. Jahrhundert v. Chr. erbaut wurde. Genießen Sie ein hausgemachtes Mittagessen mit traditionellen Speisen Nordvietnams, bevor Sie ins Stadtzentrum zurückkehren.

(Radstrecke: ca. 12-20 km, ca. 4-5 Std., einfach, Wege sind flach und gepflastert)

Den Rest des Tages haben Sie zur freien Verfügung.

5. Tag: Fahrt ins Mai Chau-Tal

Frühstück

Transfer von *Hanoi* nach *Mai Chau*. Morgens verlassen Sie die Hauptstadt und fahren aufs Land nach *Mai Chau*. Das Landschaftsbild ändert sich unterwegs immer wieder. Zunächst geht es durch die Randbezirke der rasant wachsenden Metropole, später durch fruchtbares Ackerland ins Tal des *Roten Flusses* und schließlich hinein ins Bergland – Heimat der *Muong*, die meist hoch in den Bergen wohnen, und der *weißen Thai*, die das Tal von

Mai Chau besiedelt haben und in ihren traditionellen Stelzenhäusern leben. *Mai Chau* erreichen Sie gegen Mittag und haben erst mal Zeit sich etwas auszuruhen.

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

Nun unternehmen Sie eine *Radtour*: Sie besuchen die umliegenden Dörfer und können mit den ansässigen Bauern Kontakt aufnehmen. Die hiesige Landwirtschaftsform ist für uns fremd, ungewohnt und spannend. Zudem sehen Sie, wie die Einheimischen hier traditionell ihre Verstorbenen bestatten.

(Radtour: 1-2 Std.)

Am Abend findet in der Ecolodge eine traditionelle *Tanzaufführung* statt. Sie sind eingeladen einige Tanzschritte auszuprobieren und den lokalen Reisschnaps zu verkosten.

2 Übernachtungen in der „Mai Chau Ecolodge“****.

Eingebettet in ein idyllisches Tal, umgeben von Hügeln, ist das Gebiet von Mai Chau eine Welt fernab von Hanoi Trubel. Die „Mai Chau Ecolodge“ befindet sich inmitten von Bergen und Reisfeldern und bietet Ihnen herrliche Aussichten auf die Natur.

Ausstattung: Restaurant / Bar / Pool / Spa / parkähnlicher Garten / WLAN.

Sie wohnen hier in Zimmern und Suiten mit einem Balkon, einem Sitzbereich und einer Minibar sowie einem eigenen Bad mit einer Dusche, einem Haartrockner und kostenfreien Pflegeprodukten.

Hinweis: Fahrradverleih (kostenlos).



6. Tag: Bergwelt bei Mai Chau

Frühstück Mittagessen

Nach dem Frühstück fahren Sie ca. 30 Minuten (6 km) zum Ausgangspunkt Ihrer heutigen Wanderung ins Dorf *Kha*. Durch Reisterrassen, Felder und tropischen Wald führt der Weg immer wieder durch kleine Dörfer und vorbei an einzelnen Höfen. Sie erleben das authentische, einfache Leben der Bauern, v.a. der hier ansässigen *Weißer Thai* – sei es auf den Reisfeldern oder beim Holz sammeln in den Wäldern. Während der Wanderung pausieren Sie immer wieder um das Gespräch mit den Einheimischen zu suchen. Um die Mittagszeit gibt es ein leckeres Picknick in einem lokalen Gasthaus. Nachmittags erreichen Sie das Dorf *Te*. Hier werden Sie abgeholt und zurück zur Lodge gebracht, wo Zeit zum Ausruhen am Pool bleibt. (Gesamtfahrzeit: 1 Std.; Wanderung: Gehzeit 3 – 3,5 Std.; +/-200 Hm)

7. Tag: Tag zur freien Verfügung

Frühstück

Sie können sich am Pool im Hotel ausruhen oder zusammen mit dem Guide die Umgebung entdecken.

8. Tag: Nationalpark Pu Luong

Frühstück Mittagessen Abendessen

Nach dem Frühstück brechen Sie auf zum noch wenig von Touristen besuchten *Pu Luong-Naturreservat*. Wilde Berglandschaften, tiefe Täler und weite Felder wechseln sich ab. Durch bewachsene Kalkkegel und über einen Pass schlängelt sich die Straße durch die Landschaft bis nach *Ban Hang*.

(Fahrt: ca. 1,5 Std.)

Sie starten Ihre Wanderung durch Täler, die intensiv zum Reisanbau genutzt werden, vorbei an den hier so typischen Wasserrädern, und immer wieder durch dschungelartige Wälder in die Berge.

Tradition ist hier immer noch allgegenwärtig – die Thai leben ausschließlich in Stelzenhäusern. Unterwegs stärken Sie sich bei

einem Picknick (leichte Lunch-Box). Am Ende der Wanderstrecke wartet bereits Ihr Fahrer und bringt Sie zum Resort, welches mitten in die wilde Landschaft eingebettet ist und nach ökologischen Gesichtspunkten erbaut wurde.

2 Übernachtungen im „Pu Luong Natura Bungalows Hotel“****.

Nur etwa 175 km von Hanoi entfernt, liegen die „Pu Luong Natura Bungalows“ im unberührten Pu Luong-Wald, umgeben von einer exquisiten Landschaft mit erstaunlichen Terrassenfeldern und endlosen Berglandschaften. Auf einer Gesamtfläche von 10.000 m² verfügen die Bungalows über 3 einzigartige Swimmingpools mit reinem Wasser, von denen aus man einen atemberaubenden Blick auf Täler, Terrassenfelder und Berge hat. Unsere Anlage ist ein idealer Ort, um abseits der belebten Straßen zu sein, sich in einer idyllischen Landschaft zu verlieren und die frische Atmosphäre zu genießen, die Sie in Ihrem hektischen Alltag nie finden werden.

Ausstattung: Restaurant, Bar, Garten. Zimmer: Ventilator, W-LAN.

(Wanderung: Gehzeit ca. 4 Std. , ca. 10 km, +/-300 Hm)

9. Tag: Wanderung im Pu Luong-Nationalpark

Frühstück Mittagessen Abendessen

Früh am Morgen ist die Stimmung am schönsten, und Sie wandern auf schmalen Wegen durch die Reisterrassen in das vor Ihnen liegende Tal. Malerisch fügen sich kleine Dörfer in die Landschaft ein oder schmiegen sich an die Berghänge. Unterwegs besuchen Sie eine Schule und eine medizinische Versorgungsstation. Dabei haben Sie Gelegenheit etwas mehr über das einfache Leben in dieser Landschaft zu erfahren. Nach einem Picknick im Dorf haben Sie Zeit die Gegend zu erkunden oder im erfrischenden Wasser des nahen Flusses zu baden. Danach legen Sie die letzte Etappe des heutigen Ausflugs bis nach *Pho Doan* zurück, wo Sie mit dem *Xe Loi* (eine Art Motor-Rikscha) abgeholt und zum Retreat zurückgebracht werden.

(Wanderung: Gehzeit 4-4,5 Std., +/-200 Hm)



10. Tag: Wanderung und Begegnungen im Dorf Tom

Frühstück Mittagessen

Am Morgen wandern Sie ins Bergdorf *Tom*. Hier erhalten Sie einen weiteren Einblick in den Alltag der Bauern, die hier oben in den Bergen leben. Im Austausch mit den Einheimischen erfahren Sie wie Reiswein hergestellt wird und sehen wie die typisch bunten Tücher gewebt werden.

(Wanderung: ca. 3 Std.)

Nun fahren Sie nach *Ninh Binh* in die *Trockene Halongbucht*.

(Fahrzeit: 140 km, ca. 4 Std.)

Am Nachmittag können Sie eine Massage durch Blinde bzw. stark Sehbehinderte genießen, die mit dieser Dienstleistung, im Rahmen eines Projekts, die Chance haben etwas Geld zu verdienen.

3 Übernachtungen im „Ninh Binh Hidden Charm Resort“***.

Nur wenige Gehminuten von der *Tam Coc Sampan Wharf* entfernt, ist das „Ninh Binh Hidden Charm Hotel & Resort“ die perfekte Wahl, um die seltene Schönheit von *Tam Coc-Bich Dong*, das als *Halong Bay-Land* bekannt ist, zu bewundern. Die elegant in Naturholz und Marmor eingerichteten Zimmer schaffen eine warme und entspannte Atmosphäre. Ausstattung: Restaurant, Bar, Spa- und Wellnesscenter, Pool, WLAN. Alle Zimmer mit Klimaanlage, Safe, Flachbild-TV.

11. Tag: Tagesausflug in den Cuc Phuong Nationalpark

Frühstück Mittagessen

Nach dem Frühstück fahren wir in den *Cuc Phuong-Nationalpark* zum „Primate Rescue Center“. Hier werden bedrohte Affenarten geschützt und wir erhalten einen Einblick in die Arbeit, die dort erbracht wird. Ein Mitarbeiter des Projektes

informiert über die Pflege und Wiederauswilderung von Languren, Gibbons und anderen Affenarten, bevor wir im Regenwald des Parks zu Urwaldriesen wandern. *Cuc Phuong* ist der größte und artenreichste Nationalpark in Vietnam. Die Landschaft ist geprägt durch Kalkberge und Bergwald in einer Höhenlage von 300-600 Meter. Bei einer *Wanderung im Regenwald* erhalten wir einen sehr guten Eindruck von diesem außerordentlich vielfältigen Biotop. Im Anschluss geht es zurück zu unserer Unterkunft.

(Wanderung: ca. 6 km)

12. Tag: Trockene Halongbucht

Frühstück Mittagessen

Heute steht ein weiteres Highlight an. Im Naturreservat *Van Long* unternehmen Sie eine malerische Bootsfahrt mit einem traditionellen Sampan durch die „*Trockene Halongbucht*“. Sie fahren durch die malerische Landschaft der Karstfelsen und -höhlen und erfahren mehr über die Umgebung und die Natur.

13. Tag: Halongbucht mit Bootsübernachtung

Frühstück Mittagessen Abendessen

Fahrt nach *Halong*, dem Ausgangsort für Bootsfahrten in die malerische Halongbucht, dem Ort, an dem „der Drache in das Meer steigt“.

(Fahrt: ca. 4,5 Std.; 220 km)

Mit mehr als 2.000 Inseln, die wie Zuckerhüte aus dem klaren, smaragdgrünen Wasser des Golfs von Tonkin ragen, wirkt die *Halongbucht* geradezu märchenhaft!

Gegen Mittag gehen Sie an Bord der traditionellen Holzdschunke (mit anderen Gästen). Begrüßung mit einem Willkommensdrink.

Anschließend gibt es ein frisches Meeresfrüchte-Lunch an Bord während Sie schon allmählich durch die zauberhafte *Halongbucht* fahren. Sie erkunden das Labyrinth der Bucht mit seinen Kalkstein-Felsinseln und vielen Höhlen und halten für eine Badepause an. *Kajakfahren ist auf Wunsch möglich*.

Änderungen vorbehalten. Flexibles Programm der Dschunke. Kein privater Guide an Bord.

Abendessen und Übernachtung an Bord der Dschunke in klimatisierten Doppelkabinen.

Die „Paradise Luxury Cruise“***** ist die berühmteste und schönste Dschunke der Halong-Bucht. Es ist die einzige Dschunke in der Halongbucht mit einem kompletten Wellnessbereich mit Sauna, Jacuzzi, Massagen und Beauty-Behandlungen. Das Sonnendeck wird für das morgendliche Tai Chi, sowie zum Sonnenbaden und Angeln benutzt.

Entdecken Sie die Wunder der Halong Bucht und tauchen Sie ein in das Kulturerbe einer der wunderschönsten Destinationen der Welt.

Zimmerausstattung: Klimaanlage, Garderobe, Safe. Hotel-Ausstattung: großer Spa-Bereich mit Sauna, Massage, Beauty-Behandlungen, Sonnendeck, Restaurant.



14. Tag: Halongbucht – Hanoi

Im Morgengrauen, der magischsten Zeit in der Bucht, optional Meditation oder Yoga auf dem Oberdeck. Während der Frühstücks fahren Sie langsam in Richtung Festland und besuchen noch eine Höhle und die *But Thap-Pagode*, die im 14.

Jahrhundert gebaut wurde, um die Architektur und Statuen kennenzulernen. Nach einem leckeren Brunch an Bord erreichen Sie am frühen Mittag *Halong*, wo Sie das Boot verlassen.

Transfer zum Flughafen von *Hanoi*. (Fahrt: 180 km, ca. 4,5 Std.)

Flug von *Hanoi* nach *Frankfurt*. Ankunft in Deutschland am nächsten Morgen.

15. Tag: Wieder daheim

Ankunft in *Frankfurt* am Morgen.

Termine & Preise

Enthaltene Leistungen

- Internationale Flüge Frankfurt-Hanoi, Hanoi-Frankfurt mit Vietnam Airlines in der Economy Class
- Alle Transfers laut Programm im Privatfahrzeug
- Inlandsflug von Hanoi nach Dong Hoi
- 10 Übernachtungen: 9x Mittelklassehotel im Doppelzimmer (Du/WC), 1x in klimatisierter 2-Bett-Kabine auf der Dschunke in der Halongbucht (Du/WC)
- Verpflegung: 10x Frühstück, 9x Mittagessen/Lunchpaket, 4x Abendessen
- Qualifizierte, lokale Reiseleitung in Englisch
- Alle Wanderungen, Bootstouren, Fahrradtouren inkl. Leihfahrrad, Kajaktouren, Stadtführungen und weitere Ausflüge inkl. Eintritte laut Programm (sofern nicht als fakultativ gekennzeichnet)
- Einladungsnummer für das Visum bei der Einreise (falls nötig)
- Wunsch-Reiseführer (mit Gutschein-Code für unseren Shop)
- CO²-neutral reisen! Flüge und Landprogramm zu 100 % kompensiert

Nicht enthaltene Leistungen

- Visum (für Deutsche frei), sonst: 25 USD (bei Einreise)
- Nicht erwähnte Mahlzeiten und Getränke
- Trinkgelder (ca. 50 EUR); Persönliches
- Fakultative Ausflüge
- Evtl. erhöhte Flugkosten nach dem 01.06.24

Zusätzliche Leistungen...

- Einzelzimmerzuschlag: 685 EUR
- Rail & Fly (innerdeutsche Bahnreise 2. Klasse): 95 EUR
- Rail & Fly 1. Klasse: 160 EUR
- Hotel- oder Flug-Upgrade auf Anfrage

Hinweise

- Für Aufenthalte bis zu maximal 45 Tagen wird kein Visum benötigt.
- Bitte beachten Sie, dass der Reisende für die Einhaltung der Einreisebestimmungen selbst verantwortlich ist.
- Programmänderungen z. B. durch Flugzeitenänderungen oder ungünstige Witterungsbedingungen vorbehalten.

- 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.
- Während der Wanderungen tragen Sie in Ihrem Tagesrucksack nur das Wichtigste, z. B. Trinkflasche, Regenschutz, Fotoapparat usw.
- Aufgrund der örtlichen Gegebenheiten und/oder Aktivitäten ist diese Reise, wie die meisten in unserem Gesamtangebot, grundsätzlich nicht für Personen mit eingeschränkter Mobilität geeignet. Im Einzelfall sind wir jederzeit bemüht, eine Lösung zu finden. Bitte sprechen Sie uns hierzu an.
- Eine Anzahlung von 20% 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 Mindestteilnehmerzahl von der Reise zurücktreten.
- 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). Die Spenden werden in Projekte zur Einsparung von Treibhausgasen investiert. Um die CO2-Emissionen des Fluges an anderer Stelle einzusparen sind z.B. für Flüge nach Tansania ca. 103 EUR und nach Nepal ca. 117 EUR notwendig. Sie erhalten für Ihre Spende eine vom Finanzamt anerkannte Bescheinigung.
- Mit Buchung der Reise kann, je nach Zeitpunkt der Buchung, eine Anzahlung notwendig sein. Die Bedingungen hierzu finden Sie in den Veranstalter-AGB.
- Zu erforderlichen Impfungen fragen Sie bitte Ihren Arzt oder eines der Tropeninstitute.

Anforderungen

-

www.intakt-reisen.de/asien/vietnam/wandern-und-radtouren-im-norden-vietnams-2/

Änderungen und Irrtümer vorbehalten

Intakt-Reisen GmbH & Co. KG

Bartningallee 27, 10557 Berlin