

22 Tage aktive Kultur- und Erlebnisreise mit Rad, Trekking und optionaler Strandverlängerung

1. Tag Anreise per Linienflug

Reisestart zum Kontinent der Mystik und der fernen Weisheiten von Frankfurt über Saigon oder Hanoi nach Yangon.

2. Tag Ankunft am Mittag in Yangon

Willkommen in Myanmar! Schon beim Anflug auf den internationalen Flughafen „Mingaladon“ von Yangon sehen Sie aus dem Flugzeugfenster überall Pagoden mit goldenen Kuppeln. Gegen Mittag landet Ihr Flieger dann in der burmesischen Hauptstadt, wo Sie Ihr Deutsch sprechender Reiseleiter erwartet. Nach dem Transfer in ein gutes Hotel in der Innenstadt können Sie am Nachmittag in Ruhe entspannen und am Abend lernen Sie die anderen Reisetilnehmer beim Begrüßungssessen mit köstlichen asiatischen Speisen kennen. Übernachtung in gutem 3-Sterne-Hotel. (-/-/A)

3. Tag Stadtrundgang in Yangon

Breite Boulevards, schmale Gassen, ehrwürdige Kolonialhäuser und quirlige Marktviertel – das ist Yangon, die größte Metropole Myanmars. Höhepunkt Ihres Stadtrundgangs durch Yangon ist die achteckige Sule-Pagode, in der angeblich ein Haar Buddhas aufbewahrt wird. Sie hat eine Höhe von 46 m und ist umgeben von kleinen Geschäften, wie z.B. Astrologen oder Handlesern. Bei bestem Fotolicht besuchen Sie am Nachmittag die Shwedagon-Pagode, das Wahrzeichen von Yangon und Myanmar insgesamt. Das Gewicht der Goldplatten, mit der die Stupa gepflastert ist, wird auf 60 t geschätzt. Ihr Schirm ist mit tausenden Diamanten, Rubinen und Saphiren verziert, an der Spitze befindet sich ein 76-karätiger Diamant. Am Abend erkunden Sie China Town. In der berühmten 19ten Straße genießen Sie gegrillte Fisch-, Fleisch- oder Gemüseespiesse und lassen sich ein burmesisches Bier schmecken (optional). Ü wie Vortag. (F/-/-)

4. Tag Fahrt zum Goldenen Felsen

Am Morgen verlassen Sie per einheimischem Bus Yangon Richtung Süden (Fahrzeit ca. 5-6 h). Das Bussystem in Myanmar ist überraschend gut ausgebaut, so dass wir die Möglichkeit nutzen, mit öffentlichen Bussen unterwegs zu sein, um Land und Leute hautnah zu erleben. Ziel der Fahrt, in dem vom Volk der Mon bewohnten Gebiet, ist der Goldene Fels, der neben der Shwedagon-Pagode in Yangon und der Mahamuni-Pagode in Mandalay eine der drei heiligsten buddhistischen Stätten in Myanmar ist. Am Fuße des Goldenen Felsens angekommen, besteigen Sie zusammen mit vielen Pilgern einen mit Holzbänken ausgestatteten LKW, der Sie über eine befestigte Straße nach oben bringt. Die spektakuläre Fahrt führt durch tropischen Regenwald und endet 1100 m über dem Meeresspiegel in der Nähe des Goldenen Felsens. Sie beziehen wunderschöne Zimmer in einem kleinen Berghotel und am Abend erleben Sie eine faszinierende und berührende Atmosphäre, ausgelöst durch die spirituelle Hingabe tausender Pilger. (F/-/-)

5. Tag Sonnenaufgang am Goldenen Fels und Flug nach Heho

Heute lohnt es sich, früh um fünf Uhr aufzustehen. Am Goldenen Felsen sitzen dicht an dicht viele Betende, vor sich Opferschalen, reich gefüllt mit Früchten und Reis. In Blumensträußen hängen Wunschzettel und Fähnchen. Kerzen brennen. Manche Pilger murmeln versunken, andere lesen kniend in Texten und verneigen sich immer wieder vor ihren Gaben. Mönche schreiten in Gehmeditation umher, während die Sonne über den Bergen emporsteigt.

Nach 3 Stunden kehren Sie ins Berghotel zurück. Nach einem ausgiebigen Frühstück geht es mit den holzbeplankten LKWs wieder hinunter und per einheimischen Bus fahren Sie zum Flughafen von Yangon zu Ihrem Inlandsflug nach Heho. Der Mini-Flughafen von Heho ist das Tor zum idyllischen Inle-See. Die Flugzeit beträgt 1h 10min. Die Übernachtung erfolgt in einem gutem 3-Sterne-Hotel in Nyaungshwe in der Nähe des Sees. (F/-/-)

6. Tag Mit dem Fahrrad entlang des Inle-Sees zum schönsten Weingebiet Myanmars

Der Inle-See ist umgeben von einer wunderschönen Berglandschaft, die nur darauf wartet, von Ihnen per Rad erkundet zu werden. Eingebettet in zwei parallel verlaufende Gebirgszüge, ist der Inle-See der zweitgrößte See des Landes und Heimat mehrerer Völker, die sich auf dem klimatisch günstigen Hochland auf etwa 1000 m über dem Meer niedergelassen haben. Intha, Pao, Danu und vor allem Shan leben hier als Bauern und pflanzen Reis und Sesam an. Das flache Land auf dem Shan-Plateau lässt einen langsamen Gang des Alltags zu und ist wie geschaffen für eine entspannte Radtour entlang des Sees (ca. 20-25 km). Zum Sonnenuntergang besuchen Sie das malerische Anwesen des Red-Mountain-Weingutes von dem Sie fantastische Ausblicke auf die Berge haben und verschiedene Sorten original myanmarischen Weines genießen können (optional). Tipp: Unbedingt den Rotwein Shiraz Tempranillo probieren. Ü wie Vortag. (F/-/-)

7. Tag Per Boot und Bus ins Land der Roten Karen

Am Morgen geht es per Boot südwärts auf dem Inle-See. Sie erleben mit dem Bein rudemde Fischer vom Volk der Intha, passieren den „Pagodenwald“ von Taung Do und erreichen die im Wasser stehenden Shan-Stupas, deren Konturen sich im Wasser spiegeln. Nach 3-4 Stunden gehen Sie an Land und besteigen einen privaten Bus (2 h). Ziel ist Loikaw, Hauptstadt des Kayah-Staates, der noch bis vor gar nicht langer Zeit für Ausländer gesperrt war. Das Abendessen (optional) wird in einem kleinen Restaurant am Nambelu-Chaung-Fluss serviert und die Nacht verbringen Sie in Ihren Schlafsäcken im Versammlungsraum eines buddhistischen Klosters*. (-/-/-)

*Die Übernachtung im Kloster ist auf Grund unseres persönlichen Kontaktes zu den Mönchen möglich. Nur unsere Gäste dürfen hier übernachten. In absoluten Einzelfällen kann es passieren, dass eine Übernachtung nicht möglich ist. Grund dafür können interne buddhistische Abläufe im Kloster sein. In diesem Fall besuchen wir das Kloster, Sie bekommen einen tiefen Einblick in das Leben der Mönche und wir übernachten in einem nahe gelegenen Gästehaus.

8. Tag Tour zu den Padaung und Treppentpagode Taung Kwe

Loikaw ist die Hauptstadt des Kayah-Staates. Sie liegt auf 1200 m in angenehmem Klima. Die Stadt ist umgeben von einer schönen Bergwelt, in der indigene Völker leben, darunter die Padaung, die berühmt für ihre Frauen sind, deren Hälse durch Anbringen von Metallringen künstlich verlängert wirken. Tatsächlich werden durch die Ringe jedoch die Schultern nach unten gedrückt. Sie haben den ganzen Vormittag Zeit, in einem Dorf der Padaung unterwegs zu sein und ihre Kultur kennenzulernen. Am Nachmittag besuchen Sie das berühmteste, religiöse Wahrzeichen von Loikaw - den über 100 m hohen Pagodenhügel Thiri-Mingalar Taung Kwe. In der Sprache der Shan heißen die beiden Felsbrocken mit den insgesamt 9 Pagoden Loi Pha Phat. Sie sind durch eine Brücke miteinander verbunden. Eine Prophezeiung besagt, dass eines Tages die neun Pagoden zu einer allwissenden Pagode zur Verbreitung und Aufrechterhaltung des buddhistischen Glaubens vereinigt werden. Abends Übernachtung in einfachem, aber sauberem Hotel. (F/-/).

9. Tag Rückfahrt per Bus nach Nyaungshwe

6-stündige (mit Pause) Landschaftsfahrt per Bus zurück in die alte Shanfürstenstadt Nyaungshwe am Inle-See. Nyaungshwe gilt als ältester Ort am See und die ganze Region wird von hier aus verwaltet. Am Abend genießen Sie zusammen mit Ihrem Reiseleiter die Atmosphäre in einem der vielen kleinen Restaurants bei leckeren burmesischen oder indischen Gerichten (optional). Übernachtung in 3-Sterne-Hotel. (F/-/)

10. Tag Flug von Heho nach Lashio, Busfahrt nach Hsipaw - Auf den Spuren der Shan-Prinzessin

Am Vormittag ca. einstündiger Flug von Heho nach Lashio. Lashio ist die größte Stadt im nördlichen Teil des Shan-Staates und liegt ca. 150 km von der chinesischen Grenze entfernt. Anschließend folgt eine zweistündige Busfahrt ins Hinterland nach Hsipaw. Hsipaw war einst Sitz eines Shan-Fürsten, der Anfang der 1950er Jahre in Amerika seine Traumfrau kennenlernte und sie nach Burma brachte. Sie hieß Inge Sargent und stammte aus Österreich.

Literaturtipp: Dämmerung über Birma – Mein Leben als Shan-Prinzessin. In diesem Buch erzählt Inge Sargent aus der Zeit, als sie als verehrte Mahadevi im Palast lebte und davon, wie das Militär ihren Mann Sao verschleppte und sie zurück nach Europa und später in die USA ging. Mit dem Buch hat sie der Stadt Hsipaw und ihrem Mann ein literarisches Denkmal gesetzt. Übernachtung in einfachem Gästehaus. (F/-/-)

11. Tag Trekkingtour um Hsipaw

Der Reiz von Hsipaw liegt in der Abgeschiedenheit und der unberührten Landschaft. In den Palaung-, Tai- und Shan-Dörfern der Umgebung erhalten Sie einen Einblick in das wahre burmesische Dorfleben. Es gibt nur wenige Straßen und die werden vor allem von Ochsenkarren befahren. Die Menschen leben oftmals von Selbstversorgung. Am Morgen starten Sie zu einer zweitägigen Trekkingtour ins Hügelland.

Die Tour beginnt am Gästehaus und führt über flache Pfade durch ein Dorf der Shan, über Getreide- und Reisfelder bis hin zu einer natürlichen Quelle und einem Bach. Nach einer Stunde werden die ersten Gebirgsausläufer erreicht. Der Weg führt stetig bergauf über Hügel und durch mehrere Palaung-Dörfer. In einem der Dörfer nehmen Sie das Mittagessen ein. Am Nachmittag setzten Sie Ihre Trekkingtour durch tropische Vegetation fort. Am Abend übernachteten Sie in einem privaten Haus in einem Tai-Dorf und nehmen dort auch das Abendessen ein. Die reine Gehzeit beträgt insgesamt ca. 6 Stunden. (F/M/A)

12. Tag Trekkingtour um Hsipaw

Nach dem Frühstück beginnt eine mehrstündige Wanderung durch tropische Vegetation und wunderschöne Berglandschaften. Das Mittagessen wird in einem Tai-Palaung-Dorf eingenommen.

Am Nachmittag wandern Sie 3 weitere Stunden, um ein Tai-Dorf im unteren Teil der Berge zu erreichen. Dort gibt es Abendessen. Sie übernachten wieder in einem privaten Haus der Einheimischen und haben so die Möglichkeit, das Leben der ethnischen Minderheiten in den Dörfern authentisch und hautnah zu erleben. Reine Gehzeit insgesamt ca. 6-7 Stunden. (F/M/A)

13. Tag Zugfahrt über das Goteik Viadukt, Mandalay

Nach einem lokalen Frühstück werden Sie von einem Minibus abgeholt und zur Kyauk Me Zugstation gebracht. Heute passieren Sie mit dem Zug die höchste Brücke Myanmars - das Goteik Viadukt. Zum Zeitpunkt ihrer Fertigstellung im Jahr 1900 war sie die zweitgrößte Eisenbahnbrücke der Welt. Rund 793 Meter lang und 111 Meter hoch spannt sie sich über die Goteik-Schlucht und noch heute gilt sie als technische Meisterleistung. Tipp: Sie erreichen das Viadukt ca. gegen 12.30 Uhr. Für gute Fotos sollte man sich rechtzeitig einen Platz am Fenster sichern.

Diesen außergewöhnlichen Ausflug erleben Sie gemeinsam mit vielen einheimischen Zugfahrern. Charmante Dörfer und besondere Alltagsszenen am Rande der Schienen begleiten die ca. vierstündige Fahrt bis der Zug schließlich in der Kolonialstadt Pyin Oo Lwin einrollt. Per Taxi geht es am Nachmittag weiter nach Mandalay (Fahrt ca. 2 h). Übernachtung in schönem 3-Sterne Hotel. (F-/A)

14. Tag Bootsfahrt nach Mingun, Mahamuni-Pagode, U-Bein-Brücke

Früh am Morgen zum Sonnenaufgang fahren Sie per Boot den Ayeyarwady flußaufwärts und stehen eine Stunde später in Mingun vor den imposanten Anfängen des größten Pagodenbaus des Buddhismus – der leider nicht vollendet wurde! Es war zu Beginn des 19. Jahrhunderts, als der mächtige König Bodawpaya den Bau der höchsten Pagode der Erde befahl, finanzieller Bankrott und Mangel an Brennmaterial für die Ziegelproduktion ließen das Vorhaben aber scheitern. Doch die Reste des Scheiterns sind eindrucksvoll. Besonders schön: Die Pagodenteile Settawaya und Myatheindan.

Tipp:

Bei An- und Abfahrt im Hafen von Mandalay die Fotokamera bereithalten.

Es warten tolle Schnapshots auf Sie.

Am Nachmittag erkunden Sie Mandalay. Heute beherbergt die zweitgrößte Stadt des Landes etwa 1,2 Mio. Menschen. Seit der vor wenigen Jahren erfolgten Wiedereröffnung der legendären „Burma Road“ von Mandalay nach China, erlebt die Stadt einen wirtschaftlichen Boom. Ganz anders 1886, als hier das Ende der traditionellen dynastischen Gesellschaft des alten Burma eingeleitet wurde. Nach dem dritten und letzten anglo-birmanischen Krieg setzten die Briten den Birmanen-König Thibaw ab, transportieren ihn samt Entourage ins indische Exil und Burma machte sich auf den langen Weg in die Kolonialepoche und in eine Neuzeit, wo es als Myanmar wiedererstand. Zahlreiche religiöse Bauwerke sind Zeugen dieser glänzenden königlichen Vergangenheit von Mandalay, allen voran die Mahamuni-Pagode. Der Buddha im Inneren der Mahamuni-Pagode ist wohl einer der meist verehrten in ganz Myanmar. Jeden Tag kommen viele Gläubige und bringen kleine Blattgoldplättchen an der 3 Meter hohen Figur an.

Im nahegelegenen Amarapura besuchen Sie am Abend die längste und älteste Teakholzbrücke der Welt. Die auf 1086 Pfählen gebaute U-Bein-Brücke wurde um 1850 über den Taungthaman-See gespannt. Ein Sonnenuntergang an diesem Ort zählt sicher zu den unvergesslichen Momenten einer Reise durch Myanmar. Übernachtung wie Vortag.
(F/- /-)

15. Tag Sagaing, Bus nach Bagan

Tempel, Stupas und Höhlen sowie Hunderte von Klöstern und Meditationszentren prägen die Hügelkette von Sagaing. Insgesamt 5000 Mönche und 3000 Nonnen üben sich hier in buddhistischer Einkehr und Gelehrsamkeit. Schon bei der Anfahrt per Minibus aus dem 20 km entfernten Mandalay ergibt sich ein fantastischer Blick auf die im morgendlichen Sonnenlicht glänzenden Heiligtümer - besonders wenn im Vordergrund gerade ein traditionelles Schiff fotogen über die trägen Wassermassen des Ayeyarwady- Flusses gleitet. All das erlebt man aber nur, wenn man früh bei Sonnenaufgang vor Ort ist und die Mönche und Nonnen in langen Schlangen ihren Bettelgang antreten. Der Besuch von Sagain ist einer der fotografischen Höhepunkte Ihrer Reise durch Myanmar. An keinem anderen Ort bieten sich so viele außergewöhnliche Motive wie hier. Sie werden ausreichend Zeit haben diese beeindruckende Morgenstimmung zu genießen und/ oder mit der Kamera einzufangen. Nach Ihrer Rückkehr nach Mandalay besteigen Sie einen lokalen Bus für eine 4-5 stündige Fahrt nach Bagan. Die Übernachtung in Bagan erfolgt in einem sehr schönen, liebevoll eingerichteten Hotel. (F/-/-)

16. Tag Bagan per Rad

Neben Sagain gehört der Besuch Bagans zweifellos zu den Highlights Ihrer Reise durch Myanmar. Das 40 qkm große Tempelareal ist neben Angkor in Kambodscha die architektonische Meisterleistung in Südostasien. Sprachlos blickt man über die mehr als 2200 Monumente, die eine Pagodenlandschaft bilden, aus der am Morgen mystisch der Nebel empor steigt. Mit guten Mountainbikes erkunden Sie die Tempelanlage und gleiten durch eine fast 1000 Jahre alte Geschichte. Die Tour ist ca. 20 km lang und ohne große Steigungen. Übernachtung wie Vortag. (F/-/-)

17. Tag Bagan individuell, optionale Möglichkeit: Ausflug zum Mt. Popa

Der heutige Tag steht zur freien Verfügung. Individuell können Sie mit einem umweltfreundlichen Elektromoped unterwegs sein und zum Beispiel die etwas entferntere, aber sehr beeindruckende, Shwezigon-Pagode besuchen. Für Fotografen empfiehlt sich frühes Aufstehen um die Pagoden im besten Morgenlicht einzufangen. Die besten Fotostandpunkte verrät Ihnen Ihr kompetenter Reiseleiter. Den Sonnenuntergang werden die meisten von der hohen Shwesandaw-Pagode oder den weniger frequentierten Guni-Türmen aus erleben.

Tipp: Für alle, die schon immer einmal eine Fahrt mit einem Heißluftballon machen wollten, ist Bagan eine ausgezeichnete Wahl. Durch den Blick aus der Luft bekommt man noch eindrucksvoller eine Vorstellung von den Ausmaßen des Pagodenfeldes. Die Ballons starten bei bestem Fotolicht am frühen Morgen (Zusatzkosten ca. € 300,-, nur direkt vor Ort buchbar).

Optional besteht die Möglichkeit eines Ganztagesausfluges zum Mt. Popa, ca. 50 km von Bagan entfernt. Wer durch die karge Ebene fährt, wird den weithin sichtbaren Berg Popa wie eine Fata Morgana erleben. Der erloschene Vulkankegel Popa Taung Kalat ist einer der wichtigsten Wallfahrtsorte für die Verehrung der 37 Nats, der mächtigen Geister Myanmars. Sie können die 777 Stufen zum Kloster hinaufsteigen und einen wunderschönen Ausblick über die Ebene genießen. Ihr Reiseleiter hilft Ihnen gern bei der Organisation der Tour. Übernachtung wie Vortag. (F/-/-)

18. Tag Mit Bus und Geländewagen nach Kanpetlet

Aufbruch mit dem Bus am frühen Morgen. Nahe Pakokku überqueren Sie den Ayeyarwady über eine Brücke und fahren dann von der anderen Uferseite mit Geländewagen weiter. Die Fahrt geht zuerst auf Straßen übers flache Land, dann weiter hoch in die Dschungelberge. Irgendwo am Wegesrand gibt es Mittagsrast: Motto „Einfachst“. Nach ca. 6 Stunden Abenteuer kommen Sie am Nachmittag im Chin-Staat gelegenen Ort Kanpetlet an und brechen zu einer kleinen Trekkingtour durch nahegelegene Dörfer auf. Der Chin-Staat ist ein unberührtes und vor allem abgelegenes Gebiet. Die traumhafte Berglandschaft und die liebenswerte Bevölkerung, welche seit der Kolonialzeit kaum Kontakt mit westlichen Gästen hatte, machen diese Reiseetappe so interessant. Ein entscheidender Unterschied zu anderen Völkern des Landes ist die Religion der Chin. Sie sind Christen. Eine sehr auffällige Tradition sind zudem ihre Gesichts-Tätowierungen. Einst ließen sich die Frauen ihre Gesichter tätowieren, um in den Augen der Feinde als hässlich zu gelten und so nicht entführt zu werden. Übernachtung in einem Gästehaus. (F/-/-)

19. Tag Trekking Mt. Victoria und Kyartha

Am Morgen brechen Sie mit Geländewagen Richtung Mount Victoria auf und starten zu einer Trekkingtour auf den Gipfel, der mit seinen 3055 m der höchste Punkt des Chin-Staates ist. Der Berg heißt auf Burmesisch Natmataung, was so viel wie „Mutter der Geister“ bedeutet. Bei gutem Wetter reicht die Sicht bis Indien.

Die Landschaft um den Nationalpark des Mount Victoria ist geprägt von grünen Hügeln, feuchten Laubwäldern und immergrünen Pinienwäldern. Dazwischen findet sich auch eine Art Savannenlandschaft.

Auf dem Rückweg vom Gipfel steigen Sie Richtung Kyartha ab, einem weiteren sehr ursprünglichen Chin-Dorf. Nach ca. 4-5 Stunden Trekking erreichen Sie an einer anderen Stelle wieder die Piste, zu der die Geländewagen inzwischen gefahren sind. Die heutige Nacht verbringen Sie in einer Lodge in Mindat. (F/-/)

Hinweis: Es gibt immer die Möglichkeit preiswert aber schmackhaft in einfachen Restaurants zu essen.

20. Tag Mit Bus und Geländewagen zurück nach Bagan, Abschlußessen

Am Morgen geht es mit den Geländewagen wieder zurück nach Pokukku und von dort per Bus nach Bagan. Nach einem vorzüglichen, abendlichen Abschlußessen in einem urigen kleinen Restaurant übernachten Sie noch einmal in dem sehr schönen, liebevoll eingerichteten Hotel, in dem Sie schon während Ihres Aufenthaltes in Bagan 3 Nächte verbracht haben. (-/-/A)

21. Tag Flug von Bagan nach Yangon, abends Heimflug

Mit einem 80-minütigen „Luftsprung“ von Bagan nach Yangon beenden Sie Ihre Reise durch eines der spannendsten und beeindruckendsten Länder Südostasiens. Mit dem kurzen Flug wollen wir Ihnen eine anstrengende 11-stündige Busfahrt von Bagan nach Yangon ersparen, damit Sie entspannt und gut erholt die Heimreise antreten können. Nach Ihrer Ankunft auf dem Flughafen in Yangon steht es Ihnen frei mit einem Taxi noch einmal in die Innenstadt von Yangon zu fahren um z.B. auf der 19ten Straße ein letztes burmesisches Bier zu trinken, bevor Sie am Abend über Hanoi oder Saigon nach Deutschland fliegen. (F/-/)

22. Tag Ankunft in Frankfurt

Mit vielen tollen Erlebnissen im Gepäck erreichen Sie am Morgen den Flughafen in Frankfurt. Für eine entspannte Heimreise mit Zug oder Zubringerflug in Ihren Heimatort bleibt genügend Zeit.

Optionale Strandverlängerung

See, Sonne und Sand – für die optionale Verlängerung Ihrer Reise in Myanmar erwarten Sie die Strände von Ngapali und Ngwe Saung. Niemand verkauft Ihnen gefälschte Gucci-Taschen und Rolex-Uhren, kein Mietscooter knattert über den Strand, kein Discohit dröhnt am Kiosk, niemand versucht dort, wo alle schwimmen, mit dem Jetski klarzukommen... dafür: Kilometerlange, goldgelbe Sandbuchten unter tropischer Sonne und vor einem Meer in Blau.

Wählen Sie aus einer Palette von einfachen bis first-class-Strandhotels. Gern beraten wir Sie zu Ihrer ganz persönlichen Reiseverlängerung.