

ECHTE ERLEBNISSE

REISEN MIT
SINNEN

REISEN MIT SINNEN
Pardon/Heider Touristik GmbH
Erfurter Straße 23
D- 44143 Dortmund
Fon 0231-589792-0
Fax 0231-164470
info@reisenmitsinnen.de
www.reisenmitsinnen.de
www.kapverdischeinseln.de



Thailand - Im Herzen des Goldenen Dreiecks

**17-tägige Kultur- und Erlebnisreise
mit qualifizierter Insider-Reiseleitung**



Highlights

Durch die kulinarische Metropole Bangkok spazieren

Wandern zu beeindruckenden Wasserfällen im Khai Yai Nationalpark

Flussfahrt auf einer umgebauten traditionellen Reisbarke

Historische und kulturelle Vielfalt in den Königsstädten

Baden in den heißen Quellen im Mae Fang Nationalpark

Das Herz des Goldenen Dreiecks erkunden

Reiseschätze

Thailand

17 Tage, 6-14 Gäste

Natur, Begegnungen,
Kultur, Radfahren

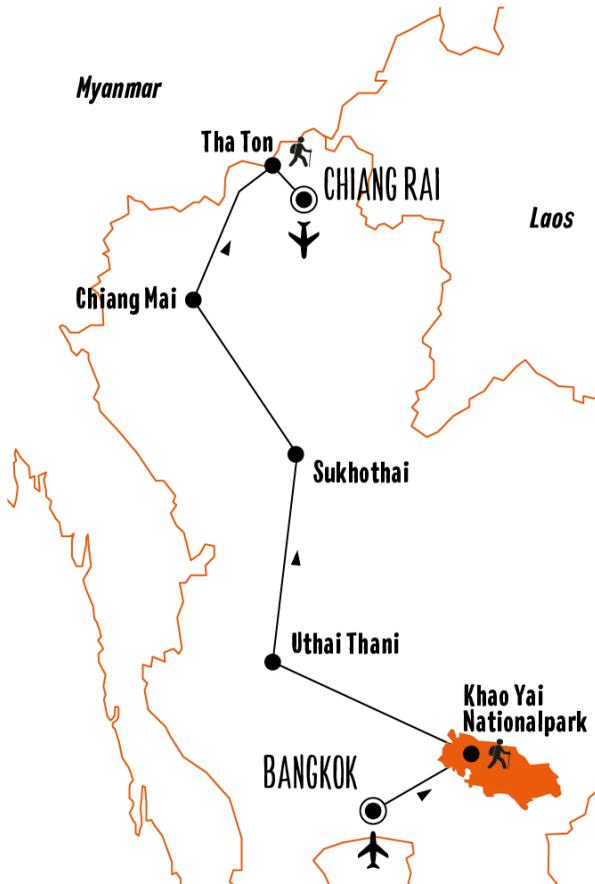
Prima Klima – die Zukunft des Reisens

Klimafreundlich reisen inklusive. Klimaschutz ist für uns eine Herzensangelegenheit. Bei allen Reisen kompensieren wir zu 100 % die CO₂-Emissionen Ihrer Flug- oder Bahnreise, der Unterkünfte, Mahlzeiten und alle Transporte in den Zielgebieten über atmosfair. Dazu gehören sämtliche Inlandsflüge, Bahn-, Schiffs- oder Bustransfers.

Mehr hierzu finden Sie weiter unten.



Karte zur Reise



Willkommen zu den Natur- und Kulturhighlights im Norden Thailands. Auf dieser Erlebnis-Gruppenreise werden Sie die wunderschöne Natur der Nationalparks im Norden sowie beeindruckende kulturellen Königsstädte kennenlernen. Sichten Sie die Tierwelt auf Ihrer Wanderung zu versteckten Wasserfällen, besichtigen Sie mit dem Fahrrad historische Monumente und lernen Sie Land und Leute im Herzen des Goldenen Dreiecks kennen. Gemeinsam erkunden Sie die einzigartige Landschaft und erleben ein wahres Abenteuer in Nordthailand!

Reiseverlauf - 17 Tage

(Verpflegung: **F** = Frühstück, **M** = Mittagessen; **L** = Lunchpaket, **P** = Picknick
A = Abendessen)

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.

1.+2. Tag: Anreise nach Bangkok

Abflug ab Frankfurt in die Hauptstadt Thailands, Bangkok.

Ankunft am Flughafen Suvarnabhumi. Empfang werden wir durch die Reiseleitung direkt am Flughafen. Transfer zum im Herzen der Altstadt gelegenen Hotel. Nach dem Check-In erhalten wir eine Einführung in die Tourdetails durch die Reiseleitung. Wir haben noch Zeit, die Umgebung zu erkunden und einen kleinen **Spaziergang** zu unternehmen. Anschließend treffen wir uns für ein **gemeinsames Abendessen** in einem von der Reiseleitung ausgewählten Restaurant, um ausgewählte Thai-Gerichte zu probieren und sich kennenzulernen.

Übernachtung: 4 Nächte im Nouvo City Hotel in Bangkok.

Verpflegung: -/-/A



3. Tag: Stadtführung durch die Altstadt

Nach dem Frühstück startet eine **Stadtführung** zu den Highlights von Bangkok. Zu Fuß geht es zum größten Tempel Bangkoks, den **Wat Suthat**. Es ist einer der ältesten und am meisten verehrten Tempel in Bangkok. Weiter erkunden wir den **Grand Palace** im Herzen der Stadt und **Wat Pho**, den Tempel des liegenden Buddhas. Anschließend nehmen wir die Fähre zum **Wat Arun**. Dieser beeindruckende buddhistische Tempel ist ein Wahrzeichen Bangkoks und prägt das gesamte Stadtbild. Ein kleiner **Geheimtipp** ist der **Amulet Market**. Hier reihen sich dicht aneinander dutzende Stände, welche Amulette, Buddhas und andere buddhistische Artefakte verkaufen. Wir haben etwas Zeit, um über den Markt zu schlendern und in das geschäftige Treiben einzutauchen.

In den späten Nachmittagsstunden gehen wir weiter zum **Golden Mount** und beenden die **Erkundungstour in Chinatown oder Banglampoo**. Hier haben wir die Möglichkeiten durch verschiedenstes Stree-Food durch zu probieren.

Verpflegung: F/-/-



4. Tag: Mountain Bike Tour durch das ländliche Bangkok

Heute steht eine wundervolle **Radtour ins ländliche Herz des alten Bangkoks** auf dem Plan. Wir fahren vorbei an uralten Gemeinden, typischen Kanälen, Holzhäusern, historischen Tempeln und Manufakturen, die ihre Waren noch wie in alter Zeit produzieren. Wir lassen uns viel Zeit und stoppen häufig, um die Blicke und Momente zu genießen. Ein zweiter lokaler Guide wird uns begleiten und sein Wissen mit uns teilen. Den Rest des Tages haben wir zur **freien Verfügung** und die Stadt auf eigener Faust zu entdecken.

Die Fahrräder sind gut gepflegte Merida Mountain Bikes. Es werden Helme, Trinkwasser und Snacks zur Verfügung gestellt.

Fahrradtour: ca. 13 km, 3-4 Std., einfach, eben

Verpflegung: F/-/-



5. Tag: Fahrt in den Khao Yai Nationalpark

Heute sagen wir Bangkok Auf Wiedersehen. Nach einem frühen Frühstück geht die Reise weiter in den **Khao Yai Nationalpark**. Es handelt sich dabei um den ältesten Nationalpark Thailands und Weltnaturerbe. Unterwegs **wandern** wir zum spektakulären **Wasserfall Haew Narok**. Bei Ankunft Checken wir in der Lodge nahe des Nationalparks ein. Die Nationalparks-Lodges sind Unterkünfte des Nationalparks, einfache, gemütliche Häuser im Herzen des Nationalparks in der Nähe der Food Center und Head Quarter (HQ). Am Nachmittag besuchen wir das **Infocenter des Nationalparks** und holen uns Informationen für den kommenden Tag ein. Abends ist man hier allein und dem Dschungel ganz nah. Oft kann man Wildtiere direkt an den Lodges sehen.

Fahrt: ca. 190 km, 3,5 Std.

Wanderung: ca. 2 Std. auf befestigten Dschungelwegen

Übernachtungen: 2 Nächte in der Khao Yai Lodge im Khao Yai Nationalpark.

Verpflegung: F/-/-

6. Tag: Wanderung im Nationalpark

Die heutige **Wanderstrecke** führt uns zu den beliebten **Heaw Suwat Wasserfall**, bekannt aus dem Film "The Beach". Die schöne Strecke durch den Dschungel mündet mit einem Blick auf den beeindruckenden Wasserfall. Die Auswahl der Wanderstrecke wird mit der Reiseleitung und begleitendem Park Ranger entschieden, auf Basis aktueller Infos zu Wanderweg-Bedingungen, Wildsichtungen und Wetterlage. Sollte diese Wanderung nicht möglich sein, gibt es Ausweichmöglichkeiten. Zum Mittagessen können wir uns Lunchpakete packen.

Wanderung: ca. 8 km, 4-5 Std.

Verpflegung: F/-/-



7. Tag: Fahrt nach Uthai Thani und Bootsfahrt auf einer alten Reisbarke

Weiterfahrt ins ländliche Thailand. Ziel ist die verschlafene **Provinzstadt Uthai Thani** am Ufer des ursprünglich gebliebenen Sakraekrang Flusses, ideal zum Verweilen und Genießen. Nach Ankunft machen wir eine **Bootsfahrt mit Lunch-Buffer** an Bord einer umgebauten traditionellen Reisbarke. Beim Essen bewundern wir die Landschaft und das Leben am Ufer des Flusses - ein wahrer Genuss. Spätnachmittags bummeln wir über den spannenden **lokalen Markt** am Fluss in Uthai Thani. Anschließend Check-In im malerisch gelegenen Resort auf der Flusinsel Koh Tepo.

Fahrt: ca. 304 km, 4,5 Std.

Bootsfahrt: ca. 2 Std.

Übernachtungen: 1 Nacht im Uthai River Lake Resort in Uthai Thani.

Verpflegung: F/M/-

8. Tag: Willkommen in Sukhothai

Nach dem Frühstück geht die Fahrt weiter zur **Königsstadt Sukhothai**. Die erste Hauptstadt Siams ist heute durch den Weltkulturerbe Status der UNESCO geschützt. Die Ruinen im Geschichtspark Sukhothai sind Zeugen vergangener politischer, kultureller und geistiger Größe.

Nachmittags Besuch eines der schönsten Tempel außerhalb der antiken Stadtmauern, dem **Wat Si Chum**.

Fahrt: ca. 240 km, 3,5 Std

Übernachtungen: 2 Nächte im Sukhothai Treasure Resort in Sukhothai.

Verpflegung: F/-/-



9. Tag: Radtour durch den historischen Park

Auf einer spannenden, einfachen **Radtour** können wir die spektakulären Monumente und Tempel im **historischen Park** innerhalb der alten Stadtbefestigungen erkunden. Mit lokalen Fahrrädern fahren wir bis zum benachbarten Nationalmuseum. Der **Nachmittag ist frei zum Entspannen** oder für eigene Unternehmungen.

Radtour: ca. 4-5 km, einfach

Bei Bedarf kann die Radtour auch aufs Umland ausgeweitet werden. Dies wird vor Ort mit der Gruppe entschieden.

Verpflegung: F/-/-

10. Tag: Fahrt von Sukhothai nach Chiang Mai

Weiterfahrt Richtung der Berge des Nordens. Auf dem Weg besuchen wir die alte Stadt **Lamphun** und den einzigartigen Tempel **Wat Phra That Haripunchai**, der schon im Jahre 1044 als Zentrum des gleichnamigen Mon-Königreichs gegründet wurde. Die alte, von riesigen Yang-Bäumen gesäumte Straße nach Chiang Mai gilt bei vielen als schönste Straße des Nordens. **Chiang Mai** ist heute eine moderne Stadt, doch hat sie sich viel vom Zauber der alten Zeit erhalten können. Der Volksmund bezeichnet sie wegen ihrer landschaftlichen Schönheit als "Rose des Nordens". Seine Altstadt, seine Tempel und der Nachtmarkt sind weltberühmt.

Nach Ankunft checken wir ins Hotel ein und lassen den Tag ausklingen.

Fahrt: ca. 280 km, 6 Std.

Übernachtungen: 3 Nächte im Lani Chiang Mai Hotel in Chiang Mai.

Verpflegung: F/-/-



11. Tag: Doi Suthep und die alte Stadt

Zum Sonnenaufgang bringt uns ein lokales Songtaew (eine Art Sammeltaxi) zum hoch über Chiang Mai gelegenen **Wat Doi Suthep** (1100m). Der schönste Tempel in Nordthailand ist Teil eines ganzen Tempelkomplexes. Von dort aus haben wir einen wunderbaren Blick über Chiang Mai. Danach Besuchen wir weitere wichtigste **Tempel in der Altstadt**.

Nachmittags bleibt viel Zeit, um einfach durch die Altstadt zu stöbern.

Verpflegung: F/-/-

12. Tag: Radtour durch die Landschaft um Chiang Mai

Wir starten den Tag direkt aktiv. Nach dem Frühstück beginnt unsere **ganztägige Radtour** entlang des Ping Flusses ins **Umland von Chiang Mai**. Die Radtour führt uns entlang pittoresker Flusslandschaften, Obstplantagen und Reisfelder bis hin zum **Dorf Tawai**. Mittags machen wir Halt in einem lokalen Restaurant, um örtliche Spezialitäten zu uns zu nehmen. Nachmittags stoppen wir an lokalen Kunsthandwerk-Shops und fahren weiter entlang des Flusses zu **den Ruinen von Kum Kam**. Anschließend bewundern wir das alte **Wat Chedi Liam** bevor wir nach Chiang Mai zurückkehren. Wir kommen gegen 16 Uhr zurück im Hotel an und haben dann Zeit uns etwas zu entspannen.

Radtour: ca. 24-26 km, ca. 4-5 Std.

Verpflegung: F/M/-



13. Tag: Baden in den heißen Quellen im Mae Fang Nationalpark

Wir lassen Chiang Mai hinter uns und fahren nach **Thaton**, eine kleine Stadt im Norden Thailands am Mae Kok Fluss. Unterwegs besuchen wir der **heißen Quellen im Mae Fang Nationalpark** in der Nähe der gleichnamigen Stadt. Dort haben wir die Möglichkeit ein entspanntes Bad in den Quellen zu nehmen. Anschließend geht es weiter zu der **Pagode von Thaton** welche auf einem Hügel nahe der Grenze zu Myanmar liegt. Von dort bietet sich ein beeindruckender Blick über die Landschaft. Am Nachmittag machen wir eine **Kajaktour auf dem Mae Kok** durch die malerische Natur des Goldenen Dreiecks bis zum Sob Fang Hill.

Fahrt: 214 km, ca. 3,5 Std.

Kajaktour: 2-3 Std., einfach

Übernachtungen: 1 Nacht im Maekok River Village Resort in Thaton.

Verpflegung: F/-/-

14. Tag: Wanderung durch Bergwald und Bambusdickicht

Nach dem Frühstück machen wir eine **Wanderung** mit einem lokalen Guide des **Bergvolks der Karen**. Wir werden durch ihre Felder und Plantagen geführt, umgeben von Bergwald und Bambusdickichten. Der lokale Guide und unsere Reiseleitung werden viel über die Volksgruppe, ihre Kultur und Lebensweise erzählen. Mittags wird im Dschungel **traditionell in Bambus gekocht**. Selbst Besteck wird aus Bambus gefertigt und gegessen wird von Bananenblättern. Die Wanderung führt weiter durch hübsche Täler und endet bei einer **Teeplantage**, wo der Van bereits auf uns wartet. Weiter fahren wir nach Chiang Rai und Checken ins komfortable Hotel direkt am Kok Fluss ein. Abends bleibt vielleicht noch Zeit für eine entspannende Thai Massage.

Wanderung: ca. 4-5 km, 3. Std., ca. 150-200 Höhenmeter

Fahrt: 90 km, ca. 2 Std.

Übernachtungen: 2 Nächte im The Legend Chiang Rai Resort in Chiang Rai.

Verpflegung: F/M/-



15. Tag: Bootsfahrt auf dem Mae Kok

Heute steht eine unvergessliche **Bootsfahrt auf dem Menam Mae Kok** ins Herzland des Goldenen Dreiecks auf dem Programm. Ziel ist das **Karen Ruamit Hilltribe Dorf**. Hier unternehmen wir einen Rundgang durchs Dorf und lassen uns Zeit für Begegnungen. Anschließend fahren wir zurück nach Chiang Rai. Unterwegs stoppen wir beim berühmten Tempel **Wat Huai Pla Gang** mit seiner riesigen Bodhisat Kuan Im Statue. Der Rest des Nachmittags ist frei, um Chiang Rai zu erkunden.

Am Abend finden wir uns für ein **Abschieds-Abendessen** im Hotel zusammen. Wir lassen die Reise und das Erlebe Revue passieren und stoßen ein letztes Mal an.

Bootsfahrt: 2-2,5 Std.

Verpflegung: F/-/A



16.+17. Tag: Heimreise

Wir nehmen **Abschied!** Ein Transfer bringt uns vom Hotel zum Flughafen in Chiang Rai für unsere Rückreise nach Deutschland. Rückankunft am nächsten Morgen.

Gerne beraten wir bezüglich möglicher **Verlängerungen**.

Verpflegung: F/-/-

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

Teilnehmer & Teilnehmerinnen

6 bis 14 Personen

Termine und Preise

THN-250411	Fr. 11.04.	- So. 27.02.25	4.230 €
THN-251121	Fr. 21.11.	- So. 07.12.25	3.890 €
THN-260123	Fr. 23.01.	- So. 08.02.26	3.890 €

Einzelzimmerzuschlag (Doppelzimmer zur Alleinnutzung): **610 €**

Hinweis für Alleinreisende: Die Buchung eines halben Doppelzimmers ist je nach Verfügbarkeit 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.

Anzahlung: 20 % des Reisepreises. Restzahlung 28 Tage vor Reisebeginn. Letzte Rücktrittsmöglichkeit durch uns: 28 Tage vor Reisebeginn.

Im Preis enthalten

- Flug Frankfurt - Bangkok, Chiang Rai - Frankfurt (Economy Class)
- Alle Transfers laut Programm
- Insg. 14 Übernachtungen, 12x im DZ (mit Pool) und Du/WC, 2x Hütte mit Gemeinschaftsschlafsaal und geteilten Du/WC
- 14x Frühstück, 3x Mittagessen, 3x Abendessen
- Programm-Details: 3 geführte Wanderungen, 3 Radtouren, 2 Bootsfahrten, 1 Kajaktour, Stadtführungen, Nationalmuseen Besuche, Baden in heißen Quellen, Willkommens- und Abschiedsdinner und weitere Aktivitäten laut Programm
- Qualifizierte Reiseleitung in Deutsch
- Wunsch-Reiseführer (mit Gutscheincode für unseren Shop)
- CO2-neutral reisen! Flüge und Landprogramm zu 100% kompensiert

Optional buchbare Leistungen

- Rail&Fly 2. Kl.: 95 €, 160 € in der 1. Klasse
- Zubringerflug ab/an Wien | auf Anfrage
- Zubringerflug ab/an Zürich | auf Anfrage
- innerdeutscher Zubringerflug | auf Anfrage
- Reiseschutz. Gern machen wir Ihnen ein Angebot über unseren Partner, der ERGO Reiseversicherung, als Jahresschutz oder einmalig für diese Reise.**

Nicht im Preis enthalten

- Fakultative Ausflüge
- Trinkgelder und sonstige persönliche Ausgaben
- Getränke und Verpflegung, soweit nicht anders im Programm erwähnt

Anreise

Die Anreise erfolgt mit Thai Airways oder Qatar Airways von Frankfurt nach Bangkok. Der Rückflug startet von Chiang Rai mit Zwischenstopps aus nach Frankfurt. Für die Anreise zum Flughafen bieten wir Ihnen sehr gerne Rail&Fly Tickets oder Innerdeutsche Zubringer an.

Ebenso haben Sie die Möglichkeit Ihren Flug auf die Business-Class oder (je nach Airline) Economy Deluxe upzugraden (siehe Optional buchbare Leistungen).

Rail&Fly-Ticket, 2. Klasse, retour	Rail&Fly-Ticket, 1. Klasse, retour
95 €	160 €

Visum und Einreisebestimmungen

Deutsche, Österreichische und Schweizer Staatsangehörige benötigen für einen Aufenthalt bis zu 60 Tagen **kein Visum** für Thailand.

Reisende aus den oben genannten Ländern benötigen für die touristische Einreise einen bei Ausreise (Rückflug) noch mindestens sechs Monate **gültigen Reisepass**, ein **Rück- oder Weiterreiseticket** sowie ein Nachweis über **ausreichende Geldmittel** für den Aufenthalt.

Nehmen Sie zur Sicherheit eine **Fotokopie** Ihres Reisepasses (ggf. einschließlich Visum) und der Flugtickets mit. Bei Verlust der Reisedokumente ist es dann leichter, Ersatz zu beschaffen. Bewahren Sie diese Kopien in Ihrem Gepäck, getrennt von den Originalen, auf.

Die Einreisebedingungen für weitere Nationalitäten teilen wir Ihnen gerne auf Anfrage mit.

Bitte beachten Sie, dass jeder Reisende grundsätzlich für die Einhaltung der Einreisebestimmungen selbst verantwortlich ist.

Es sind für Thailand **keine Impfungen vorgeschrieben**. Empfohlen wird von den Tropeninstituten eine Impfung gegen Diphtherie, Tetanus, Hepatitis A und Polio. Für gewisse Personengruppen kann eine Hepatitis B-, Tollwut- und/oder Impfung gegen die Japanische Enzephalitis sinnvoll sein. Bitte konsultieren Sie Ihren Hausarzt.

Reiseschutz**

Haben Sie bereits an Ihren Reiseschutz gedacht?

Wir empfehlen den Abschluss einer Reiserücktritts- und Reiseabbruch-Versicherung* zur Deckung der Rückführungskosten bei Unfall oder Krankheit sowie einer Auslandskrankenversicherung. Oft lohnt sich ein Vergleich der Preise der Jahres- und Einzelversicherung.

Gerne beraten wir Sie mit einem konkreten Angebot passend zu Ihrem Reisepreis. Ebenso finden Sie in Ihren Buchungsunterlagen „Ihr Reiseschutz – Für alle Fälle“ weitere Informationen.

*Unsere Gäste mit ständigem Wohnsitz in der Schweiz bitten wir, sich für nähere Informationen hierzu an die Vertretung der ERGO Reiseversicherung in der Schweiz zu wenden.

Verlängerungsmöglichkeiten

Sie haben noch nicht genug gesehen? Bleiben Sie doch noch ein paar Tage und verlängern Sie am Strand oder Besuchen Sie weitere kulturelle Höhepunkte! Gerne senden wir Ihnen per Email oder Post weitere Informationen zu den Verlängerungsmöglichkeiten zu.

Aktivitäten

3 Radtouren bis zu 40 km, teilweise auf unbefestigten, meist ebenen Wegen.

Auf unseren Wanderungen werden wir abgelegene Orte und Landschaften entdecken. Es wird 3 Wanderungen sind einfach bis moderat ausgeschrieben. Die anstrengendste Wanderung im Khao Yai Nationalpark dauert ca. 4-5 Stunden. Zwischendurch gibt es immer wieder Spaziergänge (unter 1 Std.).

Die Radtouren wurden nicht unter dem Gesichtspunkt der sportlichen Herausforderung gewählt. Allerdings sind die Etappen nicht ohne Anspruch. Eine der Tagesstrecken kann bis zu 40 km lang werden. Nur manchmal sind die Straßen asphaltiert, einige der Strecken führen auf gut befahrbaren Feldwegen durch die Landschaft. Auf den gewählten, kleinen Wegen und Straßen werden uns nur selten Autos stören. Auf der Radtour werden wir normale Stadtfahrräder oder Mountainbikes mit mindestens 18 Gängen und Federung verwenden. Unser ortskundiger einheimischer Guide ist auch in der Lage eventuell anfallende kleinere Reparaturen durchzuführen. Für Notfälle werden Reserveräder mitgeführt. Es besteht die Möglichkeit auf den Touren Getränke und Essensvorräte aufzufüllen.

Wer jedoch mehr als Wasser, Sonnenmilch und eine kleine Kamera mitnehmen möchte, sollte über die Mitnahme eines Fahrradricksackes nachdenken. Die Anbringung von Satteltaschen ist nicht möglich, da die Räder keinen Gepäckträger besitzen. Helme können vor Ort geliehen werden.

Wir werden auch vom Boot aus Urwald und Bergregionen entdecken. Kajakfahrt für Anfänger.



Diese Reise ist nicht geeignet für mobilitätseingeschränkte Reisende.

Unterkünfte & Verpflegung

Bei unserer Auswahl der Übernachtungsmöglichkeiten achten wir stets darauf, Komfort mit einer landestypischen Unterkunft zu verbinden. Wir steuern keine internationalen Hotelketten an. Authentizität ist uns wichtiger als „viele Sterne“. In den Städten werden Sie die Nächte in guten, ausgewählten Mittelklassehotels mit privatem Bad übernachten.



Im Khao Yai Nationalpark kommen Sie in Lodges unter. Es handelt sich nicht um Hotels. Der Standard ist niedriger, die Erlebnisse umso authentischer. Nutzung von Gemeinschaftsschlafräumen und -bädern. Einzelzimmer- und Doppelzimmer-Unterbringung ist in diesen Nächten nicht möglich.

Ort	Hotel	Kategorie	Nächte
Bangkok	Nouvo City Hotel	***Hotel	4 Nächte
Khao Yai NP	Khao Yai Lodge	Lodge	2 Nächte
Uthai Thani	Uthai River Lake Resort	***Resort	1 Nacht
Sukhothai	Sukhothai Treasure Resort	****Resort	2 Nächte
Chiang Mai	Lani Chiang Mai Hotel	****Hotel	3 Nächte
Thaton	Maekok River Village Resort	**Resort	1 Nacht
Chiang Rai	The Legend Chiang Rai Resort	****Hotel	2 Nächte

In unserem Reisepreis sind alle Frühstücke enthalten, sowie ein paar Mittagessen und zwei Abendessen (Willkommens- und Abschiedsdinner). In den Nationalparks und in ländlichen Gebieten gibt es die Möglichkeit Lunchpakete vorab zu packen. Während der Transfers wird auch für Mittagspausen angehalten.

In den Städten wollen wir Ihnen die Gelegenheit geben ein Essen alleine, zu zweit oder in kleinerer Gruppe zu gestalten und selbst aus einer großen Auswahl von guten Restaurants zu wählen. Um das typisch thailändische Essen gebührend genießen zu können, empfiehlt es sich immer wieder in der Gruppe essen zu gehen. Gerne wird die Reiseleitung hierbei behilflich sein.

Transfers

Für die Transfers stehen klimatisierte Reisebusse zur Verfügung.

Ihre Reiseleitung

Bei Reisen mit Sinnen sind Sie immer in guten Händen, natürlich auch während Ihrer Reise.

Wir legen Wert auf eine hochwertige und kompetente Reiseleitung. Sie, als unsere Gäste möchten Ihr Reiseziel mit allen Sinnen erleben und erwarten eine fachlich wie persönlich kompetente Reiseleitung, einen Menschen, der das besuchte Land kennt, mit Freude durch das Programm führt und als Vermittler zwischen den Kulturen agiert. Die vielfältigen Ansprüche sind uns und unseren Reiseleitern bekannt. Qualifizierungsworkshops und eine sorgfältige Auswahl sind bei uns obligatorisch.

Da wir in der Regel in kleinen Gruppen mit maximal 12 oder 14 Gästen reisen, hat unsere Reiseleitung die Möglichkeit auf Ihre individuellen Wünsche direkt einzugehen und das besuchte Land real und authentisch vorzustellen.

Ihre Reise wird begleitet von einer qualifizierten REISEN MIT SINNEN-Reiseleitung.

Unsere REISEN MIT SINNEN-Reiseleiter kennen Ihre Bedürfnisse und wissen, was für eine erfolgreiche Reise notwendig ist. Selbstverständlich unterstützen sie Sie bei allen sicherheitsrelevanten Fragen und bei Fragen zur Kultur des Reiselandes.

Auch in den „Letzten Reiseinformationen“, die Sie zwei bis drei Wochen vor dem Beginn Ihrer Reise erhalten, stellen wir Ihre Reiseleitung nochmals ausführlich vor.



Ausrüstung und Kleidung

Nehmen Sie möglichst einen praktischen Rucksack oder eine bequem zu tragende Reisetasche mit. Während der Wanderungen und Ausflüge empfiehlt sich ein Tagesrucksack - praktisch auch als Handgepäck für den Flug!

Leichte, weite Baumwoll- oder Funktionswäsche eignet sich besonders. Wärmere Kleidung für einen kühlen Abend oder Fahrtwind auf dem Boot sowie klimatisierte Räume sollte ebenfalls nicht fehlen. Auf der Radtour kann Spezialbekleidung von Vorteil sein, ist aber nicht zwingend erforderlich.

- Rucksack / Reisetasche / Rollkoffer
- Tagesrucksack oder Umhängetasche
- eingelaufene Wanderschuhe
- Sandalen oder leichte Halbschuhe
- leichte Bekleidung (T-Shirts, dünne Hemden u. Hosen - keine engen Jeans)
- langärmelige T-Shirts oder Hemden für abends und gegen die Mücken
- leichte Regenjacke (je nach Saison)
- Schultern bedeckende Shirts/Hemden und Knie bedeckende Hosen für Tempelbesuche
- eine Jacke und/oder einen Fleece-Pullover für kühlere Abende
- Badesachen und einfache Badesandalen
- Waschzeug nach persönlichem Bedarf, ggf. „Ohrstöpsel“
- Reiseapotheke "Erste Hilfe", persönliche Medikamente
- Moskitoschutz (mit mindestens 30% DEET; kein Moskitonetz nötig)
- Fotoausrüstung / Filme / ggf. genügend Speicherkarten und Akkus
- Sonnenbrille, -creme, -hut
- evtl. feuchte Tücher / Handreinigungsmittel
- Taschenlampe, kleines Taschenmesser, z. B. "Schweizer Messer", kleiner Reisewecker (Armbanduhr)
- Geldgürtel bzw. Brustbeutel, Kopie von Pass und Flugticket, Impfpass
- Bargeld in USD (Kredit- oder EC-Karte zur Sicherheit, in Siem Reap und Phnom Penh kann an Automaten Geld gezogen werden)
- Reiseliteratur

Die Liste soll nur als Richtschnur dienen. Wichtig: Nehmen Sie bitte nicht zuviel mit. Vor Ort können Sie Ihre Kleidung waschen lassen und auch günstig hinzukaufen (ein Baumwollhemd in guter Qualität kann ab 3 US\$ erstanden werden). Bei Fragen zu der notwendigen Ausrüstung stehen wir Ihnen selbstverständlich gerne mit weiteren Informationen zur Verfügung.

Thailand – KURZGEFASST

SPRACHE UND VERSTÄNDIGUNG

„Thailändisch“ oder auch „Thai“ ist die Amts- wie auch Umgangssprache. An vielen Orten sprechen die Menschen Englisch, vor allem in gut besuchten Urlaubszielen. In abgelegenen Orten jedoch wird man mit Englisch nicht weit kommen. Ein paar Worte in der Landessprache zu kennen, schadet sicherlich nicht. Mit ein paar Brocken Thai zeigt man Interesse an der Kultur, und das wird von den Einheimischen sehr positiv aufgenommen.

TELEKOMMUNIKATION:

In Thailand ist die Post schnell und sicher, aber auch teuer im Vergleich zu anderen Ländern in Südostasien. Briefmarken können Sie in Postämtern kaufen. Eine Karte nach Europa dauert etwa 7-10 Tage.

Ländervorwahl aus Deutschland: 0066

Deutsche Vertragskarten für Handys funktionieren in Thailand, es ist aber mit Zusatzkosten zu rechnen. Bitte erkundigen Sie sich vorher bei Ihrem Vertragspartner nach den Tarifen, um sich vor unliebsamen Überraschungen zu schützen. Das thailändische Mobilfunknetz ist gut ausgebaut. Selbst auf den Inseln und in ländlichen Regionen hat man meist guten Empfang.

Das Internet ist auch in Thailand weit verbreitet. WLAN ist in fast allen Unterkünften frei nutzbar. Internettelefonie ist erheblich günstiger als das Postamt, allerdings ist die Verzögerung bei der Sprachübertragung gewöhnungsbedürftig. Die praktischste Möglichkeit, das Smartphone in Thailand jederzeit mobil verwenden zu können, ist der Kauf einer Prepaid-SIM-Karte speziell zur Auslandsnutzung.

KLIMA & REISEZEIT:

Die beste Reisezeit für Thailand liegt zwischen November und April. Es gibt jedoch regionale Unterschiede, und gerade die Inseln verfügen zum Teil über ein eigenes Mikroklima, was zu anderen Saisonzeiten führt.

Auf den Inseln im Golf von Thailand (Koh Samui, Koh Phangan, Koh Tao) ist es von März bis Juni am heißesten. Regenzeit herrscht hier von Oktober bis November, wobei es in der Regel nur zu kurzen, heftigen Schauern kommt.

Im Norden herrscht angenehmes mediterranes Klima, nachts kann es teils bis auf 15 Grad abkühlen. Von März bis Mai ist es wärmer. Die Regenzeit liegt zwischen Juni und Oktober.

ZEITVERSCHIEBUNG:

Die Zeitverschiebung Deutschland-Thailand beträgt +6 Stunden bzw. +5 Stunden während der europäischen Sommerzeit, d.h. 12 Uhr in Deutschland bedeutet 18/17 Uhr in Thailand.

STROMSPANNUNG:

Generell beträgt die Stromspannung in Thailand 220 Volt. Thailändische Steckdosen sind nur für so genannte „Euro-Stecker“ (Flachstecker) geeignet, nehmen Sie gegebenenfalls bitte einen Adapter mit.

ESSEN & TRINKEN:

Das thailändische Essen gilt als eines der besten der Welt. Es ist schmackhaft, würzig, leicht und sehr bekömmlich.

Fleisch findet in der Thai-Küche eher sparsame Verwendung. Fisch, Meeresfrüchte und Geflügel kommt dagegen häufiger zum Einsatz. Gemüse wird nur kurz gegart und bleibt dadurch schön knackig. Neben vielen anderen Kräutern und Gewürzen wird Chili gerne recht großzügig genutzt. Zum Nachtisch gibt es natürlich viele verschiedene frische Früchte.

Trinkwasser wird an jeder Straßenecke verkauft. Es ist sinnvoll eine 5-Liter-Flasche im Reisebus zu lagern und aus dieser nach Bedarf umzufüllen. Leitungswasser sollten Sie vermeiden, verzichten Sie auch auf Eiswürfel.

Sicherheit im Reiseland

Thailand gilt als politisch stabil.

Zum Schutz auf Ihrer Reise empfiehlt es sich die gängigen Vorsichtsmaßnahmen einzuhalten und beispielsweise nachts nicht alleine durch menschenleere Gassen zu gehen. Die Kriminalität ist leider v.a. in den Tourismushochburgen Phuket, Koh Samui, Koh Tao und Pattaya hoch. Diebstahl und Betrugsfälle häufen sich.

Bewahren Sie Geld, Ausweise, Führerschein und andere wichtige Dokumente sicher auf und speichern Sie ggf. elektronische Kopien/Fotos. Dies erleichtert im Falle von Diebstahl oder Verlust die Ausstellung eines Ersatzdokuments. Bewahren Sie diese Kopien in Ihrem Gepäck, getrennt von den Originalen, auf.

Bevorzugen Sie bargeldlose Zahlungen und nehmen Sie nur das für den Tag benötigte Bargeld und keine unnötigen Wertsachen mit.

Seien Sie in größeren Menschenmengen wie an Flughäfen, Bahnhöfen, in Bussen und an Stränden aufmerksam und achten Sie auf Ihre Wertsachen.

Seien Sie bei ungewohnten E-Mails, Telefonanrufen, Gewinnmitteilungen, Angeboten und Hilfsersuchen angeblicher Bekannter skeptisch. Teilen Sie keine Daten von sich mit, sondern vergewissern Sie sich ggf. persönlich oder wenden Sie sich an die Polizei.

Detaillierte Informationen zur aktuellen Sicherheitslage im Land erhalten Sie unter <https://www.auswaertiges-amt.de/de/service/laender/thailand-node/thailandsicherheit/201558>

REISELITERATUR

Wir empfehlen folgende Reiseliteratur:

- Loose, Stefan; Loose, Mischa; u.A.: Thailand mit Reiseatlas. LOOSE Verlag, Auflage 2019
- Williams, China: Lonely Planet Reiseführer Thailand. Lonely Planat Deutschland, Auflage 2018
- Miethig, Martina; Hahn, Wilfried: Marco Polo Reiseführer: Reisen mit Insider-Tipps. MAIRDUMONT, Auflage 2023
- Dusik, Roland: DuMont direkt Reiseführer Bangkok: Mit großem Cityplan. DU-MONT REISEVERLAG, 2018

In eigener Sache: Unsere Philosophie

REISEN MIT SINNEN und Nachhaltigkeit



Es ist unser Ziel, den Tourismus in den jeweiligen Reiseländern so zukunftsorientiert und verträglich wie möglich zu gestalten. Wir erfüllen den strengen Kriterienkatalog des „**forum anders reisen**“ für ein umweltgerechtes und sozial verantwortliches Reisen und plädieren, wie inzwischen über 120 Unternehmen, für einen auf Nachhaltigkeit aufgebauten Tourismus mit besonders hoher Qualität. Als Gründungsmitglied setzen wir uns als einer der ersten für die Belange der Umwelt und der Menschen in den bereisten Ländern ein. Wir beziehen die lokale Bevölkerung in den Reiseländern mit ein und helfen dabei, faire Arbeitsbedingungen zu schaffen.



Corporate Social Responsibility (CSR) bezeichnet die soziale und ökologische Verantwortung von Unternehmen für die Auswirkungen ihrer Geschäftstätigkeit über die gesetzlichen Forderungen hinaus. Um diese Verantwortung wahrzunehmen und zu einer nachhaltigen Entwicklung beizutragen, müssen Unternehmen ihr Kerngeschäft daran ausrichten. Es geht nicht um einzelne „gute Taten“, sondern eine im gesamten Unternehmen verankerte strategische Ausrichtung, die Berücksichtigung der Anspruchsgruppen und eine ethische Unternehmenskultur.



2009 wurde REISEN MIT SINNEN als Pilotunternehmen überprüft und mit dem CSR-Siegel ausgezeichnet. 2011, 2014 und 2018 wurde das Unternehmen erneut in einer Rezertifizierung anhand des Kriterienkatalogs des forum anders reisen e.V. bewertet und vor allem die Weiterentwicklung verfolgt. Erfolgreich wurden wir beide Male mit dem CSR Siegel ausgezeichnet. Es zeigt uns, dass wir mit unserer Überzeugung und dem Konzept für einen fairen Tourismus auf dem richtigen, aber noch langen Weg sind.

Ökologisch und Sozial

Wir möchten unserer Verantwortung gerecht werden und Zeichen für einen nachhaltigen Tourismus mit Zukunft setzen. REISEN MIT SINNEN engagiert sich deswegen bereits seit seiner Gründung weltweit für soziale und naturschutzorientierte Projekte – viele dieser Projekte besuchen wir auch auf unseren Reisen. Zu unseren Partnern gehören unter anderem die Orang-Utan-Projekte, Red Ape Encounters, das atelier Mar auf den Kapverden und ein nachhaltiges Tourismusprojekt auf den Philippinen. Des Weiteren unterstützen wir viele andere Projekte weltweit.

ES GEHT UMS FLIEGEN UND UM KLIMASCHUTZ

nachdenken • klimabewusst reisen



In Zusammenarbeit mit dem „forum anders reisen“ entstand 2003 **atmosfair**.

Die zunehmende Belastung des Weltklimas durch den rasch wachsenden Flugverkehr stellt die Weltgemeinschaft vor erhebliche

Herausforderungen. Menschen im globalen Süden leiden am stärksten an den Folgen des Klimawandels, die sie nicht verursacht haben. Flugreisen belasten die Umwelt stark durch den Ausstoß von CO₂. Unsere Erdatmosphäre verträgt jedoch nur eine bestimmte Menge an Kohlendioxid.

Diese Emission gleichen wir zu 100% aus. Wir zahlen einen von den Emissionen abhängigen Klimaschutzbeitrag an die Klimaschutzorganisation atmosfair, der dazu verwendet wird, erneuerbare Energien in Ländern auszubauen, wo es diese Technologien kaum gibt, also vor allem in Ländern des Südens. Durch diese Maßnahmen von atmosfair wird global gesehen CO₂ eingespart. Gleichzeitig profitieren die Gesellschaften und Menschen vor Ort, durch Schaffung neuer Arbeitsplätze und den Zugang zu sauberer und ständig verfügbarer Energie. Das ist verknüpft mit mehr Bildung und Chancengleichheit.



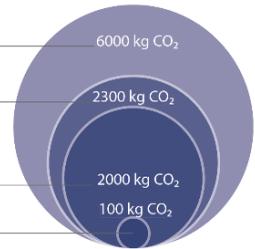
PRIMA KLIMA – zu 100 % KLIMANEUTRAL REISEN!

Klimafreundlich reisen – bei REISEN MIT SINNEN zu 100 % inklusive. Achten Sie auf unsere Klimaschutz-Zeichen. Bei allen Reisen kompensieren wir Ihre Flug- oder Bahnreise und das komplette Landprogramm in den Zielgebieten über atmosfair zu 100 %.



Das Fliegen wirkt sich, wie Sie in der Grafik leicht erkennen können, besonders negativ auf unser Klima aus. Unsere Kompensationszahlungen kommen vor allem dem Energiesparprojekt „Neue Energie für Nepal“ zugute. Dem Klima ist es gleich, wie und wo es global geschützt wird. Hauptsache, es passiert. Weitere Informationen siehe www.atmosfair.de.

Frankfurt-Singapur
(Hin und zurück, Economy)
Klimabudget einer Person pro Jahr, um
die Klimaerwärmung auf 2° C zu
begrenzen
Wohnen,
Transport, Freizeit, etc.
Ein Jahr Autofahren,
35 km pro Tag
Kühlschrank,
ein Jahr



Das Energiesparprojekt „Neue Energie für Nepal“

Nach den verheerenden Erdbeben im April und Mai 2015 in Nepal unterstützt atmosfair den Wiederaufbau von Schulen, Krankenstationen, touristischen Infrastrukturen sowie privaten Haushalten mit erneuerbaren Energien. Je nach Bedarf vor Ort sollen dabei Solar-Panels für Strom, Biogasanlagen und effiziente Öfen zum Kochen sowie solare Warmwasseranlagen zum Einsatz kommen.



Mit Ihrer Spende möchten atmosfair und REISEN MIT SINNEN sowohl die Soforthilfe in den Notunterkünften mit mobilen Energieträgern als auch die längerfristige Instandsetzung der Energieversorgung durch erneuerbare Energien finanzieren. Ziel ist es, so den energetischen Wiederaufbau Nepals mittels CO₂-armen und ressourceneffizienten Technologien zu unterstützen.

atmosfair führt dieses Projekt gemeinsam mit dem forum anders reisen, Reisen mit Sinnen und bestehenden Projektpartnern vor Ort durch. So ist garantiert, dass die Hilfe schnell und praktisch ankommt.



atmosfair führt dieses Projekt gemeinsam mit dem forum anders reisen, Reisen mit Sinnen und bestehenden Projektpartnern vor Ort durch. So ist garantiert, dass die Hilfe schnell und praktisch ankommt.

Schutz der Kinder vor wirtschaftlicher und sexueller Ausbeutung

REISEN MIT SINNEN bekennt sich ausdrücklich zum Schutz der Kinder vor sexueller und wirtschaftlicher Ausbeutung in den Reisedestinationen. 2014 haben wir ganz offiziell den Code of Conduct unterschrieben. Ziel der Mitgliedschaft im Code ist die systematische Einbindung spezifischer Maßnahmen in das Unternehmen. Dabei geht es auch um die Informationsweitergabe und Sensibilisierung unserer Gäste und Partnern in den Ländern. Wir möchten Ihnen einen Weg aufzeigen, wie Sie als Reisender reagieren können, wenn unterwegs ein Verdacht aufkommt. Viele Augen sehen mehr!



Wenn Sie in diesem Zusammenhang eine auffällige Situation oder sogar eine Straftat beobachtet haben, in der Kinder gefährdet sein könnten, dann zeigen Sie Zivilcourage und melden Sie Hinweise und Verdachtsfälle sexueller Ausbeutung von Kindern im Tourismus auf folgender Website: www.nicht-wegsehen.net.

Weitere Informationen erhalten Sie bei ECPAT Deutschland e.V.: www.ecpat.de.

Unterwegs mit REISEN MIT SINNEN

Sie reisen in kleinen Gruppen von 4 bis 14 Personen. Bei besonders sensiblen Reisen liegt die maximale TeilnehmerInnenzahl bei 6 oder 8 Gästen. Dies ermöglicht es Ihnen, das jeweilige Reiseland intensiver und mit allen Sinnen zu erleben. Ein hohes Maß an Flexibilität ist garantiert, so dass auf individuelle Wünsche und Bedürfnisse eingegangen werden kann. Eine kleinere Gruppe hinterlässt zudem geringere Spuren im Gastgeberland und ermöglicht einen leichteren Kontakt zur lokalen Bevölkerung.

REISEN MIT SINNEN konzipiert seine Reisen im Hinblick auf eine nachhaltige Entwicklung im Reiseland. Dabei ist es uns besonders wichtig, die ökologischen und sozialen Aspekte mit einzubeziehen. Die lokale Agentur vor Ort ist von zentraler Bedeutung, da durch sie das Reiseland sehr authentisch nähergebracht und die lokale Wirtschaft gefördert wird. Wir wählen bewusst Partner, die das Prinzip des nachhaltigen Reisens verinnerlicht haben und aktiv in diesem Bereich arbeiten.



Auf unserer Website

Für mehr Oooh & Aaah-Momente besuchen Sie uns auf unserer Website unter www.reisenmitsinnen.de

Weitere Informationen zu unserem Leitbild, dem „forum anders reisen“ und unseren Projektpartnern finden Sie unter www.reisenmitsinnen.de/reisen-mit-sinnen/reisephilosophie

Den Nachhaltigkeitsbericht sowie weitere Informationen zum Thema CSR finden Sie unter www.reisenmitsinnen.de/unsere-verantwortung.

Kennen Sie schon unseren Blog? Unter www.reisenmitsinnen.de/blog/ finden Sie aktuelle Artikel und Wissenswertes zu uns und unseren Destinationen.



Verfolgen Sie uns auch auf Facebook! Klicken Sie auf „gefällt mir“ unter www.facebook.com/reisenmitsinnen und werden Sie Teil des REISEN MIT SINNEN - Freundeskreises.



Nicht warten, wandern! Entdecke mit unserer neuen Marke Activida Wanderreisen die schönsten Regionen Europas und der Kapverden zu Fuß: www.activida.de



Beratung und Buchung

Ihre Buchungsbestätigung erhalten Sie als PDF-Dokument per E-Mail.

Spätestens zwei Wochen vor Reisebeginn erhalten Sie per Post Ihre „Letzten Reiseinformationen“ mit allen notwendigen Reiseinformationen, der Hotelliste und der Reiseliteratur.

Ihre Reiseberaterin: Alexandra Otting



0049 (0)231 589792-38
alexandra.otting@reisenmitsinnen.de

REISEN MIT SINNEN
Pardon/Heider Touristik GmbH
Erfurter Straße 23
44143 Dortmund

Fon 0049 (0)231 589792-0
Fax 0049 (0)231 164470
info@reisenmitsinnen.de
www.reisenmitsinnen.de

Öffnungszeiten
montags bis freitags

09.00 - 16.00 Uhr

Aktueller Stand: November 2024

Diese Broschüre wurde auf chlorfrei gebleichtem Papier gedruckt.