



## Reisebeschreibung

### Kambodscha - MTB - Kambodscha - Tempel, Dschungel und Meer

- Einfache Einsteiger-Radrundreise - Kambodscha intensiv
- Angkor Wat und auf Urwaldpfaden zu weniger bekannten Tempeln
- Wasserfälle und Höhlen im Chi-Phat-Nationalpark
- Einsame Insel Koh Tonsay mit Traumstränden



Kambodscha auf einer Genießer-Radrundreise aus neuer Perspektive. Neben dem UNESCO-Welterbe Angkor Wat erkunden Sie auch entlegene Tempel auf Urwaldpfaden. Steinernen Zeugen alter Khmer-Kultur verstecken sich im exotischen Dschungel. Sie besuchen die Pagoden der historischen Hauptstadt Koh Ker und nehmen im Kirirom-Nationalpark ein Bad im Wasserfall. Am Ende wartet eine Insel mit Strand und Südsee-Feeling auf Sie. Fülle und Exotik pur!

Kambodscha auf einer Genießer-Radrundreise aus einer neuen Perspektive erleben! Angkor - die weltbekannten Tempel des ehemaligen hinduistischen Königreichs zählen zu den großen architektonischen Meisterleistungen der Menschheit. Heute sind sie UNESCO-Weltkulturerbe. Sie besuchen die bekanntesten Bauwerke. Auf wildromantischen Pfaden radeln Sie auch zu weniger besuchten Tempeln. Neben den steinernen Zeugen alter Khmer-Kultur erleben Sie dichten Dschungel, in dem es wuchert und blüht und zahlreiche Vögel und Tiere leben. Sie sind im touristisch wenig erschlossenen Gebiet an den Ausläufern der Kardamom-Berge im Westen Kambodschas unterwegs. In Chi Phat erhalten Sie Informationen über die Projekte der CBET (Community Based Ecotourism) - einer Nicht-Regierungs-Organisation, die den nachhaltigen Tourismus in dieser Region fördert. Zum Abschluss besuchen Sie eine Insel mit palmengesäumten Stränden und können Sonne und Meer genießen. Südseefeeling pur!

1. Tag: Anreise Flug mit Malyasian Airlines von Frankfurt via Kuala Lumpur nach Siem Reap.

2. Tag: Siem Reap Transfer vom Flughafen und Treffpunkt im Gruppenhotel in Siem Reap. Der Nachmittag steht zur freien Verfügung.

Die beschauliche Kleinstadt liegt südlich des Angkor Wat, von dem sie nur wenige Kilometer trennen, und nordöstlich des Tonle-Sap, des größten Sees Südostasiens. Siem Reap erstreckt sich an den Ufern des gleichnamigen Flusses. Zentrum des Ortes ist der alte Markt, den im französischen Kolonialstil erbaute Häuser umgeben. Entwickelt hat sich die Stadt aus mehreren Dörfern, die jeweils rund um buddhistische Tempel und Klöster (Wats) entstanden und zusammengewachsen waren. Dank seiner Lage ist Siem Reap heute Ausgangspunkt für den Besuch der Tempel von Angkor.

Hotel (A)

3. Tag: Tempel Banteay Srei und "Thousand Lingas River" Unser Fahrradausflug führt



## Reisebeschreibung

---

heute entlang des Berges Phnom Bok. Auf kleinen Pisten erreichen wir den Tempel Banteay Srei, der 23 km nordöstlich des Angkor Wat am oberen Siem-Reap-Fluss liegt. Banteay Srei ist ein kleiner Tempel, doch macht er seinem Namen - "Zitadelle der Frauen" bzw. "Zitadelle der Schönheit" - alle Ehre. Dank seiner schönen, filigranen Steinmetzarbeiten zählt er zu den kunstvollsten Tempeln in der Region Angkor. Besuch des Tempels und Mittagessen (Lunchpaket) vor Ort. Anschließend bringt uns unser Fahrzeug zur idyllischen Stätte Kbal Spean mit dem "Thousand Lingas River". Der munter sprudelnde "Fluss der 1000 Lingas" verdankt seinen Namen den unzähligen Lingas, die neben anderen hinduistischen Symbolen und Szenen aus den hinduistischen Epen ins felsige Flussbett oder in den Uferstein gemeißelt wurden. Bei einem Bad im hiesigen Wasserfall können wir uns erfrischen. Abends kehren wir nach Siem Reap zu unserem Hotel zurück.

Bikestrecke 30 km auf Piste, Gehzeit ca. 1,5 Std.

Hotel (FMA)

4. Tag: Angkor Wat Per Fahrrad besuchen wir heute die Haupttempel von Angkor. Wir radeln auf kleinen Pisten und schmalen Urwaldpfaden, um dem Hauptverkehr zu entgehen. Die von Urwald umringte Tempelanlage Angkor Wat ist das größte, eindrucksvollste Bauwerk der Region Angkor und seit 1992 UNESCO-Weltkulturerbe. Angkor Wat ist zum nationalen Symbol Kambodschas geworden. Ein 170 bis 190 m breiter Wassergraben, der ein gigantisches Rechteck mit einer Kantenlänge von 1500 mal 1300 m Länge bildet, umschließt Angkor Wat. Die Galerien der Außenseite des Tempels zeigen ein 800 m langes Flachrelief, das verschiedene Schlachten und Episoden aus dem Ramayana-Epos schildert. Auf jeder Ebene, in jeder Galerie sind kunstvolle Steinmetzarbeiten mit Darstellungen von Szenen aus der hinduistischen Mythologie, aber auch aus dem alltäglichen Leben im alten Angkor-Reich zu bewundern. Nach einem Picknick-Lunch und einer ausgedehnten Besichtigung werden wir bei Sonnenuntergang den Pyramidentempel Pre Rup besteigen. Dieser Gott Shiva geweihte Tempel ist wohl der bedeutendste Angkor-Tempel aus dem 10. Jahrhundert.

25 km Radweg auf Piste und Asphalt, 0 Höhenmeter

Hotel (FMA)

5. Tag: Roluos - Chao Srei Vibol Morgens startet unsere Radtour durch ländliche Region mit kleinen Dörfern, um zu den Tempel von Roluos zu gelangen. Die Bauwerke von Roluos gehören zu den frühesten festen Tempeln, die zwischen 877 und 889 von den Khmer errichtet wurden und stehen am Anfang der klassischen Khmer-Kunst. Sie sind größtenteils aus Ziegeln erbaut. Folgende Tempel gehören zu der Gruppe: Lolei, Preah Ko, Bakong. Wir widmen uns speziell der Tempelanlage Bakong, von König Indravarman I. im Jahr 881 erbaut, der den südlichsten der drei Tempel darstellt. Wegen seiner etwas abgelegenen Lage wurde dieser Ort von Reisenden bisher selten besucht, doch für Abenteuerhungrige gibt es hier ideale Möglichkeiten für Erkundungen. Mittagessen in einem traditionellen Khmer-Haus auf dem Land. Nachmittags Rückkehr zu unserem Hotel in Siem Reap.

Bikestrecke 25 km auf Piste, 0 Höhenmeter.

Hotel (FMA)

6. Tag: Angkor Thom Mit dem Fahrrad besuchen wir heute die "Große Hauptstadt" Angkor Thom (nördlich von Angkor Wat, ca. 1 km entfernt). Der bedeutende Khmer-König Jayavarman VII. ließ diese gewaltige Anlage Ende des 12., Anfang des 13. Jahrhunderts



## Reisebeschreibung

---

errichten, nachdem er die feindlichen Cham aus seinem Reich vertrieben hatte. Eine quadratische Mauer mit einer Seitenlänge von rund 3 km umgibt die heilige Stadt. Zudem wird Angkor Thom von einem etwa 100 m breiten Wassergraben begrenzt. Wir besichtigen den Bayon, den zentralen Tempel von Angkor Thom, der mit den sakralen Anlagen Angkor Wat und Ta Prohm zu den berühmtesten Heiligtümern des alten Khmer-Reiches gehört. Und das mit gutem Grund, denn der Bayon hat etliche Türme, deren auffallendes Merkmal die meterhohen, in Stein gemeißelten Gesichter des Bodhisattva Avalokiteshvara sind. Am Nachmittag bleibt Zeit, um die weniger bekannten und abgeschiedenen Tempel der Umgebung zu Fuß oder per Rad zu erkunden. Picknick-Mittagessen. Abends Rückkehr zum Hotel in Siem Rap und Dinner-Show mit Khmer-Tänzern.

Ca. 25 km Radweg auf Piste und Asphalt, 0 Höhenmeter  
Hotel (FMA)

7. Tag: Siem Reap - Battambang Ein öffentliches Schnellboot bringt uns heute über den Tonle-Sap-See und auf dem Sangker- Fluss nach Battambang. Der Tonle Sap (Khmer: Großer See) ist der größte See Südostasiens und eines der fischreichsten Binnengewässer der Erde. Die Bewohner der schwimmenden Dörfer am Tonle Sap leben hauptsächlich von Fischfang und Gemüseanbau. Mit dem Boot von Siem Reap nach Battambang zu fahren, gehört zu den schönen, aber auch anstrengenden Reisemöglichkeiten, denn die Flussfahrt auf dem Sangker im Holzboot auf hölzernen Sitzbänken dauert fast den ganzen Tag. Dafür eröffnen sich Reisenden tiefe Einblicke in die Lebensweise der Kambodschaner entlang der Gewässer. Anschließend fahren wir noch mit einer "Drezine" - eine Art Zug mit Plattform zum Sitzen - durch die Reisfelder. Nach der Ankunft bummeln wir durch den Ort Battambang.

6 - 8 Std. Bootsfahrt (je nach Wasserstand), 10 km Radweg  
Hotel in Battambang (FMA)

8. Tag: Battambang - Kampong Chhnang Nach dem Frühstück geht es per Fahrrad durch eine reizvolle Landschaft zum Kloster Wat Ek (ca. 10 km nordwestlich von Battambang). Unterwegs besuchen wir traditionelle Dörfer. Direkt neben dem Kloster Wat Ek befindet sich die Ruine eines Bauwerks (11. Jh.), das König Suryavarman I errichten ließ. Der Tempel weist einige Türme auf einer Plattform auf. Bis 1970 galt dieser Tempel als einer der schönsten aus der Angkor-Zeit und war das Ziel vieler Touristen, bis er schließlich von den Roten Khmer als Gefängnis genutzt wurde. Heute ist der Ort ein lohnenswertes Ausflugsziel.

Nach dem Mittagessen Transfer in die Provinz und Stadt Kampong Chhnang am Tonle-Sap-See. Am späten Nachmittag bummeln wir durch den Flusshafen mit seinen schwimmenden Häusern und zahlreichen Fischerbooten.

25 km Radweg auf Asphalt  
Hotel (FMA)

9. Tag: Kampong Chhnang - Kirirom Morgens Aufbruch mit dem Fahrrad. Wir radeln durch Reisfelder, die von Palmen gesäumt sind, und halten in kleinen Dörfern an, um uns die lokalen Töpferwaren anzusehen. Am Nachmittag verlassen wir die Region um Kampong Chhnang und setzen unsere Tour in Richtung Kirirom-Nationalpark fort. Wir beziehen unsere Zimmer in einem Hotel.

30 km Radweg auf Piste und teils auf Asphalt, 200 Höhenmeter Downhill  
Hotel (FMA)



## Reisebeschreibung

---

10. Tag: Kirirom - Chi Phat Den Park erkunden wir nach dem Frühstück per Fahrrad. Er liegt auf einer Höhe von 600 - 700 m und erstreckt sich über den östlichen Teil der Kardamom-Berge. Dank seiner Nähe zu Phnom Penh ist der Kirirom-Nationalpark - einer der ersten Nationalparks des Landes - ein beliebtes Ausflugsziel. Kleine Pfade durchziehen den Park. Er ist von Seen und Wasserfällen durchsetzt und von Kiefernwäldern bedeckt. Der Park beherbergt u.a. Wild, Elefanten, Leoparden und Affen. Am Nachmittag gelangen wir per Fahrzeug ins Herz der Kardamom-Berge zum Dorf Chi Phat. Wir haben Gelegenheit, die Umgebung des Dorfes zu erkunden und das lokale Projekt kennenzulernen.

40 km Radweg auf Piste und Trails, 700 Höhenmeter (das Fahrzeug steht ggfls. zur Verfügung)

Übernachtung in einem einfachen Gästehaus oder bei einer Familie (FMA)

11. Tag: Chi Phat In den Cardamom Mountains gibt es einen der größten Primärwälder Südostasiens. 2002 wurde in Chi Phat die Wildlife Alliance gegründet. Diese begann, durch ein gemeindebasiertes Projekt (CBET - Community Based Ecotourism Project), ein Umdenken in der Bevölkerung zu initiieren, indem sie den Ökotourismus ankurbelte. Davon profitieren die Menschen in Chi Phat direkt, ohne die natürlichen Ressourcen ihrer Umgebung zu zerstören. Ein sehr ambitioniertes Vorhaben, das einige Rückschläge erfuhr, aber auch Früchte trägt: Die Gegend regeneriert sich, Aufforstungsprojekte sind erfolgreich und das Wild kehrt in den Wald zurück. Darüber hinaus ist es gelungen, das weitere Vordringen der Holzfäller einzudämmen.

Auf kleinen Trails erkunden wir den Dschungel vom Fahrrad aus und gelangen ins kleine, mitten im Urwald gelegene Dorf O'kay. Wir übernachten bei einer Familie oder im Gästehaus.

36 km Radweg auf Trails, Pisten, Fels- und Sandwegen, Flussüberquerung; 200 Höhenmeter.

(FMA)

12. Tag: Chi Phat - Kampot Morgens schwingen wir uns auf die Fahrräder und radeln bis Andoung Teuk. Dort steht unser Fahrzeug bereit. Wir fahren nach Kampot und erkunden den Ort per Rad. Das knapp 50.000 Einwohner zählende Städtchen wurde im späten 18. Jh. als Hafenstadt gegründet. Es liegt am Ufer des Prek-Kampong-Bay-Flusses, ca. 30 km von der vietnamesischen Küste entfernt, direkt neben dem

Phnum-Bokor-Nationalpark in einer der landschaftlich schönsten Gegenden Kambodschas. 1950 wurde der Hafen durch einen größeren Hafen bei Kompong Som ersetzt. Kampot hat den Charme eines verschlafenen, etwas abgeschiedenen, ruhigen Küstenstädtchens. Bekannt ist Kampot für seine Früchte, Meeresfrüchte, sein Meersalz und den berühmten Kampot-Pfeffer. Highlight ist das entlang der Flusspromenade liegende Französische Viertel der ehemaligen Kolonialstadt. Wir erkunden den Ort zu Fuß.

Nachmittags unternehmen wir eine Bootsfahrt auf dem Kampot River. Anschließend erwartet uns noch eine Kajakfahrt im sogenannten "Green Loop", einer wunderschön gelegenen Flussschleife.

3 1/2 Std. per Fahrzeug, 15 km Radweg auf Piste, 2 Std. Bootsfahrt, 80 Höhenmeter, 1 Std. Kayak

Bungalow am Kampot River (FMA)



## Reisebeschreibung

---

13. Tag: Kampot - Kep - Kampot Dolce far niente! Kep-sur-Mer liegt 24 km von Kampot entfernt. Wir besuchen das Küstenstädtchen und fahren mit dem Boot in knapp einer halben Stunde zur vorgelagerten Insel Koh Tonsay, auch "Rabbit Island" genannt.

Palmen säumen die schönen Strände.

Sonne und Meer, baden und schwimmen - ein Tag zum Ausspannen und Genießen erwartet Sie. Abends Rückkehr nach Kampot und Übernachtung im Bungalow.

(FMA)

14. Tag: Phnom Penh Nach dem Frühstück bringt uns der Fahrer mit unserem Fahrzeug nach Phnom Penh, der Hauptstadt des Königreichs Kambodscha. Die Stadt liegt am Fluss Tonle Sap und hat etwa 2 Millionen Einwohner. Wir besuchen die Silberpagode und das Nationalmuseum. Bei Sonnenuntergang unternehmen wir eine Bootsfahrt auf dem Mekong.

Hotel (F)

15. Tag: Rückflug Die Reise endet nach dem Frühstück. Transfer zum Gruppenflug am frühen Nachmittag und Rückflug via Kuala Lumpur nach Deutschland.

Sollten Sie verlängern oder eigene Flüge gebucht haben, können wir Ihnen gegen Aufpreis gerne einen individuellen Transfer arrangieren.

Optionen für individuelle Verlängerungen auf Anfrage.

16. Tag Rückkunft Ankunft in Frankfurt morgens.

### Charakter der Tour und Anforderungen

Die Radtouren in Kambodscha setzen keine besonderen Kenntnisse voraus, erfordern jedoch eine gewisse Ausdauer. Bei dieser Tour handelt sich nicht um eine sportliche Mountainbike-Reise, sondern um eine geführte Rad-Rundreise. Mountainbikes eignen sich allerdings ideal für die Straßenbedingungen (Teer, Erde, Laterit). Das Terrain ist meist flach. Ein Fahrzeug begleitet Sie.

Sie sollten gewohnt sein, mühelos mehrere Stunden am Tag zu radeln. Sie biken durch Wald, auf Pfaden sowie auf Naturpisten.

Obwohl unsere Reisen in der Trockenzeit zwischen Oktober und April stattfinden, kann es gelegentlich regnen. Bei Regen kann der Boden aufgeweicht und rutschig sein und das Radfahren erschweren.

Durch die ungewohnten Temperaturen (Hitze, hohe Luftfeuchtigkeit, während der Trockenzeit viel Staub) können selbst einfache Radetappen sowie einfache Tempelbesichtigungen anstrengend werden. Ihr Organismus muss gesund sein. Konsultieren Sie bitte vor Reisebeginn Ihren Arzt oder Ihre Ärztin und lassen Sie Herz und Kreislauf prüfen.

Denken Sie bitte an eine Kopfbedeckung und guten Sonnenschutz. Manche der weitläufigen Anlagen in Angkor sind noch nicht vom Urwald befreit. Dies verleiht ihnen einerseits einen besonderen Reiz, erfordert andererseits aber von den Besuchern stellenweise "Kraxeleyen" über Wurzeln und Tempeltrümmer. Während der Radtouren



## **Reisebeschreibung**

---

und Besichtigungen tragen Sie nur Ihren Tagesrucksack mit dem Notwendigsten (z. B. Wasserflasche, Fotoausrüstung usw.).

Übernachtet wird in Hotels, Gästehäusern und in den Häusern der Dorfbewohner. In den Dörfern stehen keine Einzelzimmer zur Verfügung. Sie sind in Gemeinschaftsräumen untergebracht. Matratzen, Moskitonetze, Kissen und Decken werden in den Häusern gestellt. Bitte legen Sie hinsichtlich Service und Hygiene nicht westeuropäische Maßstäbe an, Kambodscha steht touristisch noch am Anfang seiner Entwicklung.

### **Wichtige Hinweise**

Selbstverständlich ist es das Ziel Ihrer Reiseleitung und unserer Partner, sämtliche Programmpunkte zu erreichen. Sollte es witterungsbedingt, aus organisatorischen oder sonstigen Gründen notwendige Abweichungen von der Ausschreibung geben, bitten wir um Ihr Verständnis.



## Reisedetails

---

### Sie haben folgende Reisedaten gewählt:

<b>Reiseziel</b>	Kambodscha - MTB - Kambodscha - Tempel, Dschungel und Meer
<b>Veranstalter</b>	Cycling unlimited
<b>Reiseart</b>	geführt
<b>Buchungsnummer</b>	900823-1343767
<b>Beginn</b>	Mrz 2017 (auf Anfrage)
<b>Ende</b>	
<b>Reisedauer</b>	16 Tage
<b>Preis ab</b>	Preis auf Anfrage
<b>Unterkunftsart</b>	Hotel
<b>Etappenlänge</b>	Mountainbike-Tour
<b>Teilnehmerzahl</b>	10 / 15
<b>Kindertauglich</b>	nein
<b>Leistungen</b>	Flug mit Malaysian Airlines Frankfurt - Kuala Lumpur - Siam Rep / Phnom Penh - Kuala Lumpur - Frankfurt; Englisch sprechender lokaler Fahrrad-Guide; Übernachtung in Mittelklasse-Hotels, einfachen Gästehäusern, in den Häusern der Dorfbewohner; meist Vollpension; Gepäcktransport und Begleitfahrzeug; Transfers/Fahrten lt. Programm; Mountainbike-Miete; Top-Schutz: Stornokosten-Versicherung, Reisehaftpflicht-Versicherung, Reisekranken-Versicherung mit medizinischer Notfall-Hilfe, Rundum-Sorglos-Service
<b>Zusatzkosten/ -leistungen</b>	Einzelzimmer-Zuschlag EUR 220,- p.P.; Visum (bei Einreise USD 30,- / Stand 10/14); fehlende Mahlzeiten, Getränke, Trinkgelder sowie Eintrittsgelder, individuelle Ausflüge und Besichtigungen.
<b>Preisnachlässe</b>	



## Mögliche Termine

**Die Reise wird zu folgenden Terminen angeboten:**

### **Beginn**

Feb 2017 (auf Anfrage)  
Mrz 2017 (auf Anfrage)

### **Preis**

Preis auf Anfrage  
Preis auf Anfrage

Bei einer Buchung der Reise für einen anderen als dem unten im Buchungsformular eingetragenen Termin können die Reisedetails abweichen. Insbesondere die Preise, Zusatzkosten und Preisnachlässe unterscheiden sich zwischen den verschiedenen Terminen.

Bitte senden Sie das ausgefüllte Buchungsformular per Fax an:  
(02227) 92 43-42

oder per Post an:

Die Radreisen-Datenbank  
Mittelstraße 9  
D-53332 Bornheim





## Buchungsanfrage per Fax an (02227) 924342

Ich (Wir) möchte(n) an folgender Reise teilnehmen. Bitte prüfen Sie die Verfügbarkeit der entsprechenden Anzahl von Plätzen.

Die Verantwortung für den Ablauf der Buchung und die Durchführung der Reise obliegt einzig und allein dem jeweiligen Veranstalter. Die Reisebuchung wird erst durch schriftliche Bestätigung des Veranstalters wirksam. Es gelten die AGB des Veranstalters.

Name \_\_\_\_\_  
Straße \_\_\_\_\_  
PLZ/Ort \_\_\_\_\_  
E-Mail \_\_\_\_\_  
Telefon \_\_\_\_\_

**Reiseziel** Kambodscha - MTB - Kambodscha - Tempel, Dschungel und Meer  
**Veranstalter** Cycling unlimited  
**Buchungsnummer** 900823-1343767  
**Beginn** Mrz 2017 (auf Anfrage)  
**Ende**  
**Reisedauer** 16 Tage  
**Preis ab** Preis auf Anfrage  
**Leistungen** Flug mit Malaysian Airlines Frankfurt - Kuala Lumpur - Siam Rep / Phnom Penh - Kuala Lumpur - Frankfurt; Englisch sprechender lokaler Fahrrad-Guide; Übernachtung in Mittelklasse-Hotels, einfachen Gästehäusern, in den Häusern der Dorfbewohner; meist Vollpension; Gepäcktransport und Begleitfahrzeug; Transfers/Fahrten lt. Programm; Mountainbike-Miete; Top-Schutz: Stornokosten-Versicherung, Reisehaftpflicht-Versicherung, Reisekranken-Versicherung mit medizinischer Notfall-Hilfe, Rundum-Sorglos-Service  
**Zusatzkosten/leistungen** Einzelzimmer-Zuschlag EUR 220,- p.P.; Visum (bei Einreise USD 30,- / Stand 10/14); fehlende Mahlzeiten, Getränke, Trinkgelder sowie Eintrittsgelder, individuelle Ausflüge und Besichtigungen.

### Preisnachlässe

Bitte tragen Sie hier Ihre Sonderwünsche (EZ, Leihrad, Abflughafen etc.), die Namen aller Mitreisenden, den Reisebeginn sowie Kommentare und Anmerkungen ein:

---

---

---

---

\_\_\_\_\_  
Ort, Datum, Unterschrift