



Reisebeschreibung

Kambodscha , Vietnam - Grenzenlos Radfahren zwischen Angkor und Saigon

Alte Hochkultur mischt sich hier mit ländlichem Leben

Alte Hochkultur mischt sich hier mit ländlichem Leben - die Ebene um Angkor Wat ist wie geschaffen fürs Fahrradfahren! Steigen Sie in den Sattel und begleiten Sie uns auf dieser Radtour durch die ländlichen und kulturellen Schatzkammern der beiden Länder!



Während wir gemächlich an kleinen Kanälen entlang und vorbei an weiten Reisfeldern radeln, können wir den Duft und die Farben der Umgebung genießen, aber auch immer wieder einfach anhalten, ein Gespräch mit den Menschen hier beginnen und uns die Arbeit in den vielen kleinen Handwerksbetrieben erklären lassen. Der Rhythmus der Region, das herzliche Miteinander der Menschen und der Duft der Exotik werden Sie schnell in den Bann ziehen. Und in Saigon erleben Sie eine wachsende asiatische Megapolis. Viel Spaß!

Highlights

- Grenzenlos Radfahren zwischen dem fantastischen Angkor und dem dynamischen Saigon
- Sehen - riechen - fühlen: Märkte und Manufakturen im Mekongdelta
- Halb Gott, halb Mensch. Besuch einer Apsara-Tanzschule
- Eintauchen ins Familienleben - Einblicke bei Angkor und auf einer Mekonginsel
- Relaxen gefällig? Bei einer Fuß-Reflexzonen- und Blinden-Massage alles mal loslassen
- Besuch von Märkten und Manufakturen per Rad

Reiseverlauf 2021

Tag 1

Abflug aus Deutschland

Wir fliegen ab Frankfurt los nach Siem Reap, der Provinzhauptstadt vor den Toren Angkors.

Tag 2

Ankunft in Siem Reap

Bei unserer Ankunft am Vormittag werden wir am Flughafen begrüßt und zum Hotel gebracht. Nachmittags unternehmen wir einen Spaziergang durch das lebhafte Städtchen und viel besuchte Touristenzentrum, das als Tor zu den beeindruckenden Ruinen Angkors gilt.

Die bewegte Vergangenheit der Stadt spiegelt sich im Namen wider - "Siem Reap" bedeutet so viel wie "Ort der Niederlage der Siamesen" und erinnert an den Sieg der Khmer über das Thai-Königreich Ayutthaya im 17. Jahrhundert. Einst nicht viel mehr als ein Fischerdorf, ist Siem Reap heute Kambodschas schnellstwachsende Stadt. Diese Entwicklung geht vor allem auf die vielen Reisenden zurück, die Siem Reap seit der



Reisebeschreibung

Wiederentdeckung von Angkor im Jahr 1860 besuchen.
Abends stimmen wir uns bei einem gemeinsamen Begrüßungssessen im Marum Restaurant auf die nächsten Tage ein.
4 Übernachtungen im Le Jardin d´ Angkor Hotel & Resort in Siem Reap
Abendessen

Tag 3

Angkor und Umgebung per Rad

Heute erkunden wir per Rad die weitläufigen Tempelanlagen von Angkor und Umgebung. In einem riesigen Areal liegen über 100 große und kleine Bauten aus der Zeit zwischen dem 11. und 14. Jahrhundert, darunter sogar die Überreste einer ganzen Stadt - Angkor Thom. Highlights sind unter anderem der Bayon mit seinen vielen Gesichtern und die Elefanten-Terrasse. Einige der Tempel, wie der mysteriös wirkenden Ta Prohm, zeigen eindrucksvoll die Macht der Natur. Wie Tentakel umklammern die mächtigen Wurzeln der Urwaldriesen Türme, Fassaden und Mauern einiger Bauwerke.

Am Nachmittag genießen wir die Führung durch die eindrucksvolle Anlage von Angkor Wat, dem flächenmäßig größten religiösen Bauwerk der Welt mit seinen faszinierenden Reliefs, massiven Türmen und steinernen Figuren. Ihre Reiseleitung wird Ihnen die Hintergründe und Geschichte des Tempels erläutern, der heute das nationale Symbol der Khmer ist.

Abends haben Sie die Möglichkeit sich bei einer einstündigen Fußreflexzonen-Massage zu entspannen.

Fahrradtagesetappe: ca. 25-30 km; etwa 3 Std. in ebenem Gelände, viele Stopps
Frühstück

Tag 4

Angkor - Bantey Srei und Dorfbesuch

Heute radeln wir auf kleinen Wegen und vorbei an vielen anderen Tempeln hinaus aufs Land. Die Menschen, die hier leben bestellen ihre Felder noch genauso wie es es ihre Vorfahren vor Jahrhunderten getan haben.

Wir statten dem hinduistischen Tempel Banteay Samré, der recht idyllisch zwischen Reisfeldern liegt, einen Besuch ab. Nahe dem Tempel stärken wir uns bei einem Imbiss bei einer Familie im nahen Dorf.

Im Anschluss geht es zum ebenfalls hinduistischen Banteay Srei-Tempel, einem wahren Juwel der Khmer-Kunst. Sein rosafarbener Sandstein ist über und über bedeckt von feinen Steinmetzarbeiten.

Am Nachmittag schließlich fahren wir per Bus zurück zum Hotel in Siem Reap..

Fahrradtagesetappe: ca. 45 km in ebenem Gelände, teils unbefestigte Wege, viele Stopps

Fahrt: ca. 1,5 Std.

Frühstück

Mittagessen

Tag 5

Ländliches Kambodscha und Freizeit in Siem Reap

Per Tuk Tuk, dem klassischen Fortbewegungsmittel der Einheimischen, und später per Ochsenkarren, unternehmen wir einen Ausflug ins Umland von Siem Reap. Zwischen Reisfeldern und kleinen Dörfern erfahren wir Wissenswertes über Leben und Alltag außerhalb der Stadt. Wir sehen die traditionellen Stelzenhäuser, besuchen eine aktive



Reisebeschreibung

Pagode und die Englischschule der NGO HUSK.

Zurück in Siem Reap erleben Sie den Nachmittag nach Ihren individuellen Wünschen und persönlichen Vorstellungen. Wir haben für Sie mehrere Empfehlungen vorbereitet.

Frühstück

Tag 6

Unterwegs nach Phnom Penh

Heute fahren wir durch das typisch ländliche Kambodscha zur Hauptstadt Phnom Penh, die direkt am mächtigen Mekong River liegt. Während der Fahrt können wir viele Eindrücke vom touristisch kaum erschlossenen Hinterland sammeln und einen guten Einblick in das authentische Alltagsleben abseits der Städte und Touristenzentren bekommen.

Am Nachmittag erreichen wir das pulsierende Phnom Penh, wirtschaftliches und politisches Zentrum des Königreichs. Wer mag unternimmt einen Bummel entlang der Uferpromenade. Hier gibt es gerade in kulinarischer Hinsicht einiges zu entdecken: neben den westlich anmutenden Restaurants bieten fliegende Händler und Garküchen ihre oft sehr exotischen Speisen an.

Gegen Abend unternehmen wir eine etwa einstündige Kreuzfahrt auf dem Mekong, der Lebensader der Stadt, während der wir die Sonne über den goldenen Tempeldächern untergehen sehen.

Im ambitionierten Malis Restaurant erwartet uns ein Abendessen mit typisch kambodschanischer Küche, die während des Regimes der Roten Khmer fast in Vergessenheit geraten ist. Küchenchef Luu Meng entdeckt mehr und mehr der knackig-würzigen Köstlichkeiten neu und bringt sie auf die Karte seines Restaurants.

Fahrt: 320 km, ca. 6,5 Stunden.

1 Übernachtung in der Villa Langka in Phnom Penh

Frühstück

Abendessen

Tag 7

Eindrücke von Phnom Penh und Fahrt an die Küste

Frühmorgens beginnen wir mit unserer Erkundung von Kambodschas Hauptstadt. Wir besuchen den prunkvollen Königspalast und die Silberpagode, deren Fußboden von 5.000 Silberplatten bedeckt ist. Weiter geht es zum Wat Phnom, der auf einem Hügel liegt und einen tollen Panoramablick über die Stadt bietet. Nach einem Bummel über den Markt, essen wir in einem lokalen Restaurant zu Mittag.

In einer Apsara-Tanzschule erhalten wir Einblicke in die Kunstform des kambodschanischen Tempeltanzes.

Nachmittags fahren wir nach Kep, ein kleiner Küstenort nahe der Grenze zu Vietnam.

Kep war vor dem Bürgerkrieg ein sehr beliebtes Wochenend- und Urlaubsziel für betuchte Städter aus Phnom Penh. Heute sind die wunderschönen Strände der Halbinsel noch herrlich ruhig - der Massentourismus hat in Kep nie Einzug gehalten. Kulinarisch ist Kep vor allem für frischen Krabben, feurig-frisch mariniert in Kampot-Pfeffer und Limettensaft, bekannt.

Fahrt: ca. 3,5 Std.

2 Übernachtungen im Vanna Hill Resort in Kep

Frühstück

Mittagessen



Reisebeschreibung

Tag 8

Radtour an der Küste und Insel-Entspannung

Per Rad erkunden wir morgens die Gegend. Wir sehen sattgrüne Reisfelder und Pfefferplantagen, wo wir erfahren wie Pfeffer geerntet und verarbeitet wird.

Eine kurze Bootsfahrt bringt uns zur einsamen Insel Koh Tonsay, auch "Rabbit Island" genannt. Am schönen Sandstrand können wir, nach einem leichten Mittagessen, Baden und Relaxen.

Am Nachmittag kehren wir zum Hotel zurück, wo wir uns vor dem Abendessen mit Meerblick im Sailing Restaurant frisch machen können.

Fahrradtagesetappe: ca. 25 km, in leicht hügeligem Gelände, einfach

Bootsfahrt: ca. 30 min einfach

Frühstück

Mittagessen

Abendessen

Tag 9

Über die Grenze nach Vietnam - entlang der wilden Küste

Unsere letzte Radetappe in Kambodscha führt uns entlang der Küste bis zur vietnamesischen Grenze. Es geht vorbei an traditionellen Stelzenhäusern und ertragreichen Reisfeldern, am Horizont begleiten uns die Berge. In einem Salinenbetrieb legen wir einen Stopp ein und erfahren wie Salz gewonnen wird.

Am späten Vormittag übertreten wir bei Ha Tien die Grenze nach Vietnam. In einer stimmungsvollen Bucht gelegen und von markanten Bergen eingerahmt, ist Ha Tien die vielleicht schönste Stadt des Mekong Deltas. Per Bus oder Rad geht es, entlang der Küste mit ihren vielen kaum erschlossenen Buchten, zur Halbinsel Hon Chong.

Feinsandige Strände und steil aufragende Klippen machen den Charme des Ortes aus.

Fahrradtagesetappe: ca. 45 km, meist eben;

Fahrzeit gesamt: ca. 50 km, 1,5 Std

1 Übernachtung im Hon Trem Resort & Spa in Hon Chong

Frühstück

Tag 10

Ins Mekong-Delta nach Can Tho

Mit dem Rad erkunden wir das Kap um Hon Chong. Hier wohnen vor allem Fischer, Bootsbauer und Bauern, oft kambodschanischer Abstammung. Wir folgen einer Nebenstraße, die sich zwischen Reisfeldern und Obstgärten windet. Oft führt unsere Strecke entlang kleiner Kanäle, ein kurzes Stück folgen wir der Küstenlinie.

Später wechseln wir das Transportmittel und fahren per Bus weiter nach Can Tho, der größten Stadt im Mekong-Delta. Abends bleibt uns Zeit die quirlige Stadt zu entdecken. Den Abend lassen wir beim gemeinsamen Abendessen in einem lokalen Restaurant ausklingen.

Fahrradtagesetappe: ca. 30 km, 2 Std., meist eben;

Fahrzeit gesamt: ca. 200 km, 5-6 Std.

2 Übernachtungen im Hau Giang Hotel in Can Tho

Frühstück

Abendessen

Tag 11



Reisebeschreibung

Unterwegs im Mekong-Delta per Rad und Boot

Am frühen Morgen besichtigen wir per Boot den quirligen schwimmenden Markt von Cai Rang, auf dem die Agrarprodukte der Region umgeschlagen werden. Verschiedenste Waren werden hier von Boot zu Boot gehandelt. Danach gelangen wir per Rad über kleine Wege zu einem Obstgarten, wo wir bei einem späten Frühstück die Früchte des Mekong Deltas gezeigt bekommen und genießen können.

Anschließend radeln wir durch das Umland von Can Tho. In den Dörfern und auf dem Feldern erwarten uns viele Begegnungen am Wegesrand und wir bekommen wir einen Eindruck vom ländlichen Leben im Süden Vietnams.

Fahrradtagesetappe: ca. 15 - 20 km mit vielen Stopps

Frühstück

Tag 12

Radtour auf der Mekong-Insel

Morgens fahren wir per Bus nach Vinh Long und per Fähre zur Mekong-Insel an Binh.

Hier angekommen steigen wir auf die Räder um und erkunden die Mekong-Insel An Binh aktiv. An Binh ist von kleinen Flussarmen durchzogen und mit fruchtbaren Obstplantagen übersät. Bei einer Familie essen wir zu Mittag.

Im Anschluss machen wir uns per Bus und teils per Rad auf dem Weg nach Cai Be.

Unsere Unterkunft direkt am Ufer des Mekong erreichen wir am späten Nachmittag.

Fahrradtagesetappe: gesamt ca. 35 km, meist eben

2 Übernachtungen im Mekong Riverside Resort bei Cai Be

Frühstück

Mittagessen

Tag 13

Markt, Radtour und Erholung am Mekong

Morgens unternehmen wir eine Radtour zum Markt von Cai Be, wo wir viele frische Produkte bestaunen können.

Danach radeln wir, vorbei an einer alten französischen Kirche, zu kleinen Manufakturen und einem alten Haus mit Obstgarten. Entlang der Kanäle führt uns unser Weg zu einer Ziegelfabrik in Hoa Hiep, bevor wir nach einer Mittagspause wieder zurück zum Hotel fahren.

Der Nachmittag steht zur freien Verfügung um zu entspannen oder Cai Be auf eigene Faust zu erkunden.

Fahrradtagesetappe: ca. 20 km, meist eben

Frühstück

Tag 14

Erkundungen in Saigon

Mit dem Bus fahren wir nach Saigon. Gegen Mittag erreichen wir das "Paris des Südens" und unternehmen einen ersten Orientierungsspaziergang. Wir erkunden das wuselige Chinesenviertel Cho Lon mit dem Thien Hau-Tempel, der Medizinstraße und dem Binh Tay-Markt.

Am späten Nachmittag erleben wir einen ganz besonderen Kontakt mit der einheimischen Bevölkerung. Wir besuchen ein Projekt, das blinden oder sehrbehinderten Jugendlichen eine Zukunft durch eine Ausbildung zum/r Masseur/in ermöglicht. Wer mag kann sich selbst von den Fähigkeiten der jungen Menschen überzeugen oder in einem Café dem Treiben auf den belebten Straßen Saigons zusehen.



Reisebeschreibung

Fakultativ haben Sie am Abend haben Sie die Möglichkeit ein Wasserpuppentheater zu besuchen.

Am Abend lassen wir unsere Reise gemeinsam beim Abendessen bei vietnamesischen Spezialitäten ausklingen und unsere Erlebnisse Revue passieren.

Fahrt: 100 km, etwa 2-2,5 Std.

1 Übernachtung im Sonnet Hotel in Saigon

Frühstück

Abendessen

Tag 15

Metropole Saigon und Heimreise

Mutter fährt mit ihrem Kind auf dem Fahrrad in einem Dorf im Mekongdelta.

Bei einem Stadtrundgang mit Besuch des kolonialen Postamtes, der Kathedrale Notre Dame und dem Wiedervereinigungspalast (von außen) lernen wir die pulsierende Metropole und die Höhepunkte Saigons näher kennen.

Nachmittags haben Sie noch etwas Zeit für eigene Unternehmungen, ehe wir gemeinsam auf einer Dachterrasse einen Cocktail genießen und unseren Blick zum Abschied über die Metropole schweifen lassen können.

Danach fahren wir zum Flughafen, wo voraussichtlich am späten Nachmittag unser Rückflug nach Deutschland startet.

Frühstück

Tag 16

Ankunft in Deutschland

Am Morgen kommen wir am Flughafen in Frankfurt an.

An 8 Tagen unternehmen wir kleine Radtouren zwischen 20 und 35 km Länge. Die Strecken sind einfach und meist flach, die Anforderung wegen des Klimas moderat. Die Radtouren im Mekong-Delta und um Angkor sind bei durchschnittlicher Fitness gut zu genießen. Falls sich jemand an irgendeinem Tag der Radtour nicht wohlfühlt, kann er/sie auch mit unserem Begleitbus fahren oder die Radstrecke verkürzen. Helme können vor Ort kostenlos geliehen werden. Offenheit und Teamfähigkeit sowie eine gewisse Flexibilität sind für diese Reise sehr wichtig. Bedenken Sie bitte, dass die klimatischen und die Verkehrs-Verhältnisse in Vietnam und Kambodscha nicht mit den hiesigen zu vergleichen sind. Geplante und ungeplante Begegnungen stellen einen wichtigen Aspekt dieser Reise dar. Kultur, Natur und aktive Erholung werden nicht zu kurz kommen.



Reisedetails

Sie haben folgende Reisedaten gewählt:

Reiseziel	Kambodscha , Vietnam - Grenzenlos Radfahren zwischen Angkor und Saigon Alte Hochkultur mischt sich hier mit ländlichem Leben
Veranstalter	Reisen mit Sinnen
Reiseart	geführt
Buchungsnummer	200149-1805529
Beginn	30.10.2021
Ende	14.11.2021
Reisedauer	16 Tage
Preis ab	EUR 3.860,00
Unterkunftsart	Hotel
Etappenlänge	30 - 50 km
Teilnehmerzahl	6 / 12
Kindertauglich	nein
Leistungen	; Linienflug Frankfurt-Siem Reap, Saigon-Frankfurt in der Economy Class; Alle Transfers laut Programm im Privatfahrzeug; Insg. 13 Übernachtungen (8x mit Pool): 11x DZ, Du/WC, 2x Mehrbettzimmer; 13x Frühstück, 3x Mittag-, 6x Abendessen (tlw. mehrgängig); Programm-Details: 8 Radtouren, Bootsfahrten nach Kep und im Mekongdelta, Stadtführungen in Siem Reap, Phnom Penh und Saigon, Ochsenkarren-Fahrt, Besuch einer Apsara-Tanzschule, Pfefferplantage, Saline, Fuß-Reflexzonen- und Blinden-Massage, Eintritte laut Detailprogramm; Qualifizierte lokale Insider-Reiseleitung in Deutsch (1x Je Land),; teilweise lokale Fahrrad-Guides in Englisch; Indochina Karte, Reise Know How-Verlag, Infomaterial; 10 EUR Spende an Biodiversity Foundation von Dirk Steffens
Zusatzkosten/ -leistungen	Reisepreis im EZ 3860,00 EUR; An- und Abreise zum Flughafen Frankfurt; Visum (Kambodscha bei der Einreise für 30 USD); Getränke und Verpflegung, soweit nicht anders im Programm erwähnt; Trinkgelder und sonstige persönliche Ausgaben; ; 50% Freiwilliger atmosfair-Beitrag für Ihren Hin- und Rückflug Frankfurt - Siem Reap, Saigon - Frankfurt-: 59 EUR pro Person ; Rail&Fly 2. Klasse: 75 EUR; Rail&Fly 1. Klasse: 135 EUR; Business-Class oder Premium Economy Class: auf Anfrage; Innderdeutsche Zubringerflüge: ab 280 EUR; Reiseschutz. Gern machen wir Ihnen ein Angebot über unseren Partner, der ERGO Reiseversicherung als Jahresschutz oder einmalig für diese Reise.**; Empfohlene Verlängerungen & Fakultative Ausflüge

Preisnachlässe



Mögliche Termine

Die Reise wird zu folgenden Terminen angeboten:

Beginn	Ende	Preis
30.10.2021	14.11.2021	ab EUR 3.860,00
27.11.2021	12.12.2021	ab EUR 3.860,00
19.02.2022	06.03.2022	ab EUR 3.860,00

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

QR-Code zur Reise:





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 , Vietnam - Grenzenlos Radfahren zwischen Angkor und Saigon Alte Hochkultur mischt sich hier mit ländlichem Leben

Veranstalter Reisen mit Sinnen

Buchungsnummer 200149-1805529

Beginn 30.10.2021

Ende 14.11.2021

Reisedauer 16 Tage

Preis ab EUR 3.860,00

Leistungen ; Linienflug Frankfurt-Siem Reap, Saigon-Frankfurt in der Economy Class; Alle Transfers laut Programm im Privatfahrzeug; Insg. 13 Übernachtungen (8x mit Pool): 11x DZ, Du/WC, 2x Mehrbettzimmer; 13x Frühstück, 3x Mittag-, 6x Abendessen (tlw. mehrgängig); Programm-Details: 8 Radtouren, Bootsfahrten nach Kep und im Mekongdelta, Stadtführungen in Siem Reap, Phnom Penh und Saigon, Ochsenkarren-Fahrt, Besuch einer Apsara-Tanzschule, Pfefferplantage, Saline, Fuß-Reflexzonen- und Blinden-Massage, Eintritte laut Detailprogramm; Qualifizierte lokale Insider-Reiseleitung in Deutsch (1x Je Land),; teilweise lokale Fahrrad-Guides in Englisch; Indochina Karte, Reise Know How-Verlag, Infomaterial; 10 EUR Spende an Biodiversity Foundation von Dirk Steffens

Zusatzkosten/leistungen Reisepreis im EZ 3860,00 EUR; An- und Abreise zum Flughafen Frankfurt; Visum (Kambodscha bei der Einreise für 30 USD); Getränke und Verpflegung, soweit nicht anders im Programm erwähnt; Trinkgelder und sonstige persönliche Ausgaben; ; 50% Freiwilliger atmosfair-Beitrag für Ihren Hin- und Rückflug Frankfurt - Siem Reap, Saigon - Frankfurt-: 59 EUR pro Person ; Rail&Fly 2. Klasse: 75 EUR; Rail&Fly 1. Klasse: 135 EUR; Business-Class oder Premium Economy Class: auf Anfrage; Innderdeutsche Zubringerflüge: ab 280 EUR; Reiseschutz. Gern machen wir Ihnen ein Angebot über unseren Partner, der ERGO Reiseversicherung als



Buchungsanfrage per Fax an (02227) 924342

Jahresschutz oder einmalig für diese Reise.**; Empfohlene
Verlängerungen & Fakultative Ausflüge

Preisnachlässe

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



Die Radreisen-Datenbank
<http://www.fahrradreisen.de>

Buchungsanfrage per Fax an (02227) 924342

Ort, Datum, Unterschrift