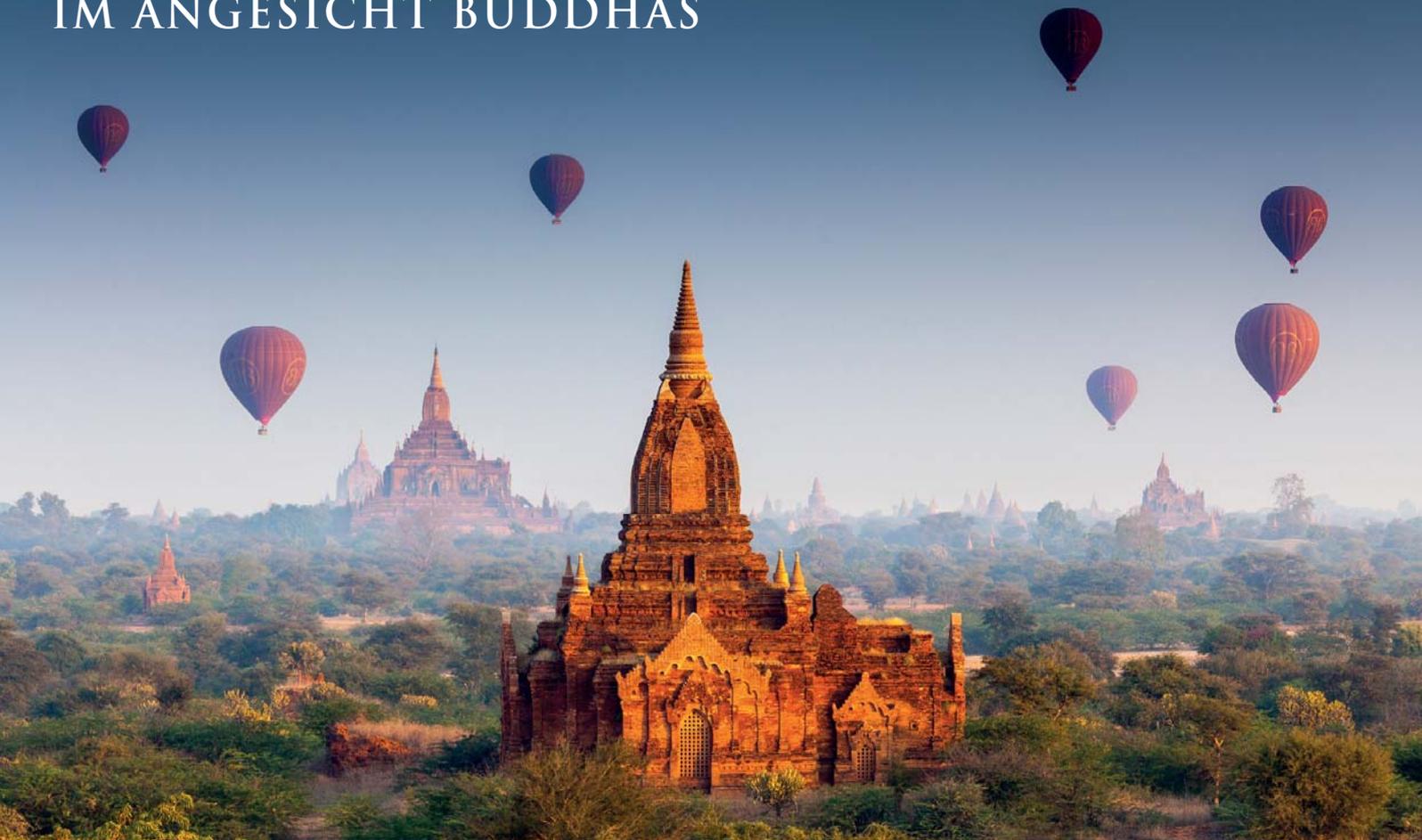


MYANMAR

IM ANGESICHT BUDDHAS



11-TÄGIGE STUDIEN- UND ERLEBNISREISE

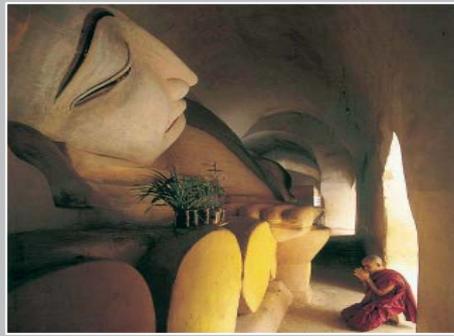
Information und Beratung vom Spezialisten
Seit 23 Jahren Partner für hochwertige Studien- und Erlebnisreisen
HOTLINE TEL. 02245-9156-11

EXO-TOURS

Ihr kompetenter Partner für exklusive Fernreisen

Höhepunkte der Reise:

- ➔ Yangon mit der goldenen Shwedagon Pagode
 - ➔ Bagan, die kulturhistorisch bedeutsame Ruinenstadt
 - ➔ Essenspende-Zeremonie im Kloster
 - ➔ Bootsfahrt auf dem Ayeayawaddy Fluss zum Sonnenuntergang
 - ➔ Besuch eines lokalen Marktes und eines Bauerndorfes
 - ➔ Mandalay, die letzte burmesische Königsstadt
 - ➔ Besichtigung der Kuthodaw Pagode mit Fahrradrickschas
 - ➔ Besuch der U Bein Teakholzbrücke und des Klosters in Amarapura
 - ➔ Ava, Inselerkundung mit einer traditionellen Pferdekutsche
 - ➔ Bootsfahrt nach Sagaing mit seinen 600 Pagoden
 - ➔ Besichtigung traditioneller dörflicher Handwerksstätten
 - ➔ Bootsfahrt auf dem berühmten Inle-See mit den Schwimmenden Gärten
 - ➔ Besuch eines farbenprächtigen Marktes der Bergvölker und eines Dorfes
 - ➔ Bummel über den Scott Markt
 - ➔ Einkehr in schönen, örtlichen Restaurants mit landestypischem Ambiente
 - ➔ Übernachtung in ausgewählten, schönen Hotels
- ... und vieles mehr



PROGRAMMABLAUF:

01. Tag: Frankfurt - Bangkok

Am Nachmittag Linienflug mit Thai Airways International von Frankfurt nach Bangkok. Nachtflug.

02. Tag: Bangkok – Yangon (A)

Am frühen Morgen Ankunft in Bangkok und kurzer Anschlussflug nach Yangon, der ehemaligen Hauptstadt Myanmars. Sie ist immer noch Myanmars größte Metropole und weiterhin das wichtigste kommerzielle Zentrum des Landes. Die koloniale Geschichte und religiöse Tradition machen diese Stadt zu einer der faszinierendsten und einzigartigen Orte Südasiens. Nach der Ankunft am Flughafen werden Sie mit einem herzlichen «mingalabar» von der deutschsprachigen Reiseleitung empfangen. Dann geht es ins geschäftige Zentrum Yangon. Ihre Tour beginnt mit einem Besuch der Kyaukhatyi Pagode, die der 70m langen Statue eines liegenden Buddhas von der Größe eines Blauwals Schutz bietet. Danach legen Sie einen kurzen Stopp am königlichen See im Kandawgyi Park ein, der sehr populär bei den Einheimischen ist, vor allem am frühen Morgen und bei Sonnenuntergang. Sie sehen die Karaweik Hall, eine Reproduktion einer königlichen Barke und genießen die spektakuläre Aussicht auf die Shwedagon Pagode. Anschließend Transfer zu Ihrem Hotel und Zimmerverteilung. Zeit zum Auffrischen und zur Erholung. Rechtzeitig zum Sonnenuntergang Besuch der goldenen Shwedagon Pagode, der strahlendsten Pagode Südasiens. Sie symbolisiert Myanmar wie kein zweites Bauwerk und zählt zu den wichtigsten Heiligtümern der buddhistischen Welt. Gemeinsames Abendessen in einem schönen Restaurant.

Übernachtung Sedona Hotel **** (Superior Zimmer)

03. Tag: Yangon - Bagan (F/A)

Am frühen Morgen Transfer zum Flughafen und Weiterflug nach Bagan. Das in einer Ebene gelegene Ruinenfeld beherbergt die größte Ansammlung religiöser Bauwerke der Welt. Auch heute noch, fast tausend Jahre nach der Entstehung dieses Weltwunders, kann sich niemand der ungeheuren Faszination Bagans entziehen. Am Vormittag genießen Sie zunächst von der Terrasse eines höher gelegenen Tempels den Panoramablick auf das Tempellabyrinth mit mehr als 4000 Tempeln aus roten Ziegelsteinen. Anschließend Weiterfahrt zu einem kleinen Kloster, wo Sie Zeuge einer Essensspende-Zeremonie werden. Ein Teppich wird vor dem Kloster ausgerollt und ein Tisch mit großen Reistöpfen zum Verteilen gedeckt. Die Mönche stellen sich in einer Reihe auf und Sie legen nun jedem Mönch eine große Schüssel Reis auf den Teller. Die Mönche gehen weiter in Klosterinnere, wo sie sich den Reis zusammen mit anderen Gerichten aus der Klosterküche als letztes Mahl des Tages zu Gute führen. Wer möchte, kann im Dialog mit den Mönchen mehr über das monastische Leben in Myanmar erfahren. Anschließend entfliehen Sie der Mittagshitze und genießen eine Abkühlung im Hotelpool. Am späten Nachmittag werden Sie an das Ufer des Irrawaddy Flusses gebracht, wo Sie auf ein privates hölzernes Schiff steigen. Sie können entweder im Schatten oder auf dem Sonnendeck sitzen, um den wunderbaren Blick auf den Ayeyarwaddy Fluss während des Sonnenuntergangs zu genießen. Während einer idyllischen Bootsfahrt sehen Sie mehrere kleine Dörfer, Fischer und lokale Boote sowie natürlich das gigantische Pagodenfeld. Die Sicht auf Bagan vom Fluss aus ist spektakulär. Bei einem landestypischen Rum Sour lassen Sie den Tag gebührend zu Ende gehen. Abendessen in einem schönen Restaurant mit Marionetten Show.

Übernachtung Areindamar Hotel *** (Deluxe Zimmer)

04. Tag: Bagan (F/A)

Fakultativ: Am frühen Morgen besteht die Möglichkeit zu einer eindrucksvollen Ballonfahrt, bei der Sie die einzigartige Tempelwelt Bagans aus der Vogelperspektive erleben (wind- und wetterabhängig/ limitierte Platzanzahl). Nach dem Frühstück geht es zum farbenprächtigen Obst- und Gemüsemarkt von Nyaung-Oo, wo die Einheimischen ihre frischen Erzeugnisse anbieten. Anschließend sind Besichtigungen im Pagodenfeld von Alt-Bagan vorgesehen. Sie starten mit dem Besuch der bekannten Shwezigon-Pagode, die von König Anawratha im frühen 11. Jh. als reiligeses Denkmal errichtet wurde. Weiter geht es zum Ananda Tempel, einem der erhabensten Tempel Bagans. Nach einer Mittagspause steht ein Besuch eines Bauerndorfes auf dem Programm. Hier lernen Sie mehr über das Leben der Landbevölkerung und haben Gelegenheit, mit den überaus freundlichen Burmesen in

Kontakt zu treten. Sie werden bestimmt auch auf ein Tässchen Tee eingeladen. Mit der Pferdekutsche geht anschließend querfeldein durch das Tempellabyrinth Richtung Thatbyinnyu, dem höchsten Tempel in Bagan, über den gigantischen Dhammayangyi Tempel, der für sein außergewöhnliches Ziegelwerk berühmt ist, bis hin zum Sulamani Tempel. Genießen Sie einen unvergesslichen Sonnenuntergang über den heiligen Tempeln Bagans. Abendessen in einem schönen Restaurant. Übernachtung Areindamar Hotel *** (Deluxe Zimmer)

05. Tag: Bagan - Mandalay (F/A)

Nach dem Frühstück werden Sie zum Flughafen gebracht für Ihren Weiterflug nach Mandalay, der letzten burmesischen Königsstadt. Die heute zweitgrößte Stadt des Landes gilt als die künstlerische Hauptstadt Myanmars. Sie wird oft in der Literatur als Asien in seiner traditionellsten, zeitlosesten und charmantesten Form beschrieben und auch so wahrgenommen. Aber wer sich nach Mandalay begibt, findet hier eine boomende und pulsierende Stadt am Ufer des Irrawaddy Flusses vor. Doch trotz der Energie und der florierenden Geschäfte liegt das kulturelle Herz Myanmars, die Tradition der Musik, des Tanzes und Theaters immer noch dort. Nach der Ankunft Transfer zu Ihrem stilvollen First-Class Hotel. Anschließend besichtigen Sie mit Fahrradruckschas die Kuthodaw Pagode, die auch als größtes Buch der Welt bezeichnet wird, da in 729 kleinen Schreinen in Steinstele die Lehre Buddhas eingemeißelt ist. Danach fahren Sie weiter zum Teakholz-Goldkloster Shwe Nandaw, welches das einzige noch vorhandene Gebäude des königlichen Hofes aus dem 19. Jahrhundert ist. Die imposante Struktur wird besonders wegen ihrer unvergleichlichen Holzgravuren von vielen Besuchern bewundert. Am späteren Nachmittag Fahrt nach Amarapura und Besuch des Mahagandayon Klosters, in dem bis zu 1.000 Mönche wohnen und studieren. Es ist berühmt als Zentrum für klösterliche Studien und strikter religiöser Disziplin. Bei Sonnenuntergang besuchen Sie die legendäre U- Bein Brücke, welche 1782 erbaut wurde, als Amarapura das königliche Zentrum der Aufmerksamkeit war. Diese 1,2km Inage Brücke überspannt den Taungthaman See und ist die längste Teakholz-Brücke der Welt. Genießen Sie hier die spezielle Atmosphäre, wenn die Sonne sich am späten Nachmittag senkt und dabei lange Schatten erzeugt und die Einheimischen anstrahlt, während diese heimwärts fahren. Vor dem Abendessen bietet sich noch die Möglichkeit für einen kurzen Bummel über den Nachtmarkt Mandalays, auf dem Sie sicherlich den ein oder anderen kuriosen Artikel finden werden. Abendessen in einem schönen Restaurant.

Übernachtung Mandalay Hill Resort**** (Superior Zimmer)

06. Tag: Mandalay/ Ava/ Sagaing (F/A)

Morgens Besichtigung der Mahamuni Pagode mit ihrer goldbeladenen Buddha-statue, die im ganzen Land verehrt wird. Anschließend Bootsfahrt zur alten Königsstadt Ava, die vom 14. bis 18. Jh. Hauptstadt war und am Zusammenfluss des Ayeyarwaddy und Myitnge Flusses liegt. Sie fahren in einer traditionellen Pferdekutsche zu dem hölzernen Bagaya Kloster, das 1834 von König Bagayidaw erbaut wurde und noch gut erhalten ist, so daß man einen authentischen Eindruck von der Holzbau- und Schnitzkunst in Myanmar erhalten kann. Anschließend geht ihre kleine Kreuzfahrt auf dem Ayeyarwaddy Fluss weiter nach Sagaing. Mit seinen 600 elfenbeinfarben bemalten Pagoden und Klöstern wird Sagaing Hill generell als spirituelles Zentrum Myanmars gesehen. Sie besuchen verschiedene Pagoden, wie die Swan Oo Pon Nya, U Min Thone Sae und Shin Pin Nan Gyaing Pagode. Danach begeben Sie sich auf den lokalen Markt, der weniger touristisch bekannt ist. Nun führt Ihr Weg weiter zu einem kleinen Töpferdorf, das wegen seinen allgegenwärtigen Manufakturen von Wassertöpfen bekannt ist. Dort können Sie Händler beobachten, welche hier noch heute ihre traditionellen Methoden für die Fertigung dieser Waren anwenden. Rückfahrt nach Mandalay. Abendessen in einem schönen Restaurant.

Übernachtung Mandalay Hill Resort **** (Superior Zimmer)





07. Tag: Mandalay - Heho - Inle See (F/A)

Nach dem Frühstück Transfer zum Flughafen und Weiterflug nach Heho. Von hier treten Sie eine einstündige Fahrt nach NyaungShwe an, dem Eingangstor zum malerischen Inle See. Unterwegs haben Sie die Möglichkeit, einige dörfliche Werkstätten zu besuchen, die auf die traditionelle Fertigung von Shan Papier und einzigartigen handgemachten Regenschirmen spezialisiert sind. Sie legen außerdem einen Stopp an dem aus Teakholz erbauten Kloster Shweyanpyay ein, um dort die komplizierten Holzschnitzereien und die Handwerkskunst der Mönche zu bestaunen. Mit motorisierten Langbooten fahren Sie über den Inle See zu Ihrem schönen Hotel. Unterwegs sammeln Sie erste Eindrücke vom Leben des hier ansässigen Volkes der Intha auf ihren schwimmenden Dörfern und den berühmten schwimmenden Gärten. Die Häuser der Inthas werden auf Pfählen im See errichtet. Auf schwimmenden Inseln aus Wasserhyacinthen, Schilf und Humus werden Tomaten, Bohnen, Auberginen und anderes Gemüse angebaut. Um die Hände beim Rudern durch die schwimmenden Gärten frei zu haben, benutzen sie hierfür ihre Füße. Der Inle See ist für das traditionelle „Beinrudern“ bekannt. Besichtigung des schönen Nha Phe Chaung Klosters, das eine große Shan-Buddha-Sammlung beherbergt. Im Anschluss fahren Sie weiter zur bedeutendsten Anlage des Sees, der PhaungDawOo Pagode, mit den 5 heiligen und mit Blattgold beklebten Buddha-Figuren. Gemeinsames Abendessen in Ihrem Hotel.

Übernachtung Pristine Lotus Resort **** (Floating Duplex)

08. Tag: Inle See / Indein (F/A)

Auch an diesem Tag steigen Sie in die motorisierten Langboote und fahren auf dem malerischen See. Genießen Sie die Stimmung und beobachten Sie die Fischer bei ihrer Arbeit. Die umliegenden Berge bilden die perfekte Kulisse für schöne Fotos. Sie steuern heute zuerst das Dorf Khaung Daing an. Noch nicht von vielen Touristen entdeckt, spazieren Sie durch die kleinen Gassen und beobachten die Morgenaktivitäten der Dorfbewohner. Kaung Daing ist berühmt für seine Tofu- und Bohnenproduktion in allen verschiedenen Arten und Sie dürfen natürlich auch einige Leckereien probieren. Anschließend statten Sie dem Morgenmarkt am See einen Besuch ab (der Markt ist jeden Tag geöffnet, außer an Neumond und Vollmond Tagen). Die Position des Marktes verlagert sich alle 5 Tage zu einem anderen Dorf und wird jeden Tag von den Einheimischen des Sees oder der Umgebung besucht, die dort ihre Waren verkaufen. Am Nachmittag führt Sie eine einstündige Bootsfahrt einen kleinen Kanal hinunter in das Pa-Oh Dorf Indein, das sich am westlichen Ufer des Inle Sees befindet. Sie schlendern durch das Dorf, bevor Sie einen moosbewachsenen Weg zur Spitze des Hügels nehmen, wo Sie Hunderte von Stupas im alten Shan-Stil erwarten, die von Moos und Gestrüpp überwachsen sind. Von hier aus genießen Sie einen herrlichen Ausblick auf die friedliche Umgebung. Der Indein Pagoden Komplex ist zweifelsohne eine der erstaunlichsten Sehenswürdigkeiten an den Ufern des Sees. Rückfahrt mit dem Boot zu Ihrem Hotel. Genießen Sie die Idylle des Sees, der sich im Licht der abendlichen Sonne besonders eindrucksvoll präsentiert. Abendessen im Hotel. Weitere Übernachtung am Inle See.

Übernachtung Pristine Lotus Resort **** (Floating Duplex)

09. Tag: Inle See - Heho – Yangon (F/A)

Der Vormittag steht zur freien Verfügung, um noch einmal das Panorama des Inle Sees und die friedliche Atmosphäre zu genießen. Gegen Mittag Rückfahrt zunächst mit dem Boot und anschließend mit dem Bus nach Heho, von wo Sie nach Yangon zurückfliegen. Nach der Ankunft Transfer zu Ihrem Hotel. Genießen Sie zum Abschluss ihrer Reise ein exquisites Abschiedsabendessen in kolonialer Atmosphäre im Le Planteur, einem der besten Restaurants der Stadt.

Übernachtung Sedona Hotel **** (Superior Zimmer)

10. Tag: Yangon - Bangkok - Frankfurt (F)

Nach einem gemütlichen Frühstück steht der Rest des Tages zur freien Verfügung für einen gemächlichen Bummel über den quirligen Boyoke Markt, auch Scott Markt genannt, wo zahlreiche Bazare und Verkaufsstände vielfältige Waren aller Art anbieten. Hier können Sie letzte Einkäufe erledigen oder Souvenirs erstehen. (Der Boyoke Markt ist montags und an öffentlichen Feiertagen geschlossen). Die Koffer können im Gepäckaufbewahrungsraum Ihres Hotel hinterlegt werden. Am späten Nachmittag Transfer zum Flughafen, von wo aus Sie am Abend Ihren Rückflug mit Thai Airways International über Bangkok nach Frankfurt antreten.

11. Tag: Frankfurt

Ankunft in Frankfurt am frühen Morgen und Ende dieser erlebnisreichen Reise in eines der bezauberndsten Länder Asiens.

evtl. Änderungen vorbehalten!

Fakultative Verlängerung Ngapali Beach

09. Tag: Inle See - Heho - Thandwe - Ngapali Beach (F/A)

Nach dem Frühstück Verabschiedung der Basisgruppe, die heute nach Yangon zurückfliegt. Transfer zum Flughafen (nur Fahrer ohne Reiseleitung) in Heho und Weiterflug nach Thandwe für eine Badeverlängerung am traumhaften Ngapali Strand. Nach der Ankunft am Flughafen Transfer mit dem Hotelbus (ca. 20-30 Minuten) zu Ihrem schönen 4-Sterne Resort in Ngapali Beach, welches am weißen, von Palmen gesäumten Sandstrand gelegen ist. Das Resort liegt in einem tropischen Garten mit üppiger Vegetation, in dem die zweistöckigen Bungalows eingebettet sind. Sie können sich am Pool, der an den Sandstrand grenzt, entspannen. Nach dem Check-In können Sie sich noch ein wenig ausruhen und den idyllischen Strand genießen oder auch das Freizeitangebot im Hotel nutzen. Abendessen im Hotel.

Übernachtung Amata Resort & Spa **** (Superior Zimmer) www.amataresortnspa.com

10. Tag: Ngapali Beach (F/A)

An diesem und auch am folgenden Tag können Sie im Hotel oder am Strand entspannen. Beobachten Sie, wie die Fischer ihre Treibnetze am Morgen auswerfen und ihren Fang am späten Morgen in Körbe verladen, fahren Sie mit dem Fahrrad zum bunten Dorfmarkt oder dösen Sie einfach unter wiegenden Palmen und Casuarinabäumen. Frühstück und Abendessen im Hotel.

Übernachtung Amata Resort & Spa **** (Superior Zimmer) www.amataresortnspa.com

11. Tag: Ngapali Beach (F/A)

Ganztägig Badefreizeit. Frühstück und Abendessen im Hotel.

Übernachtung Amata Resort & Spa **** (Superior Zimmer) www.amataresortnspa.com

12. Tag: Ngapali Beach (F/A)

Ganztägig Badefreizeit. Frühstück und Abendessen im Hotel.

Übernachtung Amata Resort & Spa **** (Superior Zimmer) www.amataresortnspa.com

13. Tag: Ngapali Beach-Thandwe-Yangon-Bangkok-Frankfurt (F)

Nach einem entspannten Frühstück werden Sie mit dem Hotelbus zum Flughafen in Thandwe gebracht und fliegen zurück nach Yangon. Nach der Ankunft Transfer mit örtlicher deutschsprechender Reiseleitung in die Stadt. Jetzt haben Sie Gelegenheit, den quirligen Bogyoke Markt, auch unter dem Namen „Scott Market“ bekannt, zu erkunden. Dort können Sie nach Lust und Laune nach myanmarischer Handwerkskunst und Handelswaren stöbern und Ihre letzten Souvenirs erstehen. Am späten Nachmittag Transfer zum Flughafen und Rückflug mit Thai Airways International über Bangkok nach Frankfurt.

14. Tag: Frankfurt

Ankunft in Frankfurt am frühen Morgen und Ende dieser eindrucksvollen Reise.

evtl. Änderungen vorbehalten!