



Detailprogramm

Indien

Faszination Südindien: Yogareise mit Kerstin Einhorn

Inhalt

Reisedetails.....	3
Reiseverlauf.....	3
Vorgesehener Reiseverlauf.....	3
Enthaltene Leistungen.....	6
Zusätzliches Entgelt.....	6
Wahlleistungen.....	6
Termine und Preise.....	6
Teilnehmerzahl.....	6
Reisedauer.....	7
Reiseleitung.....	7
Praktische Hinweise.....	8
Atmosfair / Anreise / Transfers.....	8
Einreisebestimmungen / Sicherheit.....	8
Gesundheit und Impfungen.....	9
Mitnahmeempfehlungen.....	10
Währung / Post / Telekommunikation.....	10
Zollbestimmungen.....	11
Wissenswertes.....	11
Versicherung.....	11
Nebenkosten / Trinkgelder.....	12
Umwelt.....	12
Bewusst reisen mit NEUE WEGE.....	13
Zeitverschiebung und Klima.....	13
Sprache und Verständigung.....	13
Religion und Kultur.....	13
Essen und Trinken.....	14
Einkaufen und Souvenirs.....	14
Besondere Verhaltensweisen.....	15
Reiseliteratur.....	16
Ihre Reisenotizen.....	18

Reisedetails

Indien

Faszination Südindien: Yogareise mit Kerstin Einhorn

Reiseverlauf

- Majestätische Tempel und die Südspitze Indiens in Tamil Nadu
- Naturerlebnis Kerala: Teefelder, Gewürzgärten und Backwaters
- Yoga am Strand der Westküste Indiens



Kommen Sie mit - Eine Entdeckungsreise zu den vielfältigen Höhepunkten Südindiens erwartet Sie!

Sie starten im historischen Gewürz- und Handelszentrum Cochin und einem Tag in den malerischen Backwaters von Keralas Westküste. Danach geht es zu den Tee- und Gewürzplantagen der Westernghats. Die beeindruckenden Tempelanlagen in Madurai, Trichy und Rameshwaram lassen Sie in das spirituelle Indien eintauchen und das bunte Leben in den Straßen Tamil Nadus erleben. Ein Besuch am „Ende der Welt“, der Südspitze Indiens markiert das Ende der Rundreise. Gleichzeitig ist es der Beginn entspannter Yogatage am Strand von Kovalam.

Vorgesehener Reiseverlauf

Änderungen vorbehalten

1. Tag: Abreise in Europa

Flug von Europa nach Cochin.



2. Tag: Ankunft in Cochin - Historisches Fort Cochin - Kathakali Tanz

Transfer ins Hotel Fort House im historischen Fort Cochi. Hier herrscht quirliges Leben in den schmalen Gassen gesäumt von Gewürzläden und Antiquitätengeschäften.

Nach dem gemütlichen Ankommen mit einem traditionellen Willkommensgetränk im Hotel fahren Sie in das jüdische Viertel und finden sich in der ehemaligen Hochburg des Pfefferhandels wieder. Sie besichtigen die Synagoge Pardesi mit ihren handgemalten chinesischen Kacheln, die von einer Liebesgeschichte erzählen. Im holländischen Palast sehen Sie einige Meisterwerke keralischer Malerei. Am Abend besuchen Sie eine der berühmten Kathakali Vorstellungen, einer der ältesten Tanzformen überhaupt. Es verbinden sich Musik, Literatur und Rituale zu einem farbenfrohen Drama der indischen Mythologie, welches durch ausdrucksstarke Körpersprache und Mimiken erzählt wird.

3. Tag: Jüdisches Viertel – Transfer nach Alleppey - Meditation am Meer

Nach dem Frühstück unternehmen Sie einen Spaziergang durch die engen Gassen der Altstadt. Sie besuchen die St. Francis Kirche - der ältesten von Europäern gebauten Kirche in Indien in der Vasco da Gama begraben lag. Weiter geht es zu den chinesischen Fischernetzen – dem Wahrzeichen Fort Kochis - wo Sie den Fischern bei ihrer Arbeit zuschauen können.

Gegen Nachmittag brechen Sie auf nach Alleppey und übernachten an den malerischen Backwaters. Am Abend besuchen Sie schon einmal die nahegelegene Küste des Arabischen Ozeans und Kerstin führt Sie durch eine Meditation beim Rauschen der Wellen.

4. Tag: Mit dem Boot durch die Backwaters - Indischer Kochkurs

Nach dem Frühstück nimmt ein kleines Boot Sie durch die materischen Backwaters mit. In dem Wasserstraßenlabyrinth fließen Süß- und Salzwasser zusammen. Dieser besondere Umstand schafft einzigartige Lebensbedingungen für die Tier und Pflanzenwelt dieser Gegend. Auch die Menschen haben sich an das Leben auf und rund um das Wasser angepasst. Entdecken Sie traditionelles indisches Leben, welches sich nahtlos in die natürliche Schönheit des riesigen Wasserstraßensystems einfügt.

Am Abend lernen Sie die Handfertigkeiten der indischen Kochkunst kennen und bereiten so Ihr Abendessen selbst zu.



5. Tag: Transfer nach Thekkady – Teefabrik - Kalari-payattu-Vorstellung

Gewundene Strassen führen Sie durch Kautschuk-, Tee- und Gewürzplantagen auf dem Weg in die Cardamomhills. Auf einer Höhe von fast 1000 m und angenehmen Temperaturen erreichen Sie Thekkady. Kurz vor dem Ziel besichtigen Sie eine Teefabrik und erfahren alles Wichtige über Tee-anbau und Genuss des indischen Nationalgetränks „Chai“.

Zum frühen Abend wohnen Sie einer Demonstration des faszinierenden Kalaripayattu bei. Diese traditionelle indische Kampfkunst stellt eine Symbiose dar, zwischen Akrobatik, Yoga und uralten Erkenntnissen über den menschlichen Körper. Zumeist Jungen trainieren über Jahre in speziellen Schulen unter der Leitung von Gurus bis sie die Koordination zwischen Körper und Geist perfekt beherrschen.



6. Tag: Yoga am Morgen - Gewürzgarten - Klangschalenworkshop

Den Morgen begrüßen Sie bei einer Yoga-Session mit Kerstin. Nach dem anschließenden Frühstück entdecken Sie unter fachkundiger Leitung alle traditionellen Gewürzsorten direkt in der Natur. Danach haben Sie die Gelegenheit hochwertige Gewürze einzukaufen. In einem Klangschalenworkshop am frühen Abend erfahren Sie nicht nur die Handhabung, sondern auch die spannende Wirkung der Vibration und des Klages auf Ihren Chakras.

7. Tag: Bootsfahrt im Periyar Nationalpark - freie Gestaltung des Vormittags

Am frühen Morgen begeben Sie sich im Periyar Nationalpark auf eine 1,5-stündige Bootstour. Es ist die beste Zeit um Tiere am Seeufer zu beobachten.

Nach dem Frühstück haben Sie Zeit zur freien Gestaltung. Sie können eine geführte Wanderung im Periyar park machen, in individuellen Wanderungen oder einer Jeeptour die Umgebung erkunden, einkaufen in der Stadt oder einfach relaxen im Hotel.



8. Tag: Transfer nach Trichy - Besuch des Blue Mango-Projektes - Ranghanatha Tempel

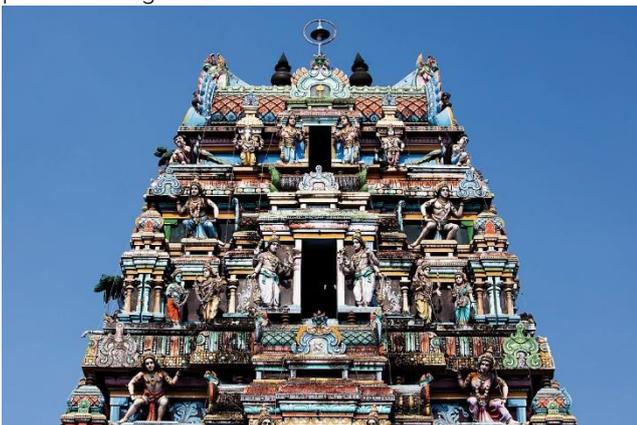
Nach dem Frühstück machen sie sich auf den Weg nach Trichy. In Bodinayakanur machen Sie einen Zwischenstopp, um das Blue Mango zu besuchen. Dieses gemeinnützige Frauenprojekt sorgt mit seiner Werkstatt für Modeschmuck, Taschen, etc. für eine bessere Lebensqualität und Sicherheit von Frauen, die es aufgrund persönlicher Umstände schwer haben in der indischen Gesellschaft Fuß zu fassen.

Angekommen in Trichy besuchen Sie am Nachmittag den Ranghanatha Swami Tempel, der größte Tempel zu Ehren des Hindugottes Vishnu in Südindien. Sieben Mauern und zahlreiche Gopurams umschliessen das Hauptheiligtum, den schlafenden Vishnu, welches für nicht-Hindus unzugänglich ist. Die zahlreichen Höfe mit der 1000 Säulenhalle, der Pferdehalle, einem noch älteren Krishna-Tempel und eine Aussichtsterrasse machen diesen Ort zu einem beeindruckenden Beispiel südindischer Bildhauer- und Baukunst.

9. Tag: Auf Wunsch: Besuch des Rock Fort Tempels - Transfer nach Madurai – Meenakshi Tempel

Auf Wunsch kann am frühen Morgen der Rock Fort Tempel besucht werden. Dieser ist auf einem 84 m hohen Felsen inmitten der Stadt erbaut. 437 in Stein gehauene Stufen führen zum Tempel des Elefantengottes Ganesh auf dem Gipfel, der Aufstieg wird des Weiteren mit einem fantastischen Rundumblick über die Stadt belohnt.

Gegen Nachmittag erreichen Sie Madurai, nur einen kurzen Fußweg entfernt vom imposanten Sri Meenakshi Sundareswarar Tempel. Diesen erleben Sie in einer fachkundigen Führung und erfahren einige Details der Hinduistischen Religion, die Außenstehenden bei bloßer Betrachtung verborgen bleiben würden. Danach können Sie die gegenüberliegende Schneiderhalle besuchen und in den Strassen Madurais das Leben Tamil Nadus zu beobachten. Das Abendessen im Hotel können Sie mit Ausblick auf die Dächer der goldenen Tempelschreine genießen.



10. Tag: Transfer nach Rameshwaram – Besuch der heiligen Pilgerstätte

Sie fahren bis zum östlichsten Zipfel Südindiens und darüber hinaus, auf die Insel Rameshwaram im Golf von Mannar. Sie ist eine der heiligsten Pilgerstätten der Hindus. Nach der Ankunft im Hotel erleben Sie die Pracht des mächtigen Ramanathaswamy Tempels. Der beeindruckende Schrein mit seinen endlosen Korridoren und kunstvoll gravierten Säulen lässt jedem Besucher die spirituelle Atmosphäre dieses Ortes spüren. Ein ortskundiger Führer ist zusätzlich an Ihrer Seite.



11. Tag: Transfer zur Südspitze Indiens – Gedenkstätte Swami Vivekanandas – Gandhi Gedenkstätte – Sonnenuntergang

Sie erreichen gegen Mittag den südlichsten Punkt Indiens, Kaniakumari. Hier fließen 3 Meere, das Arabische, der Golf von Bengalen und der indische Ozean ineinander. Es lassen sich beeindruckende Sonnenauf- und Untergänge erleben. Nach dem Einchecken im Sea View Hotel nehmen Sie, wie die vielen Pilger hier, das Boot, welches Sie zum vor gelagerten Felsen bringt. Sie besuchen hier einen kleinen Tempel und die Gedenkstätte Swami Vivekanandas, welcher hier meditierte. Dieser als „wandernder Mönch“ bekannte Philosoph

war der erste Hindu, der sich für ein Weltparlament der Religionen aussprach.

Zurück am Ufer besichtigen Sie das Gandhi Mandapam. Eine Gedenkstätte zu Ehren Mahatma Gandhis. Hier wurde seine Asche aufbewahrt bevor man Sie ins Meer trug. Den atemberaubenden Sonnenuntergang bewundern wir am Sunset Point.



12. Tag: Sonnenaufgang – Sucheendram Tempel – Transfer nach Kovalam - Padmansbhapuram Palast

Vom Dach des Hotels erleben Sie den Sonnenaufgang. Danach kommen Sie noch einmal in den Genuss besonderer südindischer Tempelarchitektur. Im Sucheendram Tempel werden Shiva, Vishnu und Brahma zusammen verehrt. Diese Triologie bildet die Säulen des Hinduismus.

Auf dem Weg nach Kovalam besuchen Sie zum Abschluss der Rundreise nochmals eine Hauptattraktion Keralas, den hölzernen Padmansbhapuram – Palast. Er ist eine alte Wirkungsstätte der Travancore Könige und gibt interessante Einblicke in das Leben an einem indischen „Hof“. Am Nachmittag erreichen Ihr Hotel in Kovalam, wo Sie entspannte Yoga-Tage erwarten.

13.-16. Tag: Kovalam - Yoga - Strand - Meer

Die letzte Woche Ihrer Reise verbringen Sie am Strand von Kovalam. Jeden Morgen starten wir mit einem 1,5-stündigen Yoga-Programm mit Kerstin. Der Rest der Zeit steht Ihnen zur freien Verfügung. Sie können die Badebucht am Meer und den hoteleigenen Swimmingpool nach Belieben nutzen. Individuell buchbar sind u.a. Ayurveda-Anwendungen oder Ausflüge in Keralas Hauptstadt Trivandrum zum Einkaufen und/oder Sightseeing.

Des Weiteren bietet Kerstin Heilpraktiker-Konsultationen zu den Themen an: „Wie wende ich Ayurveda in Deutschland an? Tägliche Routine und individuelle Ernährung“.

Am letzten Tag erfolgt der Transfer zum Flughafen Trivandrum, von wo aus Sie zurück nach Europa fliegen.



Enthaltene Leistungen

Linienflug ab Frankfurt nach Cochin und ab Trivandrum in der Economy Class · erforderliche Transfers laut Reiseverlauf in privaten Fahrzeugen mit Fahrer · Übernachtungen im geteilten Doppelzimmer in landestypischen Hotels der Mittelklasse · Halbpension während der Rundreise, Frühstück während des Strandaufenthaltes · Eintrittsgelder · Yoga und Meditation mit Kerstin Einhorn lt. Programmverlauf · NEUE WEGE-Informationsmaterial · Atmosfair-Beitrag (100%ige CO2-Kompensation Ihres internationalen Fluges)

Zusätzliches Entgelt

Visumgebühren Indien (ca. USD 25) · Touristentaxen · Versicherung · alle nicht angegebenen Mahlzeiten · Trinkgelder · Eintrittsaufschläge für Foto- und Kamera-nutzung · individuell buchbare Leistungen (Massagen, Ayurveda)

Wahlleistungen

- Rail & Fly-Ticket: € 50
- Einzelzimmer-Aufpreis 0ING3801 € 490
- Einzelzimmer-Aufpreis 0ING3802 € 460
- Reiseversicherung (Preis auf Anfrage)

Termine und Preise

Reise-Nr.	von	bis	Preis in €
0ING3801	25.01.20	09.02.20	€ 2.850
0ING3802	18.04.20	03.05.20	€ 2.750

Teilnehmerzahl

Mindestens 4, höchstens 12

Reisedauer

16 Tage

Reiseleitung

Kerstin Einhorn

Kerstin Einhorn lebt seit 15 Jahren mit ihrem indischen Ehemann vorwiegend in Kerala, Indien. Sie ist Heilpraktikerin, Ayurveda-Therapeutin und Yogalehrerin. Dazu begleitet sie Rundreisen in Kerala und Tamil Nadu. Seit über 17 Jahren praktiziert sie Yoga.



Praktische Hinweise

Atmosfair / Anreise / Transfers

Anreise

Sie fliegen mit den von uns gebuchten Flügen nach Cochin und werden dort von Ihrer Reiseleiterin Kerstin Einhorn in Empfang genommen.

Die Rückreise erfolgt von Trivandrum. Neue Wege Reisen haftet nicht für Flugplanänderungen, Verspätungen, etc. und daraus resultierende Programmänderungen. Es gelten die internationalen Bestimmungen der Fluggesellschaften.

Atmosfair

Wir kompensieren die CO₂-Emissionen Ihres Fluges: Dazu übernehmen wir zu 100% den atmosfair-Beitrag für alle Teilnehmer/innen Ihrer Gruppenreise nach Asien.

Sie fragen sich sicherlich, wie die Kompensation funktioniert. Unter www.atmosfair.de ermitteln Sie mit wenigen Klicks die CO₂-Emission Ihres Fluges. Dieselbe Menge an Kohlendioxid wird in einem atmosfair-finanzierten Projekt an anderer Stelle eingespart. atmosfair investiert es u.a. in das Vorzeigeprojekt „Biogas im ländlichen Nepal“. Auch heute noch nutzen viele Menschen in den ländlichen Gegenden Nepals offene Feuerstellen als Kochgelegenheit für ihren Alltag. Eine Biogasanlage kann das Leben dieser Familien umweltfreundlicher und wesentlich gesünder gestalten. Die Menschen werden nicht mehr durch das offene Feuer im Haus lungkrank und die Kinder können abends noch bei Gaslicht für die Schule lernen. Ein weiteres Plus: Die Menschen vor Ort müssen keine weiten Wege mehr zum Feuerholzsammeln zurücklegen und die Wälder Nepals werden vor Abholzung geschützt.

So sind Sie sicher, dass Sie interessante Reisen mit verantwortungsbewusstem Handeln verbinden – wirklich atmosfair!



Einreisebestimmungen / Sicherheit

Einreisebestimmungen

Die indische Regierung hat 2014 das „Tourist Visa On Arrival (TVoA) enabled with electronic Travel Authorization (ETA)“ eingeführt, um deutschen und anderen ausländischen Touristen bestimmter Länder die Einreise nach Indien zu erleichtern. Dafür müssen Urlauber vorab einen sogenannten ETA-Antrag (Electronic Travel Authorization) online unter: www.indianvisaonline.gov.in/visa/tvoa.html ausfüllen. Alle aktuell gültigen Voraussetzungen und Bestimmungen ebenso wie die derzeit gültigen Gebühren finden Sie dort vermerkt sowie in unseren Visainformationen, die Sie mit Ihrer Buchung erhalten.

Daneben ist auch weiterhin die postalische Beantragung des Visums vor der Reise möglich, die von den Vertretungen Indiens (Botschaften und Konsulaten) bzw. von einem dem Konsulat vorgeschalteten Visumservice übernommen wird. Die Kosten hierfür betragen ca. 98 EUR, die oben genannten Visumservices erheben zusätzliche Bearbeitungsgebühren. Auch hier benötigen Sie einen nach Einreise noch 6 Monate gültigen Reisepass. Bitte achten Sie unbedingt darauf, dass Sie einen Einreisestempel erhalten und verwahren Sie Ihren Reisepass sicher! Das Visum kann nicht an der Grenze oder am Flughafen beantragt werden. Touristenvisa werden mit einer Gültigkeitsdauer von 6 Monaten ab dem Tag des Ausstellungsdatums ausgestellt. Die postalische Beantragungsdauer des Visums beträgt erfahrungsgemäß 2 – 3 Wochen. Wir empfehlen Ihnen die postalische Beantragung etwa vier Wochen vor Reisebeginn vorzunehmen.

Die Visumbeantragung nehmen Sie selbst vor. Alle erforderlichen Informationen werden Ihnen mit der Buchungsbestätigung von uns zugesandt. Weitere aktuelle Informationen finden Sie auf den folgenden Webseiten:

www.indianembassy.de (Deutschland)
in.vfsglobal.ch (Schweiz)
www.blsindiavisa-austria.com (Österreich)

Sicherheitshinweise

Indien ist im Allgemeinen ein sicheres Reiseland. Da die Gefahr von Taschendiebstahl in Touristenzentren recht hoch ist, empfiehlt es sich Geld, Flugticket und Pass am besten immer am Körper zu tragen bzw. im Hotelsafe zu deponieren. Eine Kopie der Passinnenseite und des Visums sowie Passfotos und ggf. Schecknummern bitte separat aufbewahren. Gepäckstücke nicht unbewacht lassen oder in Hotels Wertgegenstände offen im Zimmer herumliegen lassen. Aktuelle Informationen zur Sicherheitslage finden Sie auf der Homepage des Auswärtigen Amtes: www.auswaertiges-amt.de



Gesundheit und Impfungen

Der Gesundheitsdienst des Auswärtigen Amtes empfiehlt generell immer den Schutz gegen Tetanus, Diphtherie, Polio, Influenza, Pertussis und Hepatitis A. Bei Langzeitaufenthalten über vier Wochen oder besonderen Risiken auch Hepatitis B, Japanische Enzephalitis, Tollwut, Typhus und evtl. Cholera. Aktuelle Informationen finden Sie unter: www.auswaertiges-amt.de/sid_D69D4E45074CBAFE-CAC756C9DCAA32C1/DE/Laenderinformationen/00-

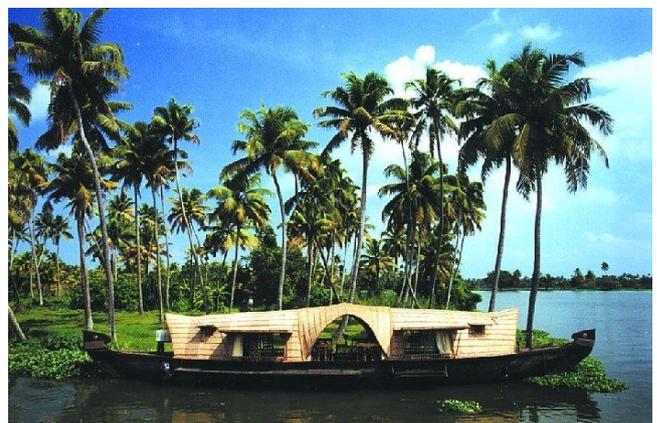
SiHi/IndienSicherheit.html?nn=346896#doc346804bodyText6

Vor Ihrer Reise empfiehlt es sich, den Rat eines Tropenarztes einzuholen. Gute Informationen zu Gesundheit und Impfungen erhalten Sie beim Zentrum für Reisemedizin unter www.crm.de oder beim Tropeninstitut Hamburg unter www.gesundes-reisen.de. Dort finden Sie auch Angaben zur Malariaphylaxe.

Am besten nur Mineralwasser aus gekauften, original verschlossenen Flaschen (überall in Indien käuflich), oder aufbereitetes Wasser trinken. Ansonsten sind auch andere in Flaschen abgefüllte Getränke (z. B. Softdrinks wie Cola etc.) unproblematisch, solange die Flaschen vor dem Trinken original verschlossen waren. Absolut tabu sind Eiswürfel in Getränken. Vorsichtshalber kein Speiseeis oder ungeschältes Obst essen. Generell gilt: "Schälen Sie es, kochen Sie es, oder vergessen Sie es!" Kein Land der Welt bietet eine größere Vielfalt an vegetarischen Köstlichkeiten. Sollten Sie dennoch Fisch oder Fleisch genießen wollen, achten Sie darauf, dass es immer gut durchgebraten ist. So können Sie Durchfall und viele Tropen- und Infektionskrankheiten vermeiden.

Wichtige Medikamente

Nehmen Sie bitte Ihre gewohnten Medikamente in ausreichender Menge mit (auch die Anti-Malaria-Mittel falls Sie sich hierfür entscheiden). Sie sollten sich in Absprache mit Ihrem Hausarzt eine kleine Reiseapotheke zusammenstellen. Wichtig sind Medikamente gegen Grippe, sowie gegen Magen- und Darmverstimnungen. Schützen Sie sich vor zu langer und intensiver Sonneneinstrahlung mit einem leichten Sonnenhut, einer guten Sonnenbrille und Cremes für die Lippen und Haut. Denken Sie auch an einen ausreichenden Schutz vor Insektenstichen. Wer regelmäßig Medikamente einnehmen muss, unter psychischen oder physischen Krankheiten leidet, sollte vor Abreise seinen Hausarzt konsultieren.



Mitnahmeempfehlungen

In Südindien benötigen Sie in der Regel leichte, wenig empfindliche Baumwollkleidung, einen Sonnenhut und bequeme Schuhe. Für die Dämmerung empfiehlt sich immer helle langärmelige Kleidung dabei haben (Schutz vor Moskitos). Für die Monsunzeit sollten Sie einen Regenschirm vorsehen.

Etwas Waschseife oder -pulver zum Waschen der Kleidung während der Reise ist immer empfehlenswert. In den meisten Hotels können Sachen jedoch auch zum Waschen gegeben werden. Bitte achten Sie auf angemessene Kleidung. In Indien kleidet man sich einfach, jedoch ist nachlässige oder unangemessene Kleidung nicht gerne gesehen. Frauen sollten sich in der Kleidung an die Sitten und Gebräuche der Inderinnen anpassen, also lange Beinkleidung bzw. Röcke, bedeckte Schultern und undurchsichtige Oberteile tragen. Für Tempelbesuche benötigen Sie Schultern und Beine bedeckende Kleidung. Bitte denken Sie an leichte Schuhe oder Sandalen, die man auch leicht ausziehen kann, da man an religiösen Stätten und Privathäusern die Schuhe ausziehen muss.

Bitte nehmen Sie einen nicht mehr neuen, aber dennoch gebrauchsfähigen Koffer, Reisetasche, Seesack oder Rucksack mit, da bei den Flügen und den landesüblichen Transporten Gebrauchsspuren am Gepäck unvermeidbar sind. Weiterhin empfiehlt sich die Mitnahme eines Tagesrucksacks.

Diverses

Alle Toilettenartikel mitnehmen, Medikamente (siehe Liste), Insektenschutzmittel, Sonnenschutz, Mittel gegen Erkältungen und Halsentzündungen (die in Indien sehr leicht auftreten!), Taschenmesser (bitte nicht ins Handgepäck), gute Taschenlampe (Stromausfall), gute Sonnenbrille, Notizmaterial, Kugelschreiber, Taschentücher, Schirm oder Regenschutz während der Regenzeit. Bitte beachten Sie dabei die Handgepäckbestimmungen der Airlines.



Währung / Post / Telekommunikation

Währung

Die Währung ist die Indische Rupie. Sie ist gegliedert in 100 Paise. Da der Wert der Rupie in den vergangenen Monaten starken Schwankungen ausgesetzt war, empfiehlt sich die Ermittlung des tagesaktuellen Kurses unter www.oanda.com. Den ersten Geldumtausch (Euro in bar) nehmen Sie am besten direkt bei Ankunft am Flughafen vor. Ansonsten können Sie in Indien nahezu überall problemlos Bargeld wechseln. Nur in sehr abgelegenen Gebieten könnte es schwierig sein. Es empfiehlt sich weiterhin die Mitnahme einer gängigen Kreditkarte (Visa, MasterCard). Diese können Sie vielerorts als Zahlungsmittel einsetzen oder auch am Bankautomaten Landeswährung ziehen. Mittlerweile kann man in größeren Orten selbst mit einer EC-/Maestro-Karte Landeswährung erhalten oder zahlen. Die Höhe der Gebühren können Sie bei Ihrer Bank erfragen.

Post

Postämter sind montags bis freitags von 10:00 - 17:00 Uhr und samstags 10:00 - 13:00 Uhr geöffnet. Hauptpostämter in den großen Städten auch rund um die Uhr. Briefe und Postkarten dauern in der Regel 5-8 Tage. Päckchen per Sea-Mail zwischen 2 und 6 Monaten. Die Post arbeitet in der Regel zuverlässig. Pakete per Luftpost dauern 5-8 Tage, sind aber sehr teuer. In den meisten Hotels können Sie Ihre Post an der Rezeption abgeben und erhalten hier auch Briefmarken.

Telekommunikation

Die Landesvorwahl von Indien ist 0091. Telefonieren kann man in vielen Postämtern in Telegraph Offices, oder von den privaten Telefonagenturen. In den meisten Gebieten können Sie mittlerweile auch mit Ihrem deut-

schen Handy telefonieren. Genaue Informationen erhalten Sie von Ihrem Anbieter. Bei häufigem Telefonieren empfiehlt sich hier der Kauf einer indischen SIM-Karte, die Sie mit Ihrem Handy verwenden können. Gespräche sind dann wesentlich günstiger.

Vorwahl von Indien nach Deutschland: 0049, nach Österreich 0043, in die Schweiz 0041.

Internet

Inzwischen gibt es in jeder größeren Stadt Internetcafés.

Zollbestimmungen

Zollvorschriften

Devisen ab einem Betrag von 5.000 USD (bar oder Reiseschecks) sind bei der Einreise zu deklarieren. Die Einfuhr von Gold sowie Waffen ist streng verboten. Ebenso verboten ist die Ein- und Ausfuhr von Rupien. Bei einem Verstoß gegen Zoll- oder Einreisevorschriften droht Verhaftung bei der Ausreise. Die Ausfuhr von Schmuck und Edelsteinen darf einen festgesetzten Wert nicht übersteigen. Antiquitäten dürfen ohne Genehmigung nicht ausgeführt werden. Hochwertige Gegenstände, darunter Videokameras, dürfen nur dann zollfrei eingeführt werden, wenn der Tourist gegenüber den indischen Zollbeamten eine schriftliche Verpflichtungserklärung abgibt, dass er die Gegenstände wieder ausführen oder die Abgaben dafür entrichten wird. Dabei erfolgt eine Eintragung im Pass. Die Ausfuhr von geschützten Tierhäuten und Pflanzen ist verboten. Verstöße werden mit hohen Geld- und Haftstrafen geahndet. Die vom Zoll ausgefertigte "Tourist Baggage Re-Export Form" ist bis zur Wiederausreise gut aufzubewahren.

Weitergehende Zollinformationen zur Einfuhr von Waren erhalten Sie bei der Botschaft Ihres Ziellandes. Nur dort kann Ihnen eine rechtsverbindliche Auskunft gegeben werden.

Wissenswertes

Strom

Die Stromversorgung in Indien ist mit 220-240 Volt und 50 Hz in etwa identisch mit der deutschen. Die indischen Steckdosen haben drei dicke Stifte, Hotels und gemietete Zimmer haben allerdings oft universale Steckdosen in die auch europäische oder amerikanische Stecker passen. Dennoch ist die Mitnahme eines internationalen Adapters empfehlenswert.

Foto

Fotoausrüstung, ausreichend Filme oder Speicherkarten, Blitzlicht und Batterien / Akkus. Man kann zwar auch vor Ort Filme kaufen, diese sind allerdings recht teuer und häufig schon alt. Für Digitalkameras Speicherkarten und genügend Ersatzakkus.

Verstauen Sie Filme während der Tour an einem kühlen und trockenen Ort. Warten Sie mit dem Entwickeln der Filme bis Sie wieder zu Hause sind.

Bitte gehen Sie zurückhaltend mit der Kamera um, vor allem, wenn Sie Menschen fotografieren wollen. Sie sollten zuerst den Betreffenden um Erlaubnis fragen, die jedoch im Allgemeinen gewährt wird. Ein Ablehnen sollte jedoch unbedingt akzeptiert werden! Falls Sie jemandem versprechen sollten, das Bild zu schicken, dann tun Sie es bitte auch. In Indien werden einige historische Stätten als Andachtsstätten genutzt. Hier sollte man mit dem Fotografieren besonders vorsichtig sein, denn es ist verboten, Personen vor Statuen und Gemälden zu fotografieren. Am besten man fragt den Tempelwächter vorher, ob Fotografieren erlaubt ist. Eine Tempelspende von einigen Rupien wird i. d. R. erwartet.

Eintritts-/Fotopermits

An einigen antiken Stätten und in den Wildgebieten ist das Fotografieren nur mit einem Eintritts- und Fotografierpermit erlaubt. Die Preise an den verschiedenen Orten sind unterschiedlich. Fragen Sie Ihren Reiseleiter vor Ort.

Versicherung

Wir empfehlen den Abschluss einer Reise-Rücktrittskosten-Versicherung. Diese können Sie gleich bei Buchung Ihrer Reise direkt bei uns abschließen. Ein umfangreiches Versicherungspaket mit Reisekrankenversicherung, Medizinischer Notfallhilfe und Reisegepäckversicherung ist ebenfalls empfehlenswert und direkt bei uns buchbar. Beachten Sie, dass ein Abschluss bis spätestens 14 Tage nach Buchung erfolgen muss, bei kurzfristiger Buchung erfolgt der Abschluss sofort.



Nebenkosten / Trinkgelder

Trinkgelder

Wenn Sie mit dem Service zufrieden waren, dann ist ein angemessenes Trinkgeld angebracht. In Indien sind ca. 30 - 40 Rupien für kleine Dienstleistungen angebracht (Housekeeping, Kofferträger). In Touristenrestaurants oder Hotels wird oft eine so genannte "service charge" von 10% auf die Rechnung aufgeschlagen. Dann müssen Sie kein Trinkgeld mehr zahlen. Ansonsten ist ein Trinkgeld von ca. 5-10% angemessen. Lokale indische Reiseleiter und Fahrer, die zum Gelingen der Reise beitragen, erwarten eine großzügige Geste (je nach Zufriedenheit zwischen 100 und 200 Rupien / Tag, entspricht ca. 2-4 Euro / Tag). Ihre Reiseleitung wird Sie vor Ort entsprechend informieren. Ihre Reiseleiterin freut sich ebenfalls über ein Trinkgeld als Anerkennung ihrer Leistung.

Grundsätzlich sollten Sie immer einige Rupien in kleinen Scheinen mit sich führen, um kleine Dienstleistungen, die Sie in Anspruch nehmen, entsprechend honorieren zu können.

Verpflegung

Für Mittag- und Abendessen (falls nicht in den Reiseleistungen inklusive) rechnen Sie bitte jeweils EUR 2 - 5 pro Tag. Getränke (Mineralwasser, Chai Tee) sind in Indien sehr günstig.

Umwelt

Als nachhaltiger Reiseveranstalter legen wir großen Wert auf Umweltschutz und eine angemessene Nutzung der örtlichen Ressourcen. Auch der Einzelne trägt hier Verantwortung und kann dazu beitragen seine Reise nachhaltig zu gestalten!

Wasser und Elektrizität sind in vielen Ländern ein knappes Gut. Durch einen sparsamen Umgang mit diesen Ressourcen unterstützen Sie eine nachhaltige Entwicklung. Da die Müllentsorgung in den Gastländern oftmals nicht den deutschen Verhältnissen entspricht, sollten Sie darauf achten, so wenig Müll wie möglich zu produzieren. Hierbei können schon ein paar kleine Schritte sehr hilfreich sein! Die Nutzung von Plastikflaschen kann durch die Mitnahme wiederverwendbarer Trinkflaschen vermieden werden. Diese können mit aufbereitetem Wasser aufgefüllt werden. Wenn Sie Batterien und andere heikle Abfälle nicht vor Ort entsorgen, sondern diese wieder mit nach Deutschland nehmen, vermeiden Sie eine unnötige Belastung des Gastlandes. Beim Einkauf können Sie durch die Mitnahme eines Stoffbeutels den Gebrauch von Plastiktüten umgehen. So können Sie helfen, das Plastikaufkommen zu reduzieren.

Der Besuch kultureller Einrichtungen und das Zusammentreffen mit der einheimischen Bevölkerung werden besonders dann zu einem unvergesslichen Erlebnis, wenn Sie die Ratschläge des Reiseleiters und der von uns versendeten „Sympathie Magazine“ befolgen.

Bewusst reisen mit NEUE WEGE

Corporate Social Responsibility (CSR) beschreibt die unternehmerische Verantwortung für eine nachhaltige Entwicklung. Diese bezieht sich auf das wirtschaftliche Handeln eines Unternehmens, auf umweltbezogene Aspekte bis hin zu sozialen Beziehungen und Strukturen. Das Tourcert-Siegel, das von einem unabhängigen Zertifizierungsrat TourCert (Experten aus Tourismus, Wissenschaft, Umwelt, Entwicklung & Politik) vergeben wird, gibt Auskunft über die Wesentlichkeit und Überprüfbarkeit der nachhaltigen Entwicklung bei Touristikunternehmen.

Nachhaltigkeit ist schon seit Firmengründung elementarer Bestandteil der NEUE WEGE Firmenphilosophie. Wir haben die CSR-Initiative ergriffen und geben Ihnen, als verantwortungsvollen Urlaubsgast, Orientierungshilfe und schaffen mehr Transparenz zum Thema Nachhaltigkeit.

Seit Erhalt des CSR-Siegels in 2009 verfasst NEUE WEGE einen Nachhaltigkeitsbericht zur Dokumentation aller CSR-Aktivitäten.

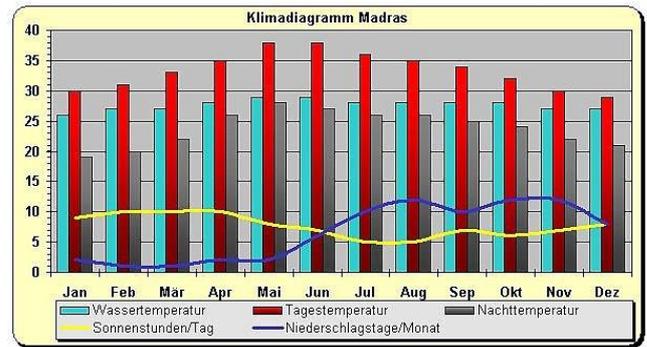
Sehen Sie selbst und lesen mehr im NEUE WEGE Nachhaltigkeitsbericht unter: www.neuewege.com/csr

Zeitverschiebung und Klima

Die Zeitverschiebung zwischen Deutschland und Indien beträgt im Sommer +3,5 und im Winter +4,5 Stunden.

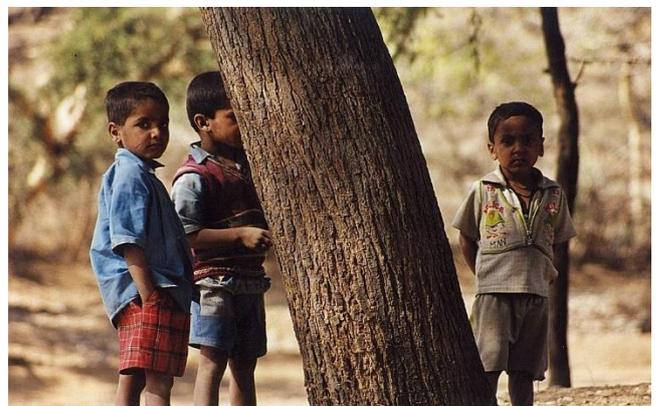
Die beste Reisezeit für Südindien liegt zwischen Oktober und März. In diesen Monaten herrschen in Südindien in der Regel sommerliche Temperaturen, die ab April weiter ansteigen bis dann im Juli / August der Monsun einsetzt. Der Regen zieht vorwiegend von Südwesten her auf, allerdings wird die südöstliche Küste von einem kurzen Nordost-Monsun gestreift, der Regen von Mitte Oktober bis Ende November mit sich bringt. Während des Monsuns regnet es durchaus nicht ständig und auch nicht den ganzen Tag über. Es regnet zwar fast täglich, aber meist nur für eine kurze Zeit. Kurz danach steht aber wieder strahlend die Sonne am Himmel und alles ist frisch und angenehm. Weitere Klimainformationen finden Sie unter:

www.iten-online.ch/klima/asien/indien/indien.htm



Sprache und Verständigung

Die beiden überregionalen Amtssprachen sind Hindi und Englisch. Vor allem mit gebildeten Indern kann man sich problemlos auf Englisch verständigen. Der Bildungsstandard ist allerdings besonders in weniger erschlossenen Gebieten teils noch sehr niedrig, dadurch kann die Kommunikation dort Probleme bereiten. In Geschäften, Restaurants, Rikschas und Taxis gibt es in der Regel aber keine Probleme da die Englischkenntnisse meist zumindest für den grundlegenden sachbezogenen Austausch reichen. Pluspunkte sammeln Sie, wenn Sie sich einige Wendungen der jeweiligen indischen regionalen Landessprache (z.B. Tamil im Tamil Nadu, Malayalam in Kerala) aneignen.



Religion und Kultur

Die Inder sind zu 80% Hindus, 13% Muslime, 3% Christen, 2% Sikhs und 1% Buddhisten. Der Hinduismus bestimmt das tägliche Leben in Indien. Regelmäßige Wallfahrten zu den heiligen Plätzen der zahlreichen Gottheiten sind für die meisten Inder selbstverständlich. Tamil Nadu mit seinen berühmten Tempelstätten ist eine Hochburg der hinduistischen Kultur. Obwohl der Buddhismus in Indien seinen Ursprung hat, ist er fast nur noch in den Bergregionen des Himalayas vertreten. In

Südindien gibt es jedoch vereinzelte bedeutende buddhistische Klöster. Der Bundesstaat Kerala ist berühmt für seine Religionsvielfalt. Neben den Hindus (ca. 55%) leben hier viele Muslime (ca. 25%) und Christen (ca. 20%). Mit über sechs Millionen Christen beherbergt Kerala die größte christliche Population aller indischen Bundesstaaten. Indien gehört zu den größten Kulturnationen der Welt mit einer reichen und Jahrtausende alten Kunst- und Philosophiegeschichte.

Für weitere Informationen empfehlen wir Ihnen zur Lektüre das Sympathiemagazin „Indien verstehen“, das Ihnen einen guten Querschnitt zu Geschichte, Religion und Alltagskultur bietet. Dieses bekommen Sie mit den Buchungsunterlagen.



Essen und Trinken

Im Laufe der Jahrhunderte profitierte die indische Küche von den vielfältigen Einflüssen der Völkerbewegungen. Dieser Austausch führte zu einer erstaunlich bunten Speisekarte, wobei die indischen Gewürze die Basis der schmackhaften Speisen bilden. Berühmt ist Indien für seine Currys. Es sind unzählige, meist frisch gemahlene Gewürze, die in den verschiedensten Kombinationen miteinander gemischt und dann den indischen Speisen ihren unvergleichlichen Geschmack und ihre Variationsbreite verleihen.

Je nach Region des indischen Subkontinents ist die Küche unterschiedlich ausgeprägt. In Südindien gibt es eine große Auswahl vegetarischer Gerichte, Fleischgerichte werden eher selten serviert. Überall in Indien kann man Dhal (scharfe Linsensuppe) und Dhali (Jogurt als Beilage) bestellen. Europäische Gerichte guter Qualität sind auch vielerorts zu finden.

Tee ist das beliebteste Getränk, und viele Teesorten aus Indien sind weltweit bekannt. Den typischen Tee, „Chai“

genannt, bekommt man überall im Land für sehr wenige Rupien. Nimbu Pani (Limonensaft mit Soda), Lassi (Joghurtgetränk) und Kokosmilch direkt aus der Nuss sind angenehme Durstlöscher. Je nach Region und Stil der Restaurants können alkoholische Getränke zum Essen bestellt werden.



Einkaufen und Souvenirs

Die Stoffherstellung ist eine der wichtigsten Industrien in Indien. Indische Seiden, Baumwollstoffe und Wollfasern zählen zu den besten der Welt. Kleidung ist sehr preiswert und wird in vielen Geschäften auf Wunsch innerhalb kurzer Zeit nach Maß angefertigt oder geändert. Indien ist ebenfalls berühmt für Metallarbeiten. Schmuck ist traditionsreich, schwer und überaus vielfältig. Indische Silberware ist weltberühmt. Man kann Schmucksteine direkt am Kaufort verarbeiten lassen.

Weitere Besonderheiten: Kunstgewerbe, Holzartikel, Chutneys, Gewürze, Teesorten, Parfüm, Seifen und handgefertigtes Papier. Es wird sowohl auf Bazaren als auch in festen Geschäften verkauft. Auf Märkten ist es generell üblich zu handeln. Für die, die auf Feilschen lieber verzichten, gibt es Geschäfte mit festen Preisen („Fixed Prices“), vor allem in den Government Shops. Öffnungszeiten der Geschäfte: Mo-Sa 09.30 - 20.00 Uhr in den großen Geschäften.



Besondere Verhaltensweisen

In Indien grüßt man sich bei formellen Anlässen mit gefalteten Händen, über die der Kopf gebeugt wird, und sagt Namaste. Beim Betreten heiliger Stätten wird man gebeten, die Schuhe auszuziehen. In Tempeln gilt es außerdem als Beleidigung sich mit dem Rücken zur Gottheit zu stellen oder zu setzen. Bitte zeigen sie nicht mit dem Finger auf Personen oder auch Götterbilder in jeglicher Form. Dies gilt als unhöflich. Zeigen Sie stattdessen mit der ganzen, offenen Hand. Die Füße gelten in Indien als unrein. Bitte setzen Sie sich so, dass Ihre Fußsohlen nicht auf eine Person deuten. Schuhe gelten ebenfalls als unrein und werden beim Besuch von Tempeln oder Privathäusern vor dem Eintreten ausgezogen.

In den meisten Gegenden isst man mit der Hand, dabei wird ausschließlich die rechte Hand benutzt. Besteck ist jedoch überall erhältlich. Zahlreiche Hindus sind Vegetarier und viele, besonders Frauen, trinken keinen Alkohol. In allen öffentlich zugänglichen Gebäuden ist Rauchen verboten. Kleine Geschenke als Anerkennung der gebotenen Gastlichkeit sind angebracht. Öffentliche Berührungen oder gar Zärtlichkeiten zwischen Mann und Frau gelten als unsittsam. Nicht anstößig dagegen ist die Umarmung oder Berührung zwischen Personen des gleichen Geschlechts. Sie werden viele Männer sehen, die Hand in Hand durch die Straßen laufen.

Verwirrend ist für den Besucher aus dem Westen, dass die Inder während eines Gesprächs häufig scheinbar den Kopf schütteln. Dieses hin und her Wippen mit dem Kopf ist ein Zeichen der Zustimmung, oder auch ein deutliches "Ja". Auch ein "Nein" wird durch ein Kopfschütteln angedeutet. Dieses ist allerdings eine kürzere, abruptere Bewegung. Um beides unterscheiden zu lernen, bedarf es Anfangs etwas Übung.

Reiseliteratur

Wir empfehlen dringend, sich für die Reise einzulesen und sich auf Besichtigungen mit Reiseliteratur vorzubereiten. Über Indien gibt es sehr viele Bücher und Publikationen. Eine kleine Auswahl interessanter Bücher ist hier aufgelistet. Die Bücher sind in jeder Buchhandlung zu bestellen.

Verschiedene Reiseführer

Sarina Singh, Lindsay Brown, Paul Harding:

Reiseführer Südindien und Kerala.
Lonely Planet (2014).
ISBN-10: 3829723172

Schreitmüller, Karen:

Indien - der Süden.
Dumont Reiseverlag (2014).
ISBN-10: 3770177568

Krack, Rainer:

KulturSchock Indien.
Reise Know-How Verlag (2013).
ISBN-10: 3831716021

David Abram, Nick Edwards, Mike Ford:

Stefan Loose Reiseführer Indien, Der Süden.
Dumont Reiseverlag (2012).
ISBN- 10: 3770167082

Thomas Barkemeier, Martin Barkemeier:

Indien - der Süden: Reiseführer für individuelles Entdecken.
Reise Know How Verlag (2011).
ISBN-10: 3831720444

Abram, David:

The rough guide to Kerala.
Rough Guides (2010).
ISBN-10: 1843538539

Weitere Literatur

von Stietencron, Heinrich:

Der Hinduismus
C.H. Beck (2010).
ISBN-10: 3406447589

Herbert, Wolfgang:

Mein Indien: Reisenotizen, Meditationen, philosophische Exkursionen.
Europäischer Hochschulverlag (2014).
ISBN-10: 3867419086

Dürr, Brigitte:

Indien für Anfänger: Reiseerlebnisse aus Südindien.
Books on Demand (2008).
ISBN-10: 3833491051

Glaubacker, Andrea:

Indien 151: Portrait des faszinierenden Subkontinents in 151 Momentaufnahmen.
Conbook Medien (2012).
ISBN-10: 3943176029

Wirth, Maria:

Von Gurus, Bollywood und heiligen Kühen. Eine Liebeserklärung an Indien.
Herbig (2006).
ISBN-10: 3776624809

Frauwallner, Erich:

Geschichte der indischen Philosophie (2 Bände)
Shaker (2003)
ISBN-10: 3832210768

Neumann, Gabriel A.:

Masala Highway: Abenteuer Alltag in Indien.
Dryas (2010).
ISBN-10: 3940855189

Garbe, Richard:

Die Bhagavadgita.
marix Verlag (2006)
ISBN-10: 3865390994

Tagore, Rabindranath:

Gora
Bibliographisches Institut, Berlin (2004)
ISBN-10: 3491961300

Roy, Arundathi:

Der Gott der kleinen Dinge.
Btb Verlag. (1999).
ISBN-10: 3940855189

Studienkreis für Tourismus und Entwicklung (Hrsg.):
Indien Verstehen – Sympathie Magazin (Broschüre)
Hinduismus Verstehen – Sympathie Magazin (Bro-
schüre)



Ihre persönliche Beratung



Angelika Sturtz
Gruppenreisen Asien
a.sturtz@neuewege.com
+49 2226 1588-202



Nadine Zangerle
Verkauf und Beratung Asien
n.zangerle@neuewege.com
+49 2226 1588-204



NEUE WEGE GmbH
Am Getreidespeicher 11, 53359 Rheinbach
+49 (0)2226 1588-00
info@neuewege.com

  @neuewegereisen

www.neuewege.com

