



Detailprogramm

Indien

Sikkim und Darjeeling – Reise mit Barbara Nagel

Inhalt

Reisedetails.....	3
Reiseverlauf.....	3
Vorgesehener Reiseverlauf.....	3
Enthaltene Leistungen.....	8
Zusätzliches Entgelt.....	8
Wahlleistungen.....	9
Termine und Preise.....	9
Teilnehmerzahl.....	9
Reisedauer.....	9
Reiseleitung.....	9
Praktische Hinweise.....	10
Atmosfair / Anreise / Transfers.....	10
Einreisebestimmungen / Sicherheit.....	10
Gesundheit und Impfungen.....	11
Mitnahmeempfehlungen.....	12
Währung / Post / Telekommunikation.....	12
Zollbestimmungen.....	12
Wissenswertes.....	13
Versicherung.....	13
Nebenkosten / Trinkgelder.....	13
Umwelt.....	14
Bewusst reisen mit NEUE WEGE.....	14
Zeitverschiebung und Klima.....	14
Sprache und Verständigung.....	15
Religion und Kultur.....	15
Essen und Trinken.....	15
Einkaufen und Souvenirs.....	16
Besondere Verhaltensweisen.....	16
Reiseliteratur.....	17

Reisedetails

Indien

Sikkim und Darjeeling – altes Königreich im Himalaya

Reiseverlauf

- Kanchenjunga und der Himalaya ganz nah
- hochwertige Hotels mit Tradition und Geschichte
- Entspannter Reiseverlauf mit Zeit zur Erholung
- ärztliche Begleitung auf der gesamten Reise

Sikkim macht mich fast sprachlos. Ein Land voller tiefer Täler, wilder Flüsse, einer unfassbaren Vielfalt an Grün, einem Mix aus alter buddhistischer Kultur und hinduistischen Tempeln, ein Schmelztiegel der Kultur des Himalaya, wo die verschiedensten Volksgruppen zusammen treffen.

Sikkim ist aber ein Land, in dem seit 2016 ausschließlich Bio-Landbau betrieben wird, das weder laut noch hektisch ist, auf dessen Straßen kein Plastikmüll liegt.

Ein Land wie ein Wunder, eine Vision für ein „neues“ Indien. Die Menschen hier in Sikkim sind sehr gastfreundlich, die vielen Affen sind süß und frech. Die beeindruckenden Tee- und Reisterrassen der Bauernhöfe ziehen sich an steilen Hängen bis in schwindelerregende Höhen.

Das alles hört sich an wie ein Wunder? Nein, das ist Sikkim im 21. Jahrhundert.

Das ehemalige Königreich Sikkim befindet sich im Nordosten Indiens und grenzt an Nepal, China und Bhutan. Es wird überragt vom mächtigen Kanchenjunga, mit 8.538 m das dritthöchste Bergmassiv der Erde.

Mit 7.000 Quadratkilometern ist es einer der kleinsten Bundesstaaten Indiens. Die meisten der 650.000 Einwohner leben in ländlichen Regionen. Gangtok, die Hauptstadt Sikkims, ist mit 30.000 Einwohnern gleichzeitig die größte Stadt des Bundesstaates Sikkims.

Auf dieser Reise werden Sie rundum betreut: Neben der Reiseleitung durch unsere Indienexpertin und Yogaleh-

rerin Barbara Nagel und durch unseren deutschsprachigen Guide Kuldip Singh begleitet Sie der erfahrene Arzt Dr. Herbert Nagel. Sie übernachten in ausgewählten Hotels mit historischem Flair und erleben Sikkim auf eine sichere und sehr entspannte Art mit viel Freiräumen und Zeit, sich von den längeren Fahrten unterwegs zu erholen.

Freuen Sie sich auf das ehemalige Königreich im Himalaya.

Vorgesehener Reiseverlauf

Änderungen vorbehalten

1. Tag

Voraussichtlich gegen Mittag startet Ihr Flug von Frankfurt (andere Flughäfen auf Anfrage) nach Kolkata.

2. Tag: Kolkata – Indiens Kulturhauptstadt

Nach Abflug aus Deutschland erreichen Sie Kolkata (Kalkutta) am frühen Morgen, oft als Indiens Kulturhauptstadt bezeichnet. Die Stadt birgt eine Vielzahl kultureller Schätze, meist aus der Kolonialzeit. Am Nachmittag bekommen Sie einen ersten Eindruck der Stadt – Sie finden sich in einem Meer aus Blumen wieder, die auf dem Blumenmarkt am Hooghly-Fluss, einem Seitenarm des Ganges, für Feste und Zeremonien verkauft werden und können eines der Wahrzeichen Kolkatas, die berühmte Hooghly-Brücke, bestaunen.

Übernachtung und Abendessen im Peerless Inn in Kolkata.



3. Tag: Ausflug nach Belur Math

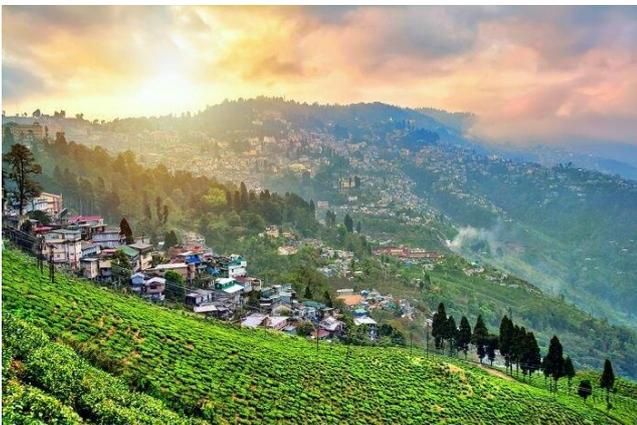
Am Vormittag fahren Sie nach Belur Math, der Hauptverwaltung der Ramakrishna-Mission, die im Norden Kolkatas am Hooghly-Fluss liegt. Belur Math ist ein Symbol für die Einheit der Religionen – eine der wichtigsten Erkenntnisse von Ramakrishna. Eine kurze Überfahrt mit dem Boot bringt Sie dann zum Dakineshwar-Kali-Tempel. Ramakrishna war hier Priester, als er seine Vision der geeinten Kirchen hatte. Der im Jahre 1847 gebaute Tempel ist umgeben von 12 weiteren Tempeln, die Shiva geweiht sind. Übernachtung in Kolkata.

Übernachtung und Abendessen im Peerless Inn in Kolkata.

4. Tag: Darjeeling – Königin des Teeanbaus

Flug von Kalkutta am frühen Morgen nach Bagdogra. Nach Ankunft Transfer nach Darjeeling, Die Fahrt beginnt in der bengalischen Ebene. Langsam schrauben Sie sich durch die Teeplantagen hinauf zum 2100 m hoch gelegenen Darjeeling (Königin der Berge). Der Bevölkerungsmix wandelt sich. Sie sind im Himalaya angekommen. Darjeeling, einst die „Königin der Berge“, der favorisierte Höhenkurort der Engländer, bewahrt noch heute viel britischen Charme. Trinken Sie eine Tasse blumigen Darjeelingtee und genießen die klare Höhenluft.

Sie übernachten im ehrwürdigen Elgin Hotel, der ehemaligen Sommer Residenz des Maharajas von Cooch Behar. Hier wird Tradition und der Charme des britischen Empire noch immer groß geschrieben. Das Elgin liegt zentral im Herzen Darjeelings, unweit des Main Bazaar. Nur wenige Schritte, und Sie können eintauchen in das quirlige Leben der Bergstadt, die so viel entspannter und bunter ist als das große Kolkata am Tag davor.



Der Nachmittag steht Ihnen zur freien Verfügung, und es bleibt Zeit für einen ersten Tee auf der Terrasse des Elgin Hotel.

Übernachtung mit Abendessen im Elgin Resort, Darjeeling.

5. Tag: Große Berge und kleine Züge

Früh aufstehen lohnt sich, denn der Ausblick vom Tiger Hill (2.500 m), 13 km außerhalb von Darjeeling, ist unvergleichlich. In der Morgendämmerung erwacht der Kanchenjunga, der dritthöchste Berg der Welt (8.538 m) zum Leben, immer neue Blau- und Rottöne erschaffen immer neue Stimmungen und Eindrücke. Bei klarem Wetter schweift der Blick weit in den Nordwesten zum Mt. Everest, der in der Ferne seine weiße Spitze zeigt.

Darjeeling ist ein wahrer Schmelztiegel der Kulturen und Religionen. Neben Hindutempeln und anglikanischen Kirchen steht in Ghoom eines der wichtigsten buddhistischen Klöster der Region, mit einer wunderschönen, knapp 5 m hohen vergoldeten State des Maitreya Buddha.

Die Schmalspurbahn aus dem Tiefland nach Darjeeling gehört seit 1999 zum Weltkulturerbe. Stampfend und schnaufend bahnt sich die alte Dampflok Ihren Weg von Ghoom zurück nach Darjeeling, vorbei durch enge Gassen und gefühlt durch die Wohnzimmer der Stadt. Zufahren als Erlebnis.



Am Nachmittag nimmt Sie Ihr Guide Kuldip mit auf eine Tour durch Darjeeling. Die Besichtigung des Zoos lohnt alleine wegen des Schneeleoparden und des Bengaltigers, aber auch, um die regionalen Tierarten des Himalaya kennen zu lernen. Das berühmte Mountaineering Institute des Tenzin Norgay (Everesterstbesteiger) ist direkt angeschlossen. Es bietet eine interessante Dokumentation der Höhenbergsteigerei im Himalaya.

Auf Wunsch können Sie auch das benachbarte Tibetan Self Help and Refugee Center besuchen. Geführt von geflohenen Tibetern, bekommen Sie hier einen Eindruck der tibetischen Kultur und des tibetischen Handwerks.

Übernachtung mit Abendessen im Elgin Resort, Darjeeling.



6. Tag: Entspannt in Darjeeling

Zeit, um die Seele baumeln zu lassen, in den Basaren einzukaufen oder eine gute Tasse Tee zu genießen. Vielleicht nimmt Ihr Guide Kuldip Sie auch mit zu einem Besuch auf einer der vielen Teeplantagen in unmittelbarer Umgebung Darjeelings.

Übernachtung mit Abendessen im Elgin Resort, Darjeeling.

7. Tag: Sikkim

Aufbruch Richtung Berge – heute erreichen Sie das alte Königreich Sikkim. Der kleine Ort Pelling (2.000 m) liegt nur gute 120 km von Darjeeling entfernt, doch die Fahrt (4 – 5 Stunden) hat es in sich. Bergab und bergauf geht die Fahrt, schier endlose Serpentinauen führen in die tiefen Täler und die Höhen Sikkims. Nur 26 km Luftlinie trennen Sie nun vom schneebedeckten Massiv des Kanchenjunga, und nur wenige Orte des Himalaya haben einen vergleichbaren Ausblick auf die grandiose Bergwelt. Der wohl schönste Ort, um dieses Panorama stilvoll zu genießen, ist die Terrasse Ihres Hotels, des Mt. Pandim. Schon die ersten Besitzer des Hauses, die königliche Familie von Sikkim, wusste die Ruhe und Kraft dieses Ortes zu schätzen. Ein Ort, der es leicht macht, sich in ihn zu verlieben.

Der Nachmittag steht Ihnen zur freien Verfügung.

Übernachtung mit Abendessen im Mt. Pandim Resort, Pelling.



8. Tag: Buddhistische Klöster und ein altes Königreich

Die Bergenthusiasten unter Ihnen werden den Sonnenaufgang von der Terrasse des Hauses sicherlich nicht erwarten können und schon früh morgens zum Aufbruch bereitstehen. Die anderen genießen die Nacht in den himmelweichen Betten des Mt. Pandim.

Nach einem gemütlichen Frühstück besichtigen Sie Pemyangtse, das vielleicht berühmteste Kloster Sikkims. Der Rinpoche des Klosters hat in ca. 5 jähriger Klausur einen unglaublich differenzierten Palast des Guru Rinpoche aus Holz gefertigt. Raumhoch zeigt er in Detail fast alle Aspekte des Buddhismus in einem dreidimensionalen Mandala vereint.



Etwas außerhalb Pellings liegen die Ruinen von Rabentse, der zweiten Hauptstadt des alten Königreiches. Fast nebenbei bieten sich hier von den Ruinen weitere herrliche Ausblicke auf die Berge und in das Tal des Rangeet Flusses.

Gut 26 km und 1 Stunde Fahrt entfernt, erreichen Sie am Nachmittag die Singshore Hängebrücke, 240 m lang und über 100 m über dem Talboden. Die Brücke ist sehr beliebt v.a. bei indischen Touristen und alleine vom Ausblick her einen Besuch wert.

Übernachtung mit Abendessen im Mt. Pandim Resort, Pelling.



9. Tag: Ein magischer See und uralte Klöster

Nach dem Frühstück locken die schönsten Orte West Sikkims: Pilgern Sie zum mystischen Khechopari See, der in einem Fußabdruck der Tara entstanden sein soll. Das kristallklare Wasser des Sees soll übrigens Wünsche erfüllen können.

Vorbei an einigen wilden Wasserfällen erreichen sie den kleinen Ort Yuksom, Sikkims erste Hauptstadt und Krönungsort des ersten Königs Sikkims. Der steinerne Thron ist erhalten und wird von einem beeindruckenden Pinienbaum überragt, der zum Zeitpunkt der Krönung gepflanzt wurde. Falls es die Zeit erlaubt, nehmen Sie den steil bergauf führenden Pfad zum Kloster Dubdi, einem der Stammklöster Sikkims. Yuksom ist Ausgangspunkt einiger der bekanntester Trekkingrouten Sikkims. Dementsprechend sind die Straßen oft gesäumt mit Packpferden und Händlern.



Tashiding ist ein abschließender Höhepunkt des Tages und das vielleicht schönste Kloster der ganzen Reise.. Hier erleben Sie das älteste Kloster Sikkims, wunderbar

auf einer Bergkuppe inmitten einer Vielzahl von Mani Mauern und Chörten gelegen, bevor Sie nach Pelling zurückkehren.

Übernachtung mit Abendessen im Mt. Pandim Resort, Pelling.

10. Tag: Gangtok – Hauptstadt zwischen Tradition und Moderne

Die Fahrt in den Osten Sikkims zeigt Ihnen die ganze Schönheit und auch Komplexität des Landes. Für die 140 km benötigen Sie ca. 6 Stunden. Dabei fahren Sie durch grüne Reisterrassen, vorbei an alten Hindutempeln, durch kleine Dörfer, und immer wieder Teeplantagen.



Schließlich erreichen Sie Gangtok, die moderne und angenehm entspannte Hauptstadt des Bundesstaates. Ihr zu Hause für die kommenden 3 Nächte ist das Nor-Khill Hotel, erbaut 1932 als Gästehaus der königlichen Familie.

Nachmittag zur freien Verfügung.

Übernachtung mit Abendessen im Nor-Khill Resort, Gangtok .



11. Tag: Im Kloster des Karmapa

Auf einem Berggrat, gut 24 km außerhalb Sikkims, liegt Sikkims wohl bedeutendstes Kloster, Kloster Rumtek. Hier residiert der aktuelle Gyalwa Karmapa, eines der Oberhäupter der Kagyu Linie des tibetischen Buddhismus.

Rumtek ist mit über 500 Mönchen und Novizen das aktuell größte Kloster in Sikkim. Das aktuelle Kloster wurde erst in den 60'er Jahren des letzten Jahrhunderts vom 16. Karmapa nach seiner Flucht aus Tibet nach dem Vorbild des Klosters Tshurphu in Tibet erbaut.

Ein kleiner Schrein in einem Nebenraum ist der Schutzgottheit der Kagyu-Sekte, dem Mahakala gewidmet. Wegen seiner starken Wirkung ist die Figur meist verhüllt.



Zurück in Gangtok, gibt es im Institut für Tibetologie eine der schönsten Sammlungen buddhistischer Literatur, sowie eine große Anzahl von Thangkhas und weiteren Kultgegenständen.

Den Tag schließen Sie im ältesten Kloster der Stadt, der Enchey Gompa. Von hier oben bieten sich einige der schönsten Blicke auf Gangtok.

Der Legende nach, soll der Lama Druptob Karpa hier ein kleines Kloster gebaut haben, als er von Maenam Hill in Südsikkim kommend, in Gangtok landete. Im Klosterhof erinnert eine kleine Statue an Lama Druptob Karpa über den berichtet wurde, er habe die Macht des Fluges entdeckt.

Nach Ihrem „Rückflug“ zum Hotel Übernachtung mit Abendessen im Nor-Khill Resort, Gangtok.

12. Gangtok genießen

Nach so vielen Klöstern am Vortag bleibt Ihnen heute Zeit, die Stadt für sich zu entdecken.

Optional zeigt Ihnen Ihr Guide Kuldip gerne die „Geheimtipps“ Gangtoks, und lässt Sie am Tashi View Point den Himalaya Blick bestaunen. Noch etwas weiter liegt Ganesh Tok, ein kleiner, dem Ganesh geweihter Tempel. Der Tempel an sich ist eher unspektakulär, umso bezaubernder ist dafür die Lage hoch über Gangtok mit Panoramablick über die Stadt und auf den Kanchenjunga. Bei klarer Sicht ein unbedingtes Highlight.

Übernachtung mit Abendessen im herrschaftlichen Nor-Khill Resort, Gangtok.



13. Tag: Durch das Teesta Tal nach West Bengalen

Nach dem Frühstück starten Sie Ihre Fahrt aus Sikkim zurück nach West Bengalen.

An zahlreichen neuen Wasserkraftprojekten fahren Sie in das tiefe Tal des Teesta Flusses. Kurz vor Abzweigung nach Kalimpong vereinigen sich die beiden wichtigsten Flüsse Sikkims, der aus dem Osten Sikkims kommende Teesta und der West Sikkim entwässernde Ranggeet River.

Insgesamt ein entspannter Tag, der Ihnen genügend Zeit bietet, in den kleinen Dörfern unterwegs das Leben und den Rhythmus des dörflichen Lebens in Sikkim zu erkunden.

Kalimpong ist auch heute noch ein etwas verschlafener Ort, bekannt für seine buddhistischen Klöster und vor allem berühmt für seine Vielfalt an Orchideen. Hier, in den milden und feuchten „Vorbergen“ des Himalaya, werden die schönsten Orchideen gezüchtet und in weltweit exportiert.

Übernachtung mit Abendessen im Elgin Silver Oaks, Kalimpong.



14. Tag: Orchideen und letzte Ausblicke

Selbstverständlich besuchen Sie am heutigen Tag eine der bekannten Orchideen Gärtnereien Kalimongs. Mit wieviel Liebe und Sorgfalt sich die Menschen hier den zarten Pflanzen widmen, ist bewundernswert.

Das Kloster mit dem schönsten Panoramablick ist zweifellos Zang Dog Palri Fo-Brang Gompa, auf dem Durpin Dara Hügel. Vielleicht erleben Sie die mittägliche Zeremonie der Mönche und lassen sich von deren Gesängen in ihren Bann ziehen.

Neben 3 buddhistischen Klöstern gibt es in Kalimpong eine Vielzahl von Kirchen, die auf einige schottische Missionare zurückgehen. Einer dieser Missionare, Dr. Graham, gründete an den Hängen des Deolo Hill eine Schule für die einheimische Bevölkerung. Die Schule unterrichtet heute über 1.300 Schüler und öffnet Ihnen, falls möglich, gerne ihre Tore.

Der Deolo Hill ist mit 1.705 m der höchste Punkt Kalimongs und der beste Aussichtspunkt der Region. Weit gehen die Blicke in die Umgebung, nach Westen Richtung Darjeeling, vor Ihnen das Tal des Teesta, und weit im Norden die weißen Gletscher des Kanchenjunga. Einen schöneren Abschiedsgruß aus dem Himalaya können Sie sich fast nicht wünschen.

Übernachtung mit Abendessen im Elgin Silver Oaks, Kalimpong.



15. Tag: Rückreise nach Delhi

Am frühen Morgen fahren Sie zurück in das Tiefland von Bengalen. Von Bagdogra aus startet Ihr Flug nach Delhi, der Hauptstadt Indiens. Den Nachmittag verbringen Sie in einem eleganten Hotel in Flughafennähe, wo Sie sich bei einer Massage oder am Pool nochmals erholen und die Erinnerungen an diese wunderschöne Reise sacken lassen können.

Übernachtung mit Abendessen im Radisson Blu, Dwarka.

16. Tag: Goodbye India

Rückflug nach Deutschland am Morgen mit Ankunft am späten Nachmittag / frühen Abend.

Enthaltene Leistungen

Linienflug mit Emirates / Qatar / Air India ab Frankfurt nach Kolkata und zurück ab Delhi in der Economy Class, Flüge Kolkata – Bagdogra – Delhi • erforderliche Transfers in Indien, Zugfahrt Ghoom – Darjeeling • 14 Übernachtungen im geteilten Doppelzimmer in landestypischen Hotels der gehobenen Mittelklasse (aufgeführte oder vergleichbare Hotels) • Frühstück und Abendessen • Ausflüge nach Programm inkl. aller Fahrten • Reisebegleitung durch die Indienexpertin Barbara Nagel sowie einen deutsch sprechenden einheimischen Reiseführer • Reisebegleitung durch den Arzt Dr. Herbert Nagel • Eintrittsgelder • NEUE WEGE-Informationsmaterial • atmosfair-Beitrag (100%ige CO2-Kompensation Ihres internationalen Fluges)

Zusätzliches Entgelt

Visumgebühren Indien (US\$80 plus Gebühren) • Versicherung • Trinkgelder • Getränke • individuelle Ausflüge

und Aktivitäten · Mittag- und Getränke · Fotogeühren · alle weiteren hier nicht aufgeführten Leistungen

Wahlleistungen

- EZ-Aufpreis : € 995
- Rail & Fly: € 75

Termine und Preise

Reise-Nr.	von	bis	Preis in €
1INS3201	16.10.21	31.10.21	€ 3.990

Gerne bieten wir Ihnen auf Wunsch den Business Class-Tarif oder Flüge ab dem Flughafen Ihrer Wahl an.

Teilnehmerzahl

Mindestens 10, höchstens 16

Reisedauer

16 Tage

Reiseleitung

Barbara Nagel

Barbara Nagel: Yogalehrerin BDY/EYU, unterrichtet seit 25 Jahren Yoga. Ausbildung im indischen Tanz und Ayurveda. Leitet seit vielen Jahren NEUE-WEGE-Reisen und Seminare im In- und Ausland und ist mit den jeweiligen Reisezielen sehr vertraut.



Praktische Hinweise

Atmosfair / Anreise / Transfers

Anreise

Sie fliegen mit einer renommierten Fluggesellschaft in der Economy-Class von Deutschland nach Kolkata und zurück ab Delhi. Gerne bieten wir Ihnen gegen Aufpreis auch den Business Class-Tarif oder Abflüge ab Wien, Zürich oder einem anderen Flughafen Ihrer Wahl an. 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 lungenkrank 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

Kleidung

Leichte Kleidung aus Baumwolle eignet sich für den Tag, ein leichter Pullover und eine leichte Jacke sind für den Abend angebracht. Im Frühjahr und Spätherbst wird wärmere Kleidung für die frischen Abende empfohlen.

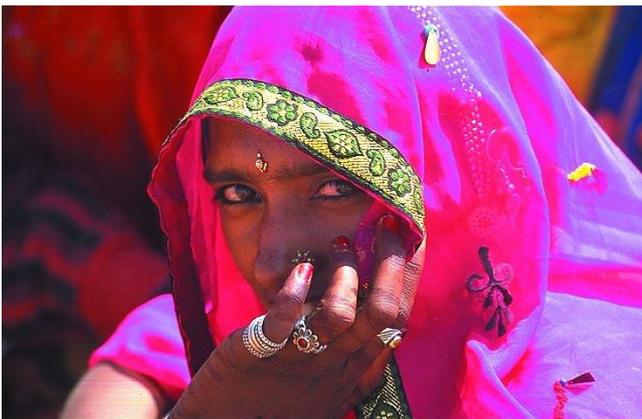
Des Weiteren sollte Folgendes mitgenommen werden: Hut, Regenschutz (Goretex und Fleece), lange Hosen (am besten mit Zip, um in eine kurze Hose umzuwandeln), langer Rock, T-Shirts, Hemden, Blusen, Trainings- oder Schlafanzug, dicke Socken für Klosterbesuche, Unterwäsche.

Für Frauen ist es empfehlenswert, dass sie Kleidung wählen, die keinen Anstoß erregt (keine Shorts, keine großen Ausschnitte oder enge Kleider, Schultern und Knie bedeckt).

Sandalen und leichte Schuhe für die Städte ausreichend. Für die Spaziergänge und Wanderungen sind gute und bequeme Schuhe zum Laufen das richtige Schuhwerk.

Gepäck

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.



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, emp-

fehlt 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 deutschen 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, Blitzlicht und Batterien. Man kann zwar auch vor Ort Filme kaufen, diese sind allerdings recht teuer und häufig schon alt. Für Digitalkameras Speicherkarten und genügend Ersatzakkus.

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 allerdings 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.

50 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 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).

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



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

Mit NEUE WEGE reisen Sie nachhaltig!

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.

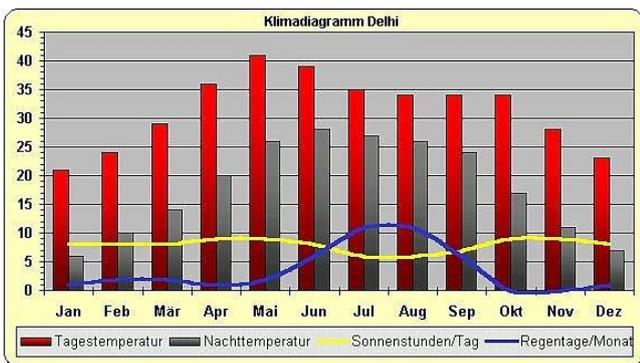
Die beste Reisezeit für Nordindien liegt zwischen Oktober und März. Tagsüber ist das Wetter mehrheitlich trocken und warm. An wolkenlosen Tagen kann es sehr heiß werden. Die Luft ist klar, es gibt wenig Niederschläge, dafür aber sehr starke, direkte Sonneneinstrahlung.

Im Winter kann es in Nordindien nachts z.T. frisch werden, tagsüber herrschen jedoch frühlingshafte Temperaturen. In höheren Lagen (z.B. Dharamsala, Himal Pradesh oder Sikkim) kann es in den Frühlingsmonaten

noch sehr frisch sein, Temperaturen gehen nachts bis an den Gefrierpunkt.

In der Gangesebene wird es ab April sehr heiß, bis dann im Juli / August der Monsun einsetzt und die Temperaturen wieder sinken. Während des Monsuns regnet es z.T. sehr stark und es kommt regelmäßig zu Überschwemmungen. 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 grundlegenden sachbezogenen Austausch reichen. Pluspunkte sammeln Sie, wenn Sie sich einige Wendungen der jeweiligen indischen regionalen Landessprache (z.B. Hindi oder z.B. Ladakhi in Ladakh) aneignen.



Religion und Kultur

Die Inder sind zu 80% Hindus, 13% Muslime, 3% Christen, 2% Sikhs und 1% Buddhisten.

Der Hinduismus bestimmt vorwiegend das tägliche Leben in Indien. Regelmäßige Wallfahrten zu den heiligen Plätzen der zahlreichen Gottheiten sind für die meisten Inder selbstverständlich.

Die Himalayaregion in Spiti, Ladakh und z.T. Sikkim sind stark buddhistisch geprägt, was sich auch an den vielen, oft auf Felszinnen gebauten Gompas und buddhistischen Gebetsfahnen ablesen lässt. Der hier verbreitete tibetische Buddhismus (ähnlich wie in Nepal, Tibet und Bhutan) zeigt in dieser Region einen starken Einfluss auf das Alltagsleben. 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

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. Es gibt es eine große Auswahl vegetarischer Gerichte, Fleischgerichte werden eher selten serviert. Überall in Indien kann man Dhal (scharfe Linsensuppe) und Dhai (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 Durstlöcher. Je nach Region und Stil der Restaurants können alkoholische Getränke zum Essen bestellt werden.



Einkaufen und Souvenirs

Die Stoffherstellung ist eine der wichtigsten Industrien im Land. 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. In Nordindien werden Teppiche oft von tibetischen Flüchtlingen produziert. Indien ist ebenfalls berühmt für Metallarbeiten. In Zanskar erhalten sie z.B. Klangschaalen oder Ghee-Lampen aus Messing. Weitere Besonderheiten: Schmuck, 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 üblich, zu handeln. Für die, die aufs Feilschen lieber verzichten, gibt es Geschäfte mit festen Preisen ("Fixed Prices").

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.

Oft isst man mit der Hand, dabei wird ausschließlich die rechte Hand benutzt. Besteck ist jedoch überall erhältlich. Zahlreiche Hindus und Buddhisten sind Vegetarier und viele, besonders Frauen, trinken keinen Alkohol. In 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 vor allem in den hinduistisch geprägten Regionen Indiens viele Männer sehen, die Hand in Hand durch die Straßen laufen.

Verwirrend ist für den Besucher, dass die Inder während eines Gesprächs häufig den Kopf scheinbar hin und her Wippen. Dies 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

Von Heßberg, Andreas:

Reiseführer Sikkim und Darjeeling: Trekking und Kultur im Nordosten Indiens.
Trescher (2020)
ISBN-10: 3897945223

Jucker, Elisabeth:

Unterwegs in Sikkim: Kultur und Wanderreise im ehemaligen Königreich
Tredition Verlag (2018)
ISBN-10: 3743976714

Duff, Andrew:

Sikkim: Requiem for a Himalayan Kingdom
Birlinn Ltd; Reprint Edition (2018)
ISBN-10: 1780275625

Sarina Sing, Birgit Borowski, Julie Bacher:

Lonely Planet Reiseführer Indien.
MairDuMont (2014).
ISBN-10: 3829723156

Thomas Barkemeier, Martin Barkemeier:

Indien - der Norden mit Mumbai und Goa.
Reise Know-How (2013).
ISBN-10: 3831722250

Nelles, Günter:

Indien. Der Norden.
Nelles Verlag (2013).
ISBN-10: 3865743447

Krack, Rainer:

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

David Abram, Nick Edwards, Mike Ford:

Stefan Loose Reiseführer Indien, Der Norden.
DuMont Reiseverlag (2012).

ISBN-10: 3770167058

Weitere Literatur

von Stietencron, Heinrich:

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

Baluschus, Bernd:

Yoga-Geschichten - Wege zur Weisheit.
Schirner (2011).
ISBN-10: 3843430020

Trojanof, Ilja

Gebrauchsanweisung für Indien.
Piper Taschenbuch (2009).
ISBN-10: 3492275524

Schumann, Hans Wolfgang:

Buddhismus. Stifter, Schulen und Systeme
Diederichs (2005)
ISBN-10: 3720526526

Rinpoche, Kalu:

Den Pfad des Buddha gehen.
O.W. Barth (2001).
ISBN-10: 3502623406

Gruschke, Andreas:

Tibetischer Buddhismus.
Diederichs (2003).
ISBN-10: 3720523918

Frauwallner, Erich:

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

Studienkreis für Tourismus und Entwicklung (Hrsg.):

Indien Verstehen – Sympathie Magazin (Broschüre)
Hinduismus Verstehen – Sympathie Magazin (Broschüre)
Buddhismus Verstehen – Sympathie Magazin (Broschüre)

Ihre persönliche Beratung



Wolfgang Keller
Gruppenreisen Asien
w.keller@neuewege.com
+49 2226 1588-201



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



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

  @neuewegereisen

www.neuewege.com

