Neue Wege
Bewusst Reisen

Detailprogramm

Indien

Gruppenreise Meiveda Ayurvedic Beach Resort: Rundreise Südindien, Yoga und Ayurveda am Strand

Inhalt

Reisedetails ... 3
Reiseverlauf ... 3
Vorgesehener Reiseverlauf ... 4
Enthaltene Leistungen ... 7
Wahlleistungen ... 7
Termine und Preise ... 8
Teilnehmerzahl ... 8
Reisedauer ... 8
Praktische Hinweise ... 9
Atmosfair / Anreise / Transfers ... 9
Einreisebestimmungen / Sicherheit ... 9
Gesundheit und Impfungen ... 10
Mitnahmeempfehlungen ... 10
Währung / Post / Telekommunikation ... 11
Zollbestimmungen ... 11
Wissenswertes ... 12
Versicherung ... 12
Nebenkosten / Trinkgelder ... 12
Umwelt ... 13
Bewusst reisen mit NEUE WEGE ... 13
Zeitverschiebung und Klima ... 13
Sprache und Verständigung ... 13
Religion und Kultur ... 14
Essen und Trinken ... 14
Einkaufen und Souvenirs ... 15
Besondere Verhaltensweisen ... 15
Reiseliteratur ... 16
Ihre Reisenotizen ... 18

Reisedetails

Indien
Gruppenreise Meiveda Ayurvedic Beach Resort: Rundreise Südindien, Yoga und Ayurveda am Strand

Reiseverlauf

- Vielfalt Südindiens auf 8-tägiger Rundreise erleben
- Kanufahrt Backwaters und Trekking in Periyar
- Spirituelle Rituale im Meenakshi Tempel erleben

- Ayurveda und Yoga am Meer genießen
- Teeplantagen im Hochland Keralas bestaunen

Es ist dieser erste Blick auf die chinesischen Fischernetze von Cochin, der etwas in Bewegung setzt. Acht Tage lang reisen Sie in einer kleinen Gruppe durch Kerala und Tamil Nadu – gleiten im Kanu durch die stillen Backwaters, wandern durch den Periyar-Nationalpark auf den Spuren wilder Tiere und atmen den Duft der Gewürzplantagen ein. Der Meenakshi-Tempel in Madurai berührt Sie mit seiner spirituellen Kraft, die Nilgiri-Berge schenken Weite.

Dann wartet das Meiveda Resort am arabischen Meer auf Sie. Hier verschmelzen alle Eindrücke zu innerer Klarheit: bei individueller Ayurveda-Kur, täglich zwei Stunden Yoga unter Palmen und dem vertrauensvollen Gefühl, genau da zu sein, wo Sie hingehören. Was bleibt? Eine tiefe Verbundenheit – mit sich selbst und der Welt.

Ihre Ayurvedakur

Nach einer ausführlichen ärztlichen Eingangskonsultation wird Ihr individueller Behandlungsplan für sieben Tage auf Ihre Bedürfnisse abgestimmt. Sie erhalten täglich authentische Ayurveda-Anwendungen im renommierten Meiveda Resort, das für seine familiäre Atmosphäre und medizinische Kompetenz bekannt ist. Die erfahrenen Therapierenden begleiten Sie während der gesamten Kur, die Reinigung und Regeneration gleichermaßen fördert. Auf Wunsch können Sie Ihre Kur durch Zusatznächte verlängern, um die wohltuenden Wirkungen zu vertiefen.

Wohnen und Lage

Das familiäre Meiveda liegt bewusst abseits touristischer Zentren am ursprünglichen Fischerstrand von Pappali. Die 20 Zimmer verteilen sich auf traditionelle keralische Doppelhäuser, großzügige Chalet-Häuser mit Palmenhain-Blick zum Meer und den authentischen Kerala Palace aus dunklem Holz. Diese ruhige Lage zwischen endlosem Sandstrand und tropischem Garten schafft den idealen Rahmen für Regeneration und innere Einkehr.

Natürliche Baumaterialien und die Nähe zur unberührten Natur unterstützen Ihren Kurverlauf.

Gesund Genießen

Während der achttägigen Rundreise genießen Sie täglich Frühstück und lernen bei einem gemeinsamen Abendessen in Periyar die lokale Küche kennen. Im Meiveda Resort beginnt dann die ayurvedische Vollpension mit frischen, vegetarischen Gerichten aus dem eigenen biologischen Garten. Der Küchenchef arbeitet eng mit dem Ayurveda-Team zusammen und kreiert Tridosha-Speisen, die Ihre Doshas harmonisch ausbalancieren und den Kurverlauf unterstützen. Ayurvedische Getränke begleiten Sie durch den Tag.

Ideal für

Diese Reise eignet sich für Menschen, die Indien authentisch erleben möchten, aber den Austausch und die Sicherheit einer Kleingruppe schätzen. Sie ist ideal für Reisende, die kulturelle Entdeckungen mit gesundheitlicher Regeneration verbinden wollen. Besonders geeignet für Alleinreisende, die sowohl Gemeinschaft als auch individuelle Betreuung suchen. Ayurveda- und Yoga-Vorerfahrungen sind nicht erforderlich. Die Kombination aus Rundreise und Kur spricht Menschen an, die bewusst reisen und nachhaltige Impulse für den Alltag mitnehmen möchten.

Vorgesehener Reiseverlauf

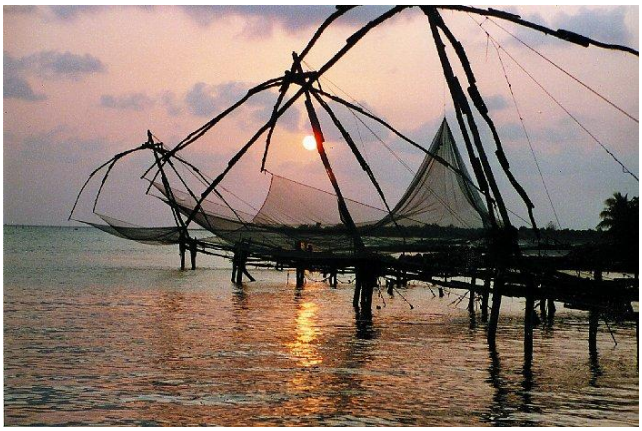
Änderungen vorbehalten

1. Tag: Ankunft in Cochin und erste Erkundungen

Nach der Ankunft in Cochin werden Sie zu Ihrem Hotel gebracht. Ihr Zimmer steht ab 14 Uhr zu Verfügung. Am Nachmittag entdecken Sie die Stadt gemeinsam mit Ihrer örtlichen Reiseleitung. Cochin wurde geprägt durch viele Völker und Einflüsse. Die Portugiesen, die Holländer und die Briten haben ihre Spuren in der Stadtgeschichte hinterlassen.
Im „Dutch Palace" bestaunen Sie die leuchtend bunten Wandbilder. Im Anschluß entdecken Sie die Synagoge im sogenannten "Jüdischen Viertel" und die St. Francis-Kirche (die älteste europäische Kirche in Indien). Am Abend besuchen Sie, wenn Sie möchten, eine Aufführung des südindischen Kathakalitanzes. Bestaunen Sie die bunt geschminkten Tänzer und Ihre prächtigen Kostüme und lassen Sie sich von ihnen in den Bann der indischen Mythologie ziehen.
Übernachtung in einem Hotel in Cochin.

2. Tag: Cochin und Weiterfahrt in die Backwaters (ca. 1,5 Stunden Fahrtzeit)

Nach dem Frühstück setzen Sie Ihre Erkundungen in Cochin fort und besuchen die Basilika Santa Cruz, welche 1557 von den Portugiesen erbaut wurde. Am alten Hafen symbolisieren die chinesischen Fischernetze den Kulturtransfer zwischen den beiden Ländern. Hier schlendern Sie entlang der bunten Stände und nehmen die besondere Atmosphäre auf.



Im Anschluss fahren Sie weiter in die Backwaters, wo Sie eine friedliche Atmosphäre und unvergleichlich schöne Wasserlandschaft erwartet. Man erwartet Sie bereits in Ihrem schönen Resort direkt am Wasser. Nach dem Zimmerbezug lassen Sie sich von der sanften Brise und dem leisen Plätschern des Wassers verzaubern, während Sie entspannt in einem traditionellen Kanu durch die verschlungenen Wasserwege gleiten. Vorbei an üppig grünen Palmenhainen und malerischen Dörfern, erleben Sie das authentische Leben der Einheimischen hautnah und beobachten die farbenfrohen Vögel und exotischen Pflanzen, die die Ufer säumen. Übernachtung im Backwater-Resort.

3. Tag: Periyar (ca. 4 Stunden Fahrtzeit)
Nach Ihrem Frühstück fahren Sie nach Periyar, welches für seine sanften Hügel, Gewürzplantagen und Elefanten bekannt ist. Vorbei an Kautschuk- und den ersten Tee- und Gewürzplantagen schlängeln Sie sich ins Hochland hinauf während Ihrer Fahrt. Das Periyar-Naturschutzgebiet in Thekkady ist das älteste Tigerreservat in Indien. Am Nachmittag erwartet Sie eine Tour durch die Gewürzplantagen, bei der Sie die vielfältigen Düfte der verschiedenen Gewürze wie Zimt, Kardamom, Pfeffer oder Muskatnuss genießen und viel über deren Anbau, Ernte und Verarbeitung lernen können. Abends können Sie bei einer Kochvorführung und einem Abendessen entspannen. Übernachtung im Hotel in Periyar.

4. Tag: Unterwegs im Nationalpark
Am frühen Morgen starten Sie gegen 6 Uhr eine Wanderung durch den Dschungel des Tigerreservates und Nationalparkes. Begleitet werden Sie von einem Ranger des Parks. Auf der leichten dreistündigen Tour bekommen Sie die Chance, die einheimische Tier- und Pflanzenwelt aus nächster Nähe zu sehen. Am Nachmittag genießen Sie die Natur vom Boot aus. Elefanten, Antilopen und viele Vögel zeigen sich hier ganz ohne Scheu in ihrer natürlichen Umgebung. Und wenn Sie großes Glück haben, vielleicht sogar ein Tiger. Übernachtung im Hotel in Periyar.

5. Tag: Kultur und Spiritualität in Madurai (Fahrtzeit ca. 4 Stunden)
Nach dem Frühstück verlassen Sie Kerala. Die Fahrt führt Sie hinunter in die Ebene Tamil Nadus (160 Kilometer). Im Vergleich zu den Bergen der Western Ghats erscheint die Landschaft Tamil Nadus wie ein anderes Land. Nach dem Einchecken in Ihrem Hotel in Madurai haben Sie etwas Zeit um auszuruhen, bevor Sie Ihr lokaler Reiseleiter am Abend zu einer Street-Food-Tour erwartet. Madurai ist bekannt für sein sensationelles Street-Food! In den engen und verschlungenen Gassen lernen Sie die lokalen Köstlichkeiten der Stadt kennen und haben Gelegenheit, dass ein oder andere zu kosten. Übernachtung im Hotel in Madurai.

6. Tag: Stadtbesichtigung Madurai
Am Morgen erwartet Sie Ihr lokaler Reiseleiter zu einer ausführliche Besichtigung. Tauchen Sie ein in die älteste Stadt Indiens voller Geschichte und Kultur. Sie beginnen mit einem Besuch des Meenakshi-Amman-Tempels, einem atemberaubenden Hindu-Tempel, der für seine beeindruckende Architektur und die filigranen Skulpturen berühmt ist. Lassen Sie sich von der spirituellen Atmosphäre dieses historischen Ortes verzaubern.

Anschließend erwartet Sie der prachtvolle Thirumalai Nayakkar Palast, ein Meisterwerk indo-sarazänischer Architektur, welcher Sie mit seinen majestätischen Säulen und kunstvollen Verzierungen begeistern wird. Im Gandhi Memorial Museum tauchen Sie tief in das Leben und die Lehren von Mahatma Gandhi ein, und erfahren mehr über die Geschichte der indischen Unabhängigkeitsbewegung.

Am Abend erwartet Sie das Highlight Ihres Aufenthaltes in Madurai im Meenakshi-Amman-Tempel. Bei der Abendzeremonie wird Lord Shiva zum Zimmer der fischäugigen Göttin Meenakshi geleitet . Ein unvergessliches Erlebnis, welches die spirituelle Essenz und die lebendige Kultur Madurais eindrucksvoll widerspiegelt.
Übernachtung im Hotel in Madurai.

7. Tag: Weiterfahrt nach Munnar (ca. 5 Stunden Fahrt)
Heute führt die Fahrt Sie weiter in die Nilgiri Hills und damit zurück nach Kerala. In Munnar erwartet Sie eine bezaubernden Hill Station, die für ihre üppigen Teeplantagen und atemberaubenden Panoramablicke bekannt ist. Nach Ihrer Ankunft checken Sie in Ihr komfortables Resort ein und genießen eine Ruhepause.
Am Nachmittag erkunden Sie bei einer Jeep-Safari die malerischen Teeplantagen von Munnar. Lassen Sie sich von der Schönheit der Landschaft verzaubern und erleben Sie die Natur hautnah.
Übernachtung im Hotel in Munnar.

8. Tag: Weiterfahrt ins Meiveda Resort (ca. 5,5 Stunden Fahrtzeit)
Nach dem Frühstück geht es aus dem Hochland hinunter and die Malabar-Küste, wo Sie am frühen Nachmittag im Meiveda Resort empfangen werden. Genießen Sie nach der Fahrt und den vielen Eindrücken der letzten Woche Ihre erste ayurvedische Massage und unternehmen Sie einem Spaziergang zum Sonnenuntergang am arabischen Meer.
Abendessen und Übernachtung im Meiveda Resort.

9.-14. Tag: Ayurveda und Yoga im Meiveda Resort
Lassen Sie ihre gewonnenen Eindrücke der Rundreise wirken und genießen Sie Ihren Aufenthalt im Meiveda bei Ihrer wohltuenden und reinigenden Ayurvedakur und dem täglichen Yoga.

Ayurvedische Vollpension im Meiveda Resort.

15. Tag: Heimreise oder Kurverlängerung
Am Morgen Check out und Beginn Ihrer Heimreise. Auf Wunsch verlängern wir Ihren Aufenthalt im Meiveda, sodass Sie länger Kuren können.

16. Tag: Rückreise
Rückflug und Ankunft in Deutschland am gleichen Tag

Enthaltene Leistungen

Flughafentransfers und alle Fahrten lt. Reiseverlauf im privaten PKW oder Kleinbus mit Klimaanlage · 14 Übernachtungen im Doppelzimmer · Frühstück während der Rundreise · 1 x Abendessen in Periyar · Ayurvedische Vollpension inkl. ayurvedischer Getränke im Meiveda Resort · 8-tägige Rundreise in Kerala und Tamil Nadu inkl. Eintrittsgeldern · 7 Tage ayurvedische Verjüngungskur · täglich 2 x Yoga während des Aufenthaltes im Meiveda Resort · Eingangsdiagnose und Konsultationen bei ayurvedischen Ärztinnen und Ärzten · alle Anwendungen und ayurvedische Medizin gemäß ärztlicher Verordnung · Lokale englisch sprechende Reiseleiter während der Rundreise · Ab 4 Personen: Englisch sprechende Tourbegleitung während der Rundreise

Wahlleistungen

· Flüge ab Ihrem Wunschflughafen in der Buchungsklasse Ihrer Wahl (Preis auf Anfrage)
· Aufpreis für Einzelzimmerbelegung während der Rundreise und im Cottage Zimmer im Meiveda 6ING6301: € 580
· Aufpreis Einzelzimmer Kerala Palace im Meiveda (zusätzlich zum regulären EZ-Aufpreis) 6ING6301: € 140
· Rail & Fly-Ticket auf Anfrage (je nach Fluggesellschaft können unterschiedliche Entgelte anfallen)
· Reiseversicherung (Preis auf Anfrage)
· Aufpreis für Einzelzimmerbelegung während der Rundreise und im Cottage Zimmer im Meiveda 5ING6303: € 425
· Aufpreis für Einzelzimmerbelegung während der Rundreise und im Cottage Zimmer im Meiveda 5ING6304: € 510
· Aufpreis für Einzelzimmerbelegung während der Rundreise und im Cottage Zimmer im Meiveda 5ING6305: € 580
· Aufpreis Doppelzimmer Kerala Palace Zimmer im Meiveda 5ING6303: € 90
· Aufpreis Doppelzimmer Kerala Palace Zimmer im Meiveda 5ING6304, 6ING6302 und 6ING6304: € 175
· Aufpreis Doppelzimmer Kerala Palace Zimmer im Meiveda 5ING6305 und 6ING6301:: € 210
· Aufpreis Doppelzimmer Kerala Palace Zimmer im Meiveda 6ING6302 und 6ING6304: € 175
· Aufpreis Einzelzimmer Kerala Palace im Meiveda (zusätzlich zum regulären EZ-Aufpreis) 5ING6303: € 90
· Aufpreis Einzelzimmer Kerala Palace im Meiveda (zusätzlich zum regulären EZ-Aufpreis) 5ING6304: € 120
· Aufpreis Einzelzimmer Kerala Palace im Meiveda (zusätzlich zum regulären EZ-Aufpreis) 5ING6305 und 6ING6303: € 105

• Aufpreis Einzelzimmer Kerala Palace im Meiveda (zusätzlich zum regulären EZ-Aufpreis) 6ING6303: € 105
• Aufpreis für Einzelzimmerbelegung während der Rundreise und im Cottage Zimmer im Meiveda 6ING6302 und 6ING6304: € 485
• Aufpreis für Einzelzimmerbelegung während der Rundreise und im Cottage Zimmer im Meiveda 6ING6303: € 415

Termine und Preise

Reise-Nr.	von	bis	Preis in €
5ING6303	07.09.25	21.09.25	€ 1.690
5ING6304	05.10.25	19.10.25	€ 1.890
5ING6305	02.11.25	16.11.25	€ 1.990
6ING6301	01.03.26	15.03.26	€ 2.090
6ING6302	12.04.26	26.04.26	€ 1.990
6ING6303	13.09.26	27.09.26	€ 1.790
6ING6304	11.10.26	25.10.26	€ 1.990

Diese Reise ist auch als Individualreise ab 2 Personen ohne zusätzliche Tourbegleitung während der Rundreise zum gleichen Preis buchbar.

Gerne buchen wir Ihnen Verlängerungsnächte im Meiveda Resort.

Teilnehmerzahl

Mindestens 2, höchstens 12

Reisedauer

14 Tage

Praktische Hinweise

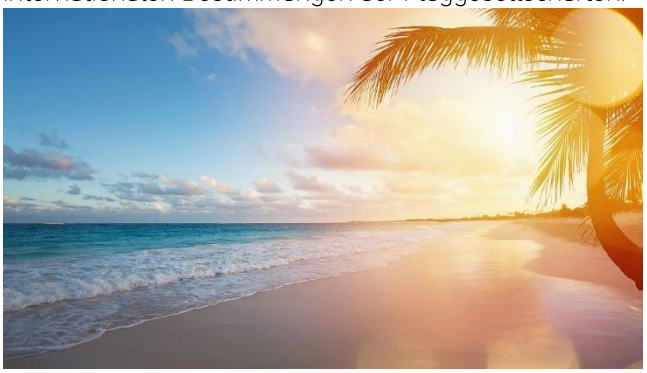
Atmosfair / Anreise / Transfers

Atmosfair

Schließen Sie mit uns einen Bund für klimaneutrales Fliegen: Wenn Sie Ihren Flug über uns buchen zahlt NEUE WEGE für jede atmosfair-Buchung die Hälfte des Beitrags. So funktioniert atmosfair: Unter www.atmosfair.de ermitteln Sie mit wenigen Klicks die CO^2-Emission Ihres Fluges. Dieselbe Menge an Kohlendioxid wird in einem atmosfair-finanzierten Projekt an anderer Stelle eingespart, zum Beispiel, indem ein indisches Dorf seinen Dieselgenerator durch eine moderne Solaranlage ersetzt. Wenn Sie atmosfair fliegen, unterstützen Sie diese Projekte mit einer Spende, die sich nach der CO^2-Emission Ihres Fluges richtet. Atmosfair ist vom TÜV zertifiziert und wird laufend kontrolliert. So sind Sie sicher, dass Sie interessante Reisen mit verantwortungsbewusstem Handeln verbinden - wirklich atmosfair! Wenn Sie einen atmosfair-Beitrag leisten möchten, geben Sie dies einfach bei Ihrer Buchung an.

Anreise

Zielflughafen für Ihre Rundreise und Ayurvedakur ist Cochin (COK). Gerne buchen wir Ihnen einen Flug mit einer renommierten Fluggesellschaft in der gewünschten Buchungsklasse ab Ihrem Wunschflughafen nach Cochin. Bitte beachten Sie, dass NEUE WEGE nicht für Flugplanänderungen, Verspätungen, etc. und daraus resultierende Programmänderungen haftet. Es gelten die internationalen Bestimmungen der Fluggesellschaften.



Einreisebestimmungen / Sicherheit

Die Einreise nach Indien benötigen Sie einen Reisepass, der nach Reiseende noch 6 Monate gültig ist sowie ein eTourist Visa. Dies ist als Online Verfahren **electronic Travel Authorization (ETA)** ab 28 Tage bis spätestens 4 Tage vor Einreise durchführbar. Das Visum kann für die einmalige Einreise bis zu 30 Tagen Aufenthalt oder mehrmalige Einreisen mit längeren Aufenthalten und einer Gültigkeit von bis zu 5 Jahren beantragt werden Die Visa-Gebühren (ab 10 USD) sind nicht erstattbar

Die Visumsbeantragung nehmen Sie selbst vor. Alle erforderlichen Informationen werden Ihnen mit der Buchungsbestätigung von uns zugesandt. Für aktuelle Informationen zur Visumsbeantragung verweisen wir auf die offizielle Seite der indischen Behörde für Immigration **https://indianvisaonline.gov.in/evisa/tvoa.html**

Weitere aktuelle Informationen finden Sie auf den folgenden Webseiten der offiziellen Vertretungen Indiens:

www.indianembassyberlin.gov.in/ (Deutschland)
www.indembassybern.gov.in/ (Schweiz)
https://eoivienna.gov.in/ (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. Kreditkartennummern 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, evtl. Cholera.

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 Malariaprophylaxe.

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 in Ordnung, 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!".

Während Ihrer Ayurveda-Kur werden Sie vorwiegend vegetarisch essen. Sollten Sie dennoch einmal Fisch oder Fleisch genießen wollen, achten Sie darauf, dass es immer gut durchgebraten ist. So können Sie Durchfall und viele Tropen- und Infektionskrankheiten vermeiden. Kein Land der Welt bietet außerdem eine größere Vielfalt an vegetarischen Köstlichkeiten.

Wichtige Medikamente

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

Mitnahmeempfehlungen

Kleidung

Während der Trockenzeit benötigen Sie im Flachland leichte, wenig empfindliche Baumwollkleidung, einen leichten Sonnenhut und bequeme Schuhe. Bitte achten Sie darauf, dass die Schultern und Knie bedeckt sind. Für die Dämmerung sollten Sie immer helle langärmelige Kleidung dabei haben (Schutz vor Moskitos). Für die Monsunzeit sollten Sie einen vollständigen Regenschutz und einen Regenschirm vorsehen. In Indien kleidet man sich einfach, jedoch ist nachlässige oder unangemessene Kleidung nicht gerne gesehen.
Für die Ölbehandlungen während der Ayurvedakur empfiehlt es sich, alte Unterwäsche einzupacken.
Bitte bedenken Sie, dass in der Monsunzeit eine hohe Luftfeuchtigkeit herrscht und Schränke etc. gut gelüftet werden sollten, um Schimmelbefall an der Kleidung vorzubeugen.

Gepäck

Bitte nehmen Sie einen nicht mehr neuen, aber dennoch gebrauchsfähigen Koffer, Reisetasche, Seesack oder Rucksack mit, da bei den landesüblichen Transporten Gebrauchsspuren am Gepäck unvermeidbar sind. Für die Rundreise und auch sonst bei Ausflügen empfiehlt sich die Mitnahme eines kleineren Rucksacks.

Währung / Post / Telekommunikation

Die Landeswährung ist die Indische Rupie. Sie ist gegliedert in 100 Paise. Da der Wert der Rupie in der Vergangenheit 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. Weiterhin wird die Mitnahme einer gängigen Kreditkarte (American Express, Visa oder MasterCard) empfohlen. Diese können Sie vielerorts als Zahlungsmittel einsetzen oder auch am Bankautomaten Landeswährung ziehen. Mit EC-Karten mit dem Maestro-Zeichen können Sie ebenfalls Bargeld am Bankautomaten (ATM Machine) ziehen. Neue Bankkarten mit dem V-Pay Zeichen sind nicht für Zahlungen in Asien freigeschaltet. Bitte fragen Sie hier noch einmal bei Ihrer Bank nach den konkreten Bedingungen.

Post

Sie möchten Ihren Lieben zu Hause eine Postkarte schreiben? 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 brauchen in der Regel 5-8 Tage (oder länger) für die Zustellung, Päckchen per Sea-Mail zwischen 2 und 6 Monaten. Die Post arbeitet in der Regel zuverlässig. Pakete per Luftpost benötigen 5-8 Tage, sind aber sehr teuer. Postkarten werden nicht in allen Ayurvedaresorts vorrätig gehalten. Sie können aber Ihre Post zumeist an der Rezeption Ihres Hotels abgeben und erhalten hier auch Briefmarken.

Telefonieren

In den meisten Regionen in Indien können Sie mittlerweile auch mit Ihrem deutschen Handy telefonieren. Die Gebühren sind jedoch sehr hoch. Genaue Informationen erhalten Sie von Ihrem Anbieter.

Die Vorwahl von Indien nach Deutschland: +49, nach Österreich +43, in die Schweiz +41.
Die Vorwahl von Deutschland nach Indien: +91.

Eine indische SIM-Karte sollten Sie nur von seriösen Anbietern, am besten direkt vom Mobilfunkanbieter (z.B. Vodafon), erwerben. Hierzu benötigen Sie die Kopie des Reisepasses, die Kopie des Visums, ein Passfoto, Adresse und Telefonnummer des Hotels in Indien und die Heimatadresse.

Internet

Kostenfreies WLAN ist in den meisten Hotels und Resorts vorhanden, ebenso wie in den meisten Cafés und Bars an Touristenattraktionen. Sie können bei Ihrer Ankunft am internationalen Flughafen eine SIM-Karte an den Schaltern von Mobilfunkanbietern wie Airtel, Vodafone, Idea oder BSNL kaufen.

Zollbestimmungen

Devisen ab einem Betrag von 5.000 USD (bar oder Reiseschecks) sind bei der Einreise zu deklarieren. Auch andere hochwertige Gegenstände (z. B. Videokameras) müssen deklariert werden. Die Einfuhr von Goldmünzen und -barren sowie von Waffen ist streng verboten. Ebenso verboten ist die Ein- und Ausfuhr indischer 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 indischen Botschaft. 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 kann die Mitnahme eines internationalen Adapters empfehlenswert sein.

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 bitte Speicherkarten und genügend Ersatzakkus bereithalten.
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 antiken Stätten und in Wildgebieten ist das Fotografieren teilweise nur mit einem Eintritts- und Fotografierpermit erlaubt. Die Preise an den verschiedenen Orten sind unterschiedlich und werden vor Ort angegeben.

Versicherung

Wir empfehlen den Abschluss einer Reise-Rücktrittskosten-Versicherung. Diese können Sie bei Buchung Ihrer Reise direkt bei uns abschließen. Ein umfangreiches Versicherungspaket mit Reiseabbruch-, Reisekranken-, Reisegepäckversicherung, sowie Medizinischer Notfallhilfe ist ebenfalls buchbar. Beachten Sie, dass ein Abschluss bis spätestens 15 Tage vor Reiseantritt erfolgen muss. Bei kurzfristiger Reisebuchung muss der Abschluss direkt bei Anmeldung erfolgen.

Nebenkosten / Trinkgelder

Der Umgang mit Trinkgeld wird von Hotel zu Hotel unterschiedlich gehandhabt. Generell ist es empfehlenswert, das Trinkgeld am Ende Ihres Aufenthaltes bei der Rezeption für das gesamte Team zu geben. Denn auch die „unsichtbaren Geister" haben wesentlich zum Gelingen Ihres Urlaubs beigetragen. Als Richtwert empfehlen wir bei einer zweiwöchigen Reise einen Betrag von 60-100 EUR pro Person. Generell gilt jedoch, dass Trinkgelder auf freiwilliger Basis gegeben werden und je nach Ihrer Zufriedenheit ausfallen sollten.
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 jede/r 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.

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 CSR-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.

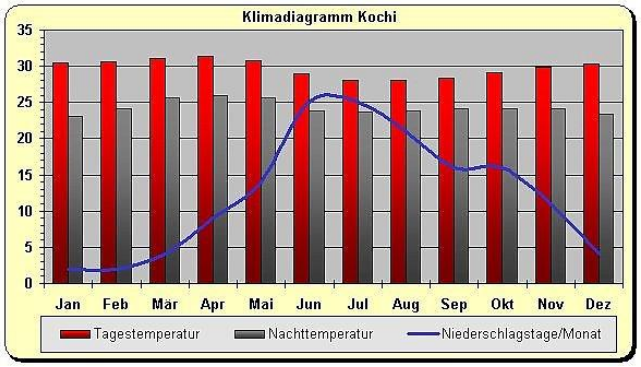
Nachhaltigkeit ist schon seit Firmengründung elementarer Bestandteil der NEUE WEGE Firmenphilosophie. Wir haben die CSR-Initiative ergriffen und geben Ihnen, als verantwortungsvollem Urlaubsgast, Orientierungshilfe und schaffen mehr Transparenz zum Thema Nachhaltigkeit. Seit Erhalt des CSR-Siegels 2009 verfasst NEUE WEGE einen Nachhaltigkeitsbericht zur Dokumentation aller CSR-Aktivitäten.

Hier lesen Sie alles über Nachhaltigkeit bei NEUE WEGE:
https://www.neuewege.com/nachhaltigkeit/

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 süd-östliche Küste meist 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.



Sprache und Verständigung

Die beiden überregionalen Amtssprachen sind Hindi und Englisch. Vor allem mit gebildeten InderInnen 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 problematisch werden. In Geschäften, Restaurants, Rikschas und Taxis kommt es in der Regel nicht vor, da die Englischkenntnisse meist zumindest für grundlegenden sachbezogenen Austausch reichen.

Pluspunkte sammelt man, wenn man sich einige Wendungen der jeweiligen indischen regionalen Landessprache (z.B. Malayalam) aneignet.

Religion und Kultur

Der Hinduismus bestimmt das tägliche Leben in Indien. Regelmäßige Wallfahrten zu den heiligen Plätzen der zahlreichen Gottheiten sind für die meisten InderInnen selbstverständlich. Obwohl der Buddhismus in Indien seinen Ursprung hat, ist er in südlichen Landesteilen fast nicht mehr vertreten. In Kerala gibt es jeweils ein Drittel Christen, ein Drittel Hindus und ein Drittel Moslems.

Davon abgesehen gehört Indien zu den größten Kulturnationen der Welt mit einer reichen und Jahrtausende alten Kunst- und Philosophiegeschichte. Für weitere Informationen empfehlen wir Ihnen als 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

Die südindische Küche ist geprägt von scharfen Gerichten und vegetarischen Currys. Ein weiterer unabdingbarer Bestandteil der südindischen Küche ist die Kokosnuss. Fast jedes Gericht wird in Kokosnussöl angebraten und mit Kokosmilch, Kokosfleisch oder Kokosraspeln verfeinert. Als Beilage zu den Gerichten gibt es in der Regel Reis und eine Auswahl an verschiedenen Fladenbroten.

Zu den klassischen Gewürzen der südindischen Küche zählen Curry, Kurkuma, Ingwer, Knoblauch und Tamarinde. Das tropische Klima sorgt für eine reichhaltige Auswahl an frischen Obst und Gemüsesorten. Auch Fisch und Meeresfrüchte werden gerne verwendet. Alle nicht-vegetarischen Gerichte sind oftmals stark gewürzt, während die Auswahl an vegetarischen Gerichten milder gewürzt ist und daher gerade für nicht-heimische Geschmäcker verträglicher ist.

"Sadya" ist das traditionelle vegetarische Menü Keralas. Es wird normalerweise als Mittagessen serviert. Dazu gehören gekochter, rosa Reis, Beilagen, Herzhaftes, Eingelegtes und Nachtisch – ausgebreitet auf einem Bananenblatt. Laut Tradition sollte das spitze Ende des Blattes vor dem sitzenden Gast nach links zeigen. Der Reis wird auf der unteren Hälfte des Blattes serviert.

Einkaufen und Souvenirs

Die Stoffherstellung ist eine der wichtigsten Industrien Indiens: Seiden, Baumwollstoffe und Wollfasern zählen zu den besten der Welt. Indiens Teppichindustrie ist ebenfalls eine der größten der Welt. Viele Beispiele dieses alten und wunderschönen Handwerks sind in Museen ausgestellt. Kleidung ist sehr preiswert und wird in vielen Geschäften auf Wunsch innerhalb kurzer Zeit nach Maß angefertigt oder geändert. Schmuck ist traditionsreich, schwer und überaus vielfältig, die filigranen Metallarbeiten und Silberwaren sind weltberühmt. Man kann Schmucksteine meist direkt am Kaufort verarbeiten lassen. Weitere beliebte Souvenirs die Sie gut auf Ihrer Indien Reise erwerben können sind Schmuck, Kunstgewerbe, Holzartikel, Chutneys, Gewürze und 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 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. Dies gilt auch für viele Ayurveda-Zentren. In Tempeln gilt es außerdem als Beleidigung, sich mit dem Rücken zur Gottheit zu stellen oder zu setzen.

In den meisten Gegenden isst man mit der Hand. Hierbei wird ausschließlich die rechte Hand benutzt, da die linke Hand als unrein gilt. 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 sinnvoll.

Reiseliteratur

Wir empfehlen Ihnen sich für Ihre Indien Reise einzulesen. Über Indien gibt es sehr viele Bücher und Publikationen. Eine kleine Auswahl aktueller Reiselektüre ist hier aufgelistet.

Reiseführer Ideen

Singh, Sarina:
Südindien & Kerala.
Lonely Planet (2020).
ISBN: 9783829748094

Krack, Rainer:
KulturSchock Indien.
Reise Know How Verlag (2019).
ISBN: 9783831733385

Edwards, Nick, et al.:
Stefan Loose Reiseführer Indien: Der Süden.
DuMont Reiseverlag (2020)
ISBN: 9783770178995

Ayurveda

Rosenberg, Kerstin:
Ayurveda kompakt.
Südwest Verlag (2014).
ISBN: 9783517089553

Rosenberg, Kerstin:
Ayurveda heilt.
Südwest Verlag (2015)
ISBN: 9783517092997

Rhyner, Hans H. und Rosenberg, Kerstin:
Das große Ayurveda-Ernährungsbuch.
Verlag Königsfurt Urania (2022).
ISBN: 9783908652168

Mehl, Volker und Raftery, Christina:
So schmeckt Glück: Meine ayurvedische Heimatküche.
Kailash Verlag (2013).
ISBN: 9783424630626

Mehl, Volker und Heckmann, Inga:
Der Ayurveda-Lebenskompass.
Irisiana (2022)
ISBN: 9783424154399

Mehl, Volker und Bauer-Triebke, Julia:
Ayurveda geht überall.
Knaur Balance (2015)
ISBN:9783426675038

Melh, Volker:
Meine Ayurveda-Familienküche
Trias (2020)
ISBN: 9783432110912

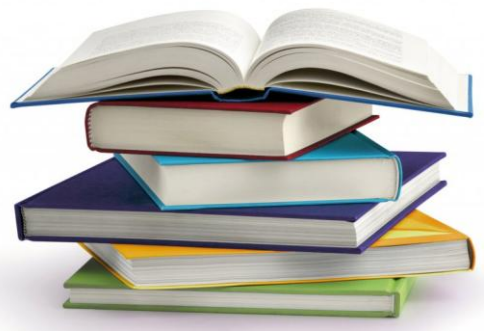
Lad, Vasant:
Das große Ayurveda-Heilbuch.
Windpferd Verlag (2020).
ISBN: 9783864102325

Belletristik

Mistry, Rohinton:
Das Gleichgewicht der Welt.
Fischer Verlag (2012)
ISBN: 9783596512621

Roy, Arundhati:
Der Gott der kleinen Dinge.
Fischer Taschenbuch Verlag (2017).
ISBN: 9783596299522

Timmerberg, Helge:
Im Palast der gläsernen Schwäne.
Piper Verlag (2016)
ISBN: 9783492308915



Ihre Reisenotizen

Ihre persönliche Beratung

Angelika Sturtz
Produktmanagerin Asien Gruppenreisen
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