

# FASZINIERENDES KERALA

## VERLÄNGERUNG SÜDINDIEN



---

D E T A I L P R O G R A M M

---



<b>VERLÄNGERUNGSPROGRAMME</b> .....	<b>3</b>
Kerala und Tamil Nadu.....	3
Programmschwerpunkte: .....	3
<b>KERALA UND DER SÜDEN TAMIL NADUS</b> .	<b>5</b>
Voraussichtlicher Tourverlauf .....	5
Termine und Leistungen .....	6
<b>FASZINIERENDES KERALA</b> .....	<b>7</b>
Vorraussichtlicher Tourverlauf .....	7
Termine und Leistungen .....	8
<b>COCHIN UND DIE BACKWATERS</b> .....	<b>9</b>
Voraussichtlicher Tourverlauf .....	9
Termine und Leistungen .....	10
<b>PRAKTISCHE HINWEISE</b> .....	<b>6</b>
Anreise .....	6
Einreisebestimmungen .....	6
Sicherheitshinweise .....	12
Mitzunehmen .....	12
Gesundheit und Impfungen .....	12
Währung .....	14
Zollbestimmungen .....	15
Wissenswertes .....	15
<b>LAND UND LEUTE</b> .....	<b>17</b>
Zeitverschiebung und Klima .....	17
Sprache und Verständigung .....	17
Religion und Kultur .....	17
Besondere Verhaltensweisen.....	18
Essen und Trinken.....	18
Einkaufen und Souvenirs .....	19
<b>ANHANG</b> .....	<b>20</b>
Reiseliteratur.....	20
Ihre Reiseotizen .....	22
Ihre Reiseotizen .....	23
Kontaktieren und Anmeldung .....	24

## VERLÄNGERUNGSPROGRAMME

### KERALA UND TAMIL NADU

Was wäre ein Urlaub in Kerala, ohne mit einer Rundreise diesen faszinierenden Teil Südindiens entdeckt zu haben. Kerala wird nicht ohne Grund auch „God’s own country“ genannt. Die Highlights Keralas sind zweifellos die ehemalige Kolonialstadt Cochin mit seinem geruhsamen Flair, der Besuch einer Kathakaliaufführung, eine Bootsfahrt auf den Backwaters und eine Fahrt durch Teeplantagen in die Berge Keralas. In Tamil Nadu lohnt sich ein Besuch von Madurai, einer der heiligsten Städte Indiens und der Abstecher nach Kanniyakumari, dem südlichsten Punkt des Subkontinents.

Neue Wege bietet Ihnen eine Auswahl von Rundreisen, die sich ideal mit einer Ayurvedakur im Anschluss verbinden lassen. Unsere Rundreisen werden individuell für Sie zusammengestellt und können Ihren persönlichen Ansprüchen gerne noch weiter angepasst werden.

### PROGRAMMSCHWERPUNKTE:

#### Cochin:

Die Perle am Arabischen Meer, in der sich holländische, britische und portugiesische Architektur mit dem Flair einer indischen Küstenmetropole verbindet. Nach Ihrer Ankunft in Cochin erkunden Sie auf einer City Tour die Altstadt von Cochin. Sie erleben dort, wie Einheimische die Tradition des Fischens mit den einzigartigen „chinesischen Fischernetzen“ fortführen. Sie besuchen die Jüdische Synagoge, die vor mehr als 400 Jahren von der jüdischen Gemeinschaft erbaut wurde. Ebenso auf dem Programm stehen der Mattancheri Palast und die St. Francis Kirche, die erste Europäisch christliche Kirche, die in Indien erbaut wurde. Cochin ist ein Zentrum

des Kathakali Tanzes, der Besuch einer Aufführung ist ein Highlight Ihrer Reise. Im Kathakali werden die Epen der Mahabharata und Ramayana in einer Mischung aus Drama, ritualisiertem Tanz und Musik dargestellt. Seien Sie frühzeitig vor Ort, alleine das Umkleiden und Schminken der (männlichen) Darsteller ist ein Ereignis für sich.



#### Periyar Nationalpark, Thekkady:

Durch grüne Teelandschaften fahren Sie in die Berge zum Nationalpark Periyar an der Grenze zu Tamil Nadu. Periyar ist einer der bekanntesten Nationalparks Indiens und Rückzugsgebiet für Indische Bisons (Gaur), Sambarhirsche, Tiger und Leoparden. Geführte Dschungelwanderungen in der Morgendämmerung vermitteln einen Eindruck der reichen Tierwelt der Region. Auf einer Plantation Tour entdecken Sie die Fauna des Urwalds. Elefanten lassen sich besonders bei einer Bootsfahrt auf dem See beobachten.

#### Auf den Spuren der Backwaters:

Für viele Besucher ist Kerala identisch mit den Backwaters. Ein Netz aus Kanälen, behäbigen Flüssen und Lagunen bildet die Lebensader des Landes. Sie sind für eine Nacht Kapitän eines Hausboots und gleiten entlang palmenbesäumter Ufer und kleiner Dörfer, lassen sich treiben vom gemächlichen

Rhythmus des Lebens in Südindien. Hier ist Kerala am ursprünglichsten. Selbstverständlich sorgen der Steuermann und die Küchencrew für Ihr Wohl.



#### Madurai und Kannyakumari:

Im Vergleich zur Bergwelt Keralas erscheint die Landschaft Tamil Nadus wie ein anderes Land. Madurai, eine der ältesten Städte in Südasien und heiligste Stadt Südindiens, wird vom imposanten Meenakshi Amman Temple überragt. Sie besuchen den Tempel und haben ausgiebig Zeit, die über 30 Millionen Götterabbildungen des Haupttempels zu zählen. Eine Rikshafahrt durch die engen Straßen ist ein ganz besonderes Erlebnis.

Am „Ende“ Indiens in Kannyakumari treffen der Indische Ozean, der Golf von Bengalen und die Arabische See zusammen. Der Ort ist eines der bekanntesten Hindu Heiligtümer Südindiens und weithin bekannt für seine außergewöhnlichen Sonnenauf- und Untergänge. Mit dem Boot fahren Sie aufs Meer zum Vivekananda Memorial, errichtet zu Ehren des bedeutenden Reformers Vivekananda. In Kannyakumari finden Sie ebenfalls die Mahatma Gandhi Memorial Hall, einer architektonischen Vereinigung von den großen drei Weltreligionen: die Kuppel einer Moschee, der Eingang einer katholischen Kirche und das Innere eines Hindu-Tempels.

## KERALA UND DER SÜDEN TAMIL NADUS

### VORAUSSICHTLICHER TOURVERLAUF

#### 1. Tag: Cochin

Nach der Ankunft in Cochin werden Sie zu Ihrem Hotel gebracht. Der Tag steht Ihnen zur freien Verfügung und am Abend besuchen Sie ein berühmtes Tanzdrama von Kerala, das „Kathakali“. Dieser Tanz zeigt groteske Gestiken mit wunderschönen Kostümen und prachtvoller Schminke. Die Geschichten erzählen meist aus dem epischen Mahabharata und Ramayana.



#### 2. Tag: Cochin

Nach dem Frühstück beginnt die Stadtbesichtigung von Cochin. Sie können dort erleben, wie Einheimische die Tradition des Fischens

mit den chinesischen Netzen fortführen. Sie besuchen die Jüdische Synagoge, die vor mehr als 400 Jahren von der jüdischen Gemeinschaft erbaut wurde. Ebenso auf dem Programm stehen der holländische Palast und die St. Francis Kirche, die erste Europäische Kirche, die in Indien erbaut wurde.

#### 3. Tag: Periyar

Nach dem Frühstück fahren Sie zum ca. 4 1/2 Stunden entfernten Periyar, ein Wildschutzgebiet, welches in den östlichen Bergen Keralas liegt. Das Wildschutzgebiet wurde 1978 angemeldet. Heute ist es bis zu 777 km<sup>2</sup> groß und wurde 1982 zum Periyar-Nationalpark erklärt. In diesem Reservat leben etwa 49 verschiedene Säugetierarten, 265 Vogelarten, 36 verschiedene Reptilien, 35 Fischarten und 160 Arten von Schmetterlingen.

#### 4. Tag: Periyar

Den heutigen Morgen beginnen Sie mit einem etwa dreistündigen Trekking durch das Wildschutzgebiet. Am Nachmittag fahren Sie mit einem Boot auf den Periyar See, wobei Sie die Tiere dieses Naturschutzgebiets wie z.B. wilde Elefanten, Büffel, Antilopen und Hirsche beobachten können.

#### 5. Tag: Madurai

Nach dem Frühstück fahren Sie ca. 3 1/2 Stunden nach Madurai. Dort angekommen fahren Sie zu Ihrem Hotel und haben den Rest des Tages zu Ihrer freien Verfügung. Am Abend besuchen Sie die Nachtzeremonie im Meenakshi Tempel.

## 6. Tag: Madurai

Die faszinierende Tempelstadt Tamil Nadus. Diese Stadt ist die älteste Stadt im Tamil Nadu und auch als „Athen des Ostens“ bekannt. Sie ist in Form einer Lotusblüte von dem Pandy König Kulashekara erbaut worden. Zu jener Zeit war die Stadt noch namenlos und Shiva segnete die Stadt und ließ Nektar auf sie herabregnen. Danach wurde sie Madhurapuri genannt. Der Meenakshi Amman Tempel dominierte die Stadt. Der Tempel wurde vor allem der Göttin Meenakshi und dem Gott Shiva gewidmet.  
Übernachtung in Madurai.

## 7. Tag: Kanniyakumrai

Sie fahren heute weiter nach Kanniyakumrai. Diese Stadt ist für seine majestätischen Hügel, natürlichen Strände, unberührten Flüsse und sich schlängelnden Bächen bekannt. Das Gebiet zeigt Ihnen einen Mix aus der architektonischen Kultur und Bräuchen aus dem angrenzenden Kerala und den reichen Traditionen, Kulturen und der Architektur Tamil Nadus. Sie gehen zu dem Ort den 1937 Mahatma Gandhi besuchte und seine Asche 1948 in den Gewässern in Kanyakumari ausgestreut wurde. Ihm zu ehren wurde dort ein wunderschönes Monument errichtet. Außerdem können Sie weitere Monumente von berühmten Leuten bewundern, wie beispielsweise die Thiruvalluvar Statue oder das Vivekananda Rock Denkmal.  
Übernachtung in Kanyakumari.

## 8. Tag: Trivandrum

Nach dem Frühstück Transfer in ihr Ayurveda-Zentrum oder zum Flughafen

## LEISTUNGEN

### 7 Nächte / 8 Tage:

- 2 Nächte Cochin
- 2 Nächte Thekkady (mit Dschungel- und Plantationstour)
- 2 Nächte Madurai
- 1 Nacht Kaniyakumari

### Leistungen:

- Übernachtung und Frühstück in Hotels der indischen Mittelklasse (Standard-Tour) oder der gehobenen Mittelklasse (Deluxe-Tour).
- Transport im nichtklimatisierten Auto
- Kathakali Aufführung
- Bootstour
- Dschungel-Tour und Plantation Walk in Thekkady
- Fahrrad Rickshaw Tour in Madurai
- Bootstour zum Vivekanandar Rock in Kanyakumari
- halbtägige Citytour in Cochin mit englischsprachigem Guide
- Eintrittsgelder laut Programm

### Nicht-Enthaltene Leistungen:

Nicht erwähnte Mahlzeiten, Trinkgelder, persönliche Ausgaben, Fotogebühren, Flughafensteuer, Versicherung

## FASZINIERENDES KERALA

### VORRAUSSICHTLICHER TOURVERLAUF



#### 1. Tag: Cochin

Nach der Ankunft in Cochin werden Sie zu Ihrem Hotel gebracht. Der Tag steht Ihnen zu Ihrer freien Verfügung und am Abend besuchen Sie ein berühmtes Tanzdrama von Kerala, das „Kathakali“. Dieser Tanz zeigt groteske Gestiken mit wunderschönen Kostümen und prachtvoller Schminke. Die Geschichten erzählen meist aus dem epischen Mahabharata und Ramayana.

#### 2. Tag: Cochin

Cochin – Nach dem Frühstück beginnt die Stadtbesichtigung von Cochin. Sie können dort erleben, wie Einheimische die Tradition des Fischens mit den chinesischen Netzen fortführen. Sie besuchen die Jüdische Synagoge, die vor mehr als 400 Jahren von der jüdischen Gemeinschaft erbaut wurde. Ebenso auf dem Programm stehen der holländische Palast und die St. Francis Kirche, die erste Europäische Kirche, die in Indien erbaut wurde.

#### 3. Tag: Periyar

Nach dem Frühstück fahren Sie zum ca. 5 Stunden entfernten Periyar, ein Wildschutzgebiet, welches in den östlichen Bergen Keralas liegt. Das Wildschutzgebiet wurde 1978 angemeldet. Heute ist es bis zu 777 km<sup>2</sup> groß und wurde 1982 zum Periyar-Nationalpark erklärt. In diesem Reservat leben etwa 49 verschiedene Säugetierarten, 265 Vogelarten, 36 verschiedene Reptilien, 35 Fischarten und 160 Arten von Schmetterlingen.

#### 4. Tag: Periyar

Den heutigen Morgen beginnen Sie mit einem etwa dreistündigen Trekking durch das Wildschutzgebiet. Am Nachmittag fahren Sie mit einem Boot auf dem Periyar See, wobei Sie die Tiere dieses Naturschutzgebiets wie z.B. wilde Elefanten, Büffel, Antilopen und Hirsche beobachten können.

#### 5. Tag: Kumarakom

Nach dem Frühstück fahren Sie nach Kumarakom. Die Natur zeigt sich dort mit einer wunderschönen Lagune, die von sanften Seen und Grün umgeben ist von ihrer schönsten Seite. Die natürlichen Zutaten für einen perfekten Urlaub. Übernachtung in einem Backwater Resort in Kumarakom am wunderschön und idyllisch gelegen Vembanad See.

#### 6. Tag: Alleppey

Fahrt nach Alleppey, bekannt auch unter dem Namen das Venedig des Ostens, berühmt für seine Kanäle und Wasserwege. Von hier fahren Sie mit Ihrem privaten Hausboot (Kettuvallom) durch Kerala's berühmte Back-

water. Sie gleiten entlang der palmengesäumten Kanäle und Seen, vorbei an kleinen Siedlungen unter palmenbestandenen Ufern. Unterwegs besichtigen Sie Dörfer und erleben das traditionelle Leben der Backwaterbewohner. Mittagessen, Nachmittagstee, Abendbrot & Übernachtung auf dem Hausboot.



### 7. Tag: Cochin

Nach dem Frühstück Transfer in ihr Ayurveda-Zentrum oder zum Flughafen.

## LEISTUNGEN

### 6 Nächte / 7 Tage

- 2 Nächte Cochin
- 2 Nächte Thekkady
- 1 Nacht Kumarakom
- 1 Nacht Hausboot

### Leistungen

- Übernachtung und Frühstück in Hotels der indischen Mittelklasse (Standard-Tour) oder der gehobenen Mittelklasse (Deluxe-Tour)
- Transport im nichtklimatisiertem Auto
- Kathakali Aufführung
- Bootstour
- Dschungel-Tour und Plantation Walk in Thekkady
- Übernachtung Hausboot mit Vollpension
- Halbtägige Citytour in Cochin mit englischsprachigem Guide
- Eintrittsgelder laut Programm

### Nicht-Enthaltene Leistungen

Nicht erwähnte Mahlzeiten, Trinkgelder, persönliche Ausgaben, Fotogebühren, Flughafensteuer, Versicherung.

## COCHIN UND DIE BACKWATERS



### VORAUSSICHTLICHER TOURVERLAUF

#### 1. Tag: Cochin

Nach der Ankunft in Cochin werden Sie zu Ihrem Hotel gebracht. Der Tag steht Ihnen zu Ihrer freien Verfügung und am Abend besuchen Sie ein berühmtes Tanzdrama von Kerala, das „Kathakali“. Dieser Tanz zeigt groteske Gestiken mit wunderschönen Kostümen und prachtvoller Schminke. Die Geschichten erzählen meist aus dem epischen Mahabharata und Ramayana.

#### 2. Tag: Cochin

Nach dem Frühstück beginnt die Stadtbesichtigung von Cochin. Sie können dort erleben, wie Einheimische die Tradition des Fischens

mit den chinesischen Netzen fortführen. Sie besuchen die Jüdische Synagoge, die vor mehr als 400 Jahren von der jüdischen Gemeinschaft erbaut wurde. Ebenso auf dem Programm stehen der holländische Palast und die St. Francis Kirche, die erste Europäische Kirche, die in Indien erbaut wurde.

#### 3. Tag: Alleppey

Fahrt nach Alleppey (von Cochin oder Trivandrum), bekannt auch unter dem Namen das Venedig des Ostens, berühmt für seine Kanäle und Wasserwege. Von hier fahren Sie mit Ihrem privaten Hausboot (Kettuvallom) durch Kerala's berühmte Backwater. Sie gleiten entlang der palmengesäumten Kanäle und Seen, vorbei an kleinen Siedlungen unter palmenbestandenen Ufern. Unterwegs besuchen Sie Dörfer und erleben das traditionelle Leben der Backwaterbewohner. Mittagessen, Nachmittagstee, Abendbrot & Übernachtung auf dem Hausboot.

#### 4. Tag: Cochin

Nach dem Frühstück Transfer in ihr Ayurveda-Zentrum oder zum Flughafen.



## LEISTUNGEN

### 3 Nächte / 4 Tage

- 2 Nächte Cochin
- 1 Nacht Hausboot

In der Hochsaisonzeit über Weihnachten und im Februar wird ein Aufpreis fällig.

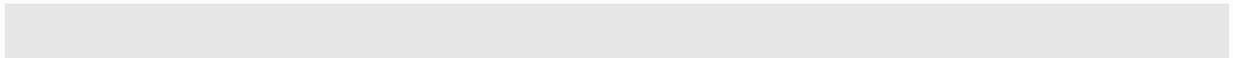
### Leistungen

- Übernachtung und Frühstück in Hotels der indischen Mittelklasse (Standard-Tour) oder der gehobenen Mittelklasse (Deluxe-Tour)

- Transport im nichtklimatisiertem Auto
- Kathakali Aufführung
- Bootstour
- Übernachtung Hausboot mit Vollpension
- Halbtägige Citytour in Cochin mit englischsprachigem Guide
- Eintrittsgelder laut Programm

### Nicht-Enthaltene Leistungen

Nicht erwähnte Mahlzeiten, Trinkgelder, persönliche Ausgaben, Fotogebühren, Flughafensteuer, Versicherung.



## PRAKTISCHE HINWEISE

### ANREISE

Sie fliegen mit einer renommierten Fluggesellschaft in der Economy Class von Deutschland nach Cochin oder Trivandrum. Gerne bieten wir Ihnen gegen Aufpreis auch den Business Class-Tarif oder Abflüge ab Wien oder Zürich an. Neue Wege Reisen haftet nicht für Flugplanänderungen, Verspätungen, etc. und daraus resultierende Programmänderungen. Es gelten die internationalen Bestimmungen der Fluggesellschaften.

### Atmosfair

Schließen Sie mit uns einen Bund für klimaneutrales Fliegen: Neue Wege zahlt für jede atmosfair-Buchung die Hälfte des Beitrags. So funktioniert atmosfair: Unter [www.atmosfair.de](http://www.atmosfair.de) ermitteln Sie mit wenigen Klicks die CO<sup>2</sup>-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<sup>2</sup>-Emission Ihres Fluges richtet. Geben Sie ganz einfach bei Ihrer Buchung an, dass Sie klimaneutral fliegen möchten. atmosfair ist vom TÜV zertifiziert und wird laufend kontrolliert. So sind Sie sicher, dass Sie interessante Reisen mit verantwortungsbewusstem Handeln verbinden - wirklich atmosfair!

nachdenken • klimabewusst reisen

**atmosfair**

Sie können für diese Reise atmosfair für 121 Euro hinzubuchen. Neue Wege übernimmt von diesem Betrag 60,50 Euro.



### EINREISEBESTIMMUNGEN

Für Reisen nach Indien ist ein noch mindestens 6 Monate gültiger Reisepass und ein Visum erforderlich, welches von den Vertretungen Indiens (Botschaften und Konsulaten) bzw. von einem dem Konsulat vorgeschalteten Visumservice ausgestellt wird. Die Visumbeantragung nehmen Sie selbst vor. Alle erforderlichen Informationen werden Ihnen mit der Buchungsbestätigung von uns zugesandt. Die Kosten für das Visum betragen ca. 50 € (Stand Mai 2013), die oben genannten Visumservices erheben zusätzliche Bearbeitungsgebühren. Die Einreise ist nur mit einem nach Ausreise noch 6 Monate gültigen Reisepass möglich. 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 Beantragungsdauer des Visums beträgt erfahrungs-

gemäß 3 – 4 Wochen. Wir empfehlen Ihnen die postalische Beantragung etwa vier Wochen vor Reisebeginn vorzunehmen.

Weitere Infos auf:

[www.igcsvisa.de](http://www.igcsvisa.de) und [www.in.de.coxandkings.com](http://www.in.de.coxandkings.com) (für deutsche Staatsbürger)

[in.vfsglobal.ch](http://in.vfsglobal.ch) (für schweizer Staatsbürger)

[www.blsindiavisa-austria.com](http://www.blsindiavisa-austria.com) (für österreichische Staatsbürger)



#### SICHERHEITSHINWEISE

Indien ist im Allgemeinen ein sicheres Reise-land. 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 Hotelsa- fe zu deponieren. Eine Kopie der Passinnen- seite und des Visums sowie Passfotos und ggf. Schecknummern bitte separat aufbewah- ren. Gepäckstücke nicht unbewacht lassen

oder in Hotels Wertgegenstände offen im Zimmer herumliegen lassen.

Aktuelle Informationen zur Sicherheitslage gibt die Homepage des Auswärtigen Amtes:

[www.auswaertiges- amt.de/DE/Laenderinformationen/00- SiHi/IndienSicherheit.html](http://www.auswaertiges-amt.de/DE/Laenderinformationen/00-SiHi/IndienSicherheit.html)

#### MITZUNEHMEN

##### Kleidung

Während der Trockenzeit benötigen Sie im Flachland leichte, wenig empfindliche Baumwollkleidung, einen leichten Sonnenhut und bequeme Schuhe.

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 Ayur- vedakur empfiehlt es sich, alte Unterwäsche einzupacken.

##### Gepäck

Bitte nehmen Sie einen nicht mehr neuen, aber dennoch gebrauchsfähigen Koffer, Rei- setasche, Seesack oder Rucksack mit, da bei den landesüblichen Transporten Gebrauchs- spuren am Gepäck unvermeidbar sind.

#### GESUNDHEIT UND IMPFUNGEN

Der Gesundheitsdienst des Auswärtigen Amts empfiehlt generell immer den Schutz gegen Tetanus, Diphtherie, Polio und Hepatitis A, bei Langzeitaufenthalt über vier Wochen oder besonderen Risiken auch Hepatitis B, Japani- sche Encephalitis, Tollwut, Typhus, evtl. Cho- lera.

Aktuelle Informationen unter:  
[www.auswaertiges-amt.de/DE/Laenderinformationen/00-Si-Hi/IndienSicherheit.html?nn=346896#doc346804bodyText6](http://www.auswaertiges-amt.de/DE/Laenderinformationen/00-Si-Hi/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 z.B. unter [www.crm.de](http://www.crm.de) (Zentrum für Reisemedizin) oder [www.gesundes-reisen.de](http://www.gesundes-reisen.de) (Tropeninstitut Hamburg). Dort finden Sie auch Angaben zur Malariaprophylaxe.

Am besten nur Mineralwasser aus gekauften, original verschlossenen Flaschen trinken (überall in Indien käuflich). Ansonsten sind auch andere in Flaschen abgefüllte Getränke (z. B. Softdrinks wie Cola...) in Ordnung, solange die Flaschen vor dem Trinken original erschlossen 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 Ayurvedakur 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 (auch die Anti-Malaria-Mittel). 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, unter psychischen oder physischen Krankheiten leidet, sollte vor Abreise seinen Hausarzt konsultieren.



## WÄHRUNG

Die Währung ist die Indische Rupie. Sie ist gegliedert in 100 Paisa. Da die Bewertung der Rupie in den vergangenen Monaten starken Schwankungen ausgesetzt war, empfiehlt sich die Ermittlung des tagesaktuellen Kurses unter [www.oanda.com](http://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. 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.

## 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. Bitte bedenken Sie auch, dass die Menschen in der Region wesentlich von den Trinkgeldern leben. 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.

## 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 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 vom Zoll ausgefertigte "Tourist Baggage-Re-Export-Form" ist bis zur Wiederausreise gut aufzubewahren.

## WISSENSWERTES

### Post

Postämter sind montags bis freitags von 10 bis 17 Uhr und samstags 10 bis 13 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 Monate. Die Post arbeitet in der Regel zuverlässig. Pakete per Air-Mail 5-8 Tage (sehr teuer). In den meisten Ayurveda-Resorts können Sie Ihre Post an der Rezeption abgeben und erhalten hier auch Briefmarken.

### 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.

### Telefonieren

Telefonieren kann man in vielen Postämtern in Telegraph Offices, oder von den privaten Telefonagenturen. Inzwischen gibt es in jeder größeren Stadt Internet-Cafés.

In den meisten Gebieten können Sie mittlerweile auch mit Ihrem deutschen Handy telefonieren. Genaue Informationen erhalten Sie von Ihrem Anbieter.

### Telefonvorwahlen

Vorwahl von Indien nach Deutschland: 0049, nach Österreich 0043, Schweiz 0041. Vorwahl von Deutschland nach Indien: 0091.



### 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.

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.

Wegen der starken Lichtverhältnisse sind Schwarzweißfilme mit einer geringen Empfindlichkeit zu empfehlen. Farbfilme sollten Sie unterbelichten.



Bitte gehen Sie zurückhaltend mit der Kamera um, vor allem, wenn Sie Menschen fotografieren wollen. Sie sollten zuerst den Betroffenen 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

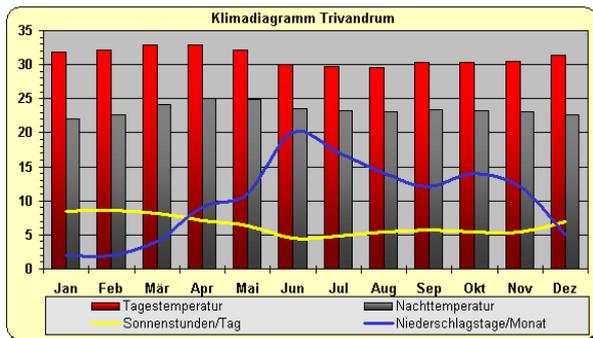
An antiken Stätten und in den Wildgebieten ist das Fotografieren nur mit einem Eintritts- und Fotografierpermit erlaubt. Die Preise an den verschiedenen Orten ist unterschiedlich. Fragen Sie Ihren Reiseleiter vor Ort.

## LAND UND LEUTE

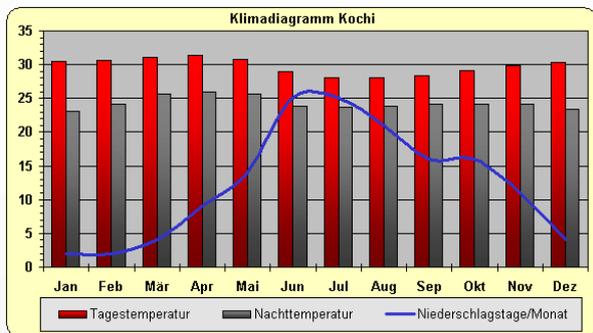
### ZEITVERSCHIEBUNG UND KLIMA

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 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.

Klimainformationen unter:

[www.iten-online.ch/klima/asien/indien/indien.htm](http://www.iten-online.ch/klima/asien/indien/indien.htm)

### SPRACHE UND VERSTÄNDIGUNG

Eine der beiden überregionalen Amtssprachen ist 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, Rikshas und Taxis gibt es in der Regel aber keine Probleme da die Englischkenntnisse

meist zumindest für grundlegenden sachbezogenen Austausch reichen.

Pluspunkte sammelt man jedoch, wenn man sich einige Wendungen der jeweiligen indischen regionalen Landessprache (z. B. Tamil oder 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 Inder selbstverständlich. Obwohl der Buddhismus in Indien seinen Ursprung hat, ist er in Indien fast nicht mehr vertreten. In Kerala gibt es jeweils ein Drittel Christen, ein Drittel Hindus und ein Drittel Moslems. Indien gehört zu den größten Kulturnationen der Welt mit einer reichen und Jahrtausende alten Kunst- und Philosophiegeschichte. Zur weiteren Information empfehlen wir Ihnen zur Lektüre das Sympathiema-gazin „Indien verstehen“, das Ihnen einen guten Querschnitt zu Geschichte, Religion und Alltagskultur bietet. Dieses bekommen Sie mit den Buchungsunterlagen.



### 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, dabei wird ausschließlich die rechte Hand benutzt. Besteck ist jedoch 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.

Viele interessante Tipps finden Sie im Sympathiemagazin „Indien verstehen“ und im Buch KulturSchock Indien von Rainer Krack (siehe Reiseliteratur).

### ESSEN UND TRINKEN

Die Küche Südindiens hat ihre Ursprünge in der Geschichte, Geografie und Kultur des Landes. Sie kann in zwei Arten eingeteilt werden - vegetarische und nicht-vegetarische Gerichte. Alle nicht-vegetarischen Gerichte sind stark gewürzt, die Auswahl an vegetarischen Gerichten hingegen ist milder gewürzt und gerade für nicht-heimische Geschmäcker

verträglicher. '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 muss 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

Textilien: Die Stoffherstellung ist eine der wichtigsten Industrien; indische Seiden, Baumwollstoffe und Wollfasern zählen zu den besten der Welt. Indiens Teppichindustrie ist ebenfalls eine der größten der Welt, und viele Beispiele dieses alten und wunder-schönen 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. Indische Silberware ist weltberühmt. Man kann Schmucksteine direkt am Kaufort verarbeiten lassen. Weitere Spezialitäten: Kunstgewerbe, Holzartikel, Chutneys, Gewürze und Teesorten; Parfüm, Seifen, 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").

Öffnungszeiten der Geschäfte: Mo.-Sa. 09.30-20.00 Uhr in den großen Geschäften.



## ANHANG

### REISELITERATUR

Wir empfehlen dringend sich für die Reise einzulesen und sich auf Besichtigungen mit Reiseliteratur vorzubereiten. Eine kleine Auswahl interessanter Bücher ist hier aufgelistet. Die Bücher sind in jeder Buchhandlung zu bestellen.

### Allgemeine Literatur

**Studienkreis für Tourismus und Entwicklung:**  
Indien Verstehen – Sympathie Magazin (Broschüre, 2005.)

**Studienkreis für Tourismus und Entwicklung:**  
Hinduismus Verstehen – Sympathie Magazin (Broschüre, 2003.)

**Studienkreis für Tourismus und Entwicklung:**  
Buddhismus Verstehen – Sympathie Magazin (Broschüre, 2000.)

**Bauhofer, Ulrich:**  
Souverän und gelassen durch Ayurveda, 2005

**Haass, Renate und K.D. Christof:**  
Tanz der Götter - Ritual und Tanztheater in Kerala. Röhl, Dettelbach 2004.

**ling, Doris:**  
Ayurveda Oasen. Die 100 besten Adressen in Europa, Indien und Sri Lanka, 2006.

**Rosenberg, Mark:**  
Das große Ayurveda Buch, München 2004

**Rosenberg, Kerstin:**  
Ayurveda - Heilkunde und Küche, 2007

**Kamp, Christina u.a.:**  
Drei Blinde beschreiben den Elefanten. Kerala erzählt (Gebundene Ausgabe - 2006)

**Lad, Vasant:**  
Das große Ayurveda-Heilbuch, 2003

**Lad, Vasant / Frawley David:**  
Die Ayurveda Pflanzenheilkunde, 2000

**Mattausch, Jutta:**  
Ayurveda erleben in Indien und Sri Lanka. Praxis-Handbuch. Reise- Know-How 2004

**Schrott, Ernst / Schachinger Wolfgang:**  
Handbuch Ayurveda, 2004

**Schrott, Ernst:**  
Ayurveda für Gesundheit, Glück und langes Leben, 2005

**Schrott, Ernst:**  
Ayurveda für jeden Tag. Die sanfte Heilweise für vollkommene Gesundheit und Wohlbefinden, München 2003

**Rhyner, Hans Heinrich:**  
Gesund leben, sanft heilen mit Ayurveda, Neuhausen 2000

**Rhyner, Hans Heinrich / Frohn Birgit:**  
Heilpflanzen im Ayurveda, 2006

**Rosenberg, Kerstin:**  
Ayurveda - Heilkunde und Küche, 2007

**Scherer, Dieter:**  
Ayurveda für Gesundheit und Schönheit: Der einfache Weg zu persönlichem Wohlbefinden für jeden Tag, 2007

Schutt, Karin:  
Ayurveda für jeden, 2004

Schutt, Karin:  
Ayurveda. GU Ratgeber Gesundheit, 2000

Chopra, Deepak:  
Jung bleiben – ein Leben lang. Mit Ayurveda  
das Geheimnis des langen Lebens erfahren,  
2003

Chopra, Deepak:  
Heilkraft Ayurveda, 2006

Frawley, David:  
Das große Ayurveda Heilungsbuch, 2005

#### Verschiedene Reiseführer

Sarina Singh, Joe Bindloss, und  
Paul Clammer:  
Lonely Planet Indien (Broschiert - Mai 2006)

Sarina Singh, Stuart Butler und Vir-  
ginia Jealous:  
Lonely Planet Reiseführer Südindien (Bro-  
schiert März 2008)

Barkemeier, Thomas und Barke-  
meier, Martin:  
Indien. Der Norden. Mit Mumbai und Goa  
(Broschiert - September 2004)

Krack, Rainer:  
KulturSchock Indien (Broschiert - Januar  
2004)

Wirth, Maria:  
Von Gurus, Bollywood und heiligen Kühen.  
Eine Liebeserklärung an Indien  
(Gebundene Ausgabe - August 2006)

Trojanow, Ilija:  
Gebrauchsanweisung für Indien.  
(Gebundene Ausgabe - Oktober 2006)

ADAC Reisemagazin:  
Indien. Zwischen Mythos und Morgenrot,  
2006

Neumann-Adrian, Edda u.a.:  
Zeit für Kerala - Traumziele im Garten der  
Götter Indiens. Traumziele im Garten der  
Götter Indiens (Broschiert 2006)

Loose, Stefan Travel Handbücher:  
Indien - Der Süden, April 2006  
2006





KONTAKTDATEN UND ANMELDUNG



**Dr. Petra Holz**

Teamleiterin Ayurveda Asien  
p.holz@neuewege.com  
02226-1588-301



**Pia Okoro**

Ayurveda Asien  
p.okoro@neuewege.com  
02226-1588-303

NEUE WEGE Seminare & Reisen GmbH  
Am Getreidespeicher 11  
D-53359 Rheinbach  
Tel: +49-2226-1588-00  
Fax: +49-2226-1588-070  
E-mail: [info@neuewege.com](mailto:info@neuewege.com)  
Web: [www.neuewege.com](http://www.neuewege.com)