



## SPIRITUELLE REISE NACH MYANMAR

### DAS LAND DER GOLDENEN TEMPEL UND PAGODEN – BESUCH EINER PALMBLATTBIBLIOTHEK MIT BLICK AUF IHR SCHICKSAL

#### EINE REISE IN KLEINGRUPPEN

DAUER 15 TAGE / 13 NÄCHTE VOR ORT

#### 1. TAG – ABFLUG NACH YANGON / MYANMAR

#### 2. TAG – ANKUNFT IN YANGON / MYANMAR

Willkommen am Flughafen Yangon – Transfer zum Hotel – Einchecken und Entspannen nach Ihrem langen Flug.

Später Besichtigung einiger Höhepunkte von Yangon: die Sule Pagode und den Mahabandoola Park mit dem Unabhängigkeitsdenkmal im Herzen der Stadt. Ein Spaziergang im Stadtzentrum, im indischen Viertel, in Chinatown und die Besichtigung einiger Kolonialgebäude runden das Bekanntmachen mit Myanmars früherer Hauptstadt ab. Dann besuchen wir Chauk Htat Gyi, die liegende Buddha-Statue, und machen einen Fotostopp am königlichen Bergpark von Karaweik mit Kandawgyi, dem königlichen See.

Am späten Nachmittag trinken wir in einem örtlichen Teeladen eine Tasse Tee und begegnen hier den freundlichen Einheimischen.

Am frühen Abend besuchen wir die berühmte Shwedagon-Pagode, die mit 11 Tonnen purem Gold und 4.350 Diamanten mit einem Gewicht von 1800 Karat ummantelt ist! Bei Sonnenuntergang bietet die Shwedagon Pagode dem Besucher eine spektakuläre Show von Lichtern und Schatten.

Begrüßungsdinner in einem ausgewählten lokalen Restaurant. Übernachtung in einem Deluxe Room mit Blick auf den Fluss im Vintage Luxury Yacht Hotel in Yangon. (-/-/D)



### 3. TAG – MIT DEM MORGENFLUG NACH MANDALAY – AMARAPURA

Nach dem Frühstück Transfer zum Flughafen und Flug nach Mandalay. Wir fahren von dort nach Amarapura und besuchen die 1,2 km lange U-Bein-Holzbrücke, die im Jahr 1782 mit riesigen Teakholzsäulen gebaut wurde. Danach Transfer zum Hotel.

Anschließend Besichtigungstour in Mandalay: die berühmte Mahamuni-Pagode, eine der heiligsten Buddha-Statuen in Mandalay, dann kurzer Besuch der Goldfolien-Handwerksbetriebe.

Nachmittags besuchen wir das Shwenandaw-Kloster, das für seine exquisiten Holzschnitzereien bekannt ist. Die Kuthodaw-Pagode ist bekannt als das größte Buch der Welt mit den Steinplatten buddhistischer Schriften. Abschließend geht die Tour weiter zum Mandalay Hill, einem Aussichtspunkt mit Panoramablick auf die Stadt und einem spektakulären Sonnenuntergang. Abendessen in einem lokalen Restaurant.

Übernachtung in einem Superior Room im Mercure Mandalay Hill Resort in Mandalay. (B/-/D)

### 4. TAG – AUSFLUG NACH MINGUN – AVA

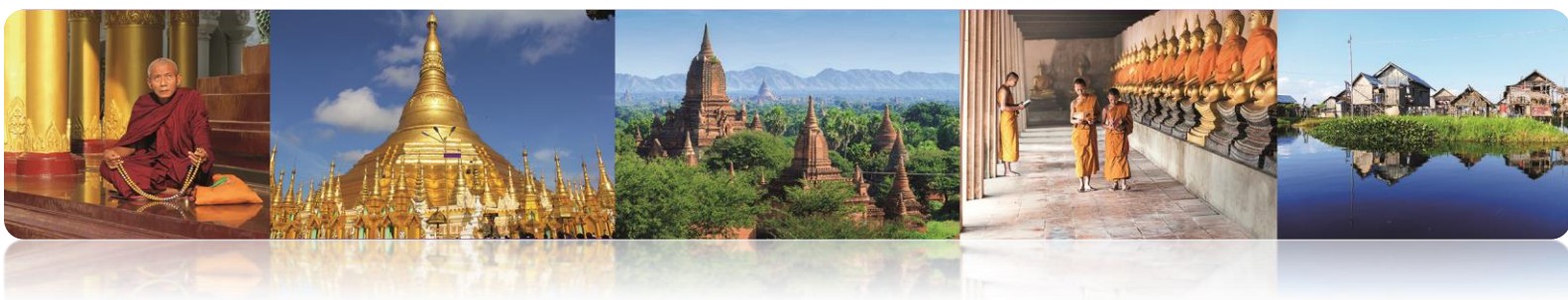
Nach dem Frühstück Transfer zum Bootsanleger für eine 45-minütige Bootsfahrt nach Mingun. Zu den Sehenswürdigkeiten rund um Mingun gehören die unvollendete Mingun-Pagode, die als der größte Ziegelhaufen bekannt ist, sowie die größte läutende Mingun-Glocke. Dort können wir auch mit einem Ochsenkarren fahren, einer alten Transportmethode in den Dörfern, und das Mingun-Heim für Senioren besuchen.

Wir kehren zurück nach Mandalay und fahren weiter nach Inwa (Ava), der historischen Hauptstadt, die 1364 von König Thado Minbya gegründet wurde. Das Kloster Maha Aungmye Bonzan ist ein schönes Beispiel für die Baukunst und Architektur der Ziegelbauweise Myanmars. Während des Besuchs spazieren wir entlang der typischen Dörfer und Landschaften Myanmars. Am Nachmittag Rückfahrt nach Mandalay, Abendessen in einem lokalen Restaurant. Übernachtung im Hotel in Mandalay. (B/-/D)

### 5. TAG – MANDALAY ECO TOUR

Heute Morgen fahren wir zur Maymyo Road und genießen die wunderschöne Landschaft des Blumenmarktes. Weiter geht es zum Dee Doke Elephant Camp und zum Wark Kar Waterfall, wo wir Elefanten füttern, ihre Natur und Lebensweise mit den Mahouts beobachten können und ein sanftes Trekking bis zur zweiten Ebene des Wasserfalls machen. Im Camp wird ein Picknick-Mittagessen serviert.

Am Nachmittag fahren wir etwa 1½ Stunden mit dem Boot entlang des Dokhta Waddi Flusses weiter. Unterwegs Stopp in einem lokalen Dorf und bei der historischen Shwe Sar Yan Pagode. Dort ist auch ein Nat-Schrein (Spirit-Medium) mit traditionellen Opfergaben zu sehen. Am späteren Nachmittag Transfer mit dem Bus zurück nach Mandalay. Abendessen in einem lokalen Restaurant. Übernachtung im Hotel in Mandalay. (B/L/D)



## 6. TAG – MANDALAY – SAGAING – MONYWA

Am Morgen Transfer zu den malerischen Sagaing Hills, 21 km südöstlich von Mandalay und westlich des Flusses Ayeyarwaddy. Sagaing Hills ist mit seinen zahlreichen Pagoden ein Rückzugsort für buddhistische Anhänger.

Später Weiterfahrt nach Monywa, das 84 Meilen nordwestlich von Mandalay gelegen ist (ca. 3 Stunden Fahrt). Unterwegs besuchen wir die Mohnyin Than Buddha-Pagode, in der mehr als 500.000 Buddha-Figuren sitzen, die Bodi-Ta-Htaung-Pagode (tausend Bo-Bäume) und das größte liegende Buddha-Bild in Myanmar. Am Nachmittag erreichen wir die Berge Mt. Po Win und Mt. Shwe Ba, die am westlichen Ufer des Chindwin River liegen, und in deren Felsennischen Buddha-Statuen und Treppen gehauen wurde. Abendessen in einem lokalen Restaurant.

Übernachtung in einem Zimmer mit Blick in den Garten im Win Unity Hotel in Monywa. (B/-/D)

## 7. TAG – MONYWA – MYINMU – BOOTFAHRT NACH BAGAN

Nach dem Frühstück fahren wir ca. 45 Minuten von Monywa nach Myinmu mit einem kurzen Halt auf dem lokalen Markt, während wir auf das Boot warten. Das Boot ist ein öffentliches Boot, Doppeldecker, Kapazität 70 - 120 Personen, mit bequemen Sitzen und einem Frühstück, Kaffee / Tee an Bord. Die Einschiffungszeit ist gegen 09:00 Uhr – Ankunft in Bagan am frühen Abend, Transfer zum Hotel. Den Sonnenuntergang können wir im Tempelbereich erleben, wenn es die Zeit erlaubt. Abendessen in einem lokalen Restaurant.

Übernachtung in einem Superior Room im Hotel Myanmar Treasure in Bagan. (B/-/D)

## 8. TAG – BAGAN SEHENSWÜRDIGKEITEN

Besichtigung von Bagan: die Shwezigon-Pagode ist ein Prototyp der späteren Myanmar-Stupa, der Wetkyi-in-Gubyaukkyi-Tempel besticht mit feinen Wandmalereien von Jataka-Szenen. Anschließend geht es zur Lackwarenindustrie, wo wir die traditionelle Lackherstellung in Myanmar studieren können.

Am Nachmittag geht es weiter zu Thatbyinnyu, dem höchsten Tempel von Bagan, dem Dhammayangyi-Tempel, einem massiven Bauwerk mit feinstem Mauerwerk, und dem Manuha-Tempel mit gigantischen Buddha-Bildern, die das Leben eines im Gefängnis eingesperrten Königs erzählen; Nanpaya ist ein Tempel im frühen Stil mit den feinsten Steinschnitzereien. Obwohl Scheinwerfer installiert sind, ist es sicherer ein eigenes Blitzlicht mitzubringen, da die Stromversorgung von Zeit zu Zeit unterbrochen werden kann. Am Abend besuchen wir noch den Ananda-Tempel, ein architektonisches Meisterwerk, das an ein griechisches Kreuz erinnert.

Abendessen in einem lokalen Restaurant. Übernachtung im Hotel in Bagan. (B/-/D)



## 9. TAG – BAGAN – POPA – BAGAN

Nach dem Frühstück fahren wir zum heiligen Berg Mt. Popa, einem erloschenen Vulkan, der der Aufenthaltsort der Nats (Geister) ist. Auf dem Gipfel des Berges befinden sich Klöster, Pagoden und Schreine in unterschiedlichem Stil.

Nach der Rückkehr nach Bagan besuchen wir den Sulamuni-Tempel, wo schöne Fresken aus der Kone Baung-Zeit des 18. Jahrhunderts bewundert werden können, sowie den LayMyathna- und Phaya Thonezu-Tempel. Anschließend können wir einen entspannten Spaziergang durch den Ruinentempel unternehmen – oder auf Wunsch mit einem e-Bike weitere Tempel erkunden.

Abendessen in einem lokalen Restaurant. Übernachtung im Hotel in Bagan. (B/-/D)

## 10. TAG – MIT DEM MORGENFLUG NACH HEHO – PINDAYA – INLE

Nach dem Frühstück Transfer zum Flughafen für den Flug nach Inle. Nach der Ankunft fahren wir nach Pindaya und besuchen den Pindaya See und die Pindaya Shwe U Min Höhle, die für ihre unzähligen Buddha-Figuren bekannt ist. Hier besuchen wir auch eine Bambus-Dach-Werkstatt.

Anschließend Weiterfahrt nach Nyaung Shwe und dem Inle-See, Transfer zum Hotel am See. Ausflug auf dem See mit dem Boot, der für seine einzigartigen Beinruder und seine landschaftliche Schönheit bekannt ist; Besuch der Paungdaw Oo Pagode.

Abendessen im Hotel und Übernachtung in einem Superior Room im Hotel Golden Island Cottages. (B/-/D)

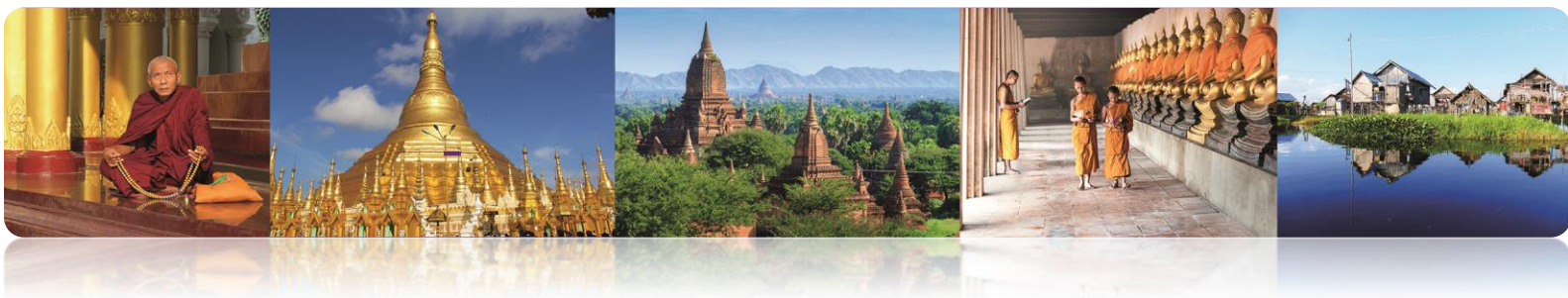
## 11. TAG – INT HAR DORFBESUCH – INDEIN

Nach dem Frühstück besuchen wir das Dorf Maing Thauk, wo wir am täglichen Leben der Dorfbewohner teilnehmen können und bereiten Shan Pe Pouk (Sojabohnenscheiben), Shan Mohn La Pway (Rice Cracker), gebratene Bohnen und vieles mehr zu.

Nachmittag Weiterfahrt mit dem Schiff nach Indein und dem verborgenen Schatz der Pao-Stämme. Zu den Sehenswürdigkeiten zählen die Indein-Pagode und lokale Handwerkstätten. Anschließend besuchen wir das Kloster Nga Phae Chaung, die Seiden- und Baumwollwebereien sowie die Silberschmiede, die wunderschönen schwimmenden Gärten und beobachten das Leben in den Pfahlhausdörfern am See. Abendessen im Hotel und Übernachtung im Hotel. (B/-/D)

## 12. TAG – INLE – KOCHKURS IM INT HAR-DORFHAUS

Heute erlernen wir die traditionelle Kochkunst zur Zubereitung von Intha-Gerichten. Am Morgen fahren wir zum lokalen Markt in Nyaung Shwe und kaufen frisches Gemüse und Lebensmittel für das heutige Mittagessen ein. Im Dorfhaus lernen wir, wie man sie



zubereitet und ein traditionelles Essen kocht. Anschließend können wir unser gesundes Mittagessen nach lokaler Art, das wir selbst gekocht haben, genießen. Nachmittag Rückfahrt zum Hotel und Rest des Tages zur freien Verfügung. Abendessen im Hotel und Übernachtung im Hotel. (B/L/D)

### 13. TAG – HEHO – YANGON – GOLDEN ROCK

Mit dem Morgenflug geht es zurück nach Yangon. Nach der Ankunft in Yangon fahren wir etwa 4 Stunden nach Kyaikhtiyo @ Golden Rock. Ankunft im Kim Pun Basislager und Fahrt mit dem offenen LKW für ca. 1 Stunde und 15 Minuten bis zum Gipfel.

Das Einchecken im Hotel und den Rest des Abends genießen wir mit Blick auf den Sonnenuntergang am Glitzerfelsen, der am Rand einer Klippe liegt.

Abendessen und Übernachtung in einem Deluxe Room im Mountain Top Hotel. (B/-/D)

### 14. TAG – KYAIKHTIYO – BAGO – YANGON

Morgens können wir den Sonnenaufgang am Golden Rock erleben, bevor wir nach dem Frühstück nach Yangon zurückkehren. Unterwegs halten wir in Bago an und besichtigen hier die 55 Meter lange Shwemawdaw-Pagode mit dem Shwe Tha Lyaung Buddha, die zu den beeindruckendsten Bildern des Landes zählt, die vier riesigen Buddha-Figuren in der Kyaik Pun-Pagode und den berühmten Hanthawadi-Palast. Der Kanbawza Thadi, der Palast von König Bayinnaung (1551 – 1581 n. Chr.) wird weiterhin ausgegraben und einige Gebäude werden umgebaut.

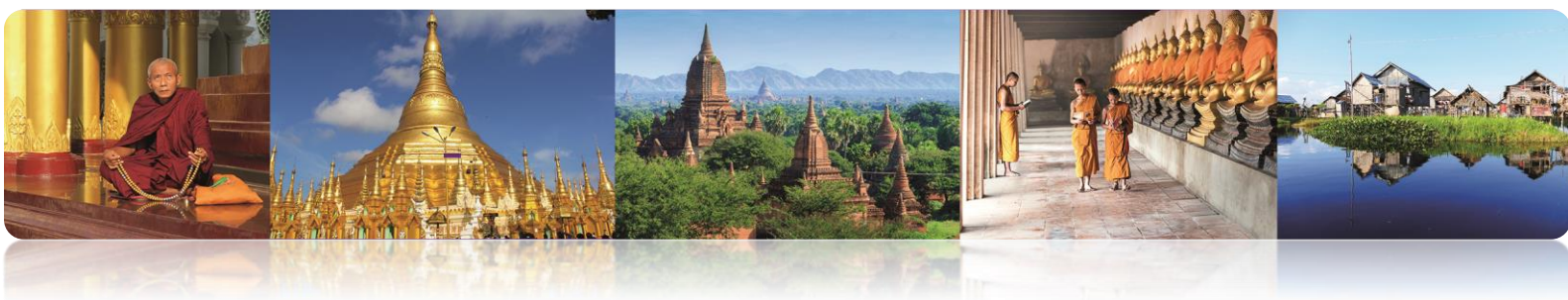
Nach der Rückkehr in Yangon haben die Reiseteilnehmer bei Interesse optional die Gelegenheit, den berühmten Palmisten San Zarni Bo zu besuchen um mehr über ihr Schicksal zu erfahren.

Abendessen in einem lokalen Restaurant. Übernachtung in einem Deluxe Room mit Blick auf den Fluss im Vintage Luxury Yacht Hotel in Yangon. (B/-/D)

### 15. TAG – ABSCHIED VON MYANMAR MIT DEM ABENDFLUG

Morgenbesuch beim Astrologen San Zarni Bo optional für die Teilnehmer, die gerne wissen möchten, wie es ihnen auf ihrem Schicksalsweg ergehen kann! Wir haben auf Wunsch außerdem die Gelegenheit in der Bibliothek der Universität Yangon die früheren Palmblatt-Niederschriften zu begutachten. Später besuchen wir die Botataung Pagode, die ein berühmtes Wahrzeichen von Yangon ist, in der man Buddhas Haarrelikt sehen und auch den spirituellen Schrein der Göttin Mya Nan besuchen kann. Wir haben die Gelegenheit den geschäftigen Bogyoke-Markt zu besuchen, auf dem wir Mitbringsel von unserer Reise und die meisten Produkte von Myanmar erhalten können.

Abends Transfer zum Flughafen für Ihren Heimflug. (B/-/-)



## LEISTUNGEN

- Reisegruppe ab 6 Personen bis max. 10 Personen
- Deutschsprachige Reiseführung
- alle Transfers und Touren mit dem Auto A / C oder Bus und dem Boot – ausgenommen e-Bike
- Inlandsflüge
- 13 Übernachtungen im DZ / Twin in \*\*\* bzw. \*\*\*\*Hotels wie aufgeführt
- Cooking Class der Inthar-Küche in Inle
- Eintrittsgelder

## PREIS

pro Person im DZ / Twin room	2.190 €
EZ-Zuschlag	590 €

Eine Verlängerung mit Baden an der wunderschönen Nord-West-Küste Myanmars am Ngapali Beach ist auf Anfrage möglich.

Kurzfristige Programmänderungen vorbehalten. Exklusive Flug.



## REISEANMELDUNG

Per Fax an +49.3212.101 53 19  
oder per Post an ethnoTOURS reisekultur Volkartstr. 20 . 80634 München

Bei folgender Reise möchte ich/möchten wir dabei sein:

<i>Reisenname</i> <b>SPIRITUELLE REISE NACH MYANMAR</b>
--

<i>Gewünschter Reisebeginn</i>
--------------------------------

<i>Flughafen bei Ankunft im Reiseland</i> <b>Yangon</b>
--

<i>Gewünschtes Reiseende</i>
------------------------------

<i>Flughafen zur Abreise aus dem Reiseland</i> <b>Yangon</b>
---

Teilnehmer 1/ Rechnungsempfänger

<i>Name / Vorname</i>
-----------------------

<i>Geburtsdatum</i>
---------------------

Teilnehmer 2

<i>Name / Vorname</i>
-----------------------

<i>Geburtsdatum</i>
---------------------

Rechnungsanschrift

<i>Straße / Hausnummer</i>
----------------------------

<i>PLZ / Ort</i>
------------------

<i>Telefon / Mobil</i>
------------------------

<i>Email</i>
--------------

Doppelzimmer (DZ)

Einzelzimmer (EZ)

Halbes DZ

*(nur möglich, wenn sich ein passender Partner findet)*

<i>Ort / Datum</i>
--------------------

<i>Unterschrift</i>
---------------------

Zur Einreise nach Bali benötigen Sie einen gültigen Reisepass. Der Reisepass muss am vorgesehenen Rückreisetermin noch 6 Monate gültig sein! Programmänderungen behalten sich die Leistungspartner im Land vor. Die Anzahlung in Höhe von 30% leisten Sie bitte erst nach Erhalt der Buchungsbestätigung und des Versicherungsscheins.