

Ausgabe 1/2016 • 1. Jahrgang

VISTA POINT Reisemagazin

VISTA POINT

TRAUMSTRÄNDE
ANDERE LÄNDER – ANDERE SITTEN
UNESCO-WELTERBESTÄTTEN

ASIEN

BALI · VIETNAM · THAILAND · SRI LANKA

© pixartorius images/age

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

was erinnert Sie nach Ihrer Rückkehr an die letzte Reise? Sind es die abgetretenen Schuhe, die Sandkörner im Koffer oder die vielen Fotos auf der Speicherkarte der Kamera?

Wie hält man die Ehrfurcht fest, die den Reisenden am Gipfel eines Berges oder beim Anblick uralter Kulturstätten ergreift?

Seit 1988 fassen unsere Autoren für Sie Ihre Erfahrungen und Erlebnisse in Worte und schreiben über die schönsten Reiseziele dieser Welt.

Genauso lange verlegen wir Reiseführer mit dem Anspruch, den perfekten Reisebegleiter für Sie zu gestalten – und das nicht nur im klassischen Printmedium, sondern auch aktuell in digitaler Form. So wie unsere Apps und E-Books, die wir stets am Puls der Zeit und mit Blick auf die neuesten Trends entwickeln.



Das **VISTA POINT Reisemagazin**, unser E-Magazin, gibt es ausschließlich im digitalen Format. Es stellt die spannendsten Regionen dieser Welt vor und liefert in einer bunten Themenmischung Wissenswertes, Kurioses und Spannendes zu Ihrem vielleicht nächsten Reiseziel und darüber hinaus.

Ihre
VISTA POINT Redaktion

Herzlich willkommen!

Dies ist die erste Ausgabe des VISTA POINT Reisemagazins, das Sie auf den asiatischen Kontinent entführen möchte. Die renommierten VISTA POINT-Autoren stellen Ihnen die schönsten Strände, die kulinarischen Genüsse sowie ausgewählte kulturelle und landschaftliche Highlights von Thailand, Vietnam, Bali und Sri Lanka vor.

Unser Titelbild zeigt einen Reisbauern im Cuc-Puong-Nationalpark in Vietnam.



© mauritius images/age

TRAUMZIEL ASIEN

Thailand – Königreich zum Erobern	5
Sri Lanka – Komprimierte Vielfalt	6
Vietnam – Land auf der Überholspur	7
Bali – Insel der Götter	8

ASIENS TRAUMSTRÄNDE

Ferienträume auf thailändischen Inseln	10
Urlaubsidylle auf Sri Lanka	11
Traumlandschaften in Vietnam	12
Sonne, Strand, Spaß – Balis Dreiklang	13

DIE KÜCHEN ASIENS

Küche Vietnams	15
Küche Thailands	16
Küche Sri Lankas	17
Küche Balis	18

ANDERE LÄNDER – ANDERE SITTEN

Bali – die lächelnde Insel	21
Vietnam – die Preußen Südostasiens	22
Sri Lanka – zu Ehren des heiligen Zahns	23
Thailand – Lichterfest und Priesterweihe	24

UNESCO-WELTERBE

Weltkultur- und Weltnaturerbestätten	26
Welterbestätten in Thailand	27
Welterbestätten in Sri Lanka	28
Welterbestätten auf Bali	30
Welterbestätten in Vietnam	31

WISH YOU WERE HERE

Reiseberichte aus der Redaktion	33
---------------------------------------	----

BUCHEMPFEHLUNGEN

36

PACKLISTE

41



© Fotolia/Sonha

Der asiatische Kontinent, auf dem 60 Prozent der Weltbevölkerung leben, ist voller Gegensätze. Es gibt pulsierende Metropolen wie Ho-Chi-Minh-Stadt oder Bangkok mit ihren Konsumtempeln, aber auch nahezu unberührte Landschaften. Die tiefe Verbundenheit mit der Religion und den regionalen Traditionen steht einer rasant fortschreitenden Modernisierung gegenüber.

THAILAND – KÖNIGREICH ZUM EROBERN

Thailand ist ein Land wie aus Tausend-undeiner Nacht. Die Thailänder nennen ihre Heimat »Das Land der Freien« – dank ihrer klugen und weitsichtigen Herrscher wurden sie nie kolonialisiert, kamen nie unter fremde Herrschaft in den vergangenen 800 Jahren. Und so waren die rund 69 Millionen Thai schon immer ein sehr stolzes Volk – ein Volk aus Königen und Fischern, Bergstämmen, Reisbauern und Mönchen.

Thailand ist auch heutzutage ein Land der Kontraste: Die siamesischen Könige hinterließen ihre prachtvollen Paläste, heute teils majestätisch anmutende Ruinen unter dem Schutz der UNESCO, teils märchenhafte Schlösser mit glitzernden Fassaden aus Gold und Elfenbein. Die farbenprächtigen Mosaike der landesweit 31 000 Tempel blinken allerorten im Sonnenlicht.

Höhepunkt eines Bangkok-Aufenthalts:
Wat Phra Kaeo und der Royal Grand Palace



Fußgängerin auf der Saphan Mon, der längsten Holzbrücke Thailands

Im Gegensatz dazu trotzen wie seit Tausenden von Jahren die Hütten der Fischer unter ihren palmwedelgedeckten Dächern den Monsunstürmen.

Thailand ist ein landschaftliches Paradies mit Sonnenschein tagein, tagaus. Kilometerlang erstrecken sich die Strände, über deren Sand sich die Kokospalmen beugen, üppig wuchernde Nationalparks und spektakuläre Weitsichten über Reisfelder und Berggipfel.

Der Text stammt aus dem VISTA POINT Reiseführer Thailand der Autorin **Martina Miethig**. Sie studierte Politologie und Lateinamerikanistik in Berlin. Der Ausbildung zur Journalistin folgte die Arbeit als Lokalredakteurin bei einer Berliner Tageszeitung, Vor rund 20 Jahren begannen die (journalistischen) Erkundungen in Südostasien und Indochina, die heute zum Schwerpunktgebiet der freiberuflichen Reisejournalistin und Reisebuchautorin gehören.



SRI LANKA – KOMPRIMIERTE VIELFALT



Am Ufer des beira Lake: Buddhas im Seema Malakaya-Tempel vor der Skyline von Colombo



Auf dem Sigiriya-Felsen: ein 200 Meter hoher Monolith mit Blick auf Seen und Dschungelgrün

Bilderbuchstrände, eine üppig grüne Regenwaldkulisse und eine 2500 Jahre alte Zivilisation mit imposanten steinernen Zeitzeugen. Kaum ein Land bietet so viel Kultur, Farbenpracht und so viele Wildtiere wie Sri Lanka. Und das alles auf einer Fläche von der Größe Bayerns.

Wo sonst kann man an einem Tag Buddha, Shiva, Jesus und Allah begegnen? Morgens auf Leoparden-Pirsch gehen, mittags im Indischen Ozean baden und abends im nebligen Hochland am knisternden Kamin einen ceylonischen Milchtee trinken?

Sri Lanka ist religiöses Multikulti und eine Überdosis Exotik. Mit einer kleinen Prise britisch-versnobten Flairs. Im Mai 2009 setzte die New York Times die kleine Insel im Indischen Ozean auf den ersten Platz der weltweiten To-go-Liste. Und prompt strömten wieder Hunderttausende Urlauber auf das Tropeneiland an der Südspitze des Indischen Subkontinents.

Ceylon heißt heute der Tee – früher war es der Name des ganzen Landes

Der Text stammt aus dem VISTA POINT Reiseführer Sri Lanka der Autorin **Martina Miethig**. Sie studierte Politologie und Lateinamerikanistik in Berlin. Der Ausbildung zur Journalistin folgte die Arbeit als Lokalredakteurin bei einer Berliner Tageszeitung. Vor rund 20 Jahren begannen die (journalistischen) Erkundungen in Südostasien und Indochina, die heute zum Schwerpunktgebiet der freiberuflichen Reisejournalistin und Reisebuchautorin gehören.



VIETNAM – LAND AUF DER ÜBERHOLSPUR



© Fotolia/AL

Vietnam ist von der Nebenstraße eines rückständigen Agrarstaates auf die Autobahn jener asiatischen Tigerstaaten eingebogen, die Asien zum Wachstumsmotor der Weltwirtschaft haben aufsteigen lassen. Ein Heer neuester Motorräder und Reklameschilder prägen das Straßenbild – ganz Vietnam scheint sich auf der Überholspur zu befinden, will endlich den Wohlstand spüren, den man ihm Jahrzehnte verwehrt.

Auf dem Weg von Nordvietnam ins Mekong-Delta präsentiert sich das Land als eines der spannendsten Asiens. Der Norden besticht mit der Hauptstadt Hanoi, der romantischen Halong-Bucht und dem

von Tempeln und Pagoden durchsetzten Delta des Roten Flusses. Zentralvietnam vereint Bergpässe und azurblaues Meer mit endlosen Sandstränden, pittoresken Fischerdörfern und der Kaiserstadt Hue. Eine faszinierende Mischung aus amerikanischen, europäischen und asiatischen Einflüssen macht Ho-Chi-Minh-Stadt zur kosmopolitischsten Stadt des Landes und an ein Venedig des Ostens erinnern viele Dörfer des Mekong-Deltas.

Highlight im Mekong-Delta: Schwimmender Markt (oben), Straßenverkehr in Ho-Chin-Minh-Stadt: der ganz normale Wahnsinn (unten)

Der Text stammt aus dem VISTA POINT Reiseführer Vietnam des Autors **Thomas Barkemeier**. Seit über 30 Jahren sind Reisen und Schreiben seine Passionen, die er als Reisebuchautor und Studienreiseleiter zu seinem Beruf gemacht hat. Vietnam besucht er seit 30 Jahren und hat so den rasanten Wandlungsprozess des Landes hautnah mitverfolgt. Er lebt mit seiner Frau und seinen Kindern in Victoria, im äußersten Südwesten Kanadas.



© iStockphoto/Wikada

BALI – INSEL DER GÖTTER

Künstler aus Europa und Amerika waren es, die in den 1930er Jahren auf ihrer Suche nach dem Shangri-la Bali »entdeckten«. 30 Jahre später nahmen andere den Weg auf die legendäre »Insel der Götter« und auch ihnen, den »Blumenkindern«, die nach alternativen Lebensformen suchten war Bali das ersehnte Land. Bald folgten die Bade- und Kulturhungrigen, und mittlerweile sind es über vier Millionen ausländische Touristen, die alljährlich die Kleine Sunda-Insel besuchen.

Und ob sie nun begeistert sind von Sonne und Wellen, von Billigpreisen, einem überreichen Kulturleben oder von Menschen, Landschaft und Natur – alle stimmen darin überein, dass Bali ein einzigartiges Fleckchen auf dieser Erde ist.

Auf Bali tritt die Natur in ihren spektakulärsten Erscheinungsformen auf – und die Kultur steht diesem Superlativ in nichts nach.

Um die Jahrtausendwende, als auf Bali bereits eine blühende Zivilisation be-

Der Text stammt aus dem VISTA POINT Reiseführer Bali der Autoren **Michael Möbius und Annette Ster**. Ersterer studierte Ökonomie und Journalistik. Seit 1980 hat er auf zahlreichen Reisen fast alle Länder Europas und Asiens kennengelernt, insbesondere auch Südostasien, wo er zusammen mit Annette Ster, gelernte Fotografin, mehrere Jahre verbracht hat. Heute sind beide als freie Autoren tätig und veröffentlichten zahlreiche Reiseführer und Beiträge in Magazinen und Zeitungen.



Puru Ulun Danu, Heiligtum der Göttin des Meeres im Bratan-See

©iStockphoto/Laughingmango

stand, trugen indische Priester den Hinduismus über Sumatra und Java hierher, wo er mit der bestehenden Tradition – geprägt vom Glauben an die Allmacht und die Beseeltheit der Natur – verschmolz.

Ihr Glaube durchdringt das Leben der Inselaner, das dem Fremden so exotisch, fast unreal scheint und das sich eher erspüren als erfassen lässt.

Ideale Surfbedingungen herrschen an zahlreichen Stränden Balis



©iStockphoto/Simon Gurney

Asiens Traumstrände



Kaum jemand, der das Wort »Urlaubsparadies« nicht mit einem von Palmen gesäumten Strand, mit kristallklarem Wasser und mit strahlendem Sonnenschein assoziiert. Auf zahlreiche Strände in Asien trifft diese Beschreibung zu – hier lässt sich der Alltag beim Sonnenbad, Tauchgang oder auf dem Surfbrett ganz leicht vergessen. Welcome to Paradise!

FERIENTRÄUME AUF THAILÄNDISCHEN INSELN



© Eszter Kalmár, Potsdam

Ko Nang Yuan

Ein Traumpanorama bietet sich dem Besucher auf Ko Nang Yuan vor der Südostküste Thailands: Die kleine Nachbarinsel von Ko Tao im Golf von Thailand besteht aus drei Hügelchen, die nur bei Ebbe durch Sandbänke miteinander verbunden sind. Auf Ko Nang Yuan ankern vor allem Tagesausflugsboote, entsprechend voll ist es in der Hauptsaison. Der Name bedeutet Schildkröteninsel, da auf Ko Nang Yuan, als es noch unbewohnt war, Meeresschildkröten siedelten. Inzwischen versucht man, diese nachzuzüchten.

Ein wahres Wunder ist der längste ununterbrochene Strand Thailands auf Kho Kho Khao: 16 Kilometer mit noch immer wenigen Resorts – dazwischen nichts als goldgelber, fester Sand und kilometerlange Einsamkeit! Einzige Aktivitäten: Reiten, Tauchen, Spaziergehen oder auf Mangroven-Kanälen das Paddel schwingen.



© Fotolia/Przycki Kornhuber

Ko Kho Khao

Die Similan Islands, nordwestlich von Phuket, sind ein berühmtes Taucherparadies und begeistern mit spektakulären Korallengärten, tropischem Regenwald, schneeweißen Stränden und aufregenden unterirdischen Höhlen.



© iStockphoto/Kwanchai Khattunien

Ko Similan

Texte von
Martina Miethig

URLAUBSIDYLLE AUF SRI LANKA

Das Fischerdorf Mirissa an der Südküste Sri Lankas besticht durch seine wunderschöne, sanft geschwungene Bucht mit dichtem Palmenwald an der westlichen Seite. Trotz seiner immensen Popularität bei Reisenden aus aller Welt gibt es noch immer kleine romantische Ecken an der ein Kilometer langen Strandsichel und es ist entspannter als am langjährigen Geheimtipp Unawatuna.



© iStockphoto/Tropicalpix

Mirissa

Im tiefen Süden Sri Lankas reiht sich ein kleiner Traumstrand an den nächsten. Winzige pittoreske Buchten mit Steilwand hoch über dem Meer verstecken sich rund um Tangalle. Hinter der kleinen Hafenstadt erstreckt sich kilometerweiter Strand unter dichtem Palmenwald – endlos und (noch) einsam. Das Potenzial für Sonnenanbeter scheint unerschöpflich, in den vergangenen Jahren entstanden hier einige der schönsten Ferienanlagen in Sri Lanka. Mittlerweile sind nicht wenige Grundstücke rund um die Fischerdörfer von Ausländern aufgekauft worden. Tangalle ist ein typisches Fischerstädtchen an der Südspitze der Insel.

Tangalle

Die Stelzenfischer von Sri Lanka bekommt man an der Südküste zu Gesicht, die »echten« jedoch nur noch selten.

Texte von
Martina Miethig



© iStockphoto/KevinMiller

TRAUMLANDSCHAFTEN IN VIETNAM



© Fotolia/Marinalnatova

Halong-Bucht

Bilderbuchstrände, azurblaues Meer mit vorgelagerten, gänzlich unberührten Korallenriffen und ein von tropischem Wald bedecktes Inselinnere machen die Hauptinsel Con Dao zu einem Paradies für Taucher, Wanderer und Trauminselliebhaber. Aufgrund der seltenen Meerestiere wurde Con Dao zum Nationalpark erklärt.

Kein Bildband oder Hochglanzkatalog, auf dem sie nicht an vorderster Stelle auftauchen würde, kein Vietnamfilm kommt ohne sie aus und ein Besuch Vietnams ohne die Halong-Bucht wäre fast undenkbar. Die 1994 zum Weltkulturerbe erhobene, 1553 Quadratkilometer große Halong-Bucht mit ihren knapp 2000 wie mystische Wesen aus dem Meer aufsteigenden Kalksteinfelsen ist der Traum eines jeden Tourismusmanagers und zieht jährlich Millionen in- und ausländische Touristen in den Nordosten des Landes.



© iStockphoto/Soft Light

Con Dao



© iStockphoto/Djma266f

Nha Trang

Liegt man am breiten, fünf Kilometer langen Sandstrand, vor sich das türkisblaue Meer, über sich im Winde wiegende Palmen, neben sich ein erfrischendes Getränk, kann man verstehen, warum Nha Trang das meistbesuchte Seebad Zentralvietnams ist.

Texte von Thomas Barkemeier

SONNE, STRAND, SPASS – BALIS DREIKLANG

Sonne, Strand und Spaß – dieser Dreiklang lockt viele Besucher in den Süden von Bali, denn exotische Traumstrände und Surfbereiche, luxuriöse Feriencentren und ein üppiges Nachtleben sind Inbegriff dieser Inselregion.

Der schmale Isthmus, der die Halbinsel Bukit Badung mit dem »Festland« verbindet, formt an seiner Westseite die halbmondförmige Jimbaran Bay, die in weiße Sandstrände gefasst ist – eine wahre Strandoase. Zum Baden herrschen perfekte Bedingungen, bunte Fischerboote setzen malerische Akzente und landeinwärts schließt sich eine lange, nahezu ununterbrochene Reihe von Restaurants und *warungs* an, die insbesondere abends gut besucht sind, wenn die untergehende Sonne den Strand in den prachtvollsten Farben illuminiert.

©Wikipedia CC BY-SA 2.5/ Silvester Nueneroel cor/Boumfeuis

Jimbaran

Wenn man nichts als »Beachen«, in der Sonne liegen und Schnorcheln im Sinn hat und sich verwöhnen lassen möchte, dann bieten sich die drei kleinen und flachen Koralleninselchen an, die der Nordwestküste Lomboks wenige Kilometer weit vorgelagert sind. Romantische Strandbungalows, weißer Sand im Palmenaum, türkis bis tiefblau das Meer.

Texte von Michael Möbius & Anette Ster

Gili-Inseln



© iStockphoto/Andrey Artykov



Die Küchen Asiens

© iStockphoto/ShutterWorx

Der Weg zum Verstehen eines Landes geht bekanntlich durch den Magen. Begeben Sie sich auf eine kulinarische Entdeckungsreise. Lassen Sie sich auf das »Wagnis« ein, den Konservatismus der meisten Asienbesucher zu überschreiten. Beginnen Sie den Tag auch einmal an einem Esstisch und freuen Sie sich auf mehr als nur Soja-Soße und Süss-Sauer.

Grundlage jeder vietnamesischen Mahlzeit ist die Nuoc-mam-Fischsoße. Wie es der Name »Wasser aus gesalzenem Fisch« schon besagt, wird das nationalgewürz der Vietnamesen aus fermentiertem, stark gesalzenem Fisch (Sardinen) gewonnen.

Nuoc mam könnte man als das Pendant zur chinesischen Sojasoße oder dem indischen Curry bezeichnen. Jeder Koch hütet sein spezielles Rezept wie ein kleines Geheimnis.



© iStockphoto/Bartoszadyniak

Küche Vietnams



© iStockphoto/Alleko

Ein weiteres charakteristisches Element der vietnamesischen Küche ist die häufige Verwendung von Blattgemüsen und Kräutern. Duftende *Bac ha* (Minze) in vielen Arten, scharfer *Can tau* (Koriander), frischer Dill und Fenchel sowie aromatisches und anregendes Basilikum sind einige der am häufigsten verwendeten, auch im Westen bekannten Kräuter.

Für Vietnamesen ist Reis Grundnahrungsmittel, aber auch nicht viel mehr als eine Art Magenfüller für den Fall, dass das eigentliche Mahl nicht sättigend war. Zum Frühstück wird Pho bevorzugt, die traditionelle Suppe, vor allem bestehend aus einer kräftigen Brühe, Reisnudeln, dünnen Scheiben Fleisch, frischem Gemüse und natürlich Fischsoße.



© iStockphoto/Rezart



Die **thailändische Küche** ist der reinste Augenschmaus. Wer sich wegen der berühmten Schärfe der Thai-Speisen nicht in die großen thailändischen Open-Air-Ausflugslokale, die offenen Straßenrestaurants mit ihren Türmen aus Blechtöpfen und -tablets oder an die rollenden Suppenküchen wagt, verpasst einen

Höhepunkt in seinem Thailand-Urlaub. Nicht umsonst gehört die thailändische Küche zu den weltbesten. Nur Mut, denn der obligatorische Reis mindert die Höllenqualen rasch und auch die europäische Zunge gewöhnt sich allmählich an die Chilis.

Natürlich stehen an der Küste viele Meeresfrüchte und Fischgerichte auf dem Speiseplan, z. B. Muscheln in Currysauce und köstlicher Hummer und Krabbe. Die Thai essen gewöhnlich in großen Gruppen und Familien, dabei werden so viele Gerichte wie möglich bestellt und miteinander kombiniert. Alle essen gemeinsam von den bestellten Speisen.

Texte von Martina Miethig

Küche Thailands

Die schwimmenden Märkte von Bangkok gehören seit Jahrzehnten zum Sightseeing-Programm der Stadt: Ein noch authentischer Markt ist beispielsweise der Tha Ka mit seinen idyllischen Kanälen (nur Sa/So 6/7–12 Uhr). Die Marktfrauen in ihren länglichen Booten verkaufen Süßigkeiten und dampfende Nudelsuppen.





© iStockphoto/Kevin Miller

Die sri-lankische Küche ist eine der schärfsten in Asien! Rice and Curry ist das Leib- und Magengericht der Sri Lancker. Wer sich darunter nur trockenen Reis mit gelbem Pulver vorstellt, wird aus dem Staunen nicht herauskommen, wenn das Gericht aufgetragen wird. Mindestens sieben kleine Schalen und Tellerchen bereichern das Mahl, alles Beilagen zum Reis: Fleisch, Huhn oder Fisch, Ei und außerdem jede Menge Ge-

müse, beispielsweise Bohnen, Paprika, Ladyfingers, Kürbis und Jack-Frucht. Nicht zu vergessen: der *dhal*, ein Linsenbrei. Diese verschiedenen Varianten von Currys sind mal höllisch scharf, mal milder und werden meist lauwarm serviert. Dazu werden *pappadam* (ein knuspriges, chipsähnliches Gebäck), Chutneys und Pickles sowie geraspeltetes Kokosfleisch gereicht (letzteres zum Löschen des Brandes auf der Zunge).

Küche Sri Lankas

Das Curry besteht aus einer hoch explosiven

Gewürzmischung, die meist von den sri-lankischen Hausfrauen noch selbst im Mörser hergestellt wird: Chili, Koriander, Kümmel, Kardamom, Kurkuma, Curryblätter, Gewürznelken, Pfeffer, Senfkörner, Muskatnuss, Zwiebeln, Zimt, Fenchelsamen, Kokosflocken und -milch.



© iStockphoto/Kevin Miller

Küche Bali

Wer etwas Besonderes kosten will, sollte auf Bali eines derjenigen Restaurants aufsuchen, die als Rumah Makan Padang ausgewiesen sind. Kaum hat man sich in einem der schlichten Lokale niedergesetzt, serviert ein Kellner neben Reis mehr als ein Dutzend Schälchen mit aromatisch duftenden Currys. Hauptbestandteile der Gerichte sind – neben den Grundlagen Gemüse, Fleisch und Ei – die Gewürzpasten, die meist mit Kokosnussmilch angegedickt werden und allem ihren ganz charakteristischen Geschmack verleihen.



©iStockphoto/Klaus Hollitzel

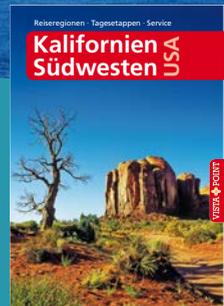
Texte von Michael Möbius
und Annette Ster

ANZEIGE



KALIFORNIEN & SÜDWESTEN USA

Die kühlen Küsten Kaliforniens und der heiße trockene Südwesten auf einen Streich – was für ein Reisegebiet! Der Reiseführer präsentiert die touristischen Filetstücke dieser weiträumigen Region und bietet dazu die jeweils aktuellen Serviceinformationen. Erfahrene USA-Reisende empfehlen die gut ausgearbeitete Route durch Kalifornien und den Südwesten: eine 24-tägige Rundreise, die eine optimale Verbindung der Highlights schafft.

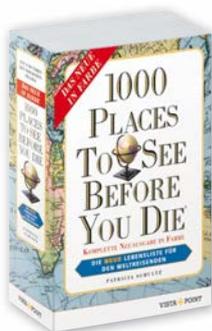


10., aktualisierte Auflage 2014
ISBN 978-3-86871-027-4
296 S., 287 Abb., € 22,50

Das Original
Deutsche Ausgabe

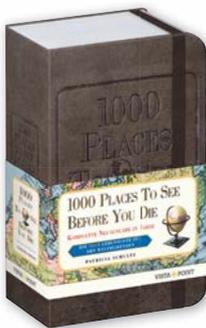
Drei gute Gründe, die Welt zu entdecken

Der Weltbestseller jetzt bei VISTA POINT



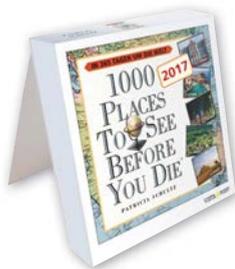
1000 Places To See Before You Die Taschenbuchausgabe

Patricia Schultz
1216 Seiten, 13,4 x 19 cm
600 farbige Abb.
Klappenbroschur
ISBN 978-3-95733-446-6
€ 14,99



1000 Places To See Before You Die Sammleredition

Patricia Schultz
1216 Seiten, 13,4 x 19 cm
600 farbige Abb.
Hardcover in Lederhaptik mit
Prägung und Banderole, zwei
Lesebändchen und Gummiband-
verschluss
ISBN 978-3-95733-443-5
€ 25,00



1000 Places To See Before You Die Tageskalender 2017

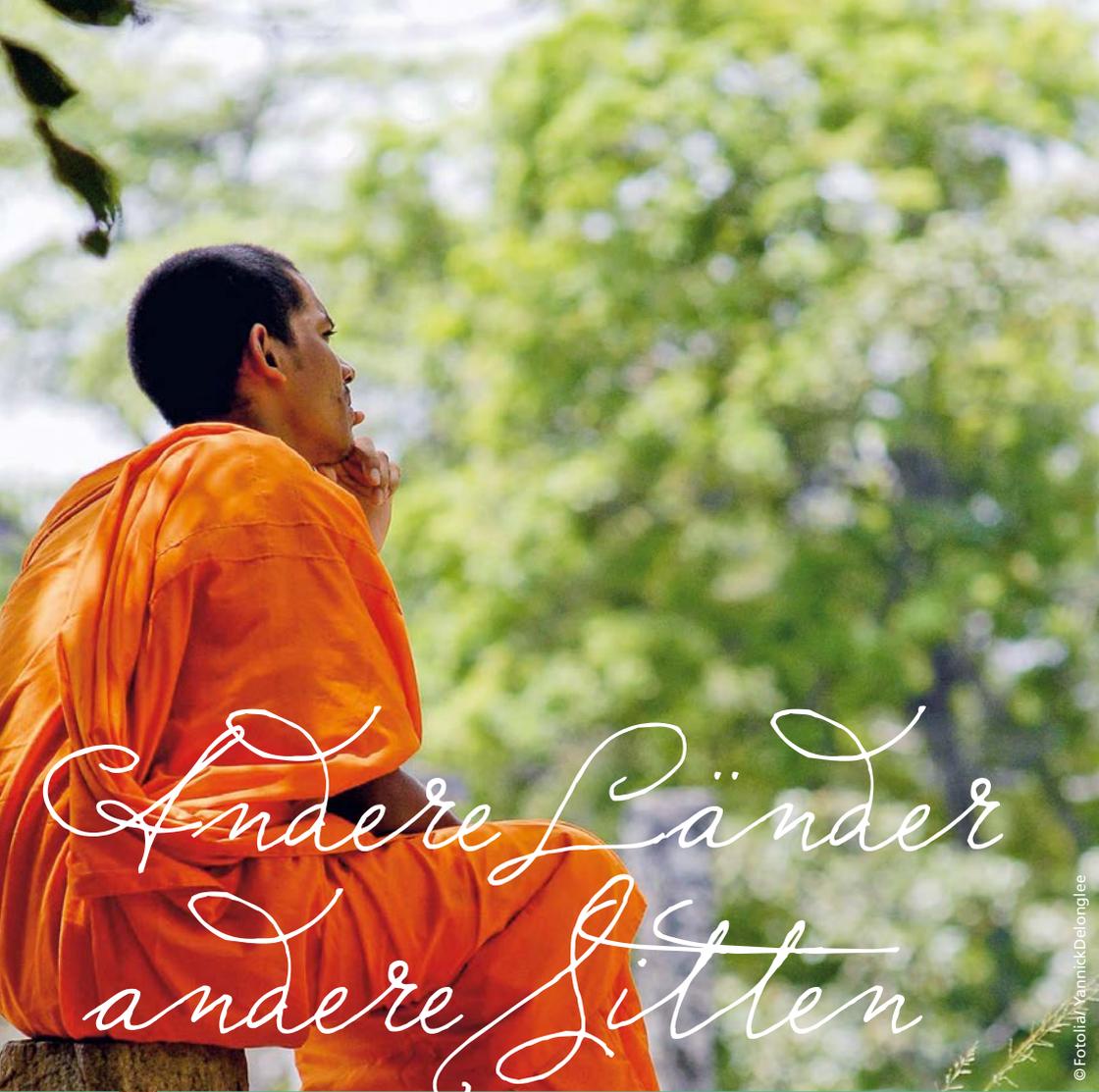
In 365 Tagen um die Welt
Patricia Schultz
320 Blätter, 13,7 x 13,7 cm
Über 300 Fotos, vierfarbig
Mit Pappaufsteller
und Wandaufhängung
ISBN 978-3-95733-447-3
€ 12,99

Eines der populärsten Geschenkbücher, die es gibt. TIME.com

Buch mit Kultpotenzial Buchmarkt

Weltreiseführer Nr. 1 Lifestyle

VISTA  POINT



Andere Länder andere Sitten

»Reisen veredelt den Geist und räumt mit unseren Vorurteilen auf«, das wusste schon Oscar Wilde. Fremde Kulturen erleben und verstehen sind wichtige Elemente einer Reise: Weshalb könnte man Sie in Bali ohne böse Absicht in die falsche Richtung schicken? Leben in Vietnam Preußen und weshalb dreht sich das weltweit größte religiöse Fest um einen Zahn?

BALI – DIE LÄCHELNDE INSEL

Stellen Sie sich folgende Situation vor: Man fragt einen Balinesen nach dem Weg. Er wendet sich mit verlegenem Lächeln ab, denn der Angesprochene spricht kein Englisch. Um nicht das Gesicht zu verlieren, wird er jemanden zu finden versuchen, der die Frage versteht und beantworten kann. Im schlimmsten Fall gibt er irgendeine Antwort, gibt irgendeine Richtung an. Auch wenn sie sich später als falsch herausstellen sollte: Das Gesicht blieb gewahrt.

Jemanden das Gesicht wahren zu lassen, aber auch das eigene nicht zu verlieren, das ist der wichtigste Leitgedanke bei allen Verhaltensregeln – in vielen asiatischen Kulturen –, denn nichts ist schlimmer als ein Gesichtsverlust, was dem Verlust der Würde gleichkommt.

Asien hautnah, zum ersten Mal – das wird zumindest Verwunderung auslösen, weil die Einheimischen auch dann noch



Selbst die Götterstatuen lächeln gutmütig auf Bali – der Insel der 1000 Tempel

lächeln, wenn sie von aufgebracht Fremden mit bösen Worten bedacht werden. Darum lautet die erste Lektion selbst lächeln – aus Erheiterung, als Dank, zur Entschuldigung, um Unsicherheit oder Verlegenheit zu überspielen und um sein Gegenüber »das Gesicht wahren« zu lassen. Also lächeln, auch wenn es mitunter schwerfallen mag.

Die wichtigste Lektion sollte man annehmen: immer lächeln



VIETNAM – DIE PREUSSEN SÜDOSTASIENS

Bis heute sind die Vietnamesen durch die aus China importierten Wertvorstellungen geprägt. Speziell die Bewohner des Nordens gelten als diszipliniert, fleißig, ehrlich und konservativ: Eigenschaften, die für den Konfuzianismus typisch sind und die den Vietnamesen den Beinamen »Die Preußen Südostasiens« eintrugen.

Nach vietnamesischer Vorstellung nehmen die Seelen verstorbener Angehöriger weiter am Familienleben teil und haben großen Einfluss auf das tägliche Leben. Der Glaube, dass jeder Einzelne wie durch ein unsichtbares Band mit seinen Vorfahren und den nachfolgenden Generationen verbunden ist, bildet den Grundpfeiler der vietnamesischen Gesellschaft. Im krassen Gegensatz zum westlichen Individualitätsprinzip zählt das »Alleinsein« für einen Vietnamesen zu den schlimmsten Vorstellungen überhaupt.



Die vietnamesische Kultur ist stark durch den Konfuzianismus geprägt

Die Vermischung unterschiedlicher Glaubensvorstellungen, kennzeichnet das Leben in Vietnam. In einer vietnamesischen Pagode finden buddhistische, daoistische und hinduistische Götterfiguren nebeneinander Platz. Der Grund: Je mehr Götter, desto mehr Beistand.

Chua Tran Quoc, die älteste Pagode von Hanoi, liegt auf einer kleinen Halbinsel im Westsee



SRI LANKA – ZU EHREN DES HEILIGEN ZAHNS



Im Zahntempel von Kandy wird das heilige Relikt, der Zahn Buddhas, seit dem 16. Jh. aufbewahrt

Schon am Mittag herrscht Geschiebe und Gedränge im Zentrum von Kandy: Es ist der letzte Tag der elftägigen Esala Perahera und nicht nur die Prozession wird von Nacht zu Nacht länger und prachtvoller, auch der Pilgerstrom schwillt an. Tausende säumen die Route im Schatten ihrer Regenschirme, viele stehen auf Dächern und hangeln an Straßenlaternen, um einen Blick auf das Heiligste im Buddhismus zu werfen: den Zahn Buddhas.

Geschmückte Elefanten vor dem Zahntempel in Candy



Dass nur eine Kopie der Reliquie durch die Straßen getragen wird, scheint bei diesem religiösen Fest, das zu den weltweit größten zählt, nebensächlich.

Zuerst knallen die Peitschen, dann folgen die Feuertänzer, Fackelträger und Fahenschwinger, später die Stelzenläufer, Pfeifenspieler und Trommler. Ihr Rhythmus dröhnt über die nächtliche Szenerie, fast einer Samba gleich. Auf einer weißen Stoffbahn naht nun der Maligawa Tusker, der aufwendig geschmückte Hauptelefant mit den imposanten weißen Stoßzähnen, der den heiligen Zahn im goldenen Schrein auf seinem Rücken trägt.

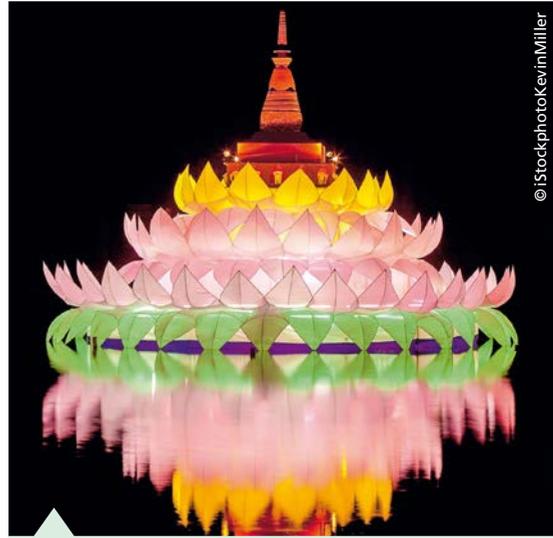
Die Gläubigen verbeugen sich vor dem Elefanten, doch der märchenhafte Umzug endet erst, wenn auch die in Kandy verehrten Hindugötter und Schutzheiligen in der Prozession geehrt worden sind: Natha, der Welterhalter Vishnu, Kriegsgott Kataragama und die weibliche Gottheit Pattini.

THAILAND – LICHTERFEST UND PRIESTERWEIHE

In Sukhothai, der ersten Königsstadt Thailands, wird das Lichterfest Loi Krathong so prächtig wie nirgendwo sonst im Land begangen, alljährlich zum Ende der Regenzeit im November. Die ruhmreiche Vergangenheit Sukhothais lässt noch heute die Gesichter erstrahlen. Das Publikum sitzt im Lichterschein der nächtlichen Sound and Light Show, die die Geschichte vor 760 Jahren darstellt: Hunderte von Tänzern, Schauspielern und Statisten lassen Ramkamhaeng, sein Volk aus Bauern, Kaufleuten und Mönchen, die Khmer und die Götter wieder auferstehen. Sehr bunt und sehr laut.

Vor der Kulisse der Tempelruinen in der »Historischen Stadt«, die seit 1991 zum Weltkulturerbe der UNESCO gehört, zwischen die Feuerwerkskörper in den Nachthimmel und überholen die davonschwebenden Leucht-Ballons.

Auch das Poi Sang Long Festival in Mae Hong Son ist ein Touristenmagnet. Ein

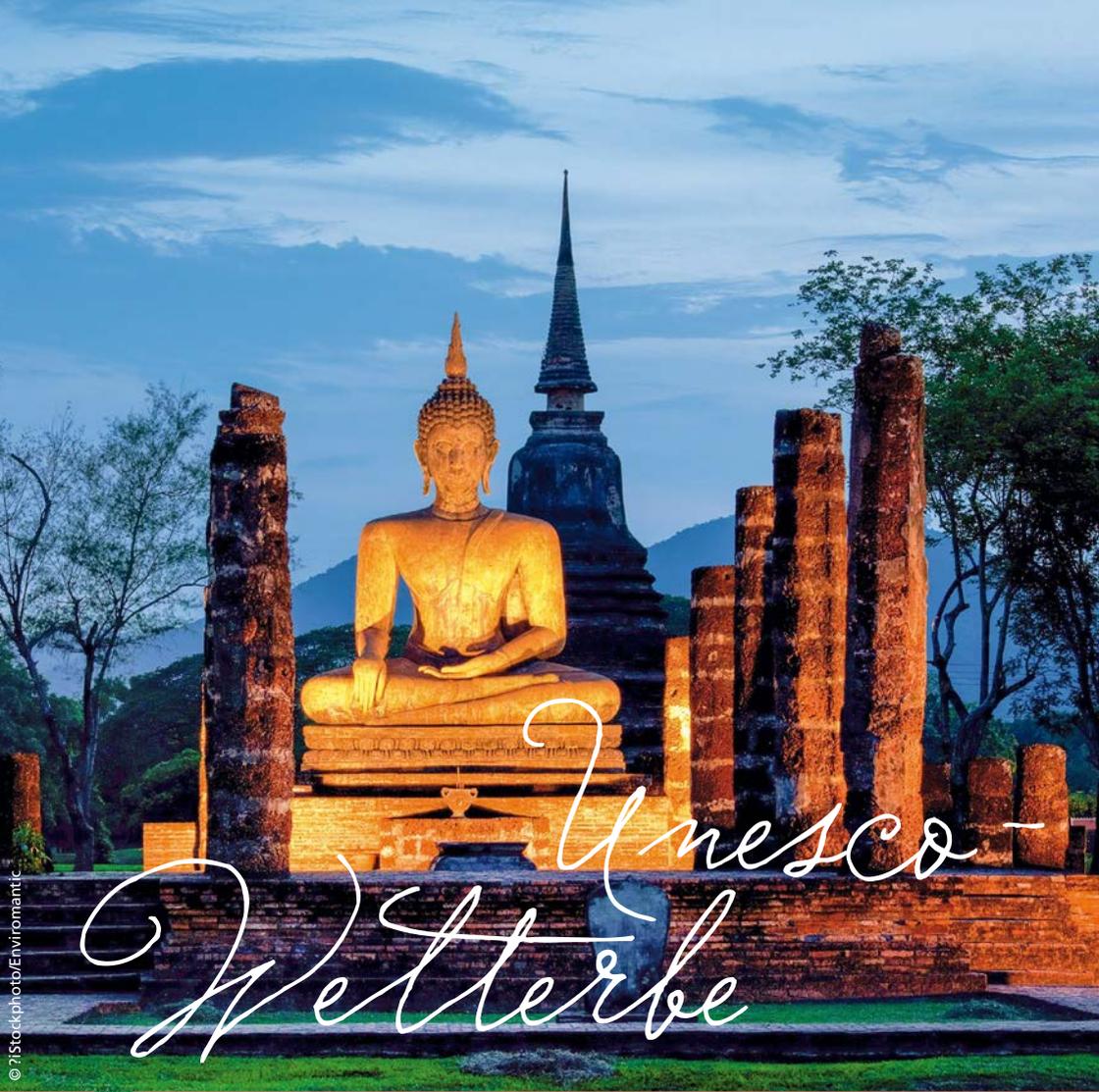


Beleuchteter Lotus: Loi Krathong, das traditionelle Lichterfest in Sukhothai

buntes Spektakel ereignet sich hier zwischen März und Anfang April. Zu diesem Fest der burmesischen Minderheit der Shan werden die kahl geschorenen und stark geschminkten Shan-Jungen in bunten Umzügen zur Ordination in die Tempel gebracht. Die Gewänder der angehenden Novizen sind mit Edelsteinen besetzt.

Beim Poi Sang Long Festival werden die angehenden Novizen auf Schultern zum Tempel getragen





Unesco- Welterbe

Nur die außerordentlichsten Zeugnisse des kulturellen Schaffens und die einzigartigsten Landschaften werden in die Welterbeliste der UNESCO aufgenommen. 1978 wurde die Liste eröffnet. Zur Zeit sind über 1000 Stätten in 161 Ländern verzeichnet. Sie stehen unter besonderem Schutz und sind häufig die touristischen Highlights einer Region.

WELTKULTUR- ERBESTÄTTEN

Thailand

Ruinengruppe Ayutthaya
Ruinengruppe Sukhothai und
zugehörige historische Städte
Ausgrabungsstätte Ban Chiang

Sri Lanka

Heilige Stadt Anuradhapura
Ruinengruppe Polonnaruwa
Ruinengruppe Sigiriya
Altstadt und Festung Galle
Heilige Stadt Kandy
Felsentempel von Dambulla

Vietnam

Kaiserstadt Hue
Altstadt von Hoi An
Tempelstadt My Son
Zitadelle Thang Long
Zitadelle der Ho-Dynastie

Bali

Kulturlandschaft der Provinz Bali:
Das Subak-System als Manifestation
der Tri Hita Karana-Philosophie

WELTNATUR- ERBESTÄTTEN



©Stockphoto/Mosufoto

Thailand

Naturschutzgebiete Thungyai und
Huai Kha Khaeng
Waldkomplex Dong-Paya-Yen und
Khao-Yai-Nationalpark

Sri Lanka

Naturschutzgebiet Sinharaja Forest
Zentrales Hochland im Süden Sri Lankas

Vietnam

Halong-Bucht
Phong Nha-Ke Bong-Nationalpark
Landschaftskomplex Trang An

Oben: Hue – die alte Kaiserstadt in Vietnam

Links: Ruinengruppe Polonnaruwa in Sri Lanka

Rechts: Sägerückenagame, Bewohner des Sinharaja Forest in Sri Lanka

Auf den folgenden Seiten stellen wir ausgewählte Kultur- und Naturstätten vor.

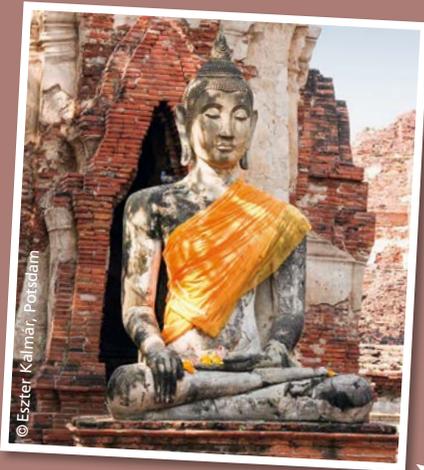


©iStockphoto/DmitryRukhlyenko



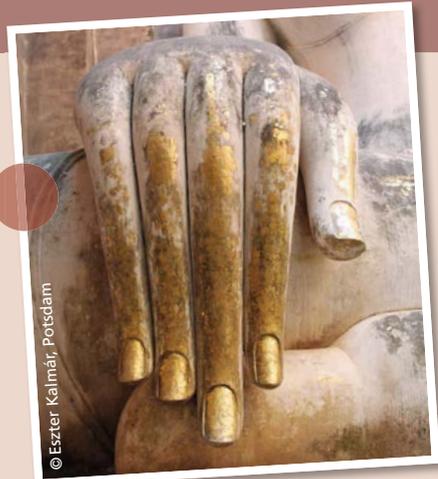
©Fotolia/Ziga Camernik

WELTERBESTÄTTEN IN THAILAND



Ayutthaya ist die legendäre Königsstadt des vergangenen Reichs Siam. Ab 1350 gebaut, war Ayutthaya ganze 417 Jahre eine der blühendsten Königs- und Handelsstädte in Indochina – die am längsten bestehende in Siams Geschichte. In dieser Zeit residierten hier 33 thailändische Könige aus fünf Dynastien. Von hier aus herrschten die Thai im 15. Jahrhundert über das Khmer-Reich in Kambodscha. Mehr als eine Million Menschen lebten in den Häusern und Palästen, in den einst 400 Tempeln wurden zahlreiche Kunstschätze aufbewahrt. Heute besteht die alte Königsstadt nur noch aus weit verstreuten, sehenswerten Ruinen.

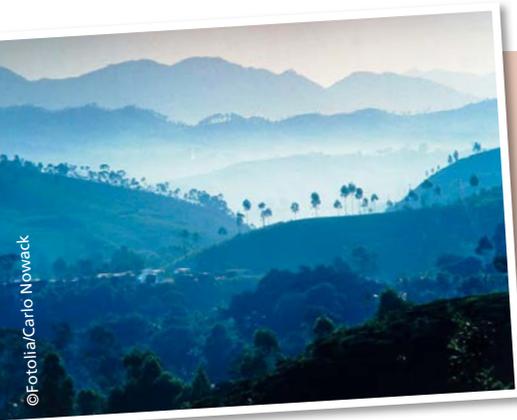
Sukhothai gilt als das erste thailändische Königreich. Die Epoche währte nur kurz, vom 13. bis zum 15. Jahrhundert, doch brachte sie die schönsten thailändischen Kunstwerke und religiös-kulturelle Errungenschaften hervor. Das weitläufige Gelände des heutigen Sukhothai Historical Park aus Tempelruinen und überlebensgroßen Buddhas zieht viele Touristen und Einheimische an, vor allem zum Lichterfest.



Khao-Yai-Nationalpark

In Thailands ältestem Nationalpark leben Tiger, Leoparden, wilde Elefanten, Wildschweine und Waldbären auf 2000 Quadratmetern. Das Gelände ist bergig und teils regenwaldähnlich, über den Grassavannen kreisen Adler majestätisch.

WELTERBESTÄTTEN IN SRI LANKA



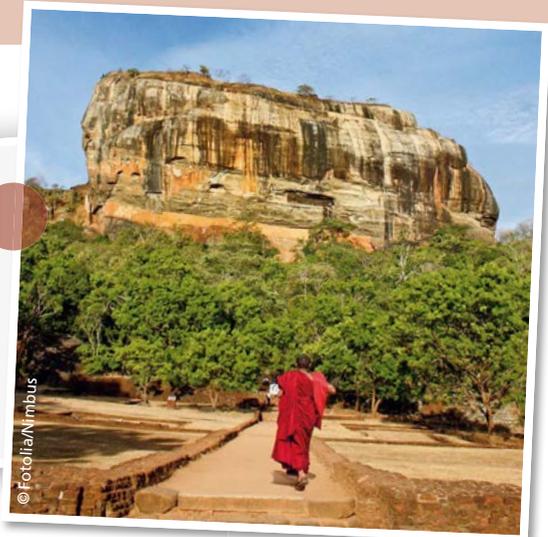
©Fotolia/Carlo Nowack

Zentrales Hochland

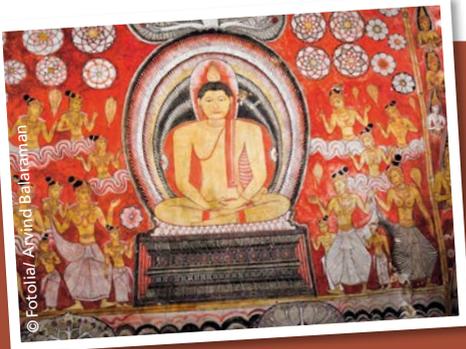
In der Hochebene der Horton Plains führt eine Tageswanderung beispielsweise auf 2134 Metern zum World's End, einer über tausend Höhenmeter steil abfallenden Schlucht mit Bilderbuchpanorama bis in die Küstenebene.

Sigiriya-Felsen

Der Aufstieg auf den Felsen dauert ca. eine Stunde und es sind über 1860 Stufen zu erklimmen. Vor über 1500 Jahren ließ König Kasyapas einen ganz Palast auf dem Berg erbauen. Sigiraya heißt auch Löwenberg, weshalb zwei riesige Pranken die Besucher empfangen.



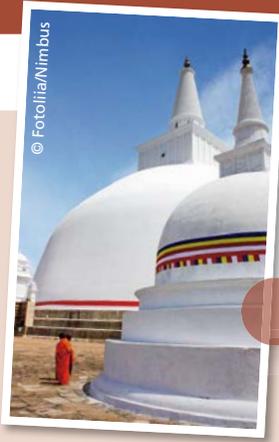
©Fotolia/Nimbus



©Fotolia/Asvind Balaraman

Dambulla

In Dambulla gibt es ca. 80 Höhlentempel. Der Goldene Felsentempel von Dambulla, ein gewaltiger Komplex, der aus fünf Kulträumen besteht, beinhaltet Wandmalereien auf einer Fläche von 2100 Quadratmetern.



© Fotolia/Nimbus

Anuradhapura

Die erste Hauptstadt Sri Lankas wurde bereits 400 v. Chr. gegründet. Von hier aus beherrschten die singhalesischen Könige die Insel rund 1300 Jahre lang. Für Buddhisten ist dies einer der heiligsten Orte des Landes.

Sinharaja Forest

Umweltaktivisten retteten das letzte Stück tropischen Regenwaldes in Sri Lanka in den 1970er Jahren vor dem Kahlschlag durch eine Holzfabrik.



© Fotolia/Zbigniew Nowak

Galle

Die Gewürze und Juwelen lockten Araber und Perser in die kleine Hafenstadt. Dank der historischen Forts erklärte die UNESCO Galle zum Kulturerbe. Die Befestigungsanlage ist die am besten erhaltene in Sri Lanka.



© iStockphoto/Kevin Miller

Polonnaruwa

Die zweite Königs- und Hauptstadt Sri Lankas verdankt ihren Ruhm vor allem König Parakramabahu I., einem weitsichtigen Monarchen und Baumeister. Er ließ in seiner Amtszeit viele heute noch beeindruckende Tempelbauten, Buddhastatuen und Paläste errichten. 1214 gaben die Singhalesen die Königsstadt auf.



© Fotolia/Fotosember

WELTERBESTÄTTE AUF BALI



© iStockphoto/Sze Fei Wong

Subak-Landschaften

Die kunstvoll angelegten Reisterrassen gehören seit 2012 zum Weltkulturerbe. Die Bewässerungsgenossenschaft, die diese anlegt, nennt sich Subak.

ANZEIGE



GO VISTA CITY & INFO GUIDES

Reiseführer mit ausfaltbarer Karte
Über 100 Titel lieferbar

- Top 10
- alle Highlights der Destination
- Vorschläge für eine oder mehrere Stadttouren
- Tipps zu Essen und Trinken, Nightlife, Shopping, Kultur, Sport etc.
- Chronik mit Daten zur Geschichte
- reisepraktische Hinweise von A bis Z
- Sprachführer (in ausgewählten Titeln)
- ausfaltbare Karte
- Format 11 x 21,5 cm, 96 Seiten

WELTERBESTÄTTEN IN VIETNAM



© Fotolia/OH

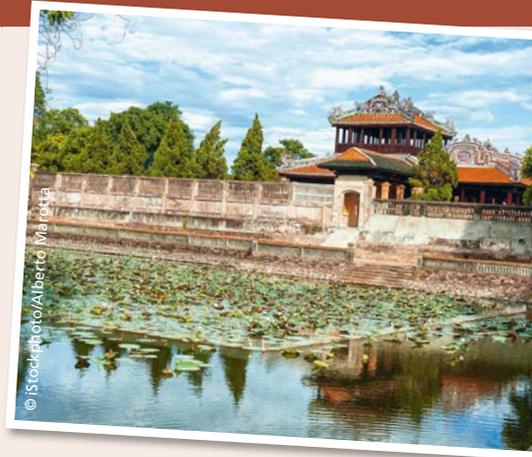


My Son

Vom 4. bis ins 13. Jahrhundert war die Ruinenstätte das religiöse Zentrum der Cham. Eine Kultur, die stark von der indischen beeinflusst war. Die Architektur My Sons lehnt sich an die hinduistische an. Heute sind die von Moosen, Ästen und Farnen umrankten Tempeltürme stumme Zeugen einer untergegangenen Kultur.

Kaiserstadt Hue

Vietnams alte Kaiserstadt Hue war ab 1801 nicht nur Hauptstadt der Nguyen-Herrscher, sondern auch Kunst- und Kulturzentrum. Geografisch zentral zwischen Hanoi und Saigon gelegen, formierte sich hier in den 1960er Jahren die Hochburg des politisch engagierten Buddhismus. Sehenswert sind nicht nur die Zitadelle und die Verbotene Stadt, sondern auch die Kaisergräber in der Umgebung.

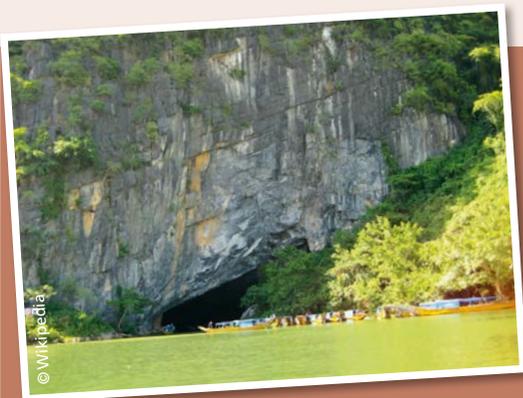


© iStockphoto/Alberto Marotta



Phong-Nha-Ke Bong

Dieser Nationalpark an der Grenze zu Laos beeindruckt nicht nur mit seiner außergewöhnlichen Artenvielfalt, sondern vor allem durch die zahlreichen Kalkhöhlen und Grotten, die jährlich 200 000 Touristen anziehen.



© Wikipedia





*Wish you
were here*

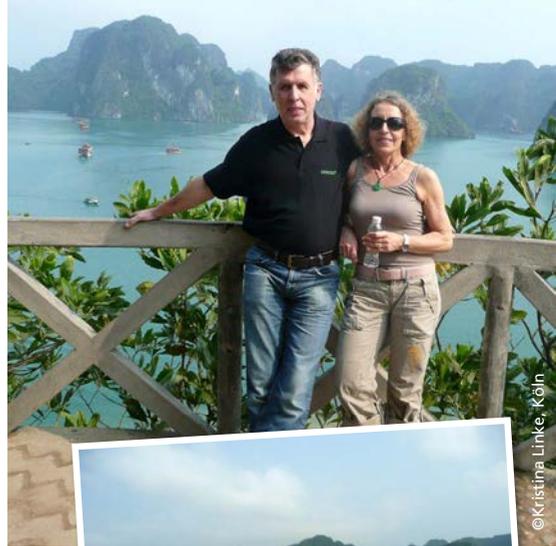
Reisegeschichten aus der Redaktion – in jeder Ausgabe des VISTA POINT Reisemagazins berichten Mitarbeiter des Verlags von ihren persönlichen Reisehighlights, von ihren großen und kleinen Abenteuern oder unvergesslichen Momenten aus ihrem Urlaub der letzten Jahre.

ÜBERNACHTEN IM WELTNATURERBE

Ein Höhepunkt unserer Vietnam-Reise, die von Hanoi im Norden bis Ho-Chi-Minh-Stadt im Süden führte, war die Fahrt auf einer hölzernen Dschunke in die Halong-Bucht mit Übernachtung auf dem Schiff in einer der unzähligen Buchten.

Halong-Bucht in Vietnam

Vor 300 Millionen Jahren entstand diese spektakuläre Karstlandschaft, die 1994 von der UNESCO zum Weltnaturerbe erklärt wurde. Fast 2000 von dichtem Dschungel überzogene, überwiegend unbewohnte und unberührte Kalksteinfelsen erheben sich teilweise mehrere hundert Meter aus dem Meer der rund 1500 Quadratkilometer großen Bucht. Wind und Meeresströmungen haben die bizarren Formen mit Bögen, Durchgängen und Höhlen geschaffen. Einige der mit Lichteffekten in Szene gesetzten Grotten können besichtigt werden.



Nach 100 Stufen hat man die Aussichtsterrasse des Affenfelsens erklommen

Der Reiseterrmin Anfang April war gut gewählt: Bis Ende März ist es in der Halong-Bucht kalt, regnerisch und neblig

Kristina Linke

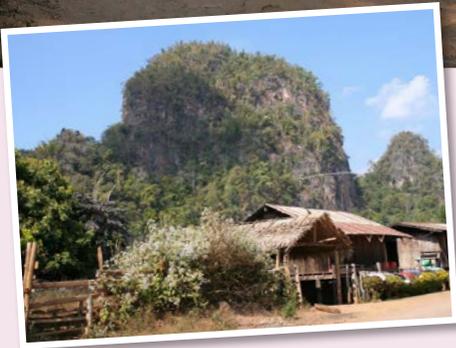
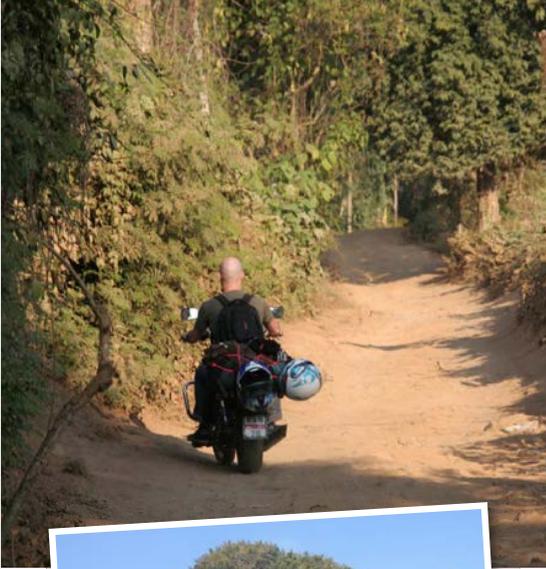
Für mich als Lektorin wird das gerade in Arbeit befindliche Reiseland meist zum nächsten Urlaubswunschziel – und mancher Traum ist schon wahr geworden.



THAILANDS NORDEN AUF ZWEI RÄDERN

Wer nach Chiang Mai, in die kulturell bedeutendste Stadt im Norden Thailands reist, sollte sich deren Umgebung und vor allem den Mae Hong Son Loop nicht entgehen lassen.

Am besten unternimmt man diese mindestens viertägige Rundtour individuell – mit einem gemieteten Motorrad oder einem Auto. Es geht vorbei an der beeindruckenden Höhle Tham Lot, rauschenden Wasserfällen, kleinen Bergdörfern, altherwürdigen Tempeln, grünen Reisfeldern, einem alten Thermalbad, entlang der Grenze zu Myanmar und dem höchsten Berg Thailands. Ganz klar: Der Weg ist das Ziel.



Die Reise führt auch durch Bergdörfer

Erkundungen abseits der Touristenpfade

Chiang Mai, die Stadt im Norden, besitzt 200 buddhistische Tempel



Eszter Kalmár

Ihre erste Asienreise führte sie 2004 nach Vietnam, seitdem hat sie das Asienfieber gepackt und nicht mehr losgelassen. Spätestens Ende Oktober setzt das Fernweh jedes Jahr ein. Wenn sie nicht gerade von Asien träumt, leitet sie die Redaktion des Verlags.



AM ENDE DER WELT IN SRI LANKA

Nuwara Eliya – im Hochland Sri Lankas gelegen – war bevorzugter Erholungsort für die im Land lebenden Briten im 19. Jahrhundert. Das ist auch heute nicht zu übersehen, dank der prächtigen Kolonialbauten.

Die Stadt ist Basis für einen Ausflug in den Horton-Plains-Nationalpark. Noch vor Sonnenaufgang beginnt die Fahrt mit dem Auto, im Park angekommen, geht's zu Fuß weiter. Noch vor 9 Uhr sollte man jedoch an der größten Attraktion, dem Big World's End, ankommen, um den spektakulären Blick vom fast 900 Meter hohen Steilabhang bis ans Meer genießen zu können, denn danach zieht meist Nebel auf.

Krönender Abschluss des Tages: die Zugfahrt nach Ella, einer kleinen Stadt, male-
risch gelegen, umgeben von Teeplantagen. Das Ende der Welt ist traumhaft.

Fahrt mit dem Zug durchs Hochland

Nach einem schönen Spaziergang kurz vor 9 Uhr am Big World's End mit grandioser Fernsicht

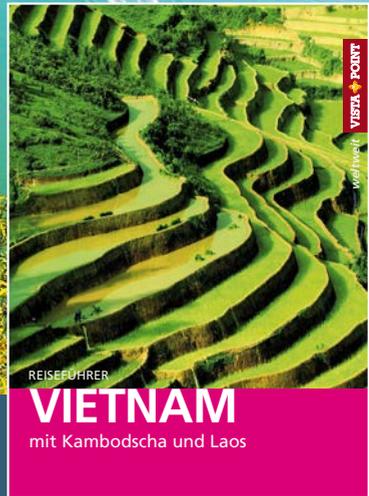


Eszter Kalmár

Ihre erste Asienreise führte sie 2004 nach Vietnam, seitdem hat sie das Asienfieber gepackt und nicht mehr losgelassen. Spätestens Ende Oktober setzt das Fernweh jedes Jahr ein. Wenn sie nicht gerade von Asien träumt, leitet sie die Redaktion des Verlags.



©FotostadtWorms/magnatova



VIETNAM

weltweit-Reiseführer mit E-Magazin

Von Thomas Barkemeier

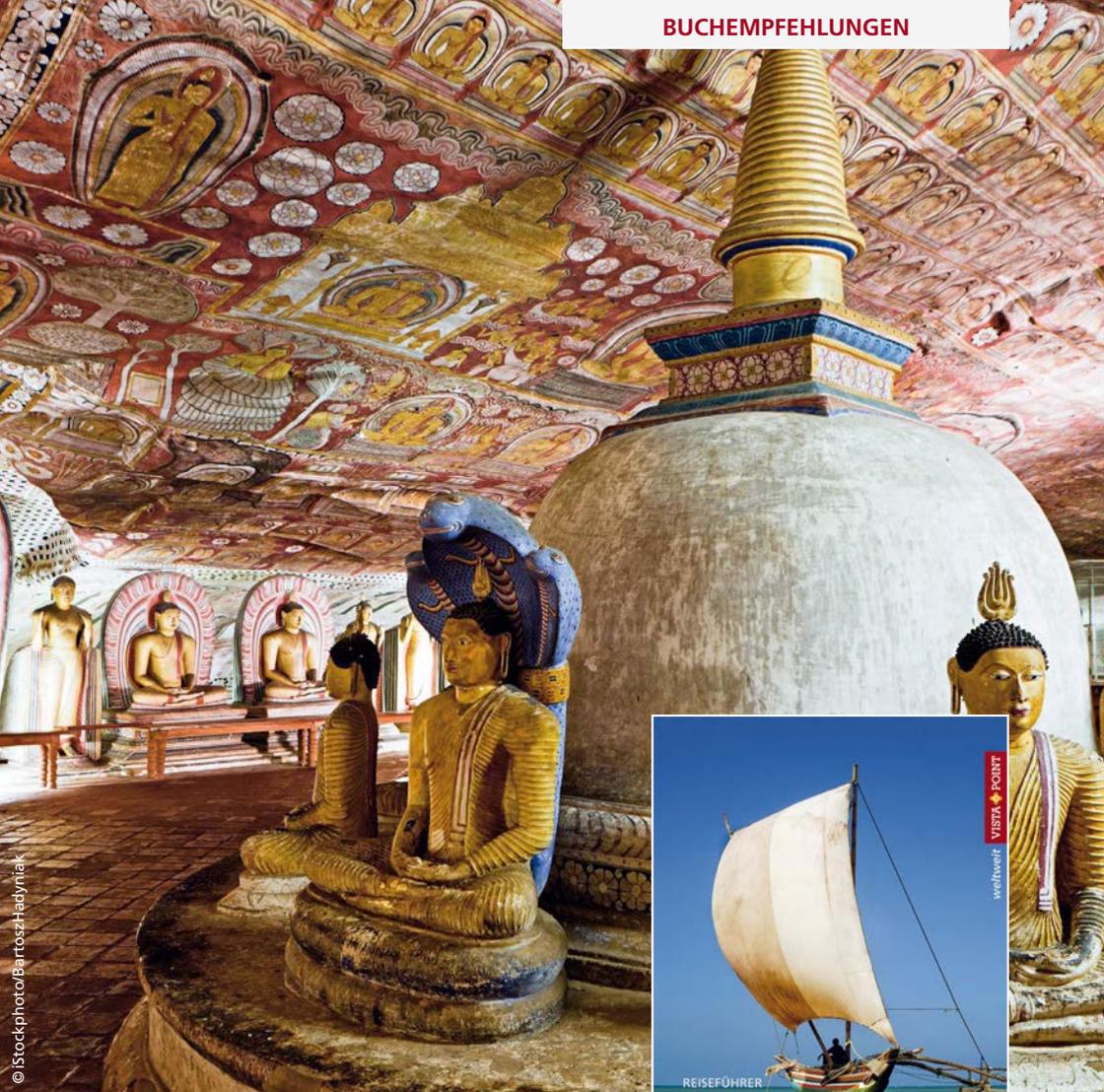
1. Auflage 2015

248 Seiten, 242 Fotos, 23 Karten

ISBN 978-3-95733-289-9

€ 14,95 (D) | € 15,40 (A) | SFr 21,90

Mit einem Klick
alle Infos zum Buch



SRI LANKA

weilweit-Reiseführer mit E-Magazin

Von Martina Miethig

1. Auflage 2014

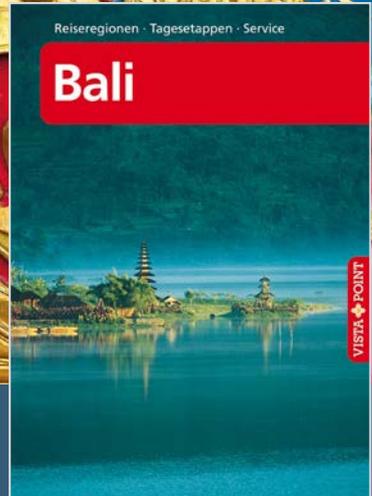
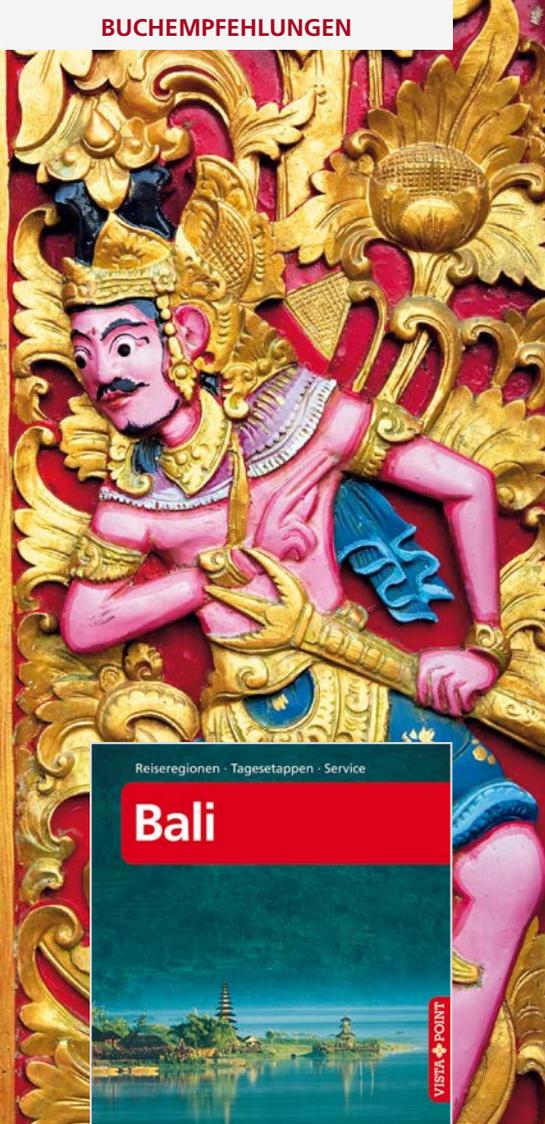
256 Seiten, 268 Fotos, 12 Karten

ISBN 978-3-86871-146-2

€ 14,95 (D) | € 15,40 (A) | SFr 21,90

Mit einem Klick
alle Infos zum Buch

© iStockphoto/Bartosz Hedylniak

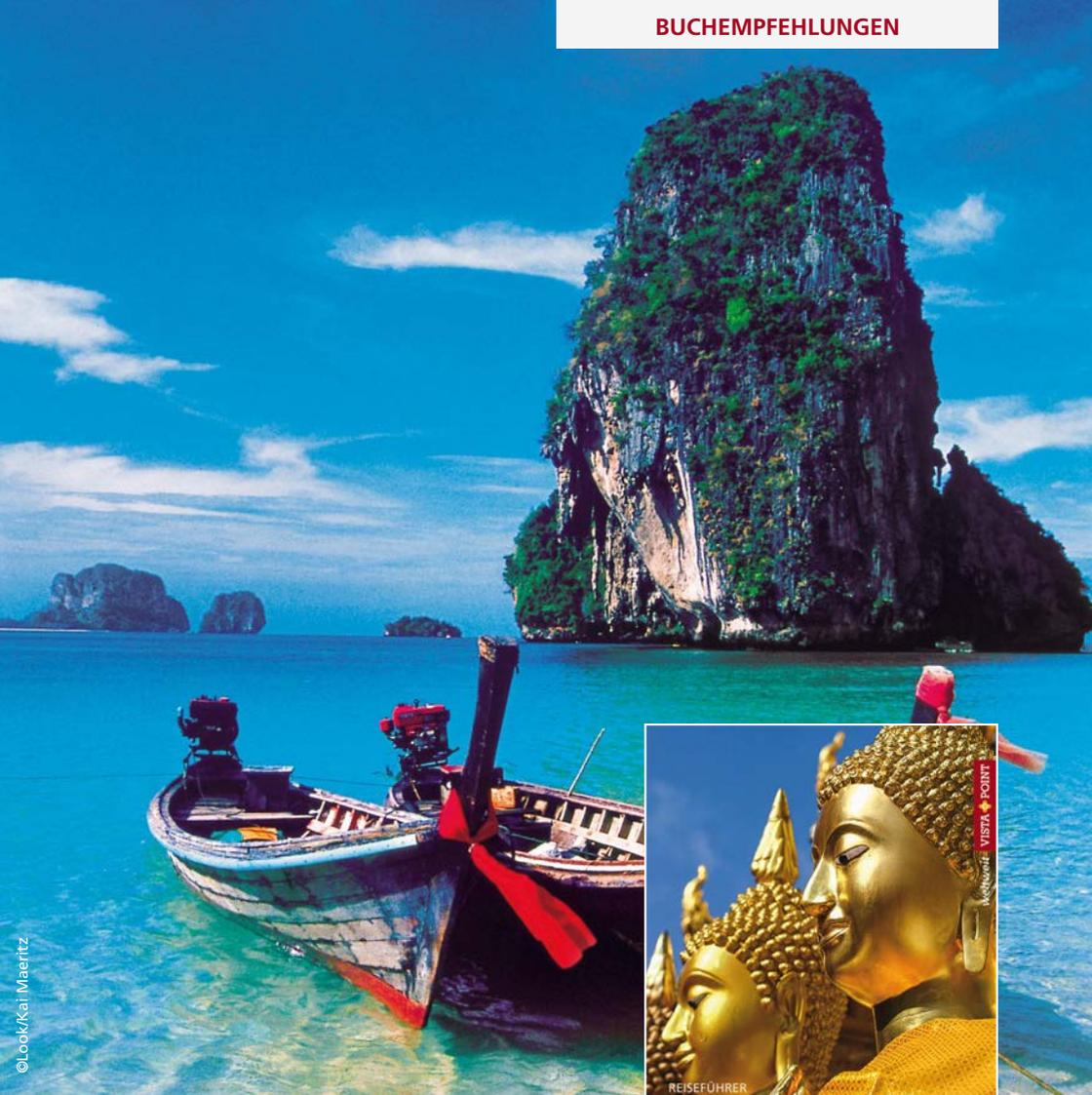


BALI – LOMBOK KOMODO · SULAWESI

Von Annette Ster & Michael Möbius
2., aktualisierte Auflage 2014
200 Seiten, 225 Fotos, 23 Karten
ISBN 978-3-86871-034-2
€ 16,95 (D) | € 17,50 (A) | SFr 24,50

Mit einem Klick
alle Infos zum Buch

© iStockphoto/Laughingmango



©Look/Kai/Maertz

THAILAND

weltweit-Reiseführer mit E-Magazin

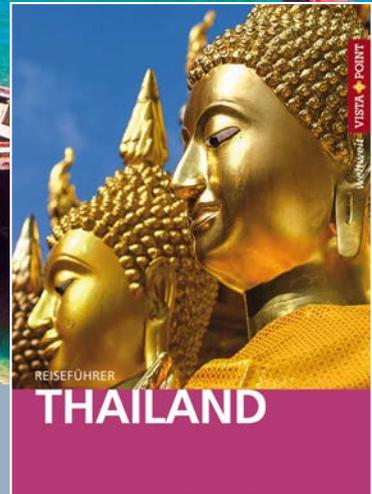
Von Martina Miethig

1. Auflage 2014

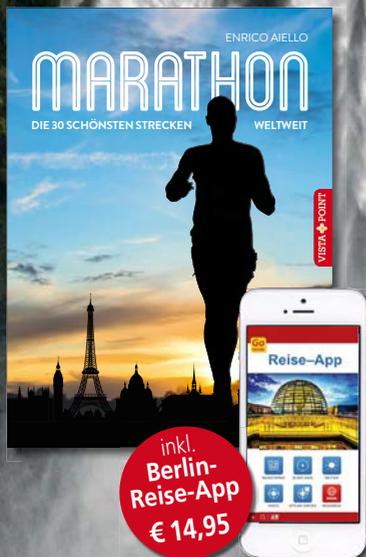
256 Seiten, 130 Fotos, 22 Karten

ISBN 978-3-86871-143-1

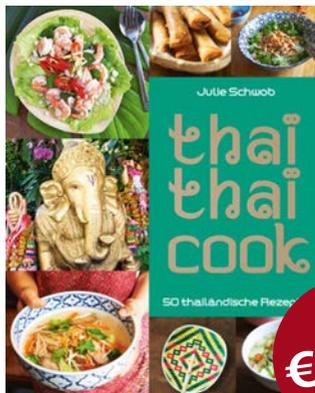
€ 14,95 (D) | € 15,40 (A) | SFr 21,90



Mit einem Klick
alle Infos zum Buch



inkl.
Berlin-
Reise-App
€ 14,95



€ 7,99

Hat Ihnen die Rubrik »Die Küche Asiens« Appetit auf mehr gemacht? Dann können Sie mit dem Thai Thai Cook Kochbuch der Autorin Julie Schwob – zumindest kulinarisch – auf eine Entdeckungsreise quer durch Thailand gehen.

Einer Einleitung in die Zutaten der thailändischen Küche folgen Rezepte für 50 köstliche und authentische Gerichte. Da es in der Thai-Küche regionale Unterschiede gibt, gliedert die Autorin das Buch in den Norden, den Nordosten, die Mitte und den Süden Thailands.

In dem letzten Kapitel widmet sich das Kochbuch den wichtigen Dingen des Lebens: den Desserts.

MARATHON

Der ideale Begleiter
durch das Marathonjahr

www.vistapoint.de

www.facebook.de/vistapoint 

www.twitter.com/VPVerlag 

THAI THAI COOK

50 thailändische Rezepte

Tandem Verlag, Potsdam

Softcover mit Klappen

144 Seiten durchgehend bebildert

Format 19,5 x 25 cm

€ 7,99 (D)

Gut unterwegs: Unsere Reisegepäckliste

Wenn einer eine Reise tut ...

Dann kann er nicht nur was erleben, sondern braucht auch jede Menge Sachen.

An dieser Stelle haben wir daher für unsere reiselustigen Leser die ultimative Reisegepäck-Checkliste zusammengestellt, die Sie unter:

www.vistapoint.de/thema/Reisegepaeck_Liste

herunterladen und ausdrucken können.

Wir wünschen Ihnen eine wunderschöne Reise – mit dem perfekt zusammengestellten Reisegepäck. Und bitte nicht die Reiseführer vergessen.

Ihr VISTA POINT-Team

Die clevere Übernachtungstasche

So was ist manchmal ganz praktisch, wenn man unterwegs Station macht und nicht die ganzen Koffer auspacken will. Außerdem hilft es, falls die Koffer verloren gehen ...

Für jeden Mitreisenden sollte darin sein:

- ✓ **Pyjama**
- ✓ **1 x Unterwäsche**
- ✓ **Mini-Waschzeug**
- ✓ **Ersatz-T-Shirt**



©Fotolia/5decoret

Schick bis praktisch: Kleidung

- T-Shirts/Tops
- Pullover
- Blusen/Hemden
- Jeans/Hosen/Röcke
- kurze Hosen
- Kleider/Kostüme
- Sakkos/Blazer
- Unterwäsche-Sets
- Socken/Strümpfe/Strumpfhosen
- Nachthemden/Pyjamas
- Anorak/Mantel
- Schuhe/Sandalen
- Gürtel
- Regenkleidung
- Wanderkleidung
- Schwimmzeug/Bikini
- Bademantel
- Sportzeug/Funktionswäsche
- Fleece-Jacke/Fleece-Pullover
- Strickjacke/dicker Pullover
- Wanderschuhe/Sportschuhe/
entsprechende Socken
- warme Unterwäsche/Leggings
- elegantes Outfit (komplett?)
- Schal/Halstuch/Mütze/Handschuhe/
Kopftuch
- Schmuck/Krawatten
- Jogginganzug
- dicke Socken/Hausschuhe

Ganz wichtig: Reisedokumente

- Tickets
- Reisepass/Personalausweis/Visum (gültig?)
- Bargeld/EC-Karte/Kreditkarte/Fremdwährung
- Impfpass
- Versicherungsnachweis
- Auslandskrankenschein/Versichertenkarte
- Notfall-Telefonnummern
- Kopien wichtiger Dokumente
- Landkarten
- Reiseführer/Tourenpaket
- Führerschein (international?)
- Wörterbuch

Sauber unterwegs:

Alles für die Kulturtasche

- Seife/Duschgel
- Waschlappen (evt. Einmal-Waschlappen aus Papier)
- Haarpflegemittel (Shampoo, Spülung, Gel ...)
- Zahnbürste/Zahnpasta/Zahnseide/Spülung
- Deo
- Kosmetika
- Creme/Lotion
- Lippenpflege
- Duftwasser
- Rasierzeug
- Kamm/Bürste
- Papiertaschentücher/Feuchttücher
- Tampons/Binden/Slipeinlagen
- Föhn
- Wattestäbchen
- Nagelfeile/Schere/Nagellack/Entferner
- Handdesinfektionsmittel

Nützlicher Kleinkram

- MP3-Player
- Akkus/Batterien
- Reise-Apps
- Handy/Ladekabel
- Adressenliste für Postkarten
- Taschenlampe
- Schlafbrille
- Stromadapter/Verlängerungskabel/stärkere Glühlampe
- Feuerzeug
- Wäscheleine/Klammern
- Nähzeug
- Schuhputzzeug
- Waschmittel
- Desinfektionsmittel
- Gehörschutz
- ein paar Plastiktüten
- Vorhängeschloss
- Tagebuch
- Kamera mit Zubehör
- Regenschirm
- Kissen/Decken
- Taschenmesser (Achtung: bei Flugreisen nicht ins Handgepäck!)
- Reservebrille/Sonnenbrille
- Tauchsieder plus Tee/Kaffee und Becher/Teebeutel
-
- ...
- ...

Essen unterwegs

- Wasser/Saft/Tee
- Messer (Achtung: bei Flugreisen nicht ins Handgepäck!)
- Campinggeschirr
- Frischhaltedose
- Papierservietten
- belegte Brote
- Süßigkeiten/Nüsse
- Obst
- Müllbeutel
- Erfrischungstücher
- ...

Für alle Fälle: Reiseapotheke

- alle verschriebenen Medikamente (Pille? Kondome?)
- Schmerzmittel
- Medizin gegen Übelkeit
- Erkältungsmedizin
- Salbe gegen Juckreiz (Mückenstiche, Sonnenbrand)
- Verbandszeug
- Mittel gegen Durchfall/Verstopfung
- Mittel gegen Reise- bzw Seekrankheit
- reisezieltypische Medikamente
- ein Mittel, das Mücken vertreibt
- Sonnencreme/Sonnenmilch/Après-Lotion

Freizeit und Spiel

- Spiele
- Notizbuch
- Bücher
- Handarbeitszeug
- Malzeug
- Schreibzeug
- Ball/Frisbee/Beachtennis/Tischtennisschläger ...
- Badetasche
- Sportzubehör (Walkingstöcke, Flossen, Taucherbrille ...)
- Strandmatten und -handtücher
- Wind-/Sonnenschutz

Konzeption, Layout und Gestaltung dieser Publikation bilden eine Einheit, die eigens für die **VISTA POINT Verlag GmbH** entwickelt wurde. Sie unterliegt dem Schutz geistigen Eigentums und darf weder kopiert noch nachgeahmt werden.

Den Quellennachweis der verwendeten Bilder und Texte in der Leseprobe finden Sie in der vollständigen Druckausgabe des Reiseführers.

© 2016 VISTA POINT Verlag GmbH, Birkenstr. 10, D-14469 Potsdam

Alle Rechte vorbehalten

Reihenkonzeption: VISTA POINT-Team & Andreas Schulz

Projektleitung: Irene Rebrin, Katrin Tams

Redaktion: Irene Rebrin

Lektorat: Kristina Linke

Bildredaktion: Irene Rebrin

Layout: Grafik Design Britta Wilken, Neunkirchen-Seelscheid

VISTA POINT Verlag GmbH

Birkenstr. 10

D-14469 Potsdam

Tel. +49 (0) 331-81736-400

Fax +49 (0) 331-81736-444

info@vistapoint.de

Besuchen/folgen Sie uns auf:

www.vistapoint.de

www.facebook.de/vistapoint

www.twitter.com/VPVerlag

