

Bildungsreise nach Laos
Sonntag, 24.03.2013 bis Samstag, 06.04.2013
mit dem Industriemeisterverband-Bayern

So, 24.03.2013	Frankfurt/Bangkok	TG 921	14:10-06:20 +
Mo, 25.03.2013	Bangkok/Vientiane	TG 570	11:45-12:55

Tag 1: 25.03.13 (Montag) Ankunft in Vientiane (-/-/-)

TG 570 G 25MAR 1 BKK-VTE 1145 1255

Empfang durch Ihren Reiseleiter am Flughafen, Transfer zum Hotel und Check-In (Möglicherweise direkt vom Flughafen zur Botschaft).

14.30 Uhr Abfahrt zur deutschen Botschaft:

15.00 Uhr Vorstellung der beruflichen Aus-, Fort- und Weiterbildung in der Volksrepublik Laos.

Soweit noch Zeit ist, genießen Sie eine geführte Tour und entdecken den Charme von Vientiane. Die Hauptstadt Laos` ist eine der ruhigsten der Welt.

Sie besuchen das imposante Monument **Phatuxay**. Das Siegestor oder Tor des Triumphes wurde gebaut und eingeweiht zu Ehren derer, die im Kampf für die Unabhängigkeit von Frankreich gefallen sind.

Übernachtung in Vientiane MERCURE (Novotel).

Tag 2: 26.03.13 (Dienstag) Vientiane - Stadttour(F/M/-)

Besuch der Stiftung ENGEL für KINDER in Laos. Besichtigung der Sonder- und Mittelschule.

Anschließend können Sie die Arbeitsbedingungen in der Textilfabrik Trio (2500 MA) kennenlernen.

Im Anschluss Mittagessen und Stadtbesichtigung mit dem Besuch des **Wat Sisaket** mit einer umlaufenden Terrasse und einem verzierten fünf-stufigen Dach, das im siamesischen Stil der buddhistischen Architektur gebaut wurde und nicht im laotischen Stil. Wat Sisaket verfügt über eine Klostermauer mit mehr als 2000 Keramik und Silber Buddha-Figuren.

Auf dem Weg gelangen Sie zu der berühmten, heiligen **That Luang Stupa**, einer Gold-bedeckten buddhistische Stupa aus dem 3.Jahrhundert, dem wichtigsten nationalen Monument in Laos und einem nationalen Symbol.

Danach Besuch des **Wat Phra Keo**, der zwischen 1556 und 1565 erbaut wurde. Es war der ehemalige ‚Wohnsitz‘ des Smaragd-Buddha, der sich jetzt im Wat Phra Keo in Bangkok befindet. Der Tempel wurde mehrmals zerstört und wurde zum dritten Mal von den Franzosen in den 1920er Jahren wieder aufgebaut.

Ihre Besichtigungstour endet mit dem Besuch des **Talat Sao** oder Morning Market, wo Sie eine Fülle von lokal hergestellten Handarbeiten finden werden.

Übernachtung in Vientiane MERCURE (Novotel).

Tag 3: 27.03.13 (Mittwoch) Vientiane - Pakse (Frühstücksbox/M/-)

Flug mit Lao Airlines um QV515 WE27MAR VTEPKZ HK27 **1115 1230** nach **Pakse**.

Ankunft in Pakse am Flughafen und Begrüßung durch Ihren lokalen Guide. Ihre heutige Exkursion führt Sie zum **Bolaven Plateau und den Wasserfällen Tad Fane, Tad Yuang, Tad Pha Suam**.

Mittagessen an einem der Wasserfälle.

Von Pakse geht es in östliche Richtung auf das BOLAVEN PLATEAU, einem fruchtbaren Gebiet, in dem Kaffee und Tee angebaut werden. In dieser Region sind viele ethnische Minderheiten zuhause, überwiegend Laven. Auf dem Weg zwischen Pakse und Paksong am westlichen Rand des Plateaus, besichtigen Sie die Wasserfälle Tad Fane, welche die höchsten der Champa Provinz sind. Anschließend fahren Sie zu den nahe gelegenen Wasserfällen Tad Yuang und Tad Pha Suam.

Übernachtung in E-TU Resort in Bolaven Plateau (E-Tu Resort).

Tag 4: 28.03.13 (Donnerstag) Fahrt von Bolaven Plateau nach Don Khong mit Besuch des Vat Phou Champasak (F/-/-)

Sie fahren entlang des Mekong-Ufers in Richtung Süden. In der Nähe der Stadt **Champasak** überqueren Sie den Fluss von Tha Ban Maung nach Tha Ban Papin und fahren dann weiter nach **VAT PHOU CHAMPASAK** (Berg-Tempel). Der Tempel ist eines der am besten erhaltenen Beispiele für die Architektur des Oberst Khmer und 200 Jahre älter als Angkor Vat selbst. Die Hauptanlage des Tempels besteht aus dem Haupttempel, der sich auf der oberen Terrasse befindet, sechs Schreinen auf der mittleren Terrasse. Zwei Paläste und die Nandin Halle befinden sich auf der unteren Terrasse. Um den Vat Phou Champasak Tempelkomplex stehen noch zahlreiche dazugehörige Monumente.

Die Reise geht zurück über den Mekong von Tha Ban Papin nach Tha Ban Na und dann weiter mit dem Fahrzeug nach Don Khong. Besuch des **Tempelberges Muang Sene zum Sonnenuntergang**

Übernachtung in Don Khong (Pon Arena Hotel).

Tag 5: 29.03.13 (Karfreitag) Don Khong - 4000 Inseln - Pakse (F/M/A)

Mit dem Boot erkunden wir **die 4000 Inseln** (Si Pan don). Hier hat der Mekong-Fluss seine breiteste Stelle, während der Regenzeit ist er bis zu 12 km breit. Wenn das Wasser zurücktritt, entstehen viele kleine Inseln. Von diesem Phänomen rührt der Name der Region: 4000 Inseln. Von Ferne hört man das Rauschen des unverwechselbaren Tad Khone Phapheng und Tad Li Phi, die Sie heute besuchen werden. In der Nähe der Wasserfälle leben einige hundert **Irrawaddy-Süßwasser-Delfine**. Ban Hang Khon ist einer der wenigen Orte auf der Erde, um diese gefährdeten Säugetiere zu beobachten. Sie werden auch die alte Lokomotive sowie die alte, in der Kolonialzeit von den Franzosen erbaute, Eisenbahnbrücke besichtigen. Rückfahrt nach Pakse. **Abendessen in einem Schiffsrestaurant am Mekong**.

Übernachtung in Pakse (Pakse Hotel).

Tag 6: 30.03.13 (Karsamstag) Pakse - Vientiane (F/M/-)

Programmänderung!

Morgens Besuch des lokalen Marktes und einer der zahlreichen Tempel. Im Anschluß Ausflug nach Ban Saphai und Don Kho.

Die kleine Insel Don Kho, 17km von Pakse entfernt im Mekong Fluss gelegen ist die Heimat des Dorfes Ban Saphai, das bekannt ist für seine Seidenweberei, und bietet eine ausgezeichnete Gelegenheit für einen Tagesausflug. Es wurde von einer Gruppe von Familien aus Attapeu vor Hunderten von Jahren besiedelt, und heute gibt es 44 Familien auf der Insel, mit einer Gesamtbevölkerung von 396 Bewohnern. Ihre traditionellen Lao-Häuser umringen die kleine Insel, die einfach in ein paar Stunden umrundet werden kann. Die Häuser sind alle auf Stelzen und bieten einen kühlen Platz an dem so gut wie jede Familie den Tag mit Spinnen von Fäden und Weben von Stoffen von Hand beschaeftigt ist - wenn sie nicht gerade Mais, Wassermelonen und Reis anbauen.

Auf der Fahrt rund um die Insel, ist es schwer zu glauben, dass für 10 Jahre das administrative Zentrum der Region hier angesiedelt war; während den Jahren nach 1800 unter französischer Kolonialherrschaft, bevor es nach Pakse verlegt wurde. Don Kho war auch ein sicherer Hafen zum Andocken französischer Schiffe; von den alten Verwaltungsgebäuden ist bis auf ein paar Steine allerdings nicht viel übrig geblieben.

Im Anschluß Transfer zum Flughafen und Flug am frühen Abend von Pakse nach Vientiane

(QV 525 /Y4 W4 EQ SA30MAR PKZVTE 18:00 – 19:15)

Übernachtung in Vientiane (Chanthapaya Hotel).

(Reiseleiter: Mr. Bounyang aus Luang Prabang)

Tag 7: 31.03.13 (Ostersonntag) Vang Vieng – Aktivitaeten (F/M/-)

Sie verlassen Vientiane in Richtung Norden und erreichen am Mittag die ca. 160 km entfernte Kleinstadt **Vang Vieng**, die, eingebettet in bizarre Kalkstein-Formationen, am Ufer des Nam Song Flusses liegt. Dieser kleine Fluss passiert wunderschöne Landschaften, die im Schatten der dramatischen Bergen liegt.

Ihr heutiger Halbtagesausflug bringt Sie zu versteckten **Höhlen** und **umliegende Dörfer**. Bei diesem kleinen Abenteuer werden Sie Teil dieser unglaublichen Landschaft aus Felsen, Dschungel und Flüssen.

Übernachtung in Vang Vieng (Vansana Vang Vieng Hotel).

Tag 8: 01.04.13 (Ostermontag) Vang Vieng – Xien Khouang (F/M/-)

Sie verlassen Vang Vieng in Richtung Norden über das Hochland und durch die atemberaubende Landschaft und fahren in die Provinz **Xieng Khouang**. Während der Fahrt können Sie die wunderschöne Aussicht genießen, die sich vor Ihnen erhebt.

Die Xieng Khouang Provinz ist bekannt als die **Ebene der Tonkrügen** und wurde für das UNESCO-Weltkulturerbe nominiert.

Bis 1973 wurde fast jede Stadt in Xieng Khouang durch die Bombardierungen während des Indochina-Krieges zerstört. Rund zwei Tonnen Munition wurden pro Einwohner abgeworfen und viele von diesen Bombardements fanden in Xieng Khouang statt. Das Gebiet ist immer noch bemerkenswert schön mit den mysteriösen alten Steingefäßen, die in der Nähe von großen Kratern stehen, den heute noch sichtbaren Narben in der Landschaft aus den dunklen Tagen eines verheerenden Krieges.

Übernachtung in Xien Khouang (Phonsavanh, Maly Hotel Phonsavanh)

Tag 9: 02.04.13 Xieng Khouang – Ebene der Tonkruege (F/M/-)

Die **Ebene der Tonkrüge** ist einer der größten kulturellen Orte Laos` mit Tausenden von Steinkrügen. Archäologen glauben, dass die Krüge vor 1.500 bis 2.000 Jahren verwendet wurden. Die meisten Ausgrabungen wurden auf etwa 500 v. Chr. Bis 800 n. Chr. datiert. Anthropologen und Archäologen haben die Theorie aufgestellt, dass die Krüge als Urnen oder vielleicht zur Lagerung von Lebensmitteln verwendet worden sind.

Laotische Geschichten und Legenden behaupten, dass dieses Gebiet einst von einer Krieger-Rasse von Riesen bewohnt wurde. Die lokale Legende erzählt von einem alten König namens Khun Cheung, der eine lange, siegreiche Schlacht gekämpft hatte. Es wird erzählt, dass er seinen Sieg feierte, und die Krüge wurden zum brauen und lagern von riesigen Mengen von Lao Lao, einem traditionellen Reiswein, benötigt. Die Krüge sind über dem nördlichen Ende der Xieng Khouang Hochebene verteilt, der Lao-Annamitischen Cordillieren, die wichtigste Bergkette in Indochina, die Laos und Vietnam teilt. Im Zusammenhang mit dem Vietnamkrieg und dem geheimen Krieg in Laos, bezieht sich die Bezeichnung ‚Ebene der Tonkrüge‘ in der Regel auf die gesamte Xieng Khouang Region und nicht nur auf die Kulturstätten selbst. Auf dem Weg zu den Lagerstätten sehen Sie möglicherweise einen alten russischen Panzer und große Bombenkrater, die heute historische Überreste sind.

Die Tour führt Sie zu **den Lagerstätten 1, 2 und 3** in der Ebene der Tonkrüge. Die anderen werden als zu gefährlich betrachtet, da dort überall noch immer viele nicht explodierte Bomben etc. in der Erde liegen.

Wir werden am Ende unseres Besuches mit **Muang Khun** die ehemalige königliche Hauptstadt der Xieng Khouang Region besuchen. Obwohl die Stadt im Krieg stark bombardiert wurde, blieben ein paar koloniale französische Gebäude zusammen mit mehreren Tempeln und der berühmten Stupa von That Foun, die 1576 erbaut wurde, erhalten. Die Legende besagt, dass That Foun über der Asche von Buddha erbaut wurde, die von Indien nach Laos gebracht wurde.

Übernachtung in Xien Khouang (Phonsavanh, Maly Hotel Phonsavanh)

Tag 10: 03.04.13 Xieng Khouang – Luang Prabang (F/M/-)

Von Xieng Khouang aus geht es in Richtung Westen über das Hochland durch die atemberaubende Landschaft nach **Luang Prabang**. Sie können die wunderschöne Aussicht genießen und besuchen unterwegs eines der vielen **Hmong Dörfer**.

Die Hmong sind eine asiatische Volksgruppe aus den Bergregionen von Laos. Sie sind auch eine der Untergruppen der Miao, einer ethnischen Minderheit in Südchina. Die Hmong begannen aufgrund von politischen Unruhen und um mehr Ackerland zu finden eine allmähliche Migration in den Süden im 18. Jahrhundert. Sie beenden Ihre Reise in Luang Prabang, der UNESCO Welterbe-Stadt im Norden Laos. Bis zur Machtübernahme durch die Kommunisten 1975 war diese wunderschöne Stadt die Königsresidenz und auch Sitz der Regierung. Der Hauptteil der Stadt besteht aus 4 Straßen, die sich auf einer Halbinsel am Zusammenfluss des Mekhong und des Nam Khan befindet.

Die Stadt ist berühmt für ihre zahlreichen buddhistischen Tempel und Klöster. Jeden Morgen laufen hunderte Mönche durch die Straßen, um von den Bewohnern Almosen zu empfangen.

Das Wahrzeichen der Stadt ist der Tempel Wat Phou Si, der auf einem steilen Hügel in der Nähe der Halbinsel steht.

Übernachtung in Luang Prabang (Villa Santi Resort (DeluxeRooms)).

Tag 11: 04.04.13 Luang Prabang – Stadtbesichtigung mit dem Tuk-Tuk (F/M/-)

Das **Tuk Tuk** (motorisierte Rikscha) wurde im Jahr 1934 aus Japan nach Südostasien gebracht. Es ist eine einfache Konstruktion eines Blechkörpers mit offenem Rahmen auf drei Rädern. Heutzutage ist es eine der beliebtesten Transportformen in Laos, Thailand und Kambodscha und ein Symbol für diese Region. Es ist das perfekte Fahrzeug für eine entspannte Open-Air-Tour in Luang Prabang, die berühmte Weltkulturerbe-Stadt und ehemalige königliche Hauptstadt von Laos.

Am Morgen starten Sie von Ihrem Hotel aus um 8:30 Uhr und werden zum **Morning Market** gefahren. Im Gegensatz zu den großen Lebensmittelgeschäften die Sie von zu Hause kennen, wird das Essen hier noch immer von kleinbäuerlichen Familien in Dörfern produziert und aus den umliegenden nördlichen Provinzen nach Luang Prabang gebracht. Ihr Reiseleiter wird Ihnen die gängigen, saisonalen Gemüse- und Früchtesorten erklären und besorgt für Sie ein paar Snacks für später.

Nach einem kurzen Spaziergang entlang der Straßen gelangen Sie zum **Wat Mai** ("Neues Kloster" im Jahre 1796 erbaut). Das auffälligste Merkmal des Tempels sind die vergoldeten Reliefs an der Vorderfassade. Die Tafeln erzählen die Geschichte der höchsten Inkarnation des Buddha – Vessantara.

Im Anschluss besuchen Sie das **Nationalmuseum**, welches sich im ehemaligen Königspalast befindet. Zur Ausstellung gehört, neben vielen weiteren nationalen und religiösen Schätzen, der prunkvolle Thron des Lan Xang Königreichs.

Dieser Tempel **Wat Visoun** wurde während der Regierungszeit von König Visounarat um 1520 errichtet. Im Jahr 1942 wurde es in ein Museum für religiöse Kunst verwandelt und beherbergt seither Sammlungen von Buddha Statuen und religiöser Artefakte aus dem vierzehnten Jahrhundert.

Für das **Mittagessen** werden Sie eine Pause einlegen, in der Ihr Guide Sie zu einem Restaurant bringen wird, um das beliebteste Gericht Laos', eine traditionelle Nudelsuppe zu genießen. Es stehen drei Arten dieser Suppe zur Auswahl:

1. Traditionell ist die Pho eine vietnamesische Nudelsuppe, die oft mit der Stadt Hanoi assoziiert wird, wo das erste Pho Restaurant in den 1920er Jahren eröffnet wurde. Es wurde auch in Laos zu einem sehr beliebten Essen, da es über die Grenze hinweg verbreitet wurde. Es wird normalerweise mit Rindfleisch und dünnen Reismudeln serviert. Die Suppe wird auch mit einem Teller frischem Basilikum, Minze, Limette und einem Sortiment von anderen Gemüsen und frischen Kräutern serviert. Den Geschmack der Suppe kann sich jeder selbst nach Belieben zusammenstellen.

2. Khao Piak wird in Laos häufig zum Frühstück gegessen. Die breiten Reismudeln werden in pikanter Brühe serviert. Die Suppe wird üblicherweise mit zartem Schweinefleisch zubereitet, kann aber auch mit Ei bestellt werden. Die Brühe ist etwas süß mit Knoblauch, Schalotten, Salz und Zucker. Die Nudeln werden separat gekocht und nach dem Kochen zugeschnitten und in die Brühe gegeben.

3. Khao Soy ist eine Suppe mit breiten Reismudeln, grob gehacktem Schweinefleisch, Tomaten, fermentierten Sojabohnen, Chili, Schalotten und Knoblauch, dann belegt mit Schweine-Kruste, Sojasprossen, gehackten Schalotten und gehacktem Koriander. Obwohl es in Nordlaos eine besondere Art der Zubereitung dieses Gericht gibt, können verschiedene Versionen in lokalen Restaurants gefunden werden.

Frisch gestärkt werden Sie nun eine weitere kurze Tuk Tuk Fahrt entlang des Nam Khan Fluss zum **Wat Xieng Thong** unternehmen.

Dies ist einer der wichtigsten Tempel im ganzen Land von Laos und der wichtigste in Luang Prabang. Bis 1975, als die Kommunistische Partei die Kontrolle über Laos gewann, war Wat Xieng Thong ein königlicher Tempel, unterstützt von der königlichen Familie. In den 1960er Jahren wurde Wat Xieng Thong komplett umgebaut und renoviert und wurde damit zu dem prächtigen Tempel, wie wir ihn heute sehen.

Zum Abschluss Ihrer Besichtigungen werden Sie den **Phou Si Hügel** besteigen, dessen Spitze mit vielen kleinen Altaren und Schreinen übersät ist.

Die vergoldete Stupa an der Spitze des Hügel wurde auf einem großen Felsvorsprung gebaut. Eine alte Öffnung im Fuß des Felsens wurde versiegelt, um Vandalismus zu verhindern. Neben der Stupa befindet sich ein kleines wiharn (Kapelle) für Gebete. Weiter unten auf der Seite des Hügel ist ein Teil des Wat Phra Buddabhat (Fußabdruck Buddhas Tempel) zu sehen. Von hier aus genießen Sie den Blick auf die Halbinsel, wo der Nam Khan Fluss in den mächtigen Mekong fließt.

Übernachtung in Luang Prabang (Villa Santi Resort (DeluxeRooms)).

Tag 12: 05.04.13 (Freitag) Luang Prabang Kuang – Si Wasserfall(F/M/-)

Nach dem Frühstück erkunden Sie die atemberaubende Natur und die **Kuang Si Wasserfälle**. Entlang des Weges werden Sie während dieser 35minütigen Fahrt durch schöne Landschaften aus Reisfeldern, Hügeln und kleinen Dörfern gelangen. Sie halten unterwegs in einem kleinen Dorf, wo Sie Gelegenheit haben werden, mehr über die ethnische Vielfalt in Laos zu erfahren. Die Hmong leben in dieser Region und haben einen sehr unterschiedlichen kulturellen Lebensstil. Sie werden die Gelegenheit haben, etwas über ihre Traditionen und Kultur, die sich im Laufe der Jahrhunderte kaum verändert haben, zu erfahren. An den Kuang Si Wasserfällen entspannen und genießen Sie die schöne Natur und wandern durch dieses geschützte Gebiet.

Sie besuchen auch das **Bear Rescue Center** und haben noch Zeit, um ein Bad in den kühlen, klaren Pools zu nehmen. Im Anschluss Transfer zum Flughafen für Ihren Heim-/Weiterflug um 16:10h.

PG 946 M 05APR 5 LPQ-BKK 1610 1815 Anmerkung: Kein Late Check out inkl.

Fr, 05.04.2013	Luang Prabang/Bangkok	PG 946	16:10-18:15
Fr, 05.04.2013	Bangkok/Frankfurt	TG 920	23:45-06:00 +

13. Tag: Samstag, 06.04.2013 Deutschland

Reiseleiter:

Vientaine:	Mr. Viengkham	+856(0)20- 55454469
Pakse:	Mr. Bounxou	+856(0)20- 55219470
Luang Prabang:	Mr. Bounyang	+856(0)20- 55670136