



Myanmar (Birma)

63 detaillierte
Karten

Mehr als
500 Tipps
für Hotels und
Restaurants,
Touren und
Natur

4 übersichtliche Kapitel

1

REISEPLANUNG

Wie plane ich meine Reise?

Tourenvorschläge & Empfehlungen für eine perfekte Reise.

2

REISEZIELE

Alle Ziele auf einen Blick

Detaillierte Beschreibungen und Karten sowie Insidertipps.

3

MYANMAR VERSTEHEN

So wird die Reise richtig gut

Mehr wissen – mehr sehen.

4

PRAKTISCHE INFORMATIONEN

Schnell nachgeschlagen

Guter Rat für unterwegs.

Auf einen Blick

Mit diesen Symbolen sind wichtige Kategorien leicht zu finden:



Sehenswertes



Strände



Aktivitäten



Kurse



Geführte Touren



Feste & Events



Schlafen



Essen



Ausgehen



Unterhaltung



Shoppen



Informationen & Transport

Alle Beschreibungen stammen von unseren Autoren. Ihre Favoriten werden jeweils als Erstes genannt.

Sehenswürdigkeiten haben wir der geografischen Reihenfolge nach aufgelistet, in der man sie vermutlich besuchen wird. Innerhalb dieser Anordnung wurden sie nach den Empfehlungen der Autoren sortiert.

Die Einträge der Rubriken **Essen** und **Schlafen** sind nach dem Preis (günstig, mittelteuer, teuer) und den Vorlieben der Autoren geordnet.

Diese Symbole bieten hilfreiche Zusatzinformationen:



Das empfehlen unsere Autoren



Nachhaltig & umweltverträglich

GRATIS

Hier bezahlt man nichts



Telefonnummer



Öffnungszeiten



Parkplatz



Nichtraucher



Klimaanlage



Internetzugang



WLAN



Swimmingpool



Angebote für Vegetarier



Englischsprachige Speisekarte



Familienfreundlich



Tiere willkommen



Bus



Fähre



Straßenbahn



Zug

Apt. Apartment

B Schlafsaalbett

EZ Einzelzimmer

DZ Doppelzimmer

FZ Familienzimmer

2BZ Zweibettzimmer

3BZ Dreibettzimmer

4BZ Vierbettzimmer

Zi. Zimmer

Details zu den Kartensymbolen siehe Legende S. 490

Myanmar (Birma)



Simon Richmond,
David Eimer, Adam Karlin, Nick Ray, Regis St. Louis

REISEPLANUNG

Willkommen in Myanmar	4
Karte von Myanmar	6
Myanmars Top 10	8
Gut zu wissen	14
Was gibt's Neues?	16
Wie wär's mit	17
Monat für Monat	19
Reiserouten	21
Bevor es losgeht	23
Myanmar im Überblick	30



STREETFOOD AUF DEM BOGYOKE-AUNG-SAN-MARKT S. 56, YANGON

REISEZIELE IN MYANMAR

YANGON 34

SÜDWEST-MYANMAR 90

Thanlyin & Kyauktan	91
Bago	93
Patheingyi	99
Chaung Tha Beach	104
Ngwe Saung Beach	107

SÜDOST-MYANMAR 111

Der Mon-Staat 113

Kyaiktiyo (Goldener Felsen)	113
Mawlamyine	116
Rund um Mawlamyine	122
Ye	126

Kayin-Staat 128

Hpa-an	128
Hpa-an & Umgebung	131
Myawaddy	133

Region Tanintharyi 135

Dawei	135
-------	-----

Myeik	138
Myeik-Archipel (Mergui)	143
Kawthoung	146

BAGAN & ZENTRAL-MYANMAR 149

Von Yangon nach Mandalay 151

Taungoo (Toungoo)	151
Nay Pyi Taw	154
Meiktila	158

Von Yangon nach Bagan 160

Pyay	160
Thayekhittaya (Sri Ksetra)	163
Magwe	164

Bagan 166

Nyaung U	168
Alt-Bagan	174
Myinkaba	177
Neu-Bagan (Bagan Myothit)	178

Rund um Bagan 182

Mount Popa	182
------------	-----



SHWE YAUNGHWE KYAUNG S. 211, NYAUNGSHWE

Inhalt

MYANMAR VERSTEHEN

Salay	184
Pakokku	186
Monywa	187
Rund um Monywa	189

DIE TEMPEL VON BAGAN..... 192

Die Tempel.....	196
Alt-Bagan.....	196
Die nördliche Ebene.....	199
Die Zentralebene	202
Myinkaba & Umgebung.....	205
Neu-Bagan & Umgebung.....	206
Die südliche Ebene	207
Nyaung U & Umgebung	209

OST-MYANMAR ... 210

Inle-See & Umgebung	211
Nyaungshwe	211
Inle-See	220
Taunggyi	226
Pindaya	230
Kalaw	232
Thazi	238
Kyaingtong & Grenzgebiete	238
Kyaingtong (Kengtung).....	239
Mong La	243
Tachileik	245
Kayah-Staat.....	245
Loikaw	245

MANDALAY & UMGEBUNG..... 251

Mandalay	253
Rund um Mandalay ...	281
Amarapura.....	282
Inwa (Ava).....	284

Sagaing	287
Mingun.....	283
Paleik	291

NORD-MYANMAR.. 293

Von Mandalay nach Lashio.....	295
Pyin U Lwin (Maymyo) ..	295
Von Pyin U Lwin nach Kyaukme	303
Kyaukme	304
Hsipaw	305
Lashio.....	311
Mogok	313
Oberer Ayeyarwady ...	315
Myitkyina.....	315
Indawgyi-See	321
Bhamo (Banmaw)	322
Shwegu	323
Katha	325
Kyaukmyaung	326
Shwebo	327
Der hohe Norden	329
Putao	329

WEST-MYANMAR .. 333

Rakhine-Staat.....	335
Ngapali Beach.....	335
Kan Thar Ya Beach.....	340
Sittwe (Akjab).....	340
Mrauk U	345
Rund um Mrauk U	353
Chin-Staat.....	353
Mount Victoria (Nat Ma Taung)	354
Mindat	355
Kalaymyo (Kalay).....	357
Tiddim	358
Rihkhawdar	359
Falam	360
Hakha.....	362

Myanmar aktuell	366
Geschichte.....	368
Menschen & Religionen in Myanmar	384
Aung San Suu Kyi.....	400
Regierung, Wirtschaft & Menschenrechte.....	407
Die myanmarische Küche	415
Architektur & Kunst... 	425
Natur & Umwelt	433

PRAKTISCHE INFORMATIONEN

Verantwortungsvolles Reisen.....	442
Allgemeine Informationen.....	446
Verkehrsmittel & -wege	458
Gesundheit	468
Sprache	473
Register	482
Kartenlegende	490

SPECIALS

Shwedagon Paya in 3D.....	46
Die Tempel von Myanmar	60
Radtour durch Mandalay.....	265
Aung San Suu Kyi.....	400

Willkommen in Myanmar

Es ist der Anbruch einer demokratischeren Ära in diesem außergewöhnlichen Land, in dem goldene Pagoden die Landschaft prägen und die traditionellen Lebensformen Asiens fortbestehen.

Goldene Wunder

„Dies ist Birma“, schrieb Rudyard Kipling, „und es ist wie kein anderes Land, das man kennt.“ Über hundert Jahre später hat sich Myanmar die Fähigkeit bewahrt, selbst müde Reisende in Staunen zu versetzen. Zu den Highlights zählen der Shwedagon-Paya, ein „funkelndes, großartiges Wunder“, die 4000 heiligen Stupas in den Hochebenen von Bagan und der Goldene Felsen in unmöglicher Lage am Rande des Abgrunds auf dem Berg Kyaiktiy. Das alles sind wichtige buddhistische Stätten in einem Land, in dem fromme Mönche mehr verehrt werden als Rockstars.

Das neue Myanmar

2015 wählte Myanmar erstmals seit über einem Jahrhundert eine demokratische Regierung. Sanktionen wurden aufgehoben und alle Welt strömt hierher, um Geschäfte zu machen. Die Lockerung der Zensur führte zu einem Boom an neuen Medien und überraschender Offenheit bei einstigen Tabuthemen. Jahrelang gesperrte Landstriche können heute frei besucht werden. Moderne Reiseannehmlichkeiten wie Mobilfunknetze und Internetzugang gehören jetzt zum Standard, sind jedoch oft auf die großen Städte begrenzt, wo die kürzlich umgesetzten wirtschaftlichen und sozialen Verbesserungen am offensichtlichsten sind.

Traditionelles Leben

Trotz der kürzlich durchgeführten bedeutenden Veränderungen bleibt Myanmar im Kern eine ländliche Nation mit traditionellen Werten. Überall sieht man Männer mit rockähnlichen *longyi*, Vertreter beider Geschlechter voller *thanakha* (traditionellem Make-up) und betelkauende Omas. Die Menschen bewegen sich immer noch mit Rikschas fort und in ländlichen Regionen mit Pferden und Karren. In Tausenden traditionellen Teehäusern kann man Tee genießen – ein Vermächtnis des britischen Kolonialismus.

Einfache Freuden

Über den Ayeyarwady (auch Irrawaddy oder Irawadi) bietet sich eine Fahrt mit einem alten Flussdampfer oder einem luxuriösen Kreuzfahrtschiff an. Am wunderschönen Golf von Bengalen kann man sich am Strand aalen. Die Shan Hills laden zu Wanderungen durch Pinienwälder zu Dörfern ethnischer Minderheiten ein, ohne dass man unterwegs auf Scharen von Reisenden trifft. Und das Beste von allem: Die Einwohner sind freundlich, humorvoll, entgegenkommend, besonnen, neugierig und leidenschaftlich – sie wollen mitwirken in der Welt und erfahren, was man von ihrer Welt hält. Die Zeit ist reif, diese Verbindung herzustellen.



Warum ich Myanmar liebe

Von Simon Richmond, Autor

Egal, ob man zum ersten oder 51. Mal in Myanmar ist: Es liegen unverkennbar Energie, Hoffnung und Zukunftsglaube in der Luft. Vertriebene kehren heim und stellen sich gemeinsam mit ihren Landsleuten der Herausforderung, ihr Land ins 21. Jahrhundert zu führen und zugleich das Beste aus der Vergangenheit zu bewahren. Myanmar muss noch viele Probleme lösen, doch seine Menschen sind so beharrlich und charmant wie eh und je. Hier kann man die Dinge langsamer angehen, sich hinsetzen, zuhören und mit den Menschen in Verbindung treten – es gibt keine bessere Art, um zu erfahren, was an diesem Land wahrhaft golden ist.

Für mehr Informationen über unsere Autoren siehe S. 491

0 200 km
0 120 Meilen





Myanmars Top 10

1



Shwedagon Paya

1 Gibt es in ganz Südostasien ein noch atemberaubenderes religiöses Monument? Wahrscheinlich nicht! Die schiere Größe und mystische Aura des goldenen Prachtbaus in Yangon (Rangun) bringt sogar Atheisten zum Schwärmen. Und hier geht's beileibe nicht nur um stille Einkehr: Der Shwedagon Paya (S. 45) ist sowohl religiöse Stätte als auch Freizeitpark. Vielleicht erlebt man bei seinem Besuch eine laute Ordinationsfeier oder eine Wahrsagesession mit. Wer einen Grund dafür braucht, länger in Yangon zu verweilen – hier ist er!

Inle-See

2 Fast jeder Myanmar-Urlauber besucht auch den Inle-See (S. 211), und das mit gutem Grund: Das riesige Gewässer ist groß genug, damit jeder seine ganz eigene Lebenserfahrung hier mitnehmen kann. Wer nicht so viel Zeit hat, sollte die Highlights ansteuern: die Tempel, Märkte und schwimmenden Gärten. Wer länger bleibt, kann auch noch die abgeschiedenen Ecken des Sees und die Fischerdörfer erkunden oder in den nahen Bergen wandern. Aber wie auch immer: Die Erinnerung daran, wie man über das stille Wasser des Sees gleitet, wird einem immer erhalten bleiben.



PATRICK FOTO / SHUTTERSTOCK ©



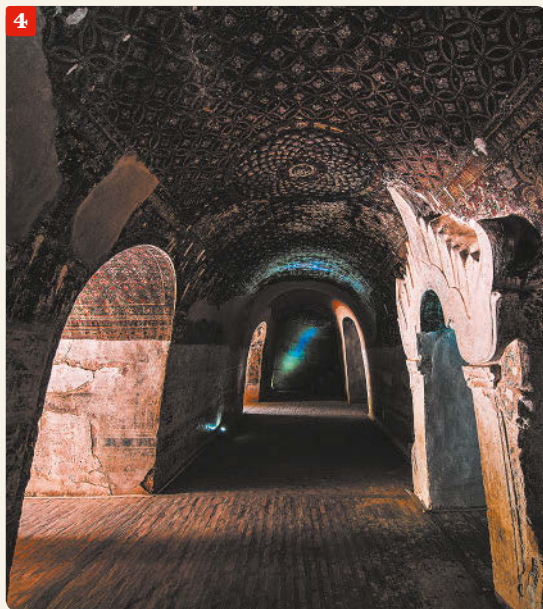
OCTOBERSCAMIA / SHUTTERSTOCK ©

3



NICK FOX / SHUTTERSTOCK ©

4



CHINAPHONG MUNSIRI / GETTY IMAGES ©

Bagan

3 Trotz der Schäden durch das Erdbeben von 2016 bieten die über 3000 Jahre alten Tempel auf der Ebene von Bagan (S. 166) einen imposanten Anblick. Die meisten der Bauten aus dem 11. bis 13. Jh. wurden restauriert, denn Bagan ist eine aktive religiöse Stätte und ein Pilgerziel. Zwar tummeln sich hier Reisegruppen und zum Sonnenuntergang drängelt sich alles auf den Aussichtspunkten, doch dem Trubel kann man entfliehen, indem man inmitten der vielen Tempel eine Radtour unternimmt oder im Heißluftballon über sie hinweggeleitet.

5



R.M. NUNES / SHUTTERSTOCK ©

6



ETHAN DANIELS / SHUTTERSTOCK ©

Sagaing

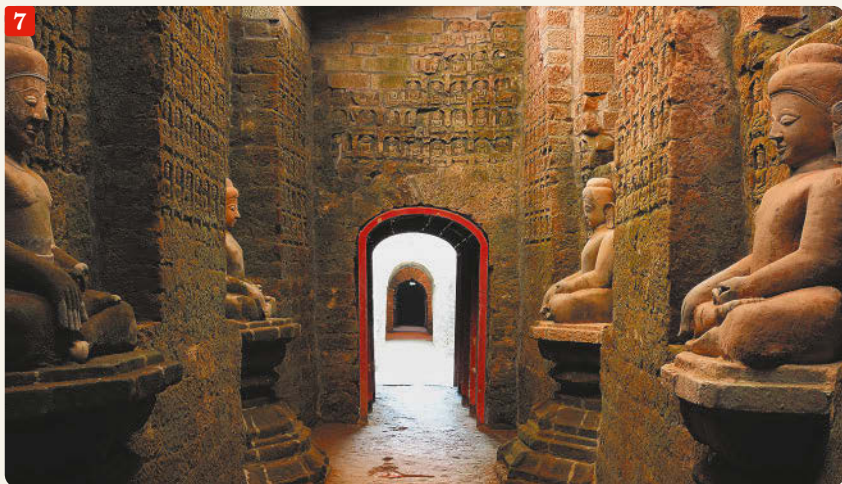
4 Der buddhistische Wallfahrtsort Sagaing (S. 287) ist von Mandalay im Rahmen eines Tagesausflugs zu erreichen. Zwar war es nur kurze vier Jahre lang Hauptstadt des Landes, doch nach wie vor ist Sagaing ein bedeutendes Zentrum buddhistischer Gelehrsamkeit. Die Hügel um die Stadt herum zieren zahlreiche weiße und goldene Stupas, die an sich schon ein spektakulärer Anblick sind. Faszinierend ist aber auch das Höhlenkloster Tilawakaguru (Foto links) mit einigen der am eindrucksvollsten erhaltenen Höhlenmalereien des Landes.

Mawlamyine

5 Mawlamyine (S. 116) hat sich seit der britischen Kolonialherrschaft kaum verändert. Die ehemalige Hauptstadt Britisch-Birmas ist mit ihrem Mix aus historischen Bauten, imposanten Kirchen, Hügeltempeln und einem geschäftigen Hafen so zeitlos, dass man leicht versteht, warum sie Schriftsteller wie George Orwell und Rudyard Kipling inspirierte. Rund um Mawlamyine gibt's tropische Inseln und tiefe Höhlen sowie Dörfer, wo die einzigartige Mon-Kultur noch stark ausgeprägt ist, man aber nur wenige Reisende trifft. *Win Sein Taw Ya* (S. 122)

Myeik-Archipel

6 Rund 800 kaum besiedelte Inseln mit strahlend weißen Stränden inmitten des türkisfarbenen Meeres, einige der besten Tauchreviere der Region, umherziehende Seenomaden und kaum ein Hotel oder Tourist weit und breit – kaum zu glauben, dass es so etwas wie den Myeik-Archipel (S. 138) noch gibt in Südostasien. Diese wunderbaren Inseln zu erreichen ist zeitraubend und nicht gerade billig, doch hier in einem der letzten noch unerschlossenen Gebiete Asiens kann jeder seinen ganz eigenen Inseltraum verwirklichen.



RAPHAEL CHANAY / SHUTTERSTOCK ©



SCOTT BALES / SHUTTERSTOCK ©

Mrauk U

7 Die Tempel, die Klöster, die Palastruine und die zerfallenden Stadtmauern der ehemaligen Hauptstadt von Rakhine, Mrauk U (S. 345), zeugen davon, wie wunderbar diese Stadt zur Zeit ihrer Blüte im 16. Jh. gewesen sein muss. Damals verglichen staunende Besucher aus dem Westen die Stadt mit London oder Venedig. Aber Mrauk U ist kein Museum: Die Tempel sind von Dörfern und smaragdgrünen Reisfeldern umgeben. Und nur rund 5000 Ausländer schaffen es jedes Jahr in die Stadt – man hat all die Pracht also fast für sich allein! Kothaung Paya (S. 349)

Hsipaw

8 Das schöne, lockere Hsipaw (S. 305) liegt ideal für schnelle, kurze Wanderungen zu faszinierenden Shan- und Palaung-Dörfern sowie für anstrengendere Märsche zu kaum besuchten Weilern. Das Wanderrevier um Hsipaw wirkt erheblich weniger erschlossen als das rund um Kalaw oder auch die Treks in großen Teilen Südostasiens insgesamt. Hsipaw selbst ist eine historische Stadt mit einer fürstlichen Vergangenheit – sie verfügt über einen Shan-Palast – und einem Viertel voller alter Stupas. Außerdem gibt's am Dokhtawady River einen tollen Vormittagsmarkt.

9



OSTILL / SHUTTERSTOCK ©

10

PHOTO BY ANCHAL GUNWONG (CC BY-SA 3.0) <http://creativecommons.org/licenses/by-sa/3.0/> | VIA WIKIMEDIA COMMONS ©

Kalaw

9 Kühlere Temperaturen, eine höhere Lage und die vielen Nachfahren nepalesischer Gurkha-Soldaten verleihen Kalaw (S. 232) fast ein wenig Himalaja-Atmosphäre. Dies ist eines der besten Gebiete in Myanmar für Gebirgswanderungen und die Behörden haben nichts dagegen, dass sich Ausländer abseits der ausgetretenen Pfade bewegen. Bei einer Wanderung durch die Danu-, Pa-O- und Taung-Yo-Dörfer in den Wäldern und Wiesen und an den Wegen und Straßen zwischen Kalaw und dem Inle-See erhält man einen echten Einblick in den Alltag der Bergvölker dieser Region.

Rih-See

10 Der herzförmige kleine Rih-See (S. 359) an der einsamen Grenze zu Indien wird gesäumt von üppig bewaldeten Bergen. Doch nicht nur der zauberhafte See ist spektakulär: Schon die Fahrt hierher durch die Berge, Täler und Dörfer des nördlichen Chin-Staats ist ein echtes Erlebnis. Hierher verschlägt es im Jahr nur eine Handvoll ausländischer Touristen, sodass man sich der Aufmerksamkeit der Einheimischen sicher sein kann. Komfortable touristische Einrichtungen darf man allerdings nicht erwarten – hier hat man die ausgetretenen Pfade wirklich verlassen!

Gut zu wissen

Mehr Infos dazu siehe Allgemeine Informationen (S. 446)

Währung

Myanmarischer Kyat (K)

Sprache

Birmanisch

Visa

Alle Besucher benötigen ein Visum; Touristenvisa für die einmalige Einreise sind 28 Tage gültig.

Geld

Überwiegend Bargeld. In Großstädten und touristischen Gegenden gibt es Geldautomaten, die internationale Karten akzeptieren. Für den Tausch von Bargeld benötigt man US-Dollar-Noten in hervorragendem Zustand.

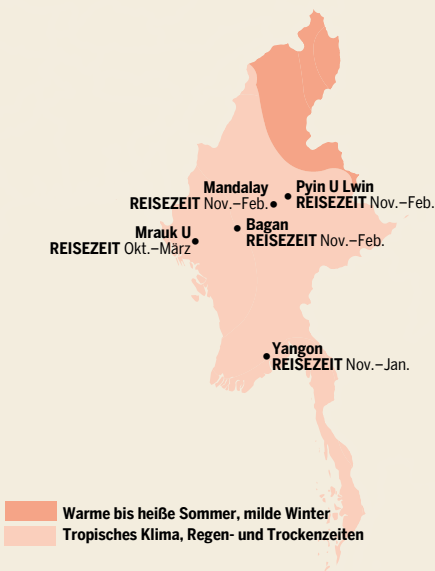
Handys

Handynummern beginnen mit 09. Pre-paid-SIM-Karten gibt's vielerorts und können in entsperrten Handys benutzt werden. Wer kein solches Handy besitzt, kann in Myanmar schon für 80 US\$ ein Smartphone kaufen.

Zeit

Myanmar Standard Time (MEZ plus 4½ Std.)

Reisezeit



Hochsaison

(Dez.–Feb.)

- ➔ Wenig Regen (in manchen Gegenden gar keiner) und nicht zu heiß.
- ➔ Dies ist eine beliebte Reisezeit, Unterkünfte und Verkehrsmittel sollte man daher lange im Voraus buchen.

Zwischensaison

(Okt. & Nov., März & April)

- ➔ Von März bis Mai klettern in Yangon die Temperaturen oft auf 40 °C. Rund um Bagan und um Mandalay wird es noch heißer.
- ➔ Kühler bleibt es in den Bergstädten des Shan-Staats.
- ➔ Zu Thingyan im April sind alle Verkehrsmittel ausgebucht.

Nachsaison

(Mai–Sept.)

- ➔ Der Südwest-Monsun beginnt Mitte Mai und erreicht von Juli bis September seinen Höhepunkt.
- ➔ Am wenigsten regnet es in der Trockenzone zwischen Mandalay und Pyay. Der Regen macht überall Straßen unpassierbar (besonders in der Delta-Region).

Nützliche Websites

Go-Myanmar.com (www.go-myanmar.com) Viele aktuelle Reiseinformationen und -ratschläge.

Myanmar Tourism Federation (http://myanmar.travel) Inspirierende Bilder, gute Hintergrundinfos und Reisetipps.

Online Burma/Myanmar Library (www.burmalibrary.org) Datenbank mit Büchern und in der Vergangenheit erschienenen Artikeln über Myanmar.

Ministerium für Hotels und Tourismus (www.myanmar.tourism.org) Regierungsministerium mit einigen nützlichen Informationen.

Myanmar Now (www.myanmar.now.org) News und Features.

Lonely Planet (www.lonelyplanet.com/myanmar) Infos zu Reisezielen, Hotelbuchungen, Reiseforum und mehr.

Wichtige Telefonnummern

Ländervorwahl Myanmar	☎95
Vorwahl für internationale Gespräche	☎00
Feuerwehr (Yangon)	☎191
Krankenwagen (Yangon)	☎192
Polizei (Yangon)	☎199

Wechselkurse

Der US-Dollar ist die einzige ausländische Währung, die problemlos getauscht oder zum Bezahlen von Waren und Dienstleistungen genutzt werden kann.

Europa	1 €	1450 K
Schweiz	1 SFr	1420 K
USA	1 US\$	1369 K

Aktuelle Wechselkurse siehe www.xe.com.

Tagesbudget

Günstig: Unter 50 US\$

- ➔ Hostel oder Pension: 10–30 US\$
- ➔ Einheimische Restaurants oder Essen am Straßenstand: 2–5 US\$
- ➔ Reisen mit dem Bus: 1–5 US\$

Mittelteuer: 50–150 US\$

- ➔ Doppelzimmer im Mittelklassehotel: 50–100 US\$
- ➔ Zwei-Gänge-Menü im Mittelklasserestaurant: 5–10 US\$
- ➔ Führer anheuern: 10 US\$ pro Person und Tag
- ➔ Schirm aus Pathain: 1–20 US\$

Teuer: Über 150 US\$

- ➔ Doppelzimmer im Spitzenklassehotel: 150–500 US\$
- ➔ Zwei-Gänge-Menü im Restaurant plus Flasche Wein: 40–70 US\$
- ➔ Fahrer und Führer: 100 US\$ pro Tag
- ➔ Hochwertige Lackschale: 200 US\$

Öffnungszeiten

Cafés und Teestuben 6–18 Uhr

Banken Mo–Fr 9–17 Uhr

Regierungsbehörden und Postämter Mo–Fr 9.30–16.30 Uhr

Restaurants 11–21 Uhr

Geschäfte 9–18 Uhr

Ankunft in Myanmar

Yangon International Airport

Wenn man den Transfer nicht bereits vorher über das Hotel oder ein Reisebüro arrangiert hat, kostet ein Taxi vom Flughafen ins Stadtzentrum zwischen 8000 und 12 000 K. Die Fahrt dauert 45 bis 60 Minuten.

Mandalay International

Airport Ein privates Taxi/Sammeltaxi nach Mandalay kostet 12 000/4000 K (1 Std.).

Einreise auf dem Landweg

Die Grenzübergänge zwischen Myanmar und Thailand bei Tachileik–Mae Sai, Myawaddy–Mae Sot, Kawthoung–Ranong und Htee Khee–Phu Nam Ron kann man zu Fuß überqueren.

Unterwegs vor Ort

Einige abgelegene Reiseziele sind nur per Flugzeug oder Boot zugänglich, doch viele andere, darunter wichtige touristische Stätten, erreicht man über die Straße oder mit der Bahn. Wegen der schlechten, überforderten Infrastruktur benötigt man beim Reisen Geduld und Toleranz für mangelnden Komfort.

Auto Bietet totale Flexibilität, ist aber teuer; für einige Reiseziele sind ein von der Regierung zugelassener Führer und Fahrer erforderlich.

Bus Busse fahren häufig und sind zuverlässig, ihre Geschwindigkeit hängt vom Straßenzustand ab. Bei Nachtfahrten spart man Übernachtungskosten.

Flugzeug Schnell und relativ pünktlich, allerdings gab es bei einigen Fluggesellschaften Sicherheitsprobleme.

Schiff/Fähre Bieten die Möglichkeit des Kontakts zu den Einheimischen und eine schöne Art, das Land zu sehen, sind aber langsam und steuern nur wenige Ziele an.

Zug Begegnungen mit Einheimischen und Landschaftserlebnis. Können aber unbequem und langsam sein und es kann auch zu langen Verspätungen kommen.

Mehr zum Thema
Unterwegs vor Ort
siehe S. 459



Was gibt's Neues?

E-Visa

E-Visa können zur Einreise nach Myanmar nicht nur an den internationalen Flughäfen in Yangon, Mandalay und Nay Pyi Taw genutzt werden, sondern auch an drei Kontrollpunkten an der Landesgrenze von Myanmar und Thailand: Tachileik, Myawaddy und Kawthaung.

Südliche Städte von Myanmar

Städte, die erst vor Kurzem für ausländische Reisende zugänglich wurden, laden zu einem Besuch ein, darunter die charmannten Städte Ye (S. 126) oder Dawei (S. 135). Von dort aus erreicht man die abgelegenen Strände von Maungmagan (S. 134).

Nationalmuseum

Auf der Durchreise durch Nay Pyi Taw, die surreale Hauptstadt Myanmars, lohnt sich ein Besuch im riesigen Nationalmuseum mit schön ausgestellten Werken – insbesondere aus der Bagan-Zeit. (S. 155)

Than Daung Gyi

Im seit Kurzem erreichbaren Dorf Than Daung Gyi, das inmitten von Hügeln liegt, kann man mit Einwohnern aus Kayin in Kontakt treten, in einem B&B übernachten und sich auf die Spuren der Kolonialzeit begeben. (S. 153)

U-Thant-Haus

Das schön restaurierte ehemalige Zuhause von U Thant in Yangon ist eine angemessene Gedenkstätte für den UNO-Generalsekretär von 1961 bis 1971. (S. 54)

Reisen im Chin-Staat

Für die meisten Gebiete des Chin-Staats wird keine Reiseerlaubnis mehr benötigt, weshalb der Zugang zu abgelegenen Ge-

bieten wie dem herzförmigen Rih-See nun möglich ist. (S. 353)

Death Railway Museum

Wer sich für den Zweiten Weltkrieg interessiert, sollte das Death Railway Museum besuchen. Es liegt an der Stelle, wo die „Todeseseisenbahn“ – verewigt im Film *Die Brücke am Kwai* – in Thanbyuzayat endete. (S. 124)

Busse nach Mrauk U

Mit den Bussen ab Bagan und Mandalay spart man beim Besuch dieses archäologischen Schatzes im Rakhine-Staat Zeit und Geld. (S. 173)

Werawsana-Jade-Pagode

Vollständig aus dem Halbedelstein Jade besteht die Werawsana-Jade-Pagode in Amarapura, die wie ein riesiges Stück birmanisches Kryptonit aussieht. (S. 282)

Überfahrt nach Loikaw

Die Fahrt mit der öffentlichen Fähre oder einem Privatboot bietet eine tolle Möglichkeit, um den Inle-See mit dem wenig besuchten Loikaw im Kayah-Staat zu verbinden. (S. 250)

Wildwasserrafting in Putao

Mehrere Flüge täglich nach Putao verbinden die schneebedeckten Gipfel des Himalaja mit dem Rest von Myanmar – und der Newcomer Icy Myanmar bietet aufregendes Wildwasserrafting im abgelegenen Norden an. (S. 331)

Mehr Empfehlungen gibt's unter
www.lonelyplanet.de/reiseziele/myanmar/index-5681.html



Wie wär's mit ...

Buddhas & Tempel

Shwesandaw Paya Mit der Fähre über den Yangon-Fluss nach Twante fahren und die 2500 Jahre alte Pagode besuchen. (S. 93)

Win Sein Taw Ya In den Hügeln von Yadana Taung, die von Mawlamyine aus zu erreichen sind, diesen 170 m langen liegenden Buddha bestaunen. (S. 122)

Mrauk U Dem Reiz der alten Rakhine-Hauptstadt erliegen, die von restaurierten Tempeln und Klöstern übersät ist. (S. 345)

Sagaing Schattige Wege führen zu den 500 Stupas, die auf Hügeln und am Fluss liegen und rund 6000 Mönche und Nonnen beherbergen. (S. 287)

Bodhi Tataung Der 129 m hohe stehende Buddha ist der zweitgrößte der Welt und weithin sichtbar. (S. 190)

Essen & Ausgehen

Staßensnacks In ganz Myanmar servieren Straßenhändler großartige, billige Snacks und Mahlzeiten, aber die besten gibt's in Yangon. (S. 72)

Birmanische Teehäuser In einem Teehaus zu frühstücken oder Nachmittagstee zu trinken ist ein einzigartiges Erlebnis, das mehr als einen Koffeinkick bietet. (S. 417)

Toddy Auf dem Weg zum Mount Popa das alkoholische Getränk Toddy probieren, das aus Palmzucker hergestellt wird. (S. 181)

Red Mountain Estate Zu dem Weingut bei Nyaungshwe radeln, um Wein aus den Trauben der Shan-Hügel zu kosten. (S. 215)

Märkte & Shoppen

Bogyoke-Aung-San-Markt Auf Yangons historischem Markt Kunsthandwerk kaufen. (S. 56)

Art Gallery of Bagan In Myinkaba und New Bagan Künstlern beim Herstellen von Lackwaren zusehen. (S. 178)

Shwe Sar Umbrella Workshop In dieser Werkstatt bemalte Papierschirme kaufen, eine Spezialität von Patheingyi. (S. 101)

Puppen Wer die Marionettenshows in Mandalay gut fand, kann hier selbst eine Puppe kaufen. (S. 275)

Juwelenmärkte Auf den Morgen- und Nachmittagsmärkten in Mogoke kann man wunderbare Leute beobachten und wird dabei nicht von Händlern beschwatzt. (S. 313)

Aktivitäten & Abenteuer

Kalaw Neben Pindaya und Hsipaw ist Kalaw einer der besten Orte in Myanmar für

kurze und leicht organisierte Wanderungen in die Dörfer der Bergstämme. (S. 232)

Ballonfahrten Von einem Heißluftballon aus die Tempel von Bagan im Morgenlicht bewundern. (S. 166)

Monywa Startpunkt für eine Bootsfahrt auf dem Chindwin-Fluss in die nun zugänglichen Städte im Norden. (S. 187)

Wildwasserrafting In Myanmar in Putao veranstaltet Rafting-Trips auf den Flüssen im Norden, die Stromschnellen der Klassen 3 bis 4 aufweisen. (S. 331)

Indawgyi-Sumpf- und Naturschutzgebiet Der See in Nord-Myanmar bietet Möglichkeiten zum Beobachten von Vögeln und Wildtieren. (S. 321)

Mount Victoria Den zweithöchsten Berg Myanmars (3053 m) im Chin-Staat besteigen. (S. 354)

Myeik-Archipel Tauchen gehen in diesem Archipel in den südlichen Inseln. (S. 143)

Green Hill Valley In dem ethisch geführten Camp und Aufforstungsprojekt bei Kalaw kann man mit Elefanten im Ruhestand kommunizieren. (S. 233)

Wunderschöne Landschaften

Inle-See Der Hype um diesen See ist berechtigt: Er ist von schwimmenden Gärten, Stel-

zenhäusern und buddhistischen Tempeln umgeben. (S. 220)

Shwesandaw Paya Ein zehn Etagen hoher Buddha auf einem Berg mit herrlicher Aussicht wacht über Pyay. (S. 160)

Mount Zwegabin Vom Gipfel eines der höchsten Kalksteinberge rund um Hpa-an die Landschaft bewundern. (S. 131)

Than Daung Gyi Friedliches Bergdorf mit Ausblick auf die umliegenden Wälder. (S. 153)

National Landmarks Garden In diesen Gärten, die Myanmars Sehenswürdigkeiten im Kleinformat zeigen, die Hauptstadt Nay Pyi Taw bestaunen. (S. 155)

Gokteik-Viadukt Mit dem Zug über die längste und höchste Eisenbahnbrücke Myanmars rattern. (S. 303)

Ethnische Vielfalt

Kyaingtong Auf den zentralen Wasserbüffelmärkten Angehörige der Shan und Stammesvölker aus den Hügeln treffen. (S. 239)

Hsipaw Von hier in die Bergdörfer wandern, die von Shan und Palaung bewohnt werden. (S. 305)

Mawlamyine Das Flair dieser tropischen Stadt genießen, die das Herz der Mon-Kultur ist. (S. 116)

Myitkyina Stolz auf ihre Kachin-Kultur und Gastgeber von zwei Stammesfesten. (S. 315)

Loikaw Von der erst seit Kurzem zugänglichen Hauptstadt des Kayah-Staats Besuche in Kayan-Dörfern unternehmen. (S. 245)

Myeik In der Hafenstadt in Süd-Myanmar Nachfahren chinesischer und indischer Händler sowie Bamar, Mon und Moken begegnen. (S. 138)

Chin-Staat Die vorwiegend christlichen Chin-Stämme verbringen die Sonntage in den vielen Kirchen der Region. (S. 355)



SANTAGO URQUIJO / GETTY IMAGES ©



ALANTOEY / GETTY IMAGES ©

Oben: Ein Zug überquert das Gokteik-Viadukt (S. 303)

Unten: Traditionelle Armbänder der Akha-Frauen (S. 242) bei Kyaingtong

Monat für Monat

TOP-EVENTS

Unabhängigkeitstag

4. Januar

Ananda-Pagoden-Fest

Januar

Wasserfest (Thingyan)

Mitte April

Taungbyone Nat Pwe

August oder Anfang September

Tazaungdaing

Oktober oder November

Januar

Jetzt ist Hochsaison, und wenn das chinesische Neujahr in den Monat fällt, kommen auch noch einheimische Touristen und Besucher aus der Region dazu. In Myanmar ist Neujahr kein gesetzlicher Feiertag.

Unabhängigkeitstag

Feiert das Ende der kolonialen Besatzung Birmas. Am 4. Januar finden im ganzen Land Jahrmärkte statt, am Kandawgyi-See in Yangon dauert das Fest eine Woche.

Manao-Fest

Den Nationalfeiertag des Kachin-Staats am 10. Januar in Myitkyina begeht man mit kostümierten Tänzen und ausgiebigen Reisbierge-

lagen. Außerdem werden 29 Kühe oder Büffel geopfert, um die *nat* (traditionelle Geister) zu besänftigen.

Ananda-Pagoden-Fest

Eins der größten religiösen Feste in Bagan, das sich über mehrere Wochen im Januar zieht (manchmal im Dezember, abhängig vom myanmarischen Mondkalender).

Februar

Betriebsame Reisesaison, das Wetter wird langsam wärmer. Wenn das Chinesische Neujahr in diesen Monat fällt, erhöht sich die Reiseaktivität sprunghaft.

Shwedagon-Festival

Myanmars größtes *paya pwe* (Pagodenfestival), das Shwedagon-Festival, wird vom Mondmonat Tabaung (der auch in den März fallen kann) eingeläutet.

März

Ein toller Monat, um in Myanmar rumzureisen, mit meist gutem Wetter an den meisten Orten und nur geringer Regengefahr.

Yangon-Photo-Festival

Hier wird die Welt der Fotografie (www.yangonphoto.com) in Yangons Institut Français und an anderen Orten in der Stadt mit Ausstellungen, einer Konferenz und Workshops gefeiert.

April

Es ist brütend heiß, und da viele Einheimische während der Neujahrsfestivitäten durchs Land reisen, wird es oft schwierig, einen Platz in Verkehrsmitteln, freie Hotels oder sogar ein offenes Restaurant zu finden.

Buddhas Geburtstag

Der Vollmondtag von Kason (April oder Mai) gilt als Buddhas Geburtstag – der Tag seiner Erleuchtung und an dem er ins *nibbana* (Nirvana) einzog. Bei den Banyanbäumen auf Tempel- und Klostergeländen gibt's Wasserzeremonien.

Wasserfest (Thingyan)

Drei Tage bis zu eine Woche dauert dieses Fest – abhängig davon, ob der Feiertag auf ein Wochenende fällt – und heißt das myanmarische Neujahr willkommen.

PAYA PWE

Fast jede aktive Paya- (buddhistischer Tempel) oder *kyaung-* (birmanisch-buddhistisches Kloster) Gemeinde hat ihre eigenen Feste, häufig *paya pwe* (Pagoden-feste) genannt. Viele finden an Vollmondtagen und -nächten von Januar bis März statt, wenn die Reisernte fast abgeschlossen ist, aber der Aufbau bleibt einige Zeit stehen. Alle diese Feste folgen dem 12-monatigen Mondkalender, darum können die Feierlichkeiten im nächsten Jahr in einen anderen Monat fallen.

Die Termine für diese und andere Feste stehen im Festivalkalender der Britain-Myanmar Society (www.shwepla.net/Calendar/ThinkCal.mv).



Dawei Thingyan

Die männlichen Bewohner der tropischen Küstenstadt Dawei (Tavoy) tragen große, 4 m hohe Bildnisse in Bambusrahmen und tanzen zum Rhythmus der indischen Trommel *kalakodaun* durch die Straßen.

Juni

Jetzt braucht man eine Regenjacke und einen robusten Schirm, denn im Juni suchen Monsunregen das Land heim. Straßen können dabei überflutet werden und die Flüge zu Küstenorten werden stark reduziert.



Beginn der buddhistischen Regenzeitklausur

Der Vollmond von Waso leitet den Beginn der dreimonatigen buddhistischen Regenzeitklausur (auch bekannt als buddhistische Fastenzeit) ein, in der junge Männer ins Kloster eintreten und keine Hochzeiten gefeiert werden. Vor dem Vollmondtag findet eine Zeremonie statt, bei der den Mönchen Gewänder gespendet werden.

August

Der Monsun ist in vollem Gange, man muss mit feuchten Tagen und Transportproblemen rechnen.



Taungbyone Nat Pwe

Myanmars berühmtestes Animistenfest zieht Tausende nach Taungbyone, 4 km nördlich von Mandalay, darunter viele Homosexuelle oder Transgender.

Oktober

Es regnet immer mal, aber das bedeutet auch, dass alles sehr grün ist – eine tolle Zeit für einen Besuch von Bagan zum Beispiel.



Thadingyut

Feiert das Ende der buddhistischen Fastenzeit und die Rückkehr Buddhas aus dem Himmel mit Kerzen in den Fenstern. Diese Zeit ist beliebt für Hochzeiten und Pilgerfahrten der Mönche.



Tazaungdaing

Die Vollmondnacht von Tazaungmon (kann auch in den November fallen) ist

das zweite „Lichterfest“ – vor allem berühmt für die Feuerballon-Wettbewerbe in Taunggyi.

November

Der Beginn der touristischen Hauptsaison bringt kühleres Wetter und immer noch üppige Landschaften.



Nationaltag

Zum Ende des Tazaungmon (normalerweise Ende November) erinnert dieser gesetzliche Feiertag an Studentenproteste im Jahre 1920, die als wichtiger Schritt auf dem Weg zur Unabhängigkeit angesehen werden.



Irrawaddy-Literatur-Festival

Das Festival wurde 2013 in Yangon eingeführt, findet aber seit 2014 (www.irrawaddyilifest.com) in Mandalay statt. Neben einheimischen Autoren feiern hier internationale Literatur- und Medienpersönlichkeiten.

Dezember

Hauptreisesaison. Über die Weihnachts- und Neujahrfeiertage strömen Besucher ins Land. Viele christliche Kayin-, Kachin- und Chin-Völker feiern Weihnachten.



Neujahrstag der Kayin

Der Neujahrstag der Kayin, beim ersten Neumond von Pyatho (kann auch im Januar sein), ist ein nationaler Feiertag, an dem die Kayin-Gemeinschaften (die in Insein bei Yangon und Hpa-An versammelt sind) traditionelle Kleidung tragen.

Reiserouten



2 WOCHEN Myanmar's Highlights

Diese Route führt zu den Highlights Myanmars und umfasst eine Zug- und eine Bootsfahrt sowie Zeit zum Abhängen am reizenden Inle-See.

In **Yangon** nutzt man die ersten beiden Tage zum Akklimatisieren, bummelt durchs historische Zentrum, chillt am Kandawgyi-See und besucht die Shwedagon-Pagode bei Sonnenuntergang. Dalah auf der anderen Seite des Flusses zeigt das ländliche Myanmar.

Dann geht's mit dem Nachtzug nach **Mandalay**. Drei oder vier Tage widmet man den Sehenswürdigkeiten der alten Hauptstadt und den Ausflügen nach Mingun mit seinem riesigen Stupa, nach Amarapura mit der U-Bein-Brücke und nach Monywa, wo man auf den größten stehenden Buddha der Welt zur Hälfte hinaufsteigen kann.

Mit dem Schnellboot geht's weiter nach **Bagan**. Für die Erkundung der zahllosen alten Tempel hier sollte man drei Tage einplanen. Grandiose Ausblicke bieten sich auf einer Heißluftballonfahrt und vom heiligen Berg Poga.

Anschließend fliegt man zum traumhaften **Inle-See**, wo motorisierte Einbaumkanus schwimmende Märkte ansteuern. Schön ist auch ein Ausflug zur Shwe-U-Min-Höhle bei **Pindaya** mit ihren 8000 Buddha-Figuren – oder man geht ein bisschen wandern.



4
WOCHEN

Ein Monat in Myanmar

Diese abenteuerliche Tour durch den Norden und den Süden führt sowohl zu touristischen Hotspots wie Bagan als auch zu abgeschiedenen Zielen wie Mrauk U.

Nach ein paar Tagen Akklimatisierung in **Yangon** nimmt man einen Nachtbus zur Hauptstadt des Kayin-Staats, **Hpa-an**, wo man den nahen Zwegabin besteigen oder klettern gehen kann. Anschließend fährt man mit einem gecharterten Boot auf einem reizenden zweistündigen Flusstrip nach **Mawlamyine**, einer betörenden Stadt, die in der Kolonialzeit stecken geblieben zu sein scheint. Von hier aus bieten sich ein paar Tagesausflüge an, z. B. zur kokosverrückten Insel Bilu Kyun, zum riesigen liegenden Buddha im Win-Sein-Taw-Ya-Tempel oder zum Thanbyuzayat-Soldatenfriedhof.

Auf dem Weg nach Norden werden am Goldenen Felsen auf dem **Kyaiktiyo** und in der alten Königsstadt **Bago** mit ihren imposanten Tempeln Zwischenstopps eingelegt. Weiter geht's Richtung Norden zu Myanmars moderner Hauptstadt **Nay Pyi Taw** – bizarrer geht's fast nicht! Von hier fährt ein Bummelzug nach **Kalaw**, wo man eine dreitägige Wanderung zum zauberhaften **Inle-See** organisieren kann.

Von Helo, dem Flughafen am Inle-See, fliegt man nach **Mandalay**. Von der einstigen Hauptstadt aus lassen sich altertümliche Stätten erkunden. Wem es hier zu heiß ist, der atmet nach zwei Stunden Fahrt im alten Kolonialrefugium **Pyin Oo Lwin** frische Luft.

Per Bus oder Boot geht's von Mandalay Richtung Westen zu den Tempeln von **Bagan**. Dank einer neuen Busverbindung ist von hier aus jetzt direkt **Mrauk U** erreichbar. Die einst mächtige und kosmopolitische Stadt ist heute eine der stimmungsvollsten Provinzstädte Myanmars. Sie bietet eine idyllische Lage und Hunderte von alten Stupas und Klöstern. Ein Tagesausflug führt über den Fluss zu nahen Chin-Dörfern.

Von Mrauk U fahren Fähren nach **Sittwe**, der Hauptstadt des Rakhine-Staats. Per Flugzeug reist man von hier gen Süden, um am **Ngapali Beach** abzuhängen. Gut gebräunt fliegt man dann zurück nach **Yangon**, um noch ein bisschen zu shoppen, einen Ausflug zur Delta-Stadt Twante zu machen oder birmanisch kochen zu lernen.

Reiseplanung

Bevor es losgeht

Myanmar zu bereisen ist unkomplizierter als früher, spontane Reisen sind aber weiterhin schwierig. Eine gute Planung vorab erleichtert vieles. Dazu zählen die Beschaffung eines Visums und das Aufstocken der Urlaubskasse, die Abwägung verschiedener Transportmittel sowie die Organisation notwendiger Genehmigungen und Führer.

Visum

Ein Visum zu beantragen ist unkompliziert. Folgendes sollte man dabei wissen:

- ➔ Jeder ausländische Besucher benötigt ein Visum.
- ➔ Das Visum sollte man mindestens drei, besser vier Wochen im Voraus beantragen.
- ➔ Wohnt man nicht in der Nähe einer myanmarischen Botschaft oder eines Konsulats, kann man das Visum online beantragen (e-Visum). Den Stempel erhält man dann bei der Ankunft am Flughafen.
- ➔ Derzeit sind e-Visa an drei Grenzübergängen zwischen Myanmar und Thailand gültig: Tachileik, Myawaddy und Kawthaung.

Reisebeschränkungen & Aufenthaltserlaubnis

Für den Großteil Myanmars benötigt man keine Besuchserlaubnis. In einigen Gegenden ist der Zugang jedoch komplett untersagt und für wieder andere benötigt man eine Genehmigung. Beim Beschaffen einer solchen Genehmigung sollte man Folgendes beachten:

- ➔ Genehmigungen brauchen Zeit – in der Regel etwa zwei Wochen. Es kann schneller gehen, dauert manchmal aber auch länger.
- ➔ Man sollte die Genehmigungen bei darauf spezialisierten Reisebüros beantragen. Oft werden sie im Rahmen eines Tourenpakets mit

Vor der Abreise

- ☐ Visum beantragen
- ☐ Hotels, Flüge und Bootsfahrten buchen
- ☐ Notwendige Genehmigungen für gesperrte Gebiete organisieren
- ☐ Sich mit US-Dollars eindecken
- ☐ Notwendige Impfungen vornehmen

Nicht vergessen

- ☐ Mehrfachadapter für die Steckdose
- ☐ Taschenlampe für Stromausfälle
- ☐ Warme Jacke für nächtliche Busfahrten
- ☐ Flip-Flops oder Sandalen
- ☐ Insektenspray
- ☐ Verschreibungspflichtige Medikamente



TANAKORN PUSAMPONG / SHUTTERSTOCK ©



WOLTER CHMIELEWSKI / SHUTTERSTOCK ©

Oben: Frau in einem
Chin-Dorf (S. 355)

Unten: Red Mountain
Estate (S. 215),
Nyaungshwe

BIRMA ODER MYANMAR?

Im Jahr 1989 wurde Birma (und einzelne Orte mit Namen aus der Kolonialzeit wie Rangoon, Pagan, Bassein und Arakan) durch die Militärjunta umbenannt. Myanmar spiegle die vielseitige ethnische Bevölkerung des Landes besser wider, lautete die Begründung – ein vorgeschobenes Argument, denn Birma und Myanmar haben gemeinsame etymologische Wurzeln in der birmanischen Sprache: Birma ist der gesprochene Name des Landes, Myanmar der geschriebene (in der Sprache Bamar).

Während der Militärdiktatur war die Namensfrage ein wichtiges Politikum, die Demokraten zogen Birma vor. Heute gehört die Polarisierung der Vergangenheit an. Aung San Suu Kyi teilte in ihrer Position als Außenministerin im April 2016 den Diplomaten des Landes mit, dass diese es sowohl Birma als auch Myanmar nennen könnten. Obwohl sie selbst an die Bezeichnung Birma gewöhnt war, sprach sie sich dafür aus, auch hin und wieder Myanmar zu verwenden – alles im Sinne der Diplomatie!

In diesem Reiseführer wird Birma (engl. Burma) für die Zeit vor 1989 verwendet und natürlich, wenn es sich um Eigennamen von Organisationen wie „Burma Campaign UK“ handelt. „Birmanen“ bzw. „birmanisch“ bezeichnet die Bamar (und nicht die gesamte Bevölkerung des Landes, die als „die Bewohner Myanmars“ zusammengefasst werden), birmanisches Essen und die birmanische Sprache.

Unterkunft, einem lizenzierten Touristenführer, einem Auto und einem Fahrer ausgestellt (Mahlzeiten und Unterbringung des Personals sind enthalten).

➔ Je nach Reiseplan zahlt man unterschiedlich hohe Gebühren für das Tourenpaket, meist jedoch zwischen 200 und 1000US\$ pro Tag.

Vor Abreise sollte man die Reisehinweise des Auswärtigen Amts (S. 453) lesen und sich auch bei Reisebüros vor Ort schlau machen.

Sperrbereiche

Im Januar 2013 lockerte die Regierung teilweise die Reisebestimmungen in gesperrten Bereichen innerhalb Myanmars, u. a. in den Staaten Chin, Kayah, Kayin, Shan und Kachin. Eine Karte mit Gebieten, in denen man uneingeschränkt reisen kann bzw. für die eine Genehmigung der Regierung notwendig ist, findet man unter www.tourismtransparency.org/no-go-zones-changes.

Ungewissheit bei den Regeln schreckt manche Traveller vor dem Besuch bestimmter Gegenden ab, daher im Vorfeld informieren und nach Möglichkeit in Begleitung von jemandem reisen, der die Landessprache beherrscht.

Einige Beschränkungen gelten noch. Folgende für Reisende interessante Gebiete erfordern noch immer eine Genehmigung:

Chin-Staat Paletwa und Matupi

Kachin-Staat Bhamo

Region Mandalay Mogok

Shan-Staat Die Überlandroute von Taunggyi nach Kyaingtong

Auswahl einer Unterkunft

Die meisten Unterkünfte in Myanmar kann man online oder über ein Reisebüro vor Ort reservieren. In der Hauptferienzeit von Dezember bis Februar sollte man unbedingt im Voraus buchen.

Eine Unterbringung in einem Kloster ist meist nur Teilnehmern eines Meditationskurses für ausländische Studenten vorbehalten.

Unterkunftsplattformen im Internet wie Airbnb führen einige Unterkünfte in Myanmar auf, derzeit darf man sich jedoch nicht in Privathaushalten einquartieren.

Familiengeführte Pensionen

Die günstigen Pensionen bestehen oft nur aus etwa fünf Zimmern und einem Wohnzimmer und werden von drei oder vier Generationen einer Familie bewohnt. Sie können zum Highlight einer Myanmar-Reise werden, da man in das echte Leben der Einheimischen eintauchen kann und zudem sehr günstig nächtigt (ein Doppelzimmer kostet unter 20US\$ pro Nacht). Die meisten Zimmer haben Ventilatoren

oder sind klimatisiert, nach Mitternacht fällt allerdings regelmäßiger Strom aus. Manche Pensionen sind besser als andere, und wie in günstigen Hotels findet man auch hier manchmal erschlagene Mücken an den Wänden.

Budgethotels

In vielen Städten sind die einzigen Schlafmöglichkeiten moderne vierstöckige Hotels. Manche haben zellenähnliche dunkle Zimmer mit einem Gemeinschaftsbad im Erdgeschoss (in der Regel steigen dort nur Einheimische ab) sowie zwei Arten von schönen Zimmern in den oberen Etagen. Einige Hotels haben Fahrstühle. In manchen läuft rund um die Uhr ein Stromgenerator, in anderen nur ein paar Stunden in der Nacht und morgens. Bei den meisten kostet ein Doppelzimmer zwischen 20 und 50 US\$.

Genau hinschauen, bevor man ein höheres „Deluxe-Zimmer“ bucht; oft sind diese 10 US\$ teurer, weil sie einen Kühlschrank und einen Schreibtisch haben, den man vermutlich gar nicht braucht. Andere Deluxe-Zimmer sind geräumiger, haben schönere Böden und teilweise Satellitenfernsehen.

Mittel- & Spitzenklasse

Gehobene Mittelklasse- sowie Spitzenhotels weichen in Qualität und Preis-Leistungs-Verhältnis stark voneinander ab. Echte Boutique-Hotels gibt es nur sehr

wenige. Bei der Auswahl des Hotels sollte man darauf achten, ob regionales Bewusstsein und Nachhaltigkeit eine Rolle spielen, z.B. im Umgang mit den Angestellten und ob Gewinne in Gemeinschaftsprojekte und wohltätige Zwecke vor Ort fließen.

Verkehrsmittel

Einige Ziele in Myanmar erreicht man nur mit dem Flugzeug. Andere wiederum kann man, je nach verfügbarer Zeit, auch per Zug, Bus, mit dem Auto und in einigen Fällen mit der Fähre erreichen. Am meisten sieht man von Myanmar, wenn man mit verschiedenen Verkehrsmitteln reist. Eine Fahrt mit dem Zug oder einer staatlichen Fähre ist die beste Art und Weise, mit Einheimischen in Kontakt zu kommen.

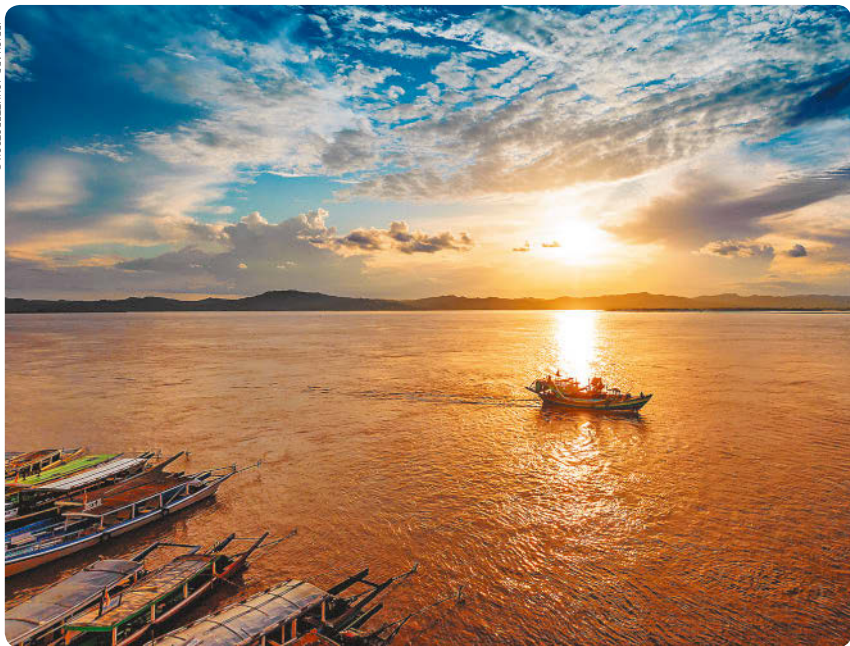
Das Reservieren ist kein Problem. Flugtickets für sämtliche myanmarische Fluglinien sind online erhältlich und über Reisebüros können auch Bus- und Zugtickets online gekauft werden.

Die staatlichen Fähren werden immer weniger genutzt. Mancherorts bieten private Unternehmen Fährfahrten an. Die einzige komfortable Form der Flussreise ist an Bord eines Luxuskreuzers.

Wer nur wenig Zeit hat und viel herumkommen möchte, mietet am besten ein Auto mit Fahrer. Abgesehen von ein paar

ÜBERSICHT ÜBER DIE VERKEHRSMITTEL

ROUTE	FLUGZEUG	BUS	ZUG	SCHIFF/ FÄHRE
Yangon–Mandalay	1 Std. 25 Min.; ab 85 US\$	9 Std.; normaler/VIP-Bus 11 000/20 500 K	15,5 Std.; einfache/gehobene Klasse/Schlafwagen 4650/9300/12 750 K	k. A.
Yangon–Bagan	70 Min.; 100–110 US\$	10 Std.; 15 500 K	16 Std.; einfache/gehobene Klasse/Schlafwagen 4500/6000/16 500 K	k. A.
Yangon–Inle-See	70 Min.; ab 130 US\$ (nach Heho)	12 Std.; normaler/VIP-Bus 15 000/18 500 K (nach Taunggyi)	k. A.	k. A.
Yangon–Ngapali	50 Min.; ab 101 US\$	14 Std.; 15 000 K	k. A.	k. A.
Mandalay–Inle-See	30 Min.; ab 56 US\$	6–8 Std.; ab 12 000 K	k. A.	k. A.
Mandalay–Bagan	30 Min.; ab 56 US\$	6 Std.; ab 8000 K	8 Std.; einfache/gehobene Klasse 4000/10 000 K	11 Std.; 35 US\$
Bagan–Inle-See	40 Min.; ab 70 US\$	10 Std.; ab 11 000 K (nach Taunggyi)	k. A.	k. A.



Bootsfahrt bei Sonnenuntergang auf dem Ayeyarwady in Bagan (S. 175)

wenigen Orten wie z.B. Mandalay, wo man Motorräder mieten kann, darf man nicht selber fahren.

Wer es eilig hat, sollte Reisen mit Zügen meiden, da diese ständig starke Verspätung haben.

Schiff/Fähre

Von einer Fahrt auf einem der großen Flüsse Myanmars träumen viele Traveller, und besser kann man die prächtige, größtenteils unberührte Landschaft und den Lebensstil der Einheimischen gar nicht kennenlernen. Der größte Haken an dieser Reiseform ist das Tempo bzw. der Mangel an demselben. Auf vielen Routen gibt es nur einen sehr vagen Fahrplan, und zwar was den Tag, nicht die Uhrzeit der Abfahrt anbelangt. Wer sich darauf einlässt, muss für viel Zeitvertreib sorgen oder sehr begierig darauf sein, mit anderen Passagieren in Kontakt zu kommen.

Je nach Budget gibt es Unterschiede beim Komfort an Bord. Fahren von IWT und private Schiffe mögen zwar recht günstig sein, aber man bekommt eben, was man bezahlt – sie sind hochgradig simpel

und bei längeren Fahrten ausgesprochen unbequem. Hunger muss man jedoch nicht leiden, denn an Bord aller Langstreckenschiffe versorgen Köche die Passagiere. Dazu kommen bei fast allen Zwischenstopps Einheimische an Bord, die Essen und Getränke verkaufen.

Wer ein Bett und ein Badezimmer benötigt, muss an Bord einer Luxusfähre (S. 465) gehen. Im Preis inbegriffen sind in der Regel alle Mahlzeiten und Ausflüge vom Schiff aus. Die meisten legen in Bagan oder Mandalay ab, gelegentlich startet auch eine Fähre in Yangon.

Reiserouten

In Myanmar gibt's 800 km schiffbare Flüsse. Der wichtigste ist der Ayeyarwady (Irrawaddy). Sogar in der Trockenzeit verkehren Schiffe aus der Deltaregion (wobei sie freiliegenden Sandbänken ausweichen) bis nach Bhamo im Norden, in der Regenzeit fahren sie bis Myitkyina.

Ob man sich selbst eine solche Reise zutraut, ist eine andere Frage. Bestimmte Routen sind für ausländische Reisende tabu – als dieser Reiseführer recherchiert wurde, durften Ausländer z.B. nicht mit

dem Schiff nach Myitkyina einreisen bzw. von dort abreisen. Dies mag sich in der Zukunft vielleicht wieder ändern.

Auch die Richtung, in die man reist, spielt eine Rolle. Reisen Richtung Norden (gegen den Strom des Flusses) dauern mehrere Tage länger als solche Richtung Süden. Dies gilt vor allem für die schwerfälligen Fähren von IWT.

Die wichtigsten Routen der Flussschiffe, die man in seinen Reiseplan einbauen kann, sind u.a. folgende:

Yangon–Mandalay Selten angebotene Route von Luxuskreuzern.

Mandalay–Bagan An Bord der IWT-Fähre oder von privaten Schiffen.

Mandalay–Bhamo–Katha Ein paar private Schnellboote, jedoch hauptsächlich von IWT abgedeckt.

Mawlamyine–Hpa-an An Bord eines privaten Schiffs.

Sittwe–Mrauk U Mit privatem Schiff oder IWT-Fähre.

Khamti–Monywa Auf dem Fluss Chindwin verkehren IWT-Fähren und Privatschiffe. Auch ein paar Luxusschiffe befahren den Chindwin.

Organisierte Touren

Viele Unternehmen im Land nennen sich Reisebüros, doch nur wenige sind erfahrene Anbieter mit vollem Service, die Touren in alle Landesteile organisieren können.

Eine geführte Tour ist nur selten notwendig und nicht unbedingt die beste Art, Myanmar kennenzulernen. Wer seine Reise gut geplant hat, kann die Organisation leicht selbst übernehmen.

Hilfreich sind die Dienste eines namhaften Reisebüros bei der Reiseorganisation für bestimmte Teile des Landes, für die man eine Genehmigung oder Reisepläne abseits der üblichen Reiserouten benötigt sowie für Outdoor-Abenteuer und Reisen-de mit besonderen Interessen.

Entsprechende Angaben sind unter Reisebüros (S. 450) und den jeweiligen Reisezielen zu finden.

Private Führer anheuern

Wer möchte, dass am Flughafen ein Mietwagen bereitsteht und Reiseführer einem den Weg weisen, setzt sich vor der Abreise



Liegender Buddha nahe Kyaikthanlan Paya (S. 116)