



lonely planet



GROSSE REISEN – VIEL ERLEBEN

SÜDOSTASIEN FÜR WENIG GELD

161 detaillierte
Karten

Mehr als
2000 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 Autorentipps.

3

SÜDOSTASIEN 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 |  Schlafen |
|  Strände |  Essen |
|  Aktivitäten |  Ausgehen |
|  Kurse |  Unterhaltung |
|  Geführte Touren |  Shoppen |
|  Feste & Events |  Praktisches & Transport |

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

















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

 Hier bezahlt man nichts

- | | |
|---|---|
|  Telefonnummer |  Bus |
|  Öffnungszeiten |  Fähre |
|  Parkplatz |  Straßenbahn |
|  Nichtraucher |  Zug |
|  Klimaanlage | Apt. Apartment |
|  Internetzugang | B Schlafsaalbett |
|  WLAN | EZ Einzelzimmer |
|  Swimmingpool | DZ Doppelzimmer |
|  Angebote für Vegetarier | 2BZ Zweibettzimmer |
|  Englischsprachige Speisekarte | 3BZ Dreibettzimmer |
|  Familienfreundlich | 4BZ Vierbettzimmer |
|  Tiere willkommen | Zi. Zimmer |
| | Suite |

Details zu den Kartensymbolen siehe **Legende S. 1075**

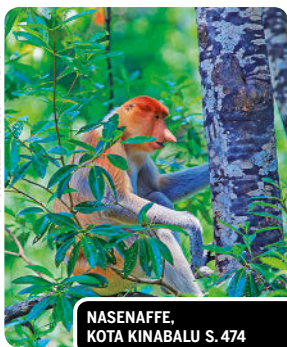
Südostasien für wenig Geld



Brett Atkinson, Lindsay Brown, Jayne D'Arcy, David Eimer, Paul Harding, Nick Ray, Tim Bewer, Joe Bindloss, Greg Bloom, Celeste Brash, Austin Bush, Ria de Jong, Michael Grosberg, Damian Harper, Ashley Harrell, Trent Holden, Anita Isalska, Mark Johanson, Hugh McNaughtan, Rebecca Milner, Simon Richmond, Iain Stewart, Andy Symington, Phillip Tang

REISEPLANUNG

Willkommen in Südostasien	6
Karte	8
Südostasiens Top 20	10
Gut zu wissen	20
Südostasien für Einsteiger	22
Wie wär's mit	24
Monat für Monat	27
Reiserouten	31
Große Abenteuer, kleines Budget	40
Aktivitäten	42
Südostasien im Überblick	54



NASENAFFE, KOTA KINABALU S. 474



CORON ISLAND, PALAWAN S. 687

REISEZIELE IN SÜDOSTASIEN

BRUNEI	
DARUSSALAM	58
Bandar Seri Begawan ...	61
Temburong-Bezirk	67
Bangar	67
Ulu-Temburong-Nationalpark	68
Brunei Darussalam verstehen	69
Praktische Informationen	69
INDONESIEN	73
Java	74
Jakarta	75
Bogor	87
Bandung	89
Pangandaran	90
Batu Karas	92
Wonosobo	93
Dieng-Plateau	93
Yogyakarta	94
Prambanan	105
Borobudur	106
Solo (Surakarta)	108
Rund um Solo	111
Malang	111
Gunung Bromo	114
Bondowoso	115
Ijen-Plateau	116
Banyuwangi	118
Bali	119
Kuta & Legian	122
Seminyak & Kerobokan	125
Canggu & Umgebung	128
Bukit-Halbinsel	129
Denpasar	132
Sanur	133
Nusa Lembongan	134
Nusa Penida	135
Ubud	135
Semarapura (Klungkung)	143
Sideman	144
Padangbai	144
Tirta Gangga & Umgebung	145
Gunung-Batur-Gebiet	146
Munduk & Umgebung	146
Lovina	147
Westbali	149
Pemuteran	150
Nusa Tenggara	151
Lombok	152
Gili-Inseln	159
Sumbawa	166
Komodo & Rinca	169
Flores	170
Westtimor	177
Sumba	180
Sumatra	182
Medan	185
Banda Aceh	188
Pulau Weh	190
Bukit Lawang	191
Berastagi	193
Danau Toba	194
Bukittinggi	198
Danau Maninjau	202
Padang	203
Kalimantan	206
Zentralkalimantan	208
Ostkalimantan	209
Sulawesi	212
Makassar	212
Tana Toraja	215
Poso	218
Ampara	218
Togian-Inseln	219
Gorontalo	220
Manado	220
Pulau Bunaken	221
Maluku	222

Inhalt

Pulau Ambon.....	223
Banda-Inseln.....	224
Papua (Irian Jaya)	226
Jayapura.....	226
Sentani.....	227
Baliem-Tal.....	229
Sorong.....	230
Raja-Ampat-Inseln.....	230

Indonesien verstehen.....	232
Praktische Informationen.....	238

KAMBODSCHA.... 247

Phnom Penh.....	250
Koh Dach.....	265
Tonlé Bati.....	265
Phnom-Tamao- Tierschutzgebiet.....	266

Siem Reap & die Tempel von Angkor....	266
Siem Reap.....	266
Die Tempel von Angkor.....	279

Nordwest- kambodscha.....	288
Battambang.....	288
Kompong Thom.....	296

Südküste.....	297
Koh-Kong-Stadt.....	297
Koh Kong Conservation Corridor.....	299

Sihanoukville.....	300
Die südlichen Inseln.....	307
Kampot.....	310
Kep.....	314
Bokor-Bergstation.....	316

Ostkambodscha.....	316
Kompong Cham.....	317
Kratie.....	318
Stung Treng.....	320

Provinz Ratanakiri.....	321
Provinz Mondulkiri.....	325

Kambodscha verstehen.....	328
--------------------------------------	------------

Praktische Informationen.....	335
--	------------

LAOS..... 343

Vientiane.....	346
Nordlaos.....	357
Vang Vieng.....	357
Luang Prabang.....	362
Nong Khiao.....	372
Muang Ngoi Neua.....	375
Phonsavan.....	376
Ebene der Tonkrüge.....	379
Xam Neua.....	380
Vieng Xay.....	381

Nordwestlaos.....	382
Oudom Xay.....	382
Luang Namtha.....	384
Huay Xay.....	386

Zentral- & Südlaos....	388
Tham Kong Lo & Umgebung.....	388
Thakhek.....	389
Savannakhet.....	393

Pakxe.....	396
Champasak.....	400
Welterbestätte Wat Phou.....	401

Si Phan Don.....	401
Don Khong.....	402
Don Det & Don Khon.....	403

Laos verstehen.....	407
Praktische Informationen.....	410

MALAYSIA.....	416
Kuala Lumpur.....	419

Malaiische Halbinsel – Westküste.....	431
Melaka.....	431
Cameron Highlands.....	438

Ipoh.....	442
Penang.....	443

Alor Setar.....	452
Pulau Langkawi.....	453

Malaiische Halbinsel – Süd & Ostküste.....	455
Johor Bahru.....	456
Mersing.....	458

Pulau Tioman.....	458
Kuantan.....	460
Cherating.....	462
Kuala Terengganu.....	462

Kuala Besut.....	464
Pulau Perhentian.....	465
Kota Bharu.....	466

Innere Halbinsel.....	469
Jerantut.....	469
Taman Negara.....	470

Malaysisch-Borneo – Sabah.....	473
Kota Kinabalu.....	474
Kinabalu (Berg) & Kinabalu-Nationalpark.....	480

Sandakan.....	482
Sepilok.....	484
Sungai Kinabatangan.....	486
Semporna.....	487

Semporna-Archipel.....	489
Pulau Labuan.....	490

Malaysisch-Borneo – Sarawak.....	491
Kuching.....	491
Sibu.....	503

Batang Rejang.....	504
Bintulu.....	506
Niah-Nationalpark.....	506

Lambir-Hills- Nationalpark.....	507
Miri.....	508
Gunung-Mulu- Nationalpark.....	510

Kelabit Highlands.....	512
Malaysia verstehen ...	514
Praktische Informationen.....	518

REISEZIELE IN SÜDOSTASIEN

MYANMAR

(BIRMA)..... 523

Yangon 526

Rund um den Ayeyarwady & Bago ... 540

Chaung Tha Beach. 540

Ngwe Saung Beach 540

Bago 541

Der Südosten 542

Mount Kyaiktiyo 543

Mawlamyine 543

Hpa-an 545

Dawei 548

Inle-See & Shan-Staat 549

Inle-See 549

Nyaungshwe 550

Kalaw 553

Pindaya 556

Rund um Mandalay ... 557

Mandalay 557

Amarapura..... 566

Inwa 566

Sagaing 566

Mingun..... 567

Pyin U Lwin 567

Hsipaw 569

Rund um Bagan 572

Bagan..... 572

Westmyanmar 582

Sittwe..... 582

Mrauk U 582

Mount Victoria 584

Mindat 585

Kalaymyo 587

Tiddim 587

Myanmar verstehen..... 588

Praktische Informationen..... 592

OSTTIMOR

(TIMOR-LESTE) ... 599

Dili..... 603

Ataúro..... 609

Östliches Osttimor (Timor-Leste) 611

Baucau 611

Loi Hunu &
Mundo Perdido 612

Matebian &
Umgebung..... 613

Tutuala & Jaco 613

Westliches Osttimor (Timor-Leste) 614

Liquiçá 615

Maubisse 615

Hatubuilico &
Mt Ramelau..... 616

Oecusse 617

Osttimor verstehen ... 618

Praktische Informationen..... 622

PHILIPPINEN 627

Luzon 629

Manila..... 629

Die Kordilleren 647

Vigan..... 652

Bicol 653

Mindoro 655

Puerto Galera 656

Die Visayas 659

Boracay 660

Negros 664

Siquijor..... 666

Cebu..... 666

Bohol 674

Mindanao..... 676

Siargao..... 676

Camiguin 678

Palawan 679

Puerto Princesa 679

Sabang..... 682

Port Barton..... 682

El Nido 684

Busuanga & die
Calamian-Inseln 687

Die Philippinen verstehen..... 690

Praktische Informationen..... 694

SINGAPUR..... 700

Singapur verstehen..... 733

Praktische Informationen..... 735

THAILAND..... 741

Bangkok..... 744

Zentralthailand..... 769

Ayutthaya 769

Lopburi..... 774

Phitsanulok 776

Sukhothai 777

Kamphaeng Phet 782

Nordthailand..... 783

Chiang Mai 783

Chiang Rai..... 797

Goldenes Dreieck..... 802

Pai 806

Mae Hong Son 808

Mae Sariang 810

Westthailand..... 810

Kanchanaburi #811

Sangkhlaburi 814

Mae Sot 815

Nordostthailand..... 817

Nakhon Ratchasima
(Khorat) 818

Khao-Yai-
Nationalpark 819

Geschichtspark
Phanom Rung..... 820

Surin 821

Ubon Ratchathani 822

Inhalt

SÜDOSTASIEN VERSTEHEN

Mukdahan	824	Ha-Long-Bucht	912
Nakhon Phanom	824	Cat-Ba-Inseln	912
Nong Khai	825	Ba-Be-Nationalpark	916
Östliche Golfküste	827	Mai Chau	917
Ko Samet	827	Lao Cai	917
Chanthaburi & Trat	828	Bac Ha	918
Ko Chang	830	Sa Pa	919
Südliche Golfküste	833	Dien Bien Phu	922
Hua Hin	833	Provinz Ha Giang	923
Prachuap Khiri Khan	835	Nordzentral-	
Chumphon	836	vietnam	924
Ko Samui	838	Ninh Binh	925
Ko Pha-Ngan	843	Tam Coc	928
Ko Tao	848	Cuc-Phuong-	
Surat Thani	853	Nationalpark	928
Hat Yai	854	Phong-Nha-Ke-Bang-	
Andamanenküste	855	Nationalpark	928
Ranong	855	Entmilitarisierte Zone	
Ko Chang	856	(EMZ)	932
Ko Phayam	857	Südzentral-	
Khao-Sok-		vietnam	934
Nationalpark	858	Hue	934
Hat Khao Lak &		Da Nang	945
Umgebung	858	Hoi An	948
Nationalmeerespark		Südostküste	954
Surin-Inseln	859	Nha Trang	955
Nationalmeerespark		Mui Ne	958
Similan-Inseln	860	Südwestliches	
Phuket	860	Hochland	961
Krabi-Stadt	869	Da Lat	961
Railay	871	Ho-Chi-Minh-Stadt	967
Ko Phi-Phi	872	Cu Chi	980
Ko Lanta	874	Tay Ninh	980
Ko-Tarutao-		Mekong-Delta	980
Meeresnationalpark	876	Vinh Long	981
Thailand verstehen ...	877	Can Tho	981
Praktische		Chau Doc	983
Informationen	885	Ha Tien	984
VIETNAM	891	Phu Quoc	984
Hanoi	893	Vietnam verstehen	988
Nordvietnam	912	Praktische	
		Informationen	996

Südostasien	
aktuell	1006
Geschichte	1008
Menschen & Kultur ...	1012
Religion	1015

PRAKTISCHE INFORMATIONEN

Verantwortungsvolles	
Reisen	1022
Allgemeine	
Informationen	1027
Verkehrsmittel &	
-wege	1034
Gesundheit	1041
Sprache	1049
Register	1060
Kartenlegende	1075

SPECIALS

3-D-Illustration der	
Tempel von Angkor ..	284
3-D-Illustration von	
Wat Phra Kaeo &	
dem Königspalast	746
Kulinarische	
Entdeckungen	
in Thailand	752
3-D-Illustration der	
Kaiserstadt von Hue ..	936

Willkommen in Südostasien

Von Regenwäldern durchdrungen, von goldenem Sand gesäumt, von Vulkanen gekrönt und mit den Ruinen verlorener Zivilisationen gespickt: Südostasien so, wie man es sich immer vorgestellt hat.

Die Kraft der Elemente

Südostasien ist von den Elementen geprägt. In luftiger Höhe erheben sich mächtige Vulkane und tief unten bahnt sich reißendes Wasser seinen Weg. Aus Korallenriffen sind surreale Karstinseln entstanden. Über Jahrtausende hat der Monsun Kulturen beeinflusst, die sich nach den Jahreszeiten und der Überflutung von Flüssen richten, welche als schnelle Verbindungen durch den Regenwald dienen. In dieser Region voller Flüsse, Meere und Inseln reist man mit Booten und über Land auf Handelsrouten, die schon alt waren, als die großen Mächte Europas noch in den Kinderschuhen steckten.

Gaumenfreuden

In kulinarischer Hinsicht ist Südostasien ein Mix an Geschmäckern, in dem einige der besten Küchen der Welt miteinander verschmelzen und himmlische Kombinationen ergeben. Die Gewürze der Region wurden einst teuer gehandelt als Gold und in Kombination mit einem wichtigen Importprodukt – dem südamerikanischen Chili – entsteht eine Palette an Aromen, die die Sinne berauscht. In dieser Region treffen bescheidene Straßenhändlerstände auf Michelin-Sterne und ein Essen in einer Küche am Straßenrand oder auf dem Nachtmarkt kann genauso denkwürdig sein wie ein Fünf-Sterne-*dim sum*-Bankett.

Spirituelle Orte

In Südostasien liegt Spiritualität in der Luft wie der Rauch von Räucherwerk in den Tempeln. Bei Tagesanbruch tummeln sich in buddhistischen Nationen Mönche auf den Straßen, um Almosen zu sammeln. In muslimischen Ländern hallt der Ruf des Muezzins über die Dächer. In taoistischen Tempeln füllen Gläubige die Morgenluft mit dichtem Rauch, während in abgelegenen Dörfern der Beginn des neuen Tags mit animistischen Ritualen zelebriert wird. Hier hat jeder Lebensbereich eine spirituelle Dimension.

Urbane Abenteuer

Die Megastädte Südasiens schreiten der Zukunft kühn entgegen und bleiben dabei mit einem Fuß fest in der Vergangenheit. Wolkenkratzer erheben sich über den Straßen wie kristallene Gärten, während auf den Straßen die Händler feilschen, die Essensverkäufer ihre Waren anbieten und die Gläubigen in die Tempel strömen. Für viele Traveller ist das städtische Chaos in Bangkok oder die organisierte Modernität Singapurs ein guter Vorgeschmack auf die Region. Doch jede Hauptstadt hier hat ihren eigenen Charakter, bestimmt von Religion, Kultur, Geografie sowie Kolonialismus und sich befehdenden Dynastien. Den Rhythmus dieser Städte zu erleben gehört zum Zauber der Reise.



Warum ich Südostasien liebe

Von Joe Bindloss, Autor

Zum Traveller-Dasein gehört auch herauszufinden, welche Orte es einem wirklich antun. Auf einer Weltreise Anfang der 1990er-Jahre kam ich erstmals mit Südostasien in Berührung und es hat klick gemacht. Vielleicht lag es am Duft nach Räucherwerk, dem Schimmer von Blattgold, den Lotusblüten auf Tempelteichen oder den Wurzeln von Dschungelbäumen zwischen den Ruinen von Angkor Wat. Es fasziniert mich immer wieder aufs Neue, wie jedes Land in Südostasien seine eigene Version Südostasiens verkörpert, doch alle in Bezug auf Glauben, verlorene Kaiserreiche und den wiederkehrenden Monsunregen auf dieselbe Geschichte zurückblicken.

Mehr Informationen über unsere Autoren, siehe S.#992

Südostasien



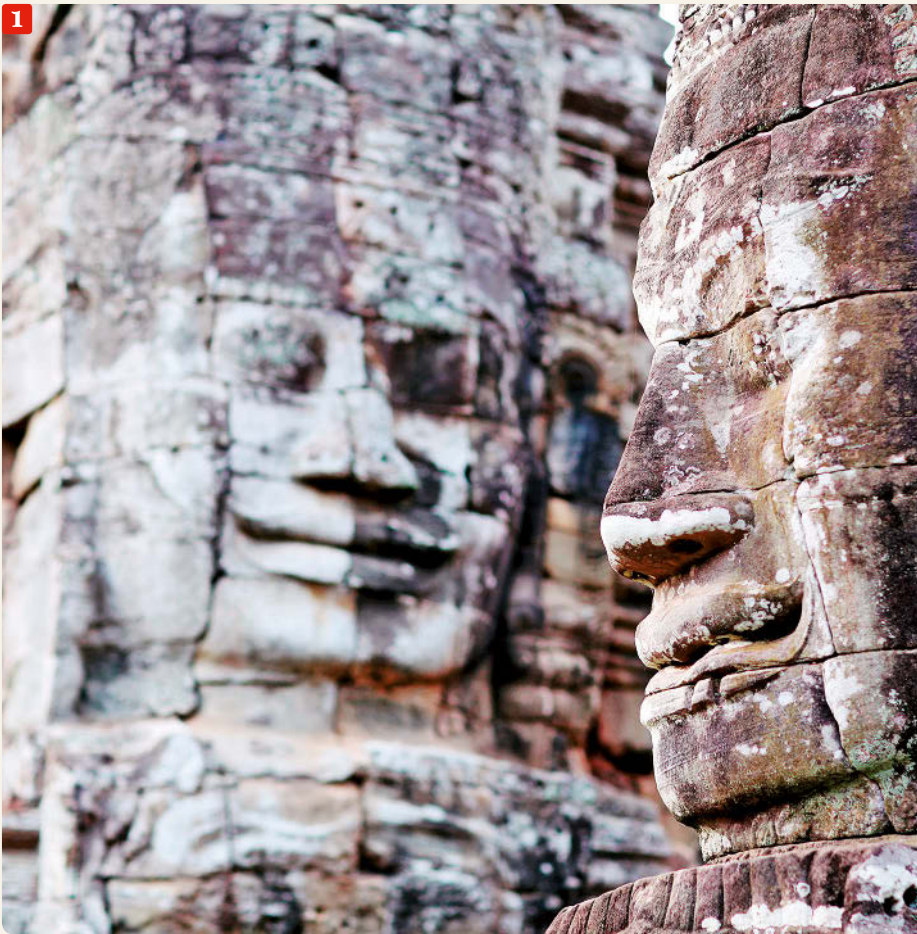


0

1000 km



Südostasiens Top 20



Die Tempel von Angkor (Kambodscha)

1 Indiana-Jones-Fantasien gehen in Angkor in Erfüllung, wo die Wurzeln riesiger Dschungelbäume die Mauern uralter Tempel durchbrechen und kunstvolle Flachreliefs von Dämonen und Engeln zwischen den Kletterpflanzen zu sehen sind. Von der geometrischen Perfektion Angkor Wats (S. 279) über die vom Dschungel überwucherten Tempelruinen von Ta Prohm bis zu den gigantischen Avalokiteshvara-Steingesichtern des Bayon – Angkor ist mehr als die Summe seiner Teile. Im regionalen Traveller-Treff Siem Reap kann man sich entspannen und tagsüber auf tolle Erkundungen gehen.

Flachrelief in Angkor Thom (S. 281)



ZENIT/SHUTTERSTOCK ©

Hoi An (Vietnam)

2 Hoi An (S. 948) ist Vietnams anmutigste und schönste Küstenstadt und war einst ein geschäftiger Hafen. Die Straßen der Altstadt werden von traditionellen Häusern und Familienkapellen gesäumt, die von den hier ansässigen Seefahrern erbaut wurden. Heute findet man in diesen prachtvollen Bauten lebhaftes Restaurants, Bars, Cafés, Boutiquen, Schneidereien und Kochschulen. Wer genug über die Geschichte erfahren hat, kann sich ein Fahrrad oder Motorrad ausleihen und an der Küste entlang zu herrlichen Stränden fahren oder eine Bootsfahrt vor der Küste zu den idyllischen Cham-Inseln unternehmen. Es ist wie eine Proberplatte von Südostasien – man hat alles an einem Ort.



2

BIO PRAN/SHUTTERSTOCK ©



Bangkok (Thailand)

3 Der Städte-Superstar lässt keine Wünsche offen: großartiges Essen und Shoppingmöglichkeiten, schlichte Spiritualität, ein umtriebige Nachtleben und ausgeprägte Heiterkeit. Für Neuankömmlinge ist Bangkok (S. 744) wie ein siedender Dampfkessel, doch für Rückkehrer aus abgelegenen Ecken Asiens hält es eine angenehme Dosis Zivilisation bereit. Die Stadt bietet jede Menge Denkmäler und Klöster, doch neben Sightseeing sollte man sich Zeit nehmen, um zu essen, bei einem Bier Geschichten auszutauschen und für erholsame Bootsfahrten auf dem Chao Phraya. Th Yaowarat (S. 745)

EARTH9666/SHUTTERSTOCK ©



YUSUNZAM VISOR/SHUTTERSTOCK ©



MARK WOLTERS/SHUTTERSTOCK ©

Bali (Indonesien)

4 Auch wenn diese hinduistische Insel mitten im indonesischen Archipel von allen Travellern angestreut wird, ist sie wegen ihrer einzigartigen Kultur und legendären Surfbreaks ein unverzichtbarer Halt auf der Rundreise durch Asien. Bali (S. 119) hat mehr zu bieten als Kuta Beach, doch die meisten schauen zum Surfen und Feiern zumindest einen oder zwei Tage vorbei, bevor sie zu ruhigeren Teilen der Insel aufbrechen. Wer sich von Kuta erholt hat, kann das reiche kulturelle Erbe von Ubud, den entspannten Vibe des verschlafenen Pemuteran und die Meeresschätze in Jimbaran genießen. Strand in Jimbaran (S. 129)

Komodo & Flores (Indonesien)

5 „Hier sind Drachen“ – für Komodo (S. 169), eine der letzten Rückzugsstätten des Komodowaran, gilt das tatsächlich. Eine Begegnung mit diesem ursprünglichen Raubtier in seinem natürlichen Lebensraum ist nur eine von vielen Verlockungen dieses entspannten Teils des indonesischen Archipels. Hinzu kommen entspannte Tage an abgelegenen Inselstränden, Fahrten zu einigen der besten Tauchstellen Indonesiens, die fröhliche Traveller-Atmosphäre in Labuanbajo auf der Nachbarinsel Flores (S. 170) und die unübersehbare Attraktion der Inseln. Komodowaran (S. 169)

Bagan (Myanmar)

6 Die Ebenen von Bagan (S. 572) sind mit den Resten von etwa 4000 buddhistischen Tempeln gespickt, von denen viele liebevoll restauriert wurden, andere hingegen immer noch durch die Verwüstungen der mongolischen Truppen Kublai Khans gezeichnet sind. Die Tempel kann man gut auf eigene Faust zu Fuß, mit dem Fahrrad oder dem Pferdewagen erkunden, um die Massen aus den Tourbussen zu meiden. Die schönste Aussicht hat man zum Sonnenauf- oder -untergang vom Pyathada-Paya (siehe unten), von einem anderen terrassenförmigen Paya oder bei einer Heißluftballonfahrt.



6

JAKOB FISCHER/SHUTTERSTOCK ©

Ha-Long-Bucht (Vietnam)

7 Was ist das? Eine Piratenbucht im Südchinesischen Meer? Nein, nur die Ha-Long-Bucht (S. 912), in der 3000 Kalksteininseln aus dem glitzernden Wasser des Golfs von Tonkin ragen. Als UNESCO-Welterbe geschützt, gehört dieser Küstenabschnitt zu den größten Anziehungspunkten Vietnams. Man hat die Wahl zwischen mehrtägigen Touren auf einer Dschunke und geführten Kajaktrips zu den von Wellen ausgehöhlten Grotten und versteckten Lagunen. Wer danach Lust auf mehr hat, begibt sich zur weniger touristischen Lan-Ha-Bucht vor der Küste der Insel Cát Bà.



7

DANNI JACOB/SHUTTERSTOCK ©



GMOEY/SHUTTERSTOCK ©



WATCHARIN TADSNAK/SHUTTERSTOCK ©

Penang (Malaysia)

8 Die Nebel der Vergangenheit hängen in George Town (S. 443) auf der Insel Penang genauso in der Luft wie der Rauch von Räucherwerk in den taoistischen Tempeln. Die Seefahrerstadt wurde von den britischen Kolonisten sowie chinesischen und indischen Wanderarbeitern gegründet. Auch heute ist es ein Schmelztiegel chinesischer, malaysischer und indischer Einflüsse, die sich auf die Mentalität und die Küche der Insel auswirken. 2008 ins UNESCO-Welterbe aufgenommen, hat Penang viel unternommen, um seine historische Architektur zu erhalten. Street-food-Verkäufer in Penang

Chiang Mai (Thailand)

9 Die Provinzhauptstadt (S. 783) ist das perfekte Gegenteil des hektischen Bangkok. Die ruhigen Straßen der Altstadt umfassen etliche Teakholztempel im markanten Stil Nordthailands. Hier kann man zielfolgsvoll von einem Wat zum nächsten schlendern und sich mit frischen Obstsaften und Streetfood stärken. Viele verbringen hier eine ganze Woche, in der sie Tagesausflüge zu Wasserfällen und Stammesdörfern in den Bergen unternehmen, thailändische Massagen genießen oder lernen, wie man Currys zubereitet. Wat Chiang Man (S. 786)

Palawan (Philippinen)

10 Einst ein verschlafenes Nest, erfreut sich Palawan (S. 679) heute enormer Beliebtheit, da es in Reisemagazinen unter den besten Urlaubsinseln der Welt rangiert. Hoch im Kurs steht der Bacuit-Archipel nahe El Nido, eine Meereslandschaft mit Kalksteininseln, versteckten Stränden, Korallenbänken und den aufregendsten Tauchspots der Philippinen. Weitere feine Strände findet man in Port Barton und Sabang. Ein wahrer Schatz erwartet Taucher nördlich der Coron Bay, wo die Wracks Dutzender japanischer Kriegsschiffe liegen. Kayangan Lake (S. 687)



Luang Prabang (Laos)

11 Von Mekong und Nam Khan begrenzt, ist die ehemalige königliche Hauptstadt von Luang Prabang (S. 362) eine der tollsten Tempelstädte Südostasiens. Auf den Straßen tummeln sich buddhistische Mönche, um ihre Almosen zu sammeln. Trotz seiner steigenden Beliebtheit hat sich Luang Prabang nicht weit von seinen Backpacker-Wurzeln entfernt. Hier kann man tage- oder wochenlang entspannen, Tempel erkunden, die laotische Kochkunst lernen, auf Nebenstraßen radeln und Tempel besuchen oder sich in einem der Spas bei einer Massage erholen.

KENGFHOTOS/SHUTTERSTOCK ©



Si Phan Don (Laos)

12 Der ansonsten meistens schlammig-trübe Mekong leuchtet rund um die geheimnisvollen „Viertausend Inseln“ von Laos, gemeinhin Si Phan Don (S. 371) genannt, in tropischem Türkisblau. Es gibt keinen entspannteren Ort in Laos. Hier ist man schon schwer beschäftigt, wenn man von einer Insel zur nächsten radelt, auf einem Schwimmreifen über den Fluss treibt oder auf der Suche nach den seltenen Irawadidelfinen Kajak fährt. Es herrscht ein verschlafener Traveller-Vibe, also Schuhe ausziehen, in eine Hängematte legen und sich vom Rauschen des Flusses einlullen lassen. Wasserfall auf Don Khon (S. 403)



Malaysisches Borneo

13 Das andere Malaysia, die Bundesstaaten Sabah (S. 473) und Sarawak (S. 491), teilt sich die Insel Borneo mit Brunei und dem indonesischen Kalimantan. Auf Kreuzfahrten über die vom Regenwald gesäumten Flüsse trifft man auf einige der wildesten Bewohner Südostasiens: Gibbons, Orang-Utans und die unzähligen indigenen Kulturen, die in diesem Dschungel zu Hause sind. Aber es gibt nicht nur Flüsse und Regenwald, sondern auch die kosmopolitischen Städte Kuching (Sarawak) und Kota Kinabalu (Sabah). Zudem kann man auf Bootstauchgängen die mitunter artenreichsten Korallenbänke Südostasiens entdecken. Gibbon in Kota Kinabalu (S. 474)



ANNA EWA BIENIEK/SHUTTERSTOCK ©

KJESTI LORENGEN/SHUTTERSTOCK ©



JOY/GETTY IMAGES ©

14



DAVID HINKLAND/GETTY IMAGES ©

15

Essen in Singapur

14 Kaum größer als ein Schmelztiegel, ist der Stadtstaat Singapur (S. 700) eines der größten kulinarischen Sammelbecken Asiens: Hier kommt die Crème de la Crème der Kochkunst aus China, Indien und von der Malaiischen Halbinsel zusammen. Hier gibt's immer etwas zu entdecken – vom futuristischen Gardens by the Bay bis zum ausgefallenen Nachbau der taoistischen Himmels- und Höllenvorstellung in der Haw Par Villa, doch am meisten bleibt das Essen in Erinnerung – egal, ob man in einem der Bankettrestaurants diniert oder an einem der vielen Straßenstände der Stadt isst.

Insel Ataúro (Osttimor)

15 Zu Unrecht oftmals von Reiseplänen ausgeschlossen, hält die junge Nation Osttimor für die wagemutige Besucher wahrhaftige Abenteuer parat. In der Hauptstadt Dili wird die Geschichte über den Kampf der Nation um Unabhängigkeit eindrucksvoll erzählt, doch die meisten Reisenden verschlägt es wegen der unberührten Korallenbänke vor der Nordküste, der versteckten Dörfer und nebelverhangenen Berge im dicht bewaldeten Landesinneren hierher. Mit einer Nacht auf der verschlafenen Insel Ataúro (S. 609) kann man die Reise ausklingen lassen.

Reisterrassen der Ifugao (Philippinen)

16 Von Generationen der Ifugao in das zerklüftete Cordillera-Gebirge geschlagen, gelten die Reisterrassen der Ifugao als ein Wunder Asiens. Die abfallenden Täler wurden vor etwa 2000 Jahren zu Terrassen geformt. Wer auf den smaragdgrünen Treppen wandert – und in ihrer Mitte im idyllischen Batad (S. 652) übernachtet –, hat das Gefühl, Jahrhunderte in die Vergangenheit zu reisen – in eine Zeit, in der die Philippinen noch nicht die Aufmerksamkeit der Kolonialmächte auf sich gezogen hatten. In der Umgebung kann man einen Abstecher zur Wanderhochburg Bontoc oder über die Berge nach Sagada machen.



JULI YARBUNOS/SHUTTERSTOCK ©

Gili-Inseln (Indonesien)

17 Eine der schönsten Vergnügungen Indonesiens ist die Fahrt auf einem Schnellboot vom geschäftigen Bali zu den ruhigen Gili-Inseln (S. 159). Das ist das Indonesien, von dem alle träumen: Weiße Strände, türkises Wasser, raschelnde Palmwedel und entspannte Treffpunkte am Strand, die dazu verleiten, den Aufenthalt zu verlängern. Tagsüber kann man schnorcheln und mit Haien, Rochen und Schildkröten an den Korallenriffen tauchen. Nach Einbruch der Dunkelheit findet man auf Gili Trawangan leckeres Essen und ein aufregendes Nachtleben oder man legt sich auf Gili Air und Gili Meno einfach in eine Hängematte. Gili Trawangan (S. 163)



JULI YARBUNOS/SHUTTERSTOCK ©

18



ZARRELL PHOTOGRAPHY/SHUTTERSTOCK ©

MICHAEL STREPKA/SHUTTERSTOCK ©

19



20



Yangon (Myanmar)

18 Eine durch jahrhundertelangen Monsun zu Pastelltönen verwaschene Vision des kolonialen Fernen Ostens: Yangon (S. 526), ehemals Rangun, verändert sich rapide mit dem Eindringen der Außenwelt, nachdem es jahrzehntelang isoliert war. In mancher Hinsicht hat es sich jedoch gar nicht verändert. Die vergoldete Spitze des Shwedagon-Paya (Foto oben) erhebt sich immer noch wie ein Leuchtfeuer über der Stadt, umgeben von einem nie abbreienden Strom buddhistischer Pilger. In der Morgendämmerung tummeln sich Mönche auf den Straßen, um Almosen zu sammeln.

Phong-Nha-Ke-Bang-Nationalpark (Vietnam)

19 Schroffe Hügel ziehen sich durch saftig-grünen Regenwald und Gebirgsflüsse stürzen durch beeindruckende Schluchten im Phong-Nha-Ke-Bang (S. 928), der zu Vietnams spektakulärsten Nationalparks zählt. Reisende können durch das gewundene Höhlensystem kriechen. Die kathedralenartigen Kammern von Hang Son Doong (Foto oben) sind nur im Rahmen von Höhlentrekking-Touren zugänglich. Seilrutschen und Kajakfahren in der Hang Toi (Dunkle Höhle) und der unsäglich schönen und passend benannten Paradieshöhle sind hingegen für alle möglich.

Phnom Penh (Kambodscha)

20 Die kambodschanische Hauptstadt ist chaotisch, aber charmant. Sie trägt sichtbare Narben der Vergangenheit, schreitet jedoch einer besseren Zukunft entgegen. Der Tonlé Sap und der Mekong fließen im Herzen von Phnom Penh (S. 250) zusammen, weshalb sich eine Weiterfahrt mit dem Boot nach Angkor Wat anbietet. Vor der Abreise sollte man jedoch die Nebenstraßen mit ihren altmodischen Ladenhäusern und Kolonialvillen erkunden. Am besten nimmt man sich auch etwas Zeit für die erschütternden Killing Fields von Choeng und das Tuol-Sleng-Genozid-Museum (Foto oben).

Gut zu wissen

Weitere Infos siehe Praktische Informationen (S. 1021)

Währung

- Brunei** Dollar (B\$)
- Indonesien** Rupiah (Rp)
- Kambodscha** Riel (R)
- Laos** Kip (K)
- Malaysia** Ringgit (RM)
- Myanmar** Kyat (K)
- Osttimor** US-Dollar (US\$), Centavo (Cv)
- Philippinen** Peso (P)
- Singapur** Dollar (S\$)
- Thailand** Baht (B)
- Vietnam** Dong (D)

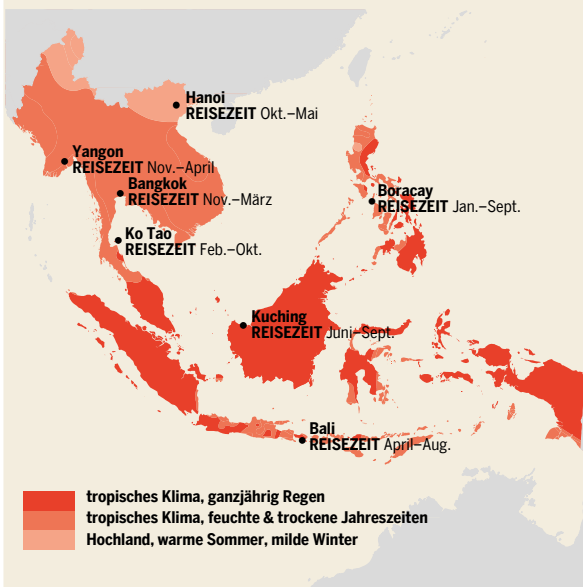
Sprache

- Brunei** Bahasa Malaysia
- Indonesien** Bahasa Indonesia
- Kambodscha** Khmer
- Laos** Laotisch
- Malaysia** Bahasa Malaysia
- Myanmar** Birmanisch
- Osttimor** Portugiesisch, Tetum
- Philippinen** Tagalog
- Singapur** Englisch, Malay, Mandarin, Tamilisch
- Thailand** Thai
- Vietnam** Vietnamesisch

Handys

Alle Länder in der Region haben eigene Mobilfunkanbieter, die meistens Partnervereinbarungen mit ausländischen Anbietern haben. Mit dem eigenen Tarif zu roamen ist also möglich, eine lokale SIM-Karte aber meist billiger.

Reisezeit



Hochsaison

- (Jun.–Aug. & Dez.–Feb.)
- ➔ Trockene und kühle Winter
 - ➔ Frostig in den Bergen
 - ➔ Während des Tet-Festes ist das Reisen in Vietnam schwierig
 - ➔ Sommerregen im Großteil der Region

Zwischensaison

- (März & Nov.)
- ➔ Im März beginnt die heiße Trockenzeit
 - ➔ Im November gibt's günstige Preise, bevor der große Ansturm kommt.

Nachsaison

- (Apr.–Mai & Sep.–Okt.)
- ➔ Schwierige Reisebedingungen zu

den Neujahrsfesten in Kambodscha, Laos, Myanmar und Thailand (April)

- ➔ Regenzeit (Sept.–Okt.); Fluten, Taifune, Ausfall von Verkehrsmitteln
- ➔ In Indonesien beginnt die Trockenzeit (Apr.–Mai)

Nützliche Websites

Lonely Planet (www.lonelyplanet.com) Landesinfos, Hotelbuchung, Forum und mehr.

Travelfish (www.travelfish.org) Beliebte Reise-Website mit Schwerpunkt Südostasien.

Agoda (www.agoda.com) Regionale Website für Hotelbuchungen.

Bangkok Post (www.bangkokpost.com) Ausführliche Analysen aktueller Ereignisse in Südostasien.

Wichtige Telefonnummern

Jedes Land in der Region hat eigene Notfallnummern. Üblicherweise gibt es eine landesweite Nummer für die Polizei, Krankenwagen werden aber meist von einzelnen Krankenhäusern betrieben. Für die Feuerwehr gibt's oft eine lokale Telefonnummer.

Wechselkurse

Die Wechselkurse schwanken stark in der Region und reagieren sensibel auf politische Krisen. Der US-Dollar ist die nützlichste Fremdwährung, denn er ist gut zu wechseln und in vielen Gegenden, Läden und Hotels werden anstelle der Landeswährung US-Dollar-Banknoten akzeptiert (das Wechselgeld bekommt man aber meist in der Landeswährung).

Zeit

MEZ + 5 ½ Std. Myanmar

MEZ + 6 Std. Kambodscha, Laos, Thailand, Vietnam, Teile von Indonesien (Java, Sumatra, West- und Zentralkalimantan)

MEZ + 7 Std. Brunei, Malaysia, Philippinen, Singapur, Teile Indonesiens (Bali, Nusa Tenggara, Süd- und Ostkalimantan, Sulawesi)

MEZ + 9 Std. Osttimor, Teile Indonesiens (Irian Jaya und Maluku)

Tagesbudget

Günstig: unter 50 US\$

- ➔ Günstiges Gästehaus: 10–20 US\$
- ➔ Essen auf einem Nacht-Markt: 1–5 US\$
- ➔ Lokale Verkehrsmittel: 1–5 US\$
- ➔ Flaschenbier: 1–5 US\$

Mittelteuer: 50–100 US\$

- ➔ Zimmer im Mittelklassehotel: 20–75 US\$
- ➔ Essen im Restaurant 6–10 US\$
- ➔ Motorradverleih 6–10 US\$

Teuer: mehr als 100 US\$

- ➔ Boutique-Hotel oder Strandresort ab 100 US\$
- ➔ Tauchgang 50–100 US\$
- ➔ Mietwagen inkl. Fahrer 50 US\$

Öffnungszeiten

Die Öffnungszeiten variieren von Land zu Land, hier eine ungefähre Übersicht.

Banken & Regierungsbehörden Mo–Fr ca. 9–ca. 17 Uhr (meistens mit einer Std. Mittagspause).

Restaurants Geöffnet von frühmorgens bis spätabends; nur teure Restaurants haben separate Öffnungszeiten für Mittag- und Abendessen.

Bars & Nachtclubs Hängt von den jeweils vor Ort geltenden Gesetzen ab, aber tendenziell wird früher Schluss gemacht als in westlichen Ländern.

Geschäfte Oft handelt es sich hier um das Zuhause des Besitzers, sodass die ganze Woche über von frühmorgens bis spätabends eingekauft werden kann.

Ankunft am...

Changi International Airport (Singapur) Züge (45 Minuten), Busse (1 Std.) und Taxis (1 Std.) fahren ins Zentrum.

Kuala Lumpur International Airport (Kuala Lumpur, Malaysia) Mit dem KLIA-Ekspres-Zug (15 Min.) geht's ins Zentrum

Soekarno-Hatta International Airport (Jakarta, Indonesien) Taxis und Busse (1 Std.) bringen Besucher ins Zentrum.

Suvarnabhumi International Airport (Bangkok, Thailand) Taxis (1 Std.), Busse (1 Std.) und Züge (30 Minuten) fahren ins Zentrum.

Unterwegs vor Ort

In Südostasien gibt es viele günstige Verkehrsmittel, die aber nicht immer schnell sind. Private Betreiber erweitern das staatliche Angebot an Fluglinien, Zügen und Bussen und bieten dabei mehr Komfort gegen höhere Preise.

Auto & Motorrad Geeignet für Erkundungstouren, aber die Straßenverhältnisse sind meist bescheiden.

Bus Busse sind zu fast jeder Tageszeit überall unterwegs. Die Preise richten sich nach dem Komfort, sind aber selten teuer.

Flugzeug Billig-Airlines und staatliche Anbieter bedienen die ganze Region dank des Wettbewerbs zu niedrigen Preisen.

Schiff/Fähre Fähren aller Arten und Größen verbinden die Inseln und die Städte entlang der Küsten und großen Flüsse.

Zug Thailand, Malaysia, Myanmar, Laos, Kambodscha und Indonesien haben kleine, aber funktionale Schienennetze.

Mehr zum Thema
Unterwegs vor Ort
auf S. 1035.



Südostasien für Einsteiger

Weitere Informationen siehe S.1021

Checkliste

- ➔ Reisepässe sollten ab Ankunft im Reiseland noch mindestens sechs Monate gültig sein.
- ➔ Vor Ankunft prüfen, welche Visa benötigt werden.
- ➔ Reiseversicherung abschließen und internationale Fahrerlaubnis besorgen.
- ➔ Sich die notwendigen Schutzimpfungen geben lassen.
- ➔ Bank und Kreditkarteninstitut über die Reisepläne informieren.
- ➔ Prüfen, ob das Handy und der Tarif internationales Roaming ermöglichen.

Reisegepäck

- ➔ Genug leichte Kleidung für mindestens eine Woche
- ➔ Regenbekleidung (Jacke, atmungsaktiver Umhang, Dry Pack für Elektroartikel)
- ➔ Sandalen und Laufschuhe
- ➔ Ohrenstöpsel
- ➔ Reiseapotheke
- ➔ USB-Stick für digitale Dokumente und Fotos
- ➔ GSM-Mobiltelefon
- ➔ Befüllbare Wasserflasche
- ➔ Sonnencreme und ein Deo

Wichtige Tipps für die Reise

- ➔ Vorsicht vor Abzocke (S. 1028) bei Guides und Händlern.
- ➔ Der Verkehr ist extrem, also zurückhaltend fahren und Vorsicht beim Überqueren der Straße.
- ➔ Das meiste (Mückenschutz, Regenschirm) kann man vor Ort kaufen.
- ➔ Man sollte sich am Kleidungsstil der Einheimischen orientieren.
- ➔ Digitalfotos von wichtigen Dokumenten und Bank-/Kreditkarten etc. machen, falls diese gestohlen werden oder verloren gehen.
- ➔ Die Bank über die Reisepläne informieren und die Telefonnummer bereithalten, falls die Karte geblockt wird.
- ➔ Seine Passwörter kennen! Bei vielen Websites greifen Sicherheitsmaßnahmen, wenn man sich von einem neuen Ort einloggt.
- ➔ Den Reisepass und andere wertvolle Dinge in einer Bauchtasche oder auf andere Weise unter den Klamotten aufbewahren.
- ➔ Auf das Gepäck achten, denn Diebe greifen einfach zu und rennen dann davon.
- ➔ Die Unterkunft gleich morgens bezahlen; wer frühmorgens abreist, sollte am Abend zuvor zahlen.

Reisekleidung

Leichte, locker sitzende Kleidung ist am bequemsten. Badekleidung ist wichtig, sollte aber nur am Strand getragen werden. Shorts sind für das Klima ideal, erregen in ländlichen Gebieten aber Aufsehen. Lockere lange Baumwollhosen gehen überall.

Sandalen oder Flipflops sind praktisch, weil man sie schnell an- und ausziehen kann, wenn man ein Haus, ein Hostel oder ein religiöses Gebäude betritt. Bequeme Schuhe (z.B. Sneaker) für Wanderungen und Motorradfahrten sind ebenfalls empfehlenswert.

Beim Besuch von Tempeln, Moscheen und ländlichen Gegenden immer Ellbogen und Knie mit Kleidung bedecken. *Sarongs* kann man vor Ort kaufen und sind ideal, um sich schnell etwas überzuwerfen. In kühlen Bergregionen und klimatisierten Bussen braucht man eine Jacke.

Feilschen

Abgesehen von Läden mit angeschriebenen Preisen ist es in Südostasien überwiegend normal, zu feilschen. Man sollte aber bedenken, dass es eine Kunst ist, kein Akt der Sturheit, und am Ende muss ein Preis gefunden werden, mit dem alle leben können. Ärger und Frustration sollten unbedingt vermieden werden. Der Verkäufer startet mit einem hohen Preis, der Käufer mit einem niedrigen, und am Ende trifft man sich bei einem Preis, der beide Parteien zufriedenstellt.

Trinkgeld

Hotels Es wird nicht erwartet, von Gepäckträgern aber sehr geschätzt.

Restaurants Ca. 10% Trinkgeld hilft den Kellnern, ihr geringes Einkommen etwas aufzubessern.

Transport Um Preise wird meist gefeilscht, aber ein Trinkgeld für guten Service wird dennoch gern gesehen.

Guides Für guten Service sollte man etwa 10% Trinkgeld geben.

Essen

Reis ist die Basis der südostasiatischen Küche, egal ob klebrig, als Nudeln oder als Füllung in Frühlingssrollen. Dazu kommen Kräuter und Gewürze wie Zitronengras, Limonenblätter, Thai-Ingwer und mehr, sowie exotische Zubereitungsarten, etwa in Bananen- oder Bambusblättern. Hier vereinigen sich einige der besten Küchen der Welt und warten nur darauf, von den Reisenden entdeckt zu werden.



Straßenhändler in Hoi An (S. 948), Vietnam

Etikette

➔ **Anstand** Auch wenn sich die Sitten in urbanen Zentren langsam ändern, legt man in konservativen Regionen noch immer sehr viel Wert auf Anstand – vor allem in muslimisch dominierten Ländern. Nicht zu viel Haut zeigen und sich nicht oben ohne sonnen. Beim Besuch religiöser Gebäude immer angemessene Kleidung tragen.

➔ **Tabus** Sensible Themen wie Politik und Religion immer mit Rücksicht und ohne Kritik behandeln. Die Glaubenssätze der örtlichen Kulturen sollte man kennen und befolgen. Muslime konsumieren weder Alkohol noch Schweinefleisch. Für Frauen gilt: muslimische Mönche oder deren Habseligkeiten nicht berühren.

➔ **Gesicht wahren** Südasiaten, besonders die buddhistischen Kulturen, legen großen Wert auf ein harmonisches Miteinander. Man sollte nie Ärger zeigen oder Streit anfangen – das ist peinlich für einen selbst und die anderen. Im Zweifel einfach lächeln.

➔ **Schuhe** Beim Betreten von Privathäusern, religiöser Bauwerke oder bestimmter Geschäfte immer die Schuhe ausziehen. Wenn man einen Haufen Schuhe sieht, sollte man seine dazulegen.

Geld

Jedes Land hat eine eigene Währung. Barzahlung dominiert, aber Automaten gibt es genügend und Kreditkarten werden immer mehr angenommen.

Weitere Informationen siehe S. 1029 und im jeweiligen Ortskapitel.

Wie wär's mit ...

Köstliche Küche

Bangkok (Thailand) Das Essen hier ist ein Traum! In der lebendigen Stadt wird immerzu gegessen. (S. 760)

Hanoi (Vietnam) Von den Gerichten an den Straßenständen kann man einfach nie genug bekommen. (S. 905)

Luang Prabang (Laos) Viele Cafés und Bäckereien mit französischem Flair pflegen eine köstliche koloniale Tradition. (S. 368)

Chiang Mai (Thailand) Nicht nur schlemmen, sondern in Thailands Metropole im Norden auch köstlich kochen lernen. (S. 791)

Singapur Hier gibt es alles, sowohl Sternegerichte als auch preisgekrönte Straßenküche. (S. 722)

Penang (Malaysia) Dieser magische Schmelztiegel entführt zu einer kulinarischen Reise durch die Straßen Indiens, Chinas und Malaysias. (S. 447)

Phnom Penh (Kambodscha) Köstlichkeiten vom Markt und eine Reihe von Ausbildungsrestaurants, in denen Kambodschas sozial Schwächste ein Auskommen finden. (S. 250)

Bali (Indonesien) In Kerobokan und Seminyak oder am Strand Jimbarans wartet eine günstige und einfallsreiche Küche. (S. 125)

Tempel, Grabstätten & Türme

Tempel von Angkor (Kambodscha) An diesem Tempelkomplex werden alle anderen gemessen. Die Gottkönige der Khmer errichteten ihn in einer unglaublichen Vielfalt an Baustilen. (S. 279)

Bagan (Myanmar) Die Kriegerhorden des Kublai Khan ließen dieses architektonische Denkmal, eine Ebene voller Stupas, beinahe unberührt. (S. 572)

Borobudur (Indonesien) Nebel und Berge umgeben die imposante buddhistische Himmelsonne. (S. 106)

Wat Phra Kaeo (Thailand) Bangkoks beeindruckender Königstempel ist die Aufbewahrungsstätte des Smaragd-Buddha. (S. 744)

Shwedagon Paya (Myanmar) Eine endloser Menschenstrom umfließt diesen Stupa auf einem Hügel, der sich wie eine goldene Fackel über Yangon erhebt. (S. 526)

Wat Xieng Thong (Laos) Der schönste von Luang Prabangs Tempeln mit majestätischen niedrigen Dächern. (S. 362)

Hue (Vietnam) Herrscher hinterließen hier ihre Spuren in Form von Palästen, Pagoden und den großen Grabstätten von Tu Duc und Minh Mang. (S. 934)

George Town (Malaysia) Die alten Straßen des kolonialen George Town stecken voller winziger taoistischer Tempel und Hokkien-Klanhäuser. (S. 443)

Traumstrände

Phu Quoc (Vietnam) Vietnams Trauminsel bietet weiße halbmondförmige Buchten, die von felsigen Landzungen umfasst werden. (S. 984)

Railay (Thailand) Felskletterer werden eher von den Kalksteinklippen angezogen, doch auch die Strände dazwischen sind ein Stückchen Paradies. (S. 871)

Bohol (Philippinen) Natur und Kultur an Land, ein Mekka für Strand- und Tauchenthusiasten am Wasser. (S. 674)

Pulau Tioman (Malaysia) Pulau Tioman lockt mit der perfekten Inseleinsamkeit und kombiniert sie mit tollen Tauchspots. (S. 458)

Ko Pha-Ngan (Thailand) Die beliebte Backpacker-Insel geht bei Vollmondpartys ab, doch dazwischen wird an den sonnenverwöhnten Buchten gedöst. (S. 843)

Lombok (Indonesien) Das *andere* Kuta mit perfekten Stränden und den traumhaften Gili-Inseln gleich vor der Küste. (S. 152)

Koh Rong (Kambodscha) Die neue Partyhochburg verheißt eine aufregende Zeit, aber man



NUTHMANI KASUTTERSTOCK ©



GUILLEN LOPEZ BORGAS/SHUTTERSTOCK ©

findet nach wie vor auch abgelegene Sandstrände. (S. 308)

Mui Ne (Vietnam) Hübsche Strände, sich auftürmende Dünen und jede Menge Kitesurfen. (S. 958)

Trekkingparadies

Gunung Bromo (Indonesien)

Um den Sonnenaufgang vom Gipfel dieses Vulkans samt seiner Mondlandschaft zu sehen, muss man nachts starten. (S. 114)

Kinabalu (Malaysia) Eine Zweitages tour führt auf Borneos höchsten Berg. (S. 480)

Sa Pa (Vietnam) In der zerklüfteten Bergkette winden sich viele Wanderwege durch die grünen Reisterrassen der Hmong und anderer Bergvölker. (S. 919)

Batad (Philippines) Uralte von Hand geschlagene Reisterrassen in zerklüfteten Felsen. (S. 652)

Khao-Yai-Nationalpark

(Thailand) Nahe Bangkok und dennoch wildester Dschungel: Hier leben Elefanten, Affen und viele Vogelarten. (S. 819)

Kalaw (Myanmar) Auf abgelegenen Pfaden durch Wälder und Bergdörfer gelangt man zu dem schönen Inle-See. (S. 553)

Nam-Ha-Nationalpark (Laos)

Tolle Öko-Trekkingtouren durch altbestehenden Wald und hochgelegene, von Bergvölkern bewohnte Dörfer. (S. 384)

Mondulkiri (Kambodscha)

Wanderungen mit einer Elefantenherde beim Elephant Valley Project in Kambodschas wildem Osten. (S. 326)

Wildes Nachtleben

Bangkok (Thailand) Bangkok bei Nacht ist hektisch, frenetisch und fast außer Kontrolle. Man braucht Ausdauer, um bis zum

Oben: Statue in Wat Phra Kaeo (S. 744), Thailand

Unten: Bootstour in Lombok (S. 152), Indonesien

nächsten Morgen durchzuhalten! (S. 763)

Phnom Penh (Kambodscha)

Nach einer Runde durch das summende Bar-Viertel kann man in einer Disco richtig Party machen oder den eleganten Foreign Correspondents' Club aufsuchen. (S. 257)

Ko Pha-Ngan (Thailand)

Hier fanden die ersten Vollmondpartys in Südostasien statt und es ist die ultimative Aussteiger-Insel. (S. 847)

Nha Trang (Vietnam)

Schon für die amerikanischen GIs war Nha Trang ein Topspot für Strandpartys, und daran hat sich nichts geändert. (S. 956)

Boracay (Philippinen)

In diesem winzigen Inselparadies kocht der Sand vor guter Stimmung. (S. 663)

Kuala Lumpur (Malaysia)

Am besten genießt man einen Drink unter den hellen Lichtern der Wolkenkratzer oder auf einer Dachterrasse mit wahnwitziger Aussicht auf die Stadt. (S. 428)

Bali (Indonesien)

Erst ein Sundowner am Strand von Kuta oder Canggu, dann ab in die bebenden Nachtclubs. (S. 119)

Singapur

Gigantische Drinks zu gigantischen Preisen, aber der Ausblick ist es wert. (S. 728)

Märkte & Shoppen

Bangkok (Thailand)

Neben dem Chatuchak-Wochenendmarkt mit 8000 Ständen gibt es viele Straßen, in denen man vor lauter Marktständen den Asphalt kaum sieht. (S. 765)

Singapur

Shoppen ist hier Nationalsport, ob in modern glänzenden Einkaufszentren oder auf den vibrierenden Märkten. (S. 733)

Chiang Mai (Thailand)

An Wochenenden kann man auf den

„Walking Streets“ shoppen bis zum Umfallen. (S. 793)

Bogyoke Aung San Market

(Myanmar) Yangons britisch gehaltener Markt verkauft alles von vergoldeten Marionetten bis hin zu birmanischen Saphiren und Rubinen. (S. 535)

Can Tho (Vietnam)

Für die berühmten Schwimmenden Märkte im Mekong-Delta sollte man früh aufstehen. (S. 981)

Jonker-Walk-Nachtmarkt (Malaysia)

Jede Woche kommen auf dem Nachtmarkt Ramschhändler, Essensverkäufer und Wahrsager zusammen. (S. 437)

Russischer Markt (Kambodscha)

Dieser energiegeladene Markt ist die Shopping-Adresse in der Stadt. Hier kann man alles kaufen, was es in Kambodscha gibt. (S. 260)

Kulturelle Begegnungen

Ubud (Indonesien)

Ubud ist die spirituelle Heimat des balinesischen Tanzes, der zu den buntesten und lebendigsten Südostasiens gehört. (S. 135)

George Town (Malaysia)

Junge Künstler werten das Bild der Altstadt mit heller, brillianter Streetart auf. (S. 443)

Maubisse (Osttimor)

Im Hochland kann man *uma lulik* (traditionelle Heiligenhäuser) besichtigen. (S. 615)

Luang Prabang (Laos)

Auf der Living Land Farm erlernt man den Anbau von Klebreis, dem Nationalgericht. (S. 367)

Singapur

Südostasiens modernste Metropole zeigt die besten Kunstwerke der Region in der berühmten National Gallery Singapore. (S. 704)

Chiang Mai (Thailand)

Hier kann man einen meditativen Rückzugsort besuchen, einem

monk chat in einem Tempel bewohnen oder von einem Meister *moo-ay tai* (Thaiboxen) lernen. (S. 788)

Siem Reap (Kambodscha)

Ein Auftritt des kambodschanischen Zirkus Phare ist eine einzigartige Erfahrung. (S. 275)

Sulawesi (Indonesien)

In Tana Toraja wohnen die Toten als Hausgäste einer von Asiens außergewöhnlichsten Bestattungszeremonien bei. (S. 212)

Koloniale Architektur

Hanoi (Vietnam)

Die Grande Dame Französisch-Indochinas hat imposante Stadthäuser und beeindruckende Villen. (S. 893)

Yangon (Myanmar)

Endlose Straßen mit Geschäften aus der Zeit der britischen Besatzung und monumentale verlassene Regierungsgebäude. (S. 526)

Luang Prabang (Laos)

Die Franzosen liebten diesen Stützpunkt am Mekong und haben sich hier mit einigen Wahrzeichen verewigt. (S. 362)

George Town (Malaysia)

Aus verfallenen Herrenhäusern wurden Hotels und Galerien, was dem ethnischen Schmelztiegel neues Leben eingehaucht hat. (S. 443)

Hoi An (Vietnam)

Portugiesen, Spanier, Japaner, Chinesen und Franzosen haben sich alle in dieser alten Hafenstadt verewigt. (S. 948)

Vigan (Philippinen)

Perfekt erhaltenes spanisches Kolonialjuwel, direkt unter dem sich auftürmenden Vulkan. (S. 652)

Battambang (Kambodscha)

Der Geist Indochinas schwebt durch die verschlafenen Straßen entlang dem Ufer des Sangker-Flusses. (S. 288)

Monat für Monat

TOP-EVENTS

Buddhistisches Neujahrsfest/Wasserfest, April

Deepavali, November

Rainforest World Music, Juli

Ork Phansaa, Oktober

Fest der Neun Herrschergötter, Oktober

Januar

Die Hauptsaison in Südostasien; auf dem südostasiatischen Festland und den Philippinen ist es kühl und trocken, an der Ostküste der Malaiischen Halbinsel (Samui-Archipel, Pulau Perhentian) und in Indonesien regnet es viel. Auf Bali ist Nachsaison.

Ati-Atihan

Die Mutter aller philippinischen Feste ehrt Santo Niño (das Jesuskind) mit bunten traditionellen Kostümen und Vorführungen in Kalibo auf der Insel Panay.

Bun Pha Wet

Das laotisch-buddhistische Fest ehrt das Leben des zukünftigen Buddhas (Pha Wet oder Prinz Vessantara). Es gilt als Glück verheißend, in dieser Zeit als Mönch

ins Kloster einzutreten. Die Festlichkeiten finden an verschiedenen Tagen in Dörfern in ganz Laos statt.

Thaipusam

Selbstkasteiung, einschließlich dem Umhertragen von Altaren, die mit Speißen am Körper befestigt werden, ist das Markenzeichen des tamilischen Festes Thaipusam, das im Mondmonat Thai in Kuala Lumpur und Singapur stattfindet. Manchmal fällt es auch in den Februar.

Februar

Auf dem Festland ist noch Hochsaison. An der Ostküste der Malaiischen Halbinsel wird es langsam trockener, der Regen zieht weiter Richtung Osten; auf Bali schüttet es weiterhin.

Chinesisches Neujahr

Dieses Mondfest (manchmal auch Ende Januar) wird in chinesisch dominierten Städten gefeiert. In Penang und anderen Orten ist es ein reines Familienfest und Geschäfte schließen ein bis zwei Wochen. In Bangkok, Singapur, Phnom Penh und Kuching hingegen gibt's Paraden mit Drachentänzen, Gourmetfeste sowie ohrenbetäubende Feuerwerke.

Tet

Das Mondneujahr (teils auch Ende Januar) ist der wichtigste Feiertag Vietnams und markiert den Frühlingsanfang. Die Menschen beschenken sich, besuchen ihre Familien, huldigen den Vorfahren, veranstalten Feuerwerke und feiern. Geschäfte haben geschlossen.

März

Auf dem Festland ist es heiß und trocken, die Strände werden langsam leerer. Der Wind nimmt zu und die Kitesurf-Saison beginnt. In Bali führt der Nordwestmonsun nachmittags zu Regen.

Osterwoche

Die Philippinen, Vietnam, Indonesien, Melaka und Osttimor feiern Ostern. Am Tag vor Gründonnerstag beginnt auf den Philippinen die Semana Santa (Heilige Woche), ein Erbe der spanischen Kolonialzeit, mit Bräuchen wie Fasten, Buße und Kirchenbesuchen.

Hinduistisches Neujahr (Nyepi)

Balis „Tag der Stille“ wird mit Fasten und Meditation begangen; Geschäfte und Strände sind geschlossen. Am nächsten Tag ist das

balinesische Neujahrsfest. 2019 am 7. März.

Makha Bucha

Makha Bucha ist einer der drei buddhistischen Feiertage und fällt auf den Vollmond des dritten Monats (meistens im März, seltener im Februar). Er erinnert an eine Ansprache Buddhas zu 1250 erleuchteten Mönchen und wird in den Tempeln von Kambodscha, Laos, Myanmar und Thailand gefeiert.

April

Die heißeste Jahreszeit auf dem Festland macht Sightseeing zur lästigen Pflicht. Kambodscha, Laos, Myanmar und Thailand feiern ihr Neujahr: Transportmittel vorab buchen. Gute Zwischensaison auf Bali.

Buddhistisches Neujahr (Wasserfest)

Mitte April begehen die buddhistischen Länder das Mondneujahr mit religiösen Vorführungen und symbolischem Wasserwerfen. Besonders hingebungsvoll wird es in Chiang Mai in Thailand sowie in den größeren Städten Kambodschas, Laos' und Myanmars gefeiert.

Vietnamesischer Befreiungstag

Der 30. April, als die USA sich aus Saigon zurückzogen und es an Nordvietnam fiel, heißt auch Wiedervereinigungstag.

Mai

Auf dem Festland bleibt es heiß, doch die Regen-

zeit steht vor der Tür und die Reisplantagen beginnen. In Nordvietnam ist frühlingshaftes Wetter und Bali ist noch nicht überfüllt.

Ramadan

Malaysia, Indonesien, Brunei und Teile Südthailands begehen die muslimische Fastenzeit. Sie beginnt im neunten Monat des islamischen Kalenders (2019 von Mai bis Anfang Juni) und endet mit dem Eid-al-Fitr-Fest. Zwischen Sonnenauf- und -untergang sind für Gläubige Essen, Trinken, Zigaretten und Sex tabu.

Raketenfest

Dorfbewohner, vor allem im Nordosten Thailands und in Laos, feuern selbstgebaute Bambusraketen (*bang fai*) ab, um Regenfälle für eine reiche Ernte heraufzubeschwören. Die Termine variieren von Ort zu Ort.

Königliche Pflugzeremonie

In Thailand und Kambodscha gibt's zum Beginn der Reisplantzsaion königliche Zeremonien mit uralten brahmanischen Ritualen, wobei hinduistische und buddhistische Traditionen vermischt werden.

Visakha Bucha

Dieses buddhistische Fest am 15. Tag des zunehmenden Mondes im sechsten Mondmonat feiert die Geburt, Erleuchtung und den Heimgang (*parinibbana*) Buddhas. Festlichkeiten, bei denen Hunderte Kerzen angezündet werden, finden in den Tempeln Kambodschas, Laos', Myanmars und Thailands statt.

Juni

Der Südwestmonsun bringt (meist nachmittags) Regen aufs Festland und auf einen großen Teil der Philippinen. Zum Sommerbeginn in Europa und China beginnt die nächste Hauptsaison, vor allem auf Bali.

Gawai Dayak

Am 1. und 2. Juni wird im malaysischen Bundesstaat Sarawak auf Borneo das Ende der Reisernte gefeiert. Stadtbewohner treffen sich in ihren Heimorten, um zu essen und massenweise *tuak* (Reiswein) zu trinken.

Hue Festival (alle zwei Jahre)

Vietnams größtes Kulturfest wird alle zwei Jahre (2020, 2022 etc.) in der einstigen kaiserlichen Hauptstadt mit internationalen Künstlern abgehalten. Es gibt Kunst, Theater, Musik, Zirkus und Tanzvorführungen in der Zitadelle.

Juli

Südostasien bereitet sich auf die buddhistische Fastenzeit vor, die mit der Regenzeit (dem Südwestmonsun) zusammenfällt. Trotz Nieselregens die perfekte Zeit für Ausflüge aufs Land, denn jetzt beginnen die Reisplantagen. Meist bleibt der Samui-Archipel Thailands vom Regen verschont.

Asanha Bucha

Bei Vollmond im achten Mondmonat wird Buddhas erster Predigt gedacht. In Kambodscha, Laos, Myanmar und Thailand treffen