

# **SÜDVIETNAM & KAMBODSCHA**

## **Rad-Kulturreise von Saigon nach Angkor Wat**



### **Saigon Highlights**

**Cao Dai Tempel und Cu Chi Tunnels**

**Im Herzen des Mekongdeltas**

**Schwimmende Märkte**

**Bootsausflug am Golf von Siam**

**Casino auf dem Elefantenberg**

**Baden an der Riviera des Ostens**

**Königsstadt Phnom Penh**

**Weltkulturerbe Angkor Wat**

## bike adventure tours



## REISEPROGRAMM

Im Süden Vietnams und Kambodschas splittert sich der Mekong in ein Netzwerk von unzähligen Nebenflüssen, bevor er ins Meer fliesst. Gemächlich radeln wir durch die anmutige, flache Flusslandschaft, vorbei an saftig grünen Reisfeldern, an tropischen Zuckerpalmen und Seen mit schwimmenden Lotusblumen. Wir bestaunen die farbenfrohen Pagoden und erfahren viel über die wechselhafte Geschichte und Kultur der beiden Länder. Wir erhalten Einblick in das einfache Leben der liebenswürdigen Bevölkerung und geniessen die ausgezeichnete lokale Küche ausgiebig. Vom Mekong radeln wir an den Golf von Siam mit seinen menschenleeren Stränden und geniessen traumhaft schöne Sonnenuntergänge. Unsere abwechslungsreiche Rad-Reise führt uns von der Gegenwart, dem pulsierenden Grossstadtleben Saigons und Phnom Penhs zurück in die schicksalhafte Geschichte der Roten Khmer – und noch weiter zurück in die geheimnisvolle Hochkultur von Angkor, der beeindruckendsten Tempelstätte Asiens. Lassen Sie sich verführen...

**Eine Wohlfühlreise, ausschliesslich in guten bis sehr guten Hotels.**

### **1. Tag Flug nach Saigon**

Gegen Mittag treffen wir uns im Flughafen Zürich. Am frühen Nachmittag fliegen wir Richtung Asien ab und kommen am folgenden Morgen in Saigon an. Flüge ab anderen Flughäfen auf Anfrage.

*(Flugdetails siehe Flugplan)*

### **2. Tag Willkommen in Saigon, der lebhaften Metropole Vietnams**

Ankunft in Saigon, wo wir von unserem sympathischen und deutschsprachigen Reiseleiter Mr. Hai empfangen und direkt zum Hotel gebracht werden. Am Nachmittag sammeln wir erste Eindrücke des quirligen Treibens auf einer kurzen City-Tour mit dem Bus und einem Spaziergang durch Saigon. Ein erstes Abendessen mit vietnamesischen Spezialitäten zeigt uns die Vielfalt der einheimischen Küche.

*Gutes, zentral gelegenes Hotel in Saigon, (F)*

### **3. Tag Cao Dai Tempel und Vietcong Tunnels (Einrolltour 26 km, 200 Hm)**

Unser Begleitbus bringt uns am Morgen nach Tay Ninh, in das farbenfrohen Headquarter der Cao Dai Religion. Von dort fahren wir nach dem Mittagessen mit Bus und Bike durch weitläufige Erdnussplantagen bis nach Ben Suc. Hier besichtigen wir die Cu Chi Tunnels, ein System unterirdischer Stollen der vietnamesischen Widerstandskämpfer aus den Zeiten des Vietnamkrieges. Der Abend steht zur freien Verfügung.

*Gutes, zentral gelegenes Hotel in Saigon, (F)*

- 4. Tag Das Radabenteuer beginnt (47 km, 100 Hm)**  
Let's go! Unser Begleitbus bringt uns von Saigon nach My Tho. Schon bald führt uns eine abenteuerliche Radtour durch die Reisfelder und über unzählige Kanäle nach Cai Be. Unterwegs geniessen wir das reiche Angebot an frischen Früchten. Mit dem Boot überqueren wir den breiten Mekong via Insel Binh Hoa Phuoc bis ins freundliche Städtchen Vinh Long.  
*Einfaches Hotel, direkt am Mekong gelegen, (F)*
- 5. Tag Radfahren im fruchtbaren Mekongdelta (58 km, 100 Hm)**  
Unsere heutige Radstrecke führt uns quer durchs Herz des Mekongdeltas. Wir radeln auf verkehrsarmen, guten Asphaltstrassen, vorbei an saftig-grünen Reisfeldern, die die Bauern noch mit Ochsen pflügen und staunen über die Einfachheit des vietnamesischen Lebens. Immer wieder radeln Schulkinder in Schuluniformen oder Studentinnen in ihren herrlich weissen Anzügen mit uns mit und bezaubern uns mit ihrer Eleganz und Anmut.  
*Gutes Hotel im Zentrum von Can Tho, (F)*
- 6. Tag Radeln auf Singletrails und Dschungelwegen (38 km, 0 Hm)**  
Wir biken auf schmalen Dschungelwegen durch schmucke kleine Dörfer, ausgedehnte Früchteplantagen und Reisfelder mit Seenlandschaften. Nach dem Mittagessen geht dir Reise im Bus weiter nach Chau Doc, wo wir vom direkt am Mekong gelegenen Hotel das unermüdliche Treiben auf dem breiten Fluss beobachten können.  
*Sehr gutes Boutique-Hotel in Chau Doc, (F)*
- 7. Tag Ruhetag in Chau Doc (fak. 20 km, 300 Hm)**  
Wer möchte kann heute einen Bootsausflug zu den farbenfrohen "Schwimmenden Märkten" von Chau Doc unternehmen. Unglaublich was es hier alles zu sehen gibt! Danach besuchen wir ein typisches Dorf der "Cham", einer muslimischen Minderheit, die vor allem hier im Grenzgebiet lebt. Wer will, radelt mit dem Bike auf den heiligen Sam-Berg mit herrlicher Aussicht. Der Abend steht zur freien Verfügung.  
*Sehr gutes Boutique-Hotel in Chau Doc, (F)*
- 8. Tag Karsthügel und Reisfelder – ein Naturparadies (60/80 km, 200 Hm)**  
Mit Bus und Bike fahren wir der Grenze entlang Richtung Süden bis fast ans Meer. Hier in der östlichsten Ecke des Mekongdeltas überqueren wir die Grenze nach Kambodscha in die Provinz Takeo – mit ihren lieblichen Landschaften ein Bijou zum Entdecken: Wir radeln auf abgelegenen Strassen durch paradiesische Dörfer inmitten von fruchtbaren Gärten und werden überall mit einem "hello, hello" begrüsst. Oft radeln Schulkinder mit uns mit und stecken mit ihrem Lachen an. Die Gegend ist durchsetzt mit Karstfelsen, weiten Reisfeldern und mächtigen Zuckerpalmen. Unser Ziel ist ein kleines Fischerdorf, am Golf von Siam gelegen, wo wir in einer liebevoll gepflegten Bungalow-Anlage übernachten, kurz ins Meer hüpfen und den farbenfrohen Sonnenuntergang geniessen.  
*Schöne Bungalowanlage in Kep, nahe Badestrand (F)*

- 9. Tag Ein Juwel am Golf von Siam (Bootsausflug oder Wanderung)**  
Weil es hier so schön ist, bleiben wir gleich noch eine Nacht. Mit dem Boot gelangen wir auf die wunderschöne Insel 'Rabbit Island', wo wir den Tag am Sandstrand unter Palmen verbringen und uns mit frisch zubereiteten Meeresfrüchten verwöhnen lassen. Alternativ kann eine gemütliche Wanderung durch die tropischen Meereshügel unternommen werden.  
*Schöne Bungalowanlage in Kep, nahe Badestrand (F)*
- 10. Tag Das Casino auf dem Elefantenberg (fak. 68 km, 1100 Hm)**  
Der Bus fährt uns bis zum Fusse des imposanten Elefantengebirges. Dank des angenehm kühlen Klimas gab es hier oben einen elitären Ferienort mit Kasino und Hotels. Jetzt stehen nur noch Ruinen... Ein schmaler Jeeptrail führt hinauf durch riesige tropische Farnwälder – die Vegetation ändert sich unablässlich je höher man kommt. Wer will, bezwingt den Mount Bokor (1080 m.ü.M) im Bikesattel, wir andern lassen uns im Fahrzeug hochkutschieren. Die Aussicht ist gewaltig und das Casino aus einer andern, verwunschenen Welt... Die Biker erwartet eine herrliche Abfahrt, unten verladen wir, und fahren weiter Richtung Sihanoukville. Wo uns ein wunderschönes Hotel mit all seinen Annehmlichkeiten empfängt.  
*Erstklasshotel-Resort mit eigenem Badestrand in Sihanoukville, (F)*
- 11. Tag Weisse Sandstrände an der ‚Riviera des Ostens‘ (48/68 km, 400 Hm)**  
Der liebevolle Badeort Sihanoukville wurde 1965 von Prinz Sihanouk gegründet. Reiche Khmer verbrachten hier ihren Sommerurlaub und inzwischen auch viele Reisende aus aller Welt. Den heutigen Tag nutzen wir, um die Vielseitigkeit der Gegend kennen zu lernen: Wir radeln durchs Hinterland zu einem kleinen Bootbauer-Dorf, wo wir die Handwerker bei der kunstvollen Fertigung der chinesischen Dschunken bewundern. Auf teils schmalen Pfaden biken wir zu einem Wasserfall, wo wir gemütlich baden und picknicken. Wer will, radelt anschliessend weiter durchs Hinterland ans Meer. Hier reiht sich Strand an Strand. Wir erfrischen uns im Wasser und geniessen einen verdienten kühlen Drink vor der untergehenden Sonne. Der Abend steht zur freien Verfügung.  
*Erstklasshotel-Resort mit eigenem Badestrand in Sihanoukville, (F)*
- 12. Tag Phnom Penh – die Perle Südostasiens (Bus 3 Std)**  
Heute Morgen geniessen wir nach Lust und Laune unser Hotel mit dem grosszügigem Pool und dem privaten Badestrand. Nachmittags fährt uns der Bus nach Phnom Penh, der grosszügig angelegten Hauptstadt – mit Charme und französischem Flair. Wir entdecken eine Stadt, die viele Höhen und Tiefen erlebte: Geprägt durch die französische Kolonialzeit, terrorisiert durch Pol Pots Schreckensregime, wiederaufgebaut durch UNO-Milliarden, ist es heute eine geruhsame, angenehme Stadt zwischen Vergangenheit und Moderne. Wir flanieren auf den breiten Alleen und geniessen das ausgiebige Nachtleben der Perle Südostasiens.  
*Gutes Stadthotel im Zentrum Phnom Penhs, (F)*

- 13. Tag Phnom Penh – Gestern und heute (Sightseeing)**  
Heute morgen besichtigen wir die wichtigsten Sehenswürdigkeiten wie den Königspalast mit der Silberpagode, das beeindruckende National Museum und spazieren entlang dem Mekong. Der Nachmittag und Abend steht für eigene Entdeckungsreisen zur Verfügung, es gibt unzählige Pagoden zu besichtigen oder auch das Tuol Sleng Museum welches die traumatische Vergangenheit Kambodschas aufzeigt. Abends lockt eine Fülle an guten Restaurants, chilligen Lounges und Musikklubs.  
*Gutes Stadthotel im Zentrum Phnom Penhs, (F)*
- 14. Tag Radeln entlang dem Mekong (35 km, 0 Hm / Bus 4 Std)**  
Mit Velo und Fähre gelangen wir auf eine nahe gelegene Insel und radeln gemütlich unter Palmen durch die tropischen Gärten. Wir erfreuen uns an den mit vielen Blumen geschmückten Pfahldörfern und am breiten Lachen der kambodschanischen Kinder. Unterwegs schauen wir dem vielseitigen Kunstgewerbe über die Schulter und bestaunen die flinken Hände der Weber- und Töpferinnen. Nachmittags fährt uns der Bus Richtung Norden. Unser Ziel ist Angkor Wat, das grösste religiöse Bauwerk – mit der dichtesten Ansammlung von Tempeln auf der Welt. Rechtzeitig zum Sonnenuntergang unternehmen wir einen ersten Besichtigungsausflug zu diesem zu "Stein erstarrten Traum".  
*Gutes, zentral gelegenes Hotel mit Swimmingpool in Angkor Wat, (F)*
- 15. Tag Angkor Wat – eines der Sieben Weltwunder (46 km, 0 Hm)**  
Seit 1992 gehört Angkor zum Welterbe der Menschheit. Inmitten eines üppigen Urwalds erwartet uns eine einzigartige Tempelarchitektur, die uns sowohl mit ihrer schier unglaublichen Grösse und Ausdehnung, aber auch mit ihren filigranen Steinmetz-Details tief beeindruckt. Mit dem Bike fahren wir zu den wichtigsten Anlagen und besuchen Angkor Thom, den Bayon und natürlich das alles überragende Angkor Wat. Der Srah Srang, das "Schwimmbad" des Königs und vor allem auch Ta Prohm, der mystische, im grünen Dschungel halb versunkene und mit riesigen Würgefeigbäumen überwachsene Tempel sind weitere Highlights, die wir per Rad besichtigen. Am Abend feiern wir zusammen unsere Reise.  
*Gutes, zentral gelegenes Hotel mit Swimmingpool in Angkor Wat, (F)*
- 16. Tag Mystik, Urwald, Tempel und Götter... (fak. Bus und Boot)**  
Heute machen wir einen romantischen Ausflug per Bus und Boot zu einem halb verfallenen Tempel auf dem westlichen Baray, einem riesigen künstlichen Wasserbecken. Und wer nicht genug hat, kann hier durchaus noch zwei, drei Tage anhängen – es gibt unendlich viel zu sehen: zum Beispiel das Kinderspital Kantha Poppa vom Schweizer Arzt, Beat Richner, auch Beatocello genannt. Für uns andern heisst es Abschied nehmen. Ein Nachtflug bringt uns zurück nach Europa.
- 17. Tag Ankunft in Europa (Flugzeiten siehe Flugplan)**

## REISEINFOS



**Konditions-Level:** 1/2

**Fahrtechnik-Level:** 1–2

**Strecke:** **Total ca 360–490 Kilometer im Radsattel mit sehr wenigen Höhenmetern in 8–10 Bikeetappen**, in Vietnam auf wenig befahrenen, asphaltierten Nebenstrassen, in Kambodscha meist auf Naturstrassen. Pro Tag fahren wir im Schnitt 45 Kilometer. Die Streckenlänge ist an vielen Tagen variabel, das heisst, dass nach Lust und Laune mehr oder weniger (oder gar keine) Kilometer im Fahrradsattel zurückgelegt werden können. Zudem ist das Begleitfahrzeug auf 80% der Gesamtstrecke jederzeit verfügbar.

**Anforderungen:** Die meisten Etappen sind Level 1–2, eine fakultative Etappe (Bokor Mountain) ist Level 2–3. Eine interessante Reise auch für Begleitpersonen ohne Fahrrad.

**Fahrrad:** Auf dieser Reise nimmt jeder Teilnehmer sein eigenes Bike (Fahrrad) mit. Vor Ort können auf Anfrage und nach Verfügbarkeiten Bikes (Frontfederung, Marke Bergamont) gemietet werden. Die Mietkosten für die ganze Reise betragen CHF 320.– / € 215.– (Stand Nov. 09)

**Teilnehmerzahl:** mind. 10, max. 15 Personen

**Anmeldeschluss:** 8 Wochen vor Reisebeginn (später auf Anfrage)

## bike adventure tours

---

Daten		Preis		EZ-Zuschlag		Reiseleitung
		CHF	€	CHF	€	
VIKA-1/10	12.– 28. März 10	5490.–	3660.–	890.–	595.–	Judith Alder
VIKA-2/10	12.– 28. Nov. 10	5490.–	3660.–	890.–	595.–	Karl Günthard
VIKA-2a/10	19. Nov. – 5. Dez. 10	5490.–	3660.–	890.–	595.–	
VIKA-3/10	24. Dez. – 9. Jan.11	5980.–	3980.–	890.–	595.–	Thomas Krenn
VIKA-1/11	11.– 27. März 11	5490.–	3360.–	890.–	595.–	

Wir bemühen uns, eine/n ZimmerpartnerIn für Alleinreisende zu finden!

### Im Preis inbegriffen:

- Flug Zürich – Saigon und Siem Reap – Zürich (andere Flüge auf Anfrage)
- Flughafen-, Sicherheitstaxen & Treibstoffzuschläge (Thai Airways CHF 364.– / € 243.–, Stand Nov. 09)
- 25 kg Freigepäck inkl. Bike mit Verpackung
- Biketransport auf den Flügen
- 14 Übernachtungen im Doppelzimmer mit Frühstück in Hotels oder Lodges mit hohem Standard
- Begleitfahrzeug, Transfers, alle Bootsausflüge
- Eintritte zu Nationalparks, Museen, Tempeln und 3-Tagespass für Angkor Wat
- Ausreisesteuer Kambodscha USD 25.– (Stand Sept. 09)
- BAT-Biketrikot
- lokale deutschsprachige und bike adventure tours Reiseleitung (ab 10 Personen)

### Nicht inbegriffen:

- nicht aufgeführte Mahlzeiten und alle Getränke
- Visumgebühren
- Trinkgelder für Fahrer und lokale Reiseleiter
- Mietbike (wenn gewünscht)
- obligatorische Annullationskosten- und Assistanceversicherung
- evtl. ½ Einzelzimmerzuschlag (siehe AVR B Punkt 3.1)
- evtl. Kleingruppenzuschlag (siehe AVR B Punkt 3.2)

**Legende Mahlzeiten:** F = Frühstück, M = Mittagessen, A = Abendessen

**Übernachtung:** **Alle Übernachtungen sind in sehr guten Hotels oder Lodges (oft mit Pool).** Zudem sind wir 6x jeweils zwei Nächte im gleichen Hotel, dadurch entfällt das tägliche Kofferpacken.

**Visum Vietnam:** Die Visumgebühr für Schweizer Staatsbürger beträgt CHF 75.–, für Deutsche ab € 55.– und für Österreicher € 73.– (Stand Nov. 09).

**Visum Kambodscha:** Die Visumgebühr für Schweizer Staatsbürger beträgt CHF 40.–, für Deutsche und Österreicher € 30.– (Stand Nov. 09).

**Individualreise:** Eine ähnliche Reise durch Südvietsnam kann auf frühzeitige Anfrage ab 2 Personen individuell mit lokaler, deutschsprachiger Reiseleitung gebucht werden. Bitte verlangen Sie das separate Reiseprogramm.

**Bildergalerie & Buchungsstand:** Zu jeder Reise unter [www.bikereisen.ch](http://www.bikereisen.ch) ersichtlich.

***Programmänderungen sind vorbehalten, alle Angaben ohne Gewähr.***

Stand, 03.02.2010



## **Beratung & Verkauf**

bike adventure tours  
Sagistrasse 12  
CH-8910 Affoltern am Albis  
Tel. +41 (0)44 761 37 65  
Fax +41 (0)44 761 98 96  
[info@bikereisen.ch](mailto:info@bikereisen.ch)

*Deutschland Vertretung*  
bike adventure tours Vertretung  
Sonja Wolfgramm  
Guntramstrasse 29, D-79106 Freiburg  
Tel. +49 (0)761 38 44 331  
Fax +49 (0)761 38 44 332  
[info@bike-adventure-tours.de](mailto:info@bike-adventure-tours.de)  
[www.bike-adventure-tours.de](http://www.bike-adventure-tours.de)