

Detailprogramm

Studienreise „Yoga – Ein Lebensweg“:

15-tägige Indienreise mit Einblicken in den Integralen Yoga von Sri Aurobindo und die traditionelle Spiritualität Südiens

Termin: 15.09. – 29.09.2025

Inhalt

Reisedetails.....	3
Vorgesehener Reiseverlauf.....	3
Voraussichtliche Hotels.....	6
Voraussichtliche Flüge.....	6
Enthaltene Leistungen.....	6
Zusätzliches Entgelt.....	6
Wahlleistungen.....	6
Termine und Preise pro Person.....	6
Teilnehmerzahl.....	6
Reisedauer.....	6
Reiseleitung.....	6
Praktische Hinweise.....	8
Atmosfair / Anreise / Transfers.....	8
Einreisebestimmungen / Sicherheit.....	8
Gesundheit und Impfungen.....	9
Mitnahmeempfehlungen.....	9
Währung / Post / Telekommunikation.....	10
Zollbestimmungen.....	10
Wissenswertes.....	11
Versicherung.....	11
Nebenkosten / Trinkgelder.....	11
Verpflegung.....	11
Umwelt.....	11
Bewusst reisen mit NEUE WEGE.....	12
Zeitverschiebung und Klima.....	12
Sprache und Verständigung.....	12
Religion und Kultur.....	13
Essen und Trinken.....	13
Besondere Verhaltensweisen.....	13
Reiseliteratur.....	15

Reisedetails

Unsere Reise führt uns nach Tamil Nadu in Südindien, in das Land zwischen dem Arabischen Meer und dem Golf von Bengalen, das mit seinen beeindruckenden Tempelanlagen, kulturhistorischen Stätten und Pilgerorten eine reichhaltige und ungewöhnliche Vielfalt an Eindrücken und Erlebnissen zu bieten hat. Es ist eine Hochburg der dravidischen Kultur, die ihre Aktualität über einen Zeitraum von mehr als 1500 Jahren bewahrt hat und deren Bauwerke das hinduistische Weltbild in unvermischter Form zum Ausdruck bringen. Mit Sri Aurobindos und Ramana Maharshis Ashrams finden wir hier zudem die Gemeinschaften der bedeutendsten Yogis des 20. Jahrhunderts. Ein Land mit alten Traditionen, anmutigen Landschaften und einem pulsierenden Charme, dessen lebendige und fremdartige Kontraste uns Tag für Tag aufs Neue in ihren Bann ziehen werden! Besonderheit ist die fachkundige Führung durch Lisa Thole, die in Auroville geboren wurde und mit der indischen Mythologie und Philosophie aufgewachsen ist. Sie versteht es, die indische Spiritualität mit ihren Vorträgen und Führungen auf wunderbare Art und Weise zu vermitteln.

Vorgesehener Reiseverlauf

Änderungen vorbehalten

1. Tag:

Abflug aus der Schweiz ab Zürich. Gerne organisieren wir Ihre Anreise mit Zug oder Flug nach Zürich.

2. – 4. Tag: Tiruvannamalai

Morgens Ankunft und Transfer nach Tiruvannamalai. Die kleine Stadt liegt am Fuß des heiligen Berges Arunachala, der als Manifestation des Gottes Shiva gilt. Hier hat bis zum Jahr 1950 Sri Ramana Maharshi gelebt, ein weltweit bekannter Meister, der zu den großen Gestalten des spirituellen Lebens Indiens gehört. Ramana Maharshi lebte die Selbsterforschung durch die Frage „Wer bin ich?“. Er gilt als einer der bekanntesten

Weisen und Vertreter des Advaita-Vedanta des 20. Jahrhunderts.

Vom Sri Ramana Ashram aus führt ein Fußweg auf den Arunachala, wo sich zwei Einsiedeleien befinden, in denen der Meister viele Jahre verbracht hat. Direkt in der Stadt liegt der bekannte Arunachalesvara-Tempel, in dem Shiva in Gestalt des Elementes Feuer verehrt wird.



Geplante Aktivitäten:

Einführung in die Bedeutung von Tiruvannamalai sowie Hintergründe zum Jnana-Yoga (Sri Ramana Maharshi, Advaita-Vedanta). Morgendliche Yoga-Praxis.

Besuch im Ashram von Sri Ramana Maharshi mit Teilnahme an der täglichen Abendrezitation. Meditation in den Einsiedeleien am Arunachala. Besuch im Arunachalesvara-Tempel.

Besuch im Ashram von Yogi Ramsuratkumar mit Teilnahme an einer Aarti (traditionelle „Weihehandlung“). Sofern möglich, treffen wir dort auch eine „Weggefährtin“ von Yogi Ramsuratkumar, zu einem spirituellen Austausch.

5. Tag: Trichy

Transfer und Übernachtung in Trichy

6. Tag: Muthukulam und Muthanampatty

Dieser Tag steht ganz im Zeichen eines sozialen Hilfsprojektes, welches wir seit Jahren aktiv unterstützen. Unsere Fahrt führt uns nach Muthukulam, wo wir das Kinder-Hilfsprojekt „COPE“ besuchen und verschiedene Einrichtungen besichtigen werden.



„COPE“ unterstützt aktuell rund 850 Kinder und deren Familien im Rahmen sozialer Projekte (wie z.B. Aufbau von Schulen, Aus- und Fortbildung der Kinder, Betreuung alter Menschen, Projekte zur Unterstützung von Frauen), unabhängig ihrer religiösen Abstammung. Die Verantwortlichen von „COPE“ sehen religiöse Toleranz als Grundvoraussetzung für ein friedliches Zusammenleben in der indischen Gesellschaft.

Auch der Besuch eines kleinen, benachbarten Ortes, wo COPE eine Schule für über 300 Kinder leitet und im Jahr 2021 mit Hilfe privater Spenden eine kleine Kirche für die Dorfgemeinschaft baute, steht auf unserem Tagesprogramm.

Wie bereits im Rahmen unserer Indienreisen 2016, 2019 und 2022 wollen wir auch dieses Mal wieder gesammelte Spendengelder als finanzielle Unterstützung zum weiteren Aufbau der Einrichtung persönlich übergeben.

Übernachtung in Trichy.

7. Tag: Srirangam

Die auf einer Insel im Kaveri-Fluss gelegene Tempelstadt von Srirangam beherbergt den mit sieben konzentrischen Höfen und 21 Eingangstürmen imposanten und größten Tempelkomplex Indiens. Die äußeren drei Höfe bilden ein Stadtviertel mit Wohnhäusern für die Brahmanen und Geschäfte, die für die Pilger eine Vielzahl von Waren und Devotionalien anbieten. Der eigentliche Tempelbereich befindet sich in dem Areal der vier innersten Mauerringe und ist der Gottheit Ranganatha, einer Form des Weltenerhalters Vishnu, geweiht. Besondere Highlights sind die Aussichtsterrasse und die von der Vijayanagara-Dynastie erbaute Pferdehalle.



Transfer ins „Beach Resort“ südlich von Pondicherry.

8. – 9. Tag: „Le Pondy Beach Resort“

Geplante Aktivitäten:

Entspannung am Meer und Yoga-Praxis



Am Abend des 9. Tages Transfer nach Pondicherry Stadt

10. – 13. Tag: Pondicherry und Auroville

Besichtigung der bedeutendsten Stätten Pondicherrys. Besuch im Sri Aurobindo Ashram einschließlich Meditation am Samadhi von Sri Aurobindo und seiner Weggefährtin Mira Alfassa, Gründerin von Auroville.



Der Integrale Yoga Sri Aurobindos ist die spirituelle Grundlage von Auroville, einem 1968 gegründeten internationalen Stadtbau-Projekt. Hier leben und arbeiten

ca. 2.700 Mitglieder aus über 50 Nationen. Das Ziel der Gemeinschaft ist die Verwirklichung einer menschlichen Einheit im Rahmen der Zusammenarbeit am Aufbau der Stadt

Geplante Aktivitäten:

Einführung in die Themen „Auroville“ und „Matrimandir“. Besuch des Visitors Center von Auroville und Spaziergang zum Matrimandir-Garten. Einführung und Hintergründe zum Integralen Yoga von Sri Aurobindo. Besuch verschiedener Ausstellungen, Einrichtungen und Betriebe.



14. Tag: Rückfahrt nach Chennai

Transfer nach Chennai

Am letzten Tag unserer Reise durch Tamil Nadu fahren wir dann wieder zurück nach Chennai und verbringen den Rest des Tages ganz entspannt in einem gemütlichen Stadthotel.

Übernachtung in Chennai

15. Tag: Abschied von Indien

Am frühen Morgen erfolgt der Transfer zum Flughafen. Rückflug am Morgen, Ankunft in Zürich am Abend 29.09.25.



Voraussichtliche Hotels

Trivandrum:	Sparsa Hotel	3/4 Nächte
Trichy:	Courtyard by Marriot	2 Nächte
Pondicherry:	Le Pondy	2 Nächte
Pondicherry:	Atithi	5 Nächte
Chennai:	The Residency	1 Nacht

Voraussichtliche Flüge

15SEP: ab Zürich: 11:15	an Abu Dhabi: 19:10
16SEP: ab Abu Dhabi 21:10	An Chennai: 03:05
29SEP: ab Chennai 10:05	An Abu Dhabi: 12:55
29SEP: ab Abu Dhabi 14:50	An Zürich: 18:45

Enthaltene Leistungen

Linienflug mit Etihad Airways ab Zürich nach Chennai / Madras und zurück in der Economy Class • 13 Übernachtungen plus Early Check In im geteilten Doppelzimmer in Hotels der Mittelklasse • Frühstück • deutsch sprechende Reiseleitung durch Lisa Thole • Ausflüge nach Programm inkl. aller Fahrten • Yogaunterricht durch Bernhard Frindt und Maria Okle • Eintrittsgelder • NEUE WEGE-Informationsmaterial • atmosfair-Beitrag (100%ige CO2-Kompensation Ihres internationalen Fluges)

Zusätzliches Entgelt

Visumgebühren Indien (US\$25 plus Gebühren) • Versicherung • Trinkgelder • Mittag- und Abendessen, Getränke • individuelle Ausflüge und Aktivitäten • Fotogebühren • alle weiteren hier nicht aufgeführten Leistungen

Wahlleistungen

- EZ-Aufpreis : € 1.040
- Rail & Fly: € 120

Termine und Preise pro Person

Reise-Nr.	von	bis	Preis in €
5INS9006	15.09.25	29.09.225	
Teilnehmerzahl 10 – 11 Personen			€ 3.395
Teilnehmerzahl ab 12 Personen			€ 3.245

Gerne bieten wir Ihnen auf Wunsch den Business Class-Tarif oder Flüge ab dem Flughafen Ihrer Wahl an.

Teilnehmerzahl

Mindestens 10, höchstens 16

Reisedauer

15 Tage

Reiseleitung

Lisa Thole

ist in Auroville geboren und aufgewachsen. Sie hat ein Studium der Psychologie und Soziologie in Bengaluru absolviert und lebt mit großem Engagement in der Gemeinschaft von Auroville. Sie sieht sich selbst als Teil eines dynamischen Experiments, das dem Thema der menschlichen Einheit gewidmet ist.

„Hier in Auroville machen wir uns immer bewusst, dass eine durchgreifende Veränderung in der Menschheit erst dann zum Tragen kommen kann, wenn lebendige spirituelle Werte die Grundlagen unserer Gesellschaft sind. Aus diesem Grund liegt ein wichtiger Fokus unseres kollektiven Lebens auf dem Yoga der Transformation, genannt der Integrale Yoga von Sri Aurobindo. Ich hoffe einfach, dass mein Engagement dazu beitragen kann, Menschen in der gegenwärtigen krisenhaften Welt-situation mit neuen Impulsen zu inspirieren.“

Darüber hinaus gilt ihr besonderes Interesse der indischen Mythologie und der hinduistischen Götterwelt. Sie versteht es ausgezeichnet, die kulturelle Vielfalt Indiens in Vorträgen und Führungen auf lebendige Weise näher zu bringen.



Maria Okle und Bernhard Frindt

kamen durch ihre Yogalehrerin Liesel Goltermann vor über 20 Jahren zum Yoga. Über viele Jahre hinweg wurden sie von ihrer Lehrerin persönlich begleitet und in die grundlegenden Methoden sowie philosophischen Hintergründe des Yoga eingeweiht.

In den Jahren 2004 - 2008 absolvierten sie gemeinsam die Yogalehrausbildung bei Dr. Christian Fuchs an der Yoga-Akademie Stuttgart nach den Richtlinien des

Bundesverbandes der Yogalehrenden in Deutschland e.V. sowie der Europäischen Yoga-Union – EYU. Gemeinsam mit Dr. Christian Fuchs reisten sie 2012 erstmals nach Tamil Nadu und besuchten dort, unter der fachkundigen Führung von **Lisa Thole**, die geistigen Zentren, wo Yoga noch heute in seiner ursprünglichen Spiritualität erfahren werden kann. Die freundschaftliche Verbindung zu „Lisa“ und die Sehnsucht nach der Spiritualität Indiens motivierten Maria und Bernhard, 2016 erstmals mit einer eigenen Reisegruppe Tamil Nadu zu besuchen.



Im Bewusstsein unserer Erfahrungen, die wir während unserer bisherigen Besuche in Tamil Nadu machen durften, laden wir Sie ein zu unserer **„Spirituellen Reise ins Land des Yoga“**.

Praktische Hinweise

Atmosfair / Anreise / Transfers

Anreise

Sie fliegen mit einer renommierten Fluggesellschaft in der Economy-Class von Zürich nach Chennai.. Gerne bieten wir Ihnen gegen Aufpreis auch den Business Class-Tarif oder Abflüge ab einem anderen Flughafen Ihrer Wahl an. Neue Wege Reisen haftet nicht für Flugplanänderungen, Verspätungen, etc. und daraus resultierende Programmänderungen. Es gelten die internationalen Bestimmungen der Fluggesellschaften.

atmosfair

Wir kompensieren die CO2-Emissionen Ihres Fluges: Dazu übernehmen wir zu 100% den atmosfair-Beitrag für alle Teilnehmer/innen Ihrer Gruppenreise nach Asien.

Sie fragen sich sicherlich, wie die Kompensation funktioniert. Unter www.atmosfair.de ermitteln Sie mit wenigen Klicks die CO2-Emission Ihres Fluges. Dieselbe Menge an Kohlendioxid wird in einem atmosfair-finanzierten Projekt an anderer Stelle eingespart. atmosfair investiert es u.a. in das Vorzeigeprojekt „Biogas im ländlichen Nepal“. Auch heute noch nutzen viele Menschen in den ländlichen Gegenden Nepals offene Feuerstellen als Kochgelegenheit für ihren Alltag. Eine Biogasanlage kann das Leben dieser Familien umweltfreundlicher und wesentlich gesünder gestalten. Die Menschen werden nicht mehr durch das offene Feuer im Haus lungenkrank und die Kinder können abends noch bei Gaslicht für die Schule lernen. Ein weiteres Plus: Die Menschen vor Ort müssen keine weiten Wege mehr zum Feuerholzsammeln zurücklegen und die Wälder Nepals werden vor Abholzung geschützt.

So sind Sie sicher, dass Sie interessante Reisen mit verantwortungsbewusstem Handeln verbinden – wirklich atmosfair!



Einreisebestimmungen / Sicherheit

Einreisebestimmungen

Die indische Regierung hat 2014 das „Tourist Visa On Arrival (TVoA) enabled with electronic Travel Authorization (ETA)“ eingeführt, um deutschen und anderen ausländischen Touristen bestimmter Länder die Einreise nach Indien zu erleichtern. Dafür müssen Urlauber vorab einen sogenannten ETA-Antrag (Electronic Travel Authorization) online unter: www.indianvisaonline.gov.in/visa/tvoa.html ausfüllen. Alle aktuell gültigen Voraussetzungen und Bestimmungen ebenso wie die derzeit gültigen Gebühren finden Sie dort vermerkt sowie in unseren Visainformationen, die Sie mit Ihrer Buchung erhalten.

Daneben ist auch weiterhin die postalische Beantragung des Visums vor der Reise möglich, die von den Vertretungen Indiens (Botschaften und Konsulaten) bzw. von einem dem Konsulat vorgeschalteten Visumservice übernommen wird. Die Kosten hierfür betragen ca. 80 EUR, die oben genannten Visumservices erheben zusätzliche Bearbeitungsgebühren. Auch hier benötigen Sie einen nach Einreise noch 6 Monate gültigen Reisepass. Bitte achten Sie unbedingt darauf, dass Sie einen Einreisestempel erhalten und verwahren Sie Ihren Reisepass sicher! Das Visum kann nicht an der Grenze oder am Flughafen beantragt werden. Touristenvisa werden mit einer Gültigkeitsdauer von 6 Monaten ab dem Tag des Ausstellungsdatums ausgestellt. Die postalische Beantragungsdauer des Visums beträgt erfahrungsgemäß 2 – 3 Wochen. Wir empfehlen Ihnen

die postalische Beantragung etwa vier Wochen vor Reisebeginn vorzunehmen.

Die Visumbeantragung nehmen Sie selbst vor. Alle erforderlichen Informationen werden Ihnen mit der Buchungsbestätigung von uns zugesandt.

Weitere aktuelle Informationen finden Sie auf den folgenden Webseiten:

www.indianembassy.de (Deutschland)

in.vfsglobal.ch (Schweiz)

www.blsindiavisa-austria.com (Österreich)

Sicherheitshinweise

Indien ist im Allgemeinen ein sicheres Reiseland. Da die Gefahr von Taschendiebstahl in Touristenzentren recht hoch ist, empfiehlt es sich Geld, Flugticket und Pass am besten immer am Körper zu tragen bzw. im Hotelsafe zu deponieren. Eine Kopie der Passinnenseite und des Visums sowie Passfotos und ggf. Schecknummern bitte separat aufbewahren. Gepäckstücke nicht unbewacht lassen oder in Hotels Wertgegenstände offen im Zimmer herumliegen lassen.

Aktuelle Informationen zur Sicherheitslage finden Sie auf der Homepage des Auswärtigen Amtes:

www.auswaertiges-amt.de

Gesundheit und Impfungen

Der Gesundheitsdienst des Auswärtigen Amtes empfiehlt generell immer den Schutz gegen Tetanus, Diphtherie, Polio, Influenza, Pertussis und Hepatitis A. Bei Langzeitaufenthalten über vier Wochen oder besonderen Risiken auch Hepatitis B, Japanische Enzephalitis, Tollwut, Typhus und evtl. Cholera.

Aktuelle Informationen finden Sie unter:

www.auswaertiges-amt.de/sid_D69D4E45074CBAFE-CAC756C9DCAA32C1/DE/Laenderinformationen/00-SiHi/IndienSicherheit.html?nn=346896#doc346804bodyText6

Vor Ihrer Reise empfiehlt es sich, den Rat eines Tropenarztes einzuholen. Gute Informationen zu Gesundheit und Impfungen erhalten Sie beim Zentrum für Reisemedizin unter www.crm.de oder beim Tropeninstitut Hamburg unter www.gesundes-reisen.de. Dort finden Sie auch Angaben zur Malariaphylaxe.

Am besten nur Mineralwasser aus gekauften, original verschlossenen Flaschen (überall in Indien käuflich),

oder aufbereitetes Wasser trinken. Ansonsten sind auch andere in Flaschen abgefüllte Getränke (z. B. Softdrinks wie Cola etc.) unproblematisch, solange die Flaschen vor dem Trinken original verschlossen waren. Absolut tabu sind Eiswürfel in Getränken. Vorsichtshalber kein Speiseeis oder ungeschältes Obst essen. Generell gilt: "Schälen Sie es, kochen Sie es, oder vergessen Sie es!" Kein Land der Welt bietet eine größere Vielfalt an vegetarischen Köstlichkeiten. Sollten Sie dennoch Fisch oder Fleisch genießen wollen, achten Sie darauf, dass es immer gut durchgebraten ist. So können Sie Durchfall und viele Tropen- und Infektionskrankheiten vermeiden.

Wichtige Medikamente

Nehmen Sie bitte Ihre gewohnten Medikamente in ausreichender Menge mit (auch die Anti-Malaria-Mittel falls Sie sich hierfür entscheiden). Sie sollten sich in Absprache mit Ihrem Hausarzt eine kleine Reiseapotheke zusammenstellen. Wichtig sind Medikamente gegen Grippe, sowie gegen Magen- und Darmverstörungen. Schützen Sie sich vor zu langer und intensiver Sonneneinstrahlung mit einem leichten Sonnenhut, einer guten Sonnenbrille und Cremes für die Lippen und Haut. Denken Sie auch an einen ausreichenden Schutz vor Insektenstichen. Wer regelmäßig Medikamente einnehmen muss, unter psychischen oder physischen Krankheiten leidet, sollte vor Abreise seinen Hausarzt konsultieren.



Mitnahmeempfehlungen

Kleidung

In Südindien benötigen Sie in der Regel leichte, wenig empfindliche Baumwollkleidung, einen Sonnenhut und bequeme Schuhe. Für die Dämmerung empfiehlt sich immer helle langärmelige Kleidung dabei haben (Schutz vor Moskitos). Für die Monsunzeit sollten Sie einen Regenschirm vorsehen. Etwas Waschseife oder -pulver zum Waschen der Kleidung während der Reise ist immer empfehlenswert. In den meisten Hotels können Sachen jedoch auch zum Waschen gegeben werden. Bitte achten Sie auf

angemessene Kleidung. In Indien kleidet man sich einfach, jedoch ist nachlässige oder unangemessene Kleidung nicht gerne gesehen. Frauen sollten sich in der Kleidung an die Sitten und Gebräuche der Inderinnen anpassen, also lange Beinkleidung bzw. Röcke, bedeckte Schultern und undurchsichtige Ober- teile tragen.

Für Tempelbesuche benötigen Sie Schultern und Bein bedeckende Kleidung. Bitte denken Sie an leichte Schuhe oder Sandalen, die man auch leicht ausziehen kann, da man an religiösen Stätten und Privathäusern die Schuhe ausziehen muss.

Gepäck

Bitte nehmen Sie einen nicht mehr neuen, aber dennoch gebrauchsfähigen Koffer, Reisetasche, Seesack oder Rucksack mit, da bei den Flügen und den landesüblichen Transporten Gebrauchsspuren am Gepäck unvermeidbar sind. Weiterhin empfiehlt sich die Mitnahme eines Tagesrucksacks.

Währung / Post / Telekommunikation

Währung

Die Währung ist die Indische Rupie. Sie ist gegliedert in 100 Paise. Da der Wert der Rupie in den vergangenen Monaten starken Schwankungen ausgesetzt war, empfiehlt sich die Ermittlung des tagesaktuellen Kurses unter www.oanda.com. Den ersten Geldumtausch (Euro in bar) nehmen Sie am besten direkt bei Ankunft am Flughafen vor. Ansonsten können Sie in Indien nahezu überall problemlos Bargeld wechseln. Nur in sehr abgelegenen Gebieten könnte es schwierig sein. Es empfiehlt sich weiterhin die Mitnahme einer gängigen Kreditkarte (Visa, MasterCard). Diese können Sie vielerorts als Zahlungsmittel einsetzen oder auch am Bankautomaten Landeswährung ziehen. Mittlerweile kann man in größeren Orten selbst mit einer EC-/Maestro-Karte Landeswährung erhalten oder zahlen. Die Höhe der Gebühren können Sie bei Ihrer Bank erfragen.

Post

Postämter sind montags bis freitags von 10:00 - 17:00 Uhr und samstags 10:00 - 13:00 Uhr geöffnet. Hauptpostämter in den großen Städten auch rund um die Uhr. Briefe und Postkarten dauern in der Regel 5-8 Tage. Päckchen per Sea-Mail zwischen 2 und 6 Monaten. Die Post arbeitet in der Regel zuverlässig. Pakete per Luftpost dauern 5-8 Tage, sind aber sehr teuer. In den meisten Hotels können Sie Ihre Post an der Rezeption abgeben und erhalten hier auch Briefmarken.

Telekommunikation

Die Landesvorwahl von Indien ist 0091. Telefonieren kann man in vielen Postämtern in Telegraph Offices, oder von den privaten Telefonagenturen. In den meisten Gebieten können Sie mittlerweile auch mit Ihrem deutschen Handy telefonieren. Genaue Informationen erhalten Sie von Ihrem Anbieter. Bei häufigem Telefonieren empfiehlt sich hier der Kauf einer indischen SIM-Karte, die Sie mit Ihrem Handy verwenden können. Gespräche sind dann wesentlich günstiger. Vorwahl von Indien nach Deutschland: 0049, nach Österreich 0043, in die Schweiz 0041.

Internet

Inzwischen gibt es in jeder größeren Stadt Internetcafés.



Zollbestimmungen

Zollvorschriften

Devisen ab einem Betrag von 5.000 USD (bar oder Reiseschecks) sind bei der Einreise zu deklarieren. Die Einfuhr von Gold sowie Waffen ist streng verboten. Ebenso verboten ist die Ein- und Ausfuhr von Rupien. Bei einem Verstoß gegen Zoll- oder Einreisevorschriften droht Verhaftung bei der Ausreise. Die Ausfuhr von Schmuck und Edelsteinen darf einen festgesetzten Wert nicht übersteigen. Antiquitäten dürfen ohne Genehmigung nicht ausgeführt werden. Hochwertige Gegenstände, darunter Videokameras, dürfen nur dann zollfrei eingeführt werden, wenn der Tourist gegenüber den indischen Zollbeamten eine schriftliche Verpflichtungserklärung abgibt, dass er die Gegenstände wieder ausführen oder die Abgaben dafür entrichten wird. Dabei erfolgt eine Eintragung im Pass. Die Ausfuhr von geschützten Tierhäuten und Pflanzen ist verboten. Verstöße werden mit hohen Geld- und Haftstrafen geahndet. Die vom Zoll ausgefertigte "Tourist Baggage Re-Export Form" ist bis zur Wiederausreise gut aufzubewahren.

Weitergehende Zollinformationen zur Einfuhr von Waren erhalten Sie bei der Botschaft Ihres Ziellandes. Nur dort kann Ihnen eine rechtsverbindliche Auskunft gegeben werden.

Wissenswertes

Strom

Die Stromversorgung in Indien ist mit 220-240 Volt und 50 Hz in etwa identisch mit der deutschen. Die indischen Steckdosen haben drei dicke Stifte, Hotels und gemietete Zimmer haben allerdings oft universale Steckdosen in die auch europäische oder amerikanische Stecker passen. Dennoch ist die Mitnahme eines internationalen Adapters empfehlenswert.

Foto

Fotoausrüstung, ausreichend Filme, Blitzlicht und Batterien. Man kann zwar auch vor Ort Filme kaufen, diese sind allerdings recht teuer und häufig schon alt. Für Digitalkameras Speicherkarten und genügend Ersatzakkus.

Bitte gehen Sie zurückhaltend mit der Kamera um, vor allem, wenn Sie Menschen fotografieren wollen. Sie sollten zuerst den Betreffenden um Erlaubnis fragen, die jedoch im Allgemeinen gewährt wird. Ein Ablehnen sollte allerdings unbedingt akzeptiert werden! Falls Sie jemandem versprechen sollten, das Bild zu schicken, dann tun Sie es bitte auch.

In Indien werden einige historische Stätten als Andachtsstätten genutzt. Hier sollte man mit dem Fotografieren besonders vorsichtig sein, denn es ist verboten, Personen vor Statuen und Gemälden zu fotografieren. Am besten man fragt den Tempelwächter vorher, ob fotografieren erlaubt ist. Eine Tempelspende von einigen Rupien wird i. d. R. erwartet.

Eintritts-/Fotopermits

An einigen antiken Stätten und in den Wildgebieten ist das Fotografieren nur mit einem Eintritts- und Fotopermit erlaubt. Die Preise an den verschiedenen Orten sind unterschiedlich. Fragen Sie Ihren Reiseleiter vor Ort.

Versicherung

Wir empfehlen den Abschluss einer Reise-Rücktrittskosten-Versicherung. Diese können Sie gleich bei Buchung Ihrer Reise direkt bei uns abschließen. Ein umfangreiches Versicherungspaket mit Reisekrankenversicherung, Medizinischer Notfallhilfe und

Reisegepäckversicherung ist ebenfalls empfehlenswert und direkt bei uns buchbar. Beachten Sie, dass ein Abschluss bis spätestens 14 Tage nach Buchung erfolgen muss, bei kurzfristiger Buchung erfolgt der Abschluss sofort.

Nebenkosten / Trinkgelder

Trinkgelder

Wenn Sie mit dem Service zufrieden waren, dann ist ein angemessenes Trinkgeld angebracht. In Indien sind ca. 50 Rupien für kleine Dienstleistungen angebracht (Housekeeping, Kofferträger). In Touristenrestaurants oder Hotels wird oft eine so genannte "service charge" von 10% auf die Rechnung aufgeschlagen. Dann müssen Sie kein Trinkgeld mehr zahlen. Ansonsten ist ein Trinkgeld von ca. 5-10% angemessen. Lokale Reiseleiter und Fahrer, die zum Gelingen der Reise beitragen, erwarten eine großzügige Geste (je nach Zufriedenheit zwischen 150 und 250 Rupien / Tag, entspricht ca. 2-4 Euro /Tag).

Grundsätzlich sollten Sie immer einige Rupien in kleinen Scheinen mit sich führen, um kleine Dienstleistungen, die Sie in Anspruch nehmen, entsprechend honorieren zu können.



Verpflegung

Für Mittag- und Abendessen (falls nicht in den Reiseleistungen inklusive) rechnen Sie bitte jeweils EUR 4 - 8 pro Tag. Getränke (Mineralwasser, Chai Tee) sind in Indien sehr günstig.

Umwelt

Als nachhaltiger Reiseveranstalter legen wir großen Wert auf Umweltschutz und eine angemessene Nutzung der örtlichen Ressourcen. Auch der Einzelne trägt

hier Verantwortung und kann dazu beitragen seine Reise nachhaltig zu gestalten!

Wasser und Elektrizität sind in vielen Ländern ein knappes Gut. Durch einen sparsamen Umgang mit diesen Ressourcen unterstützen Sie eine nachhaltige Entwicklung. Da die Müllentsorgung in den Gastländern oftmals nicht den deutschen Verhältnissen entspricht, sollten Sie darauf achten, so wenig Müll wie möglich zu produzieren. Hierbei können schon ein paar kleine Schritte sehr hilfreich sein! Die Nutzung von Plastikflaschen kann durch die Mitnahme wiederverwendbarer Trinkflaschen vermieden werden. Diese können mit aufbereitetem Wasser aufgefüllt werden. Wenn Sie Batterien und andere heikle Abfälle nicht vor Ort entsorgen, sondern diese wieder mit nach Deutschland nehmen, vermeiden Sie eine unnötige Belastung des Gastlandes. Beim Einkauf können Sie durch die Mitnahme eines Stoffbeutels den Gebrauch von Plastiktüten umgehen. So können Sie helfen, das Plastikaufkommen zu reduzieren.

Der Besuch kultureller Einrichtungen und das Zusammentreffen mit der einheimischen Bevölkerung werden besonders dann zu einem unvergesslichen Erlebnis, wenn Sie die Ratschläge des Reiseleiters und der von uns versendeten „Sympathie Magazine“ befolgen.

Bewusst reisen mit NEUE WEGE

Mit NEUE WEGE reisen Sie nachhaltig!

Corporate Social Responsibility (CSR) beschreibt die unternehmerische Verantwortung für eine nachhaltige Entwicklung. Diese bezieht sich auf das wirtschaftliche Handeln eines Unternehmens, auf umweltbezogene Aspekte bis hin zu sozialen Beziehungen und Strukturen. Das Tourcert-Siegel, das von einem unabhängigen Zertifizierungsrat TourCert (Experten aus Tourismus, Wissenschaft, Umwelt, Entwicklung & Politik) vergeben wird, gibt Auskunft über die Wesentlichkeit und Überprüfbarkeit der nachhaltigen Entwicklung bei Touristikunternehmen.

Nachhaltigkeit ist schon seit Firmengründung elementarer Bestandteil der NEUE WEGE Firmenphilosophie. Wir haben die CSR-Initiative ergriffen und geben Ihnen, als verantwortungsvollen Urlaubsgast, Orientierungshilfe und schaffen mehr Transparenz zum Thema Nachhaltigkeit.

Seit Erhalt des CSR-Siegels in 2009 verfasst NEUE WEGE einen Nachhaltigkeitsbericht zur Dokumentation aller CSR-Aktivitäten.

Sehen Sie selbst und lesen mehr im NEUE WEGE Nachhaltigkeitsbericht unter: www.neue-wege.com/csr

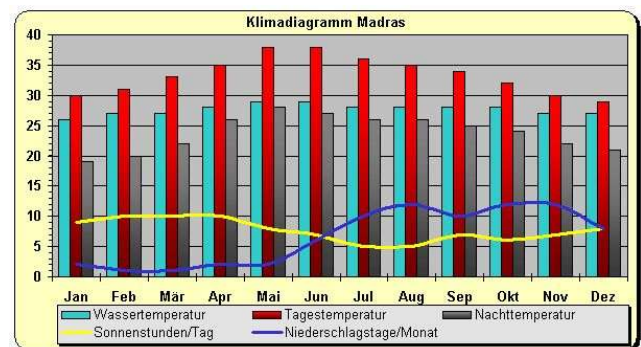
Zeitverschiebung und Klima

Die Zeitverschiebung zwischen Deutschland und Indien beträgt im Sommer +3,5 und im Winter +4,5 Stunden.

Die beste Reisezeit für Südindien liegt zwischen Oktober und März. In diesen Monaten herrschen in Südindien in der Regel sommerliche Temperaturen, die ab April weiter ansteigen bis dann im Juli / August der Monsun einsetzt. Der Regen zieht vorwiegend von Südwesten her auf, allerdings wird die südöstliche Küste von einem kurzen Nordost-Monsun gestreift, der Regen von Mitte Oktober bis Ende November mit sich bringt. Während des Monsuns regnet es durchaus nicht ständig und auch nicht den ganzen Tag über. Es regnet zwar fast täglich, aber meist nur für eine kurze Zeit. Kurz danach steht aber wieder strahlend die Sonne am Himmel und alles ist frisch und angenehm.

Weitere Klimainformationen finden Sie unter:

www.iten-online.ch/klima/asien/indien/indien.htm



Sprache und Verständigung

Die beiden überregionalen Amtssprachen sind Hindi und Englisch. Vor allem mit gebildeten Indern kann man sich problemlos auf Englisch verständigen. Der Bildungsstandard ist allerdings besonders in weniger erschlossenen Gebieten teils noch sehr niedrig, dadurch kann die Kommunikation dort Probleme bereiten. In Geschäften, Restaurants, Rikschas und Taxis gibt es in der Regel aber keine Probleme, da die Englischkenntnisse meist zumindest für grundlegenden sachbezogenen Austausch reichen. Pluspunkte sammeln Sie, wenn Sie sich einige Wendungen der jeweiligen indischen regionalen Landessprache (z.B. Hindi oder z.B. Ladakhi in Ladakh) aneignen.

Religion und Kultur

Die Inder sind zu 80% Hindus, 13% Muslime, 3% Christen, 2% Sikhs und 1% Buddhisten. Der Hinduismus bestimmt das tägliche Leben in Indien.

Regelmäßige Wallfahrten zu den heiligen Plätzen der zahlreichen Gottheiten sind für die meisten Inder selbstverständlich. Tamil Nadu mit seinen berühmten Tempelstätten ist eine Hochburg der hinduistischen Kultur. Obwohl der Buddhismus in Indien seinen Ursprung hat, ist er fast nur noch in den Bergregionen des Himalayas vertreten. In Südindien gibt es jedoch vereinzelte bedeutende buddhistische Klöster. Der Bundesstaat Kerala ist berühmt für seine Religionsvielfalt. Neben den Hindus (ca. 55%) leben hier viele Muslime (ca. 25%) und Christen (ca. 20%). Mit über sechs Millionen Christen beherbergt Kerala die größte christliche Population aller indischen Bundesstaaten. Indien gehört zu den größten Kulturnationen der Welt mit einer reichen und Jahrtausende alten Kunst- und Philosophiegeschichte.



Für weitere Informationen empfehlen wir Ihnen zur Lektüre das Sympthiemagazin „Indien verstehen“, das Ihnen einen guten Querschnitt zu Geschichte, Religion und Alltagskultur bietet. Dieses bekommen Sie mit den Buchungsunterlagen.

Essen und Trinken

Berühmt ist Indien für seine Currys. Es sind unzählige, meist frisch gemahlene Gewürze, die in den verschiedensten Kombinationen miteinander gemischt und dann den indischen Speisen ihren unvergleichlichen Geschmack und ihre Variationsbreite verleihen.

Je nach Region des indischen Subkontinents ist die Küche unterschiedlich ausgeprägt. Es gibt es eine große Auswahl vegetarischer Gerichte, Fleischgerichte werden eher selten serviert. Überall in Indien kann man

Dhal (scharfe Linsensuppe) und Dhahi (Joghurt als Beilage) bestellen. Europäische Gerichte guter Qualität sind auch vielerorts zu finden.

Tee ist das beliebteste Getränk, und viele Teesorten aus Indien sind weltweit bekannt. Den typischen Tee, „Chai“ genannt, bekommt man überall im Land für sehr wenige Rupien. Nimbu Pani (Limonensaft mit Soda), Lassi (Joghurtgetränk) und Kokosmilch direkt aus der Nuss sind angenehme Durstlöcher. Je nach Region und Stil der Restaurants können alkoholische Getränke zum Essen bestellt werden.



Besondere Verhaltensweisen

In Indien grüßt man sich bei formellen Anlässen mit gefalteten Händen, über die der Kopf gebeugt wird, und sagt Namaste. Beim Betreten heiliger Stätten wird man gebeten, die Schuhe auszuziehen. In Tempeln gilt es außerdem als Beleidigung, sich mit dem Rücken zur Gottheit zu stellen oder zu setzen. Bitte zeigen sie nicht mit dem Finger auf Personen oder auch Götterbilder in jeglicher Form. Dies gilt als unhöflich. Zeigen Sie stattdessen mit der ganzen, offenen Hand. Die Füße gelten in Indien als unrein. Bitte setzen Sie sich so, dass Ihre Fußsohlen nicht auf eine Person deuten. Schuhe gelten ebenfalls als unrein und werden beim Besuch von Tempeln oder Privathäusern vor dem Eintreten ausgezogen.

Oft isst man mit der Hand, dabei wird ausschließlich die rechte Hand benutzt. Besteck ist jedoch überall erhältlich. Zahlreiche Hindus und Buddhisten sind Vegetarier und viele, besonders Frauen, trinken keinen Alkohol. In öffentlich zugänglichen Gebäuden ist Rauchen verboten. Kleine Geschenke als Anerkennung der gebotenen Gastlichkeit sind angebracht. Öffentliche Berührungen oder gar Zärtlichkeiten zwischen Mann und Frau gelten

als unsittsam. Nicht anstößig dagegen ist die Umarmung oder Berührung zwischen Personen des gleichen Geschlechts. Sie werden vor allem in den hinduistisch geprägten Regionen Indiens viele Männer sehen, die Hand in Hand durch die Straßen laufen.

Verwirrend ist für den Besucher, dass die Inder während eines Gesprächs häufig den Kopf scheinbar hin und her Wippen. Dies ist ein Zeichen der Zustimmung, oder auch ein deutliches "Ja". Auch ein "Nein" wird durch ein Kopfschütteln angedeutet. Dieses ist allerdings eine kürzere, abruptere Bewegung. Um beides unterscheiden zu lernen, bedarf es anfangs etwas Übung.



Reiseliteratur

Wir empfehlen dringend, sich für die Reise einzulesen und sich auf Besichtigungen mit Reiseliteratur vorzubereiten. Über Indien gibt es sehr viele Bücher und Publikationen. Eine kleine Auswahl interessanter Bücher ist hier aufgelistet. Die Bücher sind in jeder Buchhandlung zu bestellen.

Verschiedene Reiseführer

Sarina Singh, Lindsay Brown, Paul Harding:

Reiseführer Südindien und Kerala.
Lonely Planet (2014).
ISBN-10: 3829723172

Schreitmüller, Karen:

Indien - der Süden.
Dumont Reiseverlag (2014).
ISBN-10: 3770177568

Krack, Rainer:

KulturSchock Indien.
Reise Know-How Verlag (2013).
ISBN-10: 3831716021

David Abram, Nick Edwards, Mike Ford:

Stefan Loose Reiseführer Indien, Der Süden.
Dumont Reiseverlag (2012).
ISBN- 10: 3770167082

Thomas Barkemeier, Martin Barkemeier:

Indien - der Süden: Reiseführer für individuelles Entdecken.
Reise Know How Verlag (2011).
ISBN-10: 3831720444

Weitere Literatur

Herbert, Wolfgang:

Mein Indien: Reisenotizen, Meditationen, philosophische Exkursionen.
Europäischer Hochschulverlag (2014).
ISBN-10: 3867419086

Dürr, Brigitte:

Indien für Anfänger: Reiseerlebnisse aus Südindien.
Books on Demand (2008).
ISBN-10: 3833491051

Glaubacker, Andrea:

Indien 151: Portrait des faszinierenden Subkontinents in 151 Momentaufnahmen.
Conbook Medien (2012).
ISBN-10: 3943176029

Wirth, Maria:

Von Gurus, Bollywood und heiligen Kühen. Eine Liebeserklärung an Indien.
Herbig (2006).
ISBN-10: 3776624809

Neumann, Gabriel A.:

Masala Highway: Abenteuer Alltag in Indien.
Dryas (2010).
ISBN-10: 3940855189

Roy, Arundathi:

Der Gott der kleinen Dinge.
Btb Verlag. (1999).
ISBN-10: 3940855189

Studienkreis für Tourismus und Entwicklung (Hrsg.):

Indien Verstehen – Sympathie Magazin (Broschüre)
Hinduismus Verstehen – Sympathie Magazin (Broschüre)

Studienkreis für Tourismus und Entwicklung (Hrsg.):

Indien Verstehen – Sympathie Magazin (Broschüre)
Hinduismus Verstehen – Sympathie Magazin (Broschüre)
Buddhismus Verstehen – Sympathie Magazin (Broschüre)



Wolfgang Keller
Gruppenreisen Asien
w.keller@neuwege.com
+49 2226 1588-201



Angelika Sturtz
Gruppenreisen Asien
a.sturtz@neuwege.com
+49 2226 1588-202



NEUE WEGE GmbH
Am Getreidespeicher 11, 53359 Rheinbach
+49 (0)2226 1588-00
info@neuwege.com

  @neuewegereisen

www.neuwege.com

