



ONLINE INFO

Trekkingbike Tour CHINA (YUNNAN)

Klima

In den angegebenen Reisezeiten sind tagsüber um die 25 Grad, nachts Tiefsttemperaturen um die 15 Grad zu erwarten.

Reiseleiter

Die deutschen Reiseleiter, die uns während der gesamten Tour begleiten, sprechen chinesisch und haben in der Regel mindestens ein Jahr in China studiert und gearbeitet. Neben ihrer umfassenden Landeskenntnis und ihrer langjährigen Reiseerfahrung bringen sie ihren persönlichen Zugang zu China in die Reisen ein. Jede Reise wird so zu einem einzigartigen Erlebnis und wird von der Persönlichkeit und dem Wissen der Reiseleiter wesentlich mitgeprägt.

Bikes

Die Ihnen zur Verfügung gestellten Fahrräder sind robuste Trekkingbikes von guter Qualität. Die Ausstattung umfasst eine 24-Gang-Shimano-Kettenschaltung, grob-stollige Bereifung, V-Brakes, Schutzbleche und Gepäckträger. Es stehen 17"-Damen sowie Herrenrahmen in 19" und 22" (ab 190 cm Körpergröße) zur Verfügung. Die Gepäckträger eignen sich für alle gängigen Fahrradtaschensysteme. Der Reiseleiter verfügt über ein gutes Sortiment an Werkzeug und ist erfahren in der Fahrradreparatur. Wer möchte, kann seinen eigenen Sattel mitnehmen.

Sprache

Chinesisch hat fälschlicherweise den Ruf, die schwerste Sprache der Welt zu sein. Sie ist genau so leicht oder schwer erlernbar wie jede andere außereuropäische Sprache. Eine kleine Einführung bietet unserer "Phrasendrescher", den wir allen Teilnehmern vor Reisebeginn zusenden. Bei Interesse wird der Reiseleiter während der Reise eine kleine Einführung in die Geschichte und Struktur der chinesischen Sprache geben. Englischkenntnisse sind in China noch immer wenig verbreitet.

Anforderungen

Diese Reise ist für alle geeignet, die über eine mittlere bis gute körperliche Kondition verfügen. Das Streckenprofil der Touren verlangt keine sportlichen Höchstleistungen, ist aber für gänzlich untrainierte Radfahrer nicht zu empfehlen. An einigen Tagen müssen auch längere Steigungen

überwunden werden. Wir fahren ohne Begleitfahrzeug, können jedoch einen Bus oder LKW für die Weiterfahrt zum nächsten Etappenziel organisieren, wenn jemand nicht mehr weiter kann oder möchte.

Unterkünfte

Bei der Auswahl unserer Unterkünfte stand weniger die Sternklassifizierung der Hotels im Vordergrund, als vielmehr der Stil und die Atmosphäre. So übernachteten wir bevorzugt in Hotels, die sich in Architektur und Ausstattung an die chinesische Tradition anlehnen. Auf dem Land verhält es sich zuweilen anders, hier übernachteten wir in einfachen, dem ortsüblichen Standard entsprechenden Hotels. Die Unterbringung erfolgt in Doppelzimmern mit Dusche und WC, in Ausnahmefällen gibt es Duschgelegenheiten nur außerhalb des Zimmers.

Verpflegung

Es ist weithin bekannt, dass die chinesische Küche sehr schmackhaft ist. Die Gerichte werden mit frischen Zutaten zubereitet und sind in der Regel sehr bekömmlich. Das chinesische Frühstück, bestehend aus einer Nudelsuppe, gedämpften Hefeklößen oder einer Schale Reiskreis, ist allerdings für viele Europäer etwas gewöhnungsbedürftig. Milch und Milchprodukte sowie Kaffee sind in China so gut wie gar nicht erhältlich. Kaffee-Junkies ist daher zu empfehlen, löslichen Kaffee mitzunehmen. Während der Radfahrtage machen wir in Garküchen Mittagspause und können zum Beispiel eine Schale Nudeln essen. Abends werden wir dann in einem Restaurant ausgiebig tafeln. Das chinesische Essen ist sehr abwechslungsreich, da nicht jeder seinen eigenen Teller bestellt, sondern eine Auswahl von verschiedenen Gerichten in die Mitte des Tisches gestellt wird und jeder von allem probieren kann. Auch für Vegetarier hält die chinesische Küche eine reichhaltige Auswahl an Gerichten bereit. Der Umgang mit Stäbchen ist schnell erlernt, nach ein paar Tagen ist man in der Lage, selbst Erdnüsse von den Platten zu klaben. Wer sich überhaupt keine Fingerfertigkeit zutraut, sollte ein Campingbesteck mitnehmen.

Online-Info China – Stand 20.11.09

travelteam GmbH | Wippertstr. 2 | 79100 Freiburg
Telefon 0761-556 559 29 | Fax 0761- 556 559 49 | E-Mail: info@travelteam-gmbh.de
GLS Bank | Konto 7909607500 | BLZ 430 609 67 | Steuer-Nr. 06462/40221
HRB 703978 AG Freiburg | Geschäftsführer: Peter Bär



Reisebeschreibung

Ein chinesisches Sprichwort beschreibt das ganzjährig gemäßigte Klima der südwestchinesischen Provinz Yunnan als "Vier Jahreszeiten gleichen dem Frühling". Seit Jahrhunderten Schmelztiegel verschiedenster kultureller Einflüsse, fasziniert die Region mit einer kulturellen Vielfalt, die einzigartig in China ist und diese Provinz zu einer der schönsten und interessantesten Chinas macht.

Von Zhongdian an der Grenze Tibets führt uns die Reise in das malerisch am Erhai gelegene Dali. Unterwegs wandern wir durch eine der tiefsten Schluchten der Welt, die Tigersprungschlucht, entdecken die alte Karawanenstadt Liyang und begegnen der Faszination des Buddhismus am Shibaoshan (Steinschatzberg).

Highlights

- 3 Tage Beijing
- Grosse Mauer bei Huanghua
- Shangri-La
- Tigersprungschlucht
- Shibaoshan (buddhistische Höhlenklöster)
- Ohrensee und "Zweites Katmandu" (Dali)
- 3 Tage Shanghai

1. Tag: Ins Reich der Mitte
Am späten Nachmittag Abflug in Frankfurt/Main, Linienflug nach Beijing.

2. Tag: Ankunft in Beijing
Am Vormittag Ankunft in Beijing, Transfer ins Hotel. Spaziergang durch die Altstadt.

3. Tag: Verbotene Stadt und Himmelstempel
Spaziergang über den Platz des Himmlischen Friedens, durch das Mittagstor geht es in die Verbotene Stadt. Anschließend werfen wir vom Kohlehügel aus einen Blick auf Beijing. Am Nachmittag Besichtigung des Himmelstempels, dem Wahrzeichen Beijings.

4. Tag: Einmal die Große Mauer sehen
Mit dem Bus fahren wir in den Norden Beijings, zur Großen Mauer bei Huanghua, einem Abschnitt, der touristisch noch kaum erschlossen ist (fakultativ).

5. Tag: Ein Tag in Kunming
Am Morgen Flug nach Kunming. Wir tauchen in das geschäftige Gedränge der Nebenstraßen ein: Auf den

Straßen werden neben Gemüse und exotischen Früchten auch Tabak, Wasserpfeifen aus Bambus und Kunsthandwerk angeboten.

6. Tag: Shangri-la
Von Kunming aus fliegen wir nach Zhongdian (3.200m ü. NN). An der Grenze zu Tibet gelegen, ist Zhongdian bereits stark von der tibetischen Kultur beeinflusst. Am Nachmittag besuchen wir mit den Rädern das Songzalin-Kloster, eine lamaistische Tempelanlage.

7. Tag: Tagesausflug ins Grasland
Etwas außerhalb von Zhongdian beginnt das Grasland, das legendäre Shangri-la. Dorthin führt uns ein Ausflug mit den Rädern. Unterwegs können wir ein Bad in heißen Quellen nehmen.

8. Tag: Fahrt nach Qiaotou
Am heutigen Tag fahren wir durch das Grasland in Richtung Süden, bevor es dann 50 km durch eine enge Schlucht immer bergab geht. Übernachten werden wir in Qiaotou, einer Kleinstadt am Eingang der Tigersprungschlucht.

9. – 10. Tag: Fahrt zu den Naxis
Eine zweitägige Radtour/Wanderung führt uns in eine der spektakulärsten Schluchten der Welt. Fast 4.000 Meter ragen die Felswände an beiden Seiten der Schlucht in die Höhe. Unten im Tal bahnt sich der Yangzi seinen Weg, der hier noch Jinsha Jiang ("Goldsandfluss") heißt.

11. Tag: Fahrt zu den Naxis
Ziel unserer heutigen Etappe ist die Kleinstadt Lijiang, das Zentrum der Naxi-Minorität, die sich noch eine große kulturelle Eigenständigkeit erhalten hat.

12. Tag: Lijiang
Heute werden wir die ganz aus Holz gebaute historische Altstadt mit ihren vielen kleinen Märkten erkunden. Nach einem Spaziergang steht der Nachmittag zur freien Verfügung.

13. Tag: Fahrt nach Jianchuan
Mit den Rädern fahren wir in Richtung Dali. Tagesziel ist die Kleinstadt Jianchuan, Ausgangspunkt zum Shibaoshan (Steinschatzberg), einer Ansammlung buddhistischer Höhlenklöster.

14. Tag: Freitagmarkt in Shaxi
Unsere heutige Tour führt uns nach Shaxi, ein kleiner Ort an der historischen Teestraße mit einer behutsam

Online-Info China – Stand 20.11.09

travelteam GmbH | Wippertstr. 2 | 79100 Freiburg
Telefon 0761-556 559 29 | Fax 0761- 556 559 49 | E-Mail: info@travelteam-gmbh.de
GLS Bank | Konto 7909607500 | BLZ 430 609 67 | Steuer-Nr. 06462/40221
HRB 703978 AG Freiburg | Geschäftsführer: Peter Bär

BIKE TEAM

KeyMove

restaurierten Altstadt. Jeden Freitag ist der Wochenmarkt von Shaxi, Treffpunkt der Bauern, die auf den Straßen des Ortes ihre Waren feilbieten. Nach dem Marktbesuch Spaziergang durch die Dörfer der Umgebung.

15. Tag: Buddhistisches Höhlenkloster
Tagesausflug zum 25 km entfernten Steinschatzberg. Besichtigung der teilweise noch erstaunlich gut erhaltenen buddhistischen Höhlenmalereien. Am späten Nachmittag Rückkehr nach Shaxi.

16. Tag: Reisfelder und Heiße Quellen
Ziel unserer heutigen Tagesetappe ist Eryuan. Etwas außerhalb der Stadt werden wir in einem Hotel übernachten, das an einer der vielen Heißen Quellen dieser Region liegt.

17. Tag: Ohrensee und "Zweites Katmandu"
Heute erreichen wir den Erhai (Ohrensee), den zweitgrößten See Yunnans. Zwischenstopp in Shaping, Besuch des berühmten Montagsmarkt. Mit dem Schiff geht es nach Dali, eine verwinkelte Kleinstadt mit vielen kleinen Gassen.

18. Tag: Dali
Vor mehr als tausend Jahren war Dali die Hauptstadt des unabhängigen Bai-Königreiches, das erst im 13. Jh. ein Teil Chinas wurde. Nach einem gemeinsamen Spaziergang durch die malerische Fußgängerzone steht der Tag zur freien Verfügung.

19. Tag: Dali und Umgebung
Ruhetag/Ausflüge in die Umgebung. Am Abend besteigen wir den Nachtzug nach Kunming.

20. Tag: Flug nach Shanghai
Ankunft in Kunming am frühen Morgen, Weiterflug nach Shanghai. Nach Ankunft am frühen Nachmittag Spaziergang über den Bund, der berühmten Uferpromenade Shanghais.

21. Tag: Shanghai
Stadtbummel durch das alte und das neue Shanghai. Über den Bund geht es in die Altstadt, Besichtigung des Yu-Garten einen der schönsten chinesischen Gärten. Anschließend laufen wir weiter zum Großen Platz des Volkes und fahren mit der U-Bahn nach Pudong, dem neuen Hochhausviertel von Shanghai. Zum Abschluss werfen wir vom Grand Hyatt Hotel einen Blick aus der Vogelperspektive auf Shanghai.

22. Tag: Shanghai zur freien Verfügung
Der heutige Tag steht zur freien Verfügung. Die Weltmetropole Shanghai lädt zum Bummeln, Shoppen und Entdecken ein.

23. Tag: Shanghai
Mittags Linienflug von Beijing nach Frankfurt (Individuelle Verlängerung nach Absprache möglich).