

Mit dem Rennrad von Bangkok nach Luang Prabang

Mit dem Rennrad von Bangkok nach Luang Prabang

11 Reisetage - Gruppenreise

Anreise + Einreisebestimmung

Ausgangspunkt der Reise ist die thailändische Hauptstadt Bangkok. Die Reise endet im laotischen Luang Prabang, welches über gute Flug-Verbindungen zurück nach Thailand verfügt. Gerne machen wir Ihnen ein unverbindliches Flugangebot für Ihren Radurlaub. Sprechen Sie uns an!

Für die Einreise nach Laos und Thailand benötigen Sie einen bis nach Abschluss der Reise noch 6 Monate gültigen Reisepass. Ein Visum ist für deutsche Staatsbürger nicht erforderlich. Sie erhalten bei der Einreise eine Aufenthaltsgenehmigung für 30 Tage.

Wichtiger Hinweis: Für die Einhaltung der Einreisevoraussetzungen ist jeder Reisegast selbst verantwortlich. Bitte überprüfen Sie Ihren Reisepass und machen Sie sich mit den aktuellen Bestimmungen spätestens 8 Wochen vor Beginn Ihrer Radreise vertraut. Starten Sie mit dem Antragsprozess 4-6 Wochen vor Reisebeginn. Eine Stornierung der Reise aufgrund fehlender Visa oder inkorrekt passierter (z.B. zu frühes Ablaufdatum oder fehlende freie Seiten) ist nur nach unseren AGB bzw. denen unseres jeweiligen Partnerveranstalters möglich.

Routenführung und Anforderung

Ab der quirligen Großstadt Bangkok geht es nördlich entlang des Mekong-Flusses über die Grenze nach Luang Prabang auf sicheren Straßen und durch ständig wechselnde, wunderschöne Berglandschaften. Sie fahren entlang des Mekong-Flusses bis nach Vientiane, der Hauptstadt von Laos, vorbei am größten See von Laos, dem Nam Ngum, passieren Vang Vieng und gelangen durch kleine Bergdörfer bis nach Luang Prabang. Zwei Berg-Etappen, drei mittelschwere Abschnitte und vier flache Abschnitte sind zu bewältigen. An neun Radtagen legen wir 865km zurück. Sie finden die exakten Tageskilometer und -Höhenmeter am jeweiligen Tag der Reisebeschreibung.

Begleitfahrzeug + Guide

Unser Begleitfahrzeug transportiert die ganze Reise über das Gepäck und steht zur temporären Mitfahrt bereit. Der englischsprachige Fahrer führt Reparaturmaterial für den Pannenfall mit sich. Die Reise wird ab 5 Teilnehmern von unserem deutschsprachigen Bike-Guide geführt, der mit der Gruppe auf dem Rad unterwegs ist.

Ein offenes Wort zu den Trinkgeldern: Diese sind immer eine freiwillige Leistung und immer gern gesehen und manchmal sogar auch erwartet. Wie aber auch bei uns in Deutschland drückt man damit die Zufriedenheit einer Dienstleistung aus. Wenn Sie die Arbeit und Leistung Ihrer Reiseleitung bzw. dem Team vor Ort wertschätzen, empfehlen wir, sich an einem Richtwert von 3-5 Euro pro Person und Tag zu orientieren. Ansonsten rechnen Sie mit den in Mitteleuropa üblichen 10% (fragen Sie ansonsten gerne auch Ihre Reiseleitung wenn Sie unsicher sind).

Unterkünfte

Wir wohnen in Hotels und Strandresorts der gehobenen Mittelklasse. Die Zimmer sind sauber und mit angeschlossenem Bad/Dusche.

Gesundheit

Die Standardimpfungen gemäß aktuellem Impfkalender des Robert-Koch-Institutes für Kinder und Erwachsene sollten anlässlich einer Reise überprüft und vervollständigt werden. Diese Empfehlungen ersetzen keinesfalls eine persönliche Konsultation und ein Impf-Check-up bei Ihrem Hausarzt! Detaillierte Informationen zur medizinischen Vorsorge erhalten Sie z.B. auf den Seiten des Centrums für Reisemedizin www.crm.de

Die ärztliche Versorgung ist unzureichend und entspricht bei weitem nicht deutschem Standard. Operationen sollten nur im äußersten Notfall durchgeführt werden.

Klima

Im Norden Thailands und Laos herrscht tropisches Klima, wobei es im Hochland meist kühler ist. In der Zeit von Mai bis Oktober herrscht Südwestmonsun, der von starken Niederschlägen und einer hohen Luftfeuchtigkeit gekennzeichnet ist. Die Niederschlagsmenge liegt in dieser Zeit bei durchschnittlich 1.778 Millimetern. In den Monaten von November bis Februar ist ein durch den Nordostmonsun bestimmtes trockenes und kühleres Klima anzutreffen. Im Zeitraum von März bis April wird die Region von einem feucht-heißen Klima beherrscht.

Räder

Sie können wahlweise Ihr eigenes Rad mitbringen oder bei uns ein Rennrad ausleihen. Wir stellen hochwertige Carbon-Rennräder des belgischen Herstellers „Museum“ mit Shimano Ultegra Komponenten zur Verfügung. Wahlweise kann auch ein Sportbike (Rennrad mit geradem Lenker) des Herstellers BMC gemietet werden oder auch alternativ ein Shimano 105. Bitte bringen Sie Ihre eigenen (Klick-)pedale und Schuhe mit.

Gerne können Sie für Ihren Komfort während des Radurlaubs auch Ihren eigenen Sattel mitbringen. Unser Guide montiert diesen gerne für Sie! Details zu den Mietpreisen entnehmen Sie bitte der Reiseausschreibung.

Reisebeschreibung

Highlights

- Über gute, kleine Straßen durch das ursprüngliche, unbekannte Thailand und Laos
- Kontrastreich: Grüne Berglandschaften und der Mekong
- Kultureller Höhepunkt: Die Königsstadt Luang Prabang
- Kegelkarstlandschaft rund um Vang Vieng
- Übernachtung am größten laotischen See
-

Reiseverlauf

1. Tag: Individuelle Anreise nach Bangkok

Individuelle Anreise in die thailändische Metropole Bangkok. Gerne machen wir Ihnen ein Flugangebot für Ihre An- und Rückreise.

Angekommen in Bangkok, einer der größten und bewegendsten Städte Asiens, werden Sie überrascht sein, wie fortgeschritten diese Stadt ist, die auf einer Fläche von 600 Quadratkilometern 20 Mio. Menschen beherbergt. Die quirlige Metropole, die 24 Stunden am Tag wach ist, kann zweifellos als eine der interessantesten auf der Welt bezeichnet werden. Dieser Tag steht als Ankunftstag zur freien Verfügung.

Bereits am Tag 1 haben Sie die folgenden Zusatzoptionen: am Nachmittag in den Sonnenuntergang hinein "Einradeln" auf der neuen Sky-Lane-Radstrecke rund um den Flughafen - ein tolles Erlebnis, wenn die Stadtbevölkerung auf der hindernisfreien und glatten Rennstrecke seine Bahnen pedalt. Ergänzend bieten wir eine City-Tour am Vormittag an. Auf dieser wird Sie ein erfahrener thailändischer Guide zu einigen ausgesuchten Sehenswürdigkeiten führen (Anreise am Vortag notwendig). Beide Aktivitäten sind optional zubuchbar, Mindestteilnehmerzahl 2 Personen).(- / - / -)

2. Tag: Rund um Petchabun

Am Morgen treffen Sie um 8 Uhr Ihren Guide und die Crew, die Sie auf Ihrem Rad-Erlebnis nach Luang Prabang begleiten werden. Wir fahren rund 280 Kilometer mit dem Mini-Van bis vor Petchabun (1 ÜN). Nach dem Mittagessen starten wir mit einem kleinen Prolog von 50 Kilometern. Die Strecke ist links und rechts gesäumt von vielen Reis-, Zuckerrohr-, Gemüse- und Obstfeldern. Am Abend findet unser erstes gemeinsames Abendessen in Petchabun statt. (ca. 50km / 100Hm)(F / M / A)

3. Tag: Von Petchabun in die Loei Provinz

Wir frühstücken wie immer früh um noch in den angenehmen kühlen Morgentemperaturen auf das Rad steigen zu können. Die heutige Radetappe führt uns in Richtung der Loei Provinz. Die ersten 80 Kilometer sind flach und es begleiten uns Reis-, Zuckerrohr-, Gemüse- und Obstfelder. Dann erhebt sich die Straße und es geht durch eine wunderschöne Gebirgs-Landschaft. Die letzten 10 Kilometer führen uns bergab zu unserer Unterkunft in Dan Sai (1 ÜN). (ca. 119km / 770Hm)(F / M / A)

4. Tag: Entlang des Mekong bis Chiang Khan

Heute steht eine längere Etappe an. Sie führt uns entlang des Mekong-Flusses über hügelige Berge bis zu einem Tempel mit einem beeindruckenden Ausblick hinunter auf die verzweigte Flußlandschaft des Mekong. Unser Mittagessen genießen wir in einem einheimischen Lokal direkt am Mekong-Fluss. Nach der Ankunft im touristisch noch weitgehend unbekanntem, "ungeschliffenen Juwel" Chiang Khan (1 ÜN) steht der Abend zur freien Verfügung. Besichtigen sollte man aber die Einkaufsstraße, in der fast jedes Haus komplett aus Holz gebaut ist. (ca. 132km / 850Hm)(F / M / A)

5. Tag: Flußaufwärts bis Sang Khom

Nach dem Start um 8 Uhr geht es kurvenreich entlang des mächtigen Mekong-Flusses auf flachen Straßen zum kleinen Ort Sang Khom (1 ÜN), der an einem malerischen Abschnitt des Mekong in der westlichen Provinz Nong Khai liegt. (ca. 105km / 240Hm)(F / M / A)

6. Tag: Willkommen in Laos!

Heute ist quasi "Ruhetag". Nach einem Transfer von knapp einer Stunde fahren wir 25 Kilometer mit dem Rad über die laotische Grenze bis nach Vientiane, der Hauptstadt von Laos. Die Querung des mächtigen Mekong auf einer der wenigen Brücken ist beeindruckend. Der Mittag steht zur freien Verfügung. Entdecken Sie die Stadt oder entspannen Sie im Hotel. (ca. 25km / nahezu eben)(F / M / A)

7. Tag: Von Vientiane zum Nam Ngum See

Nach einem üppigen Frühstück fahren wir gleich am Morgen weiter nach Norden zum größten See in Laos. Die Strecke ist relativ flach. Die ersten 15 Kilometer aus der Stadt heraus sind wir auf größeren Straßen unterwegs. Doch schon bald zweigen wir wieder auf kleinere Straßen ab, an deren Wegeverlauf Bauern ihr Gemüse und Obst verkaufen. Zum Abschluss der heutigen Etappe geht es hinauf zum Nam Ngum-See, hier finden wir unser Hotel vor (1 ÜN). (ca. 97km / 490Hm)(F / M / A)

8. Tag: In die Karstlandschaft von Vang Vieng

Heute nehmen wir Kurs auf Vang Vieng, das bekannt für seine malerische Lage inmitten einer Kegelkarstlandschaft ist (1 ÜN). Es wird zunehmend hügeliger, da wir nun in die grüne, laotische Bergwelt vordringen, die den Norden des Landes prägt. Einige Anstiege gilt es hier zu bewältigen, doch wie auf allen unseren Etappen passen wir das Tempo der Kondition der Gruppe an. Das Mittagessen nehmen wir an einem schönen Rastplatz neben einem See ein. Wer nach Ankunft in Vang Vieng Lust auf eine Erfrischung hat, kann im kleinen Fluß baden oder sich optional einen Ring ausleihen und damit den Fluß hinunter treiben. (ca. 105km / 680Hm)(F / M / A)

9. Tag: Bergetappe nach Phoukoun

Der Start erfolgt wie bereits gewohnt um 8 Uhr. Heute steht die anspruchsvollste Etappe der Reise an. Die ersten 30 Kilometer sind flach, bis es dann schließlich in die Berge geht. Die Steigungen haben einen Durchschnitt von 5 Prozent. Die maximale Steigung liegt bei etwa 11 Prozent. Das Mittagessen nehmen wir bei heißen Quellen ein. Hier besteht die Möglichkeit ein Bad zu nehmen oder die Muskeln etwas zu entspannen. Anschließend folgt der längste Berg mit einer Steigung von 14 Kilometern bis zum Bergdorf Phoukoun (1 ÜN), das 1500 Meter über dem Meeresspiegel liegt. (ca. 103km / 1915Hm)(F / M / A)

10. Tag: In die alte Königsstadt Luang Prabang

Der letzte Abschnitt der Radtour führt uns zur kolonial geprägten, alten Königsstadt Luang Prabang (1 ÜN), die von der UNESCO zum Weltkulturerbe ernannt wurde. Durch eine kurvenreiche Berglandschaft winden wir uns bergauf und uns im Anschluß bergab bis nach Kiukacham, wo wir die Mittagspause genießen. Nach unserer Stärkung gibt es die Möglichkeit, mit dem Bus nach Luang Prabang zu fahren und am Nachmittag die Stadt auf eigene Faust kennenzulernen oder alternativ noch weitere 59km / 850Hm nach Luang Prabang zu pedalieren. (Level 1: ca. 70km / 1200Hm - Level 2: 129km / 2050Hm).(F / M / A)

11. Tag: Individuelle Abreise

Nach dem Frühstück endet unsere beeindruckende Rennradreise durch Thailand und Laos. Transfer zum Flughafen und individuelle Rückreise. Für Kulturinteressierte empfehlen wir 1-2 Übernachtungen in Luang Prabang anzuhängen.(F / - / -)

(F=Frühstück M=Mittagessen A=Abendessen)

Programminweise

Leistungen

- 10 Übernachtungen in guten Hotels inkl. Frühstück
- 7 Abendessen, 8 Mittagessen
- Früchte, Snacks, Wasser und isotonische Getränke
- Deutschsprachiger Reiseleiter
- Thailandischer und laotischer Fahrrad-Guide
- Trikot und Trinkflasche
- Begleitfahrzeug und Funk-Unterstützung/Ersatzräder
- Ausflüge nach Programm
- Versicherung während der Reise

Nicht enthaltene Leistungen

- Flug
- nicht genannte Mahlzeiten
- Getränke zu den Mahlzeiten
- Mietrad
- bei Mitnahme des eigenen Rads mit Radkoffer oder Box ggfs. Transportkosten 2000 Baht = ca. 55€, falls der Transportkoffer nicht mehr in den Minibus passt (zahlbar vor Ort)
- Flughafentransfers
- Trinkgelder

Gruppengröße: 4 - 17 Teilnehmer

Letzte Rücktrittsmöglichkeit des Reiseveranstalters bei Nichterreichen der Mindestteilnehmerzahl : 28 Tage vor Reisebeginn

