

# Kultur, Natur und Yoga in 3 Staaten in Südindien

Eine spannende 16-tägige Rundreise durch Kerala, Tamil Nadu, Karnataka

Datum: 19.02.2020 – 05.03.2020

Diese einzigartige Tour bringt Sie zu spannenden und überraschenden Orten in den 3 Südindischen Staaten Karnataka, Kerala und Tamil Nadu. Entdecken Sie unterschiedliche Landschaften und Schauplätze und tauchen Sie in das traditionelle indische Leben ein. Ihre Reisebegleitung Kerstin Einhorn ist Hatha-Yogalehrerin und eine erfahrene Reiseführerin in Südindien.

## ENTDECKEN SIE:

- Atemberaubende Landschaften und Natur pur in Wayanad und Ooty
- Tägliches Leben von liebenswürdigen und freundlichen Menschen auf den Straßen
- historische Architektur verschiedener Tempel, Monumente und Paläste
- Religiöse Subkulturen in einer tibetischen Siedlung
- Astanga Yoga Einführung in Mysore
- Hatha Yoga zur Entspannung mit Kerstin Einhorn optional auf der Rundreise und in Cherai Beach

## REISEDETAILS

### 1. Tag: Ankunft in Kochi - Spaziergang in Fort Kochi

Wir holen Sie vom Flughafen Cochin ab und Sie treffen ihre Reisebegleiterin Kerstin. An diesem Tag können Sie ausruhen und einen Spaziergang in den historischen Straßen Fort Kochis unternehmen.

### 2. Tag: Erkundungstour durch Fort Kochi

Lernen Sie Kochi kennen mit seinen den schmalen Gassen gesäumt von Gewürzläden und Antiquitätengeschäften. Im jüdischen Viertel und finden sich in der ehemaligen Hochburg des Pfefferhandels wieder. Sie besichtigen die Synagoge Pardesi mit ihren handgemalten chinesischen Kacheln, die von einer Liebesgeschichte erzählen. Im holländischen Palast sehen Sie einige Meisterwerke keralischer Malerei.

### 3. Tag: Transfer nach Marayoor - Teeplantagen in Munnar - prähistorische Dolmen

Von Kochi aus geht es in die Berge der Western Ghats. Sie passieren Munnar, welches für seine atemberaubenden Ausblicke über die zahlreichen Teeplantagen bekannt ist. Angekommen in Marayoor besuchen Sie eine Stätte 4000 - 8000 Jahre alter Dolmen, deren ursprünglicher Zweck und Erbauer noch immer unbekannt sind.

### 4. Tag: Transfer nach Ooty - Chinnar Wildlife Sanctuary - Historische Nilgiri Bergbahn

Noch vor Sonnenaufgang starten sie Ihren Weg nach Ooty. Dabei passieren Sie in langsamen Tempo den Chinnar Wildlife Sanctuary, während sich auf der einen Seite der Sonnenaufgang formt können Sie mit etwas Glück Wildtiere nahe der Strasse beobachten. Sie durchqueren das Flachland Tamil Nadus vorbei an Palmenplantagen und der Grossstadt Coimbatore, gestärkt durch ein typisch Tamilisches Frühstück. erreichen sie wieder ein Bergmassiv der Western Ghats. In Coonoor steigen sie um in die historische Nilgiri Bergbahn. Die Schmalspurbahn ist berühmt dafür den steilen Anstieg nach Ooty scheinbar mühelos zu meistern und bringt Sie über Brücken und durch Tunnel sicher ans Ziel.

### 5. Tag: Freie Gestaltung des Tages in und um Ooty

An diesem Tag können Sie entscheiden ob Sie an einer geführten Wandertour teilnehmen oder mit dem Auto oder Jeep eine Rundfahrt unternehmen. Die Wunderschöne Landschaft Ootys mit Panorama-Rundblicken, Tee- und Gemüseplantagen, dichte Wälder, Stauseen und ein Stammesdorf gibt es hier zu entdecken. Des Weiteren ist der Besuch in einem Teemuseum und -Fabrik möglich sowie Ayurvedische Anwendungen.

### 6. Tag: Transfer nach Mysore – Chamundi Hill - Stadtspaziergang

Heute geht es in den Bundestaat Kanataka und in die wunderschöne Stadt Mysore. Vor dem Einchecken im Hotel besuchen wir den Chamundi Hill. 1000 Stufen führen hinauf zum Gipfel auf welchem sich der Chamundeshwari Tempel befindet. Auf halbem Weg trifft man auf einen riesigen in Granit gehauenen Nandi - dem Reittier Shivas.

Bei einem Spaziergang durch die engen Strassen der Innenstadt lässt sich am besten in das farbenfrohe Strassenleben eintauchen. Unzählige kleine und grössere Tempel gibt es zu bestaunen aber auch die Prachtalleen um den Mysore Palace herum.

### 7. Tag: Devaraja Market - Ashtanga Yoga - Mysore Palace

Mit einem Spaziergang über den Devaraja Markt beginnen wir den Tag. Lassen Sie sich treiben in der farbenfrohen Geschäftigkeit, dem Gewimmel der Menschen und reichhaltigen Warenangebot. Wir setzen unseren Spaziergang durch die engen Strassen Mysores mit seinen freundlichen Menschen und seinen zahlreichen kleinen Tempeln und Schreinen fort. Der märchenhafte

Mysore Palast ist unser Ziel, dem früheren Sitz der Maharajas von Mysore. Die sogenannte Indo-Sarazenische Architektur wird ergänzt durch Hinduistische, Muslimische, Radschput und Gothischen Einflüssen.

Am Nachmittag erleben Sie eine Einführung im Ashtanga Yoga. Diese schnelle Yogaform baut auf die Ausübung verschiedener Asana Sequenzen auf.

#### **8. Tag: Ranganthittu Bird Sanctuary - Srirangapatna**

In einem Ausflug besuchen sie am Morgen den Ranganthittu Bird Sanctuary, ein Vogelschutzpark. Ein Boot bringt Sie zu einer kleinen Insel im Fluss auf der verschiedenste einheimische und Zugvögel leben. Der Cauvery River ist auch bekannt für seine Krokodilpopulation, welche Sie mit Glück beobachten können.

Die kleine Stadt Srirangapatna war einst die Hauptstadt des Fürstenstaates Mysore. Tipu Sultan war der letzte Herrscher des Reiches und hinterliess einige imposante Bauwerke, wie die Jama Masjid, die Festung und Gumbaz, das Familien Mausoleum der Herrscherfamilie. Sie besuchen ausserdem den bedeutenden Tempel Sri-Ranganathaswamy, welcher Ranganatha geweiht ist, einer Inkarnation Vishnus.

#### **9. Tag: Transfer nach Kushal Nagar (Bylakuppe) – Tibetische Siedlung – Goldener Tempel**

Unser Ziel heute ist Bylakuppe. Dieser Ort wurde in den 1960er Jahren tibetischen Flüchtlingen überlassen. Zahlreiche Klöster beherbergen eine große Anzahl von Mönchen in allen Altersgruppen. Für die Besichtigung der Siedlung steigen Sie in eine Rikschaw, welche Sie durch verschiedene abgelegene Teile der Siedlung bringt. Sie können zahlreiche Tempel, Klöster sowie das tibetische Artefakte in dem gesamten Gebiet entdecken. Der Höhepunkt ist der prachtvolle Goldene Tempel den Sie am späteren Nachmittag erreichen.

#### **10. Tag: Transfer nach Wayanad – Thirunelly Tempel**

Der mehr als 3000 Jahre alte Thirunelly Tempel ist ein wichtiger Pilgerort für Hindus. Die nahegelegene Quelle des Flusses Papanasini ist ebenfalls gern besucht, denn es wird gesagt, dass das Wasser von allen Sünden reinwäscht. Der Weg nach Wayanad führt durch durch dichte geschützte Wälder in denen mit Glück wilde Tiere auch vom Strassenrand aus beobachtet werden können.

#### **11. Tag: Freizeit und optionale Aktivitäten**

Dieser Tag steht zu Ihrer eigenen Gestaltung frei, Sie können ausruhen oder aus optionalen Aktivitäten wählen:

- Rundtour durch den Wayanad Distrikt:
  - *Mit dem Jeep durch den Muthanga National park, früh zu starten ist empfehlenswert da dies die Chance auf Wildtiersichtungen erhöht.*
  - *Eddakkal Höhlen, steile Treppen und Wege führen zu natürlichen Steinhöhlen mit menschlichen Wandschnitzereien die auf 6000 v.Ch. datiert werden, klettert man weiter hinauf wird man mit einem weiten Ausblick auf die Gegend belohnt.*
  - *Phanthom Rock Aussichtspunkt und einen Kleinen sehr alten Jain Tempel besuchen. Auf dem Rückweg geht es durch malerische Landschaften, Reisfelder und vorbei an einem kleinen Stausee*
- *Chembra Spitze: der höchste Punkt der ganzen Gegend ist in einer 3 stündigen teils steilen Wanderung zu erreichen. Auf halbem Weg passieren sie einen herzförmigen See. Ganz oben können sie bei gutem Wetter den gesamten Wayanad Distrikt und darüber hinaus überblicken.*
- *Ayurveda, verschiedene Anwendungen sind hier möglich*

Am Abend sitzen Sie beim Lagerfeuer gemütlich beisammen.

#### **12. - 15. Tag: Transfer nach Cherai Beach - Yoga und Entspannung am Meer**

In den letzten 4 Tagen Ihrer Reise ist es Zeit für Entspannung. In der Mitte der langezogenen Insel Vypin befindet sich Cherai Beach. Nur wenige Meter trennen hier das Arabische Meer von den idyllischen Backwaters. Hier finden Sie die Ruhe für tägliches Yoga (morgens und abends) mit Kerstin. Die Tage sind hier zu Ihrer freien Gestaltung offen. Es bieten sich ausgedehnte Spaziergänge zu Sonnenauf- und Untergängen, der Besuch des Fischereihafens ebenso an wie Ayurvedaanwendungen. Des Weiteren können Sie in einem Tagesausflug in den Trubel Fort Kochis eintauchen und dieses weiter erkunden.

#### **16. Tag: Transfer zum Flughafen**

Falls es für Sie heute wieder zurück nach Hause geht werden Sie zum Flughafen gebracht oder zur Weiterreise zum (Bus-)Bahnhof

#### **STECKENVERLAUF & ENTFERNUNGEN**

Cochin Airport	→	Fort Kochi	37 km
Fort Kochi	→	Marayoor	175 km
Marayoor	→	Ooty	205 km
Ooty	→	Mysore	127 km
Mysore	→	Kushal Nagar	88 km

Kushal Nagar	→	Kalpetta	129 km
Kalpetta	→	Cherai Beach	207 km
Cherai Beach	→	Cochin Airport	26 km

## YOGA

Bleiben Sie fit auf der Rundreise und begrüßen Sie den Tag mit belebenden Asanas oder geniessen Sie eine Stunde Stretch and Relax zur Entspannung am Abend. Während der Rundreise können Yogastunden mit Kerstin morgens oder Abends in Anspruch genommen werden, je nach Möglichkeit in der Unterkunft und Tagesplanung.

In den entspannten Strandtagen in Cherai Beach am Ende der Reise sind Yogastunden in jedem Fall möglich hier können Sie Ihre Praxis, angeleitet von Kerstin weiter vertiefen und um Meditationen am Meer erweitern.

## REISELEITERIN KERSTIN EINHORN

Kerstin Einhorn bereiste Indien seit 1999 und lebt seit 2005 mit ihrem indischen Ehemann überwiegend in Kerala. Seit dieser Zeit führte Sie zahlreiche Individual- und Gruppenreisen durch ganz Südindien. Desweiteren organisiert Sie Yogaseminare und Ayurveda-Workshops. Sie wurde im Hatha Yoga der Sivananda Tradition ausgebildet und unterrichtet regelmässig in Thekkady, Kerala.

## TERMIN & PREISE

Gruppen Reise am 19.02.2020 - 05.03.2020 (Min. 6 - max. 12 Personen)

Doppelzimmer p. P. :	1430€
Einzelzimmeraufschlag:	450€

Kontaktieren Sie uns gerne für Ihre Individualreise zu Preisen und verfügbaren Terminen.

## ENTHALTENE LEISTUNGEN

- *Reisebegleitung Kerstin Einhorn*
- Alle Übernachtung in ausgewählten mittelklasse Hotels
- Transfer mit Auto oder Bus (je nach Gruppengrösse)
- *Halbpension (Frühstück und Abendessen, Getränke ausser Wasser extra)*
- *Eintrittspreise für feste Programmpunkte*
- *Yoga mit Kerstin wenn möglich*
- *Wasser auf der Reise*

## NICHT ENTHALTEN

- Flug nach Indien
- Visum für Indien
- Versicherungen
- Mittagessen und Getränke ausser Wasser
- Optionale Aktivitäten
- Trinkgeld und Spenden
- Kameragebühren

## Jungle Dream Tours...

... wird von einem Ägyptisch/Deutschem Paar geführt, welches in Südindien lebt. Wir bieten einzigartige Individual- und Gruppenreisen in Südindien auch abseits ausgetretener Pfade an.

## Kontakt

Email: [info@jungledreamtours.com](mailto:info@jungledreamtours.com)

Webseite: [jungledreamtours.com](http://jungledreamtours.com)