

ADAC

www.adacreisen.de · Ausgabe 1/2018

Urlaub

Inspiration. Tipps. Angebote.

Das Magazin der ADAC Reisebüros

Arabische Emirate

Wie gut kennen Sie Abu Dhabi, Dubai, Fujairah & Co? Ein Quiz

Gesunder Aktivurlaub

Wandern, Golfen & mehr auf den Kanarischen Inseln

Rio de Janeiro

Sightseeing und Karneval am Zuckerhut

**Winter-
Abenteuer**

Fünf einzigartige
Erlebnisse in
Schnee und Eis



Faszination *Thailand*

Tempel, Dschungel, Strände und das pulsierende Bangkok – eine aufregende Rundreise durch das südostasiatische Land

„Wenn man beginnt, seinem Passfoto ähnlich zu sehen, sollte man in den Urlaub fahren.“

Ephraim Kishon (1924–2005), israelischer Satiriker

Lorem Thailand

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

und schwupps stecken wir wieder mitten im Winter, dieser Jahreszeit, die uns in Umfragen regelmäßig spaltet: Die einen werden einfach nicht grün mit der Dunkelheit und Kälte. Die anderen lieben die verschneite Landschaft und die frische Luft. Beides völlig nachvollziehbare Beweggründe, weshalb laut einer Umfrage des Portals Statista etwa die Hälfte der Deutschen regelmäßig im Winter in den Urlaub fährt – entweder um dem Schmuddelwetter zu entfliehen oder um die weiße Pracht zum Wintersport zu nutzen.

Wir vom Magazin „ADAC Urlaub“ haben natürlich Verständnis für beide Lager. Schöne Sonnenziele finden Sie in dieser Ausgabe gleich einige. Etwa die Kanarischen Inseln (S. 42), ein Klassiker, um dem Winter-Blues mit milden Temperaturen und blauem Himmel Paroli zu bieten, zum Beispiel beim Wandern. Der spanische Archipel ist nebenbei ein Reiseziel mit langer Gesundheitstradition. In gerade mal viereinhalb Flugstunden sind Sie da. Kaum länger fliegen Sie in die Arabischen Emirate (S. 34), wo jetzt im Winter ebenso das angenehmste Klima herrscht wie im fernen Thailand (S. 14). Schnee- und Eisliebhaber dürften unsere faszinierenden Winterabenteurer (S. 24) nicht kalt lassen, ob Heliskiing oder Schlittschuhwandern.

Sie sind noch unschlüssig? Dann stöbern Sie zur Inspiration doch einmal in unseren Angeboten und weltweiten Reiseratgebern unter www.adacreisen.de. Jetzt, wo es draußen stürmt, regnet oder schneit. In diesem Sinne:

Gute Reisen,
Ihre Redaktion **ADAC Urlaub**

 Schreiben Sie uns: redaktion@adac-urlaub.net



ar Multimedia: Entdecken Sie zusätzliche spannende Inhalte der „ADAC Urlaub“! Mit der kostenlosen App Layar für Smartphone oder Tablet scannen Sie einfach die markierten Heftseiten und sehen Bilder, Videos und vieles mehr. Infos auf Seite 13.

S. 6–7, Postkarte Ihre tollsten Urlaubsfotos; **S. 14–15, Thailand** Weitere Impressionen; **S. 22–23, 5-mal Rio** Brasiliens schönste Stadt; **S. 28–29, Winterabenteurer** Mit dem Hundeschlitten durch Lappland; **S. 32–33, Mein Land: Kenia** Auf Safari; **S. 34–35, Emirate** 6 Sehenswürdigkeiten; **S. 40–41, Ratgeber** 1, 2 oder 3?; **S. 42–43, Kanaren** Inselhopping

Ich war ...



Harald Braun,
Journalist &
Weltreisender

... in Thailand

Der Journalist freute sich eigentlich auf Strandurlaub. Doch es kam – zum Glück – alles ganz anders ... **Seite 14**



Florian Kohlbecker
Architekt & CEO

... im Winterurlaub

Der Süddeutsche berichtet in unseren Winterabenteuern von traumhaften Abfahrten im Tiefschnee. **Seite 26**



Bruntje Thielke
Journalistin

... auf den Kanaren

Das gesunde Klima auf den spanischen Atlantikinseln hat die Hamburgerin schon als Kind überzeugt. **Seite 42**



14 Thailand



24 Winterabenteuer



34 Arabische Emirate



42 Kanaren

Inspiration

- 6 Postkarte vom Arber**
Einmal Bayerischer Wald mit Zuckerguss
- 8 Panorama**
Neuigkeiten aus aller Welt
- 14 Rundreise Thailand**
Was Asiens Traumziel außer Strand und türkischem Meer noch zu bieten hat – reichlich
- 22 Fünf Mal ... Rio de Janeiro**
Copacabana, Samba, Zuckerhut ... Entdecken Sie Rios schönste Seiten
- 24 Winterabenteuer**
Wunderschön: mit Huskys durch Lappland, Heliskiing und andere frostige Erlebnisse
- 34 Arabische Emirate**
Ja, es gibt nicht nur Dubai. In unserem kleinen Emirate-Quiz erfahren Sie mehr
- 42 Kanaren**
Gesunder Aktivurlaub auf Spaniens Inseln des ewigen Frühlings

Tipps

- 32 Mein Land: Kenia**
ADAC Reise-Experten stellen ihre Lieblingsziele vor
- 40 Ratgeber Fernreisen**
ADAC Reise-Experten informieren. In dieser Ausgabe: Tipps zu Impfungen etc.
- 48 Mein Reisebüro**
Ihr Kontakt zu allen ADAC Reisebüros in Ihrer Umgebung
- 49 Impressum**
- 50 Vorschau**
Das bringt die nächste ADAC Urlaub

Digital

Bilder, Karten, Kontakte und Videos: Mit **ADAC Urlaub** und der **LAYAR-App** erweitern Sie das Magazin um eine neue Dimension. Mehr Infos zur LAYAR-App auf Seite 13. Des Weiteren finden Sie im Heft **Bitly-Kurzlinks**, diese können Sie einfach in Ihren Internet-Browser eingeben und Sie werden zur entsprechenden Website weitergeleitet.



Legende

- Weblink
- E-Mail
- Video
- Kontakt
- Information
- Ort



22 Rio de Janeiro



Bayerischer Wald

Willkommen im Märchenwald

Wenn im Winter eisiger Ostwind und Schnee über den Großen Arber pfeifen, verwandelt sich der Bayerische Wald in eine zauberhafte Märchenlandschaft. Wie mit Zuckerguss überzogen erstarren dann die Kiefern und Fichten an dem 1455 Meter hohen Berg zu bizarren Skulpturen. Arbermandl nennt sich dieses faszinierende Naturschauspiel, das Kameramann Martin Lippl 1985 im Schneesturm eindrucksvoll festhielt und Rundfunk-Ikone Elfie Pertramer später mit ihrem mystischen Gedicht unterlegte. Der Kurzfilm läuft zu Jahresbeginn stets im Bayerischen Rundfunk (oder immer in der Mediathek). Noch besser: den weißen Zauber mit eigenen Augen erleben, etwa auf einer Winter- oder Schneeschuhwanderung vom Großen Arbersee nach Brennes. Oder beim Skilanglauf auf der 150 Kilometer langen Bayerwaldloipe durch den Nationalpark Bayerischer Wald. Noch bis zum 6. Januar können Sie in den Orten der Region übrigens die Rauhächte erleben, ein uralter Volksbrauch mit Hexentänzen und Dämonen ...



Schicken Sie uns Ihr schönstes Urlaubsfoto an: postkarte@adac-urlaub.net

Panorama

Reisetipps präsentiert von Ihrem ADAC Westfalen



Wunderbarer Ausblick
Der staatlich anerkannte
Luftkurort Pottenstein
ist eine Stadt im
Landkreis Bayreuth

Deutschland

Erlebnis Fränkische Schweiz

Ankommen und den Alltag hinter sich lassen, das verspricht ein Urlaub in der Fränkischen Schweiz in Oberfranken. Die Region erstreckt sich über die Landkreise Bamberg, Bayreuth und Forchheim. Zu den bekanntesten Orten dieser Region zählen Ebermannstadt, Pottenstein, Gößweinstein und Muggendorf. Für Wander- und Naturfreunde gibt es eine Vielzahl an Wanderwegen, die vorbeiführen an Burgen, Mühlen und Höhlen. Ein Wahrzeichen der Fränkischen Schweiz ist die Burgruine Neideck bei Streitberg. Von hier genießt man einen herrlichen Blick über das Tal der Wiesent.

Das Walberla-Massiv, ein eindrucksvoller Tafelberg östlich von Forchheim, dem Eingangstor zur Fränkischen Schweiz, bietet eindrucksvolle Ausblicke auf das Tal der Regnitz und der Wiesent. Familienfreundlichkeit wird in der Fränkischen Schweiz noch großgeschrieben. Ein vielfältiges Angebot von verschiedenen Hochseilgärten, der E-Fun-Park in Pottenstein, Kajak fahren auf der Wiesent, die historische Dampfbahn ab Ebermannstadt oder der Wildpark Hundshaupten lassen keine Langeweile aufkommen. Sollte das Wetter einmal nicht mitspielen, die Therme in Obernsees bietet Spaß für Jung und Alt. Die Nähe zu den Städten Nürnberg, Bamberg und Bayreuth verspricht erlebnisreiche Tage mit vielen kulturellen Eindrücken. Die regionale Küche über-



Leckere Vielfalt

Die Region ist unter anderem bekannt für ihre vielfältigen Bratwurstspezialitäten



Kontaktieren Sie uns,

wir beraten Sie gern. Alle Reisebüros finden Sie auf **Seite 49**

zeugt nicht nur mit hervorragender Qualität, sondern auch mit fairen Preisen. Mit ca. 70 Brauereien ist die Fränkische Schweiz die Region mit der höchsten Brauereidichte der Welt. In einem „Keller“, einer typischen Schankwirtschaft, meist an schönen Plätzen gelegen, lässt sich der Tag bei einem guten Essen und einem erfrischenden Getränk entspannt ausklingen.



ADAC Reisebüro Experten-Tipp

Gaby Wendt-Wagner aus dem **ADAC Reisebüro in Lüdenscheid** über einen Osterbrauch, **Tel.:** (0 23 51) 2 66 87, **E-Mail:** rb.luedenscheid@wfa.adac.de

Seit mehr als hundert Jahren werden jedes Jahr zur Osterzeit zahlreiche Brunnen und Quellen mit Tausenden buntbemalten Eiern, Blumen, Kränzen und Girlanden geschmückt. In rund 200 Orten der Fränkischen Schweiz kann man in der Karwoche sowie zwei Wochen nach Ostern diese Pracht bestaunen. Der Osterbrunnen in Bieberbach bei Egloffstein hat es mit rund 11 000 Eiern als größter Osterbrunnen der Welt ins Guinnessbuch der Rekorde geschafft.

Usbekistan

Abenteuer Seidenstraße

Chiwa, Samarkand, Buchara – klangvolle Namen auf der legendären Seidenstraße, der alten Karawanenroute zwischen China und Europa. Noch heute lässt sich hier die prächtige Architektur des Orients in zahlreichen Welterbestätten bewundern. Die Welttourismusorganisation WTO setzt sich jetzt verstärkt für die Entwicklung eines nachhaltigen Tourismus in der Region ein. Auch viele Veranstalter legen neue Reisen durch Usbekistan auf, etwa die 11-tägige Wandertour „Höhepunkte Usbekistans“ von Wikinger Reisen. Tauchen Sie ein die Welt aus 1001 Nacht.



Auf ins Gitarrenmuseum

Für Musik-Enthusiasten ist der US-Staat Tennessee längst ein heißer Tipp – Memphis und Nashville sind die Heimat des Country, Blues und Rock'n'Roll. Ein weiterer Stopp lohnt jetzt im neuen Songbirds Guitar Museum in Chattanooga. Die weltgrößte Gitarren-Ausstellung lockt mit über 1500 Instrumenten, darunter die millionenteure „Gibson Explorer“. www.songbirds-guitars.com



252,20



Euro muss man in dieser Saison im Schnitt für den 6-Tages-Skipass in Österreichs Top-Gebieten berappen – ein Plus von 4%. Auch die deutschen Skipässe ziehen um 5,2% auf 231,50 € an. Zu teuer? Aspen, USA, verlangt umgerechnet 759 €. Infos: www.snowplaza.de

Neue Attraktion

Skydiving in Berlin

Ein Fallschirmsprung ist Ihnen zu heikel? Dann könnte das neue Windobona Berlin eine Alternative für alle sein, die das unbeschreibliche Gefühl des freien Falls einmal am eigenen Leib spüren möchten. In dem Windtunnel für Indoor Skydiving sorgen vier Axialventilatoren für Windgeschwindigkeiten von bis zu 280 Kilometern pro Stunde. Das Erlebnis in dem 32 Meter hohen vertikalen Flugtunnel ist ver-



gleichbar mit einem Sprung aus 4000 Metern Höhe. Gemeinsam mit Coaches können auch Kinder ab vier Jahren den Spaß erleben. www.windobona.berlin/de

IN KÜRZE

Mit dem Leihfahrrad grün und günstig durch die Stadt

Deutschlands Städte lassen sich günstig und umweltschonend mit dem Leihfahrrad erkunden, in der Regel kostet eine halbe Stunde um einen Euro. Das ergab eine Recherche des ADAC. Zumeist erfolgt die kostenlose Registrierung über Apps oder das Internet. Genauer hinsehen sollte man bei der Rückgabe: So berechnet z. B. Nextbike Berlin beim Abstellen außerhalb eines Umkreises von 20 Metern um die Leihstation 20 Euro Gebühr. www.adac.de („Aktuelles“).



Seeland von oben

Dänemarks größter Hochseilgarten Camp Adventure südlich von Kopenhagen bekommt eine neue Attraktion: 2018 können Besucher die Landschaft der Insel Seeland hier von einem 45 Meter hohen Aussichtsturm bestaunen (135 Meter über dem Meeresspiegel). Die ambitionierte Konstruktion aus Stahl und Holz windet sich wie eine Spirale durch die Baumkronen. Infos: www.campadventure.dk

NEUE ZIELE AUF

www.adacreisen.de/ratgeber

Kanada entdecken

Ob eine Reise durch die majestätischen Rocky Mountains mit ihren türkisen Gletschenseen oder eine Tour zu den tosenden Niagarafällen: Kanadas Natur ist einzigartig. Entdecken Sie die großen Nationalparks wie Banff und Jasper, erleben Sie Bären in freier Wildbahn.



Auf nach Toronto, Québec & Vancouver

Auch Kanadas Metropolen sind eine Reise wert. Lassen Sie sich von Québecs historischer Altstadt mit dem weltberühmten Hotel Château Frontenac verzaubern. Genießen Sie in Toronto die Aussicht vom 553 Meter hohen CN Tower. Und in Vancouver kosten Sie fangfrischen Lachs, bevor Sie vor der Küste Wale beobachten.

Kanarische Inseln

Sonniges Winterziel ohne lange Flugzeit gesucht? Willkommen auf den Kanaren, Spaniens Atlantik-Archipel vor der Küste Afrikas. Die abwechslungsreichen Inseln sind das perfekte Ziel zum Wandern, Golfen, Radeln oder zum Relaxen an den herrlich weißen (und schwarzen) Stränden.

La Palma & El Hierro

Neben den bekannten Inseln wie Gran Canaria oder Lanzarote sind auch die kleinen Kanaren wahre Naturparadiese. Wandern Sie auf La Palma durch den Lorbeerwald von Los Tilos, wo zwischen Kiefern und Riesenfarnen die Wasserfälle rauschen. Taucher bestaunen am Unterwasservulkan El Bajon vor El Hierro Mantarochen und Barrakudas.



389

Müllteile, meist Plastik, wurden laut Umweltbundesamt an deutschen Nordseestränden gefunden – je 100 m. 94% der toten Eissturmvögel hatten Kunststoffe im Magen.

Marokko

Yves Saint Laurent in Marrakesch



In Marokkos zauberhafte „rote Stadt“ zog sich der berühmte Modeschöpfer oft zurück, um Kraft und Kreativität zu tanken. Das neue Yves-Saint-Laurent-Museum in Marrakesch widmet sich nun dem Werk des Designers. Zu sehen sind gut 100 Kreationen, die Architektur aus rosa Granit und Ziegelstein ist zugleich eine Hommage an seine Lieblingsstadt. www.museeyslmarakech.com



Neuer Arktis-Highway

Die Verlängerung des Dempster Highways von Inuvik nach Tuktoyaktuk in Kanadas Nordwest-Territorien ist die erste ganzjährig befahrbare Straße an die Nordküste des Landes. Bislang war die Strecke im Winter nur über die Ice Road auf dem Mackenzie River und dem Arktischen Ozean befahrbar.

Kreuzfahrt

Allein auf hoher See

Als Single auf Kreuzfahrt gehen? Das war bislang recht teuer, die Kabinenzuschläge für Alleinreisende liegen nicht selten bei 100 Prozent. Doch das ändert sich gerade, denn Solo-Travelling wird immer beliebter. Viele Reedereien werben inzwischen mit drastisch reduzierten Preisen für Singles. Norwegian Cruise Line bietet nun als erste Kreuzfahrtgesellschaft sogar Kabinen ohne Einzelzimmerzuschlag an. Kennenlern-Treffen etc. sorgen dafür, dass man nicht lange allein bleibt.



Concorde-Nachfolger

Mit Mach 2,2 über den Atlantik

Die letzte Concorde startete 2003 von New York nach London, danach wurde der Flugbetrieb infolge des tragischen Unfalls vom Juli 2000 eingestellt. Jetzt kündigte das US-Start-up Boom an, wieder einen Überschalljet für Linienflüge zu bauen. Mit rund 2700 km/h soll der „Baby Boom“ bereits 2018 abheben und 2023 den Linienverkehr aufnehmen. Die Reisezeit für den Flug Paris–New York soll sich dann von bisher sieben auf dreieinhalb Stunden halbieren. Bestellungen lägen bereits vor, unter anderem vom Milliardär Richard Branson. www.boomsupersonic.com



Wintersport

Skilanglauf boomt

Auf der Loipe durch die stille, weiße Winterlandschaft gleiten – dafür begeistern sich offenbar immer mehr Menschen. Rund 35 Millionen Deutsche interessieren sich laut einer repräsentativen Studie von Kantar TNS und der Olympiaregion Seefeld für die Wintersportart Skilanglauf. Der Grund für die zunehmende Beliebtheit liege an gesellschaftlichen Trends wie einer starken Sehnsucht nach Entschleunigung und aktivem Natururlaub mit der Familie, so die Studie. Wer den Sport ausprobieren möchte: Die Tiroler Olympiaregion bietet neben 256 Kilometern Loipen auch eine Langlaufschule. Traumhafte Langlaufreviere in Deutschland sind zum Beispiel der Rennsteig im Thüringer Wald, der Bayerische Wald mit der Auerhahn-Höhenloipe oder der Schwarzwald mit der Thurnerspur St. Märgen.

IN KÜRZE

Krokodile & Piranhas in der Schweiz

Eine etwas unerwartete Attraktion kann man jetzt im Alpenland Schweiz besuchen: Das neue Aquatis in Lausanne ist nach eigenen Angaben das größte Süßwasser-Aquarium-Vivarium Europas. In der Erlebniswelt mit den Lebensräumen von Flüssen und Seen auf fünf Kontinenten kann man ca. 10000 Fische und 100 Reptilien und Piranhas. www.aquatis.ch

Rauchverbot in Thailand

Allein am Strand von Patong auf Thailands Urlaubsinsel Phuket wurden in einem Monat 138000 Zigarettenstummel gesammelt. Jetzt macht die Regierung ernst: Ab 1.2.2018 darf an 24 Stränden in 15 Provinzen nur noch in speziellen Raucherzonen gequalmt werden. Gute für alle, die nicht in Kippen liegen wollen.



New York

Aus Kult-Terminal wird Hotel

Das ehemalige Trans World Airline Terminal am New Yorker Flughafen JFK beeindruckt mit seinem 1960er-Jahre-Charme. Jetzt soll das denkmalgeschützte Gebäude des finnischen Architekten Eero Saarinen zum Hotel umgebaut werden. Angrenzend an den Terminal sollen zwei Gebäude mit 500 Zimmern entstehen, dazu ein Museum, Restaurants sowie ein Nachtclub. Die Eröffnung des TWA Hotels ist noch in 2018 geplant. Infos unter www.twahotel.com



IN KÜRZE



CMT Stuttgart
Mit dem ADAC zur Urlaubs-messe

Ein buntes Programm erwartet Sie auch dieses Jahr wieder auf der beliebten Urlaubsmesse CMT in Stuttgart (13.-21.1., www.messe-stuttgart.de/cmt). Lassen Sie sich für Ihren nächsten Traumurlaub inspirieren, entdecken Sie Länder, Städte, die neuesten Caravan-Modelle und vieles mehr. Genießen Sie kulinarische Köstlichkeiten aus aller Welt und unterhaltsame Shows. Auch der ADAC ist mit einem Stand vertreten. Tipp: ADAC Mitglieder erhalten exklusiv im Jubiläumsjahr das 2-Tages-Ticket zum Preis einer Tageskarte (13 € statt 20 €; ohne VVS). Mehr Infos unter www.adac.de/vorteile



Bayern Schneller auf die Zugspitze

Am 21. Dezember nimmt die neue Seilbahn Zugspitze ihre Fahrt auf Deutschlands höchsten Gipfel auf. Zwei bodentief verglaste Großraumkabinen befördern dann bis zu 580 Personen pro Stunde auf den 2962 Meter hohen Berg. Ausflügler genießen hier das Panorama auf über 400 Alpengipfel, Wintersportler wedeln am Zugspitzplatt im feinen Pulverschnee. Die Bahn bricht gleich mehrere Weltrekorde: Mit 1945 Metern überwindet sie den größten Höhenunterschied in einer Sektion und mit 3213 Metern das längste freie Spannfeld. Zudem passiert sie die mit 127 Metern höchste Stahlbaustütze für Pendelbahnen. www.zugspitze.de

FOTOS: XXXXX

Schiff ahoi!

Die legendäre Nordwestpassage entdecken, 1000 Meilen den Amazonas hinaufschiffen oder mit dem Boutique-Schiff den Mekong bereisen – das sind nur einige Abenteuer im neuen Kreuzfahrt-Katalog des Veranstalters Lernidee Erlebnisreisen.



158

LÄNDER lassen sich mit dem deutschen Reisepass ohne Visum oder mit einem, das man sich bei der Ankunft besorgt, bereisen. Platz 2 nach Singapur (159 Länder).

Dritter Flughafen

Mit Condor nach Kreta



Wer seinen Urlaub im Osten der griechischen Ferieninsel verbringen will, muss gewöhnlich längere Transferzeiten vom Flughafen Heraklion oder gar Chania zum Hotel in Kauf nehmen. Das ändert sich ab kommendem Sommer. Dann fliegt der Thomas-Cook-Ferienflieger Condor mit dem ehemaligen Militärflughafen Sitia einen dritten Airport auf der Mittelmeerinsel an. Ein Mal pro Woche geht es von München, Düsseldorf und Frankfurt immer sonntags in den Urlaubsort im äußersten Nordosten von Kreta.

2x Skandinavien

Tischlein deck dich

Neuigkeiten aus Skandinaviens Gastro-Szene: 1. In Südnorwegens Kommune Lindesnes entsteht derzeit eines der wohl spektakulärsten Projekte: Das Gourmet- und Seafood-Lokal „Under“ (Foto) soll Europas erstes Unterwasser-Restaurant werden. Eröffnung ist leider erst Anfang 2019 (www.under.no). 2. In Islands erster Food Hall „Hlemmur Mathöll“ in Reykjavik können sich Gourmets dagegen schon durch die Restaurants und Stände schlemmen und kreative Smørrebrød-Varianten oder authentisch vietnamesisches Streetfood ordern. www.hlemmurmatholl.is



DIGITAL ERLEBEN

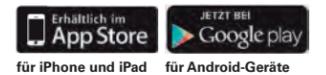
Achten Sie auf dieses Zeichen!

Nutzen Sie die **kostenlose App „Layar“**, um mithilfe von Smartphone oder Tablet das Magazin zu überraschend neuem Leben zu erwecken. Auf Ihrem Bildschirm erscheinen Videos, Karten, Bildergalerien, Kontaktdaten und viele weitere interaktive Inhalte. Viel Spaß!



1. App herunterladen

Laden Sie die „Layar“-App **kostenlos** herunter.



2. Aktivieren

Öffnen Sie die „Layar“-App und drücken Sie auf „Scannen“.

3. Scannen & Los

Scannen Sie mithilfe von Smartphone oder Tablet die gesamte Heftseite und die virtuelle Reise beginnt! Einmal abgerufen, können Sie die Inhalte anschauen, wo und wann immer Sie möchten.



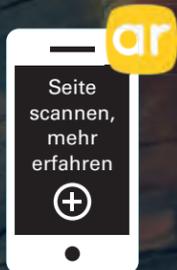


Abenteuer Thailand

Wenn zwei sich in den gleichen Flieger setzen, müssen sie nicht unbedingt dasselbe Ziel haben. ADAC Urlaub-Autor Harald Braun wollte in Thailand an Stränden entspannen, seine Frau die vielfältige Kultur des asiatischen Traumlandes erkunden. Am Ende wurden beide glücklich

TEXT Harald Braun

Pulsierendes Bangkok
Die berühmte Khao San Road gehört bei einem Bangkok-Besuch zum Sightseeing-Pflichtprogramm



Schon als wir unsere Reise nach Thailand planten, schaute meine Frau mich hin und wieder mitleidig an und nannte mich eine kulturelle Amöbe. Und warum? Weil ich nach Monaten harter Arbeit – so weit das einem Reisejournalisten möglich ist – im exotischen Thailand nur noch an einsamen Sonnenstränden liegen, in Bücher schauen und am Ende des Tages fantastisch essen wollte. Was man in Thailand besonders gut kann. Auch meine Frau ist eine Bewunderin der thailändischen Lebensart. Was die leichte, raffiniert gewürzte Küche Thailands angeht, sind wir da auch einer Meinung. Das wär's aber schon mit der Schnittmenge: Sie reizt vor allem die buddhistisch-spirituelle Kultur Thailands und seine urwüchsige Natur. Am Strand liegen aber, egal wie schön der ist, will sie nur selten, Stichwort Amöbe ...

In Bangkok führt das gleich nach unserer Ankunft schon zu einer ersten Diskussion. Ich würde am liebsten am Flughafen gleich in den nächsten Inland-Flieger zu irgendeiner Küste steigen, Phuket, Krabi, Trat – alles recht, alles willkommen. Meine Frau aber möchte sich erst mal akklimatisieren und dabei die Schönheiten Bangkoks auf sich wirken lassen. Wie gut, dass sie sich meistens durchsetzt ...

Bangkok nämlich ist eine der spannendsten Metropolen der Welt, es blinkt und glitzert und rumort an allen Ecken. Selbst für jemanden,



Tropenparadies

Die bizarren Karstfelsen in der Provinz Krabi entstanden über Jahrmillionen durch Erosion

Königsresidenz

Der prunkvolle Große Palast in Bangkok war einst die Residenz der Herrscher von Siam

der gerade einen langen Flug hinter sich hat und sich erst einmal an die feuchte Hitze Thailands gewöhnen muss, braucht der Zauber der Stadt keinen langen Anlauf, bis er zu wirken beginnt: Wir fahren in die Nähe der Khao San Road in eines der kleineren Hotels dort, das sie bereits von Deutschland aus gebucht hat.

Im Tuk-Tuk durchs Getümmel

Nach einem kurzen Check-in streifen wir dann schon durch das berühmte Lieblingshabitat der Backpacker aus aller Welt. Es duftet würzig nach Garküche und Hanfgräsern, die Dreadlocks-Dichte ist erstaunlich hoch hier in diesem Viertel voller Restaurants, Modelädchen und bunten Pop-up-Marketendern. Nach einigen Stunden im alternativen Rummel der Khao San Road will meine Frau den Schwerpunkt von multikulturell-kreativ zu casual-exklusiv verändern. Das heißt, dass wir nach Sukhumvit fahren, das moderne Einkaufs- und Schlenderviertel für shoppingfreudige Westler. Sukhumvit ist in einer ganz anderen Ecke der Stadt – was wir nutzen wollen, um die Strecke auf dem Wasserweg zu bewältigen. Wir wissen, dass in kurzen Abständen Linienboote auf dem Chao Praya, dem „Königsfluss“, verkehren – und so eine Boots-

fahrt gehört zu den Dingen, die man ohnehin in Bangkok gemacht haben sollte. Um an den Pier zu kommen, müssen wir allerdings erst mal ein Tuk-Tuk nehmen. Auch eines der Dinge, die man nicht verpassen sollte. So ein Tuk-Tuk-Trip auf drei Rädern ist ein spaßiges Abenteuer, wenn man ein paar Dinge beherzigt. Die Fahrer sind in der Regel freundliche Schlitzohren, die einen zum überhöhten Preis zu ihrem Schwippschwager bringen wollen, der einen Geschmeidehandel betreibt – oder zu einem Geheimtipp-Tempel. Man darf es ihnen nicht übel nehmen – für die bettelarmen Kuriere sind alle Touristen Menschen mit sehr, sehr viel Geld, das man ihnen abschwatzen darf, das erlaubt offenbar sogar Buddha. Wenn man ihnen aber a) klarmacht, dass man direkt zu seinem Ziel möchte, und b) den Preis unbedingt vorher abspricht, ist alles gut. Ach ja, c): Der Verkehr ist sportlich in Bangkok. In der Regel passiert nichts, aber für Menschen mit schwachen Nerven doch ein kleiner Tipp: Drehen Sie sich auf dem Tuk-Tuk mit dem Rücken zur Straße und genießen Sie die flirrende Atmosphäre Bangkoks.

Durch unseren Bootstrip auf dem Chao Praya lernen wir Bangkok in der Abenddämmerung von seiner

(seltenen) ruhigen Seite kennen, doch in Sukhumvit lautet die Losung dann wieder: Tempo! Lichter! Leben! Wir schlendern an modernen Malls und an den typischen Straßenmärkten vorbei, die vor allem nach Einbruch der Dunkelheit ihre bunte Magie entfalten. Auf einer mehrspurigen Hauptstraße kommt uns ein Mahout mit seinem Elefanten entgegen, mitten im tosenden Verkehr – von Tuk-Tuks, Autos und Mopeds umgeben. Bangkok halt. Eine verrückte Stadt, aber auch eine faszinierende – vor allem, wenn man sie von oben sieht, was wir staunend von der Octave Rooftop Lounge Bar aus machen, die zum Marriott Hotel gehört. Wir dachten natürlich auch über die berühmte Sky-Bar im Lebua Tower in Silom nach, aber die soll seit ihrem Auftritt in „Hangover 2“ ziemlich überlaufen sein. (Vorsicht: Rooftop-Bars sind schick in Bangkok, anders als sonstwo gehen hier selten kurze Hosen, Flip-Flops nie!)

Am folgenden Tag reicht die Zeit gerade noch für einen Besuch des Wat-Pho-Königstempels in der historischen Altstadt von Bangkok –



Flinke Flitzer
Mit dem Tuk-Tuk kommt man in den Städten am besten voran – die Fahrten sind rasant

46 Meter Gold
Die imposante liegende Buddha-Statue ist die Hauptattraktion in Bangkoks Tempel Wat Pho

wir entzündeten Kerzen vor dem liegenden Buddha mit seinen beeindruckenden 46 Metern Länge und 15 Metern Höhe. Auch die wichtigste Massage-schule Bangkoks ist seit 1832 innerhalb der Tempelanlage zu finden. Massage ist eine wichtige Sache für die Einheimischen. Seitdem die Thaimassage im 13. Jahrhundert über Ceylon ins Land gebracht wurde, gehört zu jeder Straße und zu jedem Strand mindestens ein Massagesalon – oft nur eine Matratze auf einem Bambusgestell im Sand, Kosten meist unter zehn Euro die Stunde. Trotzdem, unbedingt zu empfehlen: Die Thais verstehen ihr Massagehandwerk. Vorsicht nur in Großstädten, da gibt's auch überall „Happy Ending“-Etablissements – da steht die Gesundheit bei der Massage nicht im Vordergrund, aber sonst so einigtes.

Spaß am Affenberg

Am Abend geht's dann für uns mit dem Zug von Bangkok aus weiter nach Hua Hin. Zug- und Busfahrten in Thailand sind recht preiswert, zudem ist zwangloser Kontakt mit Einheimischen quasi garantiert:



Angebote

Thailand-Abenteuer

Rundreise
„Nordthailand Kaleidoskop“: Erleben Sie die atemberaubende Vielfalt Thailands auf einer 11-tägigen Rundreise. Auftakt Ihres Abenteuers ist die pulsierende Metropole Bangkok mit ihren majestätischen Palästen. Nach einem Besuch der faszinierenden schwimmenden Märkte von Damnoen Saduak geht es zu den weltberühmten Tempelanlagen von Ayutthaya und der alten Königsstadt Sukhothai. Auf ihrem weiteren Weg in den Norden besichtigen Sie den hochverehrten Smaragd-Buddha in Lampang, bevor es nach Chiang Rai in das legendäre Goldene Dreieck an der Grenze zu Laos und Myanmar geht. Hier unternehmen Sie eine Fahrt mit dem Longtailboot auf dem mächtigen Mekong-Strom und besuchen ein traditionelles Dorf des Meo-Bergvolkes, wo Sie auch übernachten. Tauchen Sie hier ein in das Leben der thailändischen Bauern. Zum Abschluss der Reise erkunden Sie Chiang Mai, die „Rose des Nordens“, die für ihr Kunsthandwerk und ihre kulinarische Vielfalt bekannt ist.



Ab **1019€** / p. P. inkl. 10 Übernachtungen, Verpflegung gemäß Programm, örtlich wechselnder, deutschsprachiger Reiseleitung, Eintrittsgeldern für Besichtigungen gemäß Programm.

Eigenanreise ohne Flüge

Veranstalter: Meiers Weltreisen

Weitere Angebote finden Sie unter

www.adacreisen.de

*Änderungen vorbehalten. Beratung und Buchung in Ihrem ADAC Reisebüro siehe Seite 49.



Magischer Norden
Der Weiße Tempel Wat Rong Khun symbolisiert die Reinheit Buddhas

Manchmal transportieren jene ihre halbe Einrichtung an Bord; Hunde, Hühner oder sonstiges Vieh inklusive. Das kann amüsanter werden als jede Dokumentation auf dem TV-Kanal von „National Geographic“.

Auf das von Bangkok nur 200 Kilometer entfernte Hua Hin haben wir uns leicht einigen können: Das vornehme Seebad – zudem die kaiserliche Sommerresidenz – bietet nicht nur wunderbare Architektur und viele farbenfrohe Tempel, sondern mit dem Hua Hin Beach auch einen der schönsten Strände des thailändischen Festlands. Amüsant: Am Süden des fast zehn Kilometer langen Strandes befindet sich der Chopstick Hill, auch als Monkey Mountain berüchtigt. Lustig anzusehen sind die Affen, allerdings sollte man seine Habseligkeiten vor ihnen im Auge behalten ... Abends besuchen wir im Zentrum von Hua Hin den Nachtmarkt – täglich um 17 Uhr öffnet er und bietet eine Menge Luxusartikel, die man auch in Läden in London oder New York findet. Da sind sie halt sehr viel teurer – dafür aber in der Regel auch original.

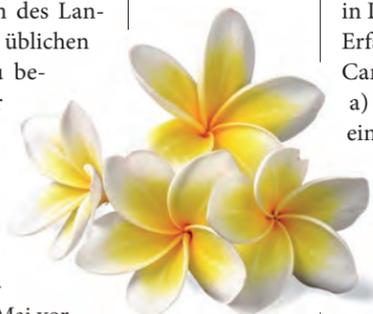
Bevor wir am folgenden Tag wieder zurück nach Bangkok und von dort direkt weiter nach Chiang Mai

in den Norden Thailands fliegen, überredet meine Frau mich zu einem Abstecher an den Pala-U-Wasserfall, der sich in einem malerischen Regenwald etwa 60 Kilometer von Hua Hin im Kaeng-Krachan-Nationalpark befindet. Auch dort spielen eine Menge Affen in der Sonne. Doch mehr noch als von den Tieren und dem idyllischen Wasserfall sind wir vom Eingang des Parks angetan, wo ein buntes Meer von Schmetterlingen herumflattert – ein wunderschöner Anblick.

Tempel in Chiang Mai

Wenn es eine hippe Stadt in Thailand gibt, dann ist es mit Sicherheit Chiang Mai im Norden des Landes. Abgesehen von den üblichen Tempeln – meine Frau begeisterte vor allem der Wat Rajamontean mit seiner riesigen Buddhastatue, während mir der leicht angejahrte, eher schmucklose Waldtempel Wat Umong gefiel – hat Chiang Mai vor allem eines: eine unglaubliche Café- und Restaurantdichte (Kochkurse sind hier nebenbei äußerst gefragt). Auf der erstaunlich schicken Nim-

Verlockend
Der Duft exotischer Frangipani-Blüten liegt in Thailand überall in der Luft



manhaemin Road sitzen die Digital Natives aus aller Welt mit ihren Laptops vor sich und freuen sich über das lebendige Nachtleben. Wir leihen uns einen Roller – sehr beliebtes Fortbewegungsmittel in Thailand – und besuchen die Mae-Sa-Wasserfälle im Doi-Suthep-Pui-Nationalpark. Damit hat es sich aber auch schon mit dem Sightseeing – in Chiang Mai lässt selbst meine ambitionierte Gemahlin die angenehme Stimmung vor allem im Nong-Buak-Haad-Park auf sich wirken. Ist das jetzt schon meditieren, noch entspannen oder sogar dösen? Egal – wir lieben es beide.

Wir bleiben zwei Tage, bevor wir nach Chiang Rai aufbrechen, drei Stunden mit dem Bus entfernt: Hier erwartet uns eine weitere Großstadt. Wir schauen uns den beeindruckenden Weißen Tempel an und setzen uns bald Richtung Anantara Golden Triangle Elephant Camp & Resort in Bewegung. Das ist uns wärmstens empfohlen worden, weil es a) wunderschön ist, b) der perfekte Startpunkt für eine Fahrt auf dem Mekong bis hoch nach Luang Prabang in Laos ist und c) dort wunderbare Erfahrungen mit den Elefanten des Camps gemacht werden könnten. a) und c) treffen zu, das Hotel ist ein Traum und was die Dickhäuter anbetrifft – wir reden über eine gute Sache: Das Hotel holt die Mahouts in Bangkok von der Straße und gibt ihnen im Länderdreieck der Staaten Laos, Thailand und Myanmar eine neue Heimat, damit genau so etwas wie ein Elefant auf der Straße in Sukhumvit nicht mehr vorkommt. Auf die Fahrt nach Luang Prabang

aber, dieser wunderschönen Königs- und Klosterstadt in Laos, haben wir schweren Herzens verzichtet. Allein die magische Fahrt mit dem Boot auf dem Mekong hätte zwei Tage gedauert. Ich lege lächelnd mein Veto ein: Nach über zehn Tagen mit Tempeln, Wasserfällen und thailändischer Kultur will ich auch mal an den Strand. Ausspannen. Zur Wahl stehen Krabi mit der wundervollen Phang-Nga-Bucht, bekannt aus dem Bond-Klassiker „Der Mann mit dem goldenen Colt“, sowie Ko Samui und Ko Phangan im Golf von Thailand oder, Variante drei, Ko Phayam in der Andamanensee. Krabi fällt durch den Rost, obwohl von hier aus die seit dem Kinofilm „The Beach“ bekannten Phi-Phi-Inseln und die ebenfalls sehr beliebte Insel Ko Lanta leicht zu erreichen sind. Auch Ko Samui mit seinem lebendigen Chaweng Beach und Ko Phangan, für seine jugendorientierten Fullmoon-Partys bekannt, werden aussortiert, obwohl gerade auf Ko Phangan immer noch viele schöne und einsame Strände zu finden sind – waren wir schon.

Aber so richtig in Beach-Laune ist meine Frau eh noch nicht. Also einigen wir uns darauf, zuvor noch den Nationalpark Khao Sok zu besuchen, um uns die unglaubliche Nam-Talu-Höhle mit ihren bizarren

Kalksteinformationen anzusehen. Sehr beeindruckend – und wieder hat meine Gattin Recht behalten.

Auf ins Strandparadies

Ko Phayam machte das Strandrennen, weil es nicht so leicht zu erreichen ist. Das hört sich erst mal verrückt an, aber wenn man drüber nachdenkt: Wer steigt schon in einen Flieger aus Bangkok nach Ranong (gut eine Stunde), nimmt dann ein Taxi oder den Shuttlebus, um die 22 Kilometer an den Pier nach Ko Phayam zu fahren und wartet dort wiederum auf ein Boot, mit dem man dann nochmal 2,5 Stunden unterwegs ist (Speedboote sind teurer, aber in 45 Minuten da)? Nun, nicht viele. Die Faulpelze jedenfalls nicht. Und genau das macht Ko Phayam so reizvoll: Die Insel in der Andamanensee (nahe der Südspitze Myanmars) ist so malerisch wie einsam, es fahren keine Autos und der durch Generatoren erzeugte Strom wird an vielen Orten schon um 22 Uhr abgestellt – wenn er nicht vorher ausgefallen ist. Das klingt speziell, ist aber in Wahrheit eine Gnade. Wir verbrachten entspannte Tage am Long Beach in simplen, aber komfortablen Hütten in Meernähe, wo man eine Idee davon erhält, wie ein Urlaub in Thailand vor 25 Jahren gewesen sein



ADAC Reisebüro Experten-Tipp



Susann Schmiedel aus dem ADAC Reisebüro in Bautzen über Nachtzüge und Naturerlebnisse

Viele Thailand-Urlauber reisen von Bangkok aus per Inlandsflug weiter zu den Inseln wie Ko Samui. Wer Zeit hat, sollte den Zug nehmen und dann mit der Fähre übersetzen. Ein authentisches Erlebnis, bei dem man Land und Leute kennenlernt. In den Zügen ist wirklich alles unterwegs, Hühner gackern, man kommt mit den Menschen ins Gespräch – eine tolle Atmosphäre. Absolut sehenswert sind auch die Nationalparks des Landes. Nur gut drei Autostunden von Bangkok entfernt liegt etwa der Khao-Yai-Nationalpark mit einer unglaublich vielfältigen Landschaft und einer reichen Tierwelt. Sogar Tiger sollen hier noch leben. Nahe Krabi kann ich den Monkey Trail empfehlen, eine kurze Tour über Holzstege, auf der man jede Menge Affen sieht.

ADAC Reiseinfos zu Thailand:
bit.ly/2908hCh

Video „Tamina in Thailand“:
bit.ly/2zQDO2l



Abendstimmung
Traumhaft: zum Sonnenuntergang eine Fahrt mit dem Longtailboot unternehmen

muss. Ziemlich ruhig nämlich. Wir essen im Sand auf bunten Matten, strolchen tagsüber mit dem Moped über die Insel und sitzen abends bei einem Drink in der legendären Hippie Bar am Buffalo Bay. Selbst meine Frau findet Ko Phayam zauberhaft. Sie hat schon den Tempel am Pier besichtigt, drei bis fünf wilde Hunde adoptiert und Tagesausflüge auf nahe Inseln organisiert. Wir waren sogar auf Cockscomb Island, einem paradiesischen Schmuckstück, das bereits zu Myanmar gehört. Und was haben wir sonst noch gemacht? Offensiv nichts mehr, außer essen, lesen, schlafen. Und sieh mal einer an, am Ende war es sogar für uns beide traumhaft, einfach mal ein paar Tage eine kulturelle Amöbe zu sein.



Autor Harald Braun und Sabine Braun auf dem Longtailboot unterwegs in Thailands Inselwelt



Thailand – alles Wichtige auf einen Blick

ADAC Urlaub Expertin **Susann Schmiedel** vom ADAC Reisebüro in Bautzen

Anreise

Unkompliziert: Bangkok und Phuket werden von vielen Airlines weltweit angefliegen, Flugdauer ab Frankfurt: ca. elf Stunden. Wer Glück hat, ergattert bei Thai Airways oder einem Billigcarrier auch mal Tickets unter 500 €, das ist allerdings selten. www.thaiairways.com

Info und Reisezeit

Das Königreich Thailand – ehemals Siam – liegt in Südostasien und hat 68 Millionen Einwohner. Zeitdifferenz: plus sechs Stunden. Das Klima ist tropisch (hohe Luftfeuchtigkeit), beste Reisezeit für die meisten Ziele ist die etwas kühlere Trockenzeit von Anfang November bis Ende Februar. Tipp: Auf Rundreisen lassen sich auch interessante Ziele wie die weltberühmten Tempel von Angkor Wat in Kambodscha einbauen.



Thai Fast Food
Traditionelle Nudelgerichte sind aus der thailändischen Küche nicht mehr wegzudenken. Angeboten werden sie in jedem thailändischen Restaurant, auf Märkten sowie an den unzähligen Garküchen, die man in Thailand an jeder Ecke findet

Visa

Ist im Vorwege nicht erforderlich, eine Einreisegenehmigung wird in der Regel für deutsche Staatsbürger direkt am Flughafen gewährt. Allerdings ist die Aufenthaltsdauer auf 30 Tage beschränkt. Wer länger bleibt, macht sich strafbar – in Thailand kein Kavaliersdelikt. Es wird bei der Ausreise mit 500 Baht Strafe pro Tag „Overstay“ geahndet, bis zu maximal 20000 Baht (ca. 515 Euro). Wer in Thailand mit einem „Overstay“ aufgegriffen wird, landet sofort in polizeilichem Gewahrsam, was in Thailand wirklich kein Spaß ist.

Sicherheit

Die politische Lage ist in Thailand trotz des Militärputsches von 2014 weitgehend stabil. Besser ist es, trotzdem große Menschenansammlungen und

Demonstrationen zu meiden und sich nicht zu politischen Vorgängen im Land zu äußern. Informieren Sie sich beim Auswärtigen Amt stets über die aktuelle Lage: www.auswaertiges-amt.de

Übernachtung

In Thailand sind selbst in der Hochsaison immer noch Zimmer in Hotels, Pensionen oder Hütten frei. Wer im Voraus etwas ganz Besonderes sucht, ist mit der in Asien sehr aktiven Hotelgruppe ANANTARA gut beraten. Die charmannten Häuser sind allesamt farbenfroh gestaltet und verfügen in der Regel über schicke Spas und eine exquisite Küche.

Essen & Trinken

Da brennt's doch in der Kehle? Allerdings. Die scharfe Küche der Thais gehört zu den leckersten der Welt – selbst wenn man sie preiswert an der Straße in einer der typischen Garküchen bestellt, muss man sich in der Regel weder über Qualität noch Hygiene Gedanken machen. Die Geheimnisse eines authentischen Thai-Kochs sind schnell gelüftet: Glutamat, Fischsauce, Limettensaft, Knoblauch, Zucker und viele exotische Aromen. Bonus: Thai Food gilt als gesunder Schlankmacher – hier damit! Authentische Rezepte unter: www.thaikitchen.ch/de

Floating Markets

Auf schwimmenden Märkten werden vor allem im Umland Bangkoks Obst, Gemüse und Kleingetier auf kleinen Holzbooten angeboten, zudem vielfältige Imbisse, die alles über das kulinarische Potenzial der – stets hungrigen – Thais verraten. Der Besuch eines solchen Floating Market ist aber auch als Fotomotiv unbezahlbar. Bester, weil authentisch erhaltener Markt: der Damnoen Saduak Market in der Provinz Ratchaburi, westlich von Bangkok.

Verkehr

Der Verkehr in den Großstädten Thailands ist ziemlich chaotisch, zumindest aus europäischer Perspektive. Wir empfehlen, lieber ein Taxi oder Tuk-Tuk in Großstädten zu nehmen und auf keinen Fall selbst zu fahren. Was längere Überlandstrecken anbetrifft: Busse und Bahnen sind in Thailand relativ verlässlich organisiert und zudem äußerst preiswert. Das gilt auch für Inlandsflüge, die es von Bangkok aus nach Krabi, Phuket, Chiang Mai oder Trat mehrmals täglich zu annehmbaren Konditionen gibt. An den Küstenzielen und auf den Inseln leihen sich viele Touristen ein kleines Moped, das ist nicht allzu teuer – aber auch mit einem gewissen Risiko verbunden. Die Straßen in Thailand sind schlecht, Unfälle mit dem Moped nicht selten – unbedingt doppelt achtgeben und defensiv fahren. Als Farang (Ausländer) ist man in Thailand immer schuld, wenn es zu einem Unfall kommt. Und: In Thailand gilt Linksverkehr!

Religion

Buddhismus ist in Thailand eine Art Staatsreligion, etwa 90 Prozent aller Thais sind Buddhisten. Dazu gehört, dass jeder Mann in seinem Leben ein paar Monate als Mönch im Kloster gelebt haben sollte, oranges Ornat und Stoppelschnitt inklusive. Thailand ist ein freundliches Land – der tolerante Buddhismus dürfte ein Schlüssel dafür sein.

Besser nicht

Niemals lästern und spotten über die thailändische Königsfamilie oder den Sohn des kürzlich verstorbenen und sehr beliebten König Bhumibol – da verstehen die Thais keinen Spaß.

Anreise, Unterkünfte, Sicherheit und mehr



Khao-Sok-Nationalpark
Besichtigen Sie in diesem Naturidyll die faszinierende Nam-Talu-Höhle



Ko Phi Phi & die Inselwelt
Weiße Strände, türkises Meer – die Inseln der Andamanensee sind ein Traum



Thailand liegt in Südostasien und ist von der Fläche her etwa so groß wie Spanien



Chiang Mai & Chiang Rai
Wasserfälle, der berühmte Weiße Tempel und der Mekong erwarten Sie im Goldenen Dreieck



Pulsierendes Bangkok
Bummeln Sie über quirlige Nachtmärkte, unternehmen Sie eine Bootstour auf dem Chao Phraya und bestaunen Sie die Tempel



Seebad Hua Hin
Die vornehme kaiserliche Sommerresidenz reizt mit schöner Architektur, Strand und dem berühmten Affenfelsen

200 km

Ein Trip ins bekannt-berühmte Pattaya im Osten Zentralthailands macht übrigens wenig Freude. Sehr viele betrunkene Männer auf Kurzzeit-Brautschau geben hier oft ein erbärmliches und beschämendes Schauspiel ab. Auch Bangkoks bekanntes Rotlichtviertel Patpong in Silom ist ein ziemlich heruntergekommener Ort; wenn man sich schon das Rotlichtmilieu in Bangkok ansehen möchte, dann besser in der modernen Soi Cowboy in Sukhumvit. Schließlich: Auf der berühmten

und sehenswerten Khao San Road in Bangkok, ehemals lebendiger Treffpunkt der Welthippiegemeinde, ist Vorsicht geboten: viel Nepp und Kleinkriminalität, oft auch ausgehend von westlichen Besuchern.

Literatur & mehr

Als schmächtiges Hemd spielte Leonardo di Caprio 2000 im Kinohit „The Beach“ mit, seitdem ist der Drehort Ko Phi Phi Island besonders populär. Zum Einstimmen auf die Traum-

strände empfiehlt sich der Film, aber auch die Buchvorlage „Der Strand“ von Alex Garland ist spannend. Wer mehr über (Thai-)Land und Leute lesen will: John Burdetts Krimis spielen allesamt in Bangkok. Tipp: „Bangkok Tattoo“. Guter Blog: Die Hamburger Artdirektorin und Illustratorin Gabriele Dünwald betreibt den Thailand-Blog „Soiblossom“ (www.soiblossom.com). Sie hat längere Zeit in Thailand gelebt und schreibt kurzweilig und informativ über die Eigenheiten ihrer ehemaligen Wahlheimat.



Felsen mit Aussicht

Am Zuckerhut

Es gibt nur wenige Städte auf der Welt, die man sofort erkennt. Rio gehört dazu, und das liegt auch am Zuckerhut, einem der Wahrzeichen der 6,5-Millionen-Metropole. Wer aus der Vogelperspektive auf die Skyline Rios sieht, hat im Hintergrund immer den 400 Meter hohen Granitfelsen im Blick, der sich auf der Halbinsel Urca majestätisch aus dem Meer erhebt. Zu den Dingen, die man in Rio auf jeden Fall machen sollte, gehört eine Fahrt mit der berühmten Luftseilbahn dort hinauf. Für Sportliche: Die erste Etappe bis zur Mittelstation Morro da Urca lässt sich prima zu Fuß in etwa 45 Minuten bewältigen. Man wandert durch schattigen Wald, in dem Büschelaffen in den Bäumen turnen, danach geht's nur mit der Bahn weiter. Die Seilbahn ist verglast, der Weg hinauf ein Traum und der Ausblick von oben atemberaubend.



Christusstatue

Wächter der Stadt

Der Vergleich drängt sich auf: Was die Statue of Liberty für New York bedeutet, das ist die berühmte Christusstatue für Rio de Janeiro. Der „Cristo Redentor“ scheint vom Gipfel des Morro do Corcovado über der Stadt zu schweben, 30 Meter hoch und mit 28 Meter weit ausgebreiteten Armen (ursprünglich sollten die Arme gekreuzt sein, doch man entschied sich aus symbolischen Gründen anders). Tausende Touristen besuchen täglich das 1931 eingeweihte Bauwerk, das 2007 zu einem der sieben Weltwunder der Neuzeit gewählt wurde. Allein die Fahrt auf den 710 Meter hohen Corcovado mit einer der ältesten Bergbahnen der Welt ist ein Erlebnis. Und oben gibt's natürlich tolle Fotos von Rio samt Zuckerhut. Die erste Bahn fährt ab 8 Uhr – stehen Sie früh auf, dann ist die Warteschlange und der Trubel auf dem Berg noch erträglich.



Kunst & Kultur

Buntes Mosaik

Das wird oft vergessen bei all dem Trubel um Sonne, Strand und Fußball: Rio ist eine kreative Stadt mit vielen Sehenswürdigkeiten: das Teatro Municipal etwa, ein Jugendstil-Palast, in dem Ballett und Große Oper inszeniert werden. Oder das Centro Cultural Banco do Brasil, ein Kulturzentrum in einem ehemaligen Bankgebäude, was allein als Idee schon überzeugt. Wunderschön auch die Kirche São Francisco da Penitencia und eine der bekanntesten Treppen der Welt: die Escadaria Selarón – eine 250-stufige Mosaiktreppe zwischen den Vierteln Lapa und Santa Teresa, die der Künstler Jorge Selarón in den 90er-Jahren ohne formalen Auftrag anfertigte.

Karneval in Rio

Ramba Samba

Vielleicht will man es gar nicht so genau wissen und sich den naiv-faszinierten Blick auf den Karneval in Rio bewahren. Doch hinter der Fassade von Glamour, nackter Haut und urwüchsiger Lebensfreude verbirgt sich ein knallharter Wettbewerb der Sambaschulen, die sich in der Woche vor Aschermittwoch im dafür extra vom weltberühmten Architekten Oscar Niemeyer gebauten Sambódromo miteinander messen. Fassungsvermögen: stolze 88.500 Zuschauer. Man kann als Sambaschule sogar auf- und absteigen wie beim Fußball – verrückt. Die Samba-Parade ist ein unvergessliches Erlebnis, die Tickets sind schnell vergriffen. Übrigens: Auch Touristen können an dem Umzug teilnehmen. Alle Infos und Termine unter www.rio-carnival.net



Empfohlen von Heike Specka aus dem ADAC Reisebüro in Hamburg

5-mal ... Rio de Janeiro

Brasilien's Metropole am Atlantik gehört zu den aufregendsten Städten der Welt – jeder hat gleich Bilder vom Zuckerhut, Strand und Samba vor Augen. Tauchen Sie ein!

 **ADAC Reiseinfos zu Brasilien:**
bit.ly/2908hCh

 **Video „Brasilien's schönste Stadt“:**
bit.ly/2hGq0n0

 **ar**
Seite scannen, mehr erfahren



Copacabana & Ipanema

Strandleben

In Rio kann man Stunden über die Frage streiten, welcher der schönere Strand ist: Copacabana oder Ipanema. Letzterer gilt als etwas sauberer und vornehmer. Berühmt und besungen wurden sie beide, und wer die Bewohner Rios, die Cariocas, kennen lernen möchte, erhält an diesen schicken Freiluft-Laufstegen einen lebendigen Eindruck – vor allem am Strand von Copacabana mit seinen Klimmzugstangen kann man sehen, welche erstaunlichen Ergebnisse der brasilianische Körperkult zuweilen hervorbringt. Rio ist eine offene und kommunikative Stadt, die Menschen zeigen sich freundlich und zugetan. Allerdings ist die Armut hier bekanntlich groß, die (Klein-)Kriminalität macht auch um die Touristen-Hotspots in Rio keinen Bogen. Das sollte im Hinterkopf behalten, wer glaubt, an einem so belebten Ort wie dem Strand habe er nichts Böses zu befürchten.

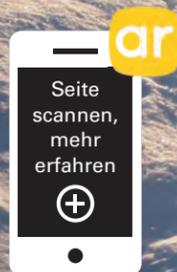
FOTOS: XXXXXX

5 zauberhafte Erlebnisse in Schnee und Eis

Für alle, die den Winter einmal abseits der Skipisten genießen möchten: Freuen Sie sich auf unvergessliche Abenteuer in Weiß, von der Hundeschlitten-Safari bis zur Antarktis-Kreuzfahrt

PROTOKOLLE Olaf Heise & Annika Müller

Winterzauber
Eine Hundeschlitten-tour durch Lappland ist Romantik pur



1 Hundeschlitten-Safari „Und dann wetzen die Huskys los, was das Zeug hält“

Es gibt für mich kaum ein romantischeres Erlebnis, als auf einem Hundeschlitten durch die mit Puderzuckerschnee überzogene Landschaft Lapplands zu gleiten. Die Stille wird nur durchbrochen vom sanften Rauschen der Kufen, vom Hecheln der Huskys und dem Getrappel ihrer Pfoten. Und vom Knirschen des Schnees unter den Stiefeln, wenn man beim Start dem Schlitten hinterherläuft.

Bevor man in den Genuss dieses Abenteuers kommt, muss man allerdings erst einmal das Handwerk des „Musher“, wie die Hundeführer genannt werden, erlernen. Im schwedischen Lappland, aber auch in den südlicheren Regionen wie Dalarna und Värmland gibt es dafür zahlreiche Husky-Camps. Ich hatte mir das Snowtrail Dogcamp gut 150 Kilometer nördlich des Polarkreises und 45 von der nächsten Ortschaft Gällivare ausgesucht, dem letzten Außenposten der Zivilisation.

Dem Charme der Hunde ist man sofort verfallen, ihrem treuen Blick aus den bernsteinfarbenen oder gletscherblauen Augen – auch wenn ihr Gebiss schon respekteinflößend ist. Die kontaktfreudigen Tiere bersten vor Bewegungsdrang und sind gar nicht so leicht ins Geschirr zu bekommen. Man muss sich den 40 Kilo schweren Hund zwischen die Beine klemmen, ihm das Brustgeschirr über den Kopf ziehen und seine Vorderbeine hindurchfädeln. Breitbeinig stellt man sich als angehender Musher dann auf die Kufen-Enden des Schlittens und hält sich an ihm fest, als würde man einen Kinder-



Treue Gefährten
Seit Jahrhunderten begleiten Huskys als Zughunde die Nomadenvölker des Nordens



Mollige Füße
Samische Rentierfellstiefel sind ein beliebtes Souvenir

wagen schieben. Wird der Schneeanker gelöst, kennen die Hunde kein Halten mehr und wetzen, was das Zeug hält. „Wou“ soll man rufen, um sie zu stoppen. Aber im Ernstfall hilft es nur, sich gut festzuhalten oder mit beiden Beinen auf das Blech zu springen, das zwischen den Kufen als Bremse dient und sich mit scharfen Zähnen im Schnee festkrallt.

Sind die Anfangsschwierigkeiten aber überwunden, gleitet man beschaulich über die unberührte Schneedecke, die im winterlichen

Polarlicht geheimnisvoll schimmert. Die Geschwindigkeit liegt irgendwo zwischen Postkutsche und Mofa. Das perfekte Tempo, um die Landschaft zu genießen: weiße Wildnis und vorne sechs Huskys, ihre Dampfahnen in der eisigen Luft und die buschigen Schweife stolz in die Höhe gestreckt. Wenn zum Abschied das Gejaule aus 70 Hundekehlen erklingt, lässt dies das Herz nicht kalt. Am liebsten würde man selbst ein Husky-Camp eröffnen und ein neues Leben in Lappland beginnen.



Annika Müller, freie Journalistin aus Rutesheim bei Stuttgart, liebt die ursprüngliche Wildnis Skandinaviens. Eines ihrer schönsten Erlebnisse war ein Musher-Kurs mit Hundeschlitten-Safari in Schwedisch-Lappland.



Magische Eislandschaft
Fahrt durch den Neumayer-Kanal an der Antarktischen Halbinsel

2 „Wir standen vor Pinguinkolonien mit 100 000 Tieren“

Antarktis-Kreuzfahrt

Die Kreuzfahrt in die Antarktis gehört zweifellos zu meinen bewegendsten Reiseerlebnissen – im wahrsten Wortsinn, wenn ich allein an die Überfahrt von Argentinien durch die Drake Passage zur Antarktischen Halbinsel denke. Wir waren im Februar, also fast im Herbst, auf See, und da geht es in den Roaring Forties, so nennt man die Region der Westwinddrift zwischen dem 40. und 50. Breitengrad, so richtig zur Sache. Wir tranken irgendwann Kaffee aus Suppenschüsseln, weil das ganze Geschirr im Sturm kapputtgegangen war. Da wird man sich bewusst, welch unbändige Gewalt die Natur hat. Man muss dazu sagen, dass wir mit einem eher kleinen Schiff gereist sind, was

sich in der Antarktis aber als großer Vorteil erwies. So konnten wir mit den Zodiac-Schlauchbooten auch an Land gehen, was auf Schiffen mit mehr als 500 Passagieren nicht erlaubt ist.

Die Antarktis ist wirklich eine unvergleichliche Welt. Dieses ultimative Gefühl von Natur habe ich niemals wieder so verspürt, auf keiner Reise. Wir Menschen sind dort wie Fremdkörper. Als wir an den Eisbergen vorbeifuhren und am nebelverhangenen Vulkankrater von Deception Island, hatte ich das Gefühl, an einem Ort dieser Erde zu sein, an dem niemals zuvor ein Mensch gewesen ist. Es war eine ganz eigentümliche Atmosphäre, fast eine Endzeitstimmung, als wir dann die Überreste einer

Königspinguin
Erstaunlich: Auf die Rufe der Küken in den riesigen Kolonien reagieren nur die jeweiligen Elternvögel



verlassenen Walfängerstation besichtigt haben. Die Natur ist dort für sich, wir Menschen können allenfalls daran teilhaben. Das Land gehört den Tieren, die man in unvorstellbaren Massen sieht. Wir standen vor Pinguinkolonien mit 100 000 Tieren, ein ohrenbetäubendes Geschnatter. Vor Kolonien mit Hunderten Seeelefanten, respektinflößende Kolosse, die keinerlei Notiz von uns Zaungästen nahmen. Und auf den Fahrten mit dem Zodiac schwammen die Robben mit uns zwischen den Eisschollen um die Wette. Interessant war auch, dass wir auf den Landgängen immer einen Biologen dabei hatten, der uns dieses sehr fragile Ökosystem erklärt hat. Man darf in der Antarktis nicht einfach so durch die Landschaft spazieren, zertretene Flechten und Moose brauchen Jahrzehnte, um wieder zu wachsen.

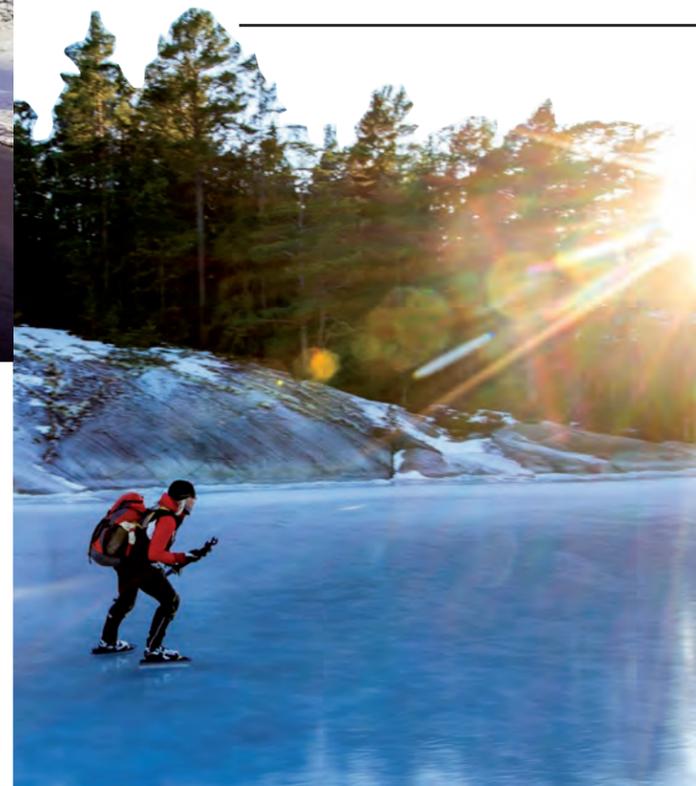
Jetzt würde mich vielleicht noch einmal die berühmte Nordwestpassage in der Arktis reizen.



Gabriele Stadler, Leiterin der ADAC Geschäftsstelle in Ulm, reiste mit dem Kreuzfahrtschiff 12 Tage von Ushuaia in Südargentinien zur Antarktischen Halbinsel und über die Falklandinseln zurück nach Punta Arenas in Chile.

3 „Vor uns lag das Eis bis zum Horizont“

Schlittschuhwandern



das hier so populär ist wie sonst allenfalls noch in Finnland.

Am nächsten Morgen standen wir also an der Küste, vor uns das endlose Eis bis zum Horizont, vom Wind spiegelblank gepustet. Dazwischen die Schäreninseln und über uns der strahlend blaue Himmel. Kein Wurstbuden- und Glühweinrummel wie in Hamburg, wenn tatsächlich mal die Alster zufriert. Nur die nackte, malerische Natur.

Und dann ging es hinaus aufs Eis. Wobei man beim Långfärdsskridskoäkning nicht einfach auf herkömmlichen Schlittschuhen steht, sondern in speziellen Stiefeln, die wie beim Skifahren in Bindungen geklemmt werden, an denen wiederum extralange Kufen befestigt sind. Was das Laufen für Ungeübte dann doch erst mal zu einem etwas unbeholfenen Gestolper macht. Aber wie gesagt: Nach einer Weile hat man den Bogen wieder raus und seinen Rhythmus gefunden. Und dann gleitet man unter dem steten Klacken und Kratzen der Kufen über das blanke Eis. Und unter einem schimmert die tiefschwarze Ostsee. Es ist wie eine Art Meditation auf Kufen. Mir jedenfalls bescherte das Wochenende in Stockholm eines meiner schönsten Wintererlebnisse.

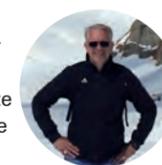
Mit dem Schlittschuhlaufen ist es ähnlich wie mit dem Fahrradfahren: Hat man einmal den Bogen raus, verlernt man es nie. Jahrelang hatte ich nicht mehr auf Kufen gestanden, zu selten frieren in meiner Heimat Hamburg die Gewässer zu. Bis mich ein schwedischer Freund im Winter nach Stockholm einlud. Seit Wochen hatte eine klirrende Kälte über der Ostsee die Seen und das Meer in den Schärenärten vor der Stadt mit einer kapitalen Eisschicht überzogen. „Perfekte Bedingungen für Långfärdsskridskoäkning“, meinte er, was auf Schwedisch so viel heißt wie Langlaufschlittschuhfahren, ein Freizeitvergnügen,

Eisläufer
Tourenskater erreichen 30 km/h und schaffen bis 60 Kilometer am Tag

Cooler Kufen
Tourenskates haben extralange Kufen, die in Bindungen gesteckt werden



Olaf Heise, Redaktionsleiter von „ADAC Urlaub“, verbrachte ein Wochenende in Stockholm und tourte mit Langlaufschlittschuhen auf der zugefrorenen Ostsee zwischen den malerischen Schäreninseln – ein unvergessliches Winterabenteuer.



Angebote

Faszination Antarktis Kreuzfahrt

Stechen Sie mit der „MS Hamburg“ auf einer unvergesslichen Kreuzfahrt in das ewige Eis der Antarktis in See. Von Ushuaia in Argentinien aus überqueren Sie die legendäre Drake Passage und nehmen Kurs auf die Antarktische Halbinsel. Hier erwartet Sie eine spektakuläre wie einzigartige Natur: Tafeleisberge so groß wie Wolkenkratzer schillern in tausend Farben, Eishöhlen und dunkle Grotten tun sich auf. Landen Sie mit den bordeigenen Zodiacs auf Half Moon oder Deception Island an und beobachten Sie Pinguinkolonien und majestätische Seeelefanten. Auch mächtige Wale tauchen immer wieder aus dem tiefen Blau empor. Das familiäre und komfortable Schiff (400 Gäste) bietet Ihnen ausreichend Zeit für Landgänge. Kaum weniger spektakulär ist die Fjordwelt der chilenischen Küste mit ihren tosenden Wasserfällen und Gletschern, die Sie auf Ihrer Rückreise entdecken.



5349 € / p. P. / 2-Bett-Kabine (innen), inkl. Flüge ab Frankfurt o. München nach Ushuaia / Rückflug ab Santiago de Chile. Leistungen: volle Verpflegung auf dem Schiff, Sekt zum Frühstück, Kapitänsdinner, Lektorate über Reiseziele sowie thematische Vorträge u. v. m.

Veranstalter: PLANTOURS

Weitere Angebote finden Sie unter

www.adacreisen.de

*Änderungen vorbehalten. Beratung und Buchung in Ihrem ADAC Reisebüro siehe Seite 49.

4 Heliskiing

„Wenn sich der Heli entfernt hat, herrscht absolute Stille“

Meine erste Heliski-Erfahrung hatte ich als Rekrut bei den Gebirgsjägern der Bundeswehr. Mit voller Ausrüstung haben uns die Piloten damals auf den Gipfeln der Berchtesgadener Alpen abgesetzt. Seitdem bin ich nicht mehr davon losgekommen. Heliskiing ist ein unglaublich schönes und exklusives Erlebnis, das sich grundlegend von den Abfahrten auf den üblichen Skipisten unterscheidet. Du erreichst ohne großen Aufwand deutlich höhere und abgeschiedenere Regionen, kannst die Abfahrten viel freier wählen und bekommst eine weitaus bessere Schneequalität. Und du fährst natürlich

durch eine unberührte Natur, in der noch niemand zuvor seine Spuren hinterlassen hat. Sobald der Helikopter sich entfernt hat, herrscht absolute Stille – kein Surren von Liften, kein Geplauder von anderen Wintersportlern. Man kann während der Abfahrt oft Bären oder Steinböcke in der Ferne beobachten. Das ist schon eine faszinierende Szenerie.

Am schönsten ist Heliskiing für mich in unbekannteren Gegenden wie Russland, Japan, Georgien oder im Himalaya, wo auch noch das kulturelle Erlebnis hinzukommt. Einmal waren wir in Kamtschatka, der russischen Halbinsel nördlich von Japan. Morgens nach dem Frühstück brachte uns der Heli auf den Berg,

Abfahrt im Puderschnee
Beim Heliskiing werden die Skifahrer mit dem Helikopter auf dem Berg abgesetzt

nachmittags wurden wir dann zu heißen Vulkanquellen geflogen, wo wir den Skitag mit einem frischen Lachsbogen und einem Bier im mollig warmen Wasser ausklingen ließen. So ein Natur-Spa bietet dir kein 5-Sterne-Hotel auf der Welt. In Japan ist es ganz ähnlich.

Natürlich gibt es auch in Kanada und in Europa Heliskiing, wobei es hier reglementierter und zum Teil auch kommerzialisierter zugeht.

Viele trauen sich Heliskiing vielleicht nicht zu, denken, das sei nur etwas für Extremsportler. Natürlich muss man Ski fahren können und über eine gewisse Grundfitness verfügen, allein schon wegen der Höhen, in denen man sich bewegt. Aber davon abgesehen ist es eigentlich die leichteste und kräftesparendste Art, Ski zu laufen, weil man auf breiten Pulverschneefelder unterwegs ist und die besten Schneeverhältnisse hat. Heliskiing ist meiner Ansicht nach auch kein unverhältnismäßig gefährlicher Sport. Sicher ist das Risiko im entlegenen Himalaya naturgemäß größer als auf einer Anfängerpiste im Allgäu; der Pilot muss gut sein und der Guide vertrauenswürdig. Aber wenn die Bedingungen stimmen, ist es eben vor allem eines: eine Option auf ein unvergessliches Abenteuer.

Florian Kohlbecker, freier Architekt und Geschäftsführer von Black Forest Skis in Gaggenau, Schwarzwald, bereist für Heliski-Abenteuer die entlegendsten Gebirgsregionen der Welt, von Kamtschatka bis Georgien.



5 Wintercamping

„Mit dem Wohnmobil im Schnee zu übernachten ist märchenhaft“

Wir sind eigentlich keine klassischen Wintercamper, haben also keinen festen Campingplatz mit Wohnwagen und Vorzelt. Seit 2003 gehen wir aber jedes Jahr in den Wintermonaten für mehrere Wochen mit unserem Wohnmobil auf Tour und übernachten entweder frei oder auf Stellplätzen.

Wir haben jahrelang am Titisee im Hochschwarzwald in 1000 Metern Höhe Weihnachten und Silvester verbracht, manchmal bei minus 17 Grad. Inzwischen machen wir gerne Weihnachtsmarktouren im Elsass, in Deutschland oder Österreich.

In der weißen Winterlandschaft zu stehen, morgens die Tür aufzumachen und den Sonnenaufgang im glitzernden Schnee zu erleben, das ist einfach märchenhaft. Oder abends über die beleuchteten Weihnachtsmärkte zu spazieren. Wir haben nur einen kleinen Sprinter und übernachten dann oft direkt im Ort. So kann man auch mal einen

Glühwein trinken. Zuhause gehen wir im Winter kaum vor die Tür, aber wenn wir mit dem Auto unterwegs sind, verbringen wir fast den ganzen Tag draußen an



der frischen Luft, auch weil wir fast nirgendwo länger als zwei Tage bleiben und ständig etwas Neues sehen. Das ist wirklich das Schöne.

Und man glaubt gar nicht, wie viele Camper mittlerweile im Winter unterwegs sind, auch viele Campingplätze haben sich inzwischen darauf eingestellt.

Ob man nicht ständig nur friert? Überhaupt nicht, man kann sich im Wohnmobil besser vor Kälte schützen als vor Hitze. Deshalb fahren wir im Sommer zum Beispiel kaum in den Süden, wo man bei 40 oder 50 Grad im Auto kaum schlafen kann – zumindest, wenn man keine Klimaanlage hat.

Natürlich muss man ein paar Dinge beachten, zum Beispiel das Wasser immer warm halten, damit es nicht gefriert, und das Ablassventil

ADAC Reisebüro
Experten-Tipp



Sybille Sturm aus dem ADAC Reisebüro in Ulm über eine Nordkap-Tour und eine warme Nacht im Eishotel

Auf einer Hurtigruten-Kreuzfahrt entlang der norwegischen Küste lassen sich gleich mehrere Winterabenteuer auf einer Reise erleben. Schon die Schiffsfahrt durch die Fjorde und der Besuch des Nordkaps sind echte Highlights. Unterwegs können Sie verschiedene Ausflüge buchen, etwa eine Schneemobil-Tour über die zugefrorenen Seen der Polarlandschaft oder eine Hundeschlitten-Safari. Wunderschön zum Abschluss der Reise ist auch eine Nacht im Schneehotel in Kirkenes, ein glitzernder Palast mit einer Bar, ganz aus Eis gehauen. In Schneesuiten mit Betten aus Eis kuschelt man sich im Schlafsack auf molligen Rentierfellen ein und genießt die unglaubliche Stille.

ADAC Reiseinfos zu Wintertouren:
bit.ly/2mLxUgB

Video „mit dem Hundeschlitten durch Lappland“: bit.ly/2jImyZG



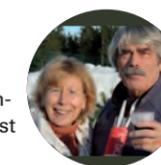
Winterspaß
Viele Campingplätze öffnen mittlerweile auch im Winter ihre Pforten

befestigen, sonst läuft es einem über Nacht ab. Einmal ist uns auch komplett der Motor eingefroren, weil eine Dichtung fehlte. Aber mittlerweile läuft das bei uns alles problemlos.

Diesen Winter wollen wir mal wieder in den Schwarzwald – hoffentlich gibt es Schnee. Und das Erzgebirge steht auch auf unserem Reiseplan. Da gibt es ja auch so viele schöne Weihnachtsmärkte.

Roswitha und Herbert Jahn

aus Köln sind begeisterte Wintercamper. Meist touren sie mit ihrem Sprinter (Foto oben) im Advent von Weihnachtsmarkt zu Weihnachtsmarkt. Auch die Winterlandschaft im Schwarzwald hat es ihnen angetan.





Winterabenteurer – alles Wichtige auf einen Blick

ADAC Urlaub Expertin Sybille Sturm vom ADAC Reisebüro in Ulm

Hundeschlitten

Hundeschlittentouren sind mittlerweile weit verbreitet, selbst in Deutschland findet man im Internet zahlreiche Angebote, mitunter sogar für Kindergeburtstage oder für Rundfahrten auf Rädern ganz ohne Schnee. Am schönsten ist das Erlebnis aber natürlich, wenn man mit den Tieren durch eine tief verschneite und einsame Landschaft gleitet. Hier bietet sich Skandinavien und vor allem das nördliche Lapland bestens an. Angebote findet man zum Beispiel in:

• **Finnland**

Das *Äkäskero Nature Resort* befindet sich westlich von Kittilä, hoch im Norden von Finnisch-Lapland, und ist ein Eldorado für Hundebegeisterte. Das *Sleddogcenter* bietet zahlreiche Angebote für Anfänger und Fortgeschrittene an, vom Schlittenhund-Workshop bis hin zu Husky-Safaris durch die Wildnis. Eine Woche inkl. Vollpension ist zum Beispiel über ADAC Reisen buchbar ab ca. 1553 €.

• **Schweden**

Das von einer Schweizerin geführte *Snowtrail Dogcamp* liegt zwischen Gällivare und Kiruna und bietet verschiedene Husky-Aktivitäten an. Tipp: Buchen Sie unbedingt auch eine Nacht im berühmten Eishotel in Jukkasjärvi. Infos: www.snowtraildogcamp.com.



Kraftpakete
Schlittenhunde wie der Alaskan Husky legen Distanzen von 50 Kilometern mit rund 30 km/h zurück

Heliskiing

Beim Heliskiing werden Skifahrer mit dem Helikopter auf den Berg geflogen, um von dort durch unberührten Tiefschnee abfahren zu können. Aufgrund der Lawinengefahr gibt es umfangreiche Sicherheitsbestimmungen. So wird täglich die Schneelage mit modernen Geräten geprüft, das Mitführen von Lawinensicherheitsausrüstung ist ebenso obligatorisch wie die Begleitung eines erfahrenen Heliguide. Aus Natur- und Lärmschutzgründen ist Heliskiing in Europa deutlich stärker reglementiert als in Kanada oder exotischen Ländern und nur an wenigen Plätzen erlaubt. Wichtige Heliski-Gebiete:

• **Kanada**

Im Mutterland des Heliskiings ist der Sport weit verbreitet. Angebote und Spots gibt es vor allem in den berühmten Wintersportorten der Rocky Mountains und Coast Mountains wie Whistler, Revelstoke etc. Ein Tagestrip mit drei Abfahrten kostet etwa bei Whistler Heli-Skiing ab ca. 680 €. Info: www.whistlerheliskiing.com.

• **Europa, Alpen**

In den Alpen gibt es nur einige ausgewählte Spots, in Österreich etwa in Lech am Arlberg oder in der Schweiz um Zermatt. Hier gibt es das Paket etwa mit Air Zermatt für ca. 310 €.

Info: www.air-zermatt.ch. Etwas freier sind die Möglichkeiten in Italien, etwa im Monte-Rosa-Massiv.

• **Weltweit**

Wer den Wintersport in abgelegenen Regionen wie dem Kaukasus oder in Russland ausprobieren möchte, muss etwas tiefer in die Tasche greifen. Eine 8-tägige Tour in Georgien kostet inklusive Flügen etc. zum Beispiel ca. 6700 €, Info: www.flory-kern.de

Schlittschuhwandern

Prinzipiell kann man natürlich auf jedem größeren zugefrorenen Gewässer schlittschuhwandern. Beachten Sie dabei zur eigenen Sicherheit stets die Eiswarnungen und entsprechenden Veröffentlichungen der örtlichen Behörden. Wer das richtige Nordic Iceskating mit speziellen Langlaufschlittschuhen und Stöcken zum Beispiel auf der Ostsee ausprobieren möchte, sollte zum Einstieg eine geführte Tour mit einem erfahrenen Guide buchen. Zum eigentlichen Equipment gehört hier auch eine Sicherheitsausrüstung mit Eispickeln, Trillerpfeife und am besten auch ein Rucksack mit Rettungsleine, Karabinerhaken sowie einer wasserfesten Tüte mit Wechselkleidung. Auch eine Einweisung für das richtige Verhalten im Notfall sollte erfolgen. Das

Heliski, Hundeschlitten, Kreuzfahrt & mehr

klings alles erst mal nach einem großen Risiko, relativiert sich allerdings, wenn man bedenkt, dass in der zugefrorenen Schärenwelt von Schweden und Finnland im Winter auch Autos auf dem Eis verkehren. Dennoch: Sicher ist sicher. Schöne Reviere und Anbieter zum Schlittschuhwandern:

• **Schären und Seen, Schweden**

Die Schweden sind „isbitna“, vom Eis gebissen, deshalb gibt es im ganzen Land Anbieter für Touren und Veranstaltungen wie das Vikingarännet, ein 80 Kilometer langes Natureis-Rennen zwischen Uppsala und Stockholm. In Luleå, hoch im Norden, präpariert die Stadtverwaltung sogar kilometerlange Schlittschuhbahnen und Straßen zwischen den Schären. Guides, zum Beispiel für Tagestouren, findet man unter www.iceguide.se

• **Weißensee, Österreich**

Nach eigener Auskunft bietet der Kärntner See die größte beständig zufrierende präparierte Natureisfläche Europas. Ein eigener Eismeister sorgt sogar für die Pflege von bis zu 25 km Eislaufbahnen etc.

Antarktis-Kreuzfahrt

Die Antarktische Halbinsel lässt sich per Schiff von Ushuaia, Argentinien, aus relativ leicht erreichen. Aufgrund des äußerst fragilen Ökosystems sind Kreuzfahrten in die Region u. a. durch die IAATO (International Association of Antarctica Tour Operators) jedoch stark reglementiert. So dürfen etwa Schiffe mit mehr als 500 Passagieren lediglich reine Panoramafahrten („cruise only“) veranstalten und keine Landgänge anbieten. Die Einhaltung wird per Satellitenortung streng überwacht. Für kleinere Schiffe gilt, dass stets nur 100 Passagiere



Polarlichter
Das magische Farbspiel am Himmel zeigt sich im nördlichen Winter

gleichzeitig an Land gehen dürfen und ihnen dabei je 20 Passagiere ein fachkundiger Guide zur Seite gestellt werden muss. Weitere Einschränkungen gibt es je nach Schiffsgröße bei der Zahl der Anlandungsstellen. Heißt: Je kleiner das Schiff, desto

exklusiver (aber auch teurer) das Antarktis-Erlebnis. Kreuzfahrten bieten zum Beispiel folgende Reedereien an:

• **Hapag Lloyd Cruises**

Die Expeditionsschiffe „MS Bremen“ (155 Passagiere) und „MS Hanseatic“ (175 Gäste) verkehren regelmäßig zwischen Ushuaia und der Antarktischen Halbinsel.

• **Celebrity Cruises**

2019 sticht die „Celebrity Eclipse“ (2850 Gäste) auf eine Rundreise ab Buenos Aires Richtung Antarktis in See.

• **Hurtigruten**

Die Norweger haben gleich mehrere Schiffe in der Antarktis im Einsatz, u. a. das Expeditionsschiff „MS Fram“ (318 Reisende). Im Oktober 2018 soll schließlich die „MS Roald Amundsen“ mit Hybridantrieb vom Stapel laufen.

Wintercamping

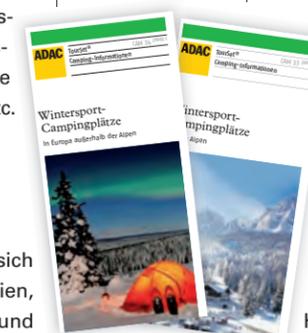
Mit dem Wohnmobil im Schnee zu campen, wird immer beliebter. Viele Plätze liegen nahe an Skigebieten und Loipen und verfügen über Trockenräume für die Skiausrüstung etc. Das A und O ist natürlich die Wintertauglichkeit des Fahrzeugs. Schneeketten sind obligatorisch (erkundigen Sie sich beim ADAC nach attraktiven Angeboten), ebenso eine funktionierende Heizung inklusive beheizter Wassertanks. Achten Sie stets auf ein freies Kaminrohr! Mit einer Duo-Control ersparen Sie sich das Wechseln der Gasflaschen in der Kälte. Zwei Tipps für Wintercampingplätze:

• **Camping Oberstdorf**

Langlaufloipen starten direkt vor der Tür, die Skibushaltestelle liegt ebenso direkt am Campingplatz. Zudem gibt es Trockenräume für die Ausrüstung. www.camping-oberstdorf.de

• **Camping Morteratsch**

Der höchstgelegene Wintercampingplatz Europas in der Schweiz verfügt ebenfalls über eine perfekte Infrastruktur. www.camping-morteratsch.ch



Gratis und exklusiv für ADAC Mitglieder
Das TourSet® mit Urlaubsführer, Reisekarten und Länderinformationen

Weitere Infos
bit.ly/1LTcMLT





Mein Land Kenia

Gleich doppelt verliebt hat sich Jan Vasak aus dem ADAC Reisebüro in Aschaffenburg – in seine Frau und in Kenia, wo das Paar unvergessliche Flitterwochen verbrachte



Herr Vasak, warum Kenia, es gibt ja durchaus prominentere Ziele für eine Hochzeitsreise?
Stimmt, aber wir wollten viel erleben und unbedingt nach Afrika, und zwar das pure Afrika. Da kam Südafrika zum Beispiel nicht in Frage, weil die Menschen und die Infrastruktur zu europäisch sind. Und dann ist Kenia natürlich auch preislich sehr attraktiv. **Und hat die Reise Ihre Erwartungen erfüllt?**

Absolut, wir waren zwei Wochen dort, hatten ein wunderschönes Strandhotel am Bamburi Beach nahe Mombasa und sind für mehrere Tage auf Safari gegangen. Wir haben im Shimba-Hills-Nationalpark in einem Baumhaus im Urwald übernachtet, im Marine-Nationalpark an der Grenze zu Tansania beim Schnorcheln mit Delfinen in freier Wildbahn getollt und sind schließlich zur großen Safari in den Tsavo-West-Nationalpark gefahren.

Welches Erlebnis haben Sie in besonderer Erinnerung?

Als wir in Tsavo West von einem Hügel über die weite Savanne geblickt haben, am Horizont der schneebedeckte Kilimandscharo – das war schon ergreifend, diese unberührte, intakte Natur, die vielen Tiere. Ich bin mit der Geschichte „König der Löwen“ aufgewachsen. Es war genau dieses Gefühl, ich bekam regelrecht

Gänsehaut. Ein Highlight war auch die Begegnung mit einem Leopard. Er war vor unserem Jeep aufgetaucht, ging seelenruhig an uns vorbei und blickte uns sogar direkt in die Augen.

Wie haben Sie im Nationalpark übernachtet?

Wir hatten eine Junior-Suite im Safari-Camp mitten in der Natur ohne Zäune, gut 20 Meter vom Wasserloch entfernt. Von der Terrasse aus konnten wir abends bei einem Glas Wein die Tiere beobachten und den wilden und exotischen Geräuschen der afrikanischen Nacht lauschen. Eine tolle Atmosphäre. Im Dunkeln sah man am Wasserloch die Augen eines Krokodils leuchten.

Wie haben Sie die Kenianer erlebt?

Sehr offen und freundlich. Überrascht hat mich, dass viele etwas Deutsch sprechen. Unser Safari-Guide sogar recht gut, er hatte am Goethe-Institut studiert und war absolut kompetent. Einmal gerieten wir in eine Herde Elefanten, von denen einer trötend und mit erhobenem Rüssel auf unser Auto zukam. Der Guide hingte bloß seinen Arm aus dem Fenster und ließ ihn wie einen Rüssel kreisen. Das hat das Tier beruhigt. Auch die Naturverbundenheit der Massai, die mit uns im Camp wohnten und arbeiteten, hat mich beeindruckt. Mit einem der

Hochzeits-schmuck
Traditioneller Schmuck wird in mühevoller Handarbeit gefertigt und von Massai-frauen als Brautschmuck getragen



Krieger sind wir durch die Savanne gewandert. Er zeigte uns verblüffende Überlebensstrategien wie Feuermachen mit Bambusstöcken und trockenem Zebra-Dung, erklärte den Sternenhimmel am Äquator, der ja schlicht umwerfend ist. Ich habe sogar den Mars rötlich leuchten sehen.

Zu welcher Zeit sind Sie gereist?

Ende November, zu Beginn der kleinen Regenzeit. Das war spektakulär: Als wir im Tsavo West ankamen, war die Erde knallorange. Ein einziger Schauer in der Nacht hat gereicht, um am nächsten Morgen einen zarten grünen Teppich aus Moos und Gras sprießen zu lassen. Spektakulär. Wir werden auf jeden Fall noch einmal nach Kenia reisen.



ADAC Reiseinfos:
bit.ly/2zL4NPD



Video-Tipp:
bit.ly/2yTqNEj



FOTOS: XXXXX

Mit **580.367 km²** ist Kenia etwa anderthalb Mal so groß wie Deutschland.

47,9
Millionen

Menschen leben in Kenia. Die meisten gehören einer bantusprachigen Volksgruppe an. Die halbnomadisch lebenden Massai sind eine von über 40 verschiedenen Ethnien Kenias.

Über **4 Mio.**

Jahre alte fossile Funde belegen, dass im heutigen Kenia bereits Vormenschen wie der Australopithecus lebten. Auch frühe Arten des Homo, Urahnen des modernen Menschen, waren hier beheimatet. Die Kolonialgeschichte begann 1885 mit einem kurzen deutschen Protektorat und reichte über die britische Kronkolonie Kenia bis zur Unabhängigkeit 1963. Heute ist Kenia eine Präsidentschaftsrepublik.

5199
Meter hoch

ist der Batian im Mount-Kenya-Massiv – nach dem Kilimandscharo in Tansania der zweithöchste Gipfel Afrikas.

70%

der Kenianer sind Christen, 20 Prozent Muslime, 10 Prozent hängen einer Naturreligion an.



1



2



6



7



3

Das kleine Emirate-Rate-mal

Die Vereinigten Arabischen Emirate, das sind Dubais Wolkenkratzer und Mega-Shopping-Malls. Stimmt. Aber kennen Sie auch die anderen sechs Scheichtümer? Testen Sie Ihr Wissen

TEXT Olaf Heise

Kennen Sie die Emirate?

- 1** Welches Emirat liegt nicht am Persischen Golf?
A Ras al-Khaimah
B Sharjah
C Fujairah
- 2** Der höchste Punkt der Arabischen Emirate ist ...
A Wolkenkratzer Burj Khalifa
B Berg Jebel Jais
C Turm von Babel
- 3** In den VAE steht die achtgrößte Moschee der Welt. Wie viele Gläubige finden in ihr Platz?
A 20000
B 40000
C 8000
- 4** Ein weltberühmtes Museum kann man jetzt auch in den Emiraten besuchen. Wie heißt es?
A Guggenheim Dubai
B Louvre Abu Dhabi
C Metropolitan Ajman



4



5

- 5** Das berühmte „Leere Viertel“ bezeichnet ...
A Die verlassene Geisterstadt Jazirat al-Hamra
B Die Rub al-Khali, die größte Sandwüste der Erde
- 6** Bei der einzigen UNESCO-Welterbestätte der Emirate handelt es sich um ...
A Die Kulturstätten von Al Ain
B Das Wildtierreservat auf Sir Bani Yas Island
C Das Fort Umm al-Quwain
- 7** In Madinat Zayed findet alljährlich ein spektakulärer Wettbewerb statt. Welcher?
A Der Formel-1-Grand Prix
B Der Schönheitswettbewerb der Kamele
C Die Liwa-Wüstenrallye
- 8** Das Eye of the Emirates ist ein Riesenrad in ...
A Dubai
B Sharjah
C Das gibt es gar nicht

Hinweise im Text und Lösungen auf Seite 38



8



Fujairah – am Golf von Oman

Erste Überraschung: Nicht alle sieben Emirate liegen am Persischen Golf. Die Küste des ursprünglichen Emirats Fujairah verläuft gänzlich am östlich gelegenen Golf von Oman, der sich zum Indischen Ozean öffnet. Das Scheichtum Sharjah hat Gebiete an beiden Meeresbussen. Am Golf von Oman kann man an einigen der schönsten Strände der Emirate in der Sonne liegen und die bunte Unterwasserwelt beim Schorcheln oder Tauchen erkunden. Ein traumhaftes Revier: die Korallenriffe um Al Aqah, wo sich Meeresschildkröten, (harmlose) Riffhaie und Papageiefische tummeln. Fujairah lag lange weitab vom

Schuss, bis das Scheichtum kurzerhand eine Autobahn durch das Hajargebirge sprengen ließ. Seitdem ist das Emirat, das über keine Ölvorkommen verfügt, von Dubai aus in einer Stunde erreichbar – und der Tourismus nimmt mit vielen erstklassigen Hotels Fahrt auf. Apropos Dubai: Wer die Unterwasserwelt lieber trockenen Fußes erleben will, kommt in der glamourösen Wüsten-Metropolis natürlich auch auf seine Kosten. Die gigantische Dubai Mall beherbergt nicht nur über 1200 Geschäfte, sondern mit dem Dubai Aquarium auch eine der größten künstlichen Unterwasserwelten der Erde. Hier spazieren Sie durch einen 48 Meter langen Glastunnel, während Mantarochen und Sandtigerhaie über Sie hinweggleiten – mit ihnen schwimmen geht hier natürlich auch.

Temporeich Kamelrennen haben eine lange Tradition in den Emiraten – auf den Höckern hocken mittlerweile Jockey-Roboter

Im Hajargebirge

Der 828 Meter hohe Burj Khalifa in Dubai ist zwar das derzeit höchste Bauwerk der Welt und beim Blick von der verglasten Aussichtsplattform im 148. Stock sollte man schwindelfrei sein. Noch höher hinaus geht es allerdings am 1934 Meter hohen Berg Jebel Jais im nördlichsten Emirat Ras al-Khaimah. Schon die Fahrt hinauf über die bestens ausgebaute Serpentinstraße eröffnet spektakuläre Panoramablicke über die zerklüfteten Felswände und tiefen Schluchten des Hajargebirges. Oben angekommen, kann man in der unberührten Natur wandern oder auf der kürzlich eröffneten Via Ferrata seine Kletterkünste testen. Der Klettersteig bietet drei Touren für

Fotos auf der vorherigen Seite:

- 1 Märchenhaft: Über 1000 Marmorsäulen und Blattgold zieren die Sheikh-Zayed-Moschee in Abu Dhabi.
- 2 Kunstvoll: Henna-Tattoos, eine jahrhundertealte Tradition, sind ein beliebter Körperschmuck in den Emiraten.
- 3 Lebendig: Über 33000 Meerestiere und 140 Arten, darunter Sandtigerhaie, beherbergt das Dubai Aquarium.
- 4 Abenteuerlich: Wüstentour mit dem Geländewagen im „Leeren Viertel“, der größten Sandwüste der Welt.
- 5 Traditionell: Die Gesichtsmaske gehört zur Nationaltracht emiratischer Frauen.
- 6 Schwindelerregend: Der 828 Meter hohe Vulkankrater Burj Khalifa. In der 122. Etage gibt's ein Restaurant.
- 7 Geschmackvoll: Mezze, kleine Gerichte wie Hummus und Mutabbal, gehören zur arabischen Küche.
- 8 Tierisch: Kamele sind nicht nur traditionelle Transportmittel, es gibt sogar einen Schönheitswettbewerb.

verschiedene Alters- und Fitnesslevel. Mutige können an der längsten Zip-Line der Welt durch die Berge sausen. Nehmen Sie sich einen Mietwagen oder buchen Sie eine geführte Tour mit Abholung in Ras al-Khaimah City (www.jebeljais.ae). Achtung: warme Kleidung mitnehmen, im Hajar-gebirge kann es auch mal empfindlich kühl werden.

Moscheen-Pracht

Unvorstellbare 40000 Gläubige finden in der schneeweißen Sheikh-Zayed-Moschee in Abu Dhabi City Platz. Der imposante Bau mit seinen 80 Marmorkuppeln, über 1000 Säulen und den vier 107 Meter hohen Minaretten ist ein Meisterwerk der Architektur. Im Inneren schreitet man über einen 5600 Quadratmeter großen, handgeknüpften Gebetsteppich – der größte der Welt –, über dem wuchtige, mit Blattgold überzogene Kristalleuchter hängen. Die Moschee ist täglich außer am Freitagmorgen für Besucher geöffnet. Namensgeber des Gotteshauses war übrigens Abu Dhabs einstiger Herrscher Scheich Zayed, der erste Präsident der Vereinigten Arabischen Emirate, nachdem Großbritannien die Protektorate der sogenannten Trucial States 1971 in die Unabhängigkeit entlassen hatte. „Truce“ – übersetzt: Waffenruhe – geht auf das Friedensabkommen zwischen den Briten



Futuristisch Mit dem im November eröffneten Louvre-Museum will sich Abu Dhabi als aufstrebende Kunst-Destination etablieren

und den einst für ihre Piraterie berühmten Golf-Scheichtümern im 19. Jahrhundert zurück.

Kunst im Louvre

So viel steht fest: Die Emirate bieten weit mehr als nur Strand, Luxus-hotels und gigantische Shopping-Malls. Besonders das Scheichtum Abu Dhabi, das 90 Prozent der Ölreserven der VAE besitzt, lockt zunehmend auch Kunst- und Kulturliebhaber an. Spektakulärste Attraktion: der neue Louvre Abu Dhabi. Wie ein riesiges Ufo wölbt sich das Kuppeldach am Ufer der Kulturinsel Saadiyat Island. Darunter ein lichtdurchflutetes Labyrinth aus schneeweißen Quardern, Gassen und Treppen, dem eigentlichen Ausstellungsgelände, das einer arabischen Medina nachempfunden ist. Präsentiert wird Kunst aus aller Welt, von Exponaten aus der ägyptischen Pharaonenzeit bis hin zu weltberühmten Leihgaben französischer Museen. Gleich nebenan befindet sich derzeit das Guggenheim des Stararchitekten Frank O. Gehry im Bau. Wer schon in der Stadt ist und sich für Kunst interessiert, sollte auch in der Etihad Modern Art Gallery im Viertel Al Bateen vorbeischauen und im Warehouse 421 mit Werken einheimischer Künstler.

Magie der Wüste

Wie ein stillstehendes Meer aus Sand erstrecken sich die in zauberhaften Gold- und Zimttönen leuchtenden Dünen der Rub al-Khali bis zum flirrenden Horizont. Das „Leere Viertel“ ist die größte Sandwüste der Erde, eine unwirtliche Einöde, die etwa eine Fläche so groß wie Frankreich bedeckt und noch bis Ende der letzten Eiszeit vor gut 10000 Jahren von grünen Wäldern überzogen war – ein erdgeschichtlicher Wimpernschlag. Die Kämme der Dünen erreichen eine Höhe von bis zu 300 Metern. Die Oase Liwa, von Abu Dhabi City aus in gut drei Autostunden zu

Angebote



Dubai

Hotel Fairmont The Palm
Das auf der berühmten Halbinsel The Palm direkt am Strand gelegene 5-Sterne-Hotel im arabischen Stil überzeugt mit komfortablen Zimmern, vier Pools, Hamam, Restaurants und Blick auf Dubais Skyline.

ab **643 €** / p.P. / 7Tage / Eigenanreise
Veranstalter: DERTOUR



Abu Dhabi

Hotel Le Royal Meridian
Zentral gegenüber der Corniche gelegenes Hotel mit Fitnesscenter, Diskothek und Pool. Das riesige Shopping-Center Abu Dhabi Mall erreichen Sie in 10 Minuten mit dem Auto, den Louvre in 15 Minuten

ab **378 €** / p.P. / 7Tage / Eigenanreise
Veranstalter: FTI



Ras al Khaimah

The Cove Rotana Resort
Luxuriöse, terrassenförmig in eine Gartenlandschaft eingebettete Hotelanlage mit Privatstrand und Traumblick aufs Meer. Tauchen, Jet Ski etc. im Wassersportzentrum am Hotel (gege Gebühr).

ab **617 €** / p.P. / 7Tage / Eigenanreise
Veranstalter: SCHAUINSLAND-REISEN

Weitere Angebote finden Sie unter

www.adacreisen.de

erreichen, bildet das nördliche Ende dieser eindrucksvollen Wüstenlandschaft. Hier lassen sich etliche Outdoor-Aktivitäten wie Kamel- und Geländewagentouren oder Dünenwanderungen erleben. Ein unvergessliches Abenteuer. Den Ort Jazirat al-Hamra gibt es übrigens auch. Das gespenstisch-verlassene Fischerdorf in Ras al-Khaimah gewährt einen eindrucksvollen Einblick in die Zeit vor dem Ölboom der 1960er-Jahre, als viele Emiratis noch vom Perlentreiben lebten.

Welterbe Al Ain

An der Grenze zu Oman, mitten in der flirrenden Wüste von Abu Dhabi, liegt die grüne Oasenstadt Al Ain, was auf arabisch „Frühling“ bedeutet. Die üppigen, über ein ausgeklügeltes Falaj-System bewässerten Palmengärten und die über 4000 Jahre alten archaischen Fundstätten der Stadt wie der Hili-Park und die Grabstätten von Bida Bint Saud sind Zeugnisse einer der ältesten ununterbrochen bewohnten Siedlungen der Welt und gehören zum Kulturerbe der UNESCO. Kein Welterbe, aber ebenfalls ein eindrucksvolles Relikt der Vergangenheit ist das liebevoll restaurierte Fort Umm al-Quwain, wo sich Schmuckstücke und alte Waffen der Beduinen bewundern lassen.

Schöne Kamele

Die Formel-1-Boliden gehen 2018 zwar auch in den Emiraten an den Start, allerdings auf dem Yas Marina Circuit in Abu Dhabi City (25.11.). In Madinat Zayed findet alljährlich auf dem Al Dhafra Camel Festival im Dezember tatsächlich der Schönheitswettbewerb für Kamele statt. Ein Spektakel mit 24000 Höckertieren, Folklore, Auktionen und, und, und. Unglaublich schnell sind die Wüstenschiffe allerdings auch, was man zwischen Oktober und April eindrucksvoll auf einem der vielen Kamelrennen erleben kann, wenn die Tiere samt Roboter-Jockey mit über 60 km/h über den Sand preschen. Beliebte Rennstrecken gibt es zum Beispiel in Al Marmoum in Dubai oder bei Digdagga in Ras al-Khaimah.

In Sharjah City

Die Hafenstadt Sharjah – übrigens UNESCO-Welterbe-Kandidat – mausert sich langsam zum (preislich) attraktiven Konkurrenten seines unmittelbaren Nachbarn Dubai. Im Viertel Al Qasba kann man eine Runde im 60 Meter hohen Riesenrad Eye of the Emirates drehen oder die Abendshows und das Wasserspiel bei einem Spaziergang an der hübschen Al Majaz Waterfront genießen.

ADAC Reisebüro Experten-Tipp

Tatjana Birken aus dem ADAC Reisebüro in Aachen über Wüstenabenteuer und Luxus-Tea-Time

Die Arabischen Emirate sind unglaublich vielseitig. Absolut empfehlenswert ist in jedem Fall eine Wüstentour mit dem Geländewagen. Auf der rasanten Fahrt driften die Fahrer oft spektakulär über die Sanddünen – ein großer Spaß. Anschließend gibt es im Beduinencamp ein BBQ und Folklore unter freiem Himmel. Wunderschön sind auch die Museumsdörfer der Emirate, die einen Einblick in das traditionelle Leben gewähren, etwa das Sharjah Heritage Museum. Ein nicht ganz billiges, aber exklusives Erlebnis: eine Tea Time im Luxushotel Burj al-Arab in Dubai buchen. Der Prunk aus Gold, Marmor und die grandiose Aussicht in der Skyview Bar sind wie ein Märchen aus 1001 Nacht.

ADAC Reiseinfos zu den VAE:
bit.ly/2j1T1pH

Video „Dubai das Übermorgenland“:
bit.ly/2hA1SS1

Alles gewusst?

Lösungen: 1c, 2b, 3b, 4b, 5b, 6a, 7b, 8b

1–3 richtige Antworten: Lernen Sie die Arabischen Emirate auf einer Kreuzfahrt kennen.

Viele Reedereien bieten erlebnisreiche Rundreisen durch die Emirate an. Die „Mein Schiff 5“ von TUI Cruises kreuzt diesen Winter zum Beispiel zwischen Dubai, Abu Dhabi und legt auch in Häfen in Oman an – der perfekte Einstieg für Orient-Novizen.

4–6 richtige Antworten: Gewinnen Sie neue Eindrücke in einem der unbekannteren Emirate.

Wer Dubai und vielleicht auch Abu Dhabi schon gesehen hat: Wie wäre es mit einem Urlaub in Ras al-Khaimah, Fujairah oder Sharjah? Besonders für Familien gibt es hier preislich attraktive Angebote – oft in vergleichbar komfortablen Hotels.

7–8 richtige Antworten: Erkunden Sie die Emirate auf eigene Faust mit dem Mietwagen.

Sie sind ein echter Kenner der Region. Erkunden Sie die Emirate doch einmal mit dem Mietwagen. Benzin ist günstig, das Straßennetz erstklassig. Tipp: die traumhafte Serpentinstraße auf den Berg Jebel Hafeet.

Ein Märchen aus 1001 Nacht
Prächtige Festungsanlagen und Forts lassen sich in der Wüste von Abu Dhabi bewundern



VAE – alles Wichtige auf einen Blick

ADAC Urlaub Tatjana Birken vom ADAC Reisebüro in Aachen



Die VAE liegen auf der Arabischen Halbinsel, die geologisch zu Afrika, geografisch jedoch zu Asien gehört

Anreise

Die wichtigsten Flughäfen der VAE sind Dubai und Abu Dhabi, die regelmäßig von den Airlines Etihad, Emirates und Flydubai angefliegen werden. Charterflüge landen auch am Sharjah Airport. Für die Einreise Deutscher Staatsbürger genügt der Reisepass (muss sechs Monate nach der Ausreise gültig sein). Inhaber vorläufiger Reisepässe benötigen ein Visum. Die Einfuhr bestimmter Medikamente ist verboten! Informieren Sie sich stets bei der Botschaft über die aktuellen Bestimmungen: www.uae-embassy.ae/Embassies/de

Reisezeit

Die beste Reisezeit liegt zwischen Ende Oktober und Ende April. Im Sommer klettern die Temperaturen oft auf

40 Grad. Nachts kann es oft erfrischend abkühlen, eine leichte Jacke und ein Pullover gehören daher ins Gepäck.

Nicht versäumen

- 1 An den Stränden von Fujairah und Sharjah entspannen und im Golf von Oman tauchen gehen.
- 2 Die Aussicht vom 828 Meter hohen Wolkenkratzer Burj Khalifa in Dubai genießen.
- 3 Einen Ausflug ins Hajargebirge in Ras al-Khaimah unternehmen und den Klettersteig am Jebel Jais testen.
- 4 In der prachtvollen Sheikh-Zayed-Moschee in Abu Dhabi goldene Lüster und den weltgrößten Gebetsteppich bewundern.
- 5 Die uralten Festungen der UNESCO-Welterbestätte Al Ain besuchen.
- 6 Den neuen Louvre und die Kunstszene von Abu Dhabi entdecken.
- 7 Um die Oase Liwa die magische Sandwüste Rub al-Khali auf einer Ge-

ländewagentour erkunden. 8 In Umm al-Quwain in die Zeit vor dem Ölboom eintauchen. 9 Grazile Wüstenschiffe beim Schönheitswettbewerb der Kamele in Madinat Zayed bewundern.

Besser nicht

Besondere Kleidervorschriften gelten in den VAE nicht, dennoch sollten Sie die Kultur respektieren und kurze Hosen, Röcke, schulterfreie Tops etc. beim Stadtbummel meiden.

Information

Weitere Tipps und Infos auf den Webseiten der jeweiligen Emirate: www.visitabudhabi.ae, www.visitdubai.com, <https://de.rasalkhaimah.ae>, www.sharjahmydestination.ae, www.fujairahtourism.ae, www.ajman.travel

ADAC **Reisen**

Ratgeber

Tipps & Informationen zum Thema Fernreisen

Was muss ich auf langen Flügen beachten?

Stundenlanges Sitzen im Flieger birgt vor allem das Risiko einer Thrombose – die Bildung von Blutgerinnseln, die zu einer gefährlichen Lungenembolie führen können. Gefährdet sind besonders ältere und übergewichtige Menschen sowie Raucher, frisch Operierte und Frauen, die die Pille nehmen. Beugen Sie vor: Tragen Sie Reise- oder Kompressionsstrümpfe, die den Blutfluss unterstützen, und machen Sie immer wieder gymnastische Übungen, etwa mit den Füßen wippen und die Wadenmuskeln anspannen. Stehen Sie ein Mal pro Stunde auf und gehen Sie durch den Gang. Auch wichtig: Viel trinken, am besten Wasser – das beugt zudem Erkältungen durch die trockene Luft im Flugzeug vor.



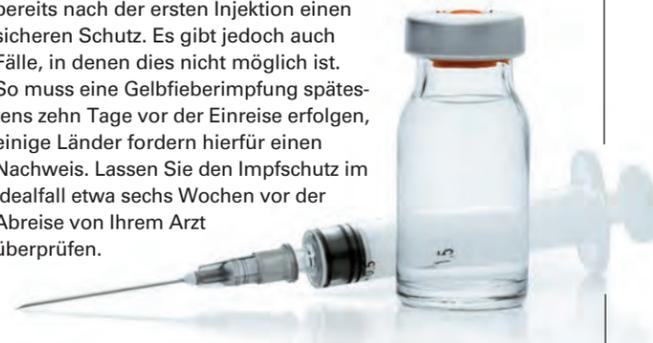
Was gilt es bei Medikamenten zu bedenken?

Für regelmäßig benötigte und lebenswichtige Medikamente wie etwa gegen Diabetes gilt: in doppelter Menge einpacken! Eine Hälfte ins Handgepäck, die andere in den Koffer. Notieren Sie sich auch die Namen der Wirkstoffe und der Hersteller, falls Sie vor Ort neue besorgen müssen, und besprechen Sie mit Ihrem Arzt eine eventuelle Anpassung der Einnahme wegen der Zeitverschiebung. Wichtig: In einigen Ländern, insbesondere in Afrika und Asien, gelten bei uns gängige Arzneimittel als Drogen, deren Einfuhr streng verboten ist. Informieren Sie sich vorab beim jeweiligen Konsulat oder lassen Sie sich reisemedizinisch beraten. Geschulte Ärzte und Apotheker finden Sie unter www.crm.de



Gibt es für Fernreisen einen Last-Minute-Impfschutz?

Viele Impfungen können heute unmittelbar vor der Abreise erfolgen, etwa Auffrischungen gegen Tetanus oder Polio. Selbst Impfungen, die ihre Wirkung erst aufbauen müssen, zum Beispiel gegen Hepatitis A, bieten bereits nach der ersten Injektion einen sicheren Schutz. Es gibt jedoch auch Fälle, in denen dies nicht möglich ist. So muss eine Gelbfieberimpfung spätestens zehn Tage vor der Einreise erfolgen, einige Länder fordern hierfür einen Nachweis. Lassen Sie den Impfschutz im Idealfall etwa sechs Wochen vor der Abreise von Ihrem Arzt überprüfen.



Soll ich eine Auslandsreisekrankenversicherung abschließen?

Unbedingt, denn im Ausland gilt der Versicherungsschutz der gesetzlichen Krankenkasse nur begrenzt. Häufig müssen Sie bei Behandlungen einen Eigenanteil aus eigener Tasche bezahlen. Richtig teuer kann es im Falle eines Rücktransports nach Deutschland werden, der aus den USA zum Beispiel bis zu 60.000 Euro kosten kann. Eine Auslandsreisekrankenversicherung dagegen kostet nur wenige Euro. Achten Sie beim Abschluss darauf, dass die Kosten für einen Rücktransport bereits übernommen werden, wenn dieser medizinisch sinnvoll und vertretbar ist.



Worauf müssen ältere Menschen auf Fernreisen achten?

Neben den bereits erwähnten Hinweisen zu Arzneimitteln und Langstreckenflügen sollten Sie sich vor einer Fernreise gründlich ärztlich untersuchen lassen. Empfehlenswert ist ein in Englisch verfasster Gesundheitsbericht, der u. a. Auskunft über chronischen Krankheiten, Medikation etc. gibt. Besonders bei Reisen in warme Länder sollten Sie sich zwei Tage Zeit für die Klimaanpassung lassen, bevor Sie größere Ausflüge oder anstrengende Wanderungen unternehmen. Ganz wichtig auch:

Ältere Menschen haben oft ein reduziertes Durstgefühl! Achten Sie deshalb darauf, ausreichend zu trinken (ca. zwei Liter Wasser pro Tag), um dem durch Schwitzen verursachten Flüssigkeitsverlust und somit Kreislaufbeschwerden und Erschöpfung vorzubeugen.



Weitere Tipps und Informationen unter: www.adacreisen.de/ratgeber/



Haben Sie Fragen? Wir helfen Ihnen gerne: redaktion@adac-urlaub.net



Wie schütze ich mich vor Malaria-Mücken?

Nicht nur Malaria wird von Mücken übertragen, die lästigen Quälgeister sind auch Träger von anderen gefährlichen Krankheiten wie der Japanischen Enzephalitis, dem Dengue-Fieber oder dem West-Nil-Fieber, das auch in Nordamerika vorkommt. Da nicht für alle Krankheiten eine Impfmöglichkeit besteht, gilt es in erster Linie Mückenstiche zu vermeiden. Tragen Sie möglichst helle, körperbedeckende Kleidung und schlafen Sie nachts unter einem Moskitonetz (optimale Lochgröße: 1,2 bis 1,5 mm). Es kann zusätzlich sinnvoll sein, feine Stoffe und Gewebe mit Permethrin zu imprägnieren. Zum Auftragen auf die Haut haben sich Repellents mit dem Wirkstoff DEET bewährt. Speziell für die Malaria-Prophylaxe stehen verschiedene rezeptpflichtige Medikamente zur Verfügung, die je nach Reiseregion zur Anwendung kommen. Eine reisemedizinisch fachkundige Beratung ist hier unabdingbar.



KOLUMNE

Gesundheitsmedizin

Gesundheit ahoi!

Auf Kreuzfahrtschiffen ist man heute medizinisch meist bestens versorgt, kann aber zur eigenen Gesundheit ebenfalls etwas beitragen



Dr. Lucia Schmidt ist Ärztin und Redakteurin bei der „Frankfurter Allgemeinen Sonntagszeitung“

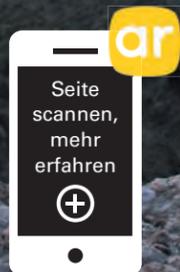
Kreuzfahrtschiffe sind heute oft schwimmende Städte. Alles kann man dort finden, was die Vielfalt des Lebens so bietet: Geschäfte, Kinos, Gottesdienste, Bibliotheken und auch Ärzte. Für Schiffe, die unter deutscher Flagge fahren, ist vorgeschrieben, dass je nach Passagierzahl mindestens ein Arzt an Bord ist. Ihm steht auf hoher See eine kleine Notaufnahme mit allen nötigen Utensilien zur Verfügung, um Patienten mit großen und kleinen Wehwechen zu versorgen: Wespenstiche, schmerzende Knöchel, Übelkeit ... Auch auf Notfälle wie etwa einen Herzinfarkt ist er vorbereitet.

Doch eine umfangreiche medizinische Betreuung an Bord schützt Passagiere, insbesondere ältere und chronisch kranke, nicht davor, sich auch selbst für ihre Gesundheit einzusetzen. Klären Sie vor dem Ablegen des Schiffes, ob die Medikamente, die Sie benötigen, in der Schiffsapotheke auch vorrätig sind. Bei besonderen Versorgungsansprüchen informieren Sie vor der Reise den Veranstalter und nehmen Sie gegebenenfalls Kontakt zum Board-Mediziner auf. Eine eigene Reiseapotheke einzupacken, ist immer wichtig. Impfungen finden in der Regel auf Schiffen nicht statt, sollten welche für die Reiseregion nötig sein, müssen Sie diese vor der Abreise – und rechtzeitig – in Eigenregie durchführen lassen. Auf internationalen Reisen ist es zudem sinnvoll, sich Diagnosen und Therapiepläne in Englisch zu notieren, nicht alle Ärzte an Board sprechen zwingend Deutsch. Die Kosten der Behandlungen müssen meist vorgelegt werden. Auslandskrankenversicherungen können sich hier auszahlen. Und für alle Passagiere gilt, ob chronisch krank oder nicht: Achten Sie an Bord besonders auf die Hygiene. Das heißt vor allem: immer gründlich die Hände waschen. Denn befinden sich so viele Menschen über Tage auf engem Raum, übertragen sich Infektionserkrankungen wie das Norovirus, aber auch Grippeviren besonders schnell.

Oh, wie wanderbar!

Das ganze Jahr über frühlingshafte Temperaturen, eine äußerst abwechslungsreiche Landschaft und ein erstklassiges Freizeitangebot – die Kanarischen Inseln sind geradezu perfekt für einen gesunden Aktiv- und Wanderurlaub

TEXT Bruntje Thielke



Überwiegend heiter
Sonne und Temperaturen um 20 Grad: auf den Kanaren im Winter nicht selten



Die ersten Erfahrungen mit dem Wunderklima der Kanaren habe ich gemacht, als ich 15 war. Damals litt ich an einer hartnäckigen Nebenhöhlenentzündung, mein Immunsystem war im Keller, ich bekam eine Erkältung nach der anderen. Auf Anraten meines HNO-Arztes flog ich für vier Wochen über Ostern nach Teneriffa, als Kur bewilligt von der Krankenkasse. Danach waren die Erkältungen und Probleme mit den Nebenhöhlen wie weggeblasen – für viele Jahre.

Die wundersame Kraft der Kanaren wurde bereits in der Antike beschrieben. Der Sage nach wähte man auf dem Atlantik-Archipel den mythischen „Garten der Hesperiden“, aus dem Herkules als elfte Heldentat mit Hilfe des Riesen Atlas die goldenen Äpfel der ewigen Jugend stahl. Später schwärmte der große Alexander von Humboldt vom ewigen Frühling auf den Inseln vor Westafrika. Und im 19. Jahrhundert, als Englands Oberschicht den Tourismus entdeckte, entstanden auf Gran Canaria bereits prächtige Kurhotels, deren Tradition heute in vielen erstklassigen Thalasso- und Wellnesshotels fortgesetzt wird. Ärzte aus ganz Europa empfahlen damals den Aufenthalt am Meer und die Thermalquellen in herrschaftlichen Bädern wie Azuaje, um

Malerische Aussichten
Bieten sich bei Wanderungen auf Gran Canaria zuhauf, wie hier bei La Sorrueda

Körper und Geist neu zu beleben. Bis heute schwören Mediziner bei Allergien, Rheuma oder Beschwerden der Atemwege auf die wohlthuende Kombination aus salziger Seeluft, Wind und den ganzjährig sonnig-milden Temperaturen um die 22 Grad. So empfiehlt etwa die Deutsche Rheuma-Liga die Kanaren wegen ihres warm-trockenen Klimas als bewährtes Winterziel.

Wandern am Wolkenfels

Dreißig Jahre nach meiner ersten Teneriffa-Reise habe ich noch immer eine ausgeprägte Vorliebe für die Kanarischen Inseln. Mittlerweile haben die Urlaube mit meiner Familie allerdings weniger mit Erkältungen zu tun, sondern mit der Chance, dem trüben deutschen Winter in läppischen viereinhalb Flugstunden zu entfliehen; mit der einmaligen Schönheit des Archipels und mit den vielen Möglichkeiten,

einen aktiven Urlaub in der Natur zu verbringen – beim Wandern, aber auch beim Golfen, Radfahren oder Surfen.

Nehmen wir Gran Canaria. Natürlich kann man hier vortrefflich eine Woche in einem gehobenen Wellnesshotel an den Dünen von Maspalomas entspannen, nach Herzenslust im Meer baden und – falls ein wenig Abwechslung erwünscht ist – durch die Gassen der Inselhauptstadt Las Palmas bummeln. Sehr zu empfehlen sind hier die vielen Bars, Cafés und Geschäfte im bezaubernden Altstadtviertel Vegueta.

Man kann aber auch die wilden Schluchten, Berge und Wälder der drittgrößten Kanaren-Insel entdecken. Etwa am berühmten Wolkenfels Roque Nublo und dem Pico de las Nieves wandern. Hier oben, in fast 2000 Metern Höhe, erlebt man die unberührte Natur jenseits vom quirligen Strandleben an der



Küste. Genießt die Einsamkeit und das Naturschauspiel, wenn die Wolken wie ein weißes Wattermeer aus dem feuchten Norden heraufziehen, um sich in der warmen Sonne wieder aufzulösen. Festes Schuhwerk und Trittsicherheit sind hier obligatorisch. Oder man schnuppert den würzigen Duft von Kiefern, Zedern und Thymian auf einer Tour durch den ursprünglichen Naturpark Tamadaba im Westen der Insel. Einmalig sind hier die Ausblicke über das tiefblaue Meer hinüber nach Teneriffa. Bei diesem Wetter scheint die Nachbarinsel surreal im Dunst zu schweben.

Speiende Geysire bestaunen

Einen ganz anderen Charme verspricht die unwirtliche Mondlandschaft von Lanzarote, wo wir an der felsigen Küste über erkaltete Lava wanderten und die giftgrüne Lagune El Golfo am schwarzen Strand bewunderten. An keinem anderen Ort erlebten wir die feurige Ver-



Gratis und exklusiv für ADAC Mitglieder
Das TourSet® mit Urteilsführer, Reisekarten und Länderinformationen

Weitere Infos
bit.ly/1LTcMLT

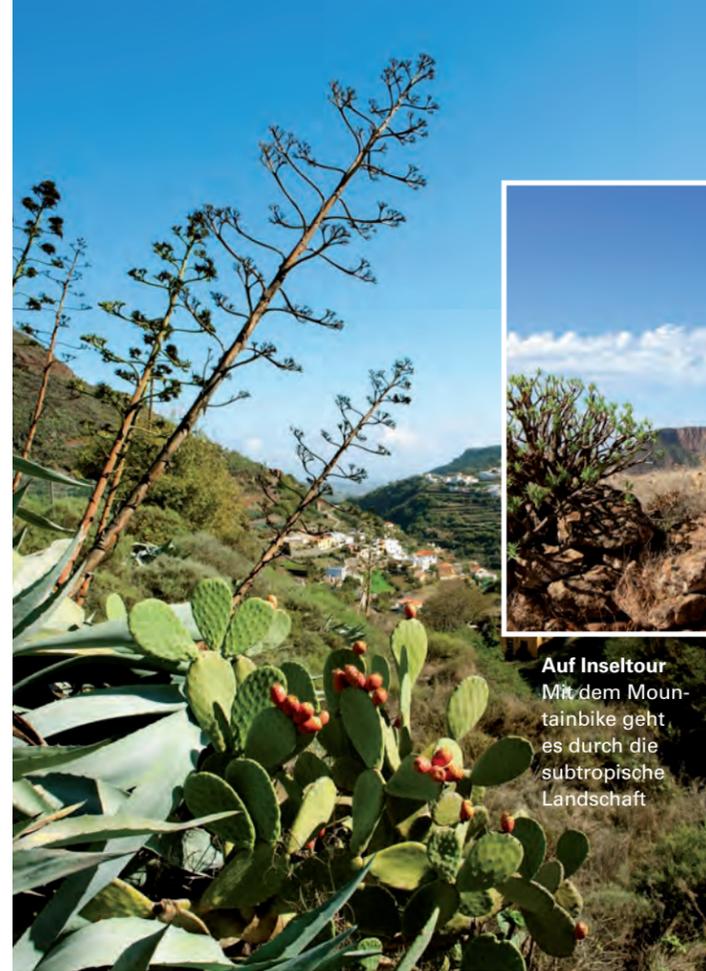
gangenheit der Kanaren so eindrücklich wie in dem von Kratern und Vulkanen übersäten Timanfaya-Nationalpark. Im Park-Restaurant El Diabolo aßen wir Hühnchen, geröstet über der Heißluft aus der Tiefe. Geysire speien hier zischend Wasser in den Himmel, was nicht nur Kinder beeindruckt.

Der Archipel der Kanaren entstand vor Jahrtausenden durch einen vulkanischen Hotspot tief im Inneren der Erde. Aufsteigende Magmen drückten sich quasi unentwegt durch die darüber hinwegtreibende Afrikanische Kontinentalplatte. Auf diese Weise bildete sich eine Insel nach der anderen. Lanzarote, die nördlichste der sieben großen Kanarischen Inseln, zählt mit etwa 22 Millionen Jahren zugleich zu den ältesten. Wir mieteten uns hier bei einem liebenswürdig-surrilen Briten ein, der sein Ferienhaus detailgetreu im Stil César Manriques gestaltet hatte. Manrique (1919–1992) war Maler, Architekt

und Umweltschützer. Dass die Insel sich ihre Ursprünglichkeit weitestgehend bewahrt hat, ist vor allem seinem Engagement für die Balance von Tourismus und Ökologie zu verdanken. Es gibt auf Lanzarote auffällig wenig Werbung am Straßenrand, Strom- und Telefonkabel wurden oft unterirdisch verlegt und die meisten der traditionellen weißen Häuser sind nicht höher als eine Palme. Manriques architektonische Hinterlassenschaften, etwa die von ihm gestalteten Lavahöhlen Jameos del Agua, zählen für mich zu den Highlights von Lanzarote.

Riesenfarn im Märchenwald

Obwohl jedes Jahr bis zu 13 Millionen Menschen auf den Kanaren Urlaub machen, finden wir auf den Inseln immer wieder verwunschene Flecken, an denen wir abschalten und die Seele baumeln lassen können. Vom allzu großen Trubel unberührt sind vor allem die kleineren Inseln La Gomera, El Hierro und La Palma. Auf Letzterer, von den Einheimischen zu Recht „isla bonita“, die Schöne, genannt, wohnten wir in einem fantastischen Haus – einer lichtdurchfluteten Bauhaus-Villa steil über dem Meer. Spektakulärer als dort oben waren Sonnenuntergänge selten. Auf La Palma marschierte sogar unser Sohn, normalerweise ein Wandermuffel vor dem Herrn, begeistert durch den jahrtausendealten



Auf Inseltour
Mit dem Mountainbike geht es durch die subtropische Landschaft

Strandspaziergängen auf Fuerteventura, dem „europäischen Hawaii“, wo die Surfer an der Costa Calma und der Punta de la Tiñosa durch die Brandung pflügen. Dieses Jahr? Gran Canaria. Wandern steht wohl auch wieder auf dem Programm. Vielleicht die sanfte Variante: beim Golfen auf den grünen Fairways mit traumhaftem Blick aufs Meer und die Berge ...

Weitere Informationen finden Sie unter

www.adacreisen.de



ADAC Reisebüro Experten-Tipp

Jennifer Bail aus dem ADAC Reisebüro in Dortmund über Aktivurlaub auf den Kanaren

Die Kanarischen Inseln bieten unzählige Möglichkeiten für Aktivurlauber. Wunderschön ist zum Beispiel auf Teneriffa eine Mountainbiketour am Pico del Teide, Spaniens höchstem Berg. Auf zahllosen Serpentinafen geht es über die Wolken mit traumhaften Ausblicken aufs Meer. Auf Lanzarote kann ich inspirierende Inselwanderungen auf den Spuren des berühmten Künstlers César Manrique empfehlen. Besichtigen Sie dabei unbedingt den faszinierenden Kaktusgarten Jardín de Cactus. Auch La Palma ist mit seinem grünen Norden und der kargen Vulkanlandschaft im Süden ein Wanderparadies. Tipp: die Runde von El Paso (ca. 14 km) am Pico Nambroque.

ADAC Reiseinfos zu Spanien:
bit.ly/2yPeyc7

Video „Highlights der Kanaren“:
bit.ly/2hF3WJk



Sportlich
Wellenreiter treffen sich an den Stränden von Fuerteventura



Genussvoll
Fisch und frische Meeresfrüchte gibt's hier satt

Entspannend
Den Sonnenuntergang in einer Beach-Bar genießen, wie hier auf La Gomera



Märchenwald Los Tilos. Hier berühren sich die Lorbeerbäume und die Wolken, von den Blättern und Lianen tropft das Wasser auf Riesenfarnen und mit Moos überzogene Felsen. Unter dem Blätterdach dieses überbordenden Urwalds herrscht Stille, unterbrochen nur ab und zu vom Gurren einer Lorbeertaube. La Palma mit seiner üppigen, immergrünen und blühenden Vegetation und den vielen Bergen ist ein Paradies für Wanderer und auch für Mountainbiker. Auf der ganzen Insel sieht man sie durch die Landschaft sausen, oft bis hinunter ans Meer, wo die Radlerhosen aus- und die Badeshorts angezogen werden.

Golfen mit Meerblick

Nach unseren vielen Individualurlauben auf den Kanaren genießen wir mittlerweile auch gerne die Annehmlichkeiten eines großen Clubs. Im vergangenen Jahr buchten wir über Silvester das Rundumsorglos-Paket mit Kinderbetreuung, Buffet, Tennispartien und endlosen

Angebote



Fuerteventura

Playitas Resort
Europas führendes Sportresort hat über 100 Sportarten im Angebot. Wählen Sie im Bike-Center aus über 200 Fahrrädern, ziehen Sie im olympischen Becken Ihre Bahnen. Entspannung bietet der Wellnessbereich.

ab **669 €** / p.P. / 7 Tage inkl. Flug
Veranstalter: ITS



Gran Canaria

Cordial Green Golf
Direkt am Golfplatz von Maspalomas gelegen, wohnen Sie im komfortablen Bungalow. Die Anlage bietet u. a. einen Minimarkt, ein Buffetrestaurant, Pools und Kids Club. Hotelbus nach Playa del Inglés inklusive.

ab **499 €** / p.P. / 7 Tage inkl. Flug
Veranstalter: NECKERMANN REISEN



Lanzarote

Club La Santa
Ob Yoga, Boxen, Surfen, Tennis oder Mountainbiken – das 4-Sterne-Sporthotel direkt am Meer ist ein Paradies für Aktivurlauber. Sie wohnen im komfortablen Appartement mit Wohn- und Schlafzimmer.

ab **861 €** / p.P. / 7 Tage inkl. Flug
Veranstalter: SCHAUINSLAND-REISEN

Weitere Angebote finden Sie unter

www.adacreisen.de

*Änderungen vorbehalten. Beratung und Buchung in Ihrem ADAC Reisebüro siehe Seite 49.



5-mal Aktivurlaub auf den Kanaren

ADAC Urlaub Expertin Jennifer Bail vom ADAC Reisebüro in Dortmund



Mountainbiken auf La Palma

Für Radsportler sind die Kanaren ein beliebtes Winterziel. Mountainbiker schwören auf La Palma mit seiner üppigen Vegetation, den Bergen und den tollen Panoramarouten. Spektakulär: Der Roque-Trail – er beginnt fast auf dem Gipfel des Roque de los Muchachos und führt bis hinunter zum Strand von Tazacorte. Auf 22 Kilometern legen Freerider hier 2000 Höhenmeter durch die wilde Vulkanlandschaft zurück.



Wandern auf Teneriffa

43 Naturschutzgebiete nehmen fast die Hälfte der Fläche von Teneriffa ein – ein Paradies zum Wandern. Die Routen führen durch faszinierende Lavalandschaften, üppige Lorbeerwälder und Bergweiden. 800 endemische Pflanzen- und Tierarten lassen sich hier bestaunen. Besonders schön: der Nationalpark Pico del Teide mit dem 3718 Meter hohen Vulkan Teide sowie die Naturparks Anaga und Teño. Infos zu Routen halten die Besucherzentren der Parks bereit.



Ullorum alibus
rene officia aruptas
perferere ssmimic



El Hierro Valverde

20 km



Tauchen auf El Hierro

Die Küste der kleinsten und ursprünglichsten Kanaren-Insel fällt steil in große Tiefen ab, was die Gewässer zum Tummelplatz für Großfische macht. Einer der spektakulärsten Tauchspots des Atlantiks ist der Unterwasservulkan El Bajón vor dem Örtchen La Restinga. Hier lassen sich Hammerhaie, Mantas und mit Glück sogar der majestätische Walhai beobachten. Vor Ort gibt es einige Tauchcenter.



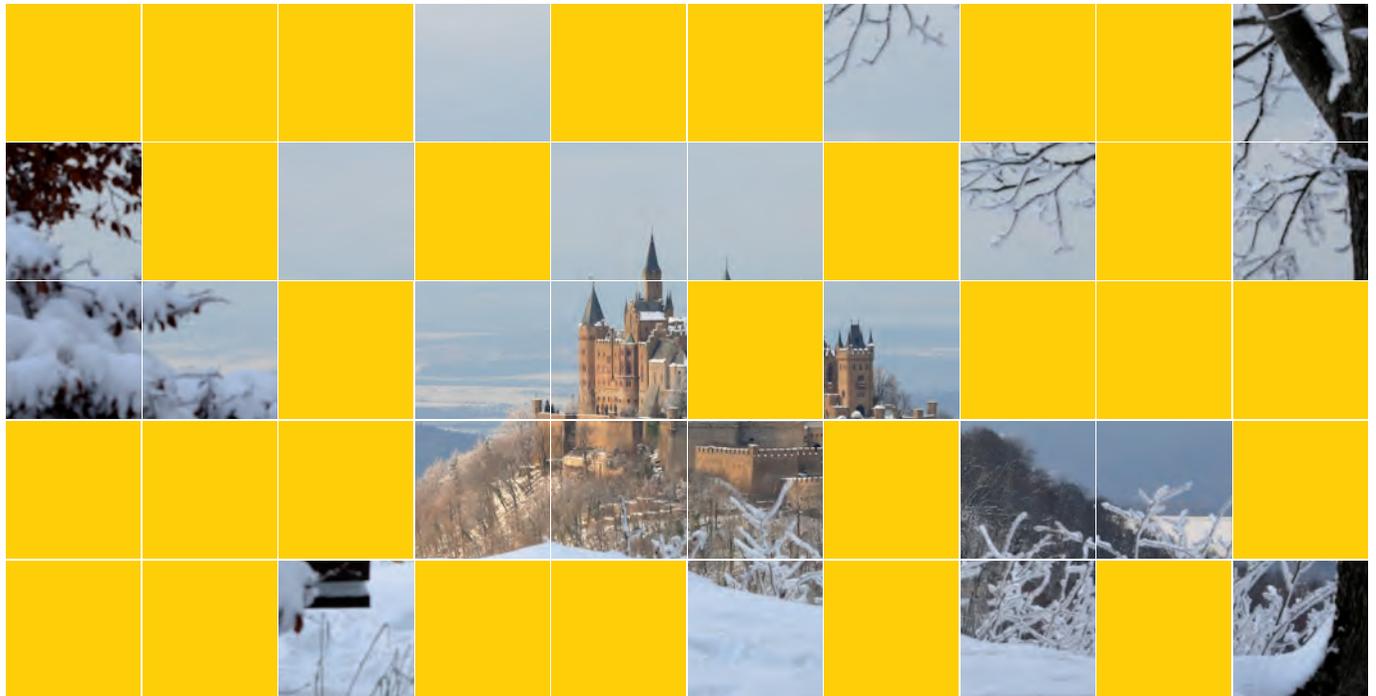
Golfen auf Gran Canaria

Auf Gran Canaria wurde bereits 1891 der erste Golfplatz Spaniens eröffnet. Heute können Sie hier auf acht Plätzen im Umkreis von nur 50 Kilometern das ganze Jahr über an Ihrem Handicap feilen. Einer der längsten Plätze Spaniens ist der El Cortijo Club de Campo bei Las Palmas, der sich über drei Täler erstreckt. Hier spielen Sie umgeben von Palmen und mehreren Seen und mit herrlichem Blick aufs Meer.



Sport satt auf Fuerteventura

Sie brauchen das volle Sportprogramm? Wie wäre es mit einem Aufenthalt im Playitas Resort? Hier können Sie Unterricht in der PGA Golfakademie nehmen, im olympischen Schwimmbaden Ihre Bahnen ziehen, Tennis spielen, im Radsportzentrum mit über 200 Rädern die neuesten Modelle testen und an Gruppenfahrten teilnehmen und vieles mehr. Das Resort liegt idyllisch an der Ostküste der Insel.



Gewinnspiel

Irgendwo in Deutschland. Aber wo?

Machen Sie mit! In jeder Ausgabe von **ADAC Urlaub** präsentieren wir einen markanten Ort aus ungewohnter Perspektive. Wer ihn erkennt, kann gewinnen ...

Nein, Märchenkönig Ludwig hatte bei dieser imposanten neugotischen Bilderbuchburg mal nicht seine Finger im Spiel, wenngleich sie ebenfalls als idealisierte Vorstellung einer mittelalterlichen Ritterburg erbaut wurde. Im Gegenteil, das Königreich Bayern war im Deutschen Krieg von 1866 sogar Gegner des Königreichs und Fürstengeschlechts, dessen Stammburg die gesuchte über Jahrhunderte war und bis heute ist. Ein wenig Geschichtswissen wäre jetzt von Vorteil. Erstmals erwähnt wurde die Festung übrigens als „Castro Zolre“ im Jahr 1267. Nach ihrer Zerstörung 1423 wurde sie erneut aufgebaut, verfiel wieder zur Ruine und wurde erst ab 1850 in ihrer heutigen Form errichtet. Wer den 855 Meter hohen Burgberg bei Bisingen besucht, genießt zudem eine traumhafte Aussicht. Wie heißt die Burg?

Brauchen Sie noch einen Hinweis? Den **zweiten Teil des Gewinnspiels** finden Sie online auf ...

www.adac.de/urlaub

GO!

Preis fehlt noch

Gewinnen Sie den **xy** oder einen von drei **xxxxxxxx**

Gewinnspiel-Auflösung Heft 6/2017

Gesucht war: die „Lange Anna“ auf der deutschen Nordseeinsel Helgoland



Der Gewinner des ADAC Reiseführers Plus wurde von uns per Post benachrichtigt. Nach Helgoland gelangen Sie z. B. mit der Schnellfähre ab Hamburg und Cuxhaven. Noch schneller geht es mit dem Flugzeug ab Heide/Büsum und Cuxhaven/Nordholz.

Teilnahmebedingungen: Schicken Sie eine Postkarte an: ADAC Urlaub Magazin, **Stichwort: Gewinnspiel – Heft 1/2018**, Pastorenstraße 16–18, 20459 Hamburg. Oder mailen Sie an: gewinnspiel@adac-urlaub.net, **Betreff: Gewinnspiel – Heft 1/2018**. Einsendeschluss ist der **xx.xx.2018**. Bitte geben Sie Ihre Adresse und die Ihres ADAC Reisebüros an. Wenn Sie gewinnen, wird Ihnen der Gewinn dort ausgehändigt.

Teilnehmen kann jede(r) Volljährige. Mitarbeiter der ADAC Geschäftsstellen und Reisebüros sowie verbundener Unternehmen und Agenturen können leider nicht teilnehmen. Der Gewinn wird unter allen Teilnehmern ausgelost, Gewinner werden schriftlich benachrichtigt. Die Adressdaten werden nur für die Durchführung des Gewinnspiels verwendet und ansonsten nicht an Dritte weitergegeben. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Eine Barauszahlung sowie ein Umtausch des Gewinns sind nicht möglich. Die Teilnahme am Gewinnspiel ist kostenlos und der Rechtsweg ausgeschlossen.

Die besten Tipps für die Münchner Reise- und Freizeitmesse Machen Sie einfach mal f.re.e!

Reisen – Von den Alpen bis nach Australien (Hallen A4/A5/B5):

Darf es ein Wellnesswochenende in den Bergen sein oder doch lieber eine Rucksacktour durch Asien? Die f.re.e hat für jeden Geschmack und Geldbeutel das passende Angebot. Die kleine Weltreise führt über Bayern, die Alpenregion und das Mittelmeer bis nach Afrika, Südamerika und Asien. Darüber hinaus präsentieren sich die verschiedenen Urlaubsregionen mit ihren Highlights täglich auf der großen Showbühne in Halle A4.



f.re.e Ahoi – Reisen auf dem Wasser (Halle B5):
Kreuzfahrten sind beliebt wie selten zuvor. Auf der f.re.e erhalten Besucher Informationen zu den verschiedenen Möglichkeiten, auf dem Wasser zu reisen: von der klassischen Kreuzfahrt über Themenreisen bis hin zu Clus Schiffen. Auch die ADAC Sportschiffahrt ist mit ihrem ADAC Mittelmeer-Skippertreffen vertreten.



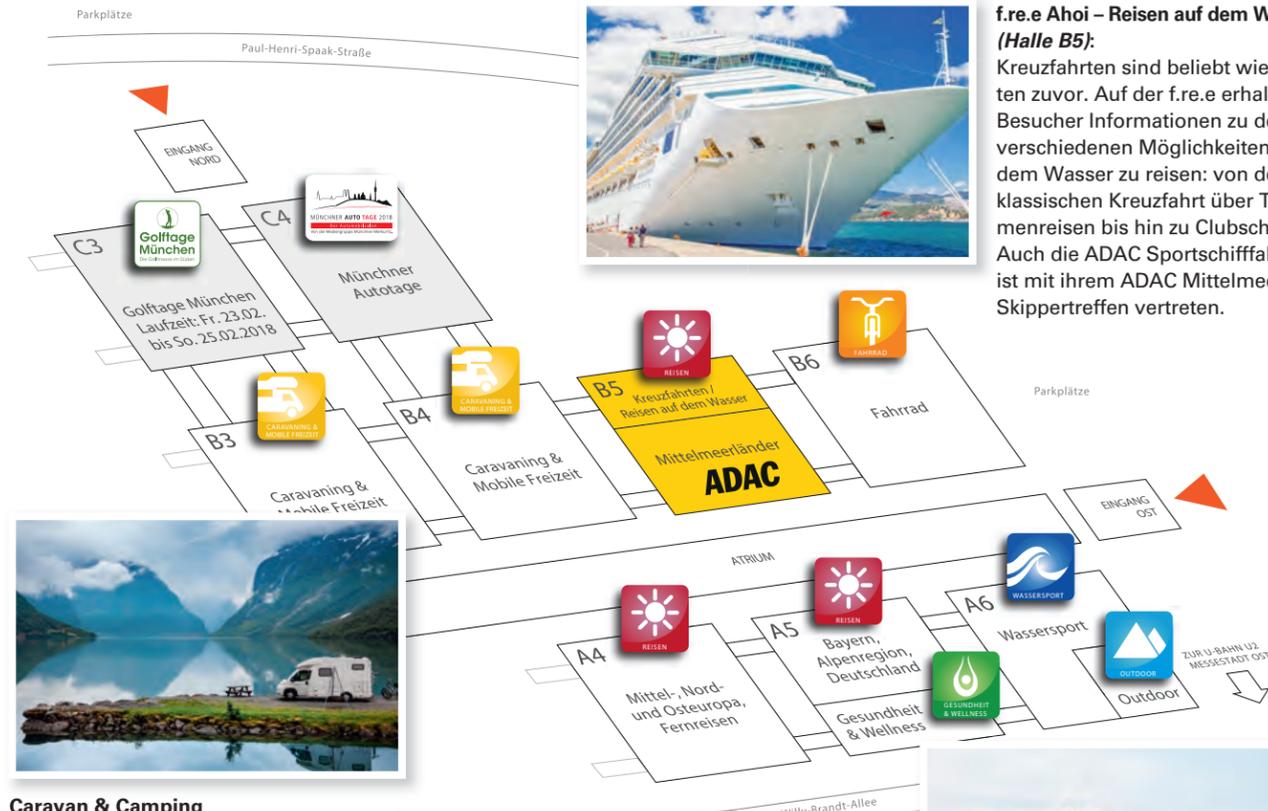
Fahrrad (Halle B6):
Wer nach einem neuen Fahrrad sucht, kommt mittlerweile am Thema E-Bike nicht vorbei. Auf der f.re.e zeigen über 90 Aussteller rund 40 verschiedene Fahrradmarken mit und ohne Elektroantrieb. Vorteil für den Besucher: Jedes Modell, das auf der Messe verkauft wird, kann auf einem der drei Parcours Probe gefahren werden. Ein Rundkurs steht für E-Bikes, Trekking- und Lastenräder zur Verfügung, der zweite ausschließlich für Mountainbikes und die dritte Teststrecke ist eine Buckelpiste für Räder, ein sogenannter Pumptrack.



Golftage München (Halle C3):
Einmal den Golfschläger schwingen wie Martin Kaymer, das ermöglichen die Golftage München. Von Freitag bis Sonntag (23. bis 25. Februar) besteht die Möglichkeit, dort Ausrüstung und Zubehör zu kaufen, aber auch selbst sein Talent auf dem Putting Green zu testen.



Münchner Autotage (Halle C4):
Eine feste Institution im Rahmen der f.re.e sind die Münchner Autotage, die parallel zu der Reise- und Freizeitmesse stattfinden. Wer auf der Suche nach einem neuen Auto ist, findet dort nicht nur eine umfangreiche Auswahl aus knapp 30 Marken, sondern kann sein Traumauto sofort Probe fahren und direkt vor Ort kaufen.



Caravan & Camping (Hallen B3/B4):
Mit Zelt, Reisemobil oder Caravan in die Ferien? Die f.re.e bietet hierzu auf der Fläche von zwei Fußballfeldern eine große Auswahl vom Zubehör für den Campingplatz über Kastenwagen für Einsteiger bis hin zum Luxus-Reisemobil für den langjährigen Profi. Außerdem finden Interessierte neben verschiedenen Zeltvariationen auch die passende Ausrüstung für den nächsten Urlaub.



Gesundheit & Wellness (Halle A5):
Entspannung von den zahlreichen Aktionsflächen bietet der Themenbereich Gesundheit & Wellness. Besucher können unter anderem auf Massagesesseln entspannen. Für die nötige Fitness sorgen Experten bei Aerobic und Yoga-Übungen an der Gesundheitsbühne.



Wassersport (Halle A6):
Mitten im Winter Kanu fahren oder eine Runde mit dem SUP drehen? Kein Problem. Die angelegte Seenlandschaft auf der f.re.e mit einer Größe von 1200 m² besteht aus einem See für Kanadier und Kajaks sowie einer Fläche für Stand-Up-Paddling. Wer lieber tauchen möchte, lernt bei einem Schnupperkurs die ersten Schritte mit kompletter Ausrüstung unter Wasser.

Pünktlich zum Jahreswechsel steigt in Deutschland die Sehnsucht nach Urlaub, Sonne und Meer. Ein Großteil der Bevölkerung hat zu diesem Zeitpunkt zwar schon konkrete Reisewünsche im Kopf, aber nur die Wenigsten haben bereits einen Urlaub gebucht. Für alle Unentschlossenen bietet die Reise- und Freizeitmesse f.re.e vom 21. bis zum 25. Februar 2018 in München Tipps und Anregungen. Auf einer Fläche von sieben Fußballfeldern finden Besucher nicht nur weltweite Reiseziele, sondern auch Angebote zu Kreuzfahrten sowie eine umfangreiche Auswahl an Urlaubs- und Freizeitmöglichkeiten in den Themenbereichen Tourismus, Caravanning & Camping, Wassersport, Outdoor, Gesundheit & Wellness wie auch Fahrrad. Partnerland ist heuer die Mittelmeerinsel Malta (siehe Seite 8). Auch das Reisebüro des ADAC Südbayern ist dort in der Halle B5 mit einem Stand vertreten. Darüber hinaus steht das Mitmachen und Ausprobieren bei der f.re.e im Mittelpunkt. Es darf fleißig geradelt, gerudert, geklettert und getaucht werden.



Reise- und Freizeitmesse f.re.e 2018,
21. bis 25. Februar, Messe München, Eingang Ost und Nord. Eintrittspreise: Tagesticket: 11,50 € vor Ort auf der Messe, Onlineticket: 8 € über www.free-muenchen.de, für ADAC Mitglieder auch in allen südbayerischen ADAC Geschäftsstellen & Reisebüros im Vorverkauf für 8 €, Kinderticket: 4,50 € (6–14 Jahre).
Mittwoch bis Sonntag: 10–18 Uhr
ADAC Messestand: Halle B5 / mit Partner AIDA Cruises
ADAC Mittelmeer-Skippertreffen: Samstag, 24. Februar, Raum B52, 16 Uhr



Impressum

Herausgeber der Regionalseiten:
ADAC Berlin-Brandenburg e.V., 10717 Berlin
ADAC Hansa e.V., 20097 Hamburg
ADAC Hessen-Thüringen e.V., 60528 Frankfurt
ADAC Mittelrhein e.V., 56068 Koblenz
ADAC Niedersachsen/Sachsen-Anhalt e.V., 30880 Laatzen
ADAC Nordbaden e.V., 76135 Karlsruhe
ADAC Nordbayern e.V., 90491 Nürnberg
ADAC Nordrhein e.V., 50963 Köln
ADAC Ostwestfalen-Lippe e.V., 33609 Bielefeld
ADAC Pfalz e.V., 67433 Neustadt/Weinstraße
ADAC Saarland e.V., 66117 Saarbrücken
ADAC Sachsen e.V., 01307 Dresden
ADAC Schleswig-Holstein e.V., 24114 Kiel
ADAC Südbaden e.V., 79098 Freiburg
ADAC Südbayern e.V., 80339 München
ADAC Weser-Ems e.V., 28207 Bremen
ADAC Westfalen e.V., 44269 Dortmund
ADAC Württemberg e.V., 70190 Stuttgart

Objektleitung:
Michael Buss

Stellvertretende Objektleitung:
Stephan Baltes

Projektmanagement ADAC:
Annika Schön

Verlag und Redaktion:
Motor Presse Stuttgart GmbH & Co. KG
Leuschnerstraße 1, 70174 Stuttgart

Verlagsleitung:
Ulli Hartmann

Gültige Anzeigenpreisliste:
Nr. 02 vom 01.01.2018

Produktionsleitung:
Justus von Wedekind

Anzeigenleitung:
adamsz Marketing GmbH
Doris Giese (verantwortlich)
E-Mail: dgiese@adac-urlaub.net

Chefredaktion:
Diddo Ramm (verantwortlich)

Redaktionsleitung:
Olaf Heise

Redaktionelle Mitarbeit:
Annika Müller, Harald Braun,
Dr. Lucia Schmidt, Bruntje Thielke,
Olaf Heise, Volker Marquardt

Schlussredaktion:
Dr. Lars Dammann

Layout:
Anna Maly-Wicklein

Bildredaktion:
Olaf Rössler, Konrad Lippert

E-Mail:
redaktion@adac-urlaub.net

ADAC Urlaub online:
www.adac.de/urlaub

Lithografie:
PIXACTLY media GmbH, Hamburg

Druck:
pva, Druck und Medien-
Dienstleistungen GmbH
Industriestraße 15,
76829 Landau in der Pfalz





„Lichttrouten“
Das Festival mit Schwerpunkt auf professioneller Lichtkunst und Lichtdesign, findet regelmäßig in Lüdenscheid statt



Der ADAC Westfalen stellt sich vor

Willkommen in der Geschäftsstelle Lüdenscheid

In der ADAC Geschäftsstelle und Reisebüro Lüdenscheid stehen die Mitarbeiter allen Kunden für deren Wünsche rund ums Reisen zur Verfügung. Mit fundiertem Wissen und viel Reiseerfahrung helfen Gaby Wendt-Wagner, Christine Seifert und Alexandra Habryka Urlaubshungen, ihren Traumurlaub zu verwirklichen.

Dabei geben sie auch gerne Tipps für Trips in der Region. Das rund 74 000 Einwohner zählende Lüdenscheid wird wegen der hier ansässigen Lampenindustrie auch gerne „Stadt des Lichts“ genannt. Seit 2002 findet hier das Festival „Lichttrouten“ statt, bei dem eindrucksvolle Lichtinstallationen die Besucher begeistern. Auch ansonsten hat Lüdenscheid ein

reichhaltiges Freizeit-, Kultur-, Tourismus- und Gastronomieangebot.

Mit ihren romantischen Tälern und den schimmernden Talsperren hat die Region besonders für Wanderer viel zu bieten. Das gut ausgebauten Wandernetz des Sauerländischen Gebirgsvereins lädt zu kleinen und großen Touren ein.

So bietet die sogenannte Ochsentour ein ursprüngliches Naturerlebnis. Diese Wanderung führt durch das Naturschutzgebiet Stilleking, das durch Heidevegetation geprägt ist und als Rückzugsraum für gefährdete Tier- und Pflanzenarten gilt. Unterwegs begegnen Wanderer etwa den Heckrindern. Diese Rasse ähnelt dem ausgestorbenen Auerochsen und hat dieser

Das ADAC Team aus Lüdenscheid
Von links Alexandra Habryka, Gaby Wendt-Wagner, Christine Seifert

Route ihren Namen gegeben. Auch der Naturerlebnispfad Hokühler Bucht an der Versetalsperre bietet viel für Familien mit Kindern.

Lädt das Wetter mal nicht zu Outdoor-Erlebnissen ein, können Besucher die Phänomente erkunden: Das erste Science-Center Nordrhein-Westfalens präsentiert Experimente aus Physik und Technik zum Mitmachen und Staunen. Wer von Modellautos fasziniert ist, besucht die SIKU/WIKING Modellwelt mit ihren 3500 Ausstellungsstücken. Und wer einfach nur entspannen möchte, kann das im Saunadorf, das auf 12 000 Quadratmetern Biosaunabäder, finnische Blockbohlensauna oder Massagen bereithält. Lüdenscheid bietet also für jeden Geschmack etwas.

FOTOS:

ADAC Reisebüro

Kontaktieren Sie uns. Wir beraten Sie gern

Reisebüro-Hotline: (02 31) 5 49 91 30 (Mo.–Fr. 8.30–17.30 Uhr)

ADAC Geschäftsstellen & Reisebüros des ADAC Westfalen

- | | | |
|--|--|--|
| <p>Arnsberg
Graf-Gottfried-Straße 20,
59755 Arnsberg
☎ (0 29 32) 2 79 79
✉ rb.arnsberg@wfa.adac.de
Mo.–Fr. 9–18 Uhr</p> | <p>Gelsenkirchen
Daimlerstraße 1,
45891 Gelsenkirchen
☎ (02 09) 77 70 31
✉ rb.gelsenkirchen@wfa.adac.de
Mo.–Fr. 9–18 Uhr,
Sa. 10–13 Uhr</p> | <p>Münster
Weseler Straße 539,
48163 Münster
☎ (02 51) 53 10 72
✉ rb.muenster@wfa.adac.de
Mo.–Fr. 9–18 Uhr,
Sa. 10–13 Uhr</p> |
| <p>Bochum
Ferdinandstraße 17,
44789 Bochum
☎ (02 34) 33 70 16
✉ rb.bochum@wfa.adac.de
Mo.–Fr. 9–18 Uhr, Sa. 9–12 Uhr</p> | <p>Hagen
Körnerstraße 62,
58095 Hagen
☎ (0 23 31) 2 89 80
✉ rb.hagen@wfa.adac.de
Mo.–Fr. 9–18 Uhr,
Sa. 10–13 Uhr</p> | <p>Recklinghausen
Martinistraße 11,
46657 Recklinghausen
☎ (0 23 61) 18 13 91
✉ rb.recklinghausen@wfa.adac.de
Mo.–Fr. 9–18 Uhr,
Sa. 10–13 Uhr</p> |
| <p>Bottrop
Schützenstraße 3,
46236 Bottrop
☎ (0 20 41) 2 80 32
✉ rb.bottrop@wfa.adac.de
Mo.–Fr. 9–13 Uhr/14–18 Uhr</p> | <p>Hamm
Sternstraße 4,
59065 Hamm
☎ (0 23 81) 1 33 89
✉ rb.hamm@wfa.adac.de
Mo.–Fr. 9–18 Uhr,
Sa. 10–13 Uhr</p> | <p>Siegen
Leimbachstraße 189,
57074 Siegen
☎ (02 71) 33 10 02
✉ rb.siegen@wfa.adac.de
Mo.–Fr. 9–18 Uhr,
Sa. 9–12 Uhr</p> |
| <p>Dortmund
Freie-Vogel-Straße 393,
44269 Dortmund
☎ (02 31) 5 49 91 35
✉ rb.dortmund@wfa.adac.de
Mo.–Fr. 9–18 Uhr,
Sa. 10–13 Uhr</p> | <p>Lüdenscheid
Knapper Straße 26,
58507 Lüdenscheid
☎ (0 23 51) 2 66 87
✉ rb.luedenscheid@wfa.adac.de
Mo.–Fr. 9–18 Uhr,
Sa. 10–13 Uhr</p> | <p>Soest
Arnsberger Straße 7,
59494 Soest
☎ (0 29 21) 41 16
✉ rb.soest@wfa.adac.de
Mo.–Fr. 9–18 Uhr,
Sa. 10–13 Uhr</p> |
| <p>Dortmund-Süd
Ruhrallee 98,
44139 Dortmund
☎ (02 31) 1 29 78 42
✉ rb.dortmundsued@wfa.adac.de
Mo.–Fr. 9–18 Uhr</p> | | |



Hätte, hätte, Schneekette
In mancher Region geht's nur mit Ketten. Damit alles klappt, gibt es beim ADAC den Schneeketten-Mietkauf mit Rückgabegarantie

Impressum

Herausgeber der Regionalseiten:
ADAC Berlin-Brandenburg e. V., 10717 Berlin
ADAC Hansa e. V., 20097 Hamburg
ADAC Hessen-Thüringen e. V., 60528 Frankfurt
ADAC Mittelrhein e. V., 56068 Koblenz
ADAC Niedersachsen/Sachsen-Anhalt e. V., 30880 Laatzen
ADAC Nordbaden e. V., 76135 Karlsruhe
ADAC Nordbayern e. V., 90491 Nürnberg
ADAC Nordrhein e. V., 50963 Köln
ADAC Ostwestfalen-Lippe e. V., 33609 Bielefeld
ADAC Pfalz e. V., 67433 Neustadt/Weinstraße
ADAC Saarland e. V., 66117 Saarbrücken
ADAC Sachsen e. V., 01307 Dresden
ADAC Schleswig-Holstein e. V., 24114 Kiel
ADAC Südbaden e. V., 79098 Freiburg
ADAC Südbayern e. V., 80339 München
ADAC Weser-Ems e. V., 28207 Bremen
ADAC Westfalen e. V., 44269 Dortmund
ADAC Württemberg e. V., 70190 Stuttgart

Objektleitung:
Michael Buss

Stellvertretende Objektleitung:
Stephan Baltes

Projektmanagement ADAC:
Annika Schön

Verlag und Redaktion:
Motor Presse Stuttgart GmbH & Co. KG
Leuschnerstraße 1, 70174 Stuttgart

Verlagsleitung:
Ulli Hartmann

Gültige Anzeigenpreisliste:
Nr. 02 vom 01.01.2018

Produktionsleitung:
Justus von Wedekind

Anzeigenleitung:
adamsz Marketing GmbH
Doris Giese (verantwortlich)
E-Mail: dgiese@adac-urlaub.net

Chefredaktion:
Diddo Ramm (verantwortlich)

Redaktionsleitung:
Olaf Heise

Redaktionelle Mitarbeit:
Annika Müller, Harald Braun,
Dr. Lucia Schmidt, Bruntje Thielke,
Olaf Heise, Volker Marquardt

Schlussredaktion:
Dr. Lars Dammann

Layout:
Anna Maly-Wicklein

Bildredaktion:
Olaf Rössler, Konrad Lippert

E-Mail:
redaktion@adac-urlaub.net

ADAC Urlaub online:
www.adac.de/urlaub

Lithografie:
PIXACTLY media GmbH, Hamburg

Druck:
pva, Druck und Medien-Dienstleistungen GmbH
Industriestraße 15,
76829 Landau in der Pfalz



Kostenlos im Abo

Magazin ADAC Urlaub

Alle zwei Monate erscheint das kostenlose Kundenmagazin **ADAC Urlaub**: mehr als 50 Seiten prallvoll mit Reportagen, inspirierenden Fotos sowie vielen Tipps und Trends, gesammelt von welterfahrenen Reise-Experten. Sie erhalten das Magazin **ADAC Urlaub** natürlich in allen ADAC Geschäftsstellen und Reisebüros.





Mystisches Island

Eis und heiß: Auf Islands Rundstraße unterwegs zwischen speienden Geysiren, Wasserfällen und majestätischen Gletscherlandschaften

**Extra
Gewinn-
spiel**

Sri Lanka

Eine magische Reise in das grüne Hochland und kulturelle Herz des Inselstaats, wo ein Eckzahn von Buddha für reichlich Aufsehen sorgt ...



ADAC Urlaub

Die nächste Ausgabe
erscheint am 22. Februar 2018



Sizilien

Wandern und genießen: die perfekte Frühjahrskur auf Italiens traumhafter Sonneninsel im Mittelmeer

Weitere Themen

Niederlande

Jedes Jahr zum Frühling entfalten Millionen Tulpen und andere Blumen ihre Pracht – hinfahren und staunen

Washington D.C.

Capitol Hill, das Weiße Haus, Washington Monument ... Ein Besuch in der Machtzentrale der Welt

Frankreich

Gutes Essen und viel Kultur. Mon amour! Warum unser Nachbarland einfach zum Verlieben ist

Motorradtour

Kurvige Serpentin und atemberaubende Bergpanoramen: ein Bike-Abenteuer auf den schönsten Passstraßen der Alpen

