



## *Detailprogramm*

**Indonesien**

Individualreise Yoga & Active Bali:  
Eintauchen in die Seele Balis

# Inhalt

Reisedetails.....	3
Reiseverlauf.....	3
Vorgesehener Reiseverlauf.....	3
Enthaltene Leistungen.....	6
Zusätzliches Entgelt.....	6
Wahlleistungen .....	6
<b>Praktische Hinweise.....</b>	<b>7</b>
Atmosfair / Anreise / Transfers.....	7
Einreisebestimmungen / Sicherheit.....	7
Gesundheit und Impfungen .....	8
Mitnahmeempfehlungen.....	9
Währung / Post / Telekommunikation.....	9
Zollbestimmungen .....	10
Wissenswertes .....	10
Versicherung.....	10
Nebenkosten / Trinkgelder.....	10
Umwelt.....	11
Bewusst reisen mit NEUE WEGE .....	11
Zeitverschiebung und Klima.....	11
Sprache und Verständigung.....	12
Religion und Kultur .....	12
Essen und Trinken.....	12
Einkaufen und Souvenirs.....	12
Besondere Verhaltensweisen .....	13
<b>Reiseliteratur.....</b>	<b>14</b>
<b>Ihre Reisenotizen.....</b>	<b>15</b>

# *Reisedetails*

## Indonesien

### Individualreise Yoga & Active Bali: Eintauchen in die Seele Balis

#### Reiseverlauf

- Yoga an Strand und Reisterrassen
- Schnorcheln bei der Insel Menjangan
- Begegnung mit balinesischen Heilern
- Kochen mit einer lokalen Familie
- Reinigungszeremonie mit Priester



Bali ist ein ganz besonderer Ort: Nicht nur für Yoga-Liebhaber und Sonnenanbeter, sondern auch zum Wandern und Fahrradfahren und Schnorcheln. Sanft geschwungene Reisterrassen, umgeben von Kokospalmen, üppig bewaldete Vulkankegel und wunderbare Strände bilden ein abwechslungsreiches Urlaubsgebiet. Auffällig ist das sanfte Wesen der Balinesen, eng verbunden mit ihrer tiefen Spiritualität, die bis in den letzten Winkel des Alltags reicht. Es vergeht kaum ein Tag ohne musizierende Prozession oder bunt geschmückte Tempel. Diese Reise ermöglicht Ihnen einmalige Begegnungen und kulturelle Highlights kombiniert mit leichter sportlicher Betätigung und spirituellen Erlebnissen.

#### Vorgesehener Reiseverlauf

Änderungen vorbehalten

##### 1. Tag: Willkommen im königlichen Bali

Nach dem Nachtflug mit Zwischenstopp erreichen Sie Bali am Nachmittag oder frühen Abend. Eine zweistündige Fahrt bringt Sie nach Tabanan in das Anwesen einer balinesischen Adelsfamilie aus dem ehemaligen Königreich Mengwi. Umgeben von Kokospalmenhainen und Reisfeldern, durchzogen von drei Flüssen, erleben

Sie hier ein traditionelles Bali wie in den 1920er Jahren. Sie erhalten Einblicke in den privaten Haushalt und erfahren, wie hier gelebt, gekocht und gebetet wird. Übernachtung im Hotel der Adelsfamilie, Frühstück inklusive.



##### 2. Tag: Tempel, Opfergaben und Reisfeldblick

Drei balinesische Dorftempel stehen heute auf dem Programm. Sie lernen die Besonderheiten hinduistischer Tempelarchitektur kennen und erfahren, wie die kunstvollen Opfergaben aus Kokosnussblättern, Blumen, Früchten und Reis gefertigt werden. Nach einem Mittagessen mit Blick auf die Reisfelder bleibt der Nachmittag zur freien Verfügung für einen Spaziergang durch die ländliche Umgebung. Am Abend erwarten Sie ein Willkommensessen. Übernachtung im Hotel der Adelsfamilie, Frühstück, Mittag- und Abendessen inklusive.



##### 3. Tag: Radtour durch UNESCO-Reisterrasssen

Mit dem E-Bike geht es durch die berühmten Reisterrassen von Tabanan, ein UNESCO-Weltkulturerbe. Ihr lokaler Guide teilt sein Wissen über das traditionelle Bewässerungssystem. Nach etwa einer Stunde Fahrzeit

erwartet Sie ein Picknick inmitten der Felder auf rund 700 Metern Höhe, wo die Luft angenehm kühl ist. Weiter geht die Fahrt zum Wassertempel Ulun Danu Beratan am Bergsee, umgeben von Hügeln und frischer Bergluft. Am Nachmittag erreichen Sie Pemuteran an der Nordküste und Ihr Resort an Balis Nordküste. Frühstück und Mittagessen inklusive.



#### 4. Tag: Balinesisches Yoga am Meer

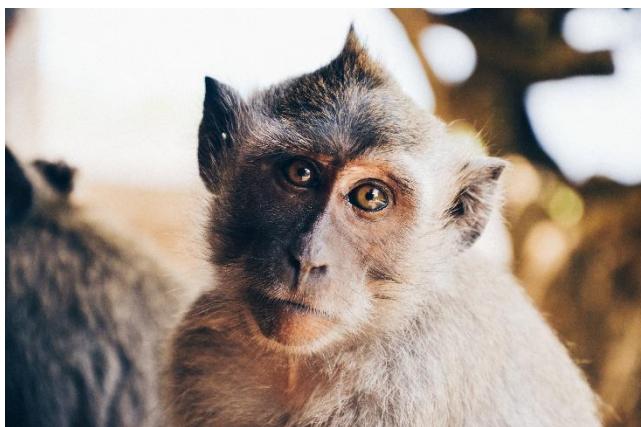
Der Tag beginnt mit einer Yogaeinheit, bei der Sie die Prinzipien des balinesischen Yoga und der Meditation kennenlernen. Der Rest des Tages steht zur freien Verfügung. Genießen Sie den Strand, ein Bad im Pool oder gönnen Sie sich eine balinesische Massage im Spa – wahlweise auch direkt am Strand mit dem Rauschen der Wellen im Hintergrund. Ihr Resort liegt entweder direkt am Lavastrand oder in Strandnähe (Strandshuttle wird organisiert), Frühstück inklusive.



#### 5. Tag: Seetempel mit Affen

Sie besuchen den berühmten Pulaki-Tempel, einen Seetempel aus dem 16. Jahrhundert, der die Gottheiten des Meeres ehrt. Eine Gruppe Affen lebt im hügeligen Wald rund um die Anlage. Der Pura Pulaki ist Haupttempel einer Gruppe weiterer Heiligtümer, darunter Pura Pemuteran mit seinen heißen Quellen. Die Kette von Seetempeln soll spirituellen Schutz für die gesamte Insel

bieten. Der schwarze Sandstrand bildet einen faszinierenden Kontrast zum Meer. Der Nachmittag bleibt zur freien Verfügung. Übernachtung in Pemuteran, Frühstück inklusive.



#### 6. Tag: Schnorcheln bei der Insel Menjangan

Per Boot geht es zur Insel Menjangan im nahegelegenen Nationalpark. Die den Balinesen heilige Insel ist bis auf einige Mönche unbewohnt und bietet eines der besten Schnorchelreviere der Region mit bunten Fischen, Schwämmen und Korallengärten. Das Gebiet eignet sich ganzjährig zum Schnorcheln und überrascht selbst erfahrene Taucher. Ein Lunchpaket stärkt Sie auf der Insel, bevor es zurück ins Resort geht. Der restliche Tag steht zur freien Verfügung. Übernachtung in Pemuteran, Frühstück und Mittagessen inklusive.



#### 7. Tag: Entspannungstag mit Yoga

Erholen, entspannen, die Eindrücke der ersten Tage nachklingen lassen – das Motto dieses Tages. Am Nachmittag sind Sie zu einer 90-minütigen Yogaeinheit eingeladen, die Körperhaltungen und Atemtechniken mit längeren, statischen Positionen verbindet. Optional können Sie morgens eine Wanderung im Nationalpark Westbalis unternehmen, wo Rehe, Wildschweine, Affen und zahlreiche Vogelarten leben. Die etwa dreistündige

Wanderung führt durch heißen, feuchten Wald. Übernachtung in Pemuteran, Frühstück inklusive.



#### 8. Tag: Heiße Quellen und Vulkanblick

Heute führt die Reise nach Ubud, dem künstlerischen Herzen Balis. Unterwegs halten Sie an den heißen Quellen von Banjar, die mitten im Dschungel in einem tropischen Garten liegen und denen heilende Wirkung nachgesagt wird. Ein buddhistischer Tempel, der die fünf Elemente symbolisiert, liegt ebenfalls auf dem Weg. In Kintamani genießen Sie den spektakulären Blick auf Kratersee und Vulkan. Bei den Tegallalang-Reisterrassen erleben Sie das traditionelle Subak-Bewässerungssystem. Am späten Nachmittag erreichen Sie Ihr Hotel in Ubud. Frühstück inklusive.

#### 9. Tag: Heilige Bäder und balinesische Heiler

Nach dem Frühstück folgt eine Yogaeinheit. Anschließend sind Sie Gast bei einer Familie, die sich für behinderte Kinder engagiert, und bereiten gemeinsam Tempelgaben vor. Diese bringen Sie zur heiligen Anlage Tirta Empul, wo Sie nach einer Einführung ins Gebet das reinigende Bad in den Quellen nehmen können. Bei Gunung Kawi sehen Sie die geschnitzte Fassade aus dem 11. Jahrhundert. Jede Fontäne soll für eine bestimmte Reinigung zuständig sein. Am Nachmittag besuchen Sie einen balinesischen Heiler, der mit traditionellen Methoden und Energiearbeit praktiziert. Frühstück und Mittagessen inklusive.



#### 10. Tag: Meditation in der Elefantenhöhle

Eine morgendliche Yogaeinheit stimmt Sie auf den Tag ein. Dann führt der Ausflug zur Elefantenhöhle Goa Gajah, einem inspirierenden Ort, an dem Sie Zeit zur Meditation haben. Auch den Tempel Yeh Pulu besuchen Sie – wenn Sie die Treppen hinabsteigen, nehmen Sie die Geräusche der Natur besonders intensiv wahr. Dieser Tempel führt zurück ins 14. Jahrhundert, als hier ein König meditierte. Das Mittagessen genießen Sie in einem Bio-Restaurant mit Kräutergarten. Übernachtung in Ubud, Frühstück und Mittagessen inklusive.



#### 11. Tag: Kochen mit einer balinesischen Familie

Nach der morgendlichen Yogaeinheit bleibt Zeit für eigene Unternehmungen oder Entspannung am Pool. Am Nachmittag besuchen Sie eine Familie außerhalb Ubuds und erfahren, wie traditionelles Zusammenleben auf Bali aussieht. Bei einem Spaziergang durchs Dorf erleben Sie den lokalen Markt, den Dorftempel und die Reisfelder mit Blick auf den Mount Agung. Zurück im Haus bereiten Sie gemeinsam ein traditionelles Abendessen mit lokalen Zutaten zu. Übernachtung in Ubud, Frühstück und Abendessen inklusive.



### 12. Tag: Weiterreise ans Meer nach Sanur

Der Vormittag steht zum Abschiednehmen von Ubud zur Verfügung. Nach etwa einstündiger Fahrt erreichen Sie Sanur und Ihr Hotel direkt am Strand. Hier locken Restaurants, Bars und Wassersport für alle, die etwas Unterhaltung suchen. Am Nachmittag genießen Sie eine 60-minütige Yogaeinheit mit Blick aufs Meer. Übernachtung in Sanur, Frühstück inklusive.



### 13. Tag: Reinigungszeremonie und Abschiedsabend

Ein besonderes Erlebnis erwartet Sie heute: In einem Resort an einem Fluss mit elf natürlichen Quellen nehmen Sie an einer balinesischen Reinigungszeremonie teil. Traditionell in einen Sarong gekleidet, bringen Sie Opfergaben dar, bevor ein Priester die Zeremonie an vier Quellen leitet und Sie anschließend segnet. Zeit für Gebete im angeschlossenen Tempel rundet das Ritual ab. Zum Abschluss Ihrer Reise erwartet Sie ein gemeinsames Meeresfrüchte-Abendessen am Jimbaran Beach. Übernachtung in Sanur, Frühstück und Abendessen inklusive.



### 14. Tag: Abschied von Bali

Eindrucksvolle Tage liegen hinter Ihnen. Gegen Mittag checken Sie aus und treten Ihren Rückflug an – oder verlängern Ihren Aufenthalt individuell auf der Insel. Frühstück inklusive.

### Enthaltene Leistungen

erforderliche Transfers im PKW • 13 Übernachtungen im Doppelzimmer in landestypischen Hotels der Mittelklasse • täglich Frühstück, 5x Mittagessen, 3x Abendessen • Reisterrassen-Radtour (E-Bike) mit Picknick, 6 x Yoga-Unterricht (englisch), Schnorcheltour inkl. Equipment, Besuch einer heißen Quelle, Kochen mit Locals, Tempelbesichtigungen, Meditation im Tempel, Treffen mit einem balinesischen Heiler und Programm laut Reiseverlauf – Änderungen vorbehalten • Eintrittsgelder laut Programm • einheimische Deutsch sprechende Reiseleitung während der gesamten Reise und lokale Englisch sprechende Guides an einzelnen Sehenswürdigkeiten • NEUE WEGE Informationsmaterial

### Zusätzliches Entgelt

Visumgebühren für Bali: ca. 30€ • Tourismusabgabe: ca. 10€ • Trinkgelder • zusätzliche Mahlzeiten und Aktivitäten

### Wahlleistungen

- Rail & Fly-Ticket: € 110
- Reiseversicherung (Preis auf Anfrage)
- Flug ab Ihrem gewünschten Flughafen (Preis auf Anfrage)
- Trekking im Nationalpark Westbali

# Praktische Hinweise

## Atmosfair / Anreise / Transfers

### atmosfair

Wir kompensieren die CO2-Emissionen Ihres Fluges: Dazu übernehmen wir zu 100% den atmosfair-Beitrag für alle Teilnehmer/innen Ihrer Gruppenreise nach Asien. Sie fragen sich sicherlich, wie die Kompensation funktioniert. Unter [www.atmosfair.de](http://www.atmosfair.de) ermitteln Sie mit wenigen Klicks die CO2-Emission Ihres Fluges. Dieselbe Menge an Kohlendioxid wird in einem atmosfair-finanzierten Projekt an anderer Stelle eingespart. atmosfair investiert es u.a. in das Vorzeigeprojekt „Biogas im ländlichen Nepal“. Auch heute noch nutzen viele Menschen in den ländlichen Gegenden Nepals offene Feuerstellen als Kochgelegenheit für ihren Alltag. Eine Biogasanlage kann das Leben dieser Familien umweltfreundlicher und wesentlich gesünder gestalten. Die Menschen werden nicht mehr durch das offene Feuer im Haus lungenkrank und die Kinder können abends noch bei Gaslicht für die Schule lernen. Ein weiteres Plus: Die Menschen vor Ort müssen keine weiten Wege mehr zum Feuerholzsammeln zurücklegen und die Wälder Nepals werden vor Abholzung geschützt.

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

### Anreise

Sie fliegen mit einer renommierten Fluggesellschaft in der Economy Class nach Denpasar. Den Flugplan mit den genauen Reisedaten werden wir Ihnen rechtzeitig mitteilen. Neue Wege Reisen haftet nicht für Flugplanänderungen, Verspätungen, etc. und daraus resultierenden Programmänderungen. Es gelten die internationalen Bestimmungen der Fluggesellschaften.

### Transfer

Sie werden von einem unserer Fahrer am Flughafen abgeholt. Er steht mit einem Schild mit dem Namen des Gastes direkt am Ausgang und ist eigentlich nicht zu übersehen.

Die Fahrt in unseren klimatisierten Fahrzeugen gewährt einen ersten, guten Eindruck von Bali. Asiatische Betriebsamkeit um Denpasar, die Werkstätten der Steinmetze und Holzschnitzer bei Ubud, Reisplantagen bis hinauf zu den heiligen Vulkanbergen Batur und Agung, mit ihren zauberhaften Kraterseen, auf die man bei guter Sicht einen schönen Blick werfen kann, bis dann das

blauschimmernde Meer der Nordküste schon in der Ferne winkt, während man durch üppige, tropische Fruchtlandschaften fährt, in denen Papayas, Kaffee, Mangos, Avocados, Kakao, Nelken und Kokosnüsse einfach am Wegesrand wachsen.

Im Resort angekommen werden Gäste in balinesischer Gastfreundlichkeit begrüßt.



## Einreisebestimmungen / Sicherheit

Für Reisen nach Indonesien/Bali ist ein nach Abreise noch mindestens 6 Monate gültiger Reisepass erforderlich. Deutsche, Österreichische und Schweizer Staatsangehörige können sich bis zu 30 Tage mit dem Visum on Arrival aufhalten.

Das Visum On Arrival (B1) bekommen Sie bei Ankunft in Bali in den Pass gestempelt oder beantragen es vorher online unter <https://molina.imigrasi.go.id/>.

Anderen Staatsangehörigen wird empfohlen, sich bei der Indonesischen Botschaft in ihrem Heimatland zu informieren. NEUE WEGE übernimmt hier ausschließlich informierende Funktionen.

### WICHTIG - aktuelle Einreisebestimmungen für Bali:

- Nachweis eines Hin- und Rück- oder Weiterflugtickets
- Digitale Einreisekarte ("Arrival Card") ausfüllen (ab 72 Stunden vor Anreise möglich): <https://allindonesia.imigrasi.go.id/>
- Zollerklärung vorab online ausfüllen (ab 1 Tag vor Abreise möglich) <https://ecd.beacukai.go.id/>
- Touristenabgabe (ca. 10 €) vorab online zahlen: <https://lovebali.baliprov.go.id/>

## **WICHTIG - Visuminfo:**

Die Einreise ist für Reisende aus Deutschland, Österreich und der Schweiz ist mit Visa on Arrival möglich (ca. 35 € bzw. 500.000 IDR).

Um Zeit am Flughafen in Bali zu sparen, kann das Visum auch vorab online ausgestellt und gezahlt werden:

<https://evisa.imigrasi.go.id/>

(14 Tage bis 48h vor Abreise möglich)

Aktuelle Informationen finden Sie auch auf der Webseite des Auswärtigen Amtes:

<https://www.auswaertiges-amt.de/de/aussenpolitik/laender/indonesien-node/indonesiensicherheit/212396>

## **Sicherheitshinweise**

Indonesien gilt allgemein als sicheres Reiseland. Um sich vor Diebstählen zu schützen empfehlen wir Geld, Flugticket und Pass immer am Körper zu tragen. Eine Kopie der Passinnenseite, Passotos und eine Kopie der Schecknummern bewahren Sie am besten separat auf. Achten Sie darauf, Ihr Gepäck nicht unbeaufsichtigt und in Hotels Wertgegenstände offen herumliegen zu lassen. Es empfiehlt sich eine Reisegepäckversicherung abzuschließen und wachsam zu sein. Aktuelle Informationen zur Sicherheitslage erhalten Sie auf der Homepage des Auswärtigen Amtes: [www.auswaertiges-amt.de](http://www.auswaertiges-amt.de)

## **Konsulat der Bundesrepublik Deutschland:**

Jalan Pantai Karang 17, SANUR,  
Telefon: (0062) 361-288535, Fax: (0062) 361-288826  
e-mail: [sanur@hk-diplo.de](mailto:sanur@hk-diplo.de)  
Konsul: Robert Andrian Jantzen

## **Schweizerisches Honorarkonsulat Bali (Consulate of Switzerland)**

**(auch für Österreicher zuständig)**

Jalan Ganetri 9D  
Gatsu Timur  
Denpasar 80235, Bali  
Telefon: +62 361 264 149  
Telefax: +62 361 243 747  
e-mail: [bali@honrep.ch](mailto:bali@honrep.ch)



## **Gesundheit und Impfungen**

Der Gesundheitsdienst des Auswärtigen Amtes empfiehlt generell den Schutz gegen Tetanus, Diphtherie, Polio, Influenza, Pertussis und Hepatitis A. Bei Langzeit-aufenthalten über vier Wochen oder besonderen Risiken auch Hepatitis B, Japanische Enzephalitis, Tollwut, und Typhus. Aktuelle Informationen finden Sie unter: [www.auswaertiges-amt.de](http://www.auswaertiges-amt.de)

Vor Ihrer Reise empfiehlt es sich, den Rat eines Tropenarztes einzuholen. Informationen zu Gesundheit und Impfungen erhalten Sie beim Zentrum für Reisemedizin unter [www.crm.de](http://www.crm.de) oder beim Tropeninstitut Hamburg unter [www.gesundes-reisen.de](http://www.gesundes-reisen.de). Dort finden Sie auch Angaben zur Malaria prophylaxe. Früchte sollten vor dem Verzehr geschält werden. Nahrung, vor allem Fleisch und Fisch sollten gut gekocht oder durchgebacken sein. Wenn Sie einmal in einem der typischen Straßenrestaurants essen wollen, so essen Sie am besten dort, wo viel Betrieb ist: die Umlaufgeschwindigkeit mit der das Essen produziert und gegessen wird, ist dann hoch, was der Hygiene zugutekommt. Die medizinische Versorgung auf Bali ist gut. Der Standard im Bereich Gesundheitswesen entspricht dem europäischen, wenn man bereit ist dafür zu bezahlen. Manche Privatkliniken sind leider ausschließlich für Touristen zuständig. Daher ist es sinnvoll, unbedingt eine gute Reisekrankenversicherung abzuschließen. In lebensbedrohlichen Notfällen stehen in Singapur sehr gute Spezialkliniken zur Verfügung.

## **Wichtige Medikamente**

Nehmen Sie Ihre gewohnten Medikamente in ausreichender Menge mit. In Absprache mit Ihrem Hausarzt können Sie sich eine kleine Reiseapotheke zusammenstellen. Wichtig sind Medikamente gegen Grippe sowie gegen Magen- und Darmverstimmungen. Schützen Sie

sich vor zu langer und intensiver Sonneneinstrahlung mit einem leichten Sonnenhut, einer guten Sonnenbrille und Cremes für die Lippen und Haut. Denken Sie auch unbedingt an einen ausreichenden Schutz vor Insektenstichen. Wer regelmäßig Medikamente einnehmen muss, unter psychischen oder physischen Krankheiten leidet, sollte vor Abreise seinen Hausarzt konsultieren.



## Mitnahmeempfehlungen

### Gepäck

Koffer oder Rucksack. Für Ausflüge empfiehlt es sich zusätzlich eine kleine Tasche oder Daypack (kleiner Rucksack) mitzunehmen. Gepäckstücke sollten abschließbar sein.

### Kleidung

Leichte Kleidung aus Seide, Baumwolle oder Viskose für den Tag, da das Klima tropisch ist. Pullover und leichte Jacke für den Abend. Regenschutz.  
Vermeiden Sie Shorts, große Ausschnitte, enge Kleider sowie ärmellose Kleidung. Besonders für den Besuch von religiösen Orten/ Palästen ist folgendes zu beachten: Keine kurzen Hosen oder Röcke tragen, die Schultern müssen bedeckt sein, geschlossene Schuhe oder Sandalen mit Fersenriemen anziehen.  
Auch balinesische Männer tragen in der Stadt lange Hosen und Sie sollten es genauso halten. Strandkleidung ist wirklich nur für den Strand geeignet.

### Schuhe

Zweckmäßig sind offene Sandalen, weil es üblich ist, beim Betreten von Häusern die Schuhe auszuziehen; gute und bequeme Schuhe für Wanderungen (z.B. Trekking oder Wanderschuhe) sowie Sandalen mit Riemen bzw. geschlossene Schuhe für den Besuch von Tempelanlagen und Palästen.

Der schwarze Lavasandstrand führt zwar sanft ins Meer, hat aber Steine und kleine Korallen, so dass Badeschuhe empfehlenswert sind.

Wer sich gerne an unserem Hausriff die zauberhaft schöne pazifische Unterwasserwelt erschnorcheln will, sollte Flossen und Taucherbrille mitbringen.

### Diverses

Alle Toilettenartikel mitnehmen, Medikamente (siehe Liste), Insektenschutzmittel, Sonnenschutz, Sonnenbrille, Schirm oder Regenschutz.

### Foto

Für Digitalkameras Speicherkarten und Ersatzakku.

### Bücher

Englischwörterbuch, Reiseführer (siehe Bücherliste).

## Währung / Post / Telekommunikation

### Währung

Die Landeswährung in Indonesien ist indonesische Rupiah (rp, internationale Abkürzung IDR). In den Touristenorten wie z.B. Kuta, Legian, Seminyak gibt es zahlreiche Geldautomaten, und neben Visa- und Euro-/ Mastercard funktioniert auch die EC-Karte und jede Karte mit "maestro"- oder "cirrus" – Zeichen. Heben Sie zusätzlich etwas Bargeld ab. Im Resort werden kleinere Beträge an Euros gerne gewechselt. Von einem Geldumtausch am Flughafen ist abzuraten, da es dort nicht die besten Wechselkurse gibt.

Den tagesaktuellen Kurs können Sie unter [www.onanda.com](http://www.onanda.com) ermitteln.

### Telekommunikation

Die Landesvorwahl für Indonesien ist + 62. Von den Hotels aus können Sie problemlos nach Deutschland telefonieren. Das Mobilfunknetz in Bali ist sehr gut. Über die aktuellen Verbindungsgebühren sollten Sie sich vor Reiseanritt bei Ihrem Anbieter informieren bzw. vor Ort eine indonesische SIM-Karte erwerben, um günstig lokale Gespräche und Gespräche nach Europa führen zu können.

Die Vorwahl von Indonesien nach Deutschland ist +49, nach Österreich +43 und in die Schweiz +41.

### Internet

Die meisten Hotels bieten Internetdienste oder W-LAN an. Das Mobilnetz in Bali ist gut ausgebaut. Sie können auch eine indonesische SIM-Karte vor Ort kaufen (am besten eine eSIM Karte bei Ankunft am Flughafen).



## Zollbestimmungen

Bei der Einreise: Der indonesische Zoll erlaubt 1 – 2 Liter an alkoholischen Getränken und maximal 200 Zigaretten oder 100 Gramm Tabak. Eine übliche Menge an Kosmetika und Parfümen, die nicht auf Handel schließen lassen, sind ebenfalls genehmigt.

Bei der Rückreise: Es ist nach dem Artenschutzabkommen verboten geschützte Tiere oder Materialien von diesen auszuführen. Man sollte also auf ein Reisesouvenir aus Reptilienleder, Mantaleder, Elfenbein oder Ähnliches verzichten, die oftmals auf Rundreisen durch Bali angeboten werden. Es empfiehlt sich die gültigen Zollvorschriften seines Heimatlandes im Vornherein zu kennen.

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



## Wissenswertes

Bali liegt im Zentrum des Indonesischen Archipels zwischen dem Javasee im Norden und dem Indischen Ozean im Süden. Mit 13.677 Inseln ist der Indonesische Archipel der größte Inselstaat der Welt und verbindet

die Kontinente Asien und Australien. 3,3 Millionen Balinesen leben auf der 5.620 km<sup>2</sup> großen Insel, knapp 500.000 in der Hauptstadt Denpasar. Der Großteil der Bevölkerung lebt in kleinen ursprünglichen Dörfern entlang der malerischen Reisfelder über die ganze Insel verteilt.

In Ost-West-Richtung erstreckt sich eine Vulkankette über die Insel, deren höchste Erhebung, der Gunung Agung (3.142 m), für die Balinesen der "Nabel der Welt" ist. Bali, das nur zwei Kilometer östlich von Java entfernt liegt, wird im Wesentlichen von hinduistischer Kultur geprägt, während auf der größeren Nachbar-Insel Java hingegen die moslemische Kultur vorherrscht. An kaum einem anderen Ort der Welt gibt es so viel zu sehen oder zu erleben wie auf Bali, nirgendwo sonst sind tägliches Leben, Religion, Kunst und Landschaft zu einer solch faszinierenden Einheit verschmolzen.

## Versicherung

Wir empfehlen den Abschluss einer Reiserücktrittskostenversicherung. Diese können Sie bei Buchung Ihrer Reise direkt bei uns abschließen. Ein umfangreiches Versicherungspaket mit Reisekrankenversicherung, medizinischer Notfallhilfe und Reisegepäckversicherung ist ebenfalls buchbar. Beachten Sie, dass ein Abschluss spätestens 30 Tage vor Abreise erfolgen muss, bei kurzfristiger Reisebuchung erfolgt der Abschluss direkt bei Ihrer Anmeldung.



## Nebenkosten / Trinkgelder

Trinkgelder sind in Bali üblich und werden gerne genommen, werden aber nicht unbedingt erwartet. Im Folgenden möchten wir Ihnen diesbezüglich eine kleine Orientierungshilfe geben. Bitte beachten Sie, dass sich unsere Empfehlungen auf das Mittelklasse-Niveau und nicht auf die höheren Hotelkategorien beziehen. Natürlich bleibt es Ihnen überlassen, ob und wieviel Trinkgeld

Sie geben. Unsere Vorschläge informieren Sie lediglich über die landesüblichen Trinkgelder.

**Restaurants:** Nur in internationalen Restaurants sind min. ca. 1 Euro (15.000 Rupien) pro Person angemessen sofern die Service Charge von 11% nicht inkludiert ist. In kleineren Restaurants (Warungs) wird gar kein Trinkgeld erwartet, man kann aber aufrunden.

**Guides bei Ausflügen/Fahrer:** Geben Sie Ihrem Guide ca. 3-4 Euro (ca. 55.000-60.000 Rupien) pro Tag und Person. Dem Fahrer können Sie ca. 3 Euro (max. 50.000 Rupien) pro Tag geben.

**Taxifahrer:** Überlassen Sie dem Fahrer das Wechselgeld oder 1 Euro (ca. 15.000 Rupien).

**Hotelpersonal:** An der Hotelrezeption finden Sie meistens eine Gemeinschaftskasse, wo Sie am Ende Ihres Aufenthalts Ihr Trinkgeld hineinwerfen können. Angemessen sind ca. 3-4 Euro pro Tag. Wenn Sie sehr zufrieden waren, gibt es allerdings keine Grenze nach oben.

## Umwelt

Als nachhaltiger Reiseveranstalter legen wir großen Wert auf Umweltschutz und eine angemessene Nutzung der örtlichen Ressourcen. Auch der Einzelne trägt hier Verantwortung und kann dazu beitragen seine Reise nachhaltig zu gestalten.

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

Der Besuch kultureller Einrichtungen und das Zusammentreffen mit der einheimischen Bevölkerung werden besonders dann zu einem unvergesslichen Erlebnis, wenn Sie die Ratschläge des Reiseleiters befolgen.



## Bewusst reisen mit NEUE WEGE

### Mit NEUE WEGE reisen Sie nachhaltig!

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

Nachhaltigkeit ist schon seit Firmengründung elementarer Bestandteil der NEUE WEGE Firmenphilosophie. Wir haben die CSR-Initiative ergriffen und geben Ihnen, als verantwortungsvollem Urlaubsgast, Orientierungshilfe und schaffen mehr Transparenz zum Thema Nachhaltigkeit. Seit Erhalt des CSR-Siegels in 2009 verfasst NEUE WEGE einen Nachhaltigkeitsbericht zur Dokumentation aller CSR-Aktivitäten verfasst.

Sehen Sie selbst und lesen Sie mehr im NEUE WEGE Nachhaltigkeitsbericht unter: [www.neuewege.com/csr](http://www.neuewege.com/csr)

## Zeitverschiebung und Klima

Die Zeitverschiebung zwischen Deutschland und Bali beträgt im Sommer +6 Stunden und im Winter +7 Stunden.

Das Klima in Bali ist, im Vergleich zu anderen tropischen Reisezielen, ausgesprochen angenehm. Das verdankt Bali einem Wind, der fast immer sanft über die Insel streicht. Das ganze Jahr herrschen Temperaturen zwischen 25° und 32° C. In höheren Lagen kann es jedoch deutlich kühler werden. Zwischen Juni und September wird es in der Regel etwas frischer. Von Januar bis März kommen die Monsunwinde auf und bringen Regen. Dieser ist meist heftig und kurz und fällt vorwiegend am Nachmittag und in der Nacht. An der Nordküste regnet

es deutlich weniger als im Süden. Die Luftfeuchtigkeit ist zu jeder Zeit sehr hoch. Die Meerestemperatur beträgt das ganze Jahr über 28° - 30° C. Die Sonne geht während des ganzen Jahres gegen 6:00 Uhr morgens auf und gegen 18:00 Uhr unter.

## Sprache und Verständigung

Wie auf den anderen Inseln Indonesiens sprechen die Menschen auf Bali Bahasa Indonesia, eine Art Hochindonesisch. Darüber hinaus wird auf der Insel ein typischer balinesischer Dialekt gesprochen. Mit Englisch werden Sie sich in den Haupttouristenorten verständlich machen können.

Einige einfache Wörter auf Indonesisch:

Hallo - Halo! / Hai!

Guten Tag - Selamat siang!

Tschüss - Dahh! / Mari! / Yuk ah!

Auf Wiedersehen - Sampai jumpa! / Selamat tinggal!

Ja - ya

Nein - tidak

Danke - Terima kasih!

Bitte! - Kembali!

Prost!- Tos! / Pros!

Entschuldigung - Maaf, ...



## Religion und Kultur

Bali ist insofern eine Besonderheit, als dass sie die einzige Region außerhalb Indiens und Nepals mit bodenständiger hinduistischer Bevölkerung und gleichzeitig die einzige hinduistische Insel Indonesiens darstellt. Die meisten Balinesen bekennen sich zur Hindu-Dharma-Religion, der balinesischen Glaubensform des Hinduismus. Einzug hielt der Hinduismus in Bali im 8. bis 9. Jahrhundert. Religion ist Leben und Leben ist Religion auf Bali. Religiöse Riten und Feste begleiten die Menschen von der Geburt bis zum Tod und über den Tod

hinaus. Sie sind Grundlage des Zusammenhalts von Familie und Dorfgemeinschaft. Religiöse Riten werden wirksam bei der Gründung eines Dorfes, sie ordnen das Familienleben und sind die ethnischen Leitlinien des ganzen Volkes. Feiertage, Volksvergnügungen und Versammlungen werden stets von einer Tempelzeremonie eingeleitet. Die Balinesen sind offen für Besucher ihrer öffentlichen Zeremonien und Rituale. Danken Sie es Ihnen mit respektvoller Kleidung und Verhalten.



## Essen und Trinken

Das Hauptnahrungsmittel auf Bali ist Reis. Ohne ihn gilt eine Mahlzeit nicht als vollwertig, sondern bestenfalls als Snack. Reis wird auf Bali mehrmals im Jahr geerntet. Entlang der Reisfelder kann man häufig kleine Schreine finden, welche zu Ehren der Fruchtbarkeitsgöttin Dewi Sri errichtet wurden. Diese werden regelmäßig mit Opfergaben versehen, um eine gute Reisernte zu sichern. Die balinesische Küche ist tendenziell nicht so scharf wie etwa die Thai-Küche. Bekannte balinesische Gerichte sind beispielsweise Nasi-Goreng (gebratener Reis), Gado Gado (Gemüse mit Erdnusssoße) oder Soto Ayam (Hühnersuppe).

## Einkaufen und Souvenirs

Überall auf der Insel wird geschnitzt, gemalt, geschmiert oder gewebt. Bali ist der größte Lieferant für Kunsthandwerk in Indonesien und selbst die wertvollste Handarbeit ist für uns mit dem nötigen Verhandlungsgeschick durchaus erschwinglich. Am besten kauft man direkt beim Produzenten.

Möbel aus weißem, geschecktem oder schwarzem Bambus findet man in Bali in großer Auswahl. Leider ist der Koffer zu klein, aber auch verschifft wird zu durchaus moderaten Preisen. Steinmetzarbeiten kommen aus Batubulan. Wer die schweren Dämonenstatuen im eigenen Garten aufstellen möchte, kann sie zu den Möbeln in den Container packen. Holzschnitzereien sind schon

wesentlich einfacher zu transportieren. Allerdings sollte man beim Holz auch auf die Qualität achten, das billige weiße Holz neigt in unseren Breiten stark zur Austrocknung und dann gibt es schnell Risse. Überall kann man für wenig Geld Obstschalen mit Holzfrüchten, Masken, Mobiles, Bananenstauden, Serviettenringe und Untersetzer kaufen. Das ist zwar meist mindere Qualität, sieht aber hübsch aus.

Wer reich verzierten, filigranen Silberschmuck mag, der wird auf Bali auch fündig, vor allem im Ort Celuk. Hier gilt das gleiche wie für die Holzschnitzer. Man kann beim Entstehen der Stücke zuschauen und unter vielen Stücken im Verkaufsraum wählen. Transportprobleme bekommt man mit diesem Souvenir jedenfalls nicht.



### Besondere Verhaltensweisen

Es gibt einige Dinge, die Sie im Umgang mit Balinesen beachten sollten. Die Einheimischen kontrollieren ihre Gefühle sehr stark. Ärger und Wut zu zeigen, indem man z.B. die Hände in die Hüften stützt, schreit oder mit dem Finger droht, ist sehr verpönt und auch der Tourist verliert durch das Zeigen derartigen Verhaltens sein Gesicht; versuchen Sie also, ruhig zu bleiben, selbst wenn Sie allen Grund zum Ärgern haben.

Obwohl die Balinesen untereinander ständig Körpennähe herstellen, sollten Sie es vermeiden, Menschen anzufassen oder Kindern den Kopf zu streicheln. Der Kopf ist heilig und der Sitz der Seele. Er darf nicht beschmutzt werden. Dies ist auch der Grund dafür, dass es bisher keine Hochstraßen auf Bali gibt. Zudem darf der Balinese nicht unter Wäscheleinen und aufgestellten Leitern hindurchgehen.

Nehmen Sie es gelassen hin, wenn Sie häufig nach Namen, Beruf und Ehestand gefragt werden. Die Einheimischen interessiert ihre Antwort nicht wirklich, sie versuchen nur ihre soziale Stellung herauszufinden, um sich darauf einzustellen. In Asien laufen die Uhren anders, auch auf Bali herrscht die Gummizeit. Wundern Sie sich nicht, wenn Verabredungen nicht klappen oder Leute

viel zu spät kommen, das ist landesüblich. Falls Sie mit den Fingern essen wollen (bei privaten Einladungen) benutzen Sie bitte nur die rechte Hand, die linke gilt als unrein, da die Einheimischen sich damit auf der Toilette reinigen. Auch Waren, Essen oder andere Gegenstände sollten mit der linken Hand weder gereicht noch entgegen genommen werden.

In touristischen Ballungszentren und an viel besuchten Attraktionen werden Sie unweigerlich mit Straßenhändlern konfrontiert. Die Art und Weise, wie man versucht, Ihnen die Waren zu verkaufen, kann teilweise aufdringlich wirken. Versuchen Sie dennoch, Ihr Gesicht nicht zu verlieren und freundlich abzulehnen.

Ärgern Sie sich nicht, falls Sie eine falsche Auskunft bekommen (z.B. hinsichtlich Richtung, Lage oder Entfernung eines Ortes, einer Sehenswürdigkeit etc.). Selbst wenn Balinesen etwas nicht wissen, werden sie eher eine Aussage machen als zugeben, dass sie die Frage nicht beantworten können.

Zu guter Letzt: Lassen Sie sich anstecken vom Lächeln und tun Sie es auch, so manches wird dadurch leichter und angenehmer.



# Reiseliteratur

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

Verschiedene Reiseführer

**Annette Ster, Michael Möbius:**  
Bali: Lombok · Komodo · Sulawesi.  
Vista Point Verlag (2014)  
ISBN-10: 3868710345

**Moritz Jacobi, Mischa Loose:**  
Stefan Loose Reiseführer Bali, Lombok  
Stefan Loose Travel Handbücher (2016)  
ISBN: 978-3-7701-6762-3

**Schott, Christina:**  
MARCO POLO Reiseführer Bali, Lombok, Gilis.  
MairDuMont (2013)  
ISBN-10: 382972411X

**Ryan Ver Berkmoes, Adam Skolnick:**  
Lonely Planet Reiseführer Bali & Lombok.  
Lonely Planet Deutschland (2015)  
ISBN-10: 3829723652

**David, Bettina:**  
Reise Know-How KulturSchock Indonesien.  
Reise Know-How (2015)  
ISBN-10: 3831726477

Geschichte / Politik / Gesellschaft

**Jutta Berninghausen, Birgit Kerstan, Nena Soeprapto-Jansen:**  
Schleier Sarong Minirock: Frauen im kulturellen Wandel Indonesiens.  
Kellner (2009).  
ISBN-10: 3939928038

**Geerken, Horst H.:**  
Der Ruf des Geckos: 18 erlebnisreiche Jahre in Indone-sien  
Verlag: Books on Demand (2009)  
ISBN-10: 3839110408

**Barley, Nigel:**

Bali - Das letzte Paradies  
Verlag: Klett-Cotta (2015)  
ISBN-10: 3608980288  
Originaltitel : Island of demons

**Baum, Vicki:**

Liebe und Tod auf Bali: Roman  
Verlag: KiWi-Taschenbuch (2007)  
ISBN-10: 3462037994

**Drüke, Milda:**

Ratu Pedanda: Reise ins Licht - bei einem Hohepriester auf Bali  
Verlag: Frederking & Thaler (2006)  
ISBN-10: 3894052686

Belletristik

**Monika Arnez, Edwin Wieringa:**

Duft der Asche: Literarische Stimmen indonesischer Frauen.  
Horlemann Verlag (2008).  
ISBN-10: 3895022691

**De Kleen, Tyra:**

Mudras or the Ritual Hand Poses of the Buddha Priests and the Shiva Priest of Bali (Englisch)  
Verlag: Kessinger Publishing (2010)  
ISBN-10: 1162620196

**Heller, Thomas:**

Overland. Geschichten aus 1000-und-Einem Kilo-meter.  
Traveldiary.de Reiseliteratur (2005).  
ISBN-10: 3937274162

**Ramseyer, Urs:**

Bali. Leben in zwei Welten.  
Schwabe Basel Verlag (2001).  
ISBN-10: 3796518729

# Ihre Reisenotizen

## Ihre persönliche Beratung



**Sarah Obels**  
Produkt Managerin Südostasien  
[s.obels@neuewege.com](mailto:s.obels@neuewege.com)  
+49 2226 1588-203



**Raphael Schultze**  
Beratung und Verkauf Südostasien  
[r.schultze@neuewege.com](mailto:r.schultze@neuewege.com)  
+49 2226 1588-204



NEUE WEGE GmbH  
Am Getreidespeicher 11, 53359 Rheinbach  
+49 (0)2226 1588-00  
[info@neuewege.com](mailto:info@neuewege.com)

  @neuewegereisen  
[www.neuewege.com](http://www.neuewege.com)

