

CONNEXIONS

... sind alles ...

SELBSTREISE-HANDBUCH

Band 1

Zur Reisevorbereitung

DEUTSCHE ZENTRALE FÜR GLOBETROTTER (HRSG.)
ERSTELLT VON NORBERT LÜDTKE



4. Auflage Frankfurt am Main 2005

PETER MEYER VERLAG

INHALT

Ihre Reise beginnt jetzt!	8	6	Vorwort
DIE REISE PLANEN	13		MIT KOCHER UND ZELT ANS ENDE DER WELT
	16		Rahmenbedingungen einer Reise
	16		Von der Idee zur Wirklichkeit
	22		Den Reiseablauf planen
	26		Frauen allein unterwegs
	30		Reisen mit Kindern
	36		Reisepartner wählen
INFOQUELLEN & FINANZEN	43		INFORMATIONEN FINDEN
	52		Weltweit reisen im Internet
	55		Die Reiseprofis – Immer unterwegs
	55		Deutsche Zentrale für Globetrotter e.V. (dztg)
	57		Globetrotter-Clubs in aller Welt
	60		Reiseführer beurteilen
	63		Für die richtige Orientierung: Karten
	69		Reisezeitschriften
Budgetplanung	72	73	GELD – DIESES THEMA BEWEGT ALLE
		73	Zahlungsmittel
		78	Geldtransfer ins Ausland
		80	Arbeiten im Ausland: Chance oder Karriereknick?
PAPIERE & VERSICHERUNGEN	87		AUSWEISPAPIERE
	90		Reisedokumente
	94		Visum
	98		Weitere Papiere
	99		Zoll: Was darf mit?
	105		VORSORGEN FÜR DEN FALL DER FÄLLE
	105		Krankenversicherungen
	112		Reisegepäckversicherung
	116		Wenn die Reise ausfällt
	116		Reiserücktrittskosten-Versicherung
	117		Reiseabbruch-Versicherung
Vor der Reise erledigen	122	118	Unbesorgt abreisen

EIN LAND RESPEKTIEREN, GESUND BLEIBEN	127	GESUNDHEIT & ERNÄHRUNG
Die Reiseapotheke	136	Reiseapotheke 138
Im Notfall	141	
Mit dem Rollstuhl mobil	143	
Peel it, cook it, or forget it	146	
WIE MAN SICH BETTET	153	UNTERKUNFT & AUSRÜSTUNG
WAS MAN SO TRÄGT	157	
Wie man sich kleidet	160	
Was man so braucht	163	
Nützliche Anschaffungen und unnützes Zeug	164	
Wo man kauft	169	
AUS EIGENER KRAFT	175	AUS EIGENER KRAFT
Zu Fuß reisen	175	Zusätzliche Ausrüstung zum Wandern 180
Das Wandern richtig vorbereiten	175	
Welche Ausrüstung bei welchem Schwierigkeitsgrad?	178	
Mit dem Fahrrad reisen	181	
Mit Kanu und Kajak	188	
MIT DEM FLUGZEUG HIN UND WEG	197	MIT DÜSE & MOTOR
Reisebüros und -veranstalter	202	Mit dem Flugzeug um die Welt 201
Tipps & Tricks	204	
Flughäfen	204	
MIT BAHN & BUS DURCHS LAND	212	Jet-Lag: Berechnung der Anpassungsdauer 209
Auf Schiffen unterwegs	215	
MIT AUTO & MOTORRAD	218	
Formalitäten auf der Straße	218	
Mit dem Motorrad reisen	222	
Fahrzeug verkaufen, kaufen, mieten	226	
Auto ausführen und verkaufen	226	
Kauf und Wiederverkauf eines Fahrzeugs im Ausland	229	
Im Ausland ein Auto mieten	231	
Ausstattung & nützliche Dinge fürs Auto	232	Minimalausstattung für Touren mit dem Auto 233
Im Wohnmobil außerhalb Europas	237	

KOMMUNIKATION & VERSTEHEN	243	DER KONTAKT ZUR HEIMAT
	243	Radio
	243	Postversand ins Ausland
	244	Telekommunikation
	245	eMail
	246	WIR SIND NICHT ALLEIN AUF DER WELT
	247	Ein Tourist macht noch keinen Tourismus ...
	248	Sanftes Reisen
	251	Das Eigene und das Fremde
	253	Reden und Verstehen
	256	Reisen in hinduistischen und buddhistischen Ländern
	260	Reisen in islamischen Ländern
REISEZIELE & ROUTEN	265	ROUTEN DURCH EUROPA
	268	Europas Mitte & Osten
	270	REISEROUTEN IN ASIEN
	271	Reisen in Zentralasien
	274	Süd- & Südostasien
Beste Reisezeiten für Asien	274	Südasiens
	275	India overland
	279	Südostasien
	284	Reisen in Ostasien: Japan
	285	Und China?
Beste Reisezeiten für Afrika	286	REISEN IN AFRIKA
Beste Reisezeiten für beide Amerikas	293	ROUTEN IN BEIDEN AMERIKAS
	296	Durch die USA
	298	Südamerika
Beste Reisezeiten für Ozeanien & Australien	301	REISEZIELE UM AUSTRALIEN UND NEUSEELAND
	304	Reisen auf den Ozeanen
KARTENATLAS	308	Europa
	310	Eurasien
	312	Afrika 313 Impressum
	314	Nordamerika 315 Südamerika
	316	Australien und Ozeanien
	317	Register
Aufbruch in die Fremde: Mit dem Profi-Wissen der Globetrotter der dzg können Sie hundsgelesen bleiben		



VORWORT

Dieses Handbuch dient als »Ratgebersammlung für Aussteiger und Weltreisende« (Stern). Individualreisende wissen: Was ich nicht tue, tut niemand. Daher planen die meisten Globetrotter vorausschauend und handeln selbstständig. Denn sie wollen ihre Ziele erreichen.

Dazu gehört jedoch auch Neugier und die Lust aufzubrechen, der Mut sich hinauszuwagen, das Bedürfnis nach authentischer Erfahrung ebenso wie die Fähigkeit, das Schöne in der Welt zu entdecken und gerne heimzukehren ... Für manche bietet dieses Handbuch daher auch »Einführungen in die Kunst des Reisens« (FAZ).

»Have a plan and stick to it.«
Heinrich Harrers Antwort auf
unsere Frage nach seinem Rezept
für erfolgreiche Reisen (2003).

Orientierungswissen für die Reisevorbereitung: 10.000 reiserelevante Fakten von Profis ausgewählt, präzise formuliert und übersichtlich strukturiert. Zusammenhänge helfen, neue Fakten einzuordnen. Mehr als 1500 Kontakte

und Literaturverweise ermöglichen die Vertiefung. Eine solches Expertenwissen wurde nie zuvor zusammengetragen, denn das Handbuch bündelt die Erfahrungen der **Deutschen Zentrale für Globetrotter** aus mehr als 30 Jahren! Selbst versierte Reiseprofis finden Neues darin.

Neugier und Abenteuerlust ziehen Reisende ins Unbekannte. Reisen kann Fähigkeiten freilegen, aber auch die Kräfte überfordern. Das Konzept des Abenteurers ist riskant für den Reisenden, doch nach seiner Rückkehr profitieren er und vielleicht sogar seine Mitmenschen von seinen Erfahrungen. Sicherheit und Besitz sind zwar wichtig, doch ohne Neugier und Mut erstarrt eine Gesellschaft.

- **Bleiben Sie neugierig und reisen Sie vorsichtig!** Reisende verändern sich und andere, das ist unvermeidbar. Die Lust am Entdecken fremder Kulturen, die Begegnung mit Andersdenkenden – das verändert unterwegs die Natur und die Menschen. Vielleicht verändern

einzelne Reisende nur wenig, doch als Teil des Touristenstroms wirken sie zerstörend.

- ▶ **Finden Sie Ihre eigenen Wege.** Große Reisen bemessen sich nicht nach Kilometern, sondern wie sie unser Leben beeinflussen. Mit bedeutenden Reisen verbinden sich immer tiefe Eindrücke, bleibende Erinnerungen und nachhaltige Wirkungen.
- ▶ **Reisen Sie langsam.** Sie werden gelassener und stoßen weniger an, sehen mehr und fordern weniger. Ansprüche und Aufwand sinken, Kasse und Umwelt werden geschont.
- ▶ **Reisen Sie bescheiden.** Genießen Sie, was kommt. Unzufriedenheit zeigt vielleicht an, dass Sie am falschen Platz sind.

Mehrfach gut

Band 1 des Selbstreise-Handbuches hilft **vor der Reise** mit Tipps, Fehler zu vermeiden und mit Checklisten, an alles zu denken. Vor allem aber will es helfen, sich in der Informationsflut zurechtzufinden. Wo einfache Antworten nicht möglich sind, zeigt es Ihnen Wege, Antworten zu finden:

- ▶ 1. führt Sie das Inhaltsverzeichnis in die sachlogisch aufeinander folgenden Kapitel;
- ▶ 2. hilft Ihnen das alphabetische Sachregister, Suchbegriffe in den Kapiteln zu finden.
- ▶ 3. führt Sie die nachfolgende Checkliste in zeitlicher Folge durch die Reisevorbereitung und
- ▶ 4. verweist Sie das Kapitel »Informationen finden« ab Seite 43 zu den vielfältigen Informationsquellen.

Band 2 des Selbstreise-Handbuches enthält alles, was **unterwegs** für Sie wichtig werden könnte. Rat und Tat für 136 typische Reisesituationen, von der Einreise bis zur Ersten Hilfe. Kompakte und präzise Checklisten, Tipps, Informationen und Links.

Das »Selbstreise-Handbuch« entstand aus den Beiträgen vieler erfahrener Reisender. Alle Hinweise wurden sorgfältig zusammengestellt. Es sind Erfahrungen be-

Literatur

- Peter Stark, **Zwischen Leben und Tod.** Extreme Erfahrungen, letzte Abenteuer. Rowohlt.
- Justin Stagl, **Geschichte der Neugier.** Reisekunst und Sozialforschung 1550 – 1800. Böhlau.
- Hans Magnus Enzensberger, **Nie wieder!** Die schlimmsten Reisen der Welt, Eichborn.
- Michael Nerlich, **Abenteuer oder das verlorene Selbstverständnis der Moderne.** Gerling Akademie, München 1997.

Selbstreise-Handbuch

Band 2, Für unterwegs,
ISBN 3-89859-505-6
12,95 Euro (D)



Ihre Reise beginnt jetzt!

Glückwunsch! Sie haben begonnen die Reise zu planen und Ihren Traum zu verwirklichen. Machen Sie das nicht halbherzig, schließlich geht es um Ihre »Große Reise«. Die Vorbereitungen sind auf ihre Art ebenso aufregend wie das Unterwegs-Sein. Die folgende Tabelle im Zeitschema soll Ihnen helfen, Schlüsselstellen frühzeitig zu erkennen.

Wie reisen?

- ▶ Ist Ihnen klar, worauf Sie sich einlassen? ➤ Erfahrungsbericht Seite 13.
- ▶ Die Voraussetzungen: Zeit & Geld, ➤ Seite 16.
- ▶ Bestimmen Sie Wunschziel und -route, ➤ Seite 265ff.
- ▶ Informationen zur ersten Orientierung besorgen, ➤ Seite 52.
- ▶ Allein oder in Gesellschaft? ➤ Mit Kindern, Frauen allein, Reisepartner.
- ▶ Wählen Sie Verkehrsmittel & Reiseform, ➤ Seite 175 bzw. 197.

3 Monate vor der Abreise:

- ❑ Prüfen Sie Pass, Zweitpass, Kinderpass, ➤ Seite 87.
- ❑ Informieren Sie sich über An-, Ein- und Weiterreise, ➤ Seite 52.
- ❑ Reiseführer & Literatur besorgen, ➤ Seite 60.
- ❑ Karten bestellen, ➤ Seite 66.
- ❑ Anträge & Formulare für Visa, ➤ Carnet de Passage, ➤ Impfpass, ➤ Internationaler Führerschein, Bankbürgschaften, Kreditkarten etc.
- ❑ Ausrüstungskataloge anfordern, Anschaffungen planen, ➤ Seite 153.
- ❑ Budget planen, ➤ Seite 72.
- ❑ Wohnung kündigen oder untervermieten, ➤ Seite 121.

2 Monate vor der Abreise:

- ❑ Versicherungsanträge besorgen, Leistungen vergleichen, ➤ Seite 105.
- ❑ Preise für Flug- und Fährverbindungen bei An- und Abreise ermitteln, Alternativen prüfen, eventuell reservieren und anzahlen, ➤ Seite 197.
- ❑ Gesundheits-Check bei Hausarzt, Zahnarzt, Augenarzt: Ersatzbrille, Kontaktlinsenersatz, Reiseapotheke, Dauermedikation, ➤ Seite 138.
- ❑ Impfberatung und Impfprogramm beginnen, ➤ Seite 128.
- ❑ Visa, ➤ Seite 94, Grüne Versicherungskarte, Intern. Führerschein, Carnet de Passage, Internet-Banking etc., ➤ Seite 218, beantragen.
- ❑ Preise vergleichen für fehlende Ausrüstungsteile, ➤ Seite 164, Wandern ➤ Seite 180, Fahrrad ➤ Seite 181, Auto ➤ Seite 233.

1 Monat vor der Abreise:

- Mit der Bank Geldtransfer im Notfall klären, ➤ Seite 122.
- Versicherungen abschließen, ➤ Seite 105.
- Devisen und Reisechecks bestellen, Kreditkarte beantragen, ➤ Seite 78.
- Ausrüstung testen und vervollständigen, Schuhe einlaufen, ➤ Seite 175.
- Auto oder Motorrad: Schutzbrief, Inspektion, Ersatzteile, Werkzeug besorgen, ➤ Seite 218.
- Fahrrad checken, Probe packen, Tagestour mit Gepäck versuchen, Ersatzteile, Werkzeug besorgen, ➤ Seite 181.
- Beantragte Papiere auf Vollständigkeit prüfen.

2 Wochen vor der Abreise:

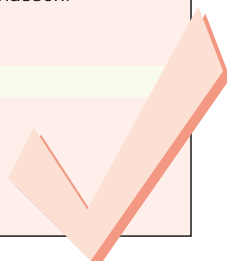
- Infopaket für daheim mit allen Checklisten, Dokumentkopien, Reiseroute Listen zusammenstellen, ➤ Seite 122.
- Freunde und Verwandte informieren: Wer macht wann was? ➤ Seite 118.
- Schulden begleichen, Verpflichtungen überprüfen.
- Nachsenden und Lagern von Post beantragen, Zeitung abbestellen, Vermieter informieren, ➤ Seite 118.

1 Woche vor der Abreise:

- Sind die Dokumente vollständig? Kopieren und eventuell beglaubigen lassen.
- Ist die Ausrüstung vollständig? Listen und Fotos machen. Gewicht ermitteln.
- Nummern der Schecks, Karten, Dokumente notieren.
- Literatur, Sprachführer, Karten zusammenstellen, evtl. kopieren, verkleinern, folieren.
- Generalprobe für den Abreisetag: alles packen, Haus verlassen. Gepäck zur Probe tragen.

Unmittelbar vor der Abreise:

- Haus oder Wohnung sichern, ➤ Seite 121.
- Schlüssel- und Dokumentenübergabe.
- Abschied nehmen und unbesorgt abreisen.



All diese Adressen und Informationen zu gewinnen, hat viel Zeit und Mühe erfordert. Doch trotz aller Sorgfalt können sich Fehler einschleichen. Noch weniger sind wir dagegen gefeit, dass sich Daten bereits während des Niederschreibens oder kurz nach Erscheinen des Buches ändern. Auf jeden Fall freuen wir uns, wenn Sie uns auf Fehler und Veränderungen aufmerksam machen. Auch zusätzliche Tipps sind jederzeit willkommen!

Leserzuschriften an:
vorstand@globetrotter.org

www.globetrotter.org
www.reisegeschichte.de
www.petermeyerverlag.de

schrieben, die in Einzelfällen nützlich waren, doch es gibt immer Alternativen. Benutzen Sie die Angaben maßvoll, handeln Sie frei und eigenverantwortlich.

Wir freuen uns über jeden Hinweis, auf Anregungen, Lob und Kritik. Ihre Erfahrungen sind uns willkommen.

Viel freien Raum vor den Füßen
wünscht Ihnen Norbert Lüdtké
Sommer 2005

Die Autoren

Jan Balster, Klaus B. Bartels, Alexander Barth, Hermine und Walter Behrens, Dirk Bindmann, Hans Jürgen Birringer, Dietmar Boyks, Moni und Helgo Bretschneider, Alexander Busing, Elena Erat, Jürgen Erdmann, Hermann Harbisch, Manfred Hoffmann, Claudia Klein-Hitpass, Dieter Leonhard, Joachim van der Linde, Christel Loock, Norbert Lüdtké, Michael Malburg, Peter Materne, Dr. Meyer, Peter Meyer, Claus Michelfelder, Jörn Möller, Wolfgang Pabst, Sonja Roschy, Uwe Rotter, Claus Ruhe, Dr. Jean-Claude Schmit, Ina Seeger, Ulla Siegmund, Thomas Simoneit, Andres Sommer, Kemal Temizyürek, Dr. Alain Weber, Jens Weber