

ASIEN ⇈ USBEKISTAN

Ornamente & Oasen

Tourencharakter	 2	Reisedauer	12 Tage	Gruppe	4-14 Teilnehmer
Wanderreise		Davon Wandertage	4 Tage		

- Taschkent, zwischen Orientcharme und Sowjetnostalgie
- UNESCO-Weltkulturerbe Samarkand, Buchara und Chiwa
- Gemütliche Bergwanderungen im Tien Shan-Gebirge und den Nuratau-Bergen
- Nationalgericht Plov - Kochen und Genießen mit einer usbekischen Familie
- Die rote Wüste - Steppenwüste in Zentralasien

Alle Kulturhighlights Usbekistans vereint mit schönen, einfachen Wanderungen - all das steckt in dieser 12-tägigen Reise. Wir wandern zum kleinen Chimgan oder baden im Aydarkul-See. Dazwischen bestaunen wir die bunte Hauptstadt Taschkent, das orientalische Buchara, das türkise Chiwa und die alte Seidenstraßen-Stadt Samarkand.

Usbekistan: Einfach Wandern

Unser Weg führt uns ins Tien Shan-Gebirge zum Mramornaya-Fluss, dem „Marmor Fluss“, vorbei an einem Wasserfall und dann zum kleinen Chimgan auf 2.190 m Seehöhe. Oben bestaunen wir die Aussicht auf die Schneegipfel des Chatkal-Passes.

In den Nuratau-Bergen wandern wir auf sanften Pfaden und durch kleine Dörfer und übernachten bei einer Gastfamilie, wo wir beim Zubereiten des Nationalgerichts Plov zusehen und mithelfen können.

Zwischen den Wüsten- und Bergtouren erwarten uns die Städte mit tausenden von Eindrücken - die Hauptstadt Taschkent mit ihren Parks und Alleen, das orientalische Buchara, das steinerne Samarkand (UNESCO-Weltkulturerbe) und die türkisfarbene Oasenstadt Chiwa. Hinter den Stadtmauern dieser Orte eröffnen sich uns prächtige orientalische Ornamente und kühle Innenhöfe, die zum Verweilen einladen.



Termine, Preise & Buchung

VON	BIS	PLÄTZE	EZZ	PREIS
11. Mai 2026	22. Mai 2026	✓	450 €	3.090 €
Die Reise ist gesichert!				
25. Mai 2026	05. Juni 2026	⊕	450 €	3.090 €
Erste Buchung eingegangen!				
24. August 2026	04. September 2026	⊕	450 €	3.090 €
14. September 2026	25. September 2026	⊕	450 €	3.090 €
28. September 2026	09. Oktober 2026	⊕	450 €	3.090 €

- ① Diese Reise ist vorangekündigt.
- ⊕ Diese Reise ist noch buchbar.
- ✓ Die Durchführung der Reise ist gesichert.
- ① Bei dieser Reise sind nur noch wenige Plätze frei.
- ⊗ Diese Reise ist ausgebucht/geschlossen.

EZZ Einzelzimmerzuschlag

Diese Reise ist auch buchbar unter:
weltweitwandern.at/uzg08

Geplantes Programm

Mahlzeiten: F = Frühstück / M = Mittagessen/Lunchpaket / A = Abendessen

1. Tag: Anreise nach Usbekistan

Heute startet unsere Reise nach Zentralasien, mit dem Flugzeug geht es in die usbekische Hauptstadt Taschkent.
(-/-/-)

2. Tag: Stadtbesichtigung Taschkent

Voraussichtlich in den frühen Morgenstunden landen wir in Taschkent und werden bereits am Flughafen vom lokalen Team erwartet. Nach der ersten Begrüßung werden wir zum Hotel gebracht, erhalten ein Frühstück und können uns ein bisschen ausruhen.

Später am Vormittag tauchen wir bei einer Stadtbesichtigung in das Leben von Taschkent ein. Zuerst geht es zum Unabhängigkeitsplatz - ein bedeutender Ort, der an die Loslösung Usbekistans von der Sowjetunion erinnert. Danach spazieren wir am Alisher-Navoi-Theater vorbei zum Amir-Timur-Denkmal, das inmitten einer großzügigen Parkanlage liegt. Ein echtes Highlight folgt unter der Erde: Mit der U-Bahn erkunden wir das berühmte Metro-System von Taschkent, dessen kunstvoll gestaltete Stationen kleine Meisterwerke sind. Anschließend mischen wir uns ins bunte Treiben am Chorsu-Basar und besuchen das Zentrum der islamischen Zivilisation, wo eine der ältesten Korankopien aufbewahrt wird. Am Abend lassen wir den Tag bei einem gemeinsamen Essen ausklingen.

Spaziergang: ca. 5 km

Übernachtung: Art Deluxe Hotel oder ähnlich, in Taschkent

(F/-/A)

3. Tag: Chimgan-Berge & Marmorfluss

Nach dem Frühstück fahren wir zum Ausgangspunkt unserer Wanderung, von wo aus wir entlang des Flusses, vorbei an kleinen Wasserfällen wandern, bis wir in den Wacholderwald eintauchen. Nach einem kurzen Anstieg erreichen wir die sonnige Lichtung „Sunny Glade“. Von hier aus wandern wir weiter entlang des Oberlaufs des Marmorflusses und steigen gemütlich zum Urta-Kumbel-Pass (1.800 m) hinauf, bevor wir wieder hinunter zum Fluss absteigen.

Eine wunderschöne Wiese lädt zu einer Pause ein. Dabei kosten wir - je nach Saison - vielleicht auch sonnengereifte Früchte, für die Usbekistan seit Jahrhunderten berühmt ist: süße Melonen oder getrocknete Aprikosen. Auf dem Rückweg umrunden wir noch einen großen Wasserfall (im Herbst oft mit weniger Wasser), bevor wir zu unserem Fahrzeug zurückkehren und in unsere Unterkunft gebracht werden.

Fahrtzeit: ca. 2 Std. (ca. 90 km)

Wanderung: ca. 3 Std. (ca. 5 km, +/-340 m)

Übernachtung: Avenue Park Hotel oder ähnlich, beim Charvak See

(F/Lunchbox/A)

4. Tag: Der kleine Chimgan (2.190 m)

Nach dem Frühstück fahren wir zu den Ausläufern des kleinen Chimgan und starten unsere Wanderung auf einem schönen Bergpfad. Der Weg führt sanft hinauf zum 2.190 Meter hohen Gipfel. Bei guter Sicht eröffnet sich ein weiter Blick über die umliegenden Täler und Gipfel - einige davon über 3.000, manche sogar über 4.000 Meter hoch. Anschließend steigen wir wieder zum Ausgangspunkt hinab, wo unser Fahrer bereits auf uns wartet. Im nahegelegenen Bergdorf Khodzhikent stärken wir uns bei einem Mittagessen in einem lokalen Café oder Restaurant, bevor wir zurück nach Taschkent fahren. Dort essen wir noch zu Abend, bevor wir in den komfortablen Hochgeschwindigkeitszug „Afrosiab“ einsteigen, der uns nach Samarkand bringt. Die Oasenstadt gilt als wichtiger Ort entlang der Seidenstraße und beeindruckt mit ihrer Architektur und Geschichte. Wir kommen ungefähr gegen 22:00 Uhr in Samarkand an.

Wanderung: ca. 3 Std. (ca. 6,5 km, ca. +/-470 m)**Fahrtzeit: ca. 2 Std. (ca. 100 km)****Zugfahrt: ca. 2,5 Std. (ca. 300 km)****Übernachtung: Jahongir Premium, Rabat Hotel, Ideal Hotel oder ähnlich, in Samarkand****(F/M/A)**

5. Tag: Oasenstadt Samarkand

Der heutige Tag steht ganz im Zeichen der berühmten Bauwerke von Samarkand, die zum UNESCO-Weltkulturerbe zählen. Die Stadt blickt auf eine lange Geschichte von rund 2.500 Jahren zurück und war einst ein bedeutendes Handelszentrum entlang der Seidenstraße.

Der Morgen eignet sich gut für einen individuellen Spaziergang, zum Beispiel zur Goldenen Stunde. Nach dem Frühstück beginnen wir unsere gemeinsame Erkundungstour. Samarkand ist besonders für seine Architektur bekannt, die stark von der Zeit des Herrschers Amir Timur (auch Tamerlan genannt) geprägt ist. Viele Bauwerke sind mit blau schimmernden Kacheln gestaltet und zeigen reich verzierte Kuppeln, Minarette und Mosaiken. Ein zentraler Ort unseres Rundgangs ist der Registan-Platz, der mit seinen Medressen zu den bekanntesten Sehenswürdigkeiten der Stadt gehört. Außerdem besuchen wir das Mausoleum von Amir Timur sowie die Nekropole Shah-i-Zinda. Dazwischen führt uns der Weg auch durch belebte Viertel, in denen sich immer wieder Einblicke in den Alltag der Stadt ergeben.

Der Abend steht für weitere Erkundungen auf eigene Faust zur Verfügung.

Übernachtung: Jahongir Premium, Rabat Hotel, Ideal Hotel oder ähnlich, in Samarkand**(F/-/-)**

6. Tag: Gastfreundschaft und Tradition in den Nuratau-Bergen

Von Samarkand aus fahren wir in das Dorf Sayyod im Herzen des Nuratau-Gebirges. Nach der Ankunft treffen wir den Gemeindeältesten, den Aksakal („Weißbart“), der uns bei einer Tasse grünem Tee von der Geschichte des Dorfes erzählt und Einblicke in Traditionen und den Alltag gibt.

Anschließend fahren wir weiter zur Gastfamilie Makhmurov. Ihr Haus liegt in einem großen Garten mit Obstbäumen und auch einige Nutztiere wie Kühe, Schafe, Pferde und Hühner gehören zum Hof. Am Nachmittag

unternehmen wir von hier aus eine leichte Wanderung über einen sanften Pfad durch ein Tal. Unterwegs begleiten uns immer wieder Ausblicke auf das Nuratau-Gebirge, den Aydarkul-See in der Ferne und die umliegenden Dörfer.

Am Abend wird gemeinsam Plov zubereitet, das Nationalgericht Usbekistans. Das Reisgericht wird mit frischen Zutaten gekocht, viele davon aus eigenem Anbau. Wer möchte, kann bei der Zubereitung mithelfen.

Fahrtzeit: ca. 3,5 Std. (ca. 170 km)

Wanderung: ca. 3 Std. (ca. 6 km +/-330)

Nächtigung: Privates Gästehaus, in einem Nuratau-Bergdorf

(F/M/A)

7. Tag: Die rote Wüste Kysylkum

Nach dem Frühstück besuchen wir den Holzschnitzmeister Ermon Buranov, der sein Handwerk auch den Kindern im Dorf an der örtlichen Schule weitergibt. Anschließend verlassen wir das Nuratau-Gebirge und fahren in Richtung der Wüste Kysylkum. Unterwegs erreichen wir den Aydarkul-See, der 1969 im Zuge von Flutungen während eines Staudammprojekts entstanden ist.

Am See bleibt Zeit für eine Pause - wer möchte, kann baden gehen oder am Ufer spazieren. Nach dem Mittagessen setzen wir unsere Reise fort und fahren weiter zu einem Jurtencamp in der Wüste. Dort beziehen wir unsere traditionelle Jurte für die Nacht.

Am Abend, wenn es dunkel wird, treffen wir uns am Lagerfeuer. Mit etwas Glück begleitet uns ein klarer Sternenhimmel - ein stimmungsvoller Abschluss des Tages, perfekt zum Zurücklehnen und Geschichtenerzählen.

Fahrtzeit: ca. 3 Std. (ca. 190 km)

Übernachtung: Jurtencamp, in der Wüste Kysylkum

(F/M/A)

8. Tag: Keramiktradition & Sommerpalast Sitorai Mohi Hosa

Am Morgen brechen wir in Richtung der Oasenstadt Buchara auf. Unterwegs legen wir einen Halt in Gijduvan ein, das für seine lange Keramiktradition bekannt ist. Hier besuchen wir die Werkstatt des Keramikmeisters Olim Narzullaev, dessen Familie bereits in sechster Generation die Töpferschule von Gijduvan prägt. Wir erhalten Einblicke in die Arbeitsschritte, die traditionellen Techniken und die typischen Muster der Region.

Am Nachmittag besichtigen wir kurz vor Buchara den Sommerpalast Sitorai Mohi Hosa, die Residenz des letzten Emirs von Buchara. Die Anlage aus dem frühen 20. Jahrhundert verbindet orientalische Elemente mit Einflüssen aus der damaligen europäischen Architektur.

Die Ankunft in Buchara ist am frühen Abend geplant. Nach dem Einchecken bleibt Zeit zur freien Verfügung - ideal für einen ersten Spaziergang durch die Basargassen und die kleinen Handwerksläden der Altstadt.

Fahrtzeit: ca. 4 Std. (ca. 240 km)

Übernachtung: Fatima Boutique Hotel, As Salam Boutique Hotel oder ähnlich, in Buchara

(F/-/-)

9. Tag: Buchara - Altstadtgassen und farbenreiche Mosaiken

Heute tauchen wir ein in das lebendige Buchara, eine UNESCO-Welterbestadt voller Geschichte und

orientalischer Stimmung. Unter jahrhundertealten Maulbeerbäumen sitzen Einheimische am Wasserbecken, trinken Tee und plaudern, während wir durch die Gassen schlendern, in denen noch immer Werkstätten und Handwerksläden an die Zeit der Seidenstraße erinnern. Unser Rundgang startet am Lyabi-Hauz-Komplex und führt weiter zur Magoki-Attori-Moschee, einem der ältesten erhaltenen Bauwerke der Stadt. Durch Handelskuppeln und mittelalterliche Markthallen gelangen wir zum Poi-Kalon-Komplex mit Moschee, Medresen und dem imposanten Minarett. Danach besuchen wir die Ark-Festung, mischen uns am Basar unter das geschäftige Treiben und sehen das Chashma-Ayub-Mausoleum sowie das faszinierende Samaniden-Mausoleum. Zum Abschluss werfen wir noch einen Blick in die Werkstatt des Puppenmachers Herrn Zokir.

Spaziergang: ca. 5 km

Übernachtung: Fatima Boutique Hotel, As Salam Boutique Hotel oder ähnlich, in Buchara (F/-/A)

10. Tag: Durch die „rote Wüste“ Kysylkum bis nach Chiwa

Heute führt uns unsere Reise in den Westen Usbekistans. Wir fahren durch die Sandwüste Kysylkum - viel Zeit, um die Eindrücke der letzten Tage nachklingen zu lassen und über Land und Leute ins Gespräch zu kommen. Mittags legen wir an einem Rasthaus in der Wüste eine Pause ein und machen einen Fotostopp am Amu-Darya-Fluss. Am Abend erreichen wir Chiwa, die von mächtigen Lehmmauern umgebene Oasenstadt. Nach dem Einchecken bleibt noch Zeit für eine erste Erkundung der kompakten Altstadt. Das Abendessen wird heute besonders: Gemeinsam kochen wir in einem familiengeführten Restaurant Shavit Oshi, die berühmten grünen Nudeln aus Chiwa - das Rezept nehmen wir natürlich mit nach Hause.

Fahrzeit: ca. 7 Std. (ca. 450 km)

Übernachtung: Polvon Qori Hotel, Shaherezade Boutique Hotel oder ähnlich, in Chiwa (F/-/A)

11. Tag: Wüstenstadt Chiwa

Heute erkunden wir Chiwa, eine Festungsstadt wie aus einem orientalischen Märchen. In der weitgehend autofreien Altstadt leuchten türkisfarbene Kuppeln und blau schimmernde Fliesen vor den sandfarbenen Lehmmauern - ein beeindruckendes Farbenspiel, das Chiwa zu einem echten Gesamtkunstwerk macht. Von oben, vom Dach der Zitadelle, eröffnet sich uns ein weiter Blick über Moscheen, Medresen und Mausoleen, die mit unzähligen Fliesen verziert sind. Wir besichtigen die Juma-Moschee, die Kunya-Ark-Zitadelle, das Pachlavon-Machmud-Mausoleum sowie das Islam-Khodja-Minarett mit der dazugehörigen Medrese. Am Nachmittag bleibt Zeit für eigene Entdeckungen: durch enge Gassen schlendern, in Handwerksläden stöbern oder in einem Teehaus die besondere Stimmung auf sich wirken lassen. Am Abend treffen wir uns wieder zum gemeinsamen Abschiedessen in einem traditionellen Restaurant und lassen die Reise bei den Lichtern des nächtlichen Chiwa's gemeinsam ausklingen.

Übernachtung: Polvon Qori Hotel, Shaherezade Boutique Hotel oder ähnlich, in Chiwa (F/-/A)

12. Tag: Auf Wiedersehen, Usbekistan!

Je nach Rückflug werden wir voraussichtlich am Morgen oder noch in der Nacht zum Flughafen gebracht. Die

Ankunft in Europa ist voraussichtlich noch am selben Tag geplant. Ggf. erfolgt der Rückflug ab einem abweichenden Flughafen (Buchara, Samarkand oder Tashkent) - die Transferleistung ist in diesem Fall inklusive.

(-/-/-)

Enthaltene Leistungen

- Internationaler Linienflug Wien-Taschkent/Urgench-Wien, mit Umstieg, Turkish Airlines oder ähnlich, Economy Class, inkl. mind. 20 kg Freigepäck. Weitere Abflughäfen auf Anfrage und ggf. gegen Gebühr. Ggf. erfolgt der Rückflug ab einem abweichenden Flughafen (Buchara, Samarkand oder Tashkent) - die Transferleistung ist in diesem Fall inklusive.
- örtlicher, deutschsprachiger Guide
- Unterbringung lt. Detailprogramm:
 - Taschkent: 1x Nächtigung, Art Deluxe Hotel oder ähnlich, Basis: Doppelzimmer
 - Chimgan Berge: 1x Nächtigung, Avenue Park Hotel & Resort oder ähnlich, Basis: Doppelzimmer
 - Samarkand: 2x Nächtigung, Jahongir Premium, Rabat Hotel, Ideal Hotel oder ähnlich, Basis: Doppelzimmer
 - Nuratau-Bergdorf: 1x Nächtigung, Privates Gästehaus, Basis: einfache Doppelzimmer und Mehrbettzimmer ohne Einzelzimmernmöglichkeit
 - Wüste Kysylkum: 1x Nächtigung, Jurtencamp, Basis: Jurte mit 4 bis 6 Gästen, mit gemeinschaftlichen Sanitäranlagen
 - Buchara: 2x Nächtigung, Fatima Boutique Hotel, As Salam Boutique Hotel oder ähnlich, Basis: Doppelzimmer
 - Chiwa: 2x Nächtigung, Polvon Qori Hotel, Shaherezade Boutique Hotel oder ähnlich, Basis: Doppelzimmer
- Verpflegung lt. Detailprogramm: 10x Frühstück, 4x Mittagessen oder Lunchbox, 7x Abendessen
- Transfer lt. Detailprogramm
- Zugfahrt, lt. Detailprogramm: von Taschkent nach Samarkand, Economy Class
- Ausflüge und Eintritte, lt. Detailprogramm

Nicht enthaltene Leistungen

- Zusatznächte können nach Buchungseingang voraussichtlich nicht mehr berücksichtigt werden, daher bitten wir spätestens bei der Buchung um Angabe bei Buchungsinteresse: Gerne können Sie zu Beginn oder Ende der Reise Zusatznächte über Weltweitwandern buchen. Diese Zusatznächte finden in der identischen Unterkunft statt, in der Sie auch als Gruppe genächtigt haben. Zusätzlich stellen wir gerne den Transfer dafür. Gerne holen wir für Sie tagesaktuelle Angebote ein und buchen die Zusatzleistungen auf Wunsch für Sie - gerne um Bekanntgabe über die Buchungsmaske oder per Mail an adele.funder@weltweitwandern.com.

- Einzelzimmerzuschlag, lt. Ausweisung unter "Termine" bzw. lt. Buchungsmaske. Bitte beachten Sie, dass in den Jurten keine Einzelunterbringung möglich ist, ebenso in dem privaten Gästehaus im Nuratau-Bergdorf.
- Bei Buchung eines halben Doppelzimmers oder Doppelzimmers: im Doppelzimmer steht entweder ein Doppelbett oder Twin Betten zur Verfügung. Hat sich bis zur Abreise keine gleichgeschlechtliche Person ebenfalls für das halbe Doppelzimmer angemeldet oder hat Ihre Gegenbelegung im Doppelzimmer storniert, erhalten Sie automatisch ein Doppelzimmer zur Alleinbenutzung oder ein Einzelzimmer. In diesem Fall wird der gesamte Einzelzimmerzuschlag in Rechnung gestellt.
- sonstige Ausgaben vor Ort: Getränke, Trinkgeld, Souvenirs, weitere Mahlzeiten, weitere Besichtigungen etc.
- ggf. Visagebühren: EU-Staatsangehörige und Personen aus der Schweiz oder Liechtenstein benötigen aktuell kein Visum für die Reisedauer
- zusätzliche Kosten bei Krankheit, Bergrettung, Änderung der Route durch höhere Gewalt.

Reiseinformationen

Reiseveranstalter Weltweitwandern

Diese Reise wird von Weltweitwandern veranstaltet.

Kontakt

Weltweitwandern GmbH
Gaswerkstraße 99
8020 Graz

T: +43 3165835040
E: info@weltweitwandern.com

Für Buchung und Durchführung dieser Reise gelten die [AGB der Weltweitwandern GmbH](#).

Einreisebestimmungen

Einreisebestimmungen:

- **Reisepass:** Ja, muss mindestens drei Monate nach Ausreise gültig sein. Bitte beachten Sie die Informationen zum Transit und achten Sie darauf, dass Ihr Reisepass eine Gültigkeit von mindestens sechs Monate bei Ausreise aufweist!
- **Visum:** Nein, Staatangehörige der EU oder der Schweiz können für einen touristischen Aufenthalt, von bis zu 30 Tagen, visafrei einreisen.

Heimreise:

Für die Heimreise gelten keine besonderen Bestimmungen. Führen Sie Ihre gültigen Ausweisdokumente griffbereit mit.

Transit:

Bitte beachten Sie, dass Ihr Reisepass mindestens 6 Monate nach Ausreise aus dem Zielgebiet gültig ist. Andernfalls kann es vorkommen, dass Airlines Ihnen den Zutritt zum Flugzeug verweigern, unabhängig von spezifischen Einreisebestimmungen des Zielgebiets.

Links zum Nachlesen:

Mit tagesaktuellen Hinweisen und Details zu Themen wie Einreise und Ausreise, Sicherheit und Kriminalität, Zoll, Gesundheit und Impfungen etc.

Links der österreichischen Behörden:

- Usbekistan: <https://www.bmeia.gv.at/reise-services/reiseinformation/land/usbekistan>
- Allgemeine Transitbestimmungen: <https://www.bmeia.gv.at/reise-services/laender/>

Links der deutschen Behörden:

- Usbekistan:
<https://www.auswaertiges-amt.de/de/service/laender/usbekistan-node/usbekistansicherheit/206790>
- Allgemeine Transitbestimmungen:
<https://www.auswaertiges-amt.de/de/ReiseUndSicherheit/reise-und-sicherheitshinweise>

Links der schweizerischen Behörden:

- Usbekistan:
<https://www.eda.admin.ch/eda/de/home/vertretungen-und-reisehinweise/usbekistan/reisehinweise-fuerusbekistan.html>
- Allgemeine Transitbestimmungen: <https://www.eda.admin.ch/eda/de/home.html#>

Gesundheit

Impfungen

Es gibt keine verbindlichen Impfvorgaben für die Einreise nach Usbekistan, ausgenommen bei Einreise über ein

Gelbfieberinfektionsgebiet.

Je nach Gesundheitslage können sich die Anforderungen an den Impfstatus kurzfristig ändern. Die tagesaktuellen Bestimmungen rund um Covid-19 finden Sie auf der Homepage Ihrer Vertretungsbehörde: [Österreichisches Außenministerium](http://www.aeaw.at), [Auswärtige Amt](http://www.auswaertiges-amt.de) bzw. [Eidgenössisches Departement für auswärtige Angelegenheiten](http://www.eda.admin.ch)

Vom Tropeninstitut werden die Impfungen des Basisschutzprograms für Reisende (Hepatitis A/B, Tetanus, Diphtherie) vorgeschlagen und die folgenden Impfungen nur unter bestimmten Bedingungen empfohlen:

- Typhus (bei mangelhaften hygienischen Verhältnissen)
- Tollwut (für Trekkingreisen und bei Aufenthalt in ländlichen Gebieten)
- Masern (für alle Kinder)

Bitte rechtzeitig mit dem tropenmedizinischen Institut oder Ihrem Arzt abklären, welche Impfungen für Sie notwendig und sinnvoll sind!

Es besteht auch ein erhöhtes Risiko sich mit Borreliose anzustecken.

Magen- Darmprobleme

Die größten gesundheitlichen Probleme für Touristen sind in aller Regel Magen- und Darm-Infektionen, welche durch ungewohntes Essen und unreines Wasser hervorgerufen werden.

Diese Informationen ersetzen auf keinen Fall die individuelle ärztliche Beratung! Wir empfehlen die Mitnahme einer auf Sie persönlich abgestimmten Reiseapotheke! Lassen Sie sich zeitgerecht vor Reiseantritt von Ihrem Hausarzt und/oder einem Reisemediziner beraten! Besuchen Sie vor Abreise auch Ihren Zahnarzt, um Probleme im Ausland zu vermeiden!

Klima/Reisezeit

Das Klima in Usbekistan ist kontinental geprägt. Lange, heiße und trockene Sommer wechseln mit kalten Wintern ab. Im Großteil des Landes gibt es nur sehr wenig Niederschlag, Wüsten und wüstenhafte Landschaften sind vorherrschend. Im trockensten Teil der Kysylkum-Wüste beträgt der Niederschlag weniger als 100 mm pro Jahr. In den Gebirgsregionen werden Niederschlagsmengen bis zu 1.000 mm pro Jahr erreicht.

Die beste Reisezeit ist von Ende März bis Ende Juni und ab Mitte August bis Anfang November. Im April blüht die Wüste für eine kurze Zeit auf und im Herbst ist Erntezeit und die Basare quellen über mit frischen Früchten.

Zum Wandern sind die Sommer ideal (Juli bis August), denn es fällt kaum Regen. Allerdings ist es zu dieser Jahreszeit in den Städten extrem heiß.

Rund ums liebe Geld

Die Landeswährung ist die Usbekische Som. Die Ein- und Ausfuhr der Landeswährung ist nicht erlaubt, gewechselt wird daher in Usbekistan. Unsere Guides zeigen unseren Gästen gerne wo am besten gewechselt werden kann. In Usbekistan wird der Euro für den Umtausch in Som gerne genommen.

Mit Kreditkarte kann in den meisten Hotels und Restaurants, sowie vereinzelt in Geschäften bezahlt werden. Mit Ihrer Bankomatkarte können Sie in den Städten Geld abheben. Denken Sie daran Ihre Bankomatkarte vor der Reise bei Ihrer Bank freischalten zu lassen!

Die Einfuhr von ausländischen Währungen stellt kein Problem dar, wenn diese bei der Einreise deklariert wird. Der Rücktausch von Som in Euro hingegen kann unter Umständen Probleme bereiten. Kalkulieren Sie gegen Ende der Reise lieber genau und bewahren Sie die Umtauschquittungen auf. Es kann sein, dass Sie bei der Ausreise danach gefragt werden.

Generelle Hinweise

Zeitdifferenz

Usbekistan ist unserer Winterzeit +4 Stunden und unserer Sommerzeit +3 Stunden voraus.

Strom

Die Netzspannung in Usbekistan beträgt 220 Volt. In der Regel findet man in den Unterkünften Steckdosen für zweipolige Stecker. Meistens passen österreichische und deutsche Stecker in die Steckdosen. Um auf Nummer sicher zu gehen, empfehlen wir trotzdem die Mitnahme eines Weltreise-Steckers.

Haben Sie eine Reise mit Zelttrekking gebucht, so gibt es während dem Zelten keine Lademöglichkeiten. Bitte bringen Sie genügend Akku/Betterien für Ihre Kamera und Stirnlampe mit. Durch Kälte entladen sich die Akkus ziemlich rasch. Unser Tipp: In der Nacht mit in den Schlafsack nehmen. Auch leisten Powerbanks und Solarpaneale während Trekkingtouren gute Dienste.

Versicherung

Es besteht kein Sozialversicherungsabkommen mit Österreich, Deutschland, der Schweiz und Italien. Der Abschluss einer [Reiseversicherung](#) inklusive Stornoschutz wird empfohlen.

Ein offenes Wort

Gratulation: Sie möchten eine Reise bei Weltweitwandern buchen, das ist schon mal eine wunderbare Entscheidung! ?

Damit Sie wissen was das heißt, hier noch kurz ein paar offene Worte, über unsere Art zu Reisen: Wir bieten Reisen mit berührenden Begegnungen und Einblicke in die Kultur und Landschaft Ihres Reiselandes. Qualität und

Luxus definieren wir durch kleine Reisegruppen, möglichst landestypische Quartiere und persönliche Betreuung der Gruppe durch örtlich verwurzelte Guides. Ein gewisses Flair und die Lage einer Unterkunft sind uns wichtiger als EU-genormter Komfort und viele Sterne.

Wer Weltweitwandern bucht, lässt sich offen und respektvoll auf eine andere Kultur und das Reiseland ein - das erfordert Eigenverantwortung und beinhaltet auch unsere Bitte an Sie, dass Sie unsere Informationen aufmerksam durchlesen. Denn jedes Mal, wenn wir ein anderes Land besuchen, betreten wir das Zuhause von anderen Menschen, Tieren, und Pflanzen. Aus diesem Grund ist es wichtig, Land & Leuten mit Respekt und Achtsamkeit zu begegnen. Beachten Sie dazu auch die Do's and Dont's, die Sie im letzten Teil dieses Textes finden.

Wenn Sie bereit sind, sich auf das „Neue“ im Schutz einer bestens organisierten Reise einzulassen, dann sagen wir: Herzlich willkommen als Teil unserer Weltweitwandern-Familie!

Wir laden Sie ein, die folgenden Informationen gut durchzulesen und auf Ihrer Reise zu beherzigen:

Was ist bei Weltweitwandern Qualität und Luxus?

Luxus resultiert bei uns aus der kleinen Reisegruppe, den möglichst landestypischen Unterkünften, einem liebevoll ausgearbeiteten Programm mit ausgewählten Details und die persönliche Betreuung der Gruppe durch unsere lokal verwurzelten Guides.

Unsere Kriterien bei der Auswahl der Unterkünfte

Ein gewisses Flair und eine gute Lage einer Unterkunft sind uns wichtiger als EU-genormter Komfort und viele Sterne. Wir vermeiden so gut es geht internationale Hotel-Ketten oder All-Inclusive-Hotels, da diese in vieler Hinsicht oft nicht unserer Reisephilosophie entsprechen. Wir setzen, sofern möglich, auf landestypische, familiäre Unterkünfte. Hier können die Zimmer unterschiedlichste Ausstattungsmerkmale aufweisen (z. B. mit oder ohne Balkon/Terrasse, Badewanne oder Dusche). Die Zimmer können unterschiedlich groß sein und auch verschiedene Ausblicke haben. Manchmal teilen sich zwei Zimmer einen gemeinsamen Eingang.

Aus ökologischen Gründen gibt es nicht in allen Unterkünften eine tägliche Reinigung. Sollte dies dennoch gewünscht sein, ein Handtuchwechsel oder eine Müllentleerung erforderlich werden, kann das an der Rezeption gemeldet werden.

Ein Beispiel: In unseren Riad-Hotels in Marrakech sind die Zimmer der Gäste unterschiedlich groß, die Fenster gehen traditionell immer auf den Innenhof und die Stiegen sind schmal und verwinkelt. Dafür wohnt man inmitten der zauberhaften Altstadt in Häusern mit Flair und Geschichte und in Gehweite der schönsten Plätze. Wir bemühen uns immer das bestmögliche für unsere Gäste - unseren Auswahlkriterien entsprechend- zu finden: Manchmal gäbe es vor Ort eventuell noch etwas charmantere Quartiere - diese verlangen aber z.B. Mindestaufenthalte von 1 Woche oder gewähren keine längerfristigen Reservierungen.

Gruppenreise

Sie unternehmen mit Weltweitwandern eine Reise in einer Gruppe. Manche Menschen haben hier Bedenken. „Was ist, wenn ich andere Menschen in der Gruppe unsympathisch finde?“, „Wenn die anderen zu alt / zu jung / zu laut / zu langweilig / zu schnell / zu langsam sind?“

Gleich vorab: Menschen, die bei Weltweitwandern eine Wanderreise buchen sind praktisch immer angenehm, interessiert und offen! Die besten Gruppen sind zudem die, in der es eine gute Mischung aus Jung und Alt und verschiedenen Interessen gibt. Die große gemeinsame Lust am Wandern, an der Natur und an anderen Kulturen ist ohnehin ein starker, gemeinsamer Nenner!

Viele Freundschaften sind schon entstanden und auf unseren Reisen geht's eigentlich immer interessant und oft lustig zu! Für ein gutes Gelingen ist aber unbedingt auch ein gewisses Maß an Geduld und persönlicher Rücksichtnahme von jedem Einzelnen und jeder Einzelnen notwendig.

Entspannte Grundeinstellung

Wer durch ein fremdes Land reisen und eine andere Kultur genießen möchte, benötigt dazu eine entspannte Grundeinstellung. Die Uhren gehen vor Ort zudem häufig viel langsamer als in ihrem Heimatland und manchmal geschehen unerwartete Dinge oder Zwischenfälle. Flexibilität, Geduld und vor allem einen Sinn für Humor sind die Hauptsache. Weltweitwandern bereitet jede Reise gründlich vor, trotzdem gibt es immer wieder unvorhergesehene Überraschungen und auch Pannen, die auch wir nicht im Voraus planen können. Es muss auch vor Ort nicht alles genau so „funktionieren“, wie man sich das im Moment vorstellt. Gerade aus den Bahnen des immer Funktionieren-Müssens darf man auf Reisen einmal herauskommen.

Offenheit und respektvolles Verhalten

Von unseren Reisegästen erwarten wir offenes, respektvolles Auftreten, Wertschätzung des Fremden und den Menschen vor Ort und einen behutsamen Umgang mit der örtlichen Natur. Das Reisen zu fremden Kulturen und in entlegene Gebiete beinhaltet immer auch eine große Eigenverantwortung. Bedenken Sie, dass in vielen unseren Reiseländern kein EU Standard herrscht und stellen Sie sich bitte auf einfache Verhältnisse ein.

Tourencharaktere

Das Spektrum der Reisen bei Weltweitwandern reicht von sehr gemütlichen Spaziergang-Wanderreisen bis zu ganz schön herausfordernden Trekkingtouren, eingeteilt und gut gekennzeichnet mit einer Skala von 1 bis 5. Wenn Sie sich hier Ihrer eigenen Kondition unsicher sind, probieren Sie bitte unbedingt vor Ihrer Reisebuchung zum Beispiel bei Tourencharakter 3 gut aus, was es für Sie heißt, einen mit 6 Stunden angegebenen Wanderweg im Gebirge mit inkludierten Anstiegen von bis 1.000 Meter zu begehen! Planen Sie auch persönliche Leistungsreserven ein für z.B. außergewöhnlich heißes, kaltes oder feuchtes Wetter oder weniger fitte Tage. Unsere Touren beinhalten eine Mischung aus Kultur, Natur und Abenteuer. Zwischendurch kann es auch lange

und anstrengende Reisetage geben.

Vorbereitung

Unsere Welt wandelt sich ständig, was Urlauber:innen spannende Möglichkeiten und unvergleichliche Erfahrungen verheißt. Es ist allerdings notwendig, sich gründlich auf eine Reise vorzubereiten - zum Beispiel mit einem oder mehreren der zahlreichen Reiseführer, die zu dem Thema erhältlich sind.

In unseren Reiseunterlagen stellen wir Ihnen wichtige Informationen soweit es geht zusammen. Unsere Packlisten können aber immer nur generelle Empfehlungen sein. Ihre eigenen persönlichen Notwendigkeiten sind individuell verschieden. Machen Sie sich daher bitte immer auch selbst Gedanken, was für Sie in der Wander-Reisezeit wichtig sein könnte. Wie gehen Sie mit Regen, Schnee, Sonne, Wind, Sand um? Was ist für Sie während einer Wanderung, während einer Reise wichtig?

Wenn Sie etwas stört

Wenn Sie etwas stört, sagen Sie es bitte sofort! Wenn Sie zum Beispiel das Gefühl haben, Sie hätten schon wieder etwas weniger oder etwas nicht so Gutes bekommen, sagen Sie es bitte gleich Ihrem Guide! Ihr Guide, unsere Partner vor Ort, können Ihnen nur dann helfen und etwas verbessern, wenn Sie auftretende Probleme direkt ansprechen. Nach Ihrer Rückkehr sind Problemlösungen - die vor Ort mit geringem Aufwand beseitigt hätte werden können - dann meist nicht mehr möglich.

Offenheit ist uns wichtig, direkte Rückmeldungen helfen uns und unserem Team vor Ort besser zu werden.

Hören Sie bitte auf den Guide

In den Tagen und Wochen Ihrer Reise ist Ihr Guide verantwortlich für Sie. Ihr Guide ist Ihr Lotse während der Reise und in einer eventuell fremden Kultur. Wenn er/sie es für nötig hält, ist er/sie der Chef/die Chefin. Wenn er sagt, dass Sie etwas auf keinen Fall tun sollten - oder dass Sie rasten sollten, dann hören Sie bitte auf ihn!

Seien Sie ihm/ihr gegenüber auch rücksichtsvoll.

Ihr Guide ist auch nur ein Mensch. Gönnen Sie ihm/ihr bitte auch Ruhepausen. Guide zu sein ist ein unglaublich vielseitiger, aber auchfordernder Beruf.

„Andere Länder, andere Sitten“ heißt es sprichwörtlich und das nehmen wir uns zu Herzen. Wir wollen auf unseren Reisen sensibel mit den lokalen Gegebenheiten umgehen. Unsere Guides sind diesbezüglich Ihre wichtigsten Ansprechpartner:innen. Sie kennen sich mit lokalen Bräuchen & Sitten sehr gut aus und stehen Ihnen für Fragen gerne zur Verfügung.

Hier noch ein paar Dos & Don'ts für Ihre Reise:**Fotografieren**

Fotos sind wichtig, um die wunderbaren Erinnerungen einer Reise festzuhalten. Es gilt aber einige Regeln zu beachten:

- Fragen Sie immer um Erlaubnis, bevor Sie Fotos von Menschen machen! Bevor Sie ein Kind fotografieren, holen Sie im besten Fall die Einwilligung der Eltern ein.
- Achtung: In vielen Ländern ist es verboten religiöse Stätten, militärische Einrichtungen oder Flughäfen zu fotografieren.
- Benutzen Sie keinen Blitz beim Fotografieren von Malereien in Tempeln, Höhlen, etc.

Bekleidung

- Kleiden Sie sich entsprechend den örtlichen Gepflogenheiten!
- Zusätzliche Tipps:
- Überall auf der Welt ist es wichtig, sich beim Besuch religiöser Orte moderat zu kleiden. Röcke oder Hosen sollten über die Knie reichen. Schuhe und Hüte müssen vor dem Eintritt manchmal ausgezogen werden.
 - Vielerorts wird es nicht akzeptiert, sich oben ohne zu sonnen oder in Badekleidung durch die Stadt zu flanieren.

Zum Schutz der Kinder

Unsere Jüngsten verdienen den größten Schutz. Selbstverständlich achten auch wir auf unseren Reisen darauf.

- Keine Geschenke oder Geld für bettelnde Kinder. Das fördert das Betteln nur noch mehr und verhindert den Schulbesuch. Wenn Sie armen Menschen in einem Land helfen möchten, dann spenden Sie an seriöse Organisationen wie den von uns unterstützten gemeinnützigen Verein „Weltweitwandern Wirk!“, der in einigen unserer Reiseländer Bildungs- und Sozialprojekte unterstützt. Diese wissen auch genau, was die Kinder am nötigsten brauchen.
- Kinderrechtsverletzungen finden leider in allen Ländern der Welt statt. Helfen Sie, Kinder in Urlaubsländern vor sexueller Ausbeutung zu schützen. Jeder Reisende kann helfen, Kinder vor sexueller Ausbeutung auf Reisen und im Tourismus zu schützen. Wer etwas Auffälliges beobachtet – Verdachtsfälle oder Straftaten –, sollte nicht zögern, dies zu melden: www.nicht-wegsehen.net.

Lokalem dem Vorrang geben

- Probieren Sie lokale Köstlichkeiten, kaufen Sie am lokalen Markt und Geschäften ein.
- Wählen Sie lokale Souvenirs als Mitbringsel für zu Hause. Mit lokalen Gewürzen können Sie z.B. den Geschmack des Urlaubs mit nach Hause nehmen.
- ACHTUNG: In einigen Touristenorten werden lebende Tiere und Pflanzen oder exotische Souvenirs zum

Verkauf angeboten. Diese sind meist illegal und dürfen nicht gekauft bzw. aus dem Land gebracht werden. Aber auch selbst gesammelte Souvenirs wie Korallen, Muscheln, Vogelfedern etc. sollten nicht mitgenommen werden. Weitere Informationen zu illegalen Souvenirs finden Sie unter:

https://www.bmf.gv.at/dam/bmfqvat/services/publikationen/Artenschutz-Folder_12020.pdf

Auf die Umwelt schauen

Es ist ein großes Geschenk, dass wir mit unseren Wanderreisen die Schönheit der Natur weltweit genießen dürfen. Wir möchten uns so verhalten, dass dies auch so bleibt und behutsam mit der Umwelt umgehen. Unsere Guides sind Expert:innen für die örtliche Flora & Fauna. Wir bitten Sie, sich an ihre Anweisungen zu halten.

- Wir bleiben auf unseren Wanderungen immer auf den ausgewiesenen Wegen, wenn vorhanden.
- Pflücken Sie keine Pflanzen, sie könnten unter Naturschutz stehen.
- Bitte respektieren Sie die natürlichen Verhaltensmuster der Tiere und stören, berühren oder füttern Sie sie nicht.
- Verwenden Sie auf Reisen so wenig Einwegplastik wie möglich und nehmen Sie Müll, den Sie verursacht haben wieder mit, um ihn (in der Unterkunft, im nächsten Mülleimer, ...) ordnungsgemäß zu entsorgen.
- Wiederverwendbare Wasserflaschen (in ausreichender Größe), Jausendosen und Stofftaschen für Einkäufe gehören zur Grundausstattung.
- Energie- und Wasser sparen gehört zum Programm: Nutzen Sie Klimaanlagen nur bei Bedarf, schalten Sie Licht & Wasser bei Nichtbenutzung aus, verwenden Sie Ihre Handtücher wieder.

Gemeinsam machen wir Ihre Reise zu einem besonderen Erlebnis!



Ihr Kontakt

Adele Funder

+43 316 58 35 04 - 25

adele.funder@weltweitwandern.com