



- Bootsfahrten auf dem Mekong, Tonle Sap und im Delta
- Angkor Wat und Wat Phou – Tempel der alten Wasserreiche
- Zu Gast bei den Katu – authentische Einblicke in eine alte Kultur

Mekong – die Mutter des Wassers in Südostasien

19-Tage-Studienreise



Der Mekong ist weit mehr als ein Fluss – er ist die Lebensader Südostasiens. Seit Jahrtausenden verbindet er Menschen, Landschaften und Handelswege. Auf dieser Reise folgen wir seinem Lauf von Laos bis ins Delta Vietnams und erleben, wie Wasser Königreiche entstehen ließ, Wohlstand schuf und bis heute das Leben von Millionen Menschen prägt. Ihr Somsy Insixiengmay

1. Tag: Der Mekong ruft

Gegen Mittag startet Ihr Flug nach Thailand. Schon bald begeben wir uns auf die Spur eines Flusses, der seit Jahrtausenden Menschen, Landschaften und Kulturen miteinander verbindet. Unter dem Leitgedanken „Wasser ist Leben“ beginnt eine Reise entlang einer der bedeutendsten Wasserstraßen Asiens. Der Mekong wird unser roter Faden sein – ein Fluss, der nicht nur Landschaften durchquert, sondern Lebensräume schafft und die Geschichte ganzer Regionen geprägt hat.

2. Tag: Chiang Rai: die Krone des Nordens

Sie erreichen Bangkok bei Anbruch der Morgendämmerung und fliegen weiter nach Chiang Rai. Im Goldenen Dreieck treffen Thailand, Laos und Myanmar aufeinander – verbunden durch den Mekong, der hier nicht trennt, sondern seit Jahrhunderten Menschen und Waren zusammenführt. Hier erleben wir erstmals, welche Bedeutung Wasser als verbindendes Element besitzt: Der Fluss war Verkehrsweg, Handelsroute und Begegnungsraum zugleich. Über ihn gelangten Güter, Menschen und

kulturelle Einflüsse von einer Region in die nächste. Bei unserer Erkundung erfahren wir, warum der Mekong zur Lebensader Südostasiens wurde und bis heute weit über seine Ufer hinaus von Bedeutung ist. Beim gemeinsamen Abendessen stimmen wir uns auf unsere Reise entlang dieses einzigartigen Stroms ein. (A)

3. Tag: Von Chiang Rai nach Pakbeng

Von Chiang Rai aus führt uns der Weg nach Chiang Khong, wo wir den Mekong überqueren und laotischen Boden betreten. In Huay Xai gehen wir an Bord unseres privaten Flussschiffes und beginnen unsere Reise auf dem mächtigen Strom. Während wir gemächlich flussabwärts gleiten, erleben wir den Mekong als lebendigen Lebensraum: Fischer werfen ihre Netze aus und Boote transportieren Waren zwischen den Dörfern. Jeder Abschnitt des Flusses macht deutlich, welche zentrale Rolle das Wasser seit Generationen im Leben der Menschen spielt. Am Abend erreichen wir Pakbeng, dessen Geschichte untrennbar mit dem Fluss verbunden ist. 100 km (F, M, A)

4. Tag: Von Pakbeng nach Luang Prabang

Unsere Flussfahrt führt uns weiter durch eine beeindruckende Landschaft aus bewaldeten Bergen, Kalksteinfelsen und kleinen Siedlungen. Hier wird sichtbar, was Wasser für eine Region bedeutet: Es versorgt Menschen, bewässert Felder, ermöglicht Fischerei und schafft Verbindungen zwischen abgelegenen Gemeinden. Der Mekong ist Ernährer und Verkehrsweg zugleich. Mit jeder Flussbiegung wird deutlicher, warum dieser Strom seit Jahrhunderten die Lebensgrundlage von Laos bildet. Unterwegs besuchen wir die berühmten Pak-Ou-Höhlen, die nur vom Wasser aus erreichbar sind. Die in den Kalksteinfelsen gelegenen Heiligtümer mit ihren unzähligen Buddhafiguren zeugen von der tiefen spirituellen Bedeutung des Flusses für die Menschen in Laos. Am Nachmittag erreichen wir Luang Prabang, die ehemalige Königsstadt, deren Entwicklung eng mit der Lage am Zusammenfluss von Mekong und Nam Khan verbunden ist. Genießen Sie am freien Abend die besondere Atmosphäre dieser historischen Stadt. (F, M)

5. Tag: Juwel am Mekong

Die alte Königsstadt Luang Prabang verkörpert die besondere Verbindung zwischen Wasser, Kultur und Spiritualität. Bei unserem Rundgang durch den ehemaligen Königspalast und bedeutende Tempelanlagen wie Wat Mai und Wat Xien Thong erfahren wir, wie der Mekong über Jahrhunderte Wohlstand und kulturellen Austausch ermöglichte. Der Fluss brachte Menschen zusammen und machte die Stadt zu einem Zentrum des Glaubens und der Begegnung. Am Nachmittag erleben wir mit den Kuang-Si-Wasserfällen eine weitere Dimension des Wassers: seine Schönheit, seine Kraft und seine Fähigkeit, Landschaften zu gestalten. Abends lockt der Nachtmarkt mit lokalem Handwerk und Souvenirs. 60 km (F, A)

6. Tag: Von Luang Prabang nach Vientiane

Die Zugfahrt von Luang Prabang nach Vientiane führt uns durch die abwechslungsreichen Landschaften Nordlaos bis in die Hauptstadt des Landes. Der Mekong spielte eine zentrale Rolle in ihrer Entstehung und hat ihre Gestaltung bis in die Gegenwart maßgeblich beeinflusst. Bei unserer Besichtigung entdecken wir die goldene That-Luang-Stupa, das bedeutendste Nationalheiligtum des Landes, den ältesten erhaltenen Tempel Wat Sisaket mit seinen tausenden Buddhafiguren sowie den verehrten Wat Si Muang, der als spirituelles Herz der Stadt gilt. Dabei erleben wir den Mekong auch als stillen Begleiter des modernen Stadtlebens. Er erinnert daran, dass große Städte nicht zufällig entstehen: Wasser ist häufig der Ausgangspunkt menschlicher Entwicklung. (F, A)

7. Tag: Von Vientiane nach Don Daeng

Ein kurzer Flug bringt uns in den Süden des Landes nach Pakse. Von dort führt unsere Reise auf das fruchtbare Bolaven-Plateau, wo dichte grüne Wälder und tosende Wasserfälle, die in tiefe Schluchten stürzen, die Naturkulisse prägen. Zwischen den weitläufigen Kaffeeplantagen hat der Wasserreichtum der Region eine außergewöhnlich fruchtbare Landschaft erschaffen. Die nährstoffreichen Böden lassen zahlreiche Nutzpflanzen gedeihen und sichern den ansässigen Gemeinden seit Generationen ihre Lebensgrundlage. In einem Dorf der Katu begegnen wir einer ethnischen Minderheit, deren Traditionen eng mit der Natur verbunden sind. Hier erfahren

wir, wie Menschen seit Generationen mit den natürlichen Kreisläufen ihrer Umgebung leben. Am Abend kehren wir zum Mekong zurück und setzen nach Don Daeng über. Während einer Fahrt zum Sonnenuntergang erleben wir den Fluss noch einmal in seiner ganzen Größe – als ruhige Kraft, die Landschaften formt und Menschen verbindet. 150 km (F, A)

8. Tag: Alte Kulturen am Ufer des Mekongs

Nach dem Frühstück besuchen wir Wat Phou, eine der bedeutendsten historischen Stätten Südostasiens. Sie schmiegt sich an den heiligen Berg Phou Kao, an dessen Fuß eine natürliche Quelle entspringt. Ihr Wasser galt den alten Khmer als heilig und wurde über steinerne Kanäle in die Tempelanlage geleitet, wo es für rituelle Waschungen verwendet wurde. So verschmelzen Berg, Quelle und Tempel zu einer spirituellen Einheit, die die besondere Bedeutung des Wassers als Symbol für Reinheit, Leben und die Verbindung zwischen Mensch und göttlicher Welt eindrucksvoll veranschaulicht. Am Nachmittag erkunden wir die Insel Don Daeng mit dem Fahrrad. Zwischen Dörfern, Reisfeldern und den Ufern des Mekong erleben wir das ländliche Laos und eine Landschaft, deren Rhythmus bis heute vom Wasser bestimmt wird. (F, A) ca. 12 Rad-km

9. Tag: Von Don Daeng nach Muang Khong

Heute zeigt sich uns eine der eindrucksvollsten Landschaften des Mekong: die Region der 4.000 Inseln. Unzählige Wasserarme, Inseln und Feuchtgebiete bilden eine einzigartige Szenerie, die nur durch das ständige Zusammenspiel der Elemente entstehen konnte. Mit dem Langboot erreichen wir Don Det und entdecken mit lokalen Tuk-Tuks die Spuren vergangener Handelswege. An den Wasserfällen von Li Phi und Khon Phapheng erleben wir schließlich die immense Kraft der Wasserströme. Hier wird sichtbar, dass Wasser nicht nur Leben schenkt, sondern auch Landschaften formt und Grenzen setzt. 220 km (F, A)

10. Tag: Von Muang Khong nach Stung Treng

Hinter uns liegt die kraftvolle Seite des Mekong, vor uns öffnet sich ein neuer Abschnitt seiner Geschichte. Im Anschluss an den Grenzübergang nach Kambodscha gelangen wir nach Stung Treng. Hier vereinen sich der Mekong und der Sekong

zu einem beeindruckenden Flusssystem, das Regionen und Kulturen miteinander verbindet. Diese Vereinigung kennt keine politischen Grenzen. Hier begegnen wir dem Mekong als verbindendem Element – als Fluss, der nicht trennt, sondern Brücken zwischen Gemeinschaften schafft. 155 km (F, A)

11. Tag: Von Stung Treng nach Phnom Kulen

Nach dem Frühstück verlassen wir den Mekong und reisen durch die historischen Landschaften Nordkambodschas. In Koh Ker, der ehemaligen Hauptstadt des Khmer-Reiches, wird deutlich, welche Rolle Wasser beim Aufbau großer Kulturen spielte. Der Aufstieg dieser Zivilisation war nur möglich durch ausgeklügelte Systeme zur Speicherung und Verteilung von Wasser. Reservoirs, Kanäle und Bewässerungsanlagen machten Landwirtschaft in diesen Dimensionen möglich und schufen die Grundlage für politische Macht und kulturelle Blüte. Wasser war hier nicht nur Naturgegebenheit – es wurde durch menschliche Erfindungskraft zu einer Quelle von Wohlstand und Entwicklung. 320 km (F, A)

12. Tag: Von Phnom Kulen nach Siem Reap

Am Morgen entdecken wir die Landschaft rund um Phnom Kulen und erleben anschließend in der ländlichen Gemeinde Kok Sangke den Alltag der Menschen. Dabei wird deutlich: Wasser prägt nicht nur große historische Reiche, sondern auch das tägliche Leben lokaler Siedlungsgemeinschaften. Landwirtschaft und soziale Strukturen folgen den natürlichen Wasserkreisläufen. Am Nachmittag erreichen wir Kampong Khleang am Tonle-Sap-See. Hier zeigt sich besonders eindrucksvoll, wie Menschen mit wechselnden Wasserständen leben. Stelzenhäuser, Fischerei und Handel haben sich an den Rhythmus des Sees angepasst. Der Tonle-Sap ist ein Beispiel dafür, wie die Bevölkerung vor Ort nicht gegen das Wasser arbeitet, sondern im Einklang mit ihm lebt. 230 km (F, M)

13. Tag: Das Wasserreich von Angkor

Die Tempel von Angkor gehören zu den beeindruckendsten Zeugnissen menschlicher Kulturgeschichte. Bei unserer Besichtigung entdecken wir den monumentalen Angkor Wat, den geheimnisvollen, von mächtigen Baumwurzeln umschlungenen Ta-Prohm-Tempel sowie den Bayon-Tempel mit seinen berühmten

steinernen Gesichtern. Nachdem wir in Wat Phou Wasser als heilige Naturquelle kennengelernt haben, begegnet uns hier eine andere Dimension seiner Bedeutung. Die alten Khmer schufen ein gewaltiges System aus Wasserreservoirs, Kanälen und Bewässerungsanlagen, das den Reisanbau ermöglichte und eine der größten Städte ihrer Zeit versorgte. Angkor erzählt damit eine zeitlose Geschichte: Wo Menschen Wasser verstehen und verantwortungsvoll nutzen, können außergewöhnliche Kulturen entstehen. 70 km (F)

14. Tag: Von Siem Reap nach Phnom Penh

Unsere Weiterreise nach Phnom Penh führt uns durch das fruchtbare Tiefland Kambodschas, das seit jeher vom Wasser geprägt wird. Flüsse, Kanäle und Reisfelder zeigen, wie eng das Leben der Menschen mit dieser lebenswichtigen Ressource verbunden ist. Unterwegs besichtigen wir die historische Brücke von Kampong Kdei aus der Khmer-Zeit, die seit Jahrhunderten einen kleinen Fluss überspannt und von der Bedeutung der Wasserwege für Handel und Landwirtschaft erzählt. Am Nachmittag erreichen wir Phnom Penh, die Hauptstadt am Zusammenfluss von Mekong, Tonle Sap und Bassac. Beim Bummel über den Zentralmarkt entdecken wir Kunsthandwerk und regionale Spezialitäten. Wer mag, lässt den Tag anschließend bei einem Spaziergang über den Nachtmarkt oder mit einem kühlen kambodschanischen Bier an der Uferpromenade entspannt ausklingen. 315 km (F)

15. Tag: Von Phnom Penh nach Chau Doc

Die kambodschanische Hauptstadt entstand dort, wo sich große Wasserwege kreuzen. Diese einzigartige Lage machte Phnom Penh über Jahrhunderte zu einem wichtigen Umschlagplatz für Waren aus ganz Südostasien. Bei unserer Stadtbesichtigung besuchen wir den Königspalast mit der Silberpagode sowie das Nationalmuseum mit seinen bedeutenden Zeugnissen der Khmer-Kultur. Ein weiterer Programmpunkt ist das Tuol-Sleng-Museum, das eindrucksvoll an die Schreckensherrschaft der Roten Khmer erinnert und einen wichtigen Einblick in die jüngere Vergangenheit Kambodschas vermittelt. Am Nachmittag reisen wir weiter nach Vietnam und erreichen Chau Doc im Mekong-Delta. Hier beginnt der letzte Abschnitt unserer Reise entlang

eines Flusses, der Millionen Menschen ernährt und eine der fruchtbarsten Regionen Asiens geschaffen hat. 150 km (F, A)

16. Tag: Von Chau Doc nach Can Tho

Im Tra-Su-Naturreservat erleben wir die besondere Welt der Feuchtgebiete. Diese Landschaften zeigen, wie wertvoll Wasser für die biologische Vielfalt ist. Anschließend führt unser Weg durch Kanäle, Reisfelder, Fischzuchten und Obstgärten. Der Mekong verwandelt das Delta in eine grüne Lebenslandschaft. Er bringt nährstoffreiche Sedimente, ermöglicht Landwirtschaft und schafft die Grundlage für den Lebensunterhalt von Millionen Menschen. Hier wird Wasser unmittelbar als Quelle von Ernährung und Wohlstand erlebbar. 180 km (F, A)

17. Tag: Von Can Tho nach Ho-Chi-Minh-Stadt

Mit kleinen Booten erkunden wir das weit verzweigte Netz aus Flüssen und schmalen Kanälen. Im Mekong-Delta bestimmt das Wasser nahezu jeden Bereich des Lebens: Märkte entstehen auf Flüssen, Transportwege verlaufen über Kanäle, Obstgärten und Reisfelder gedeihen dank der Kraft des Stroms. Diese Landschaft zeigt, wie Menschen über Generationen gelernt haben, mit Wasser zu leben und seine Möglichkeiten zu nutzen. Bei einem gemeinsamen Mittagessen im traditionellen Haus von Ut Trinh begegnen wir ihrer Familie und erfahren aus erster Hand, wie sie mit saisonalen Überschwemmungen, eindringendem Salzwasser und den Folgen des Klimawandels umgehen. Anschließend fahren wir nach Ho-Chi-Minh-Stadt. 200 km (F, M)

18. Tag: Heimreise oder Anschlussurlaub

Gemeinsam besichtigen wir Ho-Chi-Minh-Stadt. Unser Weg führt uns vorbei an der Hauptpost, dem Rathaus, der Oper und der Kathedrale Notre Dame. Ein Besuch des Ben-Thanh-Marktes macht uns mit dem emsigen Treiben des modernen Vietnams vertraut. Zum Abschluss unserer Reise kehren wir zum Mittagessen im One-River-Restaurant ein. Inspiriert vom Mekong und den Kulturen entlang seines Laufs verbindet die Küche Aromen und Zutaten aus ganz Indochina und lässt uns unsere außergewöhnliche Begegnung mit dem Fluss auch kulinarisch nochmal Revue passieren. Von den Bergen Nordthailands über Laos und Kambodscha bis zum Delta

Vietnams haben wir das Wasser erlebt als Lebensquelle, Handelsweg, spirituelle Kraft und Grundlage großer Kulturen. Der Mekong erzählt eine Geschichte, die weit über Südostasien hinausweist: eine Geschichte darüber, dass Wasser nicht nur Landschaften formt – sondern das Leben. Am Abend fahren Sie zum Flughafen und fliegen zurück in die Heimat. (F, M)

19. Tag: Willkommen zu Hause

Am Morgen erreichen Sie Ihren Ausgangsflughafen. Im Gepäck tragen Sie unvergessliche Eindrücke einer Reise entlang einer der großen Lebensadern unserer Erde, einer Reise, die eindrucksvoll gezeigt hat: Wasser ist Leben.

Flugplan-, Hotel- und Programmänderungen bleiben ausdrücklich vorbehalten.

(F=Frühstück, M=Mittagessen, A=Abendessen)

Mekong – die Mutter des Wassers in Südostasien

19-Tage-Studienreise ab € 4.995 / ab € 3.965*

Termine und Preise 2027 in €

ST 248T003

Termine/Saison	TG	E	Teilnehmer
12.09.-30.09.27 K	4.995	3.965	min 4
17.10.-04.11.27 K	5.195	4.115	min 4
07.11.-25.11.27 K	5.295	4.115	min 4

Pro Person im Doppelzimmer inklusive Flug ab/bis Frankfurt ggf. zzgl. Flugaufpreis

Die Angabe "Teilnehmer" (in der Tabelle ganz rechts) gibt an, wie viele Gäste mindestens gebraucht werden, damit die Reise garantiert durchgeführt wird. Sollte diese Zahl nicht erreicht werden, kann die Reise nicht stattfinden.

K Bei diesen Reisetagen handelt es sich um Kleingruppenreisen.

* Preis ohne Flug und Transfers. Alle Preise mit/ohne Flug siehe Termin- und Preistabelle

Aufpreis Doppelzimmer zur Alleinbenutzung in €

	DA
12.09.2027	995
17.10.-07.11.27	1.055

Im Reisepreis inbegriffen

- Zug zum Flug 1. Klasse*
- Flüge mit renommierter Fluggesellschaft in der Economy-Class ab/bis Frankfurt bis Chiang Rai/ab Ho-Chi-Minh-Stadt (ggf. zzgl. Flugaufpreis)*
- Innerasiatischer Flug in der Economy-Class
- Luftverkehrssteuer, Flughafen- und Flugsicherheitsgebühren sowie Ausreisesteuern*
- Rundreise/Ausflüge im landestypischen Klein- bzw. Reisebus mit Klimaanlage
- Transfers am An- und Abreisetag*
- Bahnfahrt laut Programm
- Bootsfahrten laut Programm
- 16 Hotelübernachtungen inkl. lokale Steuern (Bad oder Dusche/WC)
- Early Check-in am Anreisetag
- Tageszimmer am Abreisetag
- 16x Frühstück, 5x Mittagessen, 11x Abendessen

* bei Eigenanreise nicht inklusive

Bei Gebeco selbstverständlich

- Deutsch sprechende qualifizierte Gebeco Studienreiseleitung
- Authentische Einblicke in das Leben am Wasser
- Mit dem Fahrrad über die Insel Don Daeng
- Luang Prabang – Königsstadt zwischen Mekong und Nam Khan
- Die 4.000 Inseln und Khon-Phapheng-Wasserfälle
- Einsatz von Audiogeräten
- 1 Liter Mineralwasser pro Tag während der Ausflüge
- Alle Eintrittsgelder
- Reiseliteratur zur Auswahl

Ihre Hotels

Ort	Nächte/Hotel	Landeskat.
Chiang Rai	1 The Legend Chiang Rai	★★★★
Pakbeng	1 The Luang Say Lodge	Lodge
Luang Prabang	2 Le Sen Boutique	★★★★
Vientiane	1 Lao Plaza	★★★★
Don Daeng	2 La Folie Lodge	Lodge
Muang Khong	1 Pon Arena	★★★
Stung Treng	1 Stung Treng Resort	★★★
Phnom Kulen	1 Thisak Resort	Lodge
Siem Reap	2 The Aviary	★★★★
Phnom Penh	1 Sun and Moon Riverside	★★★★
Chau Doc	1 Victoria	★★★★
Can Tho	1 Charmant Suites	★★★★
Ho-Chi-Minh-Stadt	1 The Odys Boutique	★★★★

Mehr Urlaub danach

Von uns für Sie ausgewählte Hotels und Reisebausteine finden Sie unter www.gebeco.de/248T003

Weitere Informationen

Bei Einreise nach Kambodscha und Laos ist ein Visum zu erwerben (Laos: zzt. 40 USD; Kambodscha: zzt. 35 USD). Für die Einreise nach Thailand und Vietnam benötigen deutsche Staatsangehörige kein Visum.