

Chinesische Lebenskultur entdecken 9 Tage

Ab Preis: auf Anfrage,- €

Reisetyp: Individualreise

Reisebeschreibung

Chinesische Lebenskultur entdecken

Diese 9 tägige China-Reise gibt einen kleinen Einblick in die Lebenskultur der Chinesen.

Gestalten Sie bei unserem Einführungskurs "Bonsai" eine Miniatur-Landschaft im Topf und lassen Sie sich von einem chinesischen Arzt die Pulsdiagnose zeigen. Beim Besuch des Apothekenmuseums sehen Sie, wie die verschiedensten Heilkräuter und Wurzeln sortiert, verpackt, ausgegeben und verkauft werden. Im Tee-Museum erhalten Sie einen Einblick in die chinesische Teekultur und erfahren beim Besuch einer Teeplantage wie der berühmte Drachen-Brunnen-Tee heute angebaut wird.

Reiseverlauf:

1. Tag: **Shanghai**

Ankunft in Shanghai, Transfer zum Hotel. Danach besuchen Sie die Stadtplanungsausstellung, die sich gegenüber dem Museum am Renming Guangchang (Volksplatz) befindet. Sie ist untergebracht in einem sehenswerten Gebäude, dessen Dachkonstruktion an vier Magnolien erinnern soll. Es wird auf fünf Etagen ein Überblick über die Stadtentwicklung von der Vergangenheit bis in die Zukunft des Jahres 2020 gegeben. Übernachtung: Astor House Hotel***+ (Deluxezimmer, am Bund, im kolonialen Baustil), M

2. Tag: **Shanghai**

Morgens gehen Sie zu Fuß zum Bund, der berühmten Uferstraße am Huangpu Fluss mit ihrer europäischen kolonialen Architektur. Dort lernen Sie den Taijiquan-Kurs. Es handelt sich um sanfte Bewegungen, deren Abläufe aus der Arbeitswelt, Bewegungen von Tieren und Kampfkunsthandlungen entnommen wurden. Dabei werden tiefe Bauchatmung, Bewegung und Entspannung kombiniert. Durch die langsamen, weichen und fließenden Bewegungen und die Konzentration auf den Körper werden Körper und Geist harmonisiert.

Taijiquan führt zu einer bewussten Auseinandersetzung mit dem Körper und hilft dabei der eigenen 'Haltung' im Umgang mit dem Alltag bewusst zu werden. Es wird vor allem aber zum Zwecke der Prävention in Bezug auf Herzkreislauf-Erkrankungen, Rückenerkrankungen, Gelenkprobleme und muskulären Dysbalancen eingesetzt sowie zur Stärkung der natürlichen Selbstheilungskräfte und der Immunabwehr. Danach gehen Sie zurück zum Hotel zum Frühstück. Anschließend erleben Sie das religiöse Treiben im Jadebuddha-Tempel, in dem sich eine 2 m große, aus einem einzigen Stück burmesischer Jade gefertigte Buddha-Figur befindet. Nach dem Besuch fahren Sie nach Pudong. Dort besuchen Sie das „Shanghaier Weltfinanzzentrum“. Im Stadtteil Pudong befindet sich das zur Zeit zweithöchste fertiggestellte Gebäude der Welt und damit das höchste Haus auf dem chinesischen Festland – das „Shanghaier Weltfinanzzentrum“. Die Höhe des Daches des „Shanghaier Weltfinanzzentrums“ ist mit 492 m, um 44 m höher als die Dachhöhe des Turmes „Taipei 101“. Aber es gibt einen Superlativ – die in 474 m Höhe befindliche gläserne Aussichtsgalerie bietet den welthöchsten Aussichtspunkt in einem Gebäude. F/M Übernachtung Astor House Hotel***+

3. Tag: **Shanghai/Suzhou**

Morgens fahren Sie zum Fuxing Park und Sie lernen dort den Taijiquan-Kurs. Danach fahren Sie zurück zum Hotel zum Frühstück. Frisch gestärkt schlendern Sie durch das Xintiandi Viertel, das geprägt ist durch die lokale Architektur der „Shikumen“ einen für Shanghai charakteristischen Wohnhaustyp. Die neue Attraktion entstand, als man die muffige viel zu dichte und zum Teil marode Bebauung des Viertels auflockerte und die alten Wohnhäuser in multifunktionale Speiselokale, Verkaufsräume, Boutiquen, Bars und Cafes mit internationalem Standard umwandelte. Mittags probieren Sie ein typisches Essen der Shanghaier Küche. Am Nachmittag besuchen Sie den Yu-Garten in der Altstadt Shanghais. Danach erfolgt der Transfer zum Bahnhof und Sie fahren mit der Bahn nach Suzhou. Nach der Ankunft in Suzhou erfolgt der Transfer zum Hotel. F/M Pingjiang Hotel***(im chinesischen Baustil)

4. Tag: **Suzhou**

Am Vormittag besuchen Sie das Neue Suzhou Museum (erbaut von Ieoh Ming Pei). Anschließend unternehmen Sie eine Bootsfahrt auf den Kanälen in der Altstadt. Mittags probieren Sie das Feuertopf-Essen. Nach dem Essen besuchen Sie eine für Suzhou typische Seidenspinnerei. Danach erlernen Sie die Kunst der Bonsai Bäume in einem Bonsai-Kurs (Miniatur-Landschaft im Topf) in einem Garten in Suzhou.

5. Tag: **Suzhou/Hangzhou**

Am Vormittag lernen Sie die traditionelle Zubereitung echter chinesischer Küche während eines Koch-Kurses in einer chinesischen Familie. Mittags erfolgt der Transfer zum Bahnhof und Sie fahren mit der Bahn nach Hangzhou. Nach der Ankunft in Hangzhou erfolgt der Transfer zum Hotel. F/M Orange Hotel***+

6. Tag: **Hangzhou**

Am Vormittag fahren Sie mit dem Fahrrad entlang des bekannten West-Sees, eines riesigen Landschaftsgartens, der in Teilen als Vorbild für den Sommerpalast in Beijing diente. Danach fahren Sie weiter zum Linyin-Tempel, dessen Ursprung bis in die Östliche Jin-Dynastie (317 - 420 AD) zurück reicht und heute das führende Forschungszentrum über den Chinesischen Buddhismus ist. Anschließend besichtigen Sie die Pagode der Sechs Harmonien, die um 970 auf Geheiß des Königs von Wuyue errichtet wurde, um die Gezeitenwelle im Qiantang Fluß zu bändigen, ein berühmtes Phänomen, das Sie zu Beginn und in der Mitte jedes Mondmonats beobachten können. Die Pagode diente einstmals nicht nur sakralen Zwecken, sondern hatte auch die Funktion eines Leuchtturms inne. Rückfahrt zum Hotel. F/M Orange Hotel***+

7. Tag: **Hangzhou**

Am Vormittag fahren Sie zu einem Arzt, wo Sie die chinesische Pulsdiagnose kennen lernen werden. Anschließend besichtigen Sie in der Altstadt, in einem sehr sehenswerten Gebäude, das Apothekenmuseum, welches Ihnen die Andersartigkeit und die Besonderheiten der chinesischen Medizin veranschaulicht. Mittags probieren Sie das Essen bei einer Bauerfamilie. Danach besuchen Sie das Tee-Museum, um die chinesische Teekultur kennen zu lernen. Anschließend geht es weiter zu Teeplantage bei Meijiawu. Dort erfahren Sie Wissenswertes über den bekannten Drachen-Brunnen Tee. F/M Orange Hotel***+

8. Tag: **Hangzhou/Shanghai**

Am Vormittag erfolgt der Transfer zum Bahnhof und Sie fahren mit der Bahn nach Shanghai. Nach der Ankunft in Shanghai erfolgt der Transfer zum Hotel. Die restliche Zeit steht Ihnen zur freien Verfügung. F Astor House Hotel***+

9. Tag: **Shanghai/Deutschland** F

Heute erfolgt der Transfer zum Flughafen und Sie fliegen nach Deutschland zurück. Ende der Reise. F

F = Frühstück, M = Mittagessen, A = Abendessen

Im Preis inklusive:

- Alle Übernachtungen im Doppelzimmern mit Frühstück in den angegebenen Hotels oder gleichwertig
- Mahlzeiten wie im Programm genannt (F = Frühstück, M = Mittagessen, A = Abendessen)
- Alle Transfers in PKW oder Minibus und Eintrittsgelder für die im Reiseverlauf genannten Sehenswürdigkeiten laut Programm
- Deutschsprachige örtliche Reiseleitung (nicht während der Transfers und Bahnfahrten)

Nicht im Preis eingeschlossen:

Internationale Flugtickets, Visum für China, Trinkgeld sowie persönliche Ausgaben

Bitte beachten Sie:

Die Angebote gelten nicht während der Große Feste.

Programmänderungen bei vergleichbarem Leistungsumfang vorbehalten.

Preise:

Auf Anfrage.

Hinweis:

Aktuelle Preise haben wir für Sie unter [diesem Link](#) zusammengestellt.

