



CHINESISCHE LEBENSKULTUR

Reiseverlauf

1.Tag: Shanghai

Ankunft in Shanghai, Transfer zum Hotel. Heute besuchen Sie die Stadtplanungs- ausstellung, die sich gegenüber dem Museum am Renming Guangchang (Volksplatz) befindet. Sie ist untergebracht in einem sehenswerten Gebäude, dessen Dachkonstruktion an vier Magnolien erinnern soll. Auf fünf Etagen wird ein Überblick über die Stadtentwicklung Shanghais von der Vergangenheit bis zum Jahr 2020 gegeben. Hotel: Astor House Hotel ***(*)

2. Tag: Shanghai

Morgens begeben Sie sich zu Fuß zum **Bund**, der berühmten Uferstraße am Huangpu Fluß mit ihrer europäischen kolonialen Architektur. Dort nehmen Sie an einem **Taijiquan-Kurs** teil. Bei dieser chinesischen Bewegungslehre handelt es sich um sanfte Bewegungen, deren Abläufe aus der Arbeitswelt, Bewegungen von Tieren und Kampfkunsthandlungen entnommen wurden. Dabei werden Atmung, Bewegung und Entspannung kombiniert, die langsamen, weichen und fließenden Bewegungen sollen Körper und Geist harmonisieren. Nicht nur in China wird Taijiquan vor allem zur Prävention in Bezug auf Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Rücken-erkrankungen, Gelenkproblemen sowie zur Stärkung der Selbstheilungskräfte eingesetzt. Anschließend geht es zurück zum Frühstück im Hotel. Weiter auf dem Programm steht heute die Besichtigung des **Jadebuddha-Tempel**, in dem sich eine 2 m große aus einem einzigen Stück burmesischer Jade gefertigte Buddha-Figur befindet. Anschließend geht es zum Stadtteil Pudong in

dem sich das derzeit zweithöchste fertig gestellte Haus der Welt und damit das höchste Haus auf dem chinesischen Festland - das „Shanghaier Weltfinanzzentrum“ befindet. Von der in 474 m Höhe befindlichen gläsernen Aussichtsgalerie haben Sie einen grandiosen Rundblick über Shanghai.

Hotel: Astor House Hotel ***(*)

3.Tag: Shanghai/Suzhou

Am Morgen fahren Sie zum Fuxing Park, wo der **Taijiquan-Kurs** heute stattfindet. Danach geht es zurück zum Hotel zum Frühstück. Anschließend schlendern Sie durch das **Xintiandi Viertel**, das geprägt ist durch die lokale Architektur der „Shikumen“ einem für Shanghai charakteristischen Wohnhaustyp. Dieser 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. Zu Mittag gibt es ein typisches Essen der **Shanghaier Küche**. Am Nachmittag besuchen Sie den **Yu-Garten** in der Altstadt Shanghais. Anschließend Transfer zum Bahnhof, Zugfahrt nach Suzhou und Transfer zum Hotel.

Hotel: Pingjinag Hotel *** (im Chinesischen Baustil)

4. Tag: Suzhou

Am Vormittag besuchen Sie das **Neue Suzhou Museum (erbaut von Ieoh Ming Pei)**. Im Anschluss **Bootsfahrt** auf dem Kanal in der Altstadt. Zu Mittag gibt es heute ein **„Feuertopf-Essen“**, eine weitere chinesische Spezialität. Nach dem Essen Besuch einer für Suzhou typischen **Seidenspinnerei**. Danach lernen Sie im **Einführungskurs „Bonsai“** im Garten des Meisters der Netze wie man

Go East – Ihr Osteuropa- und Asienspezialist

GO EAST
www.go-east.de



diese Miniatur-Landschaften im Topf gestaltet. Es ist der kleinste der Suzhouer Privatgärten, aber auch einer der eindrucksvollsten. Durch geschickte Raumaufteilung erweckt er den Eindruck eines viel größeren Gartens als er tatsächlich ist. Dieser Garten wurde in die Welterbe-Liste der UNESCO aufgenommen. Hotel Pingjiang Hotel ***

5.Tag: Suzhou/Hangzhou

Am Vormittag erleben Sie chinesische „Alltagsküche“ beim **Koch-Kurs** in einer chinesischen Familie. Abends Transfer zum Bahnhof und Rückfahrt mit der Bahn nach Hangzhou. Transfer zum Hotel. Hotel Westlake Hotel****(*)

6. Tag: Hangzhou

Am Vormittag **Fahrradtour** am Ufer des bekannten West-Sees entlang, eines riesigen Landschaftsgartens, der in Teilen als Vorbild für den Sommerpalast in Beijing diente. Weiterfahrt 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 Besichtigung der **Pagode der Sechs Harmonien**, um 970 auf Geheiß des Königs von Wuyue errichtet, um die Gezeitenwelle im Qiantang Fluß zu bändigen. Die Pagode diente früher nicht nur sakralen Zwecken, sondern hatte auch die Funktion eines Leuchtturms inne. Rückfahrt zum Hotel. Hotel: Westlake Hotel****(*)

7. Tag Hangzhou

Am Vormittag Besuch bei einem chinesischen Arzt, der die chinesische **Pulsdiagnose** vorstellt und zeigt. Anschließend Besichtigung des **Apothekenmuseums** in der **Altstadt**, einem sehenswerten Gebäude, in dem die verschiedenartigsten chinesischen Heilkräuter und Wurzeln gelagert, verpackt und auch verkauft bzw. auf Rezept ausgegeben werden. Das Mittagessen findet bei einer **Bauernfamilie** statt. Danach besuchen Sie das **Tee-Museum**, das Einblicke in die chinesische Teekultur gibt. Anschließend geht es weiter zu **Teeplantage** bei Meijiawu. Dort erfahren Sie Wissenswertes über den bekannten Drachen-Brunnen Tee. Hotel: Westlake Hotel****(*)

8. Tag: Hangzhou/Shanghai

Am Vormittag Transfer zum Bahnhof und Rückfahrt mit der Bahn nach Shanghai. Transfer zum Hotel. Der Rest des Tages steht zur freien Verfügung. Hotel: Astor House Hotel ***(*)

9. Tag: Shanghai/Deutschland

Nach dem Frühstück Transfer zum Flughafen und Rückflug.



Preise pro Person im DZ:

	HS	ZS	EZZ
2-5 Personen	949,-	899,-	312,-
6-9 Personen	845,-	819,-	312,-
Ab 10 Personen	749,-	699,-	299,-

HS: Mai, Juni, Juli, August, September, Oktober

ZS: März, April, November, Dezember

Folgende Reisedaten ausgeschlossen: 15.04.-19.04.2010, 30.04.-03.05.2010 und 30.09.-07.10.2010

Buchbar ab 2 Personen.

Im Preis eingeschlossen:

- Alle Übernachtungen im Doppelzimmer mit Frühstück
- Verpflegung laut Programm
- Alle Transfers und Eintrittskarten laut Programm
- Deutschsprachige örtliche Reiseführungen

Nicht im Preis eingeschlossen:

- Internationale Flugtickets
- Visum für China

Go East – Ihr Osteuropa- und Asienspezialist

