



## Schnupperreise Ayurveda & indische Küche, 11 Tage

Möchten Sie seit dem letzten Besuch im indischen Restaurant wissen, wie Sie so ein köstliches Currygericht selber zubereiten können? Lassen Sie sich in die Geheimnisse der indischen Kochkunst einweihen, am besten gleich dort, wo eine wichtige Zutat für eine authentische Currymischung wächst. Im Pfefferland, genauer an der Malabarküste, lernen Sie zudem die entspannende Wirkung verschiedener Ayurvedabehandlungen kennen. Sie kommen auch Land und Leuten näher und reisen sogar eine Teilstrecke mit dem Zug. Diese Rundreise verbindet das Beste, was Kerala zu bieten hat: Küche, Ayurveda und Natur.

### 1. Tag: Kochi

Ankunft in Kochi und Transfer zum Hotel. Die reizvolle Lage auf vielen kleinen Inseln macht Kochi zu einem faszinierenden Aufenthaltsort. Stadtrundfahrt mit Besichtigung der Kirchen und Paläste europäischen Zuschnitts, der berühmten chinesischen Fischernetze und des Grabes Vasco da Gama. Gegen Abend nehmen Sie an einem Kochkurs teil, in welchem Sie die ersten Schritte in der indischen Küche erlernen.

### 2. Tag: Kochi-Cheruthuruthy

Fahrt ins nördlich gelegende Cheruthuruthy, das als wichtiges Zentrum der Pflege der keralischen Kultur gilt. Verschiedene Disziplinen wie Gesang, Kathakali-Tanz und Trommeln werden hier gelernt. Viele bis über die Landesgrenzen hinaus bekannte Künstler sind hier ausgebildet worden. Gegen Abend unternehmen Sie eine Fahrt auf einem Ochsenkarren.

### 3. Tag: Cheruthuruthy-Kozhikode

Kozhikode ist wohl reicher an Geschichte als viele andere Städte Indiens. Hier ist am 20. Mai 1498 Vasco da Gama angelandet und hat damit die europäische Kolonialzeit in Indien eingeläutet. Am Morgen besuchen Sie eine Tanzschule, am Nachmittag eine Fabrik in welcher Bootsbauer noch ihrem traditionellen Handwerk nachgehen.

### 4. Tag: Kozhikode

Der heutige Tag steht ganz im Zeichen der Entspannung. Den Morgen beginnen Sie mit einer Yoga-Lektion. Später besuchen Sie den lokalen Gewürzmarkt und am späteren Nachmittag geniessen Sie Ihre erste Ayurvedamassage und werden mit gut duftenden ölen verwöhnt.

### 5. Tag: Kozhikode-Thalassery

Beim Besuch einer Schule für Kampfsport können Sie den Schülern beim Training zuschauen. Auf der Weiterfahrt kommen Sie an der Kappad Beach vorbei, wo Vasco da Gama mit seinem Schiff ankam. Ein kleines Steindenkmal erinnert an diesen Tag vor gut 500 Jahren.

### 6. Tag: Thalassery

Sie besichtigen Sie das lokale Gewerbe (Beedi-Fabrik, Fischmarkt, Weberei). Nach dem Besuch einer TheeyamTanzveranstaltung, einem mehrere tausend Jahre alten Tanz mit stark geschminkten und verkleideten Tänzern, nehmen Sie an einem Kochkurs über die Mopla-Küche teil. Sie ist bekannt als scharf und würzig und völlig anders als der Rest der indischen Küche.

### 7. Tag: Thalassery-Kumarakom

Frühmorgens Abreise nach Kottayam, wo Sie den Zug nach Kumarakom besteigen. Teils der Küste entlang, teils durch die grüne Natur ist diese Fahrt eine Abwechslung zum Strassenverkehr. In Kumarakom werden Sie abgeholt und zum Hotel gebracht.

### 8. Tag: Kumarakom

Dieser Tag dient der Erholung. Mit einer weiteren Ayurvedamassage sowie einer Bootsfahrt durch die Backwaters können Sie die gesammelten Eindrücke verarbeiten.

### 9. Tag: Kumarakom-Mararikulam

Eine kurze Fahrt bringt Sie an eine der schönsten Küsten Keralas. Neben Baden und am Strand spazieren können Sie auch Fahrräder mieten, um die Umgebung zu entdecken.

### 10. Tag: Mararikulam

Nochmals ein Ruhetag zum Entspannen. Geniessen sie die letzte Massage vor der Heimreise.

### 11. Tag: Mararikulam-Kochi

Fahrt zum internationalen Flughafen oder Verlängerung.

\*\*\*\*\*

### Inbegriffen

10 Übernachtungen in der gewählten Hotelkategorie  
10x Frühstück, 5x Mittagessen, 5x Nachtessen  
Englisch sprechender Fahrer  
Lokale, Englisch sprechende Reiseleitung während den Besichtigungen  
Alle Transfers

### Nicht inbegriffen

Flug ab/bis Schweiz

### **Reisedaten**

Täglich als Privatreise

### **Gut zu wissen**

Die beste Reisezeit ist von Oktober bis April

### **Preise**

11 Tage/10 Nächte im DZ ab CHF 2556.- pro Person, Mittelklassehotels

11 Tage/10 Nächte im DZ ab CHF 2598.- pro Person, Obere Mittelklasse

11 Tage/10 Nächte im DZ ab CHF 2802.- pro Person, Erstklassehotels



## Schnupperreise Ayurveda & indische Küche, 11 Tage



11 Tage/10 Nächte ab/bis Kochi

### Highlights:

Kochi, die lebhafteste Hafenstadt  
 Kochkurse in Kochi und Thalassery  
 Ayurvedamassagen  
 Bootsfahrt auf den Backwaters

ab CHF 2556.- pro Person





