

DJOSER

Cultuurreis Zuid-India, 15 dagen



Reisschema

Geen reisschema beschikbaar



Dag tot dag beschrijving

Mahabalipuram

Dag 1. Amsterdam - Chennai - Mahabalipuram

Dag 2. Mahabalipuram, lezing Ayurveda

Dag 3. Mahabalipuram

We arriveren in Chennai, het voormalige Madras, hoofdstad van de Indiase deelstaat Tamil Nadu. We rijden direct door naar Mahabalipuram, een ontspannen havenplaatsje aan de Golf van Bengalen. Op de dag na aankomst volgen we inleidende lezing over [Ayurveda](#).

Mahabalipuram kent mooie stranden, bijzondere tempels tot vlak aan zee en het beroemde 25 meter lange en hoge reliëf bekend als Arjuna's boetedoening, met vele goden en een olifant. De uit de 7e eeuw stammende tempel Jalasayana, 'hij die op de golven rust', ligt op het strand. Bijzonder is ook de grote ronde rots op een rotsformatie, beter bekend als Krishna Mandapa (oftewel Krishna's boterbal). De volgende dag gaan we verder kennismaken met deze intrigerende gezondheidsleer.



Gedurende het verblijf in Mahabalipuram bestaat de mogelijkheid om een excursie te maken naar Kanchipuram. Dit is een van de zeven heilige steden van de hindoes en tevens een van de oudste in India. Je kunt er een grote hoeveelheid schitterende tempels uit de 6e en 7e eeuw bezichtigen, waaronder de 185 meter hoge Ekambareswara. Niet voor niets heet het de 'gouden stad met 1000 tempels'.

Swamimalai

Dag 4 Mahabalipuram - Chidambaram - Kumbakonam - Swamimalai

Dag 5 Swamimalai, yoga - en meditatie sessie

Via de dorpjes Chidambaram en Gangaikondacholapuram rijden we door een mooie landelijke route naar Swamimalai. Chidambaram wordt gedomineerd door de enorme Nataraja-tempel. De gelovigen komen dagelijks naar deze heilige plaats voor de avondrituelen. Ga hier binnen in het complex ergens in een hoekje zitten om de verschillende handelingen eens rustig te bekijken. [Kumbakonam](#) is een van de oudste stadjes van zuid-India. In de 7e eeuw was het de hoofdstad van de Chola koningen en een belangrijke religieuze bedevaartsplaats. De stad staat vol met mooi gedecoreerde tempels.



In Swamimalai verblijven we in een Indiaas ecohotel waar we ons heerlijk laten verwennen. Door de schitterende ligging tussen de palmbomen heeft het hotel een bijzonder serene uitstraling. Om alvast in de juiste stemming te komen worden we verwelkomd met een relaxte voetmassage. Om de ochtend goed te beginnen is er een yoga- en meditatieles in het programma opgenomen om onze lichaam en geest in harmonie te brengen. Daarna bezoeken we de nabij gelegen Darasuram tempel. Ook kan je (optioneel) genieten we van een ontspannende oliemassage of een kalmerend kruidenbad. Verder is er in het hotel de

mogelijkheid om deel te nemen aan een ayurvedische kookdemonstratie om de geheimen van de ayurvedische kookkunst te ontdekken.

Tanjore & Coimbatore

Dag 6. Swamimalai - Tanjore - Trichy

Dag 7. Trichy - Coimbatore

Dag 8. Coimbatore, bezoek Arya Vaidya Pharmacy

Dag 9. Coimbatore

Onderweg van Swamimalai naar Trichy bezoeken we Tanjore. Tanjore ligt in een gebied dat zeer vruchtbaar is door de Kauvery-rivier, die er doorheen stroomt. Deze rivier wordt door de Tamils beschouwd als de zuidelijke Ganges. De 10e-eeuwse Brihadishvaratempel voor Shiva is de belangrijkste van de stad. De poorten worden bewaakt door twee demonisch ogende tempelwachters. Op het tempelterrein staat een enorm beeld van Nandi, de stier waarop Shiva rijdt. De top van de tempel wordt gevormd door een blok steen van ongeveer 80 ton. In het centrum van de stad kun je het museum met een bijzondere collectie bronzen bezoeken. Deze behoren bij het 17e-eeuwse paleis van de Nayaka-dynastie.



De skyline van Trichy wordt gedomineerd door het 'Rock Fort'. Het fort ligt op een 83 meter hoge 'heilige' rots van 3800 miljoen jaar oud, naar zeggen de oudste ter wereld. Dagelijks trekt het complex enorme aantallen pelgrims uit heel India, een fascinerend schouwspel.

We reizen verder naar Coimbatore, waar we in een centraal gelegen hotel overnachten. Vanuit hier bezoeken we een van de verschillende Ayurvedische centra in de buurt. Geniet hier (optioneel) van Ayurvedische of medische massages of ervaar de helende effecten van een van de gezondheidspakketten. Volg yoga- of meditatielessen bij een gekwalificeerde leraar. In de middag bezoeken we de klinische vleugel van de Arya Vaidya Pharmacy. Het aangrenzende Chikitsalayam instituut heeft een ISO gecertificeerd Ayurvedisch ziekenhuis. Er worden hier rondleidingen gegeven.

Aleppey, boottocht

Dag 10 Coimbatore - Calicut

Dag 11 Calicut - Cochin

Dag 12. Cochin, boottocht op de backwaters



Na ons ontspannen bezoek aan Coimbatore vervolgen we onze reis zuidwaarts richting Calicut en naar de 'backwaters' van Kerala, een gebied van lagunes, kanalen, rivieren en meren met waterplanten, afgewisseld door smalle, groene eilanden. Rijstvelden, palmen en kleine dorpjes bieden een onvergetelijke indruk van het Indiase plattelandleven. In het Kottakal Arya Vaidysala instituut worden patiënten uit heel India met de Ayurvedische geneeswijze behandeld. De dag erop, en route naar Cochin stoppen we bij de Kerala Ayurveda Pharmacy. Hier worden Ayurvedische medicijnen geproduceerd.

Op onze eigen traditionele 'house-boot', de zogenaamde Kettuvalom, maken we een onvergetelijke trip door deze mooie omgeving. Een kok verzorgt de drie maaltijden aan boord, deze zijn inbegrepen in de reissom. We brengen één nacht door op deze boot. In de ochtend verlaten we na het ontbijt de boot en gaan naar het stadje Cochin.

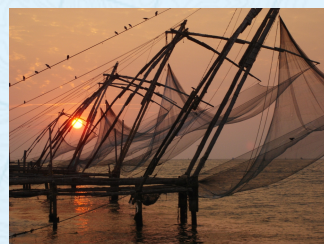
Cochin

Dag 13 Cochin, boottocht door de haven

Dag 14. Cochin - vlucht naar Chennai

Dag 15. Chennai - Amsterdam

In Cochin zijn nog sporen terug te vinden van het koloniale tijdperk, toen de VOC hier de dienst uitmaakte. Ook drukte de Portugezen en Engelsen hun stempel op dit plaatsje. Karakteristiek zijn de Chinese visnetten waar Marco Polo al over verhaalde. Verder zijn er in de oude stad vele antiekwinkeltjes waar je zeker wel een middag kunt doorbrengen. Tegen de avond maken we een boottocht door de haven.



Het eeuwenoude Kathakali-theater, waar kleurrijk geschminkte mannen met enorme maskers met groteske gebaren verschillende emoties uitbeelden is een interessant uitstapje. Een binnenlandse vlucht brengt ons naar Chennai, van waaruit we uitgerust terugvliegen naar Amsterdam.



*Met oog voor
de Wereld*

Op weg met Djoser

Bij onze reizen is geen sprake van een strak gepland reisschema. Het principe 'vrijheid-blijheid' houdt in dat de reisdagen, het verblijf en enkele excursies die bij de reis zijn inbegrepen vastliggen, maar dat de resterende tijd vrij is in te vullen. Uiteraard ben je nooit verplicht om aan een excursie deel te nemen. Bij alle excursies zijn entreegelden dan ook exclusief zodat je zelf kan bepalen of je mee naar binnen wilt. Wie er liever zelf op uitgaat heeft daartoe alle vrijheid. Op die manier leer je het mooie zuiden van India immers het beste kennen.

Praktische informatie

Accommodatie

Onze hotels vormen een aangenaam rustpunt in het drukke Indiase straatleven. Er wordt overnacht in schone, meestal, centraal gelegen middenklasse hotels, waar kamers gereserveerd zijn met eigen sanitair en airconditioning. De hotels zijn vaak voorzien van een goed restaurant.

In Swamimalai verblijven we in een ayurvedisch hotel. Tijdens dit verblijf heb je voldoende gelegenheid deel te nemen aan verschillende ayurvedische behandelingen, yoga's en massages.

In de 'backwaters' overnachten we een nacht op een klassieke 'houseboat'. Deze traditionele rijstboten hebben 3 of 4 kamers. Douche en toilet deel je met je andere reisgenoten.

Bekijk hotelreviews op  [Tripadvisor](#)

Mahabalipuram	Hotel Mamalla Heritage
Swamimalai	INDeco Swamimalai
Coimbatore	Prince Gardens Hotel
Calicut	Key Malabar
Cochin	Hotel Abad Chullickal

Deze selectie geeft een goed beeld van de hotels waar we op deze reis verblijven.

Vliegreis

Het meest voorkomende vluchtschema staat hieronder. Je kan ook het schema per vertrekdatum bekijken. Vliegtijden en -maatschappijen zijn onder voorbehoud van wijzigingen.

<i>Vlucht</i>	<i>Tijd</i>	<i>Vertrek</i>	<i>Aankomst</i>
Lufthansa	Amsterdam - Frankfurt	08:00	09:05
Lufthansa	Frankfurt - Chennai	10:50	23:45
Lufthansa	Chennai - Frankfurt	01:50	08:30
Lufthansa	Frankfurt - Amsterdam	12:40	13:55

Tijdsverschil: in de zomer is het in India 3½ uur later. Gedurende onze wintertijd komt er één uur verschil bij.

Vervoer

Gedurende de hele reis maken we gebruik van een eigen bus voorzien van airconditioning. Het reizen met eigen vervoer heeft als voordeel dat we regelmatig kunnen stoppen in de dorpjes en plaatsen waar we doorheen rijden, bijvoorbeeld voor een bezoek aan een klein lokaal marktje of andere bezienswaardigheden. Vanuit Cochin maken we een boottocht over de binnenwateren van Kerala om het leven langs het water gade te slaan.

De steden kun je het beste te voet verkennen. Natuurlijk kun je ook gebruik maken van de bekende fiets- of motorrijksja voor de langere afstanden. Het is in enkele plaatsen mogelijk om een fiets te huren.

Voor het traject van Cochin - Chennai maken we gebruik van een binnenlandse vlucht.

Bij de reis inbegrepen

- Vliegreis met Lufthansa

- Alle vluchtoeslagen
- Binnenlandse vlucht Cochin- Chennai
- Vervoer per airconditioned bus
- Hotelovernachtingen, ontbijt in Swamimalai & Trichy
- Maaltijden tijdens boottocht op de backwaters
- Nederlandse reisbegeleiding
- Introductie lezing over Ayurveda op dag 2
- Yoga- en meditatieles op dag 5
- Boottocht in de haven van Cochin
- Excursies volgens programma
- Diensten Djoser servicebali Schiphol

Excursies

Bij Djoser bepaal je zelf welke bezienswaardigheden je de moeite waard vindt om te bezoeken. De een struint graag over een markt op zoek naar koopjes, de ander wil op zijn gemak rondkijken bij een tempel of strijkt neer op een terras, om onder het genot van een drankje, het dagelijks leven gade te slaan. In de meeste gevallen kun je zelf of met groepsgenoten, al dan niet met hulp van onze reisbegeleiding, te voet of met lokaal vervoer eropuit trekken. Toegangsgelden zijn dan ook niet bij de reissom inbegrepen, zodat je alle vrijheid hebt om je eigen plan te trekken.



Sommige bezienswaardigheden mag je niet missen, zijn slecht bereikbaar of liggen 'en route' naar onze volgende overnachtingsplaats. Dergelijke excursies zijn bij Djoser in het programma opgenomen. Ook bij alle excursies die bij het programma inbegrepen zijn, geldt dat het entreegeld exclusief is.

Tijdens deze Ayurveda-reis zijn de volgende excursies in het reisprogramma inbegrepen

- Introductie lezing over Ayurveda op dag 2 in Mahabalipuram
- Bezoek op dag 4 aan de indrukwekkende Natrajatempel in Chidambaram en de mooi gelegen tempels in het dorp Kumbakonam.
- Vroege ochtendsessie yoga in hotel Sterling Swamimalai op dag 5
- Meditatie sessie in hotel Sterling Swamimalai op dag 5
- Bezoek aan de tempels van Darasuram op dag 5
- Bezoek aan de Arya Vaidya apotheek op dag 8.
- Boottocht (op dag 12) door de backwaters met een typische rijstboot. Inclusief maaltijden
- Boottocht door de haven van Cochin op dag 13

Tijdens de reis zijn nog andere optionele excursies mogelijk die zeker de moeite waard zijn. Tijdens het verblijf in hotel Sterling Swamimalai en het Ayurvedische hotel in Coimbatore zijn verschillende behandelingen mogelijk.

- Speciale oliemassage in Swamimalai
- Kruidenbad in Swamimalai
- Tochtje met ossenwagen door het dorp in Swamimalai
- Kookdemonstratie in Swamimalai
- Verschillende Ayurvedische massage en behandelingen tijdens het verblijf in Coimbatore
- Bezoek aan een Kathakali dans drama.

Reisdocumenten

- E-ticket. Neem een kopie mee op reis, anders kan de toegang tot de luchthaven worden ontzegd. Meer informatie over de vlucht ontvang je ongeveer 2 weken voor vertrek.
- Paspoort, dat bij aankomst in India nog minimaal 6 maanden geldig is.
- [e-Tourist Visa India](#) US\$ 80,- (excl. transactiekosten). Dit is een online procedure voor een DOUBLE-ENTRY met een geldigheid van 60 dagen.
- Mogelijk gelden er aanvullende inreisvoorwaarden met betrekking tot COVID-19. Bekijk actuele informatie

op de [website van de Rijksoverheid met reisadviezen](#), onder het onderwerp "Coronavirus".

Geldzaken

In India wordt er betaald met de rupee. Kijk voor de actuele koersen op [oanda.com](#).

Pinnen: is mogelijk in vrijwel alle grote steden.

Contant: euro's of dollars in kleine coupures.

Creditcard: bruikbaar in verschillende plaatsen.

Als richtbedrag voor uitgaven die niet bij de reissom zijn inbegrepen, zoals maaltijden, entreegelden, facultatieve excursies en persoonlijke uitgaven geldt minimaal € 200,- per persoon per week.

Het is gebruikelijk fooien te geven voor verleende diensten. Om te voorkomen dat je steeds fooien uit moet delen, wordt aan het begin van de reis een fooienpot ingesteld, waaruit de (gezamenlijke) tips aan de chauffeurs, gidsen, hotelpersoneel e.d. worden betaald. De richtlijn voor de fooienpot voor deze reis bedraagt € 30,-.

Maaltijden

Het ontbijt is tijdens het verblijf in Swamimalai, Trichy en Coimbatore inbegrepen. Alle overige maaltijden zijn niet bij de reissom inbegrepen. Het voordeel hiervan is dat je zelf, of met een aantal anderen, op zoek kunt gaan naar een restaurant of eethuis naar keuze. Je kunt in onze hotels en andere restaurants zeer voordelig een uitstekende Indiase maaltijd krijgen. De reisbegeleiding kan je natuurlijk tips over de leukste en smakelijkste restaurants geven.

De Indiase keuken, met tal van verschillende curries is wereldberoemd en overheerlijk. In Zuid-India zou je een zogenaamde thali kunnen bestellen. Thali betekent bord in het Hindi. Hierop vind je een grote verscheidenheid aan gerechten gecombineerd met rijst en brood. Een heerlijk verkoelende versnapering is de lassi, een yoghurt drankje dat soms gemengd is met fruit.

Gezondheid

Voor deze reis wordt aangeraden:

- Vaccinaties tegen DTP, tyfus en hepatitis A
- Malariatabletten

De hygiënische omstandigheden in het land zijn beduidend minder dan de westerse standaard. Wees voorzichtig met voedsel en reinig de handen. Het is ook verstandig goed te letten op wat je eet. Neem in de eerste dagen de tijd om te acclimatiseren, te wennen aan de andere temperatuur en de vele nieuwe indrukken. Het leidingwater is niet veilig om te drinken, mineraalwater is voor een klein bedrag overal in hele en halve literflessen te koop. Tevens raden we je aan een kleine medische kit mee te nemen met o.a. aspirine, middelen tegen darmstoornissen en een zoutoplossing (als ORS) tegen uitdroging. De reisbegeleiding is overigens ook in het bezit van een medische set, met daarin steriel medisch hulpmateriaal.

Klimaat en geografie

In Zuid-India is het eigenlijk het hele jaar door stabiel warm weer. Het is met name landinwaarts een droge warmte, die veel beter te verdragen is dan de vochtige warmte in Nederland. Aan de kuststroken is het vaak wat vochtiger. Het is verstandig om er in de ochtend en aan het eind van de middag op uit te gaan en het tussen de middag rustig aan te doen. In de winter (december en januari) is het overdag aangenaam warm, terwijl het 's avonds en 's nachts kan afkoelen. De zomer kan behoorlijk warm zijn in heel India.

De moesson valt in heel India ongeveer van juli t/m eind augustus. Precies is dit niet te voorspellen. Reizen in de regentijd hoeft, zoals men wel eens denkt, niet nadelig te zijn. Een regenbui is meestal kort en hevig en frist de natuur op, het landschap ziet er in deze periode groener uit dan in de andere perioden. Regen valt meestal aan het eind van de dag en 's nachts. Wanneer de zon doorkomt wordt het vaak aangenaam warm, maar het

kan dan 's avonds en 's nachts weer behoorlijk afkoelen.

Reisbegeleiding en Gidsen

Een enthousiaste Nederlandse reisbegeleider begeleidt de reis. Onze reisbegeleiders zijn zeer ervaren en bevlogen reizigers en vertellen onderweg leuke weetjes over de bestemming. Zij zorgen dat de reis soepel verloopt en zijn het aanspreekpunt voor vragen en wensen. De eigen passie, in combinatie met een uitgebreide training en inwerkprocedure, vormt de basis voor hun deskundigheid en professionaliteit.