



THAILAND

Die Welt auf
eigenen Wegen
entdecken

Mit
**BUDGET-
TIPPS**

STEFAN LOOSE
TRAVEL HANDBÜCHER





7., vollständig überarbeitete Auflage

Mischa Loose, Andrea und Mark Markand,
Volker Klinkmüller, Moritz Jacobi,
Renate und Stefan Loose

Unter Mitarbeit von
Nipaporn Yanklang

THAILAND

Reiseziele und Routen

Travelinfos von A bis Z

Land und Leute

Bangkok

West-Thailand

Zentral-Thailand

Nord-Thailand

Der Nordosten

Die Ostküste

Die Golfküste

Die Andamanenküste

Anhang

STEFAN LOOSE
TRAVEL HANDBÜCHER





Inhalt

Routenplaner 8

Highlights	8
Reiseziele und Routen	25
Klima und Reisezeit	41
Reisekosten	45

Travelinfos von A bis Z 46

Anreise	47
Barrierefreies Reisen	49
Botschaften und Konsulate	49
Einkaufen	50
Essen und Trinken	52
Fair reisen	58
Feste und Feiertage	60
Fotografieren	62
Frauen	62
Geld	62
Gepäck und Ausrüstung	64
Gesundheit	65
Informationen	66
Jobben in Thailand	68
Kinder	68
LGBTQ+	70
Medien	71
Nationalparks und Reservate	71
Öffnungszeiten	71
Post	72
Sicherheit	72
Sport und Aktivitäten	74
Sprache und Schrift	81
Telefon und Internet	81
Toiletten	82
Transport	82
Übernachtung	90
Verhaltenstipps	92
Versicherungen	96
Visa	97
Zeit und Kalender	99
Zoll	99

Land und Leute 100

Geografie	101
Flora und Fauna	102
Umwelt	105
Bevölkerung	107
Geschichte	111
Regierung und Politik	119
Wirtschaft	120
Buddhismus	122
Kunst und Kultur	126

Bangkok 132

Die zentrale Altstadt – Rattanakosin	136
Die Backpackerviertel – Banglampoo und Sam Sen	142
Das royale Viertel – Dusit	144
Die östliche Altstadt – Rattanakosin	145
Am anderen Flussufer – Thonburi	148
Chinatown und Umgebung	150
Entlang des Chao Phraya nach Süden	153
Das moderne Zentrum – Sathorn, Silom und Umgebung	155
Die Einkaufsviertel – Siam und Pratunam	156
Das Ausländerviertel – Sukhumvit	159
Im Norden der Stadt	160
Im Westen der Stadt	160
Im Süden der Stadt	161
Mit dem Rad: eine Zeitreise auf Ko Kret	162

West-Thailand 224

Phuttamonthon-Park	226
Samut Sakhon (Maha Chai) und Umgebung	228
Samut Songkhram (Mae Klong)	228
Amphawa und Umgebung	229
Ratchaburi	231



Nakhon Pathom	234
Rundfahrt durch	
Ratchaburi Umland	235
Kanchanaburi	239
Die Umgebung von Kanchanaburi	249
Erawan National Park	250
Von Kanchanaburi nach Nam Tok	251
Nam Tok und Umgebung	253
Hellfire Pass	254
Sai Yok National Park	254
Von Sai Yok nach Sangkhlaburi	255
Sangkhlaburi	256
Three Pagoda Pass	258
Suphanburi	259

Zentral-Thailand 260

Das zentrale Tiefland	263
Bang Sai	263
Bang Pa In	264
Ayutthaya	264
Wat Phra Phutthabad	275
Lopburi	276
Die Umgebung von Lopburi	280
Nakhon Sawan und Umgebung	280
Alte Königsstädte im Norden	282
Phitsanulok	282
Auf dem H12 nach Osten	288
Sukhothai	289
Sukhothai Airport	299
Sawankhalok	300
Si Satchanalai	300
Khao Luang	303
Kamphaeng Phet	303
Klong Lan National Park	307
Tak	307
An der Grenze zu Myanmar	309
Von Tak nach Mae Sot	310
Mae Sot	310
Von Mae Sot nach Mae Sariang	315
Von Mae Sot nach Umphang	316
Umphang und Umgebung	317

Nord-Thailand 320

Chiang Mai	323
Altstadt	324
Östlich der Altstadt	332
Nördlich der Altstadt	333
Westlich der Altstadt	334

Die Umgebung von Chiang Mai	357
Richtung Westen zum Doi Suthep	357
Wanderung zum	
Wat Phrathat Doi Suthep	359
Richtung Norden ins	
Mae Sa Valley	362
Richtung Osten bis	
San Kamphaeng	363
Richtung Südwesten bis	
San Pa Tong	364
Lamphun	364
Durch die Bergwelt:	
der Samoeng-Loop	365
Der Mae-Hong-Son-Loop	367
Aus Chiang Mai	
zum Doi Inthanon	367
Doi Inthanon National Park	368
Vom Doi Inthanon nach	
Mae Chaem	370
Von Mae Chaem nach	
Mae Sariang	371
Mae Sariang und Umgebung	371
Von Mae Sariang nach	
Mae Hong Son	374
Mae Hong Son	376
Auf dem Mae Sakut Nature Trail	377
Von Mae Hong Son	
nach Ban Rak Thai	383
Ban Rak Thai (Mae Aw)	384
Tham Pla	385
Wat Pa Tam Wua	
Forest Monastery	386
Pang Mapha und Umgebung	386
Pai und Umgebung	391
Motorrad-Rundtour	
südlich von Pai	394
Von Pai nach Chiang Mai	403
Die Bergwelt im hohen Norden	403
Von Chiang Mai nach Chiang Rai	403
Mae Taeng Valley	405
Chiang Dao und Umgebung	405
Von Chiang Dao nach Fang	408
Von Chiang Dao zum Doi Angkhang	408
Thaton	409
Von Thaton nach Mae Salong	412
Mae Salong (Santikhiri)	412
Von Mae Salong zur	
Grenze im Norden	416
Auf H1234 und H1130 nach Osten	416

Wanderung durch die Teeplantagen	417
Chiang Rai	418
Umgebung von Chiang Rai	427
Doi Tung	428
Mit dem Rad durch den Singha Park	429
Mae Sai	430
Das Goldene Dreieck	432
Chiang Saen und Umgebung	434
Von Chiang Saen nach Chiang Khong	437
Chiang Khong	438
Phu Chi Fa	440
Chiang Kham	441
Die abgelegene östliche Bergregion	441
Phayao	441
Von Phayao nach Nan	444
Nan und Umgebung	444
Nong Bua	450
Pua und Umgebung	451
Doi Phu Kha National Park	451
Von Pua zur Grenze und weiter nach Bo Klua	451
Bo Klua und das Mang Valley	452
Von Nan nach Phrae	453
Phrae	453
Lampang	458
Die Umgebung von Lampang	463
Doi Khun Tan National Park	464
Chae Son National Park	465



Der Nordosten 466

Von Bangkok nach Korat	470
Khao Yai National Park	470
Korat (Nakhon Ratchasima)	477
Die Umgebung von Korat	482
Von Korat nach Nong Khai	483
Phimai	483
Khon Kaen und Umgebung	485
Phu Wiang National Park	487
Udon Thani und Umgebung	487
Ban Chiang	489
Nong Khai	490
Die Umgebung von Nong Khai	495
Von Nong Khai nach Westen	496
Sangkham und Umgebung	497

Chiang Khan	498
Die Umgebung von Chiang Khan	500
Loei	501
Die Umgebung von Loei	503
Phu Kradueng National Park	504

Von Nong Khai nach

Ubon Ratchathani (Ostroute)	505
Phon Phisai	505
Buang Kan und Umgebung	505

Wat Phu Tok: Auf dem Holzweg zum Gipfel

Nakhon Phanom	507
Mukdahan	508
Ubon Ratchathani und Umgebung	509
Khong Chiam und Umgebung	515
Pha Taem National Park	516

Von Ubon Ratchathani

nach Aranyaprathet	517
Surin und Umgebung	517
Khmer-Tempel in der Grenzregion	519
Aranyaprathet	522



Die Ostküste und der Ko-Chang-Archipel 524

Die Ostküste	526
Pattaya	526
Rayong und Umgebung	536
Ko Samet	537
Chantaburi und Umgebung	540
Trat und Umgebung	544
Von Trat nach Hat Lek	547
Ko Chang	548
White Sand Beach (Hat Sai Kao)	553
Pearl Beach (Hat Kai Mook)	558
Klong Prao Beach – Chai Chet	559
Kai Bae Beach (Hat Kai Bae)	562
Lonely Beach (Thanam Beach)	563
Bailan Beach	564
Bang Bao	565
Klong Kloi Beach	566
Die Ostküste, Salakphet und Long Beach	567
Ko Mak, Ko Kood und weitere Inseln im Ko-Chang-Archipel	570
Ko Mak	570
Ko Kham und Ko Rayang	576
Ko Kood	576
Weitere Inseln des Archipels	583

Die Golfküste 584

Die nördliche Golfküste 586

Phetchaburi und Umgebung	586
Kaeng Krachan National Park	590
Cha-Am	591
Hua Hin	593
Hat Sam Roi Yot	599
Khao Sam Roi Yot National Park	601
Kui Buri National Park	602
Prachuap Khiri Khan und Umgebung	602
Ban Krut	605
Chumphon	608
Mu Ko Chumphon National Park	611

Die Inseln im Golf 611

Ko Samui	613
Nathon	618
Mae Nam	620
Bo Phut und Fisherman's Village	622
Big Buddha	623
Choeng Mon	625
Chaweng	626
Ao Thong Ta Khien	629
Lamai	629
Die Südküste und vorgelagerte Inseln	632
Die Westküste	634
Ang Thong Marine National Park	635
Ko Pha Ngan	636
Thong Sala und Ao Bang Charu	640
Hat Plaaylam	644
Hat Wok Tum und Hat Hin Kong	644
Hat Sri Thanu, Zen-Beach und Hat Laem Niad	645
Hat Chao Pao	647
Hat Son (Secret Beach)	648
Hat Yao (West)	649

Hat Salad	650
Ao Mae Hat	652
Ban Chaloklum	653
Hat Khom (Coral Bay)	654
Hat Khuat (Bottle Beach)	655
Thong Nai Pan	656
Than Sadet	658
Hat Nam Tok, Hat Yang, Hat Yao (East)	659
Hat Wai Nam, Hat Thien und Hat Yuan	659
Hat Rin	660
Ao Hin Lor, Ban Kai und Ban Tai	663
Ko Tao	665
Mae Hat	667
Sai Ri	671
Hat Sai Nuan	673
Ao Chalok Ban Kao	674
Ao Thian Og (Shark Bay)	675
Ao Tanote	675
Ao Laem Thian, Ao Hin Wong und Ao Mamuang (Mango Bay)	676
Ko Nang Yuan	676

Die südliche Golfküste 677

Surat Thani	679
Khanom und Umgebung	683
Nakhon Si Thammarat	686
Khao Luang National Park	688
Phatthalung und Umgebung	689
Hat Yai	691
Songkhla	695

Die Andamanenküste 700

Nördliche Andamanenküste	702
Ranong	702
Ko Chang	706
Ko Phayam	709
Ko Surin National Park	715

Was gibt es Neues?

Im **Stefan Loose Update Club Thailand** ( <https://www.stefan-loose.de/thailand>) posten wir nicht nur viele weitere Inspirationen, wir stellen auch aktuelle Informationen online und geben euch die Möglichkeit, eure Tipps und Erfahrungen zu posten. Direkte Links zu den Infos findet ihr mithilfe der **QR-Codes** und der **[eXTras]**. Wie das genau funktioniert, erklären wir auf S. 903. Wie ihr mitmachen könnt, erfahrt ihr dann online. Klickt euch rein, wir freuen uns auf euch. Die besten Updates werden mit einem Stefan Loose Travel Handbuch belohnt.

Khura Buri	717
Ko Phra Thong	718
Ko Kho Khao	721
Takua Pa	722
Khao Sok National Park	723
Khao Lak	727
Hat Bang Niang	729
Hat Nang Thong	732
Die Strände im Norden	733
Die Strände im Süden	734
Ko Similan National Park	736
Phuket	737
Phuket-Stadt (Phuket Town)	739
Spaziergang durch Phuket-Stadt	742
Südlich von Phuket-Stadt	749
Laem Panwa	749
Chalong und Umgebung	750
Der tiefe Süden	752
Rawai	752
Nai Harn, Ao Sane und Hat Ya Nui	754
Die Westküste	755
Kata und Karon	755
Patong	759
Kamala	763
Surin und Ao Bang Tao	765
Hat Nai Thon	768
Nai Yang	769
Hat Mai Khao	770
Jenseits der Strände	771
Khao Phra Thaeo Wildlife Park	771
Thalang und Kathu	772
Die Inseln vor Phuket	772
Die Inseln vor der Ostküste	772
Die Inseln vor der Südküste	773
Ko Racha Yai und Ko Racha Noi	774
Krabi und die Bucht von Phang Nga	775
Die Bucht von Phang Nga	776
Phang-Nga-Stadt	776
Krabi und Umgebung	780
Krabi-Stadt	780
Ausflüge in die Umgebung von Krabi	785

Rai Leh	787
Ao Ton Sai	794
Ao Nang	796
Hat Klong Muang, Hat Tub Kaek und Ao Tha Len	799
Inseln bei Krabi	800
Ko Yao Noi	800
Ko Yao Yai	804
Ko Jum / Ko Pu	807
Ko Phi Phi	812
Rings um Ko Phi Phi Don	819

Südliche

Andamanenküste	820
Ko-Lanta-Archipel	821
Ko Lanta Yai	821
Die Inseln östlich von Lanta	838
Die Inseln südlich von Ko Lanta	838
Ko Hai / Ko Ngai	838
Ko Muk	841
Ko Kradan	846
Ko Bulon Leh	847
Tarutao National Park	849
Ko Lipe	851
Auf dem Festland: von Trang bis Satun	857
Trang	858
Pakbara	861
Satun	862

Anhang

Sprachführer	864
Glossar	868
Reisemedizin zum Nachschlagen	871
Bücher	878
Filme	882
Index	891
Danksagung	904
Bildnachweis	905
Impressum	906
Kartenverzeichnis	907

Reiseatlas

909

THAILAND

Die Highlights

Zwischen der kühlen Bergwelt des hohen Nordens und den tropischen Inselparadiesen in der Andamanensee und im Golf von Thailand erstreckt sich ein enorm vielseitiges Land. Ob Kultur, Natur, Entspannung, Nachtleben oder Shopping: Thailand bietet Highlights für jeden Geschmack.

1





1

1 BANGKOK Die gigantische Hauptstadt strotzt vor Energie, Dynamik und Flair. Die prächtigen Paläste, sagenumwobenen Tempel und modernen Museen gehören zu den Höhepunkten jeder Reise. Auch das abwechslungsreiche Essen der Straßenküchen und Spitzenrestaurants, das berühmte Nachtleben und die schier unendlichen Einkaufsmöglichkeiten sind gute Gründe für einen mehrtägigen Aufenthalt. S. 132

2 ERAWAN NATIONAL PARK (Abb. Folgeseite) Die sieben herrlich gelegenen Wasserfälle des kleinen Nationalparks laden mit ihren Sinterterrassen zu schweißtreibenden Wanderungen mit erfrischenden Schwimmpausen ein. S. 250



1







AYUTTHAYA Die eindrucksvollen Tempel- und Palastruinen zeugen von der einstigen Größe der legendären Königsstadt, die 1767 von birmanischen Truppen zerstört wurde. S. 264

SUKHOTHAI Die weitläufige Ruinenstadt, die als Wiege Thailands gilt, und ihre ländliche Umgebung strahlen wohlthuende Ruhe aus und lassen sich gut mit dem Fahrrad erkunden. S. 289

CHIANG MAI (Abb. Folgende Seite) Auf dem lebendigen Nachtmarkt wird das bunte Kunsthandwerk der Bergvölker und noch viel mehr feilgeboten. Hier findet sich garantiert ein passendes Souvenir. S. 323











6 BEGEGNUNGEN MIT ELEFANTEN Den faszinierenden Dickhäutern ganz nahe kommen, ist an vielen Orten im Norden des Landes möglich. S. 350

7 NAN Trotz seiner schönen Tempel, lebendigen Kunstszene und vielfältigen Umgebung ist das geschichtsträchtige Städtchen unter westlichen Touristen noch ein Geheimtipp. S. 444

8 KHAO YAI NATIONAL PARK Jede Menge kleine und große Naturwunder erwarten die Besucher des ältesten Nationalparks von Thailand unweit von Bangkok. S. 470





9 NONG KHAJ Wo 1994 die erste Brücke über den Mekong geschlagen wurde, erzeugt der breite Strom eine ganz besondere Stimmung: Am Ende des Friendship Highway gelegen, fungiert die angenehme Stadt mit einer 6 km langen Ufer-Promenade und einladenden Heiligtümern als wichtigstes Tor nach Laos – und beliebter Traveller-Treffpunkt. S. 490

10 KO CHANG Im Golf von Thailand vor der Küste Kambodschas liegt der Ko-Chang-Archipel mit traumhaften Meereswelten. Die namensgebende Hauptinsel ist der perfekte Ort zum Chillen in den europäischen Wintermonaten. Nur eine Handvoll Surfer kommt im Sommer, wenn die Wellen hoch schlagen. S. 548







12

11 KO KOOD Die 52 Inseln des Ko-Chang-Nationalparks verfügen alle über einen ganz eigenen, paradiesischen Reiz. Ein echtes Juwel ist das bisher wenig besuchte Ko Kood. S. 576

12 KO PHA NGAN Feiern und faulenzten auf Thailands beliebtester Travellerinsel. Sportbegeisterte fahren Rad, tauchen oder schulen beim Yoga Körper und Geist. S. 636

13 KO TAO Die Insel für junge Leute: Tagsüber taucht man in die Unterwasserwelt ab und abends wird gefeiert. Wer es ruhiger mag, zieht nicht an die Hauptstrände. S. 665

13





14 KO PHAYAM Einfache Hütten und noch recht einsame Strände locken auf die kleine Insel. S. 709

15 KHAO SOK NATIONAL PARK Wanderwege, Wasserfälle, ein schöner Fluss und nahebei liegt ein sehenswerter Stausee. S. 723

16 PHUKET-STADT Koloniales Flair und eine aufstrebende Kulturszene machen die Stadt zu einem ganz besonderen Ort. Und wer möchte, kann jeden Tag einen anderen Strand besuchen. S. 739

17 BUCHT VON PHANG NGA (Abb. Folgeseite) Die berühmte Karstlandschaft bietet ein beeindruckendes Erlebnis, denn es gibt unzählige Felsen und Inseln zu bestaunen. S. 776





Reiseziele und Routen

Reiseziele

Was ist es genau, das Thailand seit Jahrzehnten zum beliebtesten Reiseziel Südasiens macht? Das Land scheint auf magische Weise all das zu vereinen, was sich Abenteuerlustige ebenso wie Erholungssuchende wünschen: Entspannung, Genuss, Exotik und Nervenkitzel. Kleine Buchten mit naturnahen Bungalowanlagen sowie Badeorte mit komfortablen Resorts verheißten Erholung pur – und das für jedes Budget. Strahlender Sonnenschein, türkisblaues Wasser und kilometerlange Strände – gerade an grauen Wintertagen klingt das besonders verlockend.

Darüber hinaus fasziniert die fremde Kultur mit prächtigen Tempeln, köstlichem Essen und vielfältigem Kunsthandwerk. Auf lebhaften Märkten und in modernen Einkaufszentren macht es Spaß, im vielfältigen Angebot zu stöbern. Shopping wird vielerorts großgeschrieben, vor allem in Bangkok, Chiang Mai, Hua Hin, Phuket und Pattaya, aber auch auf vielen Nachtmärkten im ganzen Land, sodass viele mit einem zusätzlichen Koffer zurückkehren.

Die Bandbreite an **Aktivitäten** lässt kaum Wünsche offen. Fantastische Höhlen, Aussichtspunkte und Wasserfälle in den Bergen, Wäldern und Nationalparks sind attraktive Zie-

Die stimmungsvollsten Feste

Landesweit – zum Mitmachen

Chinesisches Neujahr: Mit akrobatischen Drachen- und Löwentänzern durch die Straßen ziehen, am besten in der Chinatown von Bangkok, in Ratchaburi, Ayutthaya, Nakhon Sawan, Korat, Phuket-Stadt oder Trang. S. 201, S. 231, S. 272, S. 280, S. 477, S. 739 und S. 858

Loi Krathong: Beim Lichterfest kleine Boote mit Kerzen und Blumen auf Flüssen und Seen schwimmen lassen, am besten in Ayutthaya, Alt-Sukhothai oder Chiang Mai. S. 272, S. 298 und S. 343

Makha Bucha und **Visakha Bucha:** An diesen buddhistischen Feiertagen kann man sich einer Lichterprozession in den Tempeln anschließen, am besten in Bangkok. S. 132

Silvester: Große, weiße Papierlampions langsam in den Himmel steigen lassen ist viel schöner als Feuerwerk und Böller, am besten in Chiang Mai. S. 323

Songkran: Zum Thai-Neujahrsfest wird es nass! Überall im Land wird mit Wasserpistolen gespritzt und aus Eimern geschüttet. S. 61

Tempelfeste: bei mehrtägigen Feiern geht es überall im Land (lebens)lustig zu. S. 637

Regional – zum Zuschauen

Candle Festival in Ubon Ratchathani: Geübte Künstlerhände – aber auch stets willkommene Touristen – formen massive Wunder aus Wachs. S. 514

Flower Festival in Chiang Mai: fantastische Farbenvielfalt voller Blumen und Pflanzen. S. 343

Naga-Feuerball-Festival am Mekong: wenn der Fluss faszinierend zu leuchten beginnt. S. 505

Phaiban Dokfai Festival/Dok Fai Ban in Loei: Das Baumwollblütenfest ist ein großes, lautes und buntes Spektakel mit Masken und Tänzen. S. 503

Raketen-Festival in Yasothon: Riesige, selbst gebastelte Raketen steigen in den Himmel. S. 509

Vegetarierfest in Phuket: Teilnehmer durchbohren in Trance ihre Körper mit Haken und Speeren. S. 746

❓ Fragen und Antworten

Bereits seit seiner frühesten Kindheit reist Mischa Loose durch Thailand und ist seit 2008 als Autor für dieses Buch im Land unterwegs. Eine besondere Faszination übt seitdem die sich unablässig wandelnde Metropole Bangkok mit all ihren Facetten auf ihn aus – vom simplen Essensstand an der Straßenecke bis zum schicken Gourmet-Restaurant, vom einfachen Geisterhäuschen bis zum königlichen Tempel, von der kleinen Kunstgalerie bis zum Nationalmuseum, von der winzigen Musikkneipe bis zu den größten Clubs. Aber auch die weniger touristischen Provinzstädte im Hinterland, die vielen Naturschönheiten und das fantastische Essen locken ihn immer wieder in die entlegensten Regionen des Königreichs.



■ Was macht Thailand so besonders?

Für mich sind es vor allem die Menschen und ihre weltweit einmalige Kultur. Die lockere und heitere, im Hier und Heute verankerte Lebenseinstellung der Thais wirkt ansteckend, vor allem für manch sorgengeplagte Europäer-Seele. Obendrein stellt die kulinarische Vielfalt im Königreich meiner Meinung nach jede andere Landesküche in den Schatten – und schmeckt dazu noch göttlich!

■ Ist Thailand ein Ziel für den Familienurlaub?

Sicherlich stellt der obligatorische Langstreckenflug vor allem für Familien mit kleinen Kindern eine Herausforderung dar, doch einmal angekommen, ist das schnell vergessen. Das Land ist ein Paradies für Kinder jeden Alters! Thais sind überaus kinderfreundlich und nehmen sich gern der Betreuung der Kleinsten an. Es gibt überall etwas zu entdecken, ob tropische Früchte auf dem Markt oder Muscheln im Sand, glitzernde Tempel, exotische Tiere wie Affen und Elefanten oder faszinierendes Kunsthandwerk. Nur die Sprachbarriere kann ältere Kinder etwas hemmen, und die (nicht außergewöhnlich schwerwiegenden) gesundheitlichen Risiken sollten im Voraus bedacht werden. Mehr zum Thema ab S. 68 und S. 871.

■ Soll ich meine Unterkünfte vorab buchen?

Das kommt ganz auf die eigenen Ansprüche und die Reisezeit an. Während der absoluten Hochsaison im Dezember und Januar und rund um das Thai-Neujahr Songkran im April ist es besonders in den Touristenhochburgen empfehlenswert, Unterkünfte frühzeitig zu buchen. Wer partout in einem bestimmten Hotel übernachten möchte oder die komplette Reise taggenau durchgeplant hat, kann ohne Bedenken vorbuchen, auch wenn so einiges an Spontanität verloren geht. Auch für die erste Nacht nach dem Flug sowie nach längeren Zug- oder Busfahrten lohnt es sich, ein Hotelzimmer

le für Wanderer, Fahrrad- und Motorradfahrer. Begegnungen mit Elefanten bleiben in lebhafter Erinnerung. Auf Bergflüssen werden sowohl aufregende Rafting- als auch entspannte Floßtouren angeboten, Mangrovenwälder, Lagunen und Kalksteinhöhlen können mit Kajaks erkundet werden, und beim Tauchen geht's hinab in die geheimnisvolle Unterwasserwelt. Wer den Adrenalin-Kick sucht, gleitet an Stahlseilen über dschungelbedeckte Täler, erklettert steile Kalksteinfelsen oder erlernt die brachiale Kunst

des Thai-Boxens. Wer auf Sinnsuche ist oder Ruhe sucht, kann sich zum Meditieren in ein Kloster zurückziehen oder beim Yoga-Retreat entschleunigen. Und wer ein dauerhaftes Souvenir mit nach Hause bringen möchte, kann sich in die Geheimnisse der Thai-Küche und Massage einführen lassen.

Viele Besucher kommen Jahr für Jahr wieder, um sich am vertrauten Strand zu entspannen oder neue Regionen zu erkunden. Manche überwintern hier oder sind gar komplett nach Thai-

sicher zu haben. Sonst ist dies nicht notwendig. Gerade in der Provinz und in Zentren mit einer großen Auswahl an Unterkünften ist auch am Ankunftstag noch viel verfügbar, und dann oft zu günstigeren Preisen als bei frühzeitiger Buchung.

■ Werden wir als Vegetarier oder Veganer satt?

Auch wenn in der traditionellen Landesküche viel Fleisch, Fisch und die entsprechenden Produkte auf den Teller kommen, werden auch Vegetarier meist gut versorgt. Fleisch kann man weglassen oder durch Tofu ersetzen, und auch die omnipräsente Fischsauce lässt sich mit Sojasauce substituieren. Schwierig wird es bei Suppen, deren Basis fast immer Brühe aus ausgekochten Knochen bildet. Gerade in Touristenzentren gibt's immer mehr vegetarische oder vegane Restaurants, die auch ausgestützte fleischlose Geschmacksfeuerwerke zaubern. In der Provinz kann es hingegen vorkommen, dass man sich mit einem Teller weißem Reis mit in Sojasauce gebratenem Gemüse begnügen muss.

■ Komme ich gut mit öffentlichen Verkehrsmitteln voran?

Große Busse verkehren in alle Städte des Landes, und dank des gut ausgebauten Straßennetzes sind sie schnell unterwegs. Bei längeren Fahrten lohnt es sich, VIP-Busse zu nutzen, die mehr Beinfreiheit und Komfort bieten.

Die Öffis sind in Bangkok sehr gut ausgebaut, denn in den letzten Jahren wurde enorm investiert. In kleineren Städten und auf den Inseln wird der Nahverkehr meist von Motorradtaxi, Songthaew oder Tuk Tuks übernommen, auf den Inseln sind außerdem Longtail-Boote sehr verbreitet. Generell ist es fast überall ein Leichtes, nach der Ankunft im Zielort ein Transportmittel für die letzten Kilometer zu finden. Und auch die Eisenbahn ist eine gute, entschleunigende Alternative.

Wer zu abgelegenen Zielen reisen oder unabhängig unterwegs sein möchte, sollte zudem die Möglichkeit eines Mietwagens in Betracht ziehen. Man gewöhnt sich schnell an den (Links-)Verkehr, und Benzin ist erfreulich günstig.

■ Gibt es überall Handynet und Internet?

Die Handynetze sind zuverlässiger als in Deutschland und nahezu lückenlos ausgebaut. Aus eigener Erfahrung sind AIS und TrueMove am besten. Nur auf manchen kleinen Inseln kann es Funklöcher geben, und auch die Stromversorgung ist dort nicht immer ganztags gegeben. Fast immer bieten Unterkünfte WLAN (in Thailand: WiFi), das jedoch manchmal unzuverlässiger und langsamer ist als die Verbindung über das eigene Handy.

Noch Fragen?  www.stefan-loose.de/globetrotter-forum

land ausgewandert. Wer mobil ist und auch mal die Hauptrouten verlässt, entdeckt auch nach mehreren Thailand-Reisen immer neue lohnende Ziele zwischen der Inselwelt im Süden und den abgelegenen Bergregionen des Nordens.

Neben Hunderten von Wasserfällen, Höhlen und Naturschutzgebieten bietet Thailand unzählige Inseln, Strände, Tempel und andere Attraktionen. Wir können hier nur die interessantesten beschreiben. Es gibt also auch jenseits der Informationen in diesem Buch viel zu entdecken.

Inseln und Strände

Ich will auf die Insel! Aber welche? Jede verströmt ihre ganz eigene Atmosphäre. Es gibt große und kleine, quirlige und einsame, an der Andamanen- und Golfküste im Süden genauso wie an der Ostküste gen Kambodscha, und auch auf dem Festland locken kilometerlange, von Kokospalmen gesäumte Strände. Zudem variiert die beste Reisezeit von Region zu Region. Ein Blick ins Unterkapitel Klima und auf die da-

Die besten Essensmärkte



Floating Market in Amphawa: Ein kulinarischer schwimmender Wochenendmarkt mit vielen Spezialitäten. S. 230

Gourmet-Etage im Siam Paragon in Bangkok: In ihrer Vielfalt kaum zu überbieten. S. 190

Sunday Walking Street in Chiang Mai: Schlemmermeile in Tempelhöfen. S. 345

Nachtmärkte in Krabi-Stadt: Frischer Fisch und viel andere Köstlichkeiten in authentischer Atmosphäre. S. 782

zugehörigen Tabellen erleichtert die Wahl, auch wenn das Wetter im Zuge des Klimawandels nicht mehr so vorhersehbar ist wie früher.

Da Sonne und Meer die Trägheit fördern, wird kaum jemand auf die Idee kommen, jeden Tag eine andere Insel oder einen anderen Strand aufzusuchen. Der ideale Küstenabschnitt sollte demnach alles bieten, was das Herz begehrt, aber auch nicht mehr. Was die einen als vergnüglich empfinden, bezeichnen andere als Rummel. Den einen ist der Strand zu abgelegen, den anderen zu touristisch – Gott sei Dank, denn würden wir alle das gleiche Ziel haben, wäre es schnell überfüllt. Und trotzdem gilt dies bereits für so manche Insel – in der Hauptsaison tritt man sich mancherorts auf die Füße.

Einen Nachteil haben viele Badeorte: Sie sind erst in den vergangenen Jahrzehnten entstanden. Daher leben hier viele Saisonarbeiter und Zugezogene. Wer authentische Thai-Kultur erleben möchte, sollte die Inselträgheit überwinden und sich auf den Weg aufs Festland machen.

Oder zumindest aus den Strandzentren ausbrechen und das Hinterland der Inseln erkunden.

Andamanenküste

An der Andamanenküste im Süden thront seit Jahrzehnten **Phuket** (S. 737), Thailands größte Insel, in der Popularität ganz vorne. Durch ihren Flughafen ist sie schnell zu erreichen und zudem komplett erschlossen. Viele Anlagen sind Erlebniswelten und Wellnessoasen für Anspruchsvolle und Bars und Restaurants jeglicher Couleur lassen auch nach Sonnenuntergang keine Langeweile aufkommen. Es gibt aber auch noch Orte abseits des Massentourismus und eine hübsche Inselhauptstadt mit sino-portugiesischer Vergangenheit. **Khao Lak** (S. 727) ist auf ruhesuchende Pauschalurlauber ausgerichtet und oft überfüllt, punktet aber mit vielen Aktivitäten und Ausflügen (v. a. Dschungeltreks und Tauchen). Weiße Sandstrände, pittoresk umrahmt von steil aufragenden Kalkfelsen, machen die Umgebung von **Krabi** (S. 780) zu einem weiteren beliebten Urlaubsziel, aber auch zu einer Kletterdestination von Weltrang. Die abwechslungsreiche Insel **Ko Lanta** (S. 821) zieht viele Familien mit kleinen Kindern an, ist aber auch für Feierfreudige und Naturliebhaber ein lohnendes Ziel. Die Strände sind besonders toll und man findet auch Budgetunterkünfte. Landschaftlich noch spektakulärer, allerdings sehr überlaufen ist **Ko Phi Phi** (S. 812), das mit viel Nachtleben und reizvollen, stark frequentierten Ausflügen besticht. Auf der nördlich gelegenen **Ko Jum** (S. 807) geht's nicht so paradiesisch, doch noch beschaulicher zu, auch wenn der Mix aus attraktiven Buchten, einfachen Unterkünften und netten Bars und Restaurants immer mehr Besucher anzieht. Erschlossen, aber nicht bei Touristen aus aller Welt bekannt, sind die kleinen **Ko Phayam** (S. 709) und **Ko Bulon Leh** (S. 847), die beide mit viel Natur aufwarten. Während erstere auch einige chillige Bars hat, kann man auf letzterer noch mehr Ruhe finden. Ein bisschen „wie früher“ ist es noch auf **Ko Chang Noi** (S. 706): relativ wenig Infrastruktur, einfache Bungalows, authentisches Strandleben und unzugänglicher Dschungel. Ein weiterer Geheimtipp für alle, die Touristenandrang meiden möchten, ist **Ko Phra Thong** (S. 718), das