



Holger Krauße

SELBST-
ORGANISIERT

reisen

INDIVIDUELL, SICHER UND GÜNSTIG



S. 35 (SOLO REISEN)

Allein in der Fremde?
Gute Idee!



S. 61 (RICHTIG BUCHEN)

Die optimalen Flüge und Hotels finden?
Gewusst wie!



Immer entspannt unterwegs



S. 214 (KULTUR,
RELIGION UND POLITIK)

Kulturelle Unterschiede: So meistern
Sie sie souverän



SELBST-
ORGANISIERT



reisen

INDIVIDUELL, SICHER UND GÜNSTIG



IMPRESSUM

Holger Krauß

**Selbstorganisiert reisen –
individuell, sicher und günstig**

erschieden im Reise Know-How Verlag

Peter Rump GmbH,

Osnabrücker Str. 79, 33649 Bielefeld

© Reise Know-How Verlag Peter Rump GmbH

1. Auflage 2020

PDF-ISBN 978-3-8317-5137-2

Alle Rechte vorbehalten.

Gestaltung: Kerstin Wakob

Lektorat: Daniela Tannebaum

Fotonachweis: s.S. 348





Vorwort

Reisen! – Ein Wort, das die Vorstellungskraft beflügelt wie kaum ein anderes. Das an den Morgenebel über der kenianischen Savanne denken lässt, an die sonnen-durchfluteten Paläste Rajasthans und die schneebedeckten Gipfel des Karakorums. An den Klang des Windes in der Ténéré, die Schreie der Tiere im Dschungel von Borneo und die Mönchsgesänge tibetischer Klöster. An Gespräche bei Mokka oder Buttertee. An Namen voller Zauber und Geheimnis wie Isfahan, Lhasa, Sansibar, Brahmaputra.

Welche Wunder dieser Erde Ihnen auch in den Sinn kommen: Reisen Sie. In Ihrem Tempo, an Ihre Sehnsuchtsorte, allein oder gemeinsam. Denn das ist mit Reisen gemeint: das individuell in Eigenregie geplante und durchgeführte Reisen ohne „All-Inclusive“ und Rundumbetreuung. Alles andere ist Urlaub.

Gewiss, selbstbestimmtes Reisen verlangt uns mehr ab als ein Gang ins Reisebüro. Vieles will durchdacht und arrangiert sein, Risiken müssen eingeschätzt werden, und trotzdem wird selten alles wie geplant laufen. Ja, manche Mühe, Unbequemlichkeit und Herausforderung wartet auf Sie. Irgendwann werden Sie sich mit Taxifahrern und sturen Beamten streiten, an einer Magenverstimmung leiden oder wegen eines stornierten Fluges festsitzen.

Doch lassen Sie sich davon nicht beirren: Zum einen ist all dies Teil einer Erfahrung, an der man wächst und die das Reisen umso schöner und wertvoller macht. Denn wie immer im Leben sind es gerade die Stolpersteine, die die besten Geschichten und die intensivsten Erlebnisse bieten. Und zum anderen haben Sie eine Trumpfkarte: Sie sind im Besitz dieses Buches. Wenn Sie bislang keine oder wenig Erfahrung im individuellen Reisen außerhalb Europas haben, finden Sie hier alles, was Sie für Planung und Durchführung

einer auf Ihre Wünsche zugeschnittenen Reise von einer oder mehreren Wochen wissen müssen.

Dieses Buch richtet sich an alle, die mit echtem Interesse an Land und Leuten eigenständig, sicher und günstig reisen wollen, ohne auf einen gewissen Komfort zu verzichten. Aber auch, wer die Organisation lieber anderen überlässt, wird hier vieles finden, das die Reise sicherer und angenehmer macht. Stichwort Komfort: Damit ist gemeint, im Rahmen seines Budgets dort bequem oder gar luxuriös zu reisen, wo es möglich und bezahlbar ist, und auf einfache Unterkünfte, Zelt und Rucksack nur dann zurückzugreifen, wenn es nicht anders geht, ein besonderes Erlebnis verspricht oder Sie einfach Lust darauf haben.

Dieses Buch fußt auf meinen Erfahrungen aus Reisen in bislang 77 Länder auf sechs Kontinenten. Länder unterschiedlichster Gesellschaftsformen, Kulturen, Klimata, Sprachen und Infrastruktur, darunter Klassiker wie die USA, Indien und China, aber auch Exoten wie Ost-Timor, Turkmenistan oder Französisch-Guayana. Es unterstützt Sie bei der strukturierten Vorbereitung und Durchführung Ihrer Reise, zeigt, wie Sie entspannt reisen, Risiken realistisch bewerten und ihnen vorbeugen, souverän mit Unannehmlichkeiten umgehen, gesund bleiben und Ihr Budget einhalten.

Mit guter Vorbereitung, kluger Planung und der richtigen Einstellung sind Sie in der Lage, praktisch jede Herausforderung zu bewältigen und Ihre Reise voll und ganz zu genießen. Ganz gleich, ob Sie allein reisen oder nicht, ob Sie 18 oder 88 und ob Sie Mann oder Frau sind: Sie können das. Versprochen.

Vor allem aber – reisen Sie! Es lohnt sich.

Ihr Holger Krauß

Vorwort 4

1



Die strukturierte Reiseplanung 9

Das Reiseziel festlegen **10**

Sich über das Reiseziel informieren **22**

Strukturiert und flexibel zum individuellen Reiseplan **25**

Solo reisen **35**

2



Erste Reisevorbereitungen 39

Reisepass und Visum **40**

Versicherungen und Schadensersatzansprüche **48**

Schutzimpfungen und

Prophylaxe **53**

SIM-Karte und Apps **56**

3



Richtig buchen: Flüge, Hotels und mehr 61

Auf der Jagd nach dem perfekten Flug **62**

Auf der Suche nach den besten Hotels **81**

Mietwagen und andere Verkehrsmittel **91**

Lokale Tour Operator als Allzweckwaffe **96**

4



Perfekt packen 105

Das ideale Reisegepäck **106**

Leicht packen **115**

Die Basis-Packliste **122**

Dos and Don'ts beim Handgepäck **126**

Bestens gekleidet **131**

5



Geld und andere Zahlungsmittel 137

6



Vor der Abreise 141

7



Unbeschwert fliegen und ankommen 145

Online und mobil einchecken **146**

Bequem zum Flughafen **148**

Am Airport: Check-in, Sicherheitskontrolle und Boarding **151**

Den Flug genießen **161**

Die Flugangst besiegen **164**

Relaxed ankommen **167**

8



Entspannt unterwegs 175

Auto fahren und gefahren werden **178**

Reisen mit Einschränkungen **182**

Sprache und Übersetzen **185**
Mit Schmutz und Menschen-
massen umgehen **187**
Sanitäre Einrichtungen **190**
Shopping ohne Reue **196**

9



Menschen begegnen und verstehen 199

Menschen treffen **200**
Soziale Unterschiede **208**
Kultur, Religion und Politik **214**

10



Nachhaltig reisen 227

11



Essen und Restaurants 233

12



Gesund unterwegs 241

Die Reiseapotheke **242**
Beim Arzt im Ausland **250**
Reisethrombose vermeiden **253**
Allgemeine Hygiene **256**
Gesund trinken und essen **258**
Durchfall und Verstopfung **262**
Erkältungen und Grippe **264**
Sonnenschutz **266**
Reisekrankheit **268**
Vor Mückenstichen
schützen **270**
Schlangen und andere
Gifttiere **276**

Anderes Getier **280**
Höhenkrankheit **286**
Strahlenexposition **290**

13



Sicher reisen 293

Dokumente und Wert-
gegenstände sicher auf-
bewahren **295**
Richtig mit Bargeld und
Kreditkarten umgehen **301**
Betrug, Diebstahl und
Raubüberfälle vermeiden
und überstehen **306**
Frauen unterwegs **313**
Umgang mit Polizei und
Behörden **318**
Konsularische Hilfe **320**
Unfälle, Schiffs- und Flug-
zeugunglücke **327**
Naturkatastrophen
überleben **332**

14



Wieder daheim: Durch den Zoll 337

Register 342

Inhalt



Holger Krauß

ÜBER DEN AUTOR

Holger Krauß, Jahrgang 1968, hat mehr als 70 Länder auf sechs Kontinenten bereist. Sein Reiseschwerpunkt ist Asien; er besuchte bereits drei Viertel aller asiatischen Länder, davon allein Indien achtmal.

Neben seiner hauptberuflichen Tätigkeit für eine große deutsche Retailbank ist Holger Krauß Inhaber des Modelabels padmera.

Er ist zudem Autor des Sachbuchs „Religion im Faktencheck“ (Tectum Verlag).



Selbstorganisiert reisen nach Südamerika, Asien oder Afrika? Gewiss eine Herausforderung – mit dem richtigen Know-how aber durchaus zu bewältigen. Dieses Buch vermittelt das erforderliche Wissen und bietet viele praktische Tipps, um gut vorbereitet, entspannt und sicher zu reisen.

Angefangen bei der Wahl des passenden Reiseziels und der besten Reisezeit hilft „Selbstorganisiert reisen“ mit Praxiswissen zu Flugbuchungen, Versicherungen, Visa und medizinischer Prophylaxe. Das ideale Reisegepäck und die Auswahl lokaler Touranbieter werden ebenso behandelt wie der Umgang mit Schmutz und Menschenmassen und die Geheimnisse eines Shoppings ohne Reue.

Vor Ort helfen Hinweise zum richtigen Verhalten und zum respektvollen Umgang mit Menschen anderer Kulturen, auch schwierige Situationen zu meistern oder von vornherein zu vermeiden. Eine Fundgrube voller Tipps und Tricks für alle, die ihre nächste Reise auf eigene Faust planen und durchführen möchten.

Autor Holger Krauß ist begeisterter Weltentdecker und seit drei Jahrzehnten auch in schwierig zu bereisenden Gegenden unterwegs – immer selbstorganisiert. Er ist überzeugt: „Das kann jeder, man muss sich nur trauen – und den ein oder anderen guten Tipp in der Tasche haben.“
