



## Reise durch Süd-Yunnan

Von SYLVIE Travel Consulting 云南喜临文化  
2025-2026

Yunnan gilt als eine der schönsten und vielfältigsten Provinzen Chinas. Sowohl landschaftlich - von Regenwald und tropischer Pflanzenwelt, über Seen und reissende Flüsse, bis hin zu Hochebenen mit Gras- und Waldlandschaften mit über 6000m hoch reichenden Schneebergen -, als auch kulturell - mit insgesamt 25 ethnischen Minderheiten (in ganz China leben 56 Ethnien), die ihre eigenen Bräuche und Feste aktiv leben und gleichzeitig ein harmonisches Miteinander führen – bietet Yunnan eine Farbenvielfalt, die seinesgleichen sucht.

Ganz unten im Südwesten an der Grenze zu Myanmar, Laos und Vietnam gelegen bietet Yunnan einen Gegenpol zum weitverbreiteten Bild der hypermodernen Metropolen im Osten des Landes, sowie eine erfrischend einfache, sehr humane Welt in diesem enorm grossen, Han-dominierten Land China.

Ziel der Reise: Einblick in die Kultur und Natur Yunnans.

Saison: Yunnan ist das ganze Jahr über ein passendes Reiseziel, mit Blumen und Bäumen in Blüte und lokal angebautem Obst und Gemüse, je nach Saison.

- das Frühjahr und der Frühsommer (März-Mai) sowie der Herbst (Oktober-November) sind generell wettermässig sehr schöne Monate.
- der Sommer (Juni-September) ist heiss und schwül, je weiter im Süden desto häufiger ist mit starken Regenfällen zu rechnen, diese können auch bis zu mehrere Tage andauern.
- im Winter (Dezember-Februar) ist der Süden Yunnans aufgrund der sehr angenehmen Temperaturen und dem vorwiegend sonnigen Wetter ein sehr beliebtes Reiseziel.

Empfohlene Reiseperiode: 4-5 Tage oder auch 10-14 Tage, Yunnan bietet mit seinen unterschiedlichen Landschaften sowie seiner reichen ethnischen Vielfalt eine unendliche Möglichkeit an Orten und Aktivitäten, die es zu entdecken gilt.

## I) Route

*Wichtig: die im folgenden angeführte Auswahl sind sogenannte "Hauptreiseziele" bzw. Beispiele von Orten, die bei einer ersten Yunnan-Reise recht gut erreicht werden können, und einen schönen ersten Eindruck von Yunnan bieten. Abseits dieser finden sich selbstverständlich viele, viele weitere interessante Orte, die aber eine längere Reisezeit in Anspruch nehmen.*

*Jede Reise mit SEEK wird individuell gestaltet, gemäss der Interessen und Bedürfnisse der Gruppe, sowie der verfügbaren Zeit, und der Saison.*

## II) mögliche Stationen & Programmhighlights

### 1) Kunming

Kunming ist die Hauptstadt der Provinz Yunnan. Aufgrund des temperierten Klimas sowie das ganze Jahr über blühenden Blumen wird Kunming auch China's „Stadt des Frühlings“ genannt. Eine Geschichte von 2400 Jahren wird der Stadt nachgesagt, tatsächlich wurden aber in Kunming und Umgebung bereits Spuren von Zivilisation aus der Steinzeit gefunden, die heute im Yunnan Provinzmuseum ausgestellt sind.



Der grosse DianChi See wird als Ursprung des Lebens der Region bezeichnet. Bei einem Rundgang auf den Westbergen kann man einen besonders schönen Blick auf ihn geniessen. Mit einer Bevölkerung von knapp 5 Mio. ist Kunming eine für chinesische Verhältnisse "kleine Grosstadt". Über die letzten Jahre hat sie an geopolitischer Bedeutung gewonnen, denn sie dient China als vielsprechendes Tor nach Südostasien.



## 2) YuanYang Reisterrassen

Die Reisterrassen von YuanYang 元阳 werden als die schönsten und spektakulärsten in China bezeichnet. Ein Sonnenauf- oder Sonnenuntergang auf den Terrassen ist ein magischer Moment, und eine echte Motivation für die recht lange Fahrt, um diese abgelegene Gegend zu besuchen. Die Felder in YuanYang und den umliegenden Dörfern wurden von der in der Region lebenden Hani-Minderheit seit mehreren Jahrhunderten in den Bergen angelegt und gepflegt. Das Wetter ist manchmal neblig, jedoch ist generell November-April die beste Zeit für einen Besuch, wenn die Terrassen mit Wasser gefüllt sind. Neben ausschweifenden Wanderungen durch die Felder kann zusätzlich einer der vielen lokalen Märkte besucht werden, die regelmässig basierend auf dem Mondkalender stattfinden. Kleine ethnische Dörfer geben ausserdem eine faszinierende Einsicht in die lokale Volkskultur, einschließlich Geschichte, Bräuche und Traditionen, Architektur (z.B. die sog. Pilzhäuser), Feste, Kunsthandwerk, Religion oder Sprache der lokalen Ethnien.



## 3) JianShui

Die antike Stadt JianShui 建水, früher unter dem Namen Lin'an geführt, ist eine der bekanntesten historischen und kulturellen Städte Chinas. Mit einer Geschichte von ca. 1200 Jahren und einem reichhaltigen kulturellen Erbe ist sie bekannt für antike Bauten, mehr als 15 alte Gebäude sind bis heute erhalten geblieben. Der traditionelle Baustil der Ming-Dynastie (1368-1644) mit Bruchmauern und einem Torturm ist klar zu erkennen. Zu den zahlreichen Sehenswürdigkeiten zählen der Jianshui-Konfuzius-Tempel (der zweitgrösste nach dem Tempel in Qufu, Shandong Provinz), die reichen Wohnhäuser und Besitztümer der einflussreichen Familien Zhu und Zhang,

letztere in dem schön erhaltenen Dorf Tuanshan ausserhalb der Stadt, oder auch die eindrucksvolle Doppeldrachenbrücke. JianShui ist bis heute als historisches Zentrum der Provinz eine wichtige Verkehrskreuzung in Yunnan, sowie ein Treffpunkt für lokale, kulinarische Köstlichkeiten.



Spuren des Handels finden sich dementsprechend vielfältig in der Region um JianShui herum, u.a. im grossen Wochenmarkt in ShiPin, der durch sein buntes Angebot an Waren sowie auch durch deren Anbieter und Einkäufer für Besucher immer ein echtes Erlebnis darstellt.



Spuren von durch Handel generierten Reichtums finden sich unter anderem in ZhengYing, ein Dorf, in dem beeindruckende antike Residenzen und Innenhöfe besichtigt werden können.

#### 4) Region Pu'er

Pu'er 普洱 ist eine wenig bekannte Stadt mit ca. 2,5 Millionen Einwohnern in der südlichen Provinz Yunnan. Aufgrund des besonderen Tees, der dort angebaut und hergestellt wird ist die Region ein Highlight für Teeliebhaber. Etabliert im Nanzhao Königreich änderte Pu'er mehrmals seinen Namen, die 1950 vorgenommene Umnennung in *Simao* wurde 2007 wieder rückgängig gemacht. Pu'er ist ein vom "grossen China" teils belächeltes Städtchen, deren Langsamkeit (und sicher auch in gewisser Weise Rückständigkeit) aber durchaus charmant ist. In der Region finden

sich nicht nur Teeberge, sondern auch alte Dörfer in denen die Zeit stehen geblieben zu sein scheint.



Tatsächlich definiert der Pu'er Tee die gesamte Region. Es ist eine Art dunkler Tee, auch bekannt als fermentierter Tee, der meist in Form einer gepressten, runden Flade verkauft wird. Die Stadt Pu'er ist seit der Tang-Dynastie (618 - 907) das Vertriebs- und Handelszentrum für Tee, der zu Pferd und mit Karren einerseits zu Handelszwecken nach Lhasa in Tibet transportiert wurde, um ihn dort gegen Pferde, Felle und medizinisches Material einzutauschen. Andererseits wurde der kostbare Tee als Geschenk nach Xi'An an den kaiserlichen Hof geschickt. Dies alles trug wesentlich zur Entstehung der berühmten *Tea Horse Road* (auch genannt die südliche Seidenstrasse) bei, deren Spuren bis heute in Dörfern wie Nakeli, oder auf umlegenen Wanderrouten entdeckt werden können. Tee spielt demnach in der Stadt und der Region eine entscheidende Rolle im Leben und Treiben der Menschen, die zum grossen Teil bis heute direkt oder indirekt mit dem Teegeschäft ihren Lebensunterhalt verdienen.

Ein Besuch des Tee-Marktes oder der umliegenden Teeberge bietet Spielfläche für allerlei Aktivitäten, für Teekenner und -liebhaber sowie für Tee-Novizen.



Das *Wild Elephant Valley* liegt im Sanchahe-Tal des Naturschutzgebiets Mengyang, zwischen Pu'er und Jinghong. In diesem Waldpark leben auf einer Fläche von 370 Hektar etwa 300 wilde Elefanten. Der Park ist ein geschütztes Wandergebiet zur Walderkundung und (hoffentlich!) Beobachtung von wilden Elefanten, inklusive einer Seilbahn, und umfasst ausserdem eine Arena für Elefanten, einen Pfauengarten, und eine Schmetterlingszuchtfarm.



## 5) Menglun

Menglun 勐仑 ist eine Stadt in Mengla County mit einer für Yunnan typischen ethnischen Vielfalt: 14 verschiedene Ethnien leben hier harmonisch zusammen, die Mehrheit davon ist Daizu, Hanizu und Hanzu. Bekannt ist Mengla für die Regenwaldlandschaften, und Menglun für den **Tropischen Botanischen Garten Xishuangbanna**, der größte botanische Garten Chinas. Der Chinesischen Akademie der Wissenschaften unterstellt wurde dieser 1959 gegründet und umfasst eine Fläche von 1125 Hektar. Über 13.000 Arten tropischer Pflanzen sind in seinen 35 lebenden Sammlungen erhalten, darunter über 300 Familien und 2100 Gattungen. Ein wunderbarer Ort, um hautnah mehr über tropische Pflanzen zu erfahren, oder einfach um ihre natürliche Schönheit zu bewundern.



**Wangtianshu Scenic Area** ist eine einzigartige Regenwald-Oase in Süd-Yunnan, die den Besucher mit hoch in den Himmel ragenden Bäumen (die sogenannten "Himmelsbäume") beeindruckt. Ikonische Bilder des südostasiatischen Regenwalds können auf einem Luftkorridor bewundert werden, der sich auf 36m Höhe mit einer Länge von 2500m durch den Park zieht. \*Nur für Menschen ohne Höhenangst empfohlen! ☺



## 6) JingHong

Jinghong 景洪 liegt ganz im Süden der Provinz Yunnan und ist das politische, wirtschaftliche und kulturelle Zentrum der Autonomen Präfektur Xishuangbanna Dai. Die Region Xishuangbanna wird oft als eine übernatürliche Oase im Südwesten Chinas bezeichnet, Jinghong ist die leuchtende Perle in dieser Oase. Ca. 560 Kilometer von der Provinz-Hauptstadt Kunming entfernt bietet Jinghong einen südostasiatischen Flair mit bezaubernder tropischer Landschaft, unverwechselbaren Tempeln und farbenfrohen ethnischen Bräuchen, die stark an Thailand erinnern.

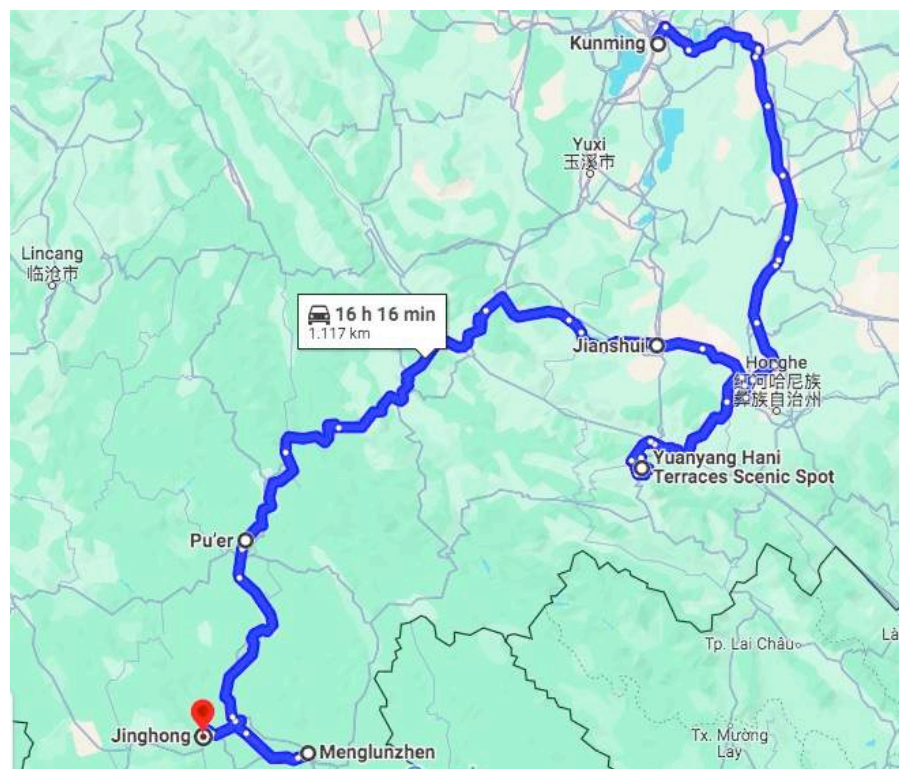


In zahlreichen Parks, z.B. die Manting Imperial Gardens, in und um JingHong kann nicht nur die reiche Pflanzen- und Blumenwelt, sondern auch Aktivitäten wie z.B. eine Peacock Show bewundert werden. Die Bräuche der Daizu können sowohl im *Xishuangbanna Nationality Culture Park* mit traditionellen Dai-Häusern als auch in umliegenden Dörfern erkundet werden.

Verschiedene Nachtmärkte oder ein Spaziergang entlang des Mekong Fluss bieten eine fröhlich-aktive, bunte Atmosphäre, die stark nach Südostasien schmeckt.



...und viele, viele weitere Orte mehr.....!



**III) optionale Besichtigungen & Aktivitäten** (in den allermeisten Fällen flexibel vor Ort gehandhabt, je nach Reiseverlauf & Interesse der Teilnehmer)

- Besuch des Yunnan Provinz Museum in Kunming, sowie der GuanDu Old Town.
- Rundwanderung auf den Westbergen, mit Blick über den DianChi See in Kunming.
- Besuch des Stone Forest Parks, bei Kunming.
- Wanderung durch die Reisterrassen in YuanYang & Umgebung.
- Besuch des Azheke Dorf, mit seinen Pilzhäusern, sowie eines Dorfmarktes (YuanYang).
- Besichtigung des Konfuzius-Tempels und/oder andere Stätten kultureller Bedeutung in der antiken Stadt Jianshui; per Zug zur Double Dragon Bridge, und in das TuanShan Dorf.
- Einkauf auf dem wunderbar farbenfrohen Markt in Shiping (TBC).
- Besuch in Pu'er, Besichtigung des Tee Marktes.
- Besichtigung von Teefeldern und/oder Kennenlernen des Fertigungsprozess, Einführung in die chinesische Teezeremonie, (in und um Pu'er, oder in JingMaiShan).
- Besuch des *Wild Elephant Park* (Rundwanderung mit Seilbahn).
- Besuch des *Menglun Botanical Garden*, mit Aktivitäten (TBC).
- Regenwald-Wanderung (TBC, je nach Wetterverhältnissen), oder Besuch der *WanTianShu Scenic Area*.
- Parkbesuche und/oder Tempelbesuche in und um JingHong; Peacock-Show.
- Nightmarkets in JingHong, fröhlicher Trubel und kulinarische Vielfalt.
- Einführung in die Dai-Kultur, Dorf-Besichtigungen, ggf. mit Kunsthandwerk-Workshops wie z.B. Papierherstellung etc.
- Tagesausflug in die NanNuo Teeberge, oder Weiterfahrt in die JingMai Mountains (UNESCO Intangible Heritage Site seit 2023).

...und vieles, vieles mehr.....!



Für Rückfragen oder spezielle Wünsche sowie für eine detaillierte Reiseberatung stehen wir jederzeit gerne zur Verfügung.

Mit sonnigen Grüßen aus Yunnan!

Sylvie Krauss

**SYLVIE Travel Consulting**

云南喜临文化传播有限公司

Dali, Yunnan Province, P.R. China

Phone: +86-136-2112-0574 (Sylvie Krauss)

Email: [sylvie@syl-vie.com](mailto:sylvie@syl-vie.com)

[www.syl-vie.com](http://www.syl-vie.com)