

Mit Karawane Reisen in Kirgisistan „digital detoxen“

Ohne Handy in der Jurte

Das Smartphone hat im heutigen Alltag seinen festen Platz. „Abschalten“ funktioniert nicht - zu groß ist die Angst, man könnte etwas verpassen. Dieser Umstand sorgt aber auch für Stress, weshalb „Digital Detox“ - die „digitale Entgiftung“ - derzeit als Trend gilt. Das funktioniert vor allem in weit entfernten Winkeln, beispielsweise in Kirgisistan.

bfs - In der heutigen, digitalisierten Welt fällt es vielen Menschen schwer, auf Handy, Laptop und Co. zu verzichten. Doch durch die ständige Erreichbarkeit, dem Herumstöbern in den sozialen Medien und dem Eintippen von Nachrichten geht viel wertvolle Zeit verloren. Glücklicherweise macht sich bereits ein Gegentrend bemerkbar: das sogenannte Digital Detox. Deswegen sieht man vor, sich mehr auf die reale statt auf die virtuelle Welt zu konzentrieren, indem man die Nutzung technischer Gerätschaften reduziert und den Augenblick genießt. Um das erreichen zu können, ist meist dauerhafte Beschäftigung und die Erinnerung an ein einfacheres Leben notwendig.

Eine enge Verbindung - auch ohne WLAN

Am besten lernt man dieses Sich-auf-frühere-Werte-Berufen von den Nomaden. Der Reiseveranstalter Karawane Reisen bietet hierzu die ideale Tour durch die asiatische Republik Kirgisistan an. Um den Alltag der hier leben-



den Menschen aus nächster Nähe zu erfahren, nächtigen Teilnehmer direkt bei herzlichen Gastfamilien - zum einen in familiär geführten Gasthäusern, zum anderen in sogenannten Jurten. Dabei handelt es sich um traditionelle Nomadenzelte mit spartanischer Ausstattung. Im Gegensatz zu einem Nobelhotel verzichtet man hier dementsprechend auch auf freies WLAN - was die „digitale Entgiftungskur“ klar unterstützt. Als Gast der „Wanderhirten“ erlebt man die Hausherren auf klassischen Holzinstrumenten alte Volkslieder spielen und lernt mehr über deren Kultur. Dazu gehören auch die traditionellen Gerichte, die während der Reise auf dem Speiseplan stehen. Das Probieren von typischer Kymyz, einer fermentierten Stutenmilch, und die eigenhändige Zubereitung sowie Verkostung eines kirgisischen Nationalgerichts unter Anleitung einer Meisterköchin runden die kulinarischen wie kulturell prägenden Erlebnisse ab, bei denen man garantiert keine Hand frei hat und so beschäftigt ist, dass Smartphones in den Hintergrund treten.



Die Kamerafunktion ist erlaubt

Die zentralasiatische Republik Kirgisistan ist nicht nur für ihre Nomadenkultur, sondern auch für ihre atemberaubende landschaftliche Vielfalt bekannt. So liegt hier beispielsweise der Issyk Kul, der zweitgrößte und tiefste Gebirgssee der Erde, der von ganzjährig schneebedeckten Gipfeln umrahmt wird. „Tierische“ Erlebnisse schafft derweil ein Besuch des Nationalparks Ala Artscha, in dem man mit etwas Glück seltene Säugetier- und Vogelarten, wie den Sibirischen Steinbock und den Mönchsgeier, zu Gesicht bekommt. Das Smartphone wird bei solchen Momenten maximal zum Schießen von Erinnerungsfotografien genutzt.

Die Seidenstraße im Wandel der Zeit

Einblicke in den Alltag anderer Völker sind ein wichtiger Kontrast zur Kultur der westlichen Welt und zeigen auf, dass man das Leben auch ohne technische Hilfsmittel genießen kann. Die 15-tägige Studienreise von Karawane Reisen führt entlang der Seidenstraße, einer legendären Karawanenroute, quer durch die Republik Kirgisistan und vermittelt allorts erstaunliche Eindrücke. Buchbar ist die Tour ab 2.970,- Euro unter www.karawane.de.

Autor: bfs

Bilder: Pixabay



Reisebeispiel

15-tägige Studienreise „Kirgisistan - Die Seidenstraße im Wandel der Zeit“

Reiseverlauf:

1. Tag: München - Istanbul - Bischkek
2. Tag: Bischkek
3. Tag: Bischkek und Umgebung
4. Tag: Bischkek - Talas
5. Tag: Ausflug Scheker
6. Tag: Talas - Kyzyl Oj
7. Tag: Kyzyl Oj - Song Köl
8. Tag: Song Köl
9. Tag: Song Köl - Kotschkor
10. Tag: Kochkor - Bokonbajewo
11. Tag: Bokonbajewo - Karakol
12. Tag: Karakol - Tschoplun Ata
13. Tag: Tschoplun-Ata - Tamtschy - Tschon Kemin
14. Tag: Tschon Kemin - Bischkek
15. Tag: Bischkek - München

Reiseleitung:

Herr Albert Klütsch ab/bis München;
zusätzlich lokale, wechselnde, deutschsprechende Reiseleitungen vor Ort

Leistungen:

- Linienflüge mit Turkish Airlines (Economy-Class)
- Flughafen-, Sicherheits- und Landegeühren sowie Luftverkehrsabgabe (Stand Oktober 2018)
- 13 Übernachtungen in den angegebenen Hotels / Gästehäusern / Jurten o.ä.
- alle im Reiseverlauf genannten Mahlzeiten
- alle im Programm aufgeführten Besichtigungs- und Transferfahrten in einem Reisebus
- alle im Programm genannten Ausflüge und Besichtigungen inkl. Eintrittsgebühren
- eine Flasche Mineralwasser pro Person / Tag
- ein aktueller Reiseführer pro Person
- Reisepreis-Sicherungsschein

Preise und Termine

30.07.2019 - 13.08.2019, ab 2.970,- Euro pro Person

Kontakt

Karawane Reisen GmbH & Co. KG
Schorndorfer Straße 149
71638 Ludwigsburg
Tel.: +49 7141 2848-0
Fax: +49 7141 2848-25
e-Mail: info@karawane.de
Web: www.karawane.de