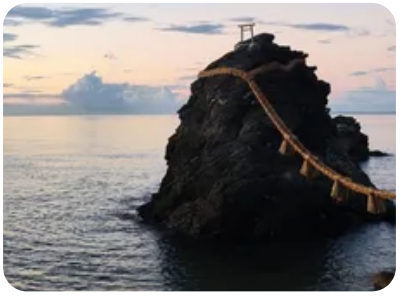
Japan - Eine Reise in eine andere Welt

Erleben Sie Tokyo, Traumtrekking in den japanischen Alpen, Burg Matsumoto und Osaka-Kulinarik. Wandern Sie auf dem Kumano Kodo Pilgerweg und besteigen Sie den heiligen Mt. Fuji!

19 Tage

ASJP001



Weitere Bilder auf unserer Website ↗

Yōkoso Nihon e Japan - Willkommen in Japan!

„Konnichiwa Nihon“ – Guten Tag Japan! Willkommen zu einer Reise ins faszinierende Japan, einem Land, in dem Tradition und Moderne auf einzigartige Weise verschmelzen.

Japan ist ein Ort von atemberaubender Schönheit und tiefer kultureller Bedeutung. Von antiken Tempeln bis hin zu modernen Metropolen und futuristischer Technologie. Diese Reise führt Sie durch die pulsierenden Straßen von Tokio, wo Neonlichter und Wolkenkratzer die Szenerie beherrschen. Wir erkunden die reiche Geschichte von Kyoto, der alten Hauptstadt, und lassen uns von den majestätischen Tempeln und Zen-Gärten verzaubern.

Auf Ihrer Reise werden Sie die japanischen Alpen von all ihrer Schönheit erleben und neben der atemberaubenden Naturschönheit auch die tiefverwurzelte Spiritualität des Landes erkunden. Sie werden die Besteigung des majestätischen Berg Fuji und vom „Matterhorn Japans“, dem Yarigatake meistern sowie den weltberühmten Pilgerweg Kumano Kodo erleben. Auf unseren Wanderungen in den majestätischen Regionen von Japan werden Sie die Ruhe und Erhabenheit der Natur erleben.

Kulinarisch werden Sie in Osaka auf ihre Kosten kommen. In den charmanten Gassen der Metropole werden Sie eine noch nie gesehen breite Palette an kulinarischen Erlebnissen vorfinden. Seien Sie bereit ihre Geschmacksnerven mit einer Vielzahl köstlichen Leckereien zu verführen. Tauchen Sie ein in diese kulinarische Welt und lassen Sie sich von den Aromen und Traditionen dieser Stadt verzaubern.

Diese Reise durch Japan verbindet die faszinierende Vielfalt des Landes und erfüllt alle Ihre Erwartungen und Wünsche, sei es in Bezug auf Geschichte, Kultur, Naturerlebnissen oder kulinarische Entdeckungen. Lassen Sie sich verführen ins Land der aufgehenden Sonne!

Charakter und Anforderungen der Reise

Diese Tour verlangt kein bergsteigerisches Können! Dafür aber ein gutes Maß an Ausdauer und körperliche Fitness. Bei den Gehzeiten von ca. 5-7 Stunden pro Tag und am Gipfeltag von ca. 12-15 Stunden, ist es für eine gute Akklimatisation sehr wichtig, langsam und gleichmäßig zu laufen und zu atmen. Die Trekkingtouren setzen trittsicheres Gehen voraus.

Auf Grund der hohen Belastung für Herz und Kreislauf empfehlen wir, vorher einen Arzt zu konsultieren. Tagesabläufe,- Bedingungen, Essen und Kultur unterscheiden sich extrem von den mitteleuropäischen. Wir bitten Sie, dass Sie sich darauf einstellen und tolerant und aufgeschlossen sind. Auch die Sprache ist sehr kompliziert, aber mit wenigen Worten japanisch erobert man die Herzen der Japaner.

Bitte laden Sie sich dafür gerne eine Japan Übersetzungsapp herunter.

Anspruchsvoll

Reisen mit diesem Schwierigkeitsgrad stellen erhöhte körperliche Anforderungen. Längere Aktivitätsphasen, mehrere fordernde Tage in Folge und begrenzte Erholungszeiten sind möglich. Auch organisatorische oder äußere Bedingungen können zusätzliche Anforderungen stellen. Mentale Stabilität und Durchhaltevermögen sind wichtig.

Fitness
Gute körperliche Grundfitness notwendig

Training
3–4× pro Woche Ausdauer- und Kräftigungstraining

Psychische Belastung
Erhöht – Belastbarkeit, Eigenmotivation und Durchhaltevermögen erforderlich

Reiseverlauf

Tag 1

Anreise nach Japan

Gemeinsam fliegen Sie von Frankfurt mit dem Reiseleiter nach Japan.

Tag 2

Willkommen in Japan

Ankunft am Flughafen Haneda in Tokyo. Erledigung der Einreiseformalitäten und Ihrer Gepäckaufnahme nehmen wir die Keikyu Airport Line und Tozai bis zur Lidabashi Station. Von hier sind es ca. 9 min zu Fuß zum Hotel. Hier erhalten wir unsere IC-Karte (Zahlkarte) und Bus- und Zug Tickets aushändigt.

Ab 15 Uhr können Sie ins Hotel einchecken. Der Rest des Tages steht zu Ihrer freien Verfügung. Gewöhnen Sie sich an die Metropole Tokyo, genießen Sie die ersten Stunden Ihrer erlebnisreichen Reise und lernen Sie die Kultur und Menschen kennen. Das Abendessen nehmen wir in einem der vielzähligen Restaurants in der Nähe ein.

Übernachtung: Via Inn Lidabashi Korakuen

Tag 3

Entdeckung der Megametropole Tokyo

Nach einem ersten Frühstück in Japan, erwartet uns 08:50 Uhr unser Stadtführer für die Entdeckung der Mega Metropole Tokyo. Es gibt hier so viel zu sehen.

Zuerst besuchen wir den Meiji Schrein. Dieser wurde 1920 zu Ehren des Kaiser Meiji und seiner Frau, Kaiserin Shoken erbaut. Er befindet sich nahe dem Harajuku Bahnhof und dem Yoyogi Park. Der Schrein ist umgeben von einem riesigen Waldgebiet inmitten der Innenstadt Tokios. Hier können Sie im Schatten entspannen oder bei Spaziergängen den gewaltigen Schrein erkunden. Weiter geht es zum Yasukuni Schrein der symbolisch für über 2.466.000 Männer- und Frauen steht, die sich seit 1853 für ihr Land und ihren Kaiser geopfert haben.

Täglich können Sie hier zahlreiche Rituale bestaunen, bei denen die Toten mit Worten der Wertschätzung geehrt werden und Mahlzeiten serviert bekommen. Anschließend flüchten Sie kurz aus der Mittagssonne in das nahegelegene Yushukan Museum. Aktuell stellt das Museum über 100.000 Artikel aus, darunter viele Waffen, Rüstungen, Gemälde und Kunstwerke. Nach einem traditionellen japanischen Mittagessen (auf eigene Kosten- ca. 1250 Yen) begeben Sie sich 15:30 Uhr auf eine Flussfahrt vom historischen Stadtteil Asakusa im Zentrum Tokios bis nach Odaiba an der Südspitze der Stadt.

Auf der ca. 70- minütigen Bootsfahrt werden Sie Tokio aus einer ganz neuen Perspektive betrachten und ein völlig neues Gefühl für die Ausmaße dieser Stadt bekommen. Wenn noch Zeit ist, können wir zum Sonnenuntergang einen atemberaubenden Ausblick von Tokyo Tower (332 m) bekommen. Anschließend Rückfahrt per U-Bahn zum Hotel.

Übernachtung: Via Inn Lidabashi Korakuen

Verpflegung

Frühstück

Tag 4

Schwarze Burg Matsumoto und Radltour zur Wasabi Farm

Nach dem Frühstück in Ihrem Hotel geht es heute weiter in Richtung Zentrum des Landes. Vorher empfiehlt es sich, dass für die nächsten 5 Tage nicht benötigte Gepäck schon nach Kamikochi Onsen per Gepäcktransfer Ta-Q-Bin zu versenden (Kosten ca. 20 Euro). Sie fahren die „JR“ Linie nach Shinjuku. Von dort aus geht es weiter mit dem Express Zug nach Matsumoto (ca. 190 km), ihr heutiges Zwischenziel.

Hier besuchen Sie zuerst die prachtvolle Burg Matsumoto (15 Minuten zu Fuß). Mit dem Kontrast aus schwarz und weiß fügt Sie sich perfekt in die Umgebung ein und gibt mit den scheinenden japanischen Alpen ein prächtiges Landschaftsbild ab.

Anschließend fahren wir mit dem Zug bis Hotaka, und steigen um aufs Fahrrad. Wir radeln nun zuerst über Felder und Wiesen zum Hotaka Shrine und zum Tokoji Temple. Dabei beobachten Sie das ländliche Leben Japans und kommen dann zur Azumino's Daio Wasabi Farm, welche die größte Wasabi Farm in Japan ist. Hier findet eine kleine Besichtigung statt und im Shop kann man sich dann alles erdenklich Gute mit/aus Wasabi kaufen.

Zusätzlich kaufen wir uns noch in einem Supermarkt das Frühstück und Mittagessen für den nächsten Tag. Anschließend radeln Sie zum Minshuku-Hotel. Hier kann nun jeder einen Gang in den Onsen unternehmen, eher das Abendessen lockt.

Übernachtung Minsyuku Goho-den mit Onsen Bad. (DU/WC am Gang)

Verpflegung

Frühstück, Abendbrot

Tag 5

Beginn Trekkingtour in den japanischen Alpen

Dieser Tag beginnt sehr zeitig. Der Trekkingguide erwartet uns 05:30 Uhr und mit einem Bus geht die Fahrt nun hinein in die japanischen Alpen. Am Parkplatz Mitsumata steigen wir aus und ab hier beginnt die Trekkingtour.

Die Tour geht durch schönen Bergwald via dem Mitsumata Berg bis zum heutigen Trekking-Ziel, dem Gipfel des Bergs Chogatake 2.670 m. Nach ca. 6 Stunden erreichen Sie die Chogotake Berghütte. Es wartet auf Sie ein unvergessliches Panorama auf Berge und Täler. Auch das „Matterhorn Japans“ der Yarigadake, welchen Sie in den nächsten Tagen besteigen möchten, ist traumhaft zu sehen.

Machen Sie es sich in der Hütte oder draußen an den Bänken gemütlich und lassen sie den Tag würdigend beim Abendessen ausklingen.

Wanderstrecke: ca. 5,5 km, Höhenmeter: ↑1330 m, Dauer: ca. 6-6,5 Stunden

Übernachtung: Chogatake Berghütte (Räume mit Tatami Matratzen -DU/WC außerhalb der Hütte)

Verpflegung

Abendbrot

Tag 6

Sonnenaufgang und Wanderung zur Yarisawa Lodge 1.823 m

Wer den Sonnenaufgang sehen möchte, muss zeitig gegen 05:20 Uhr aufstehen. Für die Japaner ein absolutes Muss.

Nachdem Sie ihr Frühstück gestärkt hat und Sie für den nächsten Abschnitt der japanischen Alpen bereit sind, starten Sie gegen 06:45 Uhr den Abstieg über ca. 1.200 m. Ihr erstes Ziel wird Tokusawa (1.560 m) sein – ein schönes idyllisches Rasthaus umgeben von Bergen. Genießen sie die Stille inmitten der japanischen Alpen und die wunderschöne Landschaft.

Ein echter Geheimtipp ist das Kaffee-Softeis, welches im Restaurant „Michikusa“ angeboten wird. Danach geht es weiter ca. 2,5 Stunden leicht ansteigend bis zur Yarisawa Lodge. Hier können Sie sogar das Onsen Bad nutzen.

Übernachtung: Yarisawa Lodge (Räume mit Tatami Matratzen -DU/WC außerhalb der Hütte)

Verpflegung

Frühstück, Abendbrot

Tag 7

Besteigung des Yarigatake 3.180 m

Nachdem Sie früh am Morgen die Hütte verlassen haben, wird der Weg steiler und geht in einen Geröllhang über. Doch nach all unseren Anstrengungen taucht der Berg Yarigatake vor Ihnen auf. Man nennt Ihr auch das „Matterhorn Japans“. Ein wunderschöner Berg! Bald darauf erreichen Sie die Yarigatake-Hütte 3.084m. Hier lassen Sie nun das schwere Gepäck zurück und „klettern“ auf den Gipfel des Berges Yarigatake.

Es müssen einige Leitern bezwungen werden. Schwindelfreiheit und Trittsicherheit ist unbedingtes Muss. Oben angekommen werden Sie von der Aussicht vom Gipfel begeistert sein. Abstieg bis zur Hütte, welche auf einem Grat wie ein Adlernest liegt. Hier können Sie gerne auch ein Glas japanisches Fassbier auf der Außenterrasse vor dem Gipfel des Berges Yarigatake genießen.

Übernachtung: Yarigadake Sanso Hütte. (Räume mit Tatami Matratzen -DU/WC außerhalb der Hütte)

Verpflegung

Frühstück, Abendbrot

Tag 8

Abstieg bis nach Kamikochi 1.500 m

Nach diesem Gipfelerfolg steigen Sie nun bis ins Tal hinab. Von hier geht es entlang des Azusa Flusses bis zu den Myojin Teichen. Sein kristallklares Wasser und die sich darin spiegelnden Bäume sind es wert, sich dort einige Zeit auszuruhen.

Mit etwas Glück sieht man sogar die Schneeaffen. An der Kappa-Bashi Brücke können Sie noch eine Pause einlegen. Dann immer am Fluß entlang bis zum Ryokan Onsen Hotel. Hier lockt nun ein herrliches warmes Bad und der Sprung in den Fluß. Ein Genuss! Hier erwartet Sie Ihr Gepäck wieder.

Wanderstrecke: 20 km, Höhenmeter: ↓ 1584 m, Dauer: ungefähr 8-9 Stunden

Übernachtung: Kamikochi Onsen Hotel (in traditionellen japanischen Räumen auf Tatami mit Futon.

Verpflegung

Frühstück, Abendbrot

Tag 9

Wanderung in der Edo Zeit

Ausgeruht und entspannt starten Sie nun um 8 Uhr mit einem Transfer nach Magome Juku (geschätzte Fahrzeit 2 Stunden und 45 Minuten). Die entspannte Wanderung beginnt in einer alten Poststadt Namens Magome. Sie erstreckt sich auf den Hügeln oberhalb der Stadt Nakatsugawa und bietet einen bezaubernden Blick auf die Stadt und die umliegenden Farmlandschaften.

Der Weg selbst ist ein gepflasterter Kopfsteinpfad, der sich durch die restaurierte Promenade der Edo-Periode der Stadt schlängelt. Dies verleiht Ihrer Wanderung einen historischen Charme. Sie wandern durch Zedernwälder und treffen immer wieder auf alte Teehäuser. Mittagessen in einem der lokalen Restaurants.

An Ihrem Ziel, der Tsumago Parkplatz, wartet ein Shuttlebus, der sie zu ihrer Unterkunft bringt. Und hier erwartet Sie wieder ein Onsenbad und ein kulinarischer Genuss - Japan pur!

Wanderstrecke: 8 km, Höhenmeter: ↑↓370 m, Dauer: ca. 3-4 Stunden

Übernachtung: Ryokan Nichoan Keigetsu in traditionellen japanischen Räumen auf Tatami mit Futon.

Verpflegung

Frühstück, Abendbrot

Tag 10

Morgenmarkt und Kochkurs „Gohei Mochi“- Kyoto Abend

Wer möchte kann am Morgen den Einheimischen-Morgen Markt in Hirugami besuchen. Lokale Früchte und Gemüse werden angeboten. Anschließend Frühstück und danach geht es nach Aichi.

Hier werden Sie von einem japanischen Kochteam erwartet und in die Kunst der traditionellen japanischen Küche (Gohei Mochi) eingeweiht, indem Sie Ihr Mittagessen selbst zubereiten. Anschließend Weiterfahrt mit dem Bus und dem Zug nach Kyoto.

Ankunft am späten Nachmittag und kleiner Fußweg zum Hotel. Genießen Sie nun die andere Welt in dem modernen Kyoto. Gerne können Sie hier das Gion Viertel besuchen, welches auch als Geisha Viertel bekannt ist. Viele Gebäude sind traditionell gut erhalten und versprühen den Charme der alten Kaiserzeit.

Übernachtung: Übernachtung: Via Inn Kyoto

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen

Tag 11

Kaiserstadt Kyoto- Kulinarik on Osaka

Lassen Sie sich Ihr wohlverdientes Frühstück schmecken und bereiten Sie sich auf eine faszinierende Reise in die historische Hauptstadt Japans vor. Ein deutschsprechender Stadtführer wird Ihnen alles Wichtige dazu erklären. Ihre Tour beginnt um 07:30 Uhr (bevor die Touri Ströme kommen) am Fushimi Inari Taisha Schrein, eines der beeindruckendsten Shinto-Heiligtümer, das Japan zu bieten hat. Er ist für die zahlreichen (10.000), unverkennbar roten Torii-Tore bekannt.

Sie wandern die 233 m auf den Gipfel, wo Sie ein atemberaubender Ausblick auf die Stadt Kyoto erhalten. Anschließend werden Sie etwas zu Mittag essen und die Tour geht weiter nach Osaka. Der Abend steht für eigene Entdeckungen an der berühmten kulinarischen Straße Dotonbori zur Verfügung. Hier befinden Sie sich im Herzen von Osaka – eine große Hafenstadt, bekannt für Ihre moderne Architektur, das Nachtleben, sowie vielfältige Streetfood-Stände.

Begeben Sie sich auf ein kulinarisches Abenteuer in den lebhaften Straßen von Osaka. Seien Sie bereit ihre Geschmacksnerven mit einer Vielzahl köstlichen Leckereien zu verführen. Von knusprigen Takoyaki-Bällen bis zu den herzhaften Okonomiyaki Pfannkuchen und seelenwärmenden Ramen. Die kulinarische Vielfalt in Osaka kennt keine Grenzen.

Übernachtung: Iam Hotel

Verpflegung

Frühstück

Tag 12

Meditation bei den Mönchen im Tempel

Nach Ihrem Frühstück wird Ihr Gepäck für 3 Tage später nach Shingu geliefert (mit T-Q-Bin ca. 19 Euro). Den Vormittag haben Sie nun noch Zeit, Osaka etwas zu entdecken. Nach dem Mittag fahren Sie weiter mit Zug und Bus nach Shigisan zum Tempel der Mönche. Sie checken ein und genießen ab sofort die Ruhe und Stille des Shinto Buddhismus.

Hier haben Sie die Möglichkeit, den Glauben besser kennenzulernen. Nutzen Sie diese, um mit Körper und Seele dem schnellen und lauten Leben zu entkommen und lassen Sie sich auf eine spirituelle Reise ein. Die Mönche sind gerne bereit Ihnen eine Anleitung für die perfekte Meditation zugeben.

Sie haben außerdem die Möglichkeit jedes Wort des „Herz-Sutras“ zu transkribieren. Fördern Sie Ihre mentale Gesundheit, reduzieren Sie Stress und verbessern Sie ihr eigenes Wohlbefinden. Vielleicht können Sie etwas davon zurück in Ihre Heimat mitnehmen. Zum Abend gibt es ein sehr gesundes, mit zahlreichen pflanzlichen Zutaten zubereitetes, Gericht.

Am Abend können Sie noch auf dem Tempelgelände einen Nachtspaziergang unternehmen.

Übernachtung: Shukobo Shigisan Gyokuzoin in traditionellen Räumen auf klassischen Tatami Matratzen.

Verpflegung

Frühstück, Abendbrot

Tag 13

Fahrt auf die Halbinsel Kii- dem Tor zum Kumano Kodo

Am Morgen um 6 Uhr haben Sie die Möglichkeit einem Gottesdienst im Tempel Shukobo Ekoin beizuwohnen. Eine einzigartige Gelegenheit für Sie die spirituellen Traditionen von Koyasan hautnah mitzuerleben.

Sie haben sogar die Möglichkeit für einen Ihrer Vorfahren einen Gedenkgottesdienst zu veranstalten. Nach Ihrem Frühstück fahren Sie mit dem Bus und lokalen Zug ca. 2 Stunden nach Shirahama. Hier haben Sie nach dem Einchecken im Hotel Zeit für eigene Entdeckungen. Besonders die Sandstrände sind berühmt und laden zu einem Bad im Ozean ein.

Übernachtung: Yukai Resort Premium Shirahama Gyoen

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen

Tag 14

Kumano Kodo- Der tausend Jahre alte Weltkulturerbe-Pilgerweg

Genießen Sie ihr Frühstück im Hotel und bereiten Sie sich auf einen weiteren spirituellen Höhepunkt Ihrer Reise vor. Ein englischsprechender Guide wird Sie heute begleiten und das Pilgern erklären.

Gemeinsam mit einem Wanderguide geht es über den Kumano Kodo – Ohechi Pilgerweg von Susami Station bis Esumi Station. Dabei überqueren Sie den Nagai-zaka. Dies ist eine Reihe von Pässen zwischen den Bahnhöfen Susami und Mirozu. Der Hauptabschnitt von Nagai-zaka befindet sich in der östlichen Hälfte. Dies ist wahrscheinlich der beliebteste Abschnitt des Ohechi aufgrund seiner abwechslungsreichen Landschaft und der guten Erreichbarkeit vom Bahnhof aus.

Zu den Höhepunkten zählen der Wabukagawa-oji-jinja-Schrein und der Bergpfad, der vom westlichen Ausgangspunkt Nagai-zaka ausgeht und einen herrlichen Blick auf das Küstenwasser vom Grat entlang der alten „Danchiku"-Straße aus gestampfter Erde und Lehm bietet. Nach der Wanderung geht es per Zug zur Atawa Station und zu Ihrem kleinen Hotel. Hier erhalten sie Ihr Gepäck wieder.

Wanderstrecke: ca. 15 Kilometer, Gehzeit: ungefähr 5 Stunden, Höhe: ⍰ 300m

Übernachtung: Fairfield by Marriot Mie Kumano

Verpflegung

Frühstück, Abendbrot

Tag 15

2. Tag über den Pilgerwegs Kumano Kodo

Ihr Gepäck senden sie weiter für den nächsten Tag in Ise. Morgens fahren Sie bis zur Mikisato Dtation. Hier treffen Sie Ihren Wanderguide wieder und starten den zweiten Pilger Tag. Genießen Sie die Stille auf dem spirituellen Wanderweg und treten Sie mit der Natur in Kontakt.

Vielleicht finden Sie die Erleuchtung auf der unzählige Pilgerer seit tausenden von Jahren auf der Suche sind.

Der Yakiyama-Toge-Pass über dem Yakiyama-Berg ist einer der anstrengendsten Abschnitte der Iseji-Route. Der hier gelegene Yakiyama-Kojindo-Schrein spiegelt den Einfluss des Shugendo (Bergasketik) wider und ist seit über 400 Jahren eine Kultstätte. Der fast verfallene Schrein wurde 2019 von den Bürgern wiederaufgebaut und es werden verschiedene Veranstaltungen durchgeführt. Die Aussicht vom Gipfel ist so schön, dass Sie Ihre Müdigkeit sofort vergessen werden.

Wanderstrecke: ca. 13,5 Kilometer, Gehzeit: ungefähr 6-7 Stunden, Höhe: 627 m

Verpflegung

Frühstück

Tag 16

Shinto-Anlage Ise Gingu und Prachtstraße Oharai-machi

Sie benötigen den Tages -Rucksack für den heutigen Tag. Mit dem JR Zug fahren Sie ca. 1,30 Std. von Owase bis zur Ise-Jingu Station. Dort angekommen wartet das höchste Heiligtum Japans auf Sie – eine riesige Gebäudeanlage aus zwei Hauptschreinen sowie 125 Nebenschreinen. Lassen Sie sich entführen in das spirituelle Herz des Landes und erleben Sie die einzigartige vorherrschende Kultur.

Zum Abschluss können Sie noch die prächtige Straße Oharai-machi erkunden. Sie bietet viele Läden für Souvenirs, sowie Restaurants und restaurierte und nachgebaute traditionelle Gebäude.

Wenn Sie dem Bann dieser gewaltigen Anlage entkommen sind, geht es für Sie mit dem Zug zur Ise-shi Station und per Shuttle Bus zum Hotel, welches direkt am Ozean liegt. Gerne können Sie noch ein Bad im Meer nehmen, einen Strandbummel unternehmen oder die Meoto Iwa Felsen fotografieren. Diese Felsen symbolisieren- der Große ist der Ehemann und der kleine die Ehefrau. Sie sind mit einem heiligen Strohseil verbunden, das die spirituelle mit der irdischen Welt verbindet.

Übernachtung: Hotel Castle Inn Ise Meotoiwa

Verpflegung

Frühstück, Abendbrot

Tag 17

Mit Shinkansan zum Fuße des Mt. Fuji

Ihr Haupt-Gepäck versenden Sie nun bis zum letzten Hotel in Tokio. Anschließend nehmen Sie den Kintetsu Limited Express bis Nagoya und dann geht's mit dem Hochgeschwindigkeitszug Shinkansen zur Mishima Station.

Ein Charterbus bringt Sie nun bis zur via Fuji Sengen Shrein zur 5. Station Subashiri (2000m), dem Ausgangspunkt Ihres Aufstiegswegs. Das Abenteuer beginnt hier. Der legendäre Schrein wurde im Jahre 807 gebaut und war seither immer wieder Opfer der Vulkanausbrüche. Seien Sie unbesorgt, der Vulkan zählt mittlerweile als inaktiv.

Der Nachmittag steht zum Ausruhen an der Talstation des wenig frequentierten Weges zur Verfügung. Dann heißt es zeitig schlafen legen. Auf dieser Höhe kann jeder gut schlafen- ein großer Vorteil.

Übernachtung: Higashi Fujisanso – 5.Station (Mehrbetthütten mit Bad auf dem Gang)

Verpflegung

Frühstück, Abendbrot

Tag 18

Gipfeltag Mt. Fuji 3776 m

In der Nacht gegen 24 Uhr starten sie mit dem Trekking bis zum Fuji Gipfel. Zuerst geht es ca. 4 Stunden durch dichten Wald und später entlang eines erkalteten Lavastromes bis zur 7. Station auf 3090 m. Hier können sie eine Pause einlegen. Danach erleben sie eines der Highlights am Berg- den Sonnenaufgang im Land der aufgehenden Sonne!

Beim Aufstieg von der 7. Station bis zum Gipfel des majestätischen Mt. Fuji überwinden Sie einen Höhenunterscheid von etwa 700 Metern und die geschätzte Dauer beträgt etwa 3,5 bis 4 Stunden. Angekommen am Hauptgipfel, stehen nun die Gipfelfotos an. Nun empfehlen wir bei gutem Wetter den Rundgang um den Krater, auch bekannt als „der malerische Weg des Ohachimeguri". Dafür benötigen Sie ca. 90 Minuten. Im Anschluss erfolgt der kraftraubende Abstieg über 1770 m zur 5. Station.

Es geht viel im geröll- rutschen ist angesagt. Wenn Sie unten angekommen sind, beginnt ca. 12:30 Uhr Ihre Rückreise nach Tokyo. Mit dem privaten Bus bis Kawaguchiko und dann 14:30 Uhr mit dem Zug zur Tokio Station und bis zu Ihrem Hotel.

Gegen 17 Uhr checken Sie in Ihre behagliche Unterkunft in Tokyo ein. Genießen Sie Ihre letzten Stunden in Japan und lassen Sie Ihre gesammelten Erfahrungen und Erlebnisse bewusst Revue passieren. Ein langer und anstrengender Tag geht bei einem Glas Bier oder Sake zu Ende.

Übernachtung: Fresa Inn Daimon Ekimae

Höhenmeter: ↑ 1770m, Dauer: 8 - 9 Stunden; ↓ 1770 m, Dauer: 3 - 3,5 Stunden Ohne Mt. Fuji: Sie treffen die Fujigruppe um ca. 13 Uhr an der Kawaguchiko station und dann gemeinsame Fahrt zum Hotel in Tokio. (F)

Tag 19

Rückreise nach Deutschland - Ankunft in Frankfurt oder Berlin

Heute heißt es leider Abschied nehmen. Mit vielen großartigen und neuen Erlebnissen im Gepäck geht es per Zug zum Flughafen Haneda und Rückflug nach Deutschland. Ankunft in Frankfurt oder Berlin.

Verpflegung

Frühstück

Leistungen

Das ist inbegriffen

- ☑ Komplette Organisation von AT REISEN
- ☑ Flug ab/an Frankfurt / Berlin nach Tokyo, Economy
- ☑ Airport Transfers, alle Transfers, Ausflüge und Besichtigungen lt. Programm mit öffentlichen Bussen und Zügen
- ☑ IC (Suica) Bezahl-Card mit 7000 Yen (ca. 40 Euro)

- [x] Übernachtung in einfachen bis guten Hotels/ Ryokans, teilweise auf Tatami mit Futon Auflage - im DZ oder EZ (5 x mit DU/WC auf dem Gang)
- [x] alle Eintritts- und Parkgebühren (außer Tokyo und Kyoto)
- [x] City Tax für Tokyo, Kyoto, Matsumoto
- [x] 7 Tage einheimischer japanischer, englischsprechender Trekking Guide oder Assistant
- [x] 1,5 Tage einheimischer japanischer, deutschsprechender Guide bei Stadttour
- [x] deutschsprechender AT Guide ab 10 Personen
- [x] Vorbereitungs-Zoom-Treffen

Nicht enthalten

- [ ] fehlende Mahlzeiten, Getränke / Softdrinks, alkoholische Getränke
- [ ] Trinkgelder Empfehlung (Reiseleiter ca. 40,- Euro)
- [ ] Individuelle Verlängerungsprogramme, Besichtigungen und Ausflüge
- [ ] Versicherung (Krankenvers., Gepäckvers., Reiserücktrittsvers.)
- [ ] Einzelzimmerzuschlag
- [ ] Onsen Bad Tax ca. 5,- Euro
- [ ] Gepäcktransport: 5 x ca. 18,- Euro = 90,- Euro
- [ ] Eintritte zu Tempeln: ca. 3-5 Euro
- [ ] Rail & Fly (99,- EUR bei Buchung; 130- EUR nach Ticketausstellung)

Wichtige Informationen zur Reise

Zum Land

Visum

Für die Einreise nach Japan benötigen deutsche Touristen für eine Aufenthaltsdauer bis zu 180 Tagen kein Visum. Der Reisepass muss für die Dauer des Aufenthaltes gültig sein. Weiter Informationen erhalten Sie auch auf der Seite des **Auswärtigen Amts**.

Impfungen

Derzeit sind keine Schutzimpfungen vorgeschrieben. Das Auswärtige Amt empfiehlt jedoch die Standardimpfungen gemäß aktuellem Impfkalender des Robert-Koch-Institutes für Kinder und Erwachsene anlässlich einer Reise nach Japan zu überprüfen und zu vervollständigen. Dazu gehören, auch für Erwachsene, die Impfungen gegen Tetanus, Diphtherie, Keuchhusten (Pertussis), sowie gegen Mumps, Masern Röteln (MMR – s. u.) und der jeweils aktuelle Influenzaschutz.

Als Reiseimpfung werden bei Langzeitaufenthalt oder besonderer Exposition ein Impfschutz gegen Hepatitis B und Japanische Encephalitis empfohlen, bei Reisen in Nachbarländer zusätzlich auch gegen Hepatitis A.

Währung

Offizielle Landeswährung ist der japanische Yen, 1 EUR = 170JPY (Stand 08/2025). Die Geldautomaten der meisten japanischen Banken akzeptieren keine ausländischen Karten. Europäische Maestro-Bankkarten und Kreditkarten können in Japan jedoch derzeit zur Abhebung von Bargeld an den Geldautomaten der SevenEleven- und Family Mart-Supermärkte verwendet werden. Diese Karten können in der Regel ferner für Bargeldabhebungen an Geldautomaten der Filialen der japanischen Post (während der Öffnungszeiten) verwendet werden.

Bitte erkundigen Sie sich vor Ihrer Abreise bei Ihrer Bank, ob Sie Ihre Kreditkartein Japan benutzen können bzw. wie Sie in Japan Bargeld erhalten. Wir empfehlen einen kleinen Betrag an Yen (ca. 150 Euro) von Deutschland aus mitzunehmen, für die ersten Tage vor Ort.

Klima und beste Reisezeit

Japan kann ganzjährig bereist werden. Im Sommer von Juni bis September ist es sehr warm- Tagestemperatur über 30 Grad. Japanische Feiertage sollten jedoch gemieden werden. Während der Spiele im Juli und August können die Temperaturen in Tokio auf bis zu 38°C steigen. Auf Grund der kurzen Regenzeit in diesen Monaten ist die Luft feucht und schwül. Sonnencreme und Regenjacke sollten daher unbedingt mitgebracht werden.

Zeitverschiebung

Die Zeitverschiebung zwischen Japan und Mitteleuropa beträgt im Sommer 7 Stunden und im Winter 8 Stunden.

Netzspannung und Stecker

100 V, 50/60 Hz; ein Adapter ist notwendig.

Bedienung und Trinkgeld

In Japan wird zu den angeschriebenen Preisen eine Mehrwertsteuer von 8 Prozent addiert. Inzwischen ist es üblich, die Preise inklusive der Mehrwertsteuer anzugeben oder sie doppelt auszuschreiben. In einigen Hotels und Restaurants wird zudem eventuell eine Servicegebühr von 10 -15 Prozent erhoben. Trinkgeld ist in Japan generell nicht üblich. Nur den Trekkingguides können Sie gerne eine kleine Summe als Gruppe übergeben.

Onsen

Der Eintritt mit Tattoo ist vielen Onsen verboten.

Über uns

Hinweis zu Reiseänderungen

Wir möchten ausdrücklich darauf hinweisen, dass es zu Verzögerungen, Routenänderungen oder Programmumstellungen kommen kann – bedingt durch ungünstige Verhältnisse, schlechtes Wetter, organisatorische Schwierigkeiten, Nationalparkregulierungen etc. Sie sollten daher Abenteuergeist mitbringen, verbunden mit der Bereitschaft auf Komfort zu verzichten und ggf. Toleranz und Geduld zu üben.

Bei einem vorzeitigen Abbruch einer Berg- oder Trekkingtour oder Rundreise/Safari besteht kein Anspruch auf Kostenerstattung. Die dadurch zusätzlich anfallenden Kosten (Vorortpreise der Hotels, alle Transfers, u.a.m.) sind vom Reisenden selber zu tragen. AT Reisen übernimmt keine Haftung für die Funktionsfähigkeit der persönlichen Ausrüstung der Reiseteilnehmer. Dies gilt auch, soweit dieses Equipment durch die Reiseteilnehmer vor Ort geliehen/ gemietet wird.

Versicherungen

Wir empfehlen Ihnen die Reise-Rücktrittskosten-Versicherung bzw. die Reise-Rücktrittskosten-Versicherung inkl. Reiseabbruch-Versicherung der ERGO Versicherung. Dieses Paket mit RRV oder Rundum Sorglos Schutz können Sie als Einmalschutz oder als Jahresversicherung (meistens preiswerter) bis 30 Tage vor Abreise abschließen.

Gerne senden wir Ihnen den Link zu und stehen Ihnen beratend zur Seite. Infos und Abschluss unter: **https://www.at-reisen.de/reiseversicherung**.

Allgemeine Geschäftsbedingungen (AGB)

Für diese Reise gelten die AGB von AT REISEN GmbH. Diese finden Sie auf unserer Internetseite.

Veranstalter

AT REISEN GmbH Leipzig

Hinweis Kursschwankungen

Wir möchten anmerken, dass bei erheblichen Kursschwankungen des Euros nach unten muss der Preis angepasst werden. Der aktuell dargestellte Preis basiert auf dem Kurs vom 05/2026.

Ich packe meinen Koffer und nehme mit...

Drucken Sie sich gerne diese Liste aus und kreuzen sie ab, damit Sie nichts vergessen.
Folgende Ausrüstungssachen empfehlen wir:

- [ ] Trekkingkoffer/Tasche mit Rollen ca. 90-100 l oder großen Rucksack
- [ ] Tagesrucksack ca. 30 - 50 Liter Volumen, auch als Handgepäck verwendbar
- [ ] Reisepass, Impfpass
- [ ] Elektronisches Flugticket/ Flugplan
- [ ] Geld: Euro in bar, Kreditkarte, EC- Maestro Karte
- [ ] 1 Paar knöchelhohe Trekkingschuhe (Leichtbergschuhe), mit kräftiger Profilsohle (gut eingelaufen)
- [ ] 1 Paar Sportschuhe, 1 Paar Sandalen/ Badelatschen für Überlandfahrten,
- [ ] 1 Funktionsjacke wind- und wasserdicht
- [ ] Dünne Isolationsjacke
- [ ] Softshelljacke, Fleecejacke
- [ ] Regenschutz- Poncho
- [ ] lange Hosen (davon 1 Trekkinghose)
- [ ] kurze Hose, Badebekleidung, T-Shirts
- [ ] Funktionsunterwäsche (Merinowolle oder Kunstfaser), Trekkingsocken ohne Naht
- [ ] Wollmütze und Base Cap
- [ ] warme Finger-Handschuhe
- [ ] Schlauchtuch (Buff o.ä.) für Hals und Kopf
- [ ] Waschzeug (alles in kleinen Dosierungen!), kleines Handtuch für den Berg
- [ ] 1 x Gamaschen (günstig im AT Shop)
- [ ] 1 Stirnlampe mit Ersatzbatterien
- [ ] Sitzkissen 6,50 Euro im AT Shop und Büro
- [ ] 1 Trinkflasche 1 Liter
- [ ] Sonnenhut, gute Sonnencreme (mind. 50), Fettstift für die Lippen (alpin)
- [ ] Gletscherbrille mit Seitenschutz (bei AT preiswerte und sportliche Brillen in großer Auswahl erhältlich)
- [ ] Fotoausrüstung mit ausreichend Akkus + Speicherkarten, Powerbank – max 27.000 mAh
- [ ] Nähzeug, Taschenmesser, Buch zum Lesen
- [ ] Zusatzverpflegung – z. B. Power Bar Hydro (2,10 Euro) oder Gel (2,00 Euro) oder Shots (2,00 Euro) - unsere Wunderwaffen am Berg (kann im AT Büro oder AT- Shop gekauft werden), Lutschbonbons
- [ ] Medikamente gegen Verdauungsstörungen, Erkältung, Kopfweh, Kreislauf, Pflaster

- [ ] Magnesium oder Multivitamin Tabletten zum Auflösen im Wasser
- [ ] Händedesinfektionsmittel
- [ ] 1 Paar Teleskop - Trekkingstöcke als Gehhilfe (ab 52 Euro bei AT)
- [ ] Toilettenpapier, Papiertaschentücher, Feuchttücher, eventl. Ohropax
- [ ] wasserfeste Schutzbeutel gegen Schutz vor Nässe

Preise: Alle angegebenen Preise unterliegen Änderungen. Aktuelle Infos aktuell auf der AT Shop Seite.