Groepsreis / Azië / Indonesië
19 dagen
te verlengen op Bali met vier dagen retraite of strandverblijf

Code
Niveau 1
Accommodatie 4

Goden, helden en boeddha's
hindoeïsme en boeddhisme op Java en Bali – in verleden en heden

Uniek aan deze reis
- begeleid door Maarten Olthof, auteur van *Lopen in het voetspoor van de Boeddha*, verfilmd in de VS
- geen bliksembezoeken, maar ruimschoots tijd voor cultuur en natuur
- '200 jaar botanische tuin' in Bogor met Eric van Kregten, daar opgegroeid
- Unesco World Heritage Sites: Borobudur, Prambanan en Jatiluwih
- overnachting in nostalgische hotels, soms in koloniale stijl
- te verlengen met een retraite op Bali, begeleid door Maarten Olthof

In 2017 wordt het 200-jarige bestaan gevierd van de Botanische Tuin van Bogor, een van de markantste bezienswaardigheden van Java. Deze reis, juist in dit jubileumjaar, is een buitenkans om iets van deze viering mee te beleven! De tuin, nu bekend als 'Kebun Raya' oftewel 'Majestueuze Tuin', werd door de Nederlanders aanvankelijk aangelegd als proeftuin bij paleis Buitenzorg, de residentie van de gouverneur-generaal van Nederlands-Indië. De hortus botanicus die hieruit voortkwam, 's Lands Plantentuin, werd een belangrijke plaats waarvandaan tropische cultuurgewassen over heel Indonesië werden verspreid. Eric van Kregten groeide op in deze hortus in de jaren dat zijn vader er als plantkundige werkte. Hij leidt ons door de tuin en vertelt over de geschiedenis ervan bij het huis waarin hij gewoond heeft.

Zoals de Botanische Tuin van Bogor een oud monument is van de natuurlijke rijkdom van Indonesië, zo zijn de vele opgegraven tempelcomplexen monumentale getuigen van de oude spirituele tradities in Indonesië. De culturele en spirituele rijkdom vormt de leidraad tijdens het verdere verloop van de reis. Dit nu grootste islamitische land ter wereld bood in vroegere tijden plaats aan hindoeïsme en boeddhisme. Deze religies bereikten hier zelfs een mengvorm: het Siwa-boeddhisme.

Zenboeddhist Maarten Olthof vertelt bij de te bezoeken tempels kleurrijke verhalen over goden, helden en boeddha's. Zo krijg je inzicht in de spirituele onderstroom die de huidige Indonesische samenleving kenmerkt. Hij maakt je vertrouwd met het heldendicht *Ramayana*, fijnzinnig in steen afgebeeld op de hindoeïstische Prambanan-tempel. Op de Borobudur-stoepa, het grootste boeddhistische bouwwerk ter wereld, leidt hij je langs een ruime keuze uit de drieduizend bas-reliëfs. Zij vormden al in de achtste eeuw een beeldverhaal en tonen niet alleen nauwgezet het leven van de Boeddha, maar ook tal van andere boeddhistische verhalen. Tijdens diverse lezingen zal Maarten toelichten hoe de Borobudur al ruim twaalf eeuwen lang de bezoeker een pad wijst naar wijsheid, compassie en een bevrijd bestaan. Voor ons geen bliksembezoek: we nemen twee dagen de tijd om dit Unesco-werelderfgoed diepgaand te ervaren vanuit een comfortabel parkhotel, exclusief gelegen aan de voet van de stoepa. Zo wandelen we aan het begin en einde van de dag in enkele minuten naar de Borobudur, buiten de grote bezoekersstromen om.

Op Oost-Java bekijken we opgravingen van de hoofdstad van het hindoe-boeddhistische koninkrijk Majapahit, een van de machtigste rijken die Zuidoost-Azië ooit gekend heeft. Na de ondergang ervan vluchtten de laatste hindoes naar Bali, waar het hindoeïsme tot op de dag van vandaag voortleeft. Maarten vertelt er over overeenkomsten en opmerkelijke verschillen met het hindoeïsme in India, land van oorsprong. We sluiten de reis af op Bali in een kleinschalig, comfortabel strandhotel aan een paradijselijk palmenstrand.

Ook de hotels, met zorg voor deze themareis geselecteerd, verhalen van een rijke geschiedenis. Ze zijn sfeervol en comfortabel, vaak gelegen in een ruime tuin en met fraai uitzicht. Op Java verblijven we enkele malen in nostalgische hotels in Nederlands-koloniale stijl. De reis is op Bali te verlengen met een vierdaagse retraite in een inspirerende omgeving aan zee (ook los van de reis te boeken). Tijdens de retraite, begeleid door Maarten Olthof, wordt de spiritualiteit van de Borobudur stapsgewijs uitgewerkt. Deze reisverlenging aan het strand is ook mogelijk zonder deelname aan de retraite.

DATA EN PRIJZEN
Reis
1 t/m 19 mei 2017
2 t/m 20 september 2017

tweepersoonskamer € *
eenpersoonskamer € *

optionele retraite aan zee op Bali
18 t/m 22 mei 2017
19 t/m 23 september 2017

tweepersoonskamer € *
eenpersoonskamer € *

verlenging op dezelfde locatie zonder retraite
18 t/m 22 mei 2017
19 t/m 23 september 2017

tweepersoonskamer € *
eenpersoonskamer € *

Reserveringskosten
- Reserveringskosten € 20,- per boeking

- Bijdrage Calamiteitenfonds € 2,50 per boeking (max. 9 personen)

Toelichting
- prijzen zijn per persoon
- prijzen met een *) zijn inclusief vlucht, belastingen en toeslagen
- Let op: vanaf 8 weken voor vertrek kunnen wij de prijs van de vlucht niet meer garanderen en is de vluchtprijs altijd op aanvraag

dag tot dag

1 **Programma** Vertrek vanuit Amsterdam naar Jakarta. **Overnachting in** nachtvlucht	 Tempel bij de Borobudur © Maarten Olthof
2 **Programma** Aankomst in Jakarta. Daarvandaan per eigen bus in circa 2 uur naar Bogor. **Overnachting in** Bogor, Hotel Salak	 Hotel Salak © Maarten Olthof
3 **Programma** Korte ochtendwandeling naar de botanische tuin, gesticht in 1817 als ’s Lands Plantentuin in de toenmalige plaats Buitenzorg. De Nederlanders gebruikten de tuin later als proefstation en leerden zo welke gewassen geschikt waren voor teelt in het gevarieerde ecosysteem van de eilandengroep. Onze themawandeling begint in het zicht van het aangrenzende paleis, de voormalige residentie van de gouverneur-generaal. Eric van Kregten vertelt er over de geschiedenis van het paleis en de botanische tuin en neemt ons mee naar de Nederlandse begraafplaats. Het oudste graf dateert er uit 1784. We vervolgen onze wandeling met een Indonesische gids die ons tropische gewassen toont als rotan, oliepalm, gember, cacao, koffie,	 Paleis in Bogor (fotograaf onbekend)

kaneel, nootmuskaat en kruidnagel. Rond het middaguur is er ter gelegenheid van het 200-jarige bestaan van de botanische tuin in 2017 een officiële ontvangst door een vertegenwoordiger van de hortus. Het speciaal voor ons bereide middagmaal gebruiken we op een mooie locatie in de tuin. ’s Middags zijn we welkom in ‘Pinus House’, de dienstwoning waarin Eric als jongen opgroeide toen zijn vader werkzaam in de hortus was. Eric deelt met ons zijn levendige herinneringen uit de jaren dat hij hier als kind speelde en in Bogor naar school ging. Tegen zonsondergang wandelen we naar het fraai gelegen grand café in de botanische tuin om er te genieten van een borrel, Soendanese muziek en dans en een uitgebreid diner. De Soendanese cultuur zal morgen uitgebreid ter sprake komen. **Overnachting in** Bogor, Hotel Salak	
4 **Programma** We wandelen vanuit ons hotel door de botanische tuin naar een opmerkelijke hindoeïstische beeldengroep met de god Shiva en zijn rijdier, de stier Nandi, waaraan nog steeds geofferd wordt. De beelden stammen uit de tijd dat dit gebied hindoeïstisch was. Van de achtste tot de zestiende eeuw was West-Java het territorium van het Soendanese koninkrijk Pajajaran, waarvan de hoofdstad op de plaats van het huidige Bogor gelegen was. De Soendanezen hebben onuitwisbare sporen nagelaten in de taal, de cultuur en de gebruiken van West-Java. Zij zijn een van de eersten geweest die het hindoeïsme vanuit India hebben omarmd. Later tijdens deze reis zullen we aandacht besteden aan het machtige Indonesische koninkrijk van de Majapahit, waarvan de eerste koning een telg uit het geslacht Pajajaran was. Pajajaran behoorde met Majapahit tot de laatste hindoekoninkrijken van Indonesië. We maken een wandeling door het ‘China town’ van Bogor, een wijk die die teruggaat tot de vroegste Soendanese bewoning, en bezoeken twee Chinees-boeddhistische tempels. Na de lunch rijden we met de bus naar de nieuwe, opmerkelijke tempel Pura Parahyangan Agung Jagatkarta, op de helling van de vulkaan Salak. Hier, op het overwegend islamitische eiland Java, staat de grootste hindoeïstische	 Hindoebeeldengroep in hortus van Bogor © Maarten Olthof

tempel buiten Bali. Voor de Balinezen vormt juist dit gebied de bakermat van hun religie. De Salak was voor de inwoners van Pajajaran een heilige berg, reden om nu deze moderne tempel juist hier te bouwen. Onverwacht trekt de tempel veel aandacht van islamitische lokale bewoners, die er hun band met Soendanese voorouders willen versterken.

Overnachting in
Bogor, Hotel Salak

5
Programma
Per bus reizen we in zo'n twee uur naar de kebun raya in Cibodas, de tweede botanische tuin van Indonesië en gesticht in 1852. Hier maken we een wandeling door het nationale park Gunung Gede-Pangrango. We lopen over een tussen boomkruinen gespannen hangbrug (*canopy trail*) en maken een lichte wandeling naar de Ciwalen-waterval.
Vervolgens wandelen we bergopwaarts door een uitbundige tropische begroeiing naar Cibeureum, waar drie watervallen te bewonderen zijn.
De laatste wandeling duurt ca. 4 uur, met ca. 525 m klimmen/dalen. In plaats van deze wandeling kun je ook een uitgebreid bezoek aan de botanische tuin met zijn *garden cafe* brengen.
's Middags bezoeken we het kleurrijke boeddhistische klooster Vihara Sakyawanaram. De stichter van deze tempel, Mahasthavira, studeerde in de vorige eeuw scheikunde in Nederland en volgde in Myanmar een boeddhistische opleiding. Hij keerde terug naar Indonesië als een van de eerste boeddhistische monniken sinds de ineenstorting van het Majapahit-koninkrijk en werd zo een voortrekker in de recente heropleving van het boeddhisme in het moderne Indonesië.

Overnachting in
Cipanas, Novus Giri Resort & Spa

Boomkruinwandeling (*canopy walk*) in Cibodas © Maarten Olthof

6
Programma
Per bus reizen we in zo'n drie uur naar de stad Bandung, ooit bijgenaamd het 'Parijs van Java'. Hier lunchen we in het befaamde hotel Prama Grand Preanger, genoemd naar het nabijgelegen berggebied Preanger. De weg waaraan het hotel gelegen is, heette in de Nederlandse tijd *Jalan Raya Pos* oftewel de 'Groote Postweg'. Het hotel is opgetrokken in een stijl die 'het Indische bouwen' is gaan heten: een moderne bouwstijl

waarin elementen van art deco met inheemse stijlkenmerken samengaan. ’s Middags maken we een binnenlandse vlucht naar Surabaya met de maatschappij Garuda Indonesia. Garoeda is overigens de mythische vogel waarop de hindoegod Vishnu zich verplaatst. Zo worden wij vandaag verplaatst van het ‘groene’ deel naar een meer spiritueel deel van de reis. In Surabaya nemen we onze intrek in het oogstrelende Majapahit-hotel, genoemd naar het immense, hindoe-boeddhistische koninkrijk Majapahit, dat zijn hoofdstad in Oost-Java had. Als ‘Oranje Hotel’ was dit indertijd een van de beroemdste hotels in Azië, met veel bouwkenmerken van art deco. Dit culturele erfgoed is een symbool van de koloniale tijd en vormt tegelijkertijd het begin van de onafhankelijkheidsstrijd. Het wordt daarom ook wel ‘Hotel Merdeka’ genoemd: ‘Vrijheidshotel’. **Overnachting in** Surabaya, Hotel Majapahit	Hotel Majapahit © Maarten Olthof
7 **Programma** In ruim 2 uur rijden we naar Trowulan, een archeologisch terrein van zo’n honderd vierkante kilometer met een veelheid aan tempels en gebouwen – een groot deel nog niet opgegraven. Volgens historische bronnen lag hier de hoofdstad van het Majapahit-rijk, een van de laatste en machtigste rijken in de geschiedenis van Indonesië en Zuidoost-Azië. Het rijk strekte zich uit van Sumatra tot Nieuw Guinea en omvatte behalve het huidige Indonesië Singapore, Maleisië, Brunei, Zuid-Thailand, Oost-Timor en delen van de Filippijnen. Recente opgravingen wijzen op bewoning van Trowulan tot aan de zestiende eeuw, de eeuw waarin Nederlanders op Java voet aan land zetten. De stad was dichtbevolkt en efficiënt gebouwd, met een weldoordacht grachtenstelsel en wijken voor bewoning, handel en nijverheid. Interessant is dat de Majapahit zowel het boeddhisme als het hindoeïsme aanhingen. Van beide religies zijn talrijke tempels gevonden. Binnenvallende islamitische sultanaten maakten een eind aan het Majapahit-rijk. Edelen, ambachtslieden, priesters en leden van de koninklijke familie vluchtten naar het naburige eiland Bali, waar de cultuur van de Majapahit tot op de dag van vandaag bewaard is gebleven. Een kleine groep trok zich terug in de bergen van het Bromo-Tenggermassief, de laatste plaats op Java waar het hindoeïsme	 Toegangspoort van Trowulan (fotograaf onbekend)

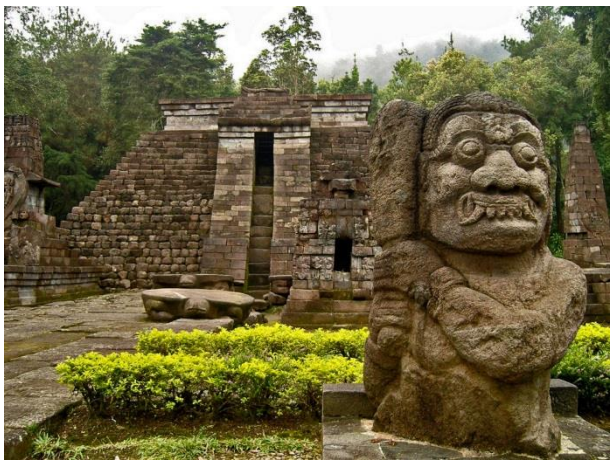
voortleeft. In de middag rijden we in 4 uur naar ons hotel, gelegen pal op de caldeirarand van het Tenggermassief en met uitzicht op de actieve vulkaan Bromo. **Overnachting in** Bromo, Lava View Lodge Hotel	
8 **Programma** We staan vroeg op voor een uniek schouwspel: een woest berglandschap met actieve vulkanen in het licht van de opkomende zon. We zien de Batok, lijkend op een ouderwetse puddingvorm, de Bromo, voortdurend rook uitbrakend, en de Semeru, driemaal per uur getooid met een rookpluim en met zijn bijna 4000 meter de hoogste berg van Java. De naam 'Bromo' houdt verband met de hindoegod Brahma en de naam 'semeru' met de mythische, hindoe-boeddhistische berg Meru. Na het ontbijt wandelen we vanaf de caldeirarand de zandzee in. Midden in de kratervlakte, aan de voet van de Bromo, staat een verlaten hindoetempel in een schijnbaar maanlandschap. Het hindoeïsme heeft hier in de afgelopen decennia een vanuit Bali ondersteunde heropleving meegemaakt. Deze tempel heeft dan ook veel weg van de tempels die we op Bali zullen zien. We beklimmen de Bromo-vulkaan om vanaf de rand diep in de walmende krater te kunnen kijken. Op deze plaats brengen de bewoners van het Tengger-massief op hoogtijdagen offers aan de berggoden. Wandeling ca. 5 km, ruim 100 m stijgen en 200 m dalen. Er kan ook vervoer geregeld worden. 's Middags verplaatsen we ons in ruim twee uur per jeep naar Malang, waar we in het museumhotel Tugu verblijven. Het hotel biedt onderdak aan een grote collectie antiek, verdeeld over zalen met elk een eigen stijl. Het ademt zo de sfeer van de gemengde cultuur van Chinese immigranten en inheemse Javanen, de Baba Peranakan. **Overnachting in** Malang, Hotel Tugu	 Bromo met hindoetempel © Maarten Olthof
9 **Programma** 's Morgens rijden we in ca. 3 uur naar het complex van Penateran, de grootste en belangrijkste hindoetempel van Oost-Java. Hij werd gebouwd door de Majapahit en was gewijd	

aan Shiva om uitbarstingen van de berg Kelud te bedwingen. Het grondplan van de tempel komt overeen met dat voor de tempels op Bali: een voorportaal met poortwachters, een centrale binnenplaats en daarachter het heiligste deel, altijd gericht naar de berg. Op de piramidevormige hoofdtempel zijn de terraswanden voorzien van bas-reliëfs over de hindoeïstische heldendichten *Ramayana* en *Mahabharata* (hier '*Krishnayana*' genoemd). De panelen hebben een eigen Javaanse stijl – anders dan bas-reliëfs op de Prambanan en de Borobudur, die nauwgezet de Indiase iconografie volgen.
We lunchen in Blitar in een markante negentiende-eeuwse planterswoning. Als reistijd en verkeersdrukte het toelaten, maken we een korte stop bij het graf van Soekarno, de eerste president van Indonesië.
's Middags reizen we per comfortabele trein in vier uur naar de sultansstad Solo, ook bekend als 'surakarta'.

Overnachting in
Solo, The Royal Surakarta Heritage

Candi Penataran (fotograaf onbekend)

10
Programma
In kleine busjes bestijgen we vandaag de steile flank van de vulkaan Lawu voor een bezoek aan twee vijftiende-eeuwse hindoetempels, hier verrezen in de nadagen van de Majapahit-dynastie. Bij de beelden en bas-reliëfs hier is de Indiase iconografie grotendeels verdrongen door Javaanse elementen. Het perspectief ontbreekt en afbeeldingen op de bas-reliëfs lijken meer op tweedimensionale wajang-kulitpoppen. De beelden hebben soms ronduit Austronesische gelaatstrekken.
De hindoetempel Candi Ceto, gelegen op 1500 m hoogte, is vaak in nevelflarden gehuld en ademt daardoor een mysterieuze sfeer. De tempel, met maar liefst dertien terrassen, is gewijd aan de vruchtbaarheid en heeft een nauwe band met de verderop gelegen Candi Sukuh.
Wij leggen deze afstand tussen beide tempels in ongeveer 4 uur te voet af, met 300 m stijgen en 570 m dalen. Je wandelt hier in de tropen tussen bananenbomen, boomvarens en bamboebossen langs akkers met kool en uien! De wandeling telt enkele pittige klimmetjes en dalingen en kan desgewenst worden overgeslagen of slechts voor de helft worden gedaan.
Candi Sukuh is de laatste hindoetempel van


Sukuh-tempel (fotograaf onbekend)

belang die op Java werd gebouwd voordat de islam het spirituele landschap zou gaan domineren. Hij is niet lang in gebruik geweest. Uit beelden en bas-reliëfs blijkt dat de eredienst hier gericht was op voorouderverering, seksuele voorlichting en een vruchtbaarheidscultus. Afbeeldingen van genitaliën maken van de tempel ongewild een erotisch bouwwerk, ongebruikelijk voor Javaanse oudheidkundige monumenten. Met zijn markante piramidevorm lijkt de Sukuh-tempel meer op een Maya-tempel dan op een hindoeheiligdom. **Overnachting in** Solo, The Royal Surakarta Heritage	
11 **Programma** In een uurtje rijden we naar het gebied rondom de Prambanan, de legendarische 'vlakte van de duizend tempels'. Hier komen hindoeïsme en boeddhisme bijeen! We bezoeken de hindoeïstische Shiva-tempel Candi Sambisari, de boeddhistische tempel Candi Plaosan en het boeddhistische klooster Candi Sari, elk met bijzondere kenmerken. Na de lunch verkennen we Ratu Boko. In tegenstelling tot de overige archeologische vondsten in dit gebied, allemaal met een religieuze functie, heeft Ratu Boko volgens veel archeologen als paleis gefungeerd. De opgraving ligt op een hoog punt met panoramisch uitzicht en heeft een versterkte ommuring. Er zijn zowel hindoebeelden als Boeddhabeelden gevonden, wat aangeeft dat hindoes en boeddhisten hier waarschijnlijk een gemeenschappelijk geloof aanhingen. We overnachten in stijlvolle bungalows met badkamer in de openlucht. Het hotelcomplex is gelegen in een ruime tuin met zwembad en biedt uitzicht op de monumentale Prambanan-tempel. 's Avonds genieten we in het openluchttheater, met de Prambanan als decor op de achtergrond, van een dansvoorstelling gebaseerd op het Ramayana-epos en begeleid door een groots Javaans gamelanorkest. Dit hindoeïstische heldenverhaal speelt in het huidige, islamitische Indonesië onverminderd een belangrijke rol. Maarten Olthof zal het daarom tijdens de reis in episoden vertellen. **Overnachting in** Prambanan, Puri Devata Resort	 Candi Sambisari © Maarten Olthof
12 **Programma**	

We staan vroeg op om de Prambanan-tempel bij zonsopgang te bekijken. Dit Unesco-werelderfgoed, gebouwd in de negende eeuw, is de grootste hindoetempel in Indonesië en een van de grootste in Zuidoost-Azië. Het monument heeft alle klassieke kenmerken van de Indiase hindoetempel. Het terrein telt honderden tempels, maar de drie hoofdtempels houden verband met de hindoeïstische drie-eenheid: de 50 m hoge en centraal gelegen hoofdtempel is gewijd aan Shiva en de andere twee zijn gewijd aan Brahma en Vishnu. Op de 72 bas-reliëfs van de eerste twee tempels zien we het complete Ramayana-epos, nog gisteravond in dans uitgebeeld.
Op het terrein ligt ook Candi Sewu, de op een na grootste boeddhistische tempel van Indonesië en vrijwel gelijktijdig gebouwd. De hoofdtempel van Candi Sewu vormt samen met de honderden omringende tempels een mandala, de boeddhistische representatie van het universum.
Na de lunch rijden we in circa 2 uur naar Candi Mendut. Hier begon ooit voor pelgrims uit vele uithoeken van Azië de pelgrimsroute naar de Borobudur. De tempelwanden tonen taferelen over het lijden in de wereld, met een eerste vingerwijzing naar de oorzaak daarvan. Binnenin zien we drie Boeddhabeelden, symbool voor de zuivering van lichaam, spraak en geest. Te voet leggen ook wij een deel van de pelgrimsroute af, tot aan de rivier de Progo, vroeger door de pelgrims te doorwaden. Aan de overkant ligt de kleine Candi Pawon, waar zij op verhaal konden komen voordat zij naar de Borobudur doorliepen. Per bus rijden we naar het fraaie en rustig in een park gelegen studiecentrum annex hotel Manohara, pal aan de voet van de Borobudur. Hier verblijven we drie nachten.
’s Avonds geeft Maarten Olthof een eerste lezing over de Borobudur.

Overnachting in
Borobudur, Manohara Resort

Prambanan-tempel (fotograaf onbekend)

13-14
Programma
Waar veel bezoekers met een vluchtig bezoek genoegen nemen, hebben wij ruim twee dagen de tijd voor de Borobudur, de grootste boeddhistische tempel ter wereld. We mijden de gestage stroom van bezoekers van dit Unesco-werelderfgoed door te kiezen voor de relatieve koelte rondom zonsopgang en zonsondergang. De Borobudur is een stoepa met negen terrassen, ruim 500 Boeddhabeelden en zo’n

Borobudur-stoepa (fotograaf onbekend)

3000 bas-reliëfs, elk op zich een meesterwerk. Vanaf de achtste eeuw heeft een groot deel van de Javaanse bevolking hiertoe zo'n twee miljoen stenen bewerkt tot een even kunstzinnige als instructieve mandala.
Het ontwerp van de stoepa nodigt pelgrims uit tot een opwaartse rondgang van vijf kilometer waarbij zij drie symbolische niveaus in de boeddhistische kosmologie passeren: de wereld van verlangen, de wereld van vormen en de wereld van vormeloosheid. Op de gaanderijen zien zij bas-reliëfs met verhalen uit de boeddhistische literatuur: het leven van de Boeddha, vorige levens van de Boeddha in de vorm van dierenfabels en de spirituele zoektocht naar verlichting, waarbij tal van aspecten van het leven aan de orde komen. Aangekomen op het hoogste niveau zien zij opengewerkte stenen klokken met in elk een Boeddhabeeld. Tot slot bereiken zij bovenaan een lege klok, in het middelpunt van de mandala. Hoe dat op te vatten is, komt ter sprake tijdens de diverse rondgangen die we over deze stoepa zullen maken.
De wandelingen op de Borobudur worden betekenisvol door diapresentaties van Maarten Olthof over de geschiedenis, het bouwontwerp, de verhalen op de bas-reliëfs en hun spirituele betekenis. Het symbolische pad van de Borobudur wordt zo inzichtelijk – en dient bovendien als grondslag voor de retraite op Bali, die als verlenging kan worden geboekt.
Beide dagen bieden tussendoor ruimschoots vrijetijd voor de nabije musea, mediteren, slenteren in het park (overal met imposant uitzicht op de Borobudur) of fietsen naar omringende dorpen.

Overnachting in
Borobudur, Manohara Resort

15
Programma
In anderhalf uur verplaatsen we ons per bus naar Yogyakarta voor een vroege vlucht naar Bali, waar het hindoeïsme van de Majapahit tot op de dag van vandaag voortleeft. Vanaf de luchthaven rijden we in zo'n 2 uur naar het plaatsje Ubud, het culturele hart van Bali.
Het Majapahit-koninkrijk heeft een diepgaande invloed gehad op de Balinese cultuur en geschiedenis. Daarbij werd de esthetiek van de Oost-Javaanse tempels overgenomen in de tempels op Bali. Ook in de literatuur, rituelen, dans en andere kunstvormen is de Majapahit-

Hoteltuin in Ubud © Maarten Olthof

nalatenschap duidelijk zichtbaar. Bali is zo het laatste bolwerk waarin de oude hindoe-Javaanse beschaving behouden is gebleven. Na aankomst is de middag vrij om te genieten van het comfortabele hotel met rietgedekte bungalows en zwembad met wellnessvoorzieningen of om op eigen gelegenheid Ubud te verkennen. Het hotel, gelegen in een weelderig begroeide kloof, begon in 1928 als verblijf voor gasten van de plaatselijke radja. Het avondmaal gebruiken we in het open restaurant met weids zicht op de kloof. **Overnachting in** Ubud/Bali, Hotel Tjampuhan Spa	
16 **Programma** 's Morgens brengen we een exclusief bezoek aan de Pura-Gunung Lebah, een goed onderhouden, koninklijk tempelcomplex in de kloof naast het hotel. Veel van wat we bij tempelopgravingen op Java aan rituele symboliek uit een ver verleden hebben gezien, leeft hier voort in een rijke traditie van het Balinese hindoeïsme. We verdiepen ons hier in overeenkomsten en markante verschillen tussen het hindoeïsme op Bali en dat in het moederland India: ontwerp en ligging van de tempel, de voornaamste goden, hun functie en de heldendichten in het hindoeïsme. Aansluitend maken we een lichte wandeling over een heuvelrug, te midden van de rijstvelden. We dineren in een restaurant met uitzicht over een lotusvijver en een tempelcomplex. 's Avonds bezoeken we een voorstelling met klassieke Balinese dans onder begeleiding van een gamelanorkest. **Overnachting in** Ubud/Bali, Hotel Tjampuhan Spa	 Pura Gunung Lebah (fotograaf onbekend)
17 **Programma** Een *world heritage site* is niet altijd van steen, zo zien we vandaag. Wie aan Bali denkt, denkt aan eindeloze sawa's. De rijstvelden van Jatiluwih zijn zo markant dat ze door de Unesco als werelderfgoed zijn aangemerkt. Weinigen weten dat het hier door mensenhanden gevormde landschap het gevolg is van een spiritueel-culturele uitwisseling tussen India en Bali in de afgelopen 2000 jaar. Sawa's vormen één geheel met nabije tempels die als middelpunt fungeren van een coöperatiestelsel	 Wandeling door rijstvelden op Bali © Maarten Olthof

voor waterbeheer met kanalen en stuwen, bekend als *soebak*. Dit systeem, ingevoerd in de negende eeuw, weerspiegelt het filosofische concept van *tri hita karana*, 'de drie oorzaken van welzijn' voor het evenwicht tussen de mens, zijn leefomgeving en spiritualiteit in brede zin. Als democratisch landbouwsysteem heeft soebak de Balinezen in staat gesteld om met traditionele werkwijzen, zonder gebruik van bestrijdingsmiddelen en kunstmest, de productiefste rijsttelers in de archipel te worden. We rijden 's morgens in anderhalf uur naar Jatiluwih, waar we een wandeling door de rijstvelden maken; ca. 4 km, ca. 175 m stijgen. In Bogor zijn we de reis begonnen met aandacht voor plantaardige rijkdom in evenwicht met de natuurlijke omgeving – een thema waarmee we hier de reis afsluiten. Na de lunch rijden we door naar een van de meest schilderachtige tempelcomplexen op Bali: de Bratan-tempel, gelegen op 1200 m hoogte aan het gelijknamige kratermeer. Het meer is de belangrijkste bron van irrigatiewater op centraal-Bali en de watertempel erbij regelt de verdeling van water volgens het soebaksysteem. Een hindoeïstische pagode met elf daken herbergt naast hindoegoden ook een Boeddhabeeld. Vlak bij deze hindoetempel staat zelfs een boeddhistische stoepa. Als laatste tempel op Bali bezoeken we aan de noordkust de Banjar-stoepa, een miniatuurversie van de Borobudur. Die tempel op Java staat centraal tijdens de optionele retraite na afloop van deze reis. De reis eindigt in stijl: je overnacht in een comfortabel hotel met bungalows in een fraaie strandtuin met kokospalmen, direct aan zee. 's Avonds is er een uitgebreid slotdiner met gelegenheid om gezamenlijk op alle reiservaringen terug te kijken. **Overnachting in** Lovina, Puri Bagus Villa Resort & Spa	
18 **Programma** De terugvlucht vertrekt pas aan het eind van de middag. Daardoor is de ochtend vrij te besteden bij het zwembad, op het strand of misschien wel in de wellnessafdeling van het hotel. Rond het middaguur vertrekken we naar de luchthaven van Denpasar, een rit van zo'n 3,5 uur. **Overnachting in** nachtvlucht	

	Hoteltuin aan de Bali-zee © Maarten Olthof
19 **Programma** Aankomst in Amsterdam.	 Lotus © Maarten Olthof
Vierdaagse retraite: 'spiritualiteit van de Borobudur' Deze retraite kan worden geboekt als uitbreiding van de groepsreis en is ook als afzonderlijk, los arrangement te boeken. De retraite vindt plaats daar waar de Java-Bali-reis eindigt: in een kleinschalig en verfijnd strandhotel aan de noordkust van Bali. We beschikken er over een nieuwe, ruime meditatiezaal van hout en glas, aan drie zijden weids uitkijkend over de tropische tuin en de oceaan. We zullen hier ook buiten mediteren. Een retraite biedt gelegenheid tot verdieping die in het dagelijkse leven niet altijd eenvoudig te bereiken is. We brengen de komende dagen daarom grotendeels in stilte door. Verschillende vormen van meditatie worden beoefend: zitmeditatie, geleide meditatie en loopmeditatie, soms ook buiten in de natuur. Maarten Olthof geeft je aanwijzingen hoe je ontspannen kunt zitten en mediteren. Verder zijn er voordrachten en theeceremonies. In de meditatiezaal zijn yogamatten aanwezig, maar geen meditatiekussens. Neem zelf je meditatiekussen(s) mee. Aan te raden is een licht, goed zittend opblaasbaar kussen, bijvoorbeeld van het merk Samten, eenvoudig via internet te bestellen. Je kunt zo nodig zittend op een stoel mediteren. Er is ruimschoots tijd om te zwemmen in het zwembad of in zee, te wandelen langs het strand of te lezen of luieren in de tuin. In de wellnessafdeling kun je een massage boeken. Maarten Olthof verduidelijkt tijdens deze vier retraitedagen met lezingen en meditaties de spiritualiteit van de Borobudur, die al twaalf eeuwen lang de bezoeker een pad toont naar	 Retraitezaal aan zee © Arnoud van den Eerenbeemt

wijsheid, compassie en een bevrijd bestaan. De maaltijden zijn tijdens de retraite vegetarisch en inbegrepen in de prijs. Op de dag van vertrek word je vervoerd naar de luchthaven van Denpasar. **Overnachting in** Lovina, Puri Bagus Villa Resort & Spa	
Vierdaagse strandverlenging zonder retraite Je kunt ook in het strandhotel verblijven zonder aan de retraite deel te nemen. Je kiest dan voor een eigen dagbesteding, waarbij je uiteraard van de hotelfaciliteiten kunt gebruikmaken. Lunch en diner zijn dan niet inbegrepen. Het vervoer naar de luchthaven op de dag van vertrek is dat wel.	
Data 18-22 mei 2017 19-23 september 2017	

NB Programma
De wandeltijden zijn afgestemd op een gemiddeld wandeltempo en pauzes zijn er niet in verrekend. De uitvoering van bovenstaand programma is afhankelijk van plaatselijke (weers)omstandigheden. Een eventuele programmawijziging gebeurt zo veel mogelijk in overleg, maar is uiteindelijk te allen tijde ter beoordeling van de reisleider. Wij controleren onze programma's en uitgebreide reisbeschrijvingen voortdurend. Doordat onvoorziene omstandigheden ons soms dwingen een programma tijdens het seizoen aan te passen, kan het voorkomen dat een uitgebreide reisbeschrijving moet worden veranderd. Wanneer deze aanpassingen ingrijpende consequenties hebben voor het verloop van de reis, worden deelnemers daarvan tijdig op de hoogte gebracht.
Tijdens deze reis wordt gebruikgemaakt van binnenlandse vluchten met Garuda Indonesia, een maatschappij die voldoet aan de criteria van de EU. Als je de reis verlengt en een binnenlandse vlucht gaat maken, is het van belang te beseffen dat veel Indonesische luchtvaartmaatschappijen momenteel op de 'zwarte lijst' van de EU staan.

Detailkaart

Over de accommodaties
Tijdens deze reis overnachten we in speciaal voor deze reis geselecteerde, comfortabele hotels, nostalgisch en soms in Nederlands-koloniale stijl, soms in karakteristieke bungalows. Vrijwel alle hotels beschikken over een fraaie tuin met zwembad en de kamers zijn uitgerust met airco en douche/toilet. In verschillende hotels verblijven we meerdere nachten. Er zijn beperkt eenpersoonskamer beschikbaar tegen bijbetaling van een toeslag.

Comfort en stijl van onze accommodaties
Voor meer info over het comfort en de stijl van een accommodatie: klik hier.

Over de maaltijden
De Indonesische keuken staat er garant voor dat tijdens deze reis smakelijk wordt gegeten. We eten op plaatsen waar de maaltijden hygiënisch worden bereid en met een beetje uitkijken zijn darminfecties dan ook goed te voorkomen. Ook vegetariërs komen goed aan hun trekken, want tofu en tempé staan standaard op het menu. Omdat de zee

nergens ver is, wordt op veel plaatsen ook vis aangeboden. Tijdens deze reis is het ontbijt inbegrepen. Voor betaling van de lunch en diner wordt een gezamenlijke pot gemaakt.

Inbegrepen
- alle overnachtingen in hotels op tweepersoonskamers en op basis van logies en ontbijt
- transfers volgens programma per privé-bus
- treinreis Blitar-Solo met gereserveerde plaatsen
- binnenlandse vlucht Bandung-Surabaya
- binnenlandse vlucht Yogyakarta-Bali
- excursies en entrees volgens programma
- boekje *Te gast in Indonesië*
- Nederlandstalige reisbegeleiding door Maarten Olthof
- thematische begeleiding in Bogor door Eric van Kregten

Tijdens retraite:
- overnachting in tweepersoonsbungalow
- koffie en thee tijdens de dag
- alle maaltijden (vegetarisch)
- gebruik van yogamat; meditatiekussen(s) zelf meenemen; zie paklijst
- gebruik van de meditatiezaal
- programmaboekje voor de retraite
- meditatiebegeleiding en voordrachten door Maarten Olthof
- vervoer naar de luchthaven op de dag van vertrek

Strandverlenging:
- overnachting in tweepersoonsbungalow
- ontbijt
- vervoer naar de luchthaven op de dag van vertrek

Niet inbegrepen
- heen- en terugvlucht (optioneel, zie prijsinformatie)
- lunches en diners tijdens groepsreis en strandverlenging; wel inbegrepen tijdens de retraite
- vaccinatiekosten en verzekeringen
- *permit* voor fotograferen op de Bromo (50.000 IDR pp, ongeveer € 3)
- optionele excursies, fooien en persoonlijke uitgaven

Reserveringskosten
- reserveringskosten € 20,- per boeking
- bijdrage Calamiteitenfonds € 2,50 per boeking (max. 9 personen)

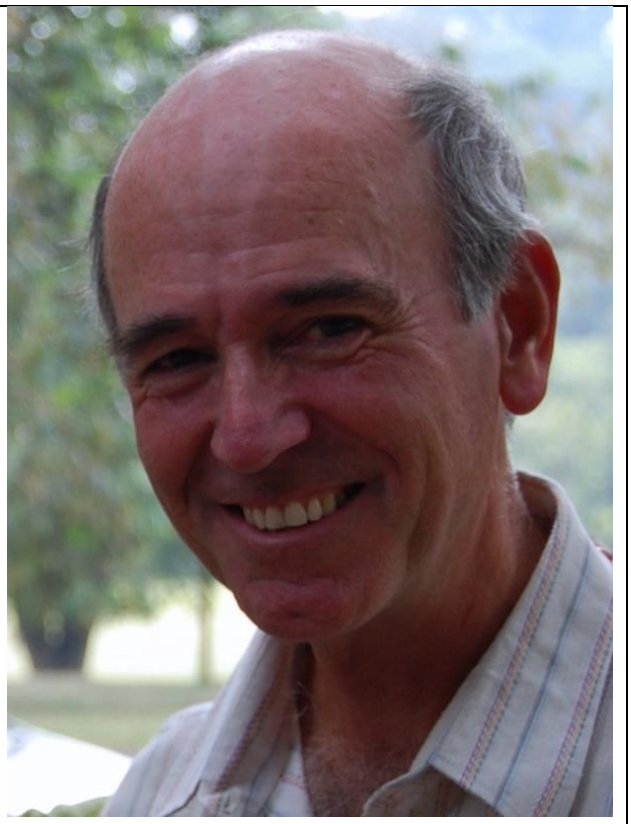
Over de activiteiten
Het programma biedt korte wandelingen die niet zwaar te noemen zijn doordat er meestal niet veel hoeft te worden geklommen. Een enkele wandeling heeft pittige klimmetjes of afdalingen, maar nooit over lange afstanden. Je kunt een wandeling altijd overslaan, want ons dagprogramma is immers vrijblijvend. Aan veel programmaonderdelen kun je door aanvullend vervoer ook zonder wandeling deelnemen.

Reisleiding

De reis is ontwikkeld en wordt begeleid door ecoloog en zenboeddhist Maarten Olthof. Hij talloze reizen ontwikkeld en begeleid, onder meer naar Nepal, India, Tibet en Bhutan. In 2003 liep Maarten in India en Nepal een vergeten, duizend kilometer lange boeddhistische pelgrimstocht, waarover hij het boek *Lopen in het voetspoor van de Boeddha* heeft geschreven. Het boek is vertaald in het Engels en wordt in de VS verfilmd.
Maarten richtte in 1997 Stichting Vajra (www.vajra.nl) op voor ontwikkelingsprojecten in Nepal. In 2015 liep hij 2500 km van Utrecht naar Assisi om geld in te zamelen voor de wederopbouw van Nepal na de verwoestende aardbevingen in dat jaar. Omroep IKON heeft in 2016 een tv-documentaire over Maarten en deze voettocht uitgezonden. Vajra heeft vele scholen gebouwd en opende in 2007 de eerste ecologische school van Nepal, inmiddels internationaal aangemerkt als '*changemaker school*'. Vajra's zonneovenproject in vluchtelingenkampen voor Bhutanezen in Oost-Nepal was het grootste zonneovenproject ter wereld toen 85.000 vluchtelingen er hun dagelijkse maaltijden met zonne-energie kookten.

Maarten Olthof

Microbioloog Eric van Kregten heeft mede vorm aan de reisdagen in Bogor gegeven. Hij zal er in de hortus botanicus vertellen over de ontstaansgeschiedenis van de botanische tuin en het paleis en hoe het was om in deze tuin op te groeien. Na de onafhankelijkheid werd zijn vader er door de nieuwe Indonesische directeur van de tuin ter ondersteuning als hortulanus aangenomen. Later kreeg zijn vader de opdracht om op West-Sumatra een nieuwe hortus op te zetten. Na een verlof in Nederland was in 1958 terugkeer naar Indonesië niet meer mogelijk. Eric heeft nog steeds een nauwe band met de Tuin in Bogor. In 2000 heeft hij er een bilateraal symposium georganiseerd met behulp van Ambar Kadarsan, dochter van een latere directeur van de Tuin en eveneens betrokken bij deze reis.


Eric van Kregten

Minimum aantal deelnemers reis
10
Maximum aantal deelnemers reis
25

Minimum aantal deelnemers retraite
10
Maximum aantal deelnemers retraite
25

Geschikte reisperiode
Beide reizen vallen buiten de moesson en in de droge tijd, die van mei tot oktober duurt. Toch kan er ook dan, vooral 's middags en plaatselijk, een flinke bui vallen. Een paraplu beschermt tegen zowel de regen als de zon. De gemiddelde jaartemperatuur bedraagt in het gehele land zo'n 26 ºC. Op de Bromo wordt het overdag 15-20 ºC en daalt de temperatuur 's nachts tot even boven het vriespunt.
Beide reizen zijn bovendien gepland buiten de islamitische vastenmaand Ramadan, jaarlijks oorzaak van verkeersfiles en overboekte hotels, treinen en vluchten.
Let erop dat je, ondanks de warmte, bij tempelbezoek decent gekleed gaat met bedekte armen en benen, bijvoorbeeld met een sjaal. Ontblote bovenbenen (boven de knie) en voor vrouwen een decolleté of blote schouders worden in Indonesië in het openbare leven niet op prijs gesteld.

Reisdocumenten
Voor een verblijf in Indonesië heb je een paspoort nodig dat bij aankomst in het land nog minstens zes maanden geldig is. Neem een kopie van je paspoort mee op reis en bewaar de kopie apart van je paspoort voor noodgevallen (verlies of diefstal). Wanneer je niet de Nederlandse nationaliteit bezit, kunnen afwijkende bepalingen gelden.

Medisch paspoort
Een Europees Medisch Paspoort (EMP) is geen geldig grensdocument. Het is bedoeld voor wie met regelmaat medicijnen moet innemen en is verkrijgbaar bij onder meer huisarts, apotheek, medisch specialist en GGD. In het EMP vermeldt de arts gegevens over ziektes en benodigde medicijnen. Met dit document voorkom je problemen bij de douane. Meer informatie vind je op EMP en douane. Voor het meenemen van medicijnen die onder de Opiumwet vallen, is een aparte vergunning nodig (zie medicijnen Opiumwet).

Visum
Voor een verblijf in Indonesië krijg je met een geldig Nederlands of Belgisch paspoort bij aankomst een gratis toeristenvisum van maximaal 30 dagen. Dit geldt bij aankomst en vertrek op de meest voor de hand liggende vliegvelden van Java, Bali en andere eilanden. Daarnaast moet je beschikken over:
- een paspoort dat vanaf aankomst in Indonesië nog minstens zes maanden geldig is;
- je paspoort moet minstens twee lege en tegenover elkaar liggende visumpagina's bevatten;
- je moet vliegtickets voor een terugreis of doorreis kunnen tonen waarmee je het land verlaat;
- je moet over voldoende financiële middelen of een geldige creditcard beschikken.

NB Voor een verblijf van 31-60 dagen moet je vooraf een visum aanvragen in Nederland. Met dit visum moet je binnen een periode van maximaal 90 dagen Indonesië inreizen.

NB Wijziging van bovenstaande bepalingen is altijd mogelijk! Neem daarvoor contact op met de ambassade of een consulaat van Indonesië (zie nuttige adressen). Wanneer je niet de Nederlandse of Belgische nationaliteit bezit, kunnen afwijkende bepalingen gelden. Tijdige navraag bij de ambassade of een consulaat van Indonesië wordt aanbevolen om bij vertrek naar Indonesië zonder visum in te checken.

Gezondheid
Wanneer je op reis gaat, moet je goed uitgerust zijn en over een goede gezondheid en conditie beschikken. Hierdoor kunnen ongemakken veroorzaakt door het tijdsverschil of een ander klimaat tot een minimum worden beperkt.

Gezondheidszorg
De gezondheidsvoorzieningen in Indonesië zijn niet te vergelijken met die in de Westerse wereld. Ook komen er ziekten voor die bij ons niet of nauwelijks (meer) voorkomen.
NB Zorg dat je niet vertrekt zonder een uitgebreide ziektekosten- en/of reisverzekering.

Medicijnen
Gebruik je medicijnen op doktersvoorschrift, neem dan een medicatielijst en voldoende voorraad vanuit Nederland mee voor de duur van je verblijf in duidelijk gemerkte verpakkingen.
NB Let op mogelijke invoervoorwaarden van je medicijnen. Dit voorkomt problemen met de douane (zie ook 'medisch paspoort'). Heb je speciale aandoeningen, dan is het aan te raden een codicil/talisman te dragen. Denk eraan de reisleiding in te lichten over je medicijngebruik en eventuele allergieën voor bepaalde voeding en medicijnen.

Hygiëne
Goede hygiëne is belangrijk tijdens een verblijf in Indonesië. We raden je aan je handen vaak en goed te wassen, zeker na toiletbezoek en voor het eten. Een paar pakjes vochtige schoonmaakdoekjes komen op veel momenten goed van pas. Wees voorzichtig met het op straat eten van onder meer vlees, salades, ijs, geschild fruit enz. Drink alleen gekookt water of gebotteld mineraalwater. Wees ook voorzichtig met onverpakt ijs en ijsblokjes.

EHBO
Je moet zelf zorgen voor enkele EHBO-spullen, onder meer pijnstillers, pleisters, antidiarreemiddelen, zakjes ORS tegen uitdroging, evenals lippenzalf, zonnebrand, zonnebril en dergelijke.

Praktisch
- Draag je een bril, hang die dan met een koordje om je nek. Neem een reservebril en een kopie van de specificaties van je brillenglazen mee.
- Draag je contactlenzen, neem dan ook een reservebril (met zonneglazen!) mee.
- Neem voldoende luchtige kleding (lange broek, lange mouwen!), een hoofddeksel of -doek ter bescherming tegen felle zon mee.
- Zorg voor bescherming tegen muggenbeten. 's Nachts om malaria te voorkomen, overdag om knokkelkoorts (dengue) te voorkomen. Draag bedekkende kleding en smeer je in met een insectenwerend middel met DEET.

Koninklijk Instituut voor de Tropen (KIT)
Het KIT geeft lezenswaardige boekjes uit over gezond blijven in het buitenland, onder meer *Hoe blijf ik gezond in de tropen* en *Hoe blijf ik gezond in de diepte*. Ze zijn te koop in de betere boekhandels, buitensportzaken en bij het KIT zelf.

Vaccinatie

Algemeen en persoonlijk advies inentingen
Voor actuele informatie over verplicht/aanbevolen (herhalings)inentingen per ziekte en per land met bijbehorende, algemene beschermingsadviezen verwijzen wij je naar de website van het Landelijk Coördinatiecentrum Reizigersadvisering (LCR) in Nederland of het Instituut voor Tropische Geneeskunde (ITG) in België.
Voor een persoonlijk advies moet je je 4 tot 6 weken voor vertrek laten adviseren door je huisarts en/of een arts van een reizigersadviescentrum (GGD Nederland). Vaccinaties en antimalariamaatregelen kunnen per reiziger verschillen. Neem voor een gericht medisch advies het reisprogramma mee om te kunnen aangeven in welk gebied je reist.

Verplicht
Als je binnen 6 dagen *uit* een gebied met gele koorts Indonesië binnenkomt, is een vaccinatie tegen gele koorts verplicht. In Indonesië zelf komt geen gele koorts voor.

Aanbevolen
Preventieve medicatie tegen malaria (malariaprofylaxe) wordt aanbevolen wanneer je tijdens een verlenging onderstaande gebieden bezoekt. Laat je informeren over het risico van onder meer mazelen en Japanse encefalitis.
Bijzonderheden: buiktyfusvaccinatie wordt aanbevolen bij een reis in Indonesië van meer dan 2 weken.

Malaria
In Indonesië komt het hele jaar malaria voor, vooral in de vijf oostelijke provincies oostelijk Nusa Tenggara, Maluku, Noord-Maluku, Papua en West-Papua en Kalimantan. Malaria komt niet voor in Jakarta, andere grote steden en toeristenresorts op Java en Bali. Om risico's zo veel mogelijk uit te sluiten zijn bescherming tegen muggenbeten en goede antimuggenmaatregelen tegen malaria en andere door muggen overdraagbare ziekten, zoals knokkelkoorts (dengue), extra belangrijk. Voor de bescherming tegen malaria worden antimalariamiddelen aanbevolen op basis van een persoonlijk medisch advies. Neem bij koorts of griepachtige verschijnselen tijdens of na verblijf in een malariagebied altijd direct contact op met een arts.

Teken
De ziekte van Lyme en tekenencefalitis (*tick-borne encephalitis*, TBE, FSME, RSSE enz.) worden overgedragen door teken. De ziekte van Lyme komt vrijwel overal ter wereld voor, tekenencefalitis komt voor in delen van West-, Midden- en Oost-Europa, Scandinavië en Siberië. Het risico op besmetting is volgens deskundigen beperkt.
Door het dragen van bedekkende kleding en insmeren met insectenwerende middelen met DEET kunnen tekenbeten zoveel mogelijk voorkomen worden. Ook hier geldt: voor een algemeen advies is er de website van het LCR of ITG, een persoonlijk advies (bv. inenting tegen tekenencefalitis) dient te worden besproken met je huisarts en/of een arts van een reizigersadviescentrum (GGD Nederland).

Rabiës (hondsdolheid)
Op Java en Bali komt rabiës (hondsdolheid) voor. De kans op besmetting is klein, maar vermijd contact met zoogdieren.

Vaccinaties halen tijdrovend?
Je gaat op reis en hebt vaccinaties nodig, maar hebt door een druk leven weinig tijd. Een afspraak maken kost veel tijd en kan vaak niet op het moment dat het je uitkomt. Dit is nu verleden tijd. Thuisvaccinatie.nl biedt namelijk hét alternatief voor de GGD of een ander vaccinatiecentrum. Natuurlijk wil je een welverdiende vakantie niet laten verpesten door het oplopen van een infectieziekte. Dankzij tijdige vaccinatie bespaar je jezelf een hoop

ellende. Een kleine moeite, vooral omdat Thuisvaccinatie.nl voor de vaccinatie gewoon bij je thuis komt. Ook vaccineren we regelmatig tijdens bijeenkomsten. Makkelijk toch?

De voordelen van Thuisvaccinatie.nl:
- vaccinatie en reisadvies bij je thuis
- buiten kantooruren en in weekenden
- vaccinatie door erkende artsen
- vergoeding meestal (deels of geheel) mogelijk

Klik hier om naar de site van Thuisvaccinatie.nl te gaan.

Veiligheid
Indonesië is een veilig land om te reizen voor westerlingen. Zoals overal in de wereld moet je ook in Indonesië rekening houden met diefstal van spullen. Let daarom extra goed op je geld en waardevolle spullen. Wees extra oplettend op plaatsen waar veel buitenlanders komen. Vermijd politieke demonstraties en andere samenscholingen.

Materiaal & uitrusting

Paklijst:
- Uitgeprint e-ticket
- Eenvoudige EHBO-middelen
- Pinpas
- Dagrugzak (25 liter)
- Lichte wandelschoenen
- Luchtige kleding die in ieder geval bovenbenen (vanaf de knie) en schouders (bij vrouwen ook decolleté) bedekt; warme kleding voor op de Bromo
- Voor tempelbezoek kleding die armen en benen bedekt, eventueel met een sjaal of een in Indonesië te kopen sarong
- Gepaste kleding voor in het restaurant ’s avonds
- Zonnehoed of pet
- Paraplu tegen regen en zon
- Regencape
- Zwemkleding
- GELDIG paspoort (tot half jaar na aankomst in Indonesië)
- Kopieën van reisdocumenten, bewaar een kopie op internet
- Zonnebrandolie
- Zonnebril
- Anti-insectenmiddel met DEET
- Zaklamp voor vroege/late excursies

Voor de retraite:
- gemakkelijk zittende kleding die niet knelt
- slippers of schoenen die gemakkelijk uit te doen zijn, omdat ze tijdens de dag regelmatig aan en uit moeten
- er zijn yogamatjes aanwezig, maar geen meditatiekussens; neem zelf je meditatiekussen(s) mee. Aan te raden is een licht, goed zittend opblaasbaar kussen, bijvoorbeeld van het merk Samten, eenvoudig via internet te bestellen. Je kunt zo nodig op een stoel mediteren.

Bagage mee op reis

Je kunt je bagage meenemen in een lichte koffer met wieltjes. Daarin is je bagage het minst kwetsbaar tijdens de diverse vluchten, de treinreis en de busreizen. Bovendien kun je je bagage er gemakkelijk mee vervoeren.

Geld mee op reis
Algemeen
In Indonesië betaalt men met de Indonesische roepia, afgekort 'Rp'. Begin 2017 was Rp 15.000 ongeveer € 1,-. Op de meeste plaatsen tijdens de reis zijn geldautomaten (ATM's) te vinden waar met een bankpas voorzien van een Cirrus- of Maestro-logo geld kan worden opgenomen, mits de pas geschikt is gemaakt voor 'wereldwijd' geld opnemen. Geld opnemen kan ook met een creditcard, maar de kosten daarvoor zijn veel hoger. Voor noodgevallen is het goed om wat contante euro's mee te nemen die bij een hotelreceptie eventueel kunnen worden gewisseld. Zorg voor nieuwe biljetten, want gekreukte/gescheurde/beschreven biljetten worden meestal niet geaccepteerd. Accepteer deze dus ook niet als wisselgeld. Bewaar de gepinde roepia's gescheiden van wat je denkt per dag nodig te hebben, omdat je anders wel met een heel dikke portemonnee rondloopt. Zorg ervoor altijd geld in kleine coupures bij de hand te hebben.

Tijdens deze reis
Voor lunches, diners, (niet-alcoholische) drankjes en fooien maken we tijdens de reis een gezamenlijke pot. De kosten hiervan zijn voor Nederlandse begrippen niet hoog. Reken op ongeveer € 25-30 per persoon per dag. Pin aan het begin van de reis naast geld voor persoonlijke uitgaven extra voor de gezamenlijke kosten. Een fooi van 5-10% is in Indonesië gebruikelijk. Kamerpersoneel in het hotel zal het waarderen als men Rp 10.000 per nacht op de kamer achterlaat, hotelpersoneel dat de koffer draagt is blij met Rp 5.000 per persoon. Ook is het gebruikelijk dat men een fooi geeft aan een gids en chauffeur.

Vervoer ter plaatse
De reis telt twee binnenlandse vluchten met de betrouwbare luchtvaarmaatschappij Garuda Indonesia: een van Bandung naar Surabaya en een van Yogyakarta naar Denpasar (Bali). Tussen Blitar en Solo reizen we per comfortabele trein met gereserveerde plaatsen. Het overige vervoer vindt plaats met een gecharterde bus of kleine busjes op plaatsen waar een grote bus niet kan komen. Rijtijden zijn onder voorbehoud. Zowel per bus als per trein en vliegtuig kunnen grote vertragingen optreden die van invloed kunnen zijn op het programma.

Voorbereiding op de reis
Wij raden je aan om uitgerust en met een goede conditie aan de reis te beginnen. Het reisplezier is dan veel groter en bovendien loop je minder kans om ziek te worden. Al is geprobeerd de reis zo comfortabel mogelijk op te zetten, er zijn altijd onvoorziene omstandigheden denkbaar die ongemak met zich kunnen meebrengen. Zo kunnen vluchten of treinreizen ernstig vertraagd zijn of zelfs worden geannuleerd. Wegen zijn soms slecht begaanbaar en musea kunnen onverwachts gesloten zijn. Door tal van religieuze evenementen zijn hotels soms plotseling overboekt. Het spreekt voor zich dat een flexibele en avontuurlijke opstelling aansluit bij het karakter van de reis en kan bijdragen aan een positieve reiservaring voor jou en anderen.

Lezingen

Op zaterdag 14 januari 2017 verzorgt Maarten Olthof een middag met vier lezingen en een gamelanconcert in het Rijksmuseum van Oudheden te Leiden. Opgeven kan via www.ghanta.eu/lezing

---

Waar ontmoet ik de groep
Maak je geen gebruik van de door ons aangeboden heen- en terugreis, maar reis je op eigen gelegenheid, dan ontmoet je het reisgezelschap in het hotel in Bogor. Je reis met de groep eindigt dan in Denpasar.

Laatste nieuws

Vluchtinformatie

Dit vluchtschema biedt een indicatie en kan nog wijzigen. Het definitieve vluchtschema ontvang je samen met het e-ticket binnen 3 weken voor vertrek.
Een sterretje (*) achter de vluchtgegevens betekent dat je de volgende dag aankomt.

Airporthotel
Schiphol PARK-SLEEP-FLY ARRANGEMENT
Begin de vakantie ontspannen met een overnachting in het comfortabele Courtyard by Marriott Hotel. ’s Avonds op je gemak naar Schiphol reizen, in luxe overnachten, genieten van een uitgebreid ontbijtbuffet en gratis airport shuttle. Reis je milieubewust en comfortabel per trein, dan kun je met de gratis hotelshuttle eenvoudig vanaf Schiphol het hotel bereiken. Kies je toch voor de auto, dan kun je de auto tot 16 dagen gratis parkeren bij het hotel. Daarmee kost de overnachting amper meer dan de prijs van lang parkeren op Schiphol!
Meer informatie.

Overig
Vlieg CO_2-neutraal met ANWB Greenseat!