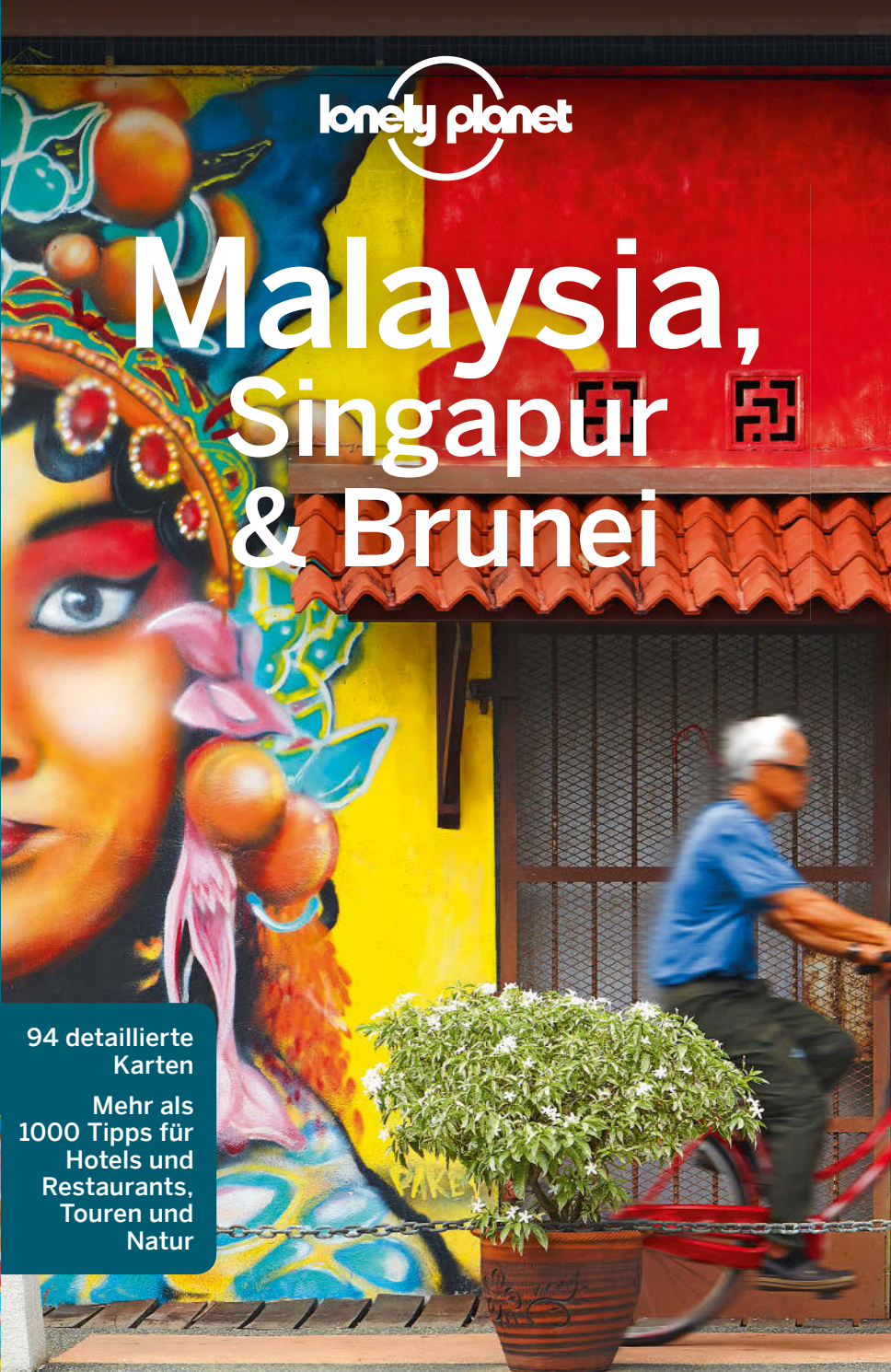

lonely planet
Malaysia,
Singapur
& Brunei
94 detaillierte Karten
Mehr als 1000 Tipps für Hotels und Restaurants, Touren und Natur

4 übersichtliche Kapitel

1 REISEPLANUNG

Wie plane ich meine Reise?

Fotos und zahlreiche Tipps für eine perfekte Reise

2 REISEZIELE

Alle Ziele auf einen Blick

Detaillierte Beschreibungen und Karten sowie Autorentipps

3 MALAYSIA, SINGAPUR & BRUNEI VERSTEHEN

So wird die Reise richtig gut

Mehr wissen – mehr sehen

4 PRAKTISCHE INFORMATIONEN

Schnell nachgeschlagen

Guter Rat für unterwegs

Auf einen Blick

Mit diesen Symbolen sind wichtige Kategorien leicht zu finden:

- Sehenswertes
- Strände
- Aktivitäten
- Kurse
- Geführte Touren
- Feste & Events
- Schlafen
- Essen
- Ausgehen
- Unterhaltung
- Shoppen
- Information & Verkehrsmittel

Alle Beschreibungen stammen von unseren Autoren, ihre Favoriten werden jeweils als Erstes genannt.

Die Einträge der Rubriken **Essen** und **Schlafen** sind nach dem Preis (günstig, mittelteuer, teuer) und den Vorlieben der Autoren geordnet.

Diese Symbole und Abkürzungen bieten hilfreiche Zusatzinformationen:

- Das empfehlen unsere Autoren
- Nachhaltig & umweltverträglich
- GRATIS Hier bezahlt man nichts

- Telefonnummer
- Öffnungszeiten
- P Parkplatz
- Nichtraucher
- Klimaanlage
- @ Internetzugang
- WLAN
- Swimmingpool
- Angebot für Vegetarier
- Englischsprachige Speisekarte
- Familienfreundlich
- Haustiere willkommen
- Bus
- Fähre
- Straßenbahn
- Zug
- M MRT
- Apt. Appartement
- B Bett
- DZ Doppelzimmer
- EZ Einzelzimmer
- FZ Familienzimmer
- Zi. Zimmer
- 2BZ Zweibettzimmer
- 3BZ Dreibettzimmer
- 4BZ Vierbettzimmer

Details zu den Kartensymbolen siehe Legende S. 741.

lonely planet

Malaysia, Singapur & Brunei

Simon Richmond,
Brett Atkinson, Lindsay Brown, Austin Bush, Ria de Jong,
Damian Harper, Anita Isalska, Anna Kaminski

REISEPLANUNG

Willkommen in Malaysia, Singapur & Brunei 6

Malaysia, Singapore & Brunei Karten 8

Die Top 21 von Malaysia, Singapur & Brunei 10

Wissenswertes 20

Malaysia, Singapur & Brunei für Einsteiger . . . 22

Was gibt's Neues? 24

Wie wär's mit 25

Monat für Monat 29

Reiserouten 32

Malaysia, Singapur & Brunei im Überblick . . 55

REISEZIELE

KUALA LUMPUR 60

SELANGOR & NEGERI SEMBILAN 119

Selangor 121

Batu Caves 121

Forest Research Institute Malaysia 122

Genting Highlands 123

Bukit Fraser 123

Putrajaya 127

Petaling Jaya & Shah Alam 129

Klang & Pelabuhan Klang 130

Kuala Selangor 133

Negeri Sembilan 135

Seremban 135

Kuala Pilah 137

Sri Menanti 138

Port Dickson 138

PERAK 141

Ipoh 143

Rund um Gopeng 151

Cameron Highlands 154

Pulau Pangkor 162

Kuala Kangsar 168

Taiping 170

KKSTEVEN / GETTY IMAGES ©

MALAYSIA-TIGER S.562

SZEFEI / SHUTTERSTOCK ©

MAGGI GORENG S.50

DASHUKI MOHD / GETTY IMAGES ©

Inhalt

Kuala Sepetang 175
Belum-Temenggor Rainforest 175

PENANG.....178
George Town 180
Großraum Penang 207
Air Itam & Penang Hill...207
Batu Ferringhi.....209
Teluk Bahang & Umgebung..... 211
Balik Pulau & Kampung Pulau Betong 213
Südöstliche Insel Penang..... 215

PETRONAS TOWERS S.61

LANGKAWI, KEDAH & PERLIS 217
Kedah..... 218
Pulau Langkawi 219
Alor Setar 237
Rund um Alor Setar..... 241
Kuala Kedah 241
Perlis 241
Kangar 241
Rund um Kangar 243

MELAKA..... 244
Melaka City 246
Ayer Keroh.....268
Alor Gajah 269

JOHOR 270
Johor Bahru 271
Muar.....278
Mersing 280
Seribuat-Archipel.....282
Endau-Rompin National Park 285

PAHANG & PULAU TIOMAN ... 288
Pulau Tioman 289
Die Küste..... 299
Tanjung Gemok.....299
Pekan 299
Kuantan.....301
Cherating.....306
Das Landesinnere..... 310
Temerloh & Umgebung.. 310
Jerantut..... 311
Taman Negara..... 313
Kuala Lipis..... 319
Raub 320

MALAIISCHE HALBINSEL – NORDOSTEN..... 323
Kelantan..... 326
Kota Bharu 326
Rund um Kota Bharu....333
Terengganu 336
Pulau Perhentian 336
Pulau Redang 345
Pulau Kapas 347
Kuala Terengganu.....350
Nördlich von Kuala Terengganu 357
Südlich von Kuala Terengganu 358

SABAH 360
Kota Kinabalu 362
TUNKU ABDUL RAHMAN NATIONAL PARK 377
Pulau Manukan.....378
Pulau Mamutik.....378
Pulau Sapi.....379
Pulau Gaya 379
Pulau Sulug.....380
Der Nordwesten Sabahs380
Mt. Kinabalu & Kinabalu National Park 380
Rund um den Kinabalu ..387
Nordwestküste 390
Einsame Inseln 394
Ost-Sabah 395
Sandakan.....395
Sepilok.....402
Sandakan-Archipel.....407

Deramakot Forest Reserve 408
Sungai Kinabatangan ...409
Lahad Datu 415
Danum Valley Conservation Area 417
Tabin Wildlife Reserve .. 420
Semporna 420
Semporna-Archipel 423
Tawau 430
Tawau Hills Park 433
Maliau Basin Conservation Area 434
Südwest-Sabah 436
Das Innere von Sabah ...436
Crocker Range National Park 436
Tambunan 436
Beaufort Division 439
Pulau Tiga National Park 442
Pulau Labuan 443

SARAWAK 448
Kuching 449
West-Sarawak 472
Bako National Park 472
Santubong Peninsula ... 477
Semenggoh Wildlife Centre 480
Annah-Rais-Langhaus...480
Kubah National Park 482
Bau & Umgebung.....484
Lundu.....485
Gunung Gading National Park 486
Tanjung Datu National Park 488
Talang Satang National Park 489
Region Batang Ai 490
Mitte von Sarawak 491
Sibu 492
Batang Rejang 497
Bintulu 502
Similajau National Park .505
Niah National Park.....507
Lambir Hills National Park 509
Miri 510
Nordosten von Sarawak 518
Gunung Mulu National Park 518
Kelabit Highlands.....526
Limbang Division 533

BRUNEI DARUSSALAM 537
Bandar Seri Begawan .. 539
Distrikte Tutong & Belait 553
Tutong 553
Jalan Labi 553
Seria.....554
Distrikt Temburong ... 555
Bangar 555
Batang Duri..... 557
Ulu Temburong National Park 557
Praktische Informationen..... 558

SINGAPUR.....571
Praktische Informationen.....640

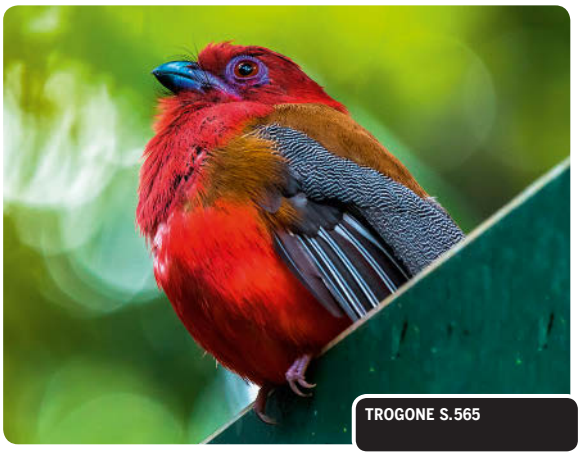
ALEXGCS / GETTY IMAGES ©

AMNAT30 / SHUTTERSTOCK ©

MARKTSTAND, BANDAR SERI BEGAWAN S.539

Inhalt

STELZENHÜTTEN, TAWAU
S. 430



TROGONE S.565

YUSUF MADI / SHUTTERSTOCK ©

MALAYSIA, SINGAPUR & BRUNEI VERSTEHEN

Malaysia, Singapur & Brunei aktuell 648
Geschichte..... 652
Bevölkerung, Kultur & Politik..... 665
Religion 672
Kunst, Architektur & Medien 677
Umwelt..... 684

PRAKTISCHE INFORMATIONEN

Allgemeine Informationen 692
Verkehrsmittel & -wege 700
Gesundheit 706
Sprache 712
Register 726
Kartenlegende 741

SPECIALS

Outdoor-Aktivitäten.... 38
Essen & trinken wie die Einheimischen 47
Regionale Spezialitäten..... 109
Eine Region der Megadiversität 561

Willkommen in Malaysia, Singapur & Brunei

Das grandiose Trio Südostasiens verbindet nicht nur eine gemeinsame Geschichte, sondern auch eine atemberaubende Natur: Urwälder mit wilden Tieren, traumhafte Strände und idyllische Inseln locken ebenso wie die multiethnisch geprägte Küche und Kultur.

Uralte Regenwälder

Viele denken bei dieser Region als Erstes an ihren Regenwald, eines ältesten Ökosysteme der Erde. Große Teile davon gehören zu Nationalparks und Naturschutzprojekten. Scheinbar undurchdringliches Blattwerk und gewundene Flüsse bilden das „Herz der Dunkelheit" – doch eine geführte Naturwanderung erlaubt Besuchern einen Einblick in die erstaunliche Artenvielfalt, von den Kannenpflanzen, Lianen und Orchideen der feuchten Tiefebenen bis zu den Nadelbäumen und Rhododendren der Hochwälder.

Städtische Abenteuer

Singapur ist der Hit! Die Stadt kombiniert elegante Kolonialgebäude mit großartiger zeitgenössischer Architektur und Attraktionen wie seinen botanischen Gärten, die zum Unesco-Weltkulturerbe gehören. In Kuala Lumpur (KL), Malaysias Hauptstadt, existiert das *kampung*-(Dorf-)Leben Seite an Seite mit dem Glanz des 21. Jhs., etwa der Petronas Towers. Zum Einkaufen pendeln die Menschen zwischen traditionellen Frischmärkten und klimatisierten Megaeinkaufszentren hin und her. Die überraschend unaufdringliche Hauptstadt von Brunei Darussalam, Bandar Seri Begawan, lockt mit dem Wasserdorf Kampong Ayer – der größten Pfahlbausiedlung der Welt.

Kultureller Reichtum

Die als Unesco-Welterbe gelisteten Städte Melaka und George Town (Penang) bieten einzigartige Stadtbilder, die sich in einem halben Jahrtausend unter dem Einfluss der Handelsbeziehungen Südostasiens entwickelten. Beide Städte verkörpern den für die Region typischen Kulturmix, vorrangig aus muslimischen Malaien, Chinesen unterschiedlicher Religionen, hinduistischen und muslimischen Indern sowie indigenen Stämmen, die auf Borneo unter dem Sammelbegriff Dayak und auf der Malaiischen Halbinsel als Orang Asli bekannt sind. Jede Volksgruppe hat ihre eigene Sprache und ihre Bräuche, die in zahlreichen Festen und kulinarischer Vielfalt Ausdruck finden.

Sensationelle Tierwelt

Die Beobachtung der Tierwelt in ihrem natürlichen Lebensraum ist ein Highlight. Neben Insekten und farbenprächtigen Vögeln gibt es mit etwas Glück auch einen Tapir oder einen Haubenlanguren zu bestaunen oder einen Orang-Utan, der sich durch die Wipfel schwingt. Die Ozeane sind nicht minder artenreich: Beim Schnorcheln und Tauchen sind tropische Fischschwärme, bunte Korallen, Meeresschildkröten, Haie und Delfine zu sehen. Selbst in Ballungsgebieten lässt sich die Tierwelt erkunden, etwa im Weltklassezoo von Singapur und im KL Bird Park.

LAN OLAN / SHUTTERSTOCK ©

Warum ich Malaysia, Singapur & Brunei liebe

Von Simon Richmond, Autor

Um Südostasien in Miniaturformat kennenzulernen, ist dieses Ländertrio nicht zu überbieten. Mich haben schon immer die vielfältigen Kulturen, die abwechslungsreiche Küche mit ihrer Kombination aus malaysischen, chinesischen und indischen Gerichten sowie die dynamische Kunst und Architektur der Hauptstädte Kuala Lumpur und Singapur fasziniert. An einem Tag kann man die alte Stadtlandschaft von George Town erkunden, am nächsten mit dem Langboot in die tiefsten Winkel von Sarawak vorstoßen oder von wunderschönen tropischen Inseln aus tauchen gehen – ein einziges gewaltiges Abenteuer in Gesellschaft ausgesprochen gastfreundlicher Menschen.

Mehr zu unseren Autoren auf S. 742

Oben: Mount Kinabalu (S. 380)

Malaiische Halbinsel & Singapur

Kota Bharu
Zentrum traditionell malaiischer Kultur (S. 326)

Taman Negara
Malaysias erster Nationalpark (S. 313)

Cameron Highlands
Teeplantagen und Spazierwege (S. 154)

Pulau Tioman
Ideale Insel zum Relaxen (S. 289)

Kuala Lumpur
Geschichte, Kultur und kulinarische Höhepunkte in Chinatown (S. 60)

Melaka (Malakka)
Lebhafte Stadt mit Welterbestatus (S. 244)

Singapur
Erstaunlich große grüne Areale, National Gallery (S. 571)

Mt. Kinabalu
Höchste Erhebung Malaysias (S. 380)
Sepilok Orangutan Rehabilitation Centre
Asyl für Borneos rotbraune Menschenaffen (S. 402)
Bandar Seri Begawan
Das größte Stelzendorf der Welt in der Hauptstadt von Brunei (S. 539)
Batang Ai
Besuch eines Langhauses im Dschungel Borneos (S. 490)
Kuching
Facettenreiche Stadt und Tor zu Naturwundern (S. 449)
Pulau Sipadan
Tauchparadies Semporna-Archipel (S. 424)
Batu Punggul
Beeindruckende Felsen im Dschungel (S. 441)
Kelabit Highlands
Kühle Luft, freundliche Menschen und großartige Trekkingtouren (S. 526)
HÖHE
1500 m
1000 m
500 m
200 m
0 m
0
200 km
SÜD-CHINESISCHES MEER
SULU-SEE
CELEBES-SEE
BRUNEI DARUSSALAM
BANDAR SERI BEGAWAN
SABAH
SARAWAK
BORNEO INDONESIEN
PHILIPPINEN
Kelabit Highlands
Batang Rejang
Tunku Abdul Rahman National Park
Kinabalu National Park
Turtle Islands National Park
Tambunan Rafflesia Reserve
Crocker Range National Park
Mt. Trus Madi (2642 m)
Danum Valley Conservation Area
Maliau Basin Conservation Area
Tun Sakaran Marine Park
Lambir Hills National Park
Niah National Park
Gunung Mulu National Park
Similajau National Park
Pulong Tau National Park
Kubah National Park
Bako National Park
Batang Ai National Park
Gunung Gading (906 m)
Mt. Kinabalu (4095 m)
Pulau Labuan
Pulau Balambangan
Pulau Banggi
Pulau Malawali
Pulau Jambongan
Pulau Mabul
Pulau Sipadan
Kota Kinabalu
Kota Belud
Kudat
Sandakan
Tawau
Semporna
Lahad Datu
Tambisan
Sabahat
Telupid
Beaufort
Keningau
Tenom
Sipitang
Lawas
Limbang
Seria
Kuala Baram
Miri
Bintulu
Sibu
Mukah
Selangau
Sarikei
Kapit
Belaga
Bario
Marudi
Rampayoh
Ulu Temburong National Park
Sapulot
Batu Punggul
Tenampak
Ambalat
Tanahkuning
Bidukbiduk
Putussibau
Lubuk Antu
Serian
Sri Aman
Kuching
Bau
Bako
Sematan
Kanibongan
Tuaran
Ranau
Tambunan
Sikuati
Telaga
Gomantong Caves
Madai Caves
Sepilok Orangutan Rehabilitation Centre
Batu Punggul
Pulau Labuan
Pulau Balambangan
Pulau Banggi
Pulau Malawali
Pulau Jambongan
Pulau Mabul
Pulau Sipadan
Tun Sakaran Marine Park
Turtle Islands National Park
Tambunan Rafflesia Reserve
Danum Valley Conservation Area
Maliau Basin Conservation Area
Crocker Range National Park
Tunku Abdul Rahman National Park
Kinabalu National Park
Mt. Kinabalu (4095 m)
Mt. Trus Madi (2642 m)
Gomantong Caves
Madai Caves
Sepilok Orangutan Rehabilitation Centre
Ulu Temburong National Park
Lambir Hills National Park
Niah National Park
Gunung Mulu National Park
Gunung Mulu (2376 m)
Similajau National Park
Pulong Tau National Park
Batang Ai National Park
Kubah National Park
Bako National Park
Gunung Gading (906 m)
Batang Rejang
Kelabit Highlands
BRUNEI DARUSSALAM
SABAH
SARAWAK
BORNEO INDONESIEN
PHILIPPINEN
SÜD-CHINESISCHES MEER
SULU-SEE
CELEBES-SEE
110° O
111° O
112° O
113° O
114° O
115° O
116° O
117° O
118° O
119° O
7° N
6° N
5° N
4° N
3° N
2° N
0
200 km
THAILAND
VIETNAM
PHILIPPINES
MALAYSIAN BORNEO
Sabah
Sarawak
BRUNEI
PENINSULAR MALAYSIA
SINGAPORE
Sumatra
Borneo
INDONESIA
Sulawesi

Die Top 21 von Malaysia, Singapur & Brunei

Streetfood

1 Weiße Tischdecke? Verwirrendes Essbesteck? Hochnäsige Bedienung? Ein Dach? Fehlanzeige. In Malaysia wird das beste Essen in einfachster Umgebung und ohne großes Tamtam serviert. Überall bieten Verkäufer an Rollwagen, Ständen und in Shophouses köstliche Gerichte an, und viele verwenden noch immer Rezepte und Techniken, die seit Generationen weitergegeben wurden. Essen ist hier nicht nur ungezwungen, allgegenwärtig und gut, sondern stellt einen vor die Qual der Wahl – entlang einer einzigen Straße wie zum Beispiel der Lorong Baru in George Town (S. 199), Penang, reihen sich die malaysische, die regionale chinesische, die indische (siehe Bild) sowie die westliche Küche dicht aneinander.

Tauchen, Pulau Sipadan

2 Es scheint, als hätten die farbenprächtigste Meeresflora und -fauna das Meeresgebiet von Sipadan (S. 424) zu ihrer bevorzugten Lage auserkoren – von gewöhnlichen bis hin zu vollkommen fremdartigen Fischen, Mollusken und Reptilien scheinen die Lebewesen einem Malkasten entsprungen zu sein. Sie leben, spielen, jagen und fressen hier, und mit etwas Glück können Besucher beim Tauchen ein Unterwasserballett mit ihnen tanzen. Sipadan bietet jedem Taucher, vom Amateur bis zum alten Hasen, das ultimative Unterwasserabenteuer.

JURAJ LONGAUER / SHUTTERSTOCK ©

2

RICHARD_NG / GETTY IMAGES ©

FILM LANDSCAPE / GETTY IMAGES ©

AMARK OREN / SHUTTERSTOCK ©

George Town, Penang

3 Einst von den Einheimischen verlassen und von Touristen aufgegeben, kann George Town (S. 162) sich seit einiger Zeit als eines der angesagtesten Ziele der Region halten. Mit seiner Ernennung zum Unesco-Welterbe 2008 brach hier ein wahrer Kulturerhaltungswahn aus, der bis heute anhält, und die charismatischen Shophouses der Stadt wurden in Hausmuseen, bezaubernde Boutiquehotels und schicke Cafés umgewandelt. Da überrascht es auch nicht, dass es in George Town mit das beste malaysische Essen gibt.

Cameron Highlands

4 Neblige Berge, Architektur im Tudor-Stil, Allradfahrzeuge, Teegebäck, Erdbeer- und Teeplantagen (siehe Bild) sind in diesem entschieden untypischen südostasiatischen Reiseziel vereint. Aktivitäten wie Bergwanderungen in Eigenregie, Naturspaziergänge und Agrartourismus machen die Cameron Highlands (S. 154) zu einem besonders lohnenswerten und zugänglichen Aktivziel in Malaysia. Die Gegend eignet sich auch prima für eine kurze Auszeit während des Urlaubs, da das Wetter in den Cameron Highlands zum Glück das ganze Jahr über angenehm kühl ist.

VINCENT JARY / GETTY IMAGES ©

NITITHANOMSRI / SHUTTERSTOCK ©

Schnorcheln, Pulau Perhentian

5 Obwohl die Inseln im östlichen Teil der Malaiischen Halbinsel beispiellose Unterwasseraktivitäten bieten, sind die Pulau Perhentian (S. 336) der Favorit bei Schnorchlern. Es mag an den kristallklaren Gewässern von Perhentian liegen, die eine unglaubliche Vielfalt an Meerestieren beherbergen. Korallenbänke liegen dicht am Strand, und meist muss man nicht weit über den Anlegesteg in Long Beach hinausschwimmen, um sich inmitten einer Regenbogenwolke aus Fischen aller Formen und Größen wiederzufinden.

Mount Kinabalu

6 Er ist der Wohnsitz der Geister, der höchste Berg Malaysias, das alles beherrschende geografische Gebilde im Nordteil Borneos und der Granitfels, an dem sich schon zahllose Herausforderer die Zähne ausgebissen haben. Der Mount Kinabalu (S. 380) ist all das und zudem eine der beliebtesten Touristenattraktionen auf Borneo. Dennoch können Besucher Augenblicke völliger Freiheit genießen, die einzigartige alpine Luft in Sabah atmen und, sofern es nicht bewölkt ist, eine Aussicht erleben, die sich bis zu den Philippinen erstreckt. Der Aufstieg ist in jedem Fall ein berauschendes Erlebnis.

7

KJERSTI JOERGENSEN / SHUTTERSTOCK ©

8

HASHIM MAHRIN / SHUTTERSTOCK ©

9

THANT ZAW WAI / GETTY IMAGES ©

Sepilok Orangutan Rehabilitation Centre

7 Kein anderer Primat ist wie der Orang-Utan. Die muskulösen und doch anmutigen Menschenaffen (siehe Bild) sind eine bezaubernde Mischung aus roher Kraft und sanftmütiger Zurückhaltung. In ihren Augen liegt etwas Tiefgründiges, das man nur als Weisheit und manchmal als Traurigkeit bezeichnen kann. All diese komplexen Beobachtungen können Besucher im Sepilok Orangutan Rehabilitation Centre (S. 402) machen, wo die rotbraunen Affen von einer (zugegebenermaßen oft überlaufenen) Aussichtsplattform aus zu bestaunen sind – das Highlight so manches Ausflugs nach Sabah.

Kuching

8 Borneos mondänste Stadt (S. 449) vereint eine charmante Altstadt, ein duftendes Hafenviertel, gute Küche für alle Preislagen und Nachtclubs, die es mit denen Londons aufnehmen können. Doch die größte Attraktion liegt außerhalb: einige der schönsten Naturschenswürdigkeiten von Sarawak, die auf einer Tagestour leicht zu erreichen sind. So können Besucher halbwilde Orang-Utans entdecken, am Morgen die Blüte einer Riesenrafflesie bestaunen, Nasenaffen begegnen, bei einer abendlichen Bootstour ins Südchinesische Meer wilde Krokodile erspähen und dann fangfrische Meeresfrüchte oder knusprige Midin-Farnspitzen genießen.

Entspannen auf Pulau Tioman

9 Was darf's sein? Vor einem der traumhaften, ruhigen Strände (siehe Bild) schwimmen, die sich zuhauf von Nord nach Süd entlang der Westküste von Pulau Tioman erstrecken? Es mit der Brandung aufnehmen, die bei Kampung Juara im Osten der Insel an die Strände kracht? Oder auf den unzähligen Wanderpfaden von Tioman erproben, wie es um Beinmuskeln, Lungenkapazität und inneren Kompass bestellt ist? Wie wär's mit Chillen am Wasserfall? Mit einem guten Buch in der Hängematte liegen? Oder einfach nichts tun? Pulau Tioman (S. 289) bietet unbegrenzte Möglichkeiten. Willkommen im Paradies.

Die Langhäuser von Sarawak

10 Trotz einiger moderner Annehmlichkeiten ist die beste Möglichkeit, ein Gefühl für die einheimische Stammeskultur zu bekommen, ein Besuch in einem Langhaus – oder ein Aufenthalt über Nacht. Diese Behausungen vereinen quasi ein gesamtes Dorf unter einem Dach. Sie können länger als zwei Fußballfelder sein und Dutzende Familieneinheiten beherbergen. Alle besitzen eine überdachte Gemeinschaftsveranda für wirtschaftliche und gesellschaftliche Aktivitäten. Die am wenigsten vom modernen Leben beeinflussten Langhäuser sind mit dem Boot den Batang Ai (S. 490) hinauf zu erreichen.

Trekking, Kelabit Highlands

11 Saubere, kühle Luft, unglaublich grüne Reisfelder, köstliche einheimische Küche und Trekkingmöglichkeiten – von Langhaus zu Langhaus –, die zu den besten auf ganz Borneo gehören: Doch die Hauptattraktion hier sind die Menschen, die zu Recht für ihr Lächeln und ihre Gastfreundschaft berühmt sind. In den entlegenen Nordosten (S. 530) von Sarawak zu gelangen, ist schon an sich ein Spaß – entweder lässt man sich auf der zwölfstündigen Fahrt über Holzabfuhrwege ordentlich durchrütteln oder entscheidet sich für einen Flug in einer 19-Personen-Twin-Otter-Turboprop-Maschine.

AZNAN / SHUTTERSTOCK ©

JON DUNCAN / SHUTTERSTOCK ©

Batu Punggul

12 Nicht viele Reisende stoßen bis hierher vor, tief ins Innere von Borneo. Selbst schuld, denn Batu Punggul (S. 441), eine unglaubliche Felsformation, die wie ein Messer aus Kalkstein in die Luft ragt, und vor allem der ihn umgebende Urwald gehören zu den grandiosesten Anblicken auf einer Insel voller Highlights. Der Weg hierher führt unter dem Blätterdach uralter Bäume durch trübe, schlammige Flüsse. Zur Belohnung wartet am Ende ein scharf gezackter Fels, der Kletterern eine körperliche Herausforderung und passionierten Entdeckern ein tiefes Zenerlebnis auf ihrer Reise bietet.

Taman Negara

13 Ein Besuch im Taman Negara (S. 313) ist wie eine Reise durch die Zeit, auf der sich das Land erleben lässt, wie es war, bevor die Zivilisation Einzug hielt und den Urzeitdschungel durch endlose Gummibaum- und Palmölplantagen ersetzte. Im Innern dieses schattigen, fast undurchdringlichen Regenwalds erheben sich uralte Bäume mit gigantischen Wurzelsystemen majestätisch über Leuchtpilzen, Orchideen und seltenen, wunderschönen Pflanzen. Hier leben Elefanten, Tiger und Leoparden ebenso wie Flughörnchen, Echsen, Affen, Hirsche, Tapire und Schlangen aller Art.

SAZALI / SHUTTERSTOCK ©

PETE SEAWARD / LONELY PLANET ©

TRAVELPICS / GETTY IMAGES ©

VERONIKA HANZLIKOVA / SHUTTERSTOCK ©

MOHAMMAD FAHMI ABU BAKAR / SHUTTERSTOCK ©

Omar Ali Saifuddien Mosque

14 Die Moschee (S. 539) mit ihrer Zwiebelkuppel spiegelt Brunei in architektonischer Form wider. Dieses Bauwerk ist Mittelpunkt der Hauptstadt Bandar Seri Begawan und verkörpert zwei Merkmale Bruneis, die Besuchern schnell ins Auge fallen: tiefe Frömmigkeit und vergoldete Übertreibung. Trotz all der Pracht wird beim Anblick der Familien, die hier entspannen, schnell klar, dass die Moschee ein Ort eben jener stillen, unaufdringlichen Freundlichkeit und leisen Unterhaltungen ist, die das tägliche Leben der meisten Bruneier kennzeichnen.

Kampong Ayer

15 Die Modernisierung auf Borneo eilt mit Riesenschritten voran, doch selbst der technikerfahrenste Unternehmer ist erst eine Generation vom *kampung ayer* (Wasserdorf) entfernt. Manche wachsen in diesen Wassergemeinschaften auf, andere kommen, um hier zu leben. So auch in dem Wasserdorf (S. 540) direkt an Bruneis Hauptstadt Bandar Seri Begawan, dem größten Wasserdorf der Welt. Manche Bewohner leben ganz bescheiden, andere parken erst ihren Sportwagen, bevor sie mit dem Wassertaxi nach Hause fahren – ein faszinierendes Nebeneinander von Nostalgie und Entwicklung, alles auf Pfählen.

Feste, Batu Caves

16 Es ist immer sehr belebt und farbenfroh in diesem heiligen Hindu-Schrein in den Batu Caves (siehe Bild; S. 121), doch wer die Möglichkeit hat, sollte an einem Feiertag hierherkommen. Das größte Fest ist Thaipusam, wenn sich Hunderttausende Pilger auf dem riesigen Kalksteinfelsen wenige Kilometer nördlich von Kuala Lumpur versammeln. Wächter über die 272 Stufen hinauf zur wichtigsten Tempelhöhle ist die 42 m hohe vergoldete Statue des Gottes Murugan. Ihm steht eine ganze Heerschar lebhafter Makaken zur Seite, die sich nur allzu gern auf die Habseligkeiten der Touristen stürzen.

SHAUN EGAN / GETTY IMAGES ©

NORAISHAH TAHIR / SHUTTERSTOCK ©

EQROY / SHUTTERSTOCK ©

Schwelgen, Pulau Langkawi

17 Pulau Langkawi (S. 219) wird nicht umsonst Juwel von Kedah genannt: Die weißen Sandstrände, abgeschiedenen Luxusresorts, Tauchmöglichkeiten und unberührten Dschungel werden der Metapher mehr als gerecht. Billiger Alkohol (auf Langkawi gibt es keine Zollgebühren) und ganz ordentliche Restaurants und Bars deuten dezent auf eine Partyszene hin, während die vielen kinderfreundlichen Aktivitäten die Insel zu einem tollen Reiseziel für Familien machen. Sie ist aber nicht nur Ferieninsel, abseits der ausgetretenen Pfade hat sich Pulau Langkawi seine liebenswerte *kampung*-Seele bewahrt.

Jonker Walk Night Market, Melaka

18 Die größte Party in Melakas als Welterbe gelisteter Altstadt findet freitag- und samstagabends statt, wenn in der Jln Hang Jebat dieser Nachtmarkt (S. 265) seine Tore öffnet. Der beste Ausgangspunkt ist am Fluss gegenüber dem pinkfarbenen Stadthuys-Gebäude, dann durch die Menschenmengen in Richtung Karaokebühne auf der Jln Tokong Besi. Unterwegs bieten Stände von billiger Unterwäsche bis zu frischem Zuckerrohrsaft alles Mögliche an. Besucher können feilschen, naschen oder im Geographér Café bei einem kühlen Bier die Passanten beobachten.

Chinatown, Kuala Lumpur

19 Rauchwolken steigen aus Weihrauchknäueln auf, Blumengirlanden hängen wie Perlenketten um die Hälse von Hindustatuen, und durch den hupenden Verkehr dringt der Ruf zum Gebet. Dicht an dicht reihen sich die Tempel und Moscheen der Hindus, Muslime und Buddhisten der Stadt in diesem stimmungsvollen Stadtviertel (S. 67) entlang des Klang-Flusses – ein Sinnbild für das multikulturelle Malaysia. Ein absolutes Muss sind das Essen der fahrenden Verkäufer, die tagsüber mit ihren Karren auf der Madras Lane stehen, sowie ein Besuch auf dem gut besuchten Nachtmarkt auf der Jln Petaling.

National Gallery Singapore

20 Singapur versteht sich hervorragend darauf, in Museen, Galerien und Zentren für Heimat und Geschichte die Kulturen und Künste seiner multiethnischen Bevölkerung zu beleuchten. Eine der besten Galerien ist die National Gallery Singapore (S. 579) im ehemaligen Rathaus und dem alten Gerichtshof, die durch eine auffällige Überdachung verbunden sind. Die mehr als 8000 Stücke umfassende Sammlung mit Werken aus dem 19. Jh. und dem modernen Südostasien wird durch Leihexponate von Sammlern und Partnergalerien aus Übersee ergänzt. Der Dachgarten bietet Blick auf die Skyline.

Märkte, Kota Bharu

21 Kota Bharu (S. 326) ist ein Zentrum für malaysisches Kunsthandwerk. Besucher können hier traditionelle Produkte kaufen, wie Batik, *kain songket* (handgewebte Stoffe mit Goldfäden), Silberzeug, handgeschnitzte Puppen und regional gefertigte Drachen. Auf dem zentralen Markt und dem nahe gelegenen Buluh-Kubu-Basar werden Gewürze, Messingwaren und andere regionale Produkte feilgeboten. Die für Fahrräder geeignete Straße von der Stadt zum Pantai Cahaya Bulan (PCB) ist von Fabriken und Werkstätten gesäumt, in denen sämtliches Kunsthandwerk hergestellt wird.

THANTZAW WAI / GETTY IMAGES ©

ZULL MUST / SHUTTERSTOCK ©

Wissenswertes

Weitere Informationen im Kapitel „Praktische Informationen“ (S. 691)

Währung
Malaysischer Ringgit (RM), Singapur-Dollar (S$), Brunei-Dollar (B$)

Sprache
Bahasa Malaysia, Englisch, chinesische Dialekte, Tamil

Visa
In der Regel nicht erforderlich für Aufenthalte von bis zu 60 Tagen (Malaysia), 90 Tagen (Singapur) und 30 bis 90 Tagen (Brunei)

Geld
Geldautomaten sind überall zu finden. Die meisten Unternehmen akzeptieren Kreditkarten.

Handys
Einheimische SIM-Karten können in den meisten Handys benutzt werden. Bei anderen Handys muss das Roaming aktiviert werden.

Zeit
GMT/UTC plus acht Stunden

Reisezeit

Hauptsaison (Dez.–Feb.)
➡ In den Schulferien nach dem Chinesischen Neujahrsfest steigen die Preise. Verkehrsmittel und Hotelunterkunft am besten frühzeitig buchen.

➡ An der Ostküste der Malaiischen Halbinsel und im Westen Sarawaks herrscht Monsunzeit.

Zwischensaison (Juli–Nov.)
➡ Von Juli bis August entfliehen zahlreiche Urlauber der Hitze der Golfstaaten und genießen in dieser Region die sogenannte Arabersaison.

➡ An der Westküste der Malaiischen Halbinsel herrscht bis September Monsunzeit.

Nebensaison (März–Juni)
➡ In dieser Zeit lassen sich die schlimmsten Regenfälle, die höchste Luftfeuchtigkeit und auch die größten Touristenmassen vermeiden.

Wichtige Websites

Brunei Tourism (www.brunei-tourism.travel) Informationen über Reisen ins Sultanat.

Lonely Planet (www.lonelyplanet.com) Informationen zum Reiseziel, Hotelbuchungen, Traveller-Forum und vieles mehr.

Malaysia Asia (http://blog.malaysia-asia.my) Preisgekrönter Reiseblog mit ortskundigen Insider-Infos.

Tourism Malaysia (www.tourism.gov.my) Offizielle Touristeninformations-Seite des Landes.

Visit Singapore (www.visitsingapore.com/en) Offizielle Fremdenverkehrswebsite.

Wichtige Nummern

Landesvorwahl	Malaysia ☎60; Singapur ☎65; Brunei ☎673
Internationale Vorwahl	Malaysia & Brunei ☎00; Singapur ☎001
Polizei	Malaysia & Singapur ☎999; Brunei ☎993
Krankenwagen & Feuer	Malaysia ☎994; Singapur ☎995; Brunei Krankenwagen ☎991, Feuer ☎995
Telefonauskunft	Malaysia ☎103; Singapur ☎100; Brunei ☎113

Wechselkurse

Australien	1 A$	2,95 RM
Kanada	1 C$	3,18 RM
Euro	1 €	4,80 RM
Indonesien	100 Rp	0,028 RM
Japan	100 ¥	3,70 RM
Neuseeland	1 NZ$	2,70 RM
Thailand	100 B	12,28 RM
Großbritannien	1 £	5,45 RM
USA	1 $	4,15 RM

Aktuelle Wechselkurse unter www.xe.com.

Tägliche Kosten

Günstig: unter 100 RM/200 S$/80 B$

➡ Bett: 15–50 RM/25–45 S$/10–50 B$

➡ Mahlzeiten in Hawker Centres und Food Courts: 5–7 RM/5–6 S$/1–4 B$

➡ Öffentliche Verkehrsmittel pro Tour: 1–2,50 RM/1,40–2,50 S$/1–2 B$

Mittel: 100–400 RM/200–400 S$/80–160 B$

➡ Doppelzimmer im Mittelklassehotel: 100–400 RM/150–300 S$/60–80 B$

➡ Zwei-Gänge-Menü im Mittelklasserestaurant: 40–60 RM/80 S$/5–15 B$

➡ Cocktails in einer ordentlichen Bar: 30–40 RM/20–30 S$

Teuer: über 400 RM/400 S$/160 B$

➡ Luxusdoppelzimmer: 450–1000 RM/350–800 S$/140–170 B$

➡ Mahlzeit im Spitzenrestaurant: 200 RM/300 S$/10–20 B$

➡ Dreitägiger Tauchkurs: 800–1000 RM

Öffnungszeiten

Banken Mo–Fr 10–15, Sa 9.30–11.30 Uhr

Bars und Nachtclubs 17–5 Uhr

Cafés 8–22 Uhr

Restaurants 12–14.30 und 18–22.30 Uhr

Geschäfte 9.30–19 Uhr, Einkaufszentren 10–22 Uhr

Ankunft in Malaysia, Singapur & Brunei

Kuala Lumpur International Airport Züge (35 RM) fahren zwischen 5 und 1 Uhr alle 15 Minuten und brauchen 30 Minuten bis KL Sentral. Busse (10 RM) verkehren stündlich zwischen 5 und 1 Uhr; bis KL Sentral dauert es eine Stunde. Taxis kosten zwischen 75 und 100 RM und brauchen eine Stunde bis KL.

Changi International Airport Regelmäßige MRT-Züge und öffentliche sowie Shuttlebusse nach Singapur zwischen 5.30 und 23.18 Uhr, 1,70–9 S$. Taxis kosten zwischen 20 und 40 S$, zwischen Mitternacht und 6 Uhr 50 % mehr.

Brunei International Airport Busse (1 B$) fahren regelmäßig bis 17.30 Uhr nach Bandar Seri Begawan. Taxis kosten 25 B$. Beide brauchen etwa 15 Minuten.

Unterwegs vor Ort

Bus Auf der Malaiischen Halbinsel und in Singapur fahren Busse fast überallhin, in Brunei ist das Netz nicht ganz so gut ausgebaut.

Zug & MRT Das malaysische Schienennetz ist längst nicht so groß wie das Busnetz, für entferntere Ziele jedoch gut geeignet. ETS-Züge sind schnell, verkehren aber nicht so häufig. Das beste Fortbewegungsmittel in Singapur ist die MRT.

Auto Für Ausflüge ins Landesinnere von Malaysia und Brunei lohnt es sich, eines zu mieten. Für Städte eher nicht.

Flüge Es gibt Flugverbindungen zu Großstädten, Inseln und entlegeneren Zielen.

Fähren Fürs Inselhopping und für Verbindungen zwischen Malaysia und Singapur.

Mehr zum Thema **Unterwegs vor Ort** auf S. 702

Malaysia, Singapur & Brunei für Einsteiger

Für mehr Infos siehe Kapitel „Praktische Informationen“ (S. 691)

Checkliste

- Kontrollieren, ob der Pass noch eine Gültigkeit von mindestens sechs Monaten nach Ankunft hat.
- Alle nötigen Impfungen vornehmen lassen und Medikamente in klar gekennzeichneten Originalverpackungen mitführen.
- Eine geeignete Reiseversicherung abschließen.
- Die Gepäckbestimmungen der Fluggesellschaft prüfen.
- Die Bank/das Kreditkarteninstitut über die Auslandsreise informieren.

Was muss mit?

- Regenschirm
- Kleiner Rucksack oder Bodybag
- Sonnenbrille
- Sonnencreme
- Flip-Flops (Riemchensandalen)
- Mückenschutz
- Ein Kopftuch gegen den Schweiß
- Taschentücher und Handdesinfektionsmittel
- Deo
- Steckdosenadapter

Top-Tipps für die Reise

- Anstrengende Outdoor-Aktivitäten am besten frühmorgens oder am späten Nachmittag einplanen, um der Mittagshitze zu entgehen.
- Früh feiern gehen: Unzählige Bars haben preiswerte Happy-Hour-Angebote, meistens von 17 bis 20 oder 21 Uhr.
- Immer Taschentücher dabeihaben! Sie sind praktisch, um sich an fahrbaren Imbissständen schnell mal die Hände abzuwischen, oder wenn auf einer Toilette mal kein Papier vorhanden ist.

Kleidung

Im Flachland ist es meist drückend heiß, weshalb sich leichte Kleidung aus Baumwolle oder Leinen, die schnell trocknet, am besten eignet. Flip-Flops halten womöglich nicht mehrere Erkundungstouren durch eine Stadt aus. Hier sind stabilere Ledersandalen oder leichte Segeltuch-Sneaker besser.

Im kühleren Hochland ist wärmere Kleidung angebracht. Fleecejacke, Pullover und Wollsocken kommen auch in kühlen klimatisierten Zügen, Fernbussen und Kinos gelegen.

Im Zweifel lieber etwas sittsamer kleiden (Schultern und Beine bis über die Knie bedecken). Malaysier empfinden dies als respektvoll, und es erregt weniger Aufmerksamkeit. Für die Stadt sind schickere Kleidung und Schuhe angebracht.

Schlafen

An Unterkünften bieten diese drei Länder alles von Backpacker-Mehrbettzimmern bis zu einigen der luxuriösesten Resorts Asiens. Zu Ferienzeiten, wie dem Chinesischen Neujahrsfest, und großen Veranstaltungen, wie dem Formel-1-Nachtrennen in Singapur, möglichst frühzeitig buchen.

- **Hostels** Finden sich überwiegend in den größten Städten und Resortgegenden, darunter auch mehrere Flashpacker-Optionen.
- **Pensionen & Privatunterkünfte** Selten schick, aber eine tolle Möglichkeit, die Einheimischen kennenzulernen. Oder wie wär's mit einer Übernachtung in den Stammes-Langhäusern von Borneo?
- **Hotels** Hier gibt es die volle Bandbreite von unterirdisch schlecht bis hin zu hyperluxuriös.

Etikette

➡ **Moscheebesuch** Kopf, Arme und Beine bedecken.

➡ **Essen** Die rechte Hand nur beim Essen mit den Fingern benutzen.

➡ **Anstand** Keine Umarmungen und Küsse in der Öffentlichkeit.

➡ **Begrüßung** Beim *salam* geben sich beide kurz die Hand und berühren dann mit dieser Hand ihr Herz. Malaysierinnen schütteln Männern nicht die Hand – lieber lächeln und nicken oder leicht verbeugen.

Sprache

Englisch wird fast überall verstanden, aber Sprachinteressierte können sich an vielen Sprachen versuchen, die hier gesprochen werden. Die Landessprache von Malaysia und Brunei ist Bahasa Malaysia (Malaysisch). Alle Malaysier sprechen Malaysisch, und viele beherrschen mindestens zwei weitere regional übliche Sprachen, wie Tamil, Hokkien, Kantonesisch und Mandarin. Zudem gibt es zwei chinesische Dialekte, weitere indische und Orang-Asli-Sprachen und in Melaka sogar eine Form des Portugiesischen des 16. Jh., das sogenannte Kristang. Mehr Informationen im Kapitel Sprache (S. 712).

Essen

So eingeschmiegt, wie Malaysia, Singapur und Brunei zwischen Süd- und Ostasien liegen, wundert es nicht, dass sie sich in Sachen Essen diverse Elemente dieser Küchen einverleibt haben – dazu das Beste aus Südostasien. Hier ist es möglich, den Tag in Indien zu beginnen, in China zu Mittag zu essen und den Abend in Malaysia zu beschließen. Von den Snacks und Gerichten ganz zu schweigen, die irgendwo dazwischen angesiedelt sind, oder von den duftendsten, köstlichsten Früchten, die man sich nur vorstellen kann. Lässt sich irgendwo auf der Welt besser essen? Vermutlich nicht.

INMAGINEASIA / GETTY IMAGES ©

Eine malaysische Familie beim Essen

Geld

Geldautomaten sind überall zu finden. Die meisten Unternehmen akzeptieren Kreditkarten.

Feilschen

Auf *pasar malam* (Nachtmärkten) und anderen Straßenmärkten gern ein wenig feilschen, wenn es um Souvenirs geht, aber nicht zu aggressiv verhandeln, da dies nicht der hiesigen Kaufkultur entspricht. Lächeln, höflich bleiben und sich nicht an winzigen Preisunterschieden festbeißen.

Trinkgeld

Trinkgeld wird meist nicht erwartet, aber eine kleine Anerkennung für herausragenden Service ist gern gesehen.

➡ **Hotels** In Spitzenhotels ist ein Trinkgeld für den Service üblich.

➡ **Restaurants** Viele Restaurants in den großen Städten berechnen einen Bedienungszuschlag von etwa 10 % der Rechnung.

Was gibt's Neues?

Taman Tugu
Die Sekundärwaldpfade durch diesen großen neuen Park in Kuala Lumpur sind fertig, und es gibt einen Rundgang durch die Baumwipfel, Essen am See sowie ein Umweltbildungszentrum. (Malaysia; S. 71)

Red Dot Design Museum
Das Museum in einem schicken neuen Haus am Ufer der Marina Bay zeigt preisgekrönte Designstücke, und seine Exponate werden ständig erneuert. (Singapur; S. 582)

Encore Melaka
In Melakas stylishem neuen Theater führen ca. 200 Darsteller in einer 70-minütigen Show traditionelle und zeitgenössische Tänze und Musik vor. (Malaysia; S. 264)

Johor Bahru's Renaissance
Das Tor der Malaiischen Halbinsel nach Singapur macht sich. Das alte, erhaltenswerte Viertel wird auf Vordermann gebracht und lockt neue Unternehmen wie die Replacement Lodge (S. 274) an. (Malaysia)

Touren durch das Lenggong Valley
Neue Touren führen mutige Besucher ins Unesco-Welterbe des Lenggong Valley (S. 168), in dem der „Perak-Mann" gefunden wurde, ein 11 000 Jahre altes, vollständig erhaltenes menschliches Skelett. (Malaysia)

The Oval @ Seletar Aerospace Park
Der neue Luft- und Raumfahrtpark bietet Cafés und Restaurants wie das Wildseed (S. 624), von denen viele in prächtigen Kolonialhäusern untergebracht sind. (Singapur)

Das grüne Pangkor
Pangkor Nature Guides (S. 167) bietet umweltfreundliche Ausflüge in die Wälder der Insel, und im Vale Eco Center (S. 161) können sich Reisende vor dem Besteigen der Fähre näher informieren. (Malaysia)

Art Lane, George Town
Die aufstrebende Galerie in zwei zusammengehörigen Shophouses bietet Straßenkunst zu freiem Eintritt sowie Events und Workshops. (Malaysia; S. 190)

Softwoods Plantation
Die Plantage soll zum Wildtierkorridor zwischen Tawau Hills und Danum Valley werden. Gäste können Elefanten beobachten und Eukalyptus pflanzen. (Malaysia; S. 430)

Ranee Museum
Untergebracht im herrlich restaurierten alten Gerichtsgebäude von Kuching erzählt es die Geschichte von Lady Margaret Brooke, der Rani von Sarawak. (Malaysia; S. 454)

Singapurs Wandmalereien
Künstler Yip Yew Chong versieht die leeren Mauern der Stadt stetig mit neuen Werken, die singapurische Alltagsszenen zeigen, und steht damit in einer langen Tradition. Die 44 m lange Wandmalerei *Thian Hock Keng* (S. 581) in der Amoy St. in Chinatown lohnt einen Abstecher. (Singapur)

Ehemaliges Ford-Werk
Die ehemalige Autofabrik beherbergt ein Museum, in dem Singapurs Niedergang bis zum Krieg, die drei dunklen Jahre der Besetzung durch die Japaner, die Rückgewinnung der Insel und ihr Weg zur Unabhängigkeit dargestellt werden. (Singapur; S. 597)

Mehr Empfehlungen und Rezensionen gibt's auf **lonelyplanet.de**

Wie wär's mit ...

Architektur

Khoo Kongsi Das überwältigendste der vielen verschnörkelten Clanhäuser von George Town. (S. 181)

Petronas Towers Die stählernen Zwillingstürme von Kuala Lumpur sind das Aushängeschild der zeitgenössischen Architektur Malaysias. (S. 61)

Putrajaya Ein Vorzeigeprojekt der malaysischen Stadtplanung und ihres Hangs zu gewölbten Architekturformen. (S. 127)

Stadthuys Das Wahrzeichen von Melaka und vermutlich das älteste niederländische Gebäude in Asien. (S. 246)

Istana Lama Dieser wunderschöne schwarze Hartholzpalast in Sri Menanti ruht auf 99 Pfählen. (S. 138)

Baba-Haus Eins der schönsten denkmalgeschützten Häuser von Singapur führt Besuchern vor Augen, wie die Peranakan früher lebten. (S. 583)

Marina Bay Sands Ein erstaunliches Beispiel für Ingenieurskunst und eins von Singapurs Highlights. (S. 628)

Esplanade – Theatres on the Bay Ein Wahrzeichen von Singapur, das berühmt ist für seine Sonnendächer aus Aluminium, unter denen sich die Gebäude befinden, in denen das Theater und die Konzerthalle untergebracht sind. (S. 634)

Tempel & Moscheen

Thean Hou Temple Mehrstöckiger, äußerst ausgeschmückter chinesischer Tempel mit herrlichem Blick über Kuala Lumpur. (S. 73)

Masjid Negara In der modernistischen Nationalmoschee werden die Premierminister von Malaysia bestattet. (S. 74)

Masjid Ubudiah Ein wahres Juwel von Kuala Kangsar mit goldener Kuppel, entworfen vom Architekten AB Hubback während der Kolonialära. (S. 169)

Masjid Selat Melaka Diese Moschee in Melaka sieht in den frühen Morgenstunden und in der Abenddämmerung am schönsten aus, wenn sie gleichsam auf dem Wasser zu schweben scheint. (S. 247)

Kek Lok Si Temple Der heilige Ort der Buddhisten in Penang wird von einer 36,5 m hohen Bronzestatue der Göttin der Gnade bewacht. (S. 208)

Sultan Mosque Das Glaubenszentrum mit der Goldkuppel im Stadtteil Kampong Glam hat schon so manchen Märchenbüchern als Vorbild gedient. (S. 591)

Omar Ali Saifuddien Mosque Das architektonisch grandiose Gotteshaus von Bandar Seri Begawan erstrahlt abends in magischem Licht. (S. 539)

Landschaftliche Aussichtspunkte

Teeplantage Boh Sungei Palas Bei einer Tasse Tee einfach den Blick über den grünen Flickenteppich aus Hügeln und Teeplantagen in den Cameron Highlands genießen. (S. 160)

Mount Kinabalu Bei klarem Himmel ist die Aussicht, die sich von Malaysias höchstem Berg bietet, einfach unvergleichlich. (S. 380)

Penang Hill Der kühle Rückzugsort oberhalb von George Town bietet Ausblick über Penang bis hin zum Festland. (S. 207)

Menara Kuala Lumpur Freiluft-Aussichtsplattform und sich drehendes Restaurant mit 360-Grad-Blick über die Stadt. (S. 67)

Panorama Langkawi Nach einer Seilbahnfahrt zum Gipfel des Gunung Machinchang eröffnet sich ein herrlicher Blick über die Insel. (S. 221)

Southern Ridges Wo Betondschungel echten Dschungeln weichen und der herrliche Blick auf Singapurs stets im Wandel befindliche Skyline frei wird. (S. 598)

Einmalige Erlebnisse

Blue Mansion Die runderneuerte Villa in George Town bietet einen faszinierenden Crashkurs

in Sachen Feng-Shui und Legenden der Gegend. (S. 182)

Endau-Rompin National Park Vielleicht lässt sich bei Trekkingtouren durch den Dschungel ja der Geist mit den gruseligen Zähnen blicken – der Yeti von Malaysia. (S. 285)

Die Fahrradrikschas von Melaka Verziert mit Lichterketten und ausgeschnittenen Pappmotiven sind diese Dreiräder ein wirklich schillernder Anblick. (S. 268)

Kelabit Highlands In den Urwäldern um Bario sind unzählige geheimnisvolle Megalithen zu finden. (S. 531)

Gelanggang Seni In diesem Kulturzentrum von Kota Bharu können Besucher *silat* (eine malaysische Kampfkunst) und Schattenmarionettentheater erleben. (S. 326)

Museen

Islamic Arts Museum Großartige Kunstwerke aus dem muslimischen Glauben inmitten der Lake Gardens von Kuala Lumpur. (S. 70)

National Museum Dieses moderne Museum in KL zeigt die Geschichte der Region von der Urzeit bis heute. (S. 71)

Baba & Nyonya Heritage Museum Die sehr anschaulichen Führungen durch dieses prunkvolle Peranakan-Herrenhaus beleuchten die Vergangenheit von Melaka. (S. 252)

Sabah Museum Die ideale Einführung in die Ethnien und Landschaften von Sabah, gut ausgeschildert und mit verständlichen Erklärungen. (S. 363)

National Museum of Singapore Dieses Museum beleuchtet das jahrhundertelange Auf und Ab von Singapur, von den verbannten Prinzen aus Sumatra bis hin zur heutigen Unabhängigkeit. (S. 581)

FIUTAMIN / SHUTTERSTOCK © ARCHITECTS: WILKINSON EYRE AND GRANT ASSOCIATES

ANWOR LIGHT / SHUTTERSTOCK ©

Oben: Superbäume in den Gardens by the Bay (S. 578), Singapur

Unten: Buddha-Statue im Höhlentempel Perak Tong (S. 144), Ipoh

Asian Civilisations Museum Das Museum in Singapur steckt randvoll mit unbezahlbaren Schätzen aus ganz Asien und gehört zu den besten und vielfältigsten der Region. (S. 581)

Brunei Darussalam Maritime Museum Birgt faszinierende Schätze aus dem bedeutendsten Schiffbruch von Brunei. (S. 543)

Kunst

Kuala Lumpur Die Hauptstadt setzt auf Straßenkünstler, um ihre Stadtlandschaft mit Wandgemälden zu verschönern, darunter auch das großformatigste Wandgemälde des Landes. (S. 99)

Sekeping Tenggiri Eine der besten Privatsammlungen zeitgenössischer malaysischer Kunst ist an eine Pension in KL angeschlossen. (S. 73)

Die Kunstgalerien von Melaka In der Unesco-Weltkulturerbe-Stadt sind zahlreiche kleine Galerien verstreut. (S. 246)

Hin Bus Depot Der Knotenpunkt der boomenden Kunstszene von George Town, dessen offene Flächen mit Straßenkunst verziert sind. (S. 189)

National Gallery Singapore Singapurs hochgelobtes Kulturmuseum zeigt sowohl die kreativen Epochen der Region im 19. Jh. wie auch die der Gegenwart. (S. 579)

Gillman Barracks Eine weitläufige Ansammlung internationaler Galerien, in denen große Namen der modernen und zeitgenössischen Kunst ausgestellt sind. (S. 599)

Kunsthandwerk & Shoppen

Main Bazaar In Kuching werden handgefertigte Waren der Dayak, wie Textilien, Körbe und Masken, verkauft. (S. 468)

Central Market KL Das Art-déco-Gebäude, in dem sich in den 1930er-Jahren ursprünglich ein Frischmarkt befand, ist heute eine erstklassige Shopping-Location. (S. 101)

Islamic Arts Museum Hier können Besucher die wunderschönen Objekte bestaunen, zu denen der muslimische Glaube Kunsthandwerker und Künstler inspiriert hat. (S. 70)

Orchard Road Auf der weltberühmten Einkaufsstraße von Singapur gibt's einfach alles. (S. 638)

Gärten & Parks

Taman Tugu Auf natürlich gestalteten Pfaden durch üppigen Sekundärwald können die Besucher den großen neuen Park in KL erkunden. (S. 71)

Perdana Botanical Garden In dem ruhigen Park in KL, der noch aus den 1880er-Jahren stammt, gibt es Bereiche, die ganz den Orchideen und dem Hibiskus gewidmet sind. (S. 73)

Art & Garden by Fuan Wong Seltsame und wunderschöne Pflanzen in Kombination mit zeitgenössischer Kunst machen diesen Garten in Penang so einzigartig. (S. 212)

Tropical Spice Garden Eine weitere Oase in Penang, die die große Vielfalt essbarer Pflanzen der Region zur Schau stellt. (S. 212)

Taman Tasik Taiping Wo früher eine Zinnmine war, können Besucher sich heute in Schwanenhalsbooten durch einen üppigen Garten treiben lassen. (S. 171)

Gardens by the Bay Singapurs ehrgeiziges „Stadt im Garten"-Projekt macht mit diesem atemberaubenden Stadtpark einen weiteren Schritt nach vorn. (S. 578)

Singapore Botanic Gardens Mit der Nagelschere geschnittene Rasenflächen, spiegelglatte Seen sowie ein Stück seltenen Regenwalds bilden einen sehr zivilisierten Rückzugsort in der Natur. (S. 592)

Taman Peranginan Tasek Park am Rand von Bandar Seri Begawan mit Gehwegen, Wasserfällen und einem Aussichtsturm. (S. 543)

Inselausflüge

Pulau Pangkor An den Stränden dieser wenig besuchten Insel an der Westküste Malaysias einfach mal die Seele baumeln lassen. (S. 162)

Pulau Tioman Ihre schroffen grünen Gipfel sind von türkisblauem, korallenreichem Wasser umgeben. (S. 289)

Pulau Kapas Diese entzückende Insel an der Ostküste lädt zum Strandgutsammeln und Schnorcheln ein. (S. 347)

Pulau Tinggi Ein erloschener Vulkan, Teil des wunderschönen Seribuat-Archipels mit seinen 64 Inseln. (S. 284)

Tunku Abdul Rahman National Park Die fünf Inseln, die von Kota Kinabalu aus leicht zu erreichen sind, laden zum Inselhopping ein. (S. 377)

Semporna-Archipel Dieses Taucherparadies ist zugleich die Heimat der in Booten lebenden Bajau-Seenomaden. (S. 423)

Höhlen

Ramayana Cave Die psychedelischste und visuell reizvollste der Batu-Höhlen. (S. 121)

Höhlentempel von Ipoh Bemerkenswertes Trio buddhistischer Tempel, die sich gut auf einer Halbtagestour erkunden lassen. (S. 144)

Stepping Stone Cave In dieser Höhle in Kelantan führt ein

schmaler Korridor durch eine Kalksteinwand hindurch zu einer verborgenen Grotte. (S. 335)

Taman Negeri Perlis Der von Höhlen durchzogene Park beherbergt Wildtiere und den einzigen halbimmergrünen Wald Malaysias. (S. 242)

Gunung Mulu National Park Hier können Besucher Höhlen von schwindelerregenden Proportionen erkunden. (S. 518)

Niah National Park Die Höhlen hier bilden eine richtige Unterwelt voller Stalaktiten und Fledermäuse. (S. 507)

Gomantong Caves Kathedralenartige Kammer voller Fledermäuse, Kakerlaken, Skorpione und Salanganen. (S. 410)

Tierbegegnungen

Taman Negara Bei einer Wanderung tief hinein in den größten Nationalpark Malaysias stehen die Chancen gut, wilde Tiere zu entdecken. (S. 313)

KL Bird Park Fabelhaftes Vogelhaus mit gut 200 Arten, die sich unter einem riesigen Baldachin tummeln. (S. 71)

Cherating (S. 308), **Pulau Tioman** (S. 294) & **Perhentians** (S. 344) Jeder kann zum Schutz der bedrohten Schildkröten beitragen.

Kota Kinabalu Wetland Centre Maulwurfkrebse, Schildkröten, Bindenwarane und verblüffend viele Zugvögel. (S. 363)

Sepilok Orangutan Rehabilitation Centre (S. 402) & **Semenggoh Wildlife Centre** (S. 480) Hier gibt es die faszinierenden rotbraunen Orang-Utans zu sehen.

Belum Eco Resort Die Privatinsel bietet Abgeschiedenheit, ist von Urwald bewachsen und von wilden Tieren bewohnt. (S. 176)

Singapore Zoo Eine der attraktivsten, informativsten Tierschutzeinrichtungen der Welt. (S. 595)

Ulu Temburong National Park Auf einer Tour mit Übernachtung können Besucher in den bruneiischen Teil des unberührten Dschungels von Borneo eintauchen. (S. 557)

Monat für Monat

TOP-EVENTS

Thaipusam, Januar oder Februar

Chinesisches Neujahrsfest, Januar oder Februar

Chingay, Februar

Fest der hungrigen Geister, August

George Town Festival, August

Januar

Um Neujahr herum herrscht rege Reisezeit. An der Ostküste Malaysias und in Sarawak ist dann Monsunzeit.

Thaipusam

Zu diesem dramatischen Hindu-Fest, bei dem sich die Gläubigen unter anderem piercen lassen, kommen gewaltige Menschenmassen an den Batu Caves nördlich von KL, am Nattukottai Chettiar Temple in Penang und in Singapur zusammen. Es findet zwischen Mitte Januar und Mitte Februar statt. (S. 674)

Februar

Das Chinesische Neujahrsfest ist in der gesamten Region eine große Sache und rege Reisezeit. Transport und Hotels weit im Voraus buchen!

Chinesisches Neujahrsfest

Drachentänze und Paraden läuten das neue Jahr ein. Familien öffnen ihre Häuser für Gäste und Besucher. Wird am 25. Januar 2020, am 12. Februar 2021 und am 1. Februar 2022 gefeiert.

Chingay

Das Chingay-Fest wird über zwei Abende am ersten Wochenende des Chinesischen Neuen Jahres gefeiert und wartet mit der größten Straßenparade von Singapur, Löwentänzern, Festwagen und Performern auf. (S. 607)

März

Einer der Monate mit den meisten Niederschlägen an der Westküste Malaysias, also unbedingt einen Regenschirm mitbringen und vor Blitzfluten auf der Hut sein.

Geburtstag der Göttin der Gnade

Der beliebten chinesischen Göttin Kuan Yin werden in Tempeln in ganz Malaysia Opfergaben dargebracht. Die Göttin wird im Verlauf des Jahres noch drei weitere Male geehrt, im April/Mai, im Juli/August und im Oktober/November.

Mai

2019 und 2020 fällt das Ramadan-Fest vor allem in den Mai, und überall in der Region finden abendliche Lebensmittelmärkte und Büfetts statt.

Wesak

Buddhas Geburt, Erleuchtung und Tod werden in KL, Singapur und anderen Großstädten mit Prozessionen und verschiedenen Events gefeiert. So werden zum Beispiel Vögel aus Käfigen freigelassen, um die Befreiung gefangener Seelen zu symbolisieren. Wird am 18. Mai 2019, am 6. Mai 2020 und am 8. April 2021 gefeiert.

Juni

Schulferien und einer der heißesten Monate – Schwitzen steht also auf dem Tagesprogramm.

Gawai Dayak

Dieses Dayak-Fest wird in ganz Sarawak zur Feier des

Endes der Reiserntezeit am 1. und 2. Juni gefeiert, beginnt aber bereits am Abend des 31. Mai.

Drachenboot-Fest

Zum Gedenken an die malaiische Legende des Fischers, der aufs Meer hinauspaddelte, um einen chinesischen Heiligen vor dem Ertrinken zu retten, werden Trommeln geschlagen, um die Fische zu vertreiben, die ihn angreifen könnten. Wird von Juni bis August gefeiert, und in Penang finden Bootsrennen statt.

Hari Raya Aidilfitri (Großer Tag des Fastenbrechens)

Dem Ende des Ramadan folgt ein Monat voller Feiern, um das Fasten zu brechen. Es gibt viele öffentliche Veranstaltungen, auf denen man kostenlos malaysische Delikatessen probieren kann.

Great Singapore Sale

Beim Great Singapore Sale reduzieren Einzelhändler auf der ganzen Insel die Preise (und kramen all die Dinge hervor, die sie das ganze Jahr über nicht verkaufen konnten). Wer die Menschenmengen nicht scheut, kann hier gute Schnäppchen machen. Früh hingehen! (S. 608)

Juli

Reger Reisemonat im malaysischen Teil von Borneo, darum Aktivitäten, Touren und Unterkunft unbedingt frühzeitig buchen.

Rainforest World Music Festival

Ein dreitägiges Musikspektakel inklusive Fringe Festival, das im Sarawak Cultural Village in der Nähe von Kuching sowie in Kuching selbst stattfindet. (S. 461)

Singapore Food Festival

Zwei Wochen lang wird alles gefeiert, was essbar ist und aus Singapur stammt. In der ganzen Stadt finden Veranstaltungen wie Verkostungen, Spezial-Abendessen und Touren rund um das Thema Essen statt. (S. 608)

Geburtstag des Sultans von Brunei

Am 15. Juli werden zu Ehren des Geburtstags des Sultans farbenfrohe offizielle Zeremonien abgehalten, darunter auch eine kunstvolle Militärzeremonie, die der Oberboss persönlich leitet.

August

Bei den Scharen von arabischen und europäischen Touristen, die in dieser Zeit über die Region hereinfallen, ist es sinnvoll, die Unterkunft frühzeitig zu buchen.

George Town Festival

Dieses herausragende Festival für Kunst, Performance und Kultur in Penang wartet alljährlich mit internationalen Künstlern auf. Es bietet innovative Straßenkunst, und ein Fringe-Fest in Butterworth auf dem Festland gehört ebenfalls zum Programm. (S. 193)

Fest der hungrigen Geister

Die chinesischen Gemeinden führen Opern auf, veranstalten Open-Air-Konzerte und stellen ihren Ahnen Essen nach draußen. Wird gegen Monatsende und Anfang September gefeiert.

Malaysischer Nationalfeiertag

Am 31. August kommen um Mitternacht ganze Menschenscharen zusammen, um den Jahrestag der Unabhängigkeit Malaysias 1957 zu feiern. Am nächsten Morgen gibt es im ganzen Land Paraden und Feierlichkeiten.

Singapurischer Nationalfeiertag

Der singapurische Nationalfeiertag am 9. August ist ein enorm beliebtes Spektakel mit Militärparaden, zivilen Prozessionen, Überflügen der Luftwaffe sowie Feuerwerk. Tickets sind schon früh ausverkauft, doch die Vorführungen am Himmel sind auch von Marina Bay Sands aus zu sehen. (S. 608)

September

Dunstschleier von Wald- und Ackerlandrodungen in Indonesien sorgen für Smog über den Städten der Region.

Großer Preis von Singapur

In Marina Bay findet das Formel-1-Nachtrennen statt. Abseits der Rennstrecke treten internationale Musiker auf. Man sollte Unterkünfte unbedingt Monate im Voraus buchen

und sich auf Wucherpreise gefasst machen! (S. 608)

November

In der Zeit vor dem Deepavali-Fest reiht sich in den indischen Gemeinden der Region ein Verkaufsstand mit Textilien und festlichen Süßigkeiten an den anderen.

Deepavali

Hindus zünden winzige Öllampen vor ihren Häusern an, um die Glück verheißenden Götter Rama und Lakshmi anzulocken. Indische Geschäfte beginnen das neue Geschäftsjahr, und die „Little Indias" der Region erstrahlen in Tausenden von Lichtern.

Dezember

Während sich das Jahr dem Ende zuneigt, liegt eine feierliche Stimmung (sowie Monsunregen in Singapur und an der Ostküste Malaysias) in der Luft. Weihnachten ist vor allem in Singapur eine große Sache, und die Orchard Road wartet mit eindrucksvoller Beleuchtung auf.

ZoukOut

ZoukOut ist die größte Freiluft-Tanzparty von Singapur, die zwei Nächte lang am Siloso Beach auf Sentosa stattfindet. Hier treten die besten internationalen DJs auf. (S. 627)

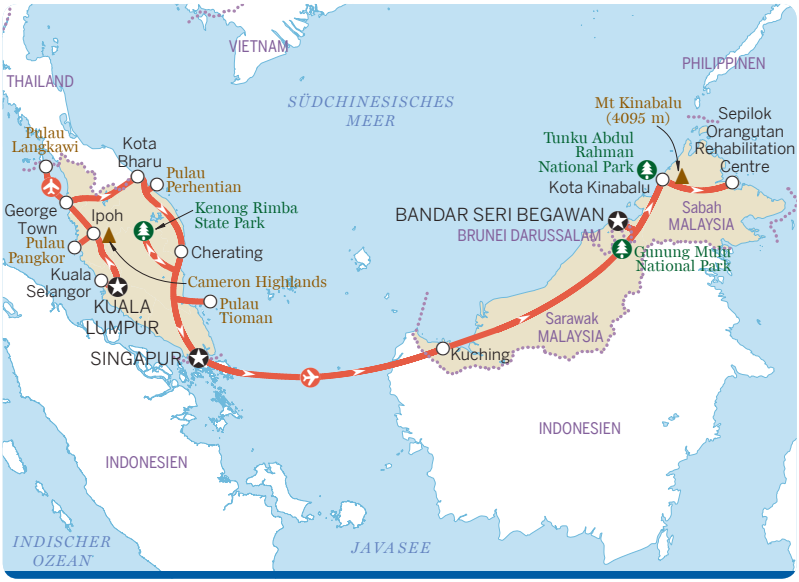
Reiserouten

2 WOCHEN Malaysia & Singapur kompakt

Diese Reiseroute pickt sich das Beste aus beiden Ländern heraus. Der Schwerpunkt liegt auf Stadtabenteuern, doch auch die verblüffende Artenvielfalt der Region wird abgedeckt.

Die ersten drei Tage gehören Malaysias Hauptstadt, **Kuala Lumpur** (KL), wo Besucher die kulturelle Vielfalt Chinatowns, die riesigen Petronas Towers und die Schätze des Islamic Arts Museum bestaunen können. Dann geht's landeinwärts zum **Taman Negara**. Schon eine Zweitagestour in den Nationalpark reicht, um den Baumwipfelsteg zu erklimmen und kurze Dschungelwanderungen zu unternehmen. Zurück nach KL und per Flieger nach Penang, wo drei Tage einen guten Einblick von den denkmalgeschützten Stadtvierteln **George Towns** und weiteren Insel-Highlights wie dem Tempel Kek Lok Si vermitteln.

Das historische **Melaka**, ein Unesco-Weltkulturerbe, lohnt einen Aufenthalt von ein paar Nächten – am besten unter der Woche, am Wochenende ist es sehr überlaufen. Dann weiter über die Dammstraße nach **Singapur**, wo Reisende die letzten vier Tage ihre Kreditkarte in schicken Einkaufszentren bis ans Limit ausreizen, sich an den Köstlichkeiten der fahrenden Straßenverkäufer laben, die abgefahrene Architektur von Marina Bay bestaunen, den hervorragenden Zoo besuchen und eine Nachtsafari machen können.



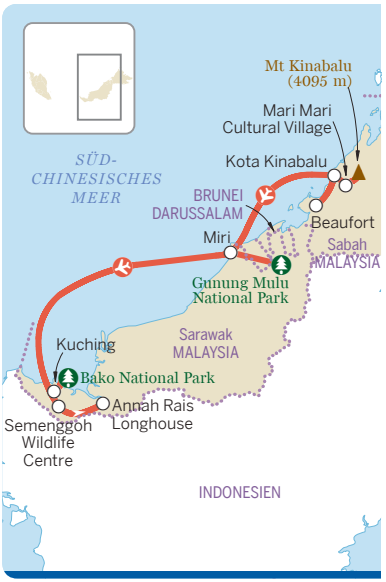
6 WOCHEN Die große Tour

Los geht die Tour auf der Halbinsel und endet in der Wildnis von Borneo. Mit dabei sind klassische Sehenswürdigkeiten und ein paar echte Perlen abseits ausgetretener Pfade.

Am besten eine Woche in **Kuala Lumpur** und Umgebung zum Sightseeing und Akklimatisieren einplanen. Von hier aus sind Tagesausflüge zu den Batu Caves und nach Putrajaya möglich, einem Paradebeispiel moderner malaysischer Architektur. Die verschlafene alte Hauptstadt **Kuala Selangor**, in deren Nähe sich ein großartiges Naturschauspiel aus unzähligen Glühwürmchen bietet, ist auch nur zwei Autostunden von KL entfernt. Nach einem Stopp in **Ipoh** mit seiner prächtigen Kolonialarchitektur und tollen Restaurants geht's in Woche zwei in die kühleren **Cameron Highlands**, wo man grüne Teeplantagen durchstreifen kann. Dann wieder zur Küste und hinüber nach **Pulau Pangkor**.

Das Unesco-Welterbe-Viertel von **George Town** ist randvoll mit Sehenswürdigkeiten. Die große Insel ist auch die Top-Anlaufstelle für gutes Essen in Malaysia. Einen kurzen Flug entfernt liegen die Resorts, Traumstrände und Urwälder von **Pulau Langkawi**. Woche vier führt über den Gebirgsgrat der Halbinsel nach **Kota Bharu**, das Einblicke in die traditionelle Kultur der Malaien gewährt. Über Inseln und Strände geht's die Ostküste hinab mit Zwischenstopps auf **Pulau Perhentian**, in **Cherating** und auf **Pulau Tioman**. Der **Kenong Rimba State Park** bietet Urwaldabenteuer ohne große Menschenmassen.

In **Singapur** vergeht mit Shoppen, Museumsbesuchen und Weltklasse-Essen eine Woche wie im Flug. Von hier aus kann man nach **Kuching** in Sarawak fliegen, einem guten Ausgangspunkt für eine Tour zu den Langhäusern oder eine Wanderung im **Gunung Mulu National Park**. Die Visastempel sammeln sich, denn über Land und Flüsse geht's weiter von Sarawak über Brunei, mit Zwischenstopp in der Hauptstadt **Bandar Seri Begawan**, nach Sabah. In **Kota Kinabalu** sind ein paar Tage Entspannung angesagt, etwa beim Erkunden der Kunstszene der Hauptstadt von Sabah oder einem Abstecher zu den Inseln des **Tunku Abdul Rahman National Park**. Wer eine letzte Herausforderung sucht, kann den **Mount Kinabalu** besteigen. Die Alternative: im **Sepilok Orangutan Rehabilitation Centre** mit den hinreißenden Menschenaffen auf Tuchfühlung gehen.



2 WOCHEN Sabah–Sarawak – eine Kostprobe

Wer wenig Zeit hat, ist mit dieser abgekürzten Route gut beraten. Sie bietet eine Kostprobe des Besten, was der malaysische Teil Borneos zu bieten hat: wunderbare Nationalparks, Flüsse und Entspannung pur auf den Veranden der Langhäuser.

Los geht's in **Kota Kinabalu** (KK). Hier bekommen Besucher einen Eindruck vom Stadtleben Südostasiens und können ein bis zwei Tage die Genehmigungen für Sabahs Hauptattraktion einholen, den **Mount Kinabalu**. Auch schön ist eine Tagesschifffahrt (mit Dinnerbüfett) über einen der teebraunen Flüsse im **Distrikt Beaufort** oder ein Besuch im **Kulturdorf Mari**.

Mit dem Flieger geht's von KK nach Miri und von dort zum **Gunung Mulu National Park**. Hier gibt es die größten Höhlen der Welt und anspruchsvolle Dschungelwanderrouten, wie den Headhunters Trail. Nun geht's zurück nach Miri und mit dem Flugzeug nach **Kuching**. Die Hauptstadt von Sarawak lädt dazu ein, einige Tage zu bleiben. Es bieten sich Ausflüge zum **Semenggoh Wildlife Centre**, zum **Bako-National Park** und, wenn noch Zeit bleibt, zu einem Langhaus wie dem **Annah Rais Longhouse** an.

4 WOCHEN Das ultimative Borneo

Die große Borneo-Tour beinhaltet die fünf schönsten Wanderrouten der Insel, einige der besten Tauch- und Schnorchelgründe der Welt und selten gewordene Wildtiere.

Von **Kuching** aus lassen sich die Langhäuser und der **Bako National Park** erkunden. Weiter geht's mit dem Flugzeug nach **Miri**, dem idealen Startpunkt für Ausflüge in den **Niah National Park** und nach **Bario** in den Kelabit Highlands. Über Land führt der Weg nach **Bandar Seri Begawan**, die Hauptstadt von Brunei. Unbedingt sehenswert ist der **Ulu Temburong National Park** des Sultanats, ein unberührtes Fleckchen Primärregenwald.

Auf Chillen in **Kota Kinabalu** folgt der **Mount Kinabalu**. Die Menschenaffen im **Sepilok Orangutan Rehabilitation Centre** sind zum Verlieben; dann bietet sich ein Zwischenstopp im historischen **Sandakan** an. Der **Sungai Kinabatangan** hält Fotomotive für Wildtierfans bereit. Wer noch Zeit (und Geld) hat, kann durch die **Danum Valley Conservation Area** im grünen Herzen Sabahs wandern. Die Tauchgründe des **Semporna-Archipels** sind von **Semporna** aus leicht zu erreichen und bilden einen krönenden Abschluss.

3 WOCHEN Die Perlen des Nordens

Inselidylle, malaiische Kultur, Regenwälder, Hill Stations: All das bietet die Tour durch den Norden der Malaiischen Halbinsel.

Ein paar Tage **Kuala Lumpur** erkunden, dann ab zur Ostküste ins **Cherating**-Resort. Weiter nach **Kuala Terengganu** mit seiner hübschen Chinatown und dem Kompleks Muzium Negeri Terengganu.

Nun stehen die zeitlos schönen **Perhentian Islands** auf dem Programm, von Kuala Besut aus zu erreichen. Pulau Perhentian Besar ist meist weniger überlaufen, aber genauso schön wie ihr beliebterer Zwilling, Pulau Perhentian Kecil. Zurück auf dem Festland lassen sich gut ein, zwei Tage in **Kota Bharu** mit Museen, Kulturveranstaltungen und dem Nachtmarkt verbringen, bevor der entlegene **Royal Belum State Park** im Norden von Perak wartet. Mehr malaiische Kultur bietet **Alor Setar**, Kedahs Hauptstadt, bevor es zum Sonnenbaden, Inselhopping und Urwalderkunden mit der Fähre von Kuala Perlis nach **Pulau Langkawi** geht. Dann mit dem Flieger nach **George Town**, dem absoluten Muss auf Penang, und zum Ausklang in die Hill Station **Bukit Fraser** (Fraser's Hill), bevor es zurück nach KL geht.

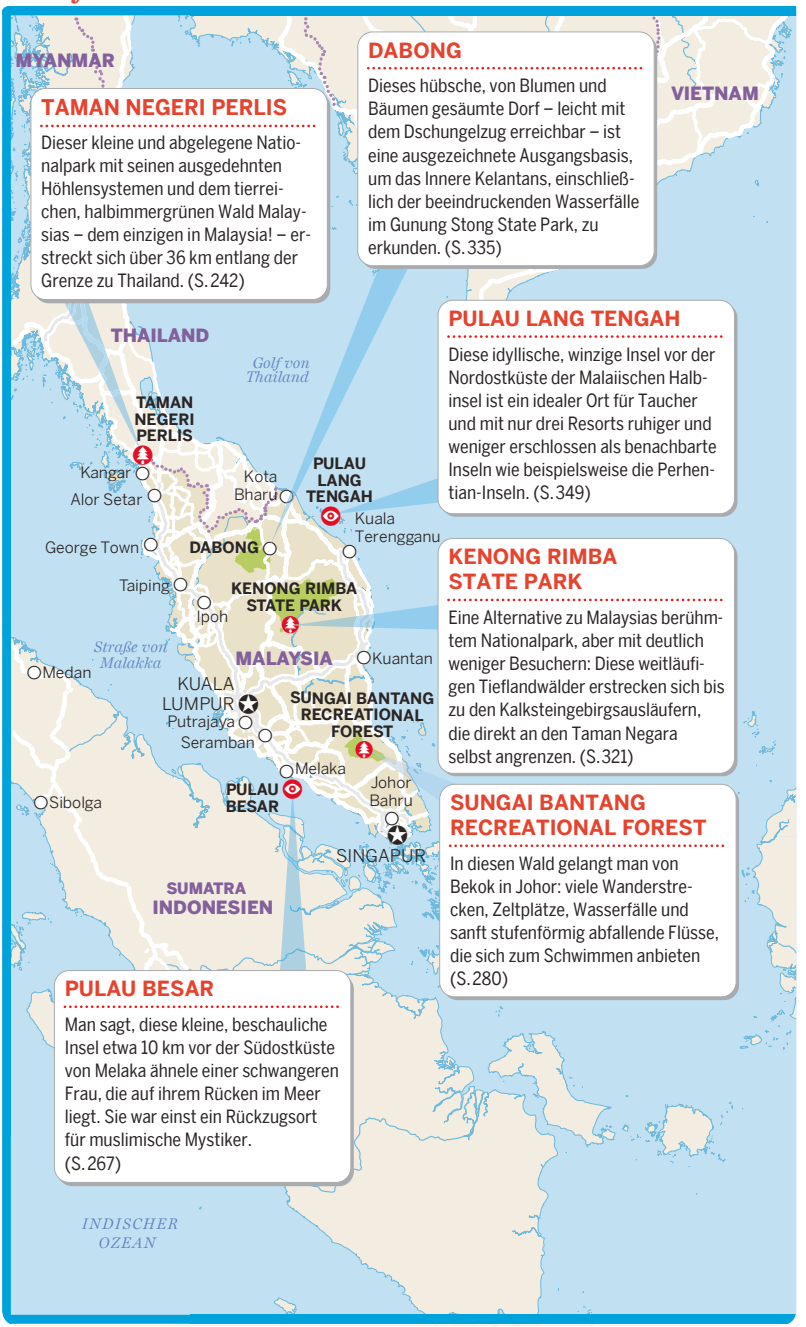
3 WOCHEN Der gemütliche Süden

Das südliche Ende der Malaiischen Halbinsel hält vielfältige Reiseerlebnisse bereit und dazu leichten Zugang nach und von Singapur, dem Start und Ziel dieser Reise.

Den Auftakt machen einige Tage im Inselstaat **Singapur** mit seinen Attraktionen. In **Johor Bahru** auf der anderen Seite des Damms kommt man günstiger unter. Hier lässt es sich gut aushalten, auch dank Streetfood und des nahe gelegenen Legolands. Im ruhigen Flussstädtchen **Muar** lohnt das Stadtviertel aus der Kolonialzeit einen Abstecher, die Stadt ist zudem eine gute Ausgangsbasis für eine Tour auf den Gunung Ledang, den höchsten Berg von Johor im **Gunung Ledang National Park**. Dann ein paar Tage in der Unesco-Weltkulturerbe-Stadt **Melaka** verschnaufen und die bis heute spürbaren portugiesischen und niederländischen Einflüsse genießen.

Die letzten übrig gebliebenen Fleckchen Auwald der Halbinsel finden sich im **Endau-Rompin National Park**. Das atemberaubende **Pulau Tioman** ist ein wahres Inselparadies. Oder man erkundet beim Inselhopping die Tauchgründe der 64 Trauminseln des **Seribuat-Archipels**.

Malaysia & Brunei: Abseits der üblichen Pfade



DABONG

Dieses hübsche, von Blumen und Bäumen gesäumte Dorf – leicht mit dem Dschungelzug erreichbar – ist eine ausgezeichnete Ausgangsbasis, um das Innere Kelantans, einschließlich der beeindruckenden Wasserfälle im Gunung Stong State Park, zu erkunden. (S. 335)

TAMAN NEGERI PERLIS

Dieser kleine und abgelegene Nationalpark mit seinen ausgedehnten Höhlensystemen und dem tierreichen, halbimmergrünen Wald Malaysias – dem einzigen in Malaysia! – erstreckt sich über 36 km entlang der Grenze zu Thailand. (S. 242)

PULAU LANG TENGAH

Diese idyllische, winzige Insel vor der Nordostküste der Malaiischen Halbinsel ist ein idealer Ort für Taucher und mit nur drei Resorts ruhiger und weniger erschlossen als benachbarte Inseln wie beispielsweise die Perhentian-Inseln. (S. 349)

KENONG RIMBA STATE PARK

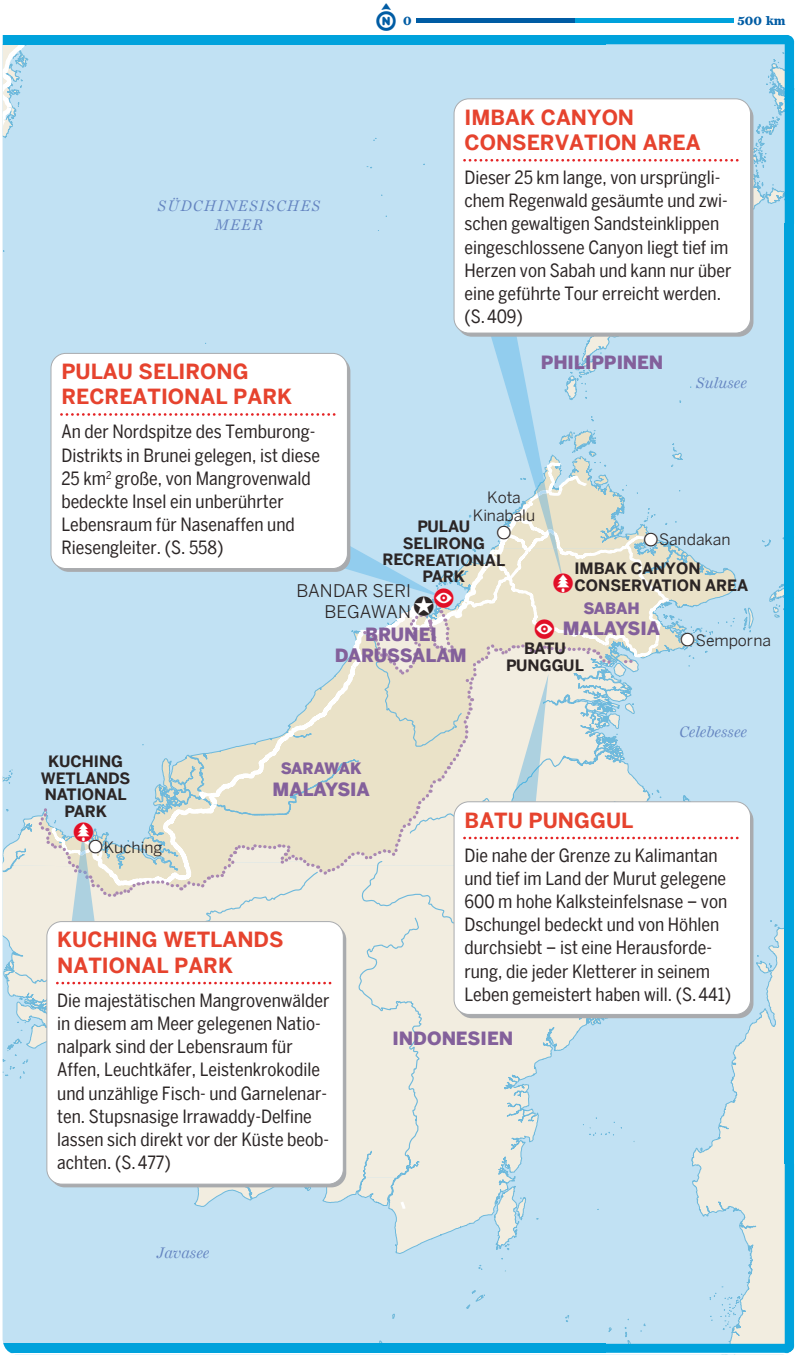
Eine Alternative zu Malaysias berühmtem Nationalpark, aber mit deutlich weniger Besuchern: Diese weitläufigen Tieflandwälder erstrecken sich bis zu den Kalksteingebirgsausläufern, die direkt an den Taman Negara selbst angrenzen. (S. 321)

SUNGAI BANTANG RECREATIONAL FOREST

In diesen Wald gelangt man von Bekok in Johor: viele Wanderstrecken, Zeltplätze, Wasserfälle und sanft stufenförmig abfallende Flüsse, die sich zum Schwimmen anbieten (S. 280)

PULAU BESAR

Man sagt, diese kleine, beschauliche Insel etwa 10 km vor der Südostküste von Melaka ähnele einer schwangeren Frau, die auf ihrem Rücken im Meer liegt. Sie war einst ein Rückzugsort für muslimische Mystiker. (S. 267)



IMBAK CANYON CONSERVATION AREA

Dieser 25 km lange, von ursprünglichem Regenwald gesäumte und zwischen gewaltigen Sandsteinklippen eingeschlossene Canyon liegt tief im Herzen von Sabah und kann nur über eine geführte Tour erreicht werden. (S. 409)

PULAU SELIRONG RECREATIONAL PARK

An der Nordspitze des Temburong-Distrikts in Brunei gelegen, ist diese 25 km² große, von Mangrovenwald bedeckte Insel ein unberührter Lebensraum für Nasenaffen und Riesengleiter. (S. 558)

BATU PUNGGUL

Die nahe der Grenze zu Kalimantan und tief im Land der Murut gelegene 600 m hohe Kalksteinfelsnase – von Dschungel bedeckt und von Höhlen durchsiebt – ist eine Herausforderung, die jeder Kletterer in seinem Leben gemeistert haben will. (S. 441)

KUCHING WETLANDS NATIONAL PARK

Die majestätischen Mangrovenwälder in diesem am Meer gelegenen Nationalpark sind der Lebensraum für Affen, Leuchtkäfer, Leistenkrokodile und unzählige Fisch- und Garnelenarten. Stupsnasige Irrawaddy-Delfine lassen sich direkt vor der Küste beobachten. (S. 477)

Reiseplanung

Outdoor-Aktivitäten

Die National- und Staatsparks der Region halten Touren von einfachen Naturlehrpfaden bis hin zu anspruchsvollen Wanderungen ins Herz des Regenwalds bereit. Es gibt Berge zu besteigen, Höhlen zu erforschen, Meereslebewesen beim Tauchen zu erkunden und Wasseraktivitäten, wie Surfen und Wildwasserrafting, auszuprobieren.

Die besten Outdoor-Aktivitäten

Die besten Dschungelwanderungen

Taman Negara (S. 313), Maliau Basin (S. 434), Kelabit Highlands (S. 530), Endau-Rompin National Park (S. 285)

Die besten Bergbesteigungen

Mount Kinabalu (S. 383), Gunung Ledang (S. 279), Gunung Mulu (S. 518), Gunung Tahan (S. 315), Mount Trusmadi (S. 438)

Die besten Tauch- & Schnorchelgründe

Semporna-Archipel (S. 423), Pulau Perhentian (S. 336), Pulau Redang (S. 345), Pulau Tioman (S. 289), Seribuat-Archipel (S. 282)

Die besten Höhlenwanderungen

Gunung Mulu National Park (S. 520), Niah National Park (S. 507), Gomantong Caves (S. 410), Wind Cave (S. 485)

Wandern & Trekking

Wie das Leben vor 100 Millionen Jahren ausgesehen haben mag? Eine Trekkingtour in die tiefsten Winkel der Dschungel der Region vermittelt einen guten Eindruck, da diese Gegenden größtenteils nicht von den weitreichenden Klimaveränderungen durch die Eiszeit beeinflusst wurden wie andere Orte. Große Teile dieser Regenwälder sind heute Nationalparks, in denen abgesehen vom Tourismus keinerlei kommerzielle Aktivitäten erlaubt sind.

Die Briten richteten 1938 in Britisch-Malaya den ersten Nationalpark der Region ein. Er war der Grundstein des heutigen Taman Negara (S. 313), des Kronjuwels unter den zahlreichen Nationalparks Malaysias, das sich über die Grenzen von Terengganu, Kelantan und Pahang erstreckt. Neben diesem und den 27 anderen National- und Staatsparks im ganzen Land (23 davon im malaysischen Teil von Borneo) gibt es noch verschiedene von der Regierung geschützte Reservate und Naturschutzgebiete für Wälder, Vögel, Säugetiere und Meereslebewesen.

Selbst im Herzen von KL kann man sich auf einer Wanderung durch den KL Forest Eco Park (S. 67) oder Taman Tugu (S. 71) die Beine vertreten. Alternativ gibt es etwas weiter nördlich der Stadt ein

Netzwerk aus ruhigen Waldlehrpfaden des Forest Research Institute of Malaysia (S. 122).

Nur 1 km² des 500 km² großen Ulu Temburong National Park (S. 557) in Brunei ist öffentlich zugänglich. Dafür ist er aber unvergleichlich schön und eins der ursprünglichsten Stücke Regenwald der Region. Auch Singapur bietet zahlreiche Wandermöglichkeiten: Die Nationalparkbehörde des Landes verwaltet 10 % der gesamten Landfläche der Insel, die über 300 Parks und vier Naturschutzgebiete umfasst, darunter das Bukit Timah Nature Reserve (S. 598).

Reisezeit

In der Region gibt es nasse Monate und weniger nasse Monate. Die globale Erderwärmung hat sich auch auf die Monsune ausgewirkt, sodass die Niederschlagsmengen von Jahr zu Jahr stark variieren. Kurzum: Egal wohin und wann man reist, man wird zwangsläufig nass – wenn nicht vom Regen, dann vom Schweiß!

Tatsächlich saisonbedingt ist jedoch die Anzahl der anderen Reisenden, mit denen man um Unterkünfte und erfahrene Guides konkurriert. Bewohner der nördlichen Halbkugel kommen häufig in diese Region, wenn in ihrem eigenen Land Sommerferien sind. Wer also im Juli oder August eine Wanderung plant, sollte die Tour weit im Voraus buchen. Auch in der Region selbst gibt es beliebte Reisezeiten wie die Ferien um das Chinesische Neujahrsfest herum und die sogenannte Goldene Woche (meist Ende April oder Anfang Mai), in der Japaner gern Ferien machen.

Genehmigungen, Tourführer & Buchungen

Viele Nationalparks und Natursehenswürdigkeiten der Region verlangen eine symbolische Eintrittsgebühr (ungefähr 10 RM). Auch bei Wanderungen oder anderen Aktivitäten wie Angeln oder Bergsteigen fallen meist weitere Unkosten für Genehmigungen und Tourführer an. Vor allem am Mount Kinabalu gibt es strikte Bestimmungen für Besucher, ebenso wie im Gunung Mulu National Park.

Die Unterkunft ist beim Besuch der meisten Nationalparks in der Regel kein Problem. Von Hostels bis hin zu Luxusresorts ist alles vertreten. Transport und Unterkunft wird zunehmend von privaten Touristikunternehmen organisiert, die eine frühzeitige Buchung sowie eine Anzahlung verlangen.

Viele Nationalparks verfügen über gut ausgeschilderte Wanderwege, auf denen man auch ohne Führer Tagestouren unternehmen kann. Doch bei so gut wie allen Touren über Nacht wäre es leichtsinnig, ohne ortskundigen Führer aufzubrechen. Nicht vergessen: Es gibt keinerlei Wanderkarten, und entlegene Wanderwege sind nicht ausgeschildert. Ein guter Tourführer kann den Fitnesszustand der Wanderer einschätzen und fordert sie ein wenig, statt prinzipiell die einfachste Route zu wählen. Wer eine mehrtägige Tour absolvieren möchte, sollte zuerst eine kürzere geführte Wanderung unternehmen, um ein Gespür für das Wandern unter tropischen Bedingungen zu bekommen.

Vor allem in Sabah, Brunei und Sarawak sind die Nationalparks sehr streng und lassen nur lizenzierte Tourführer zu. Es soll schon vorgekommen sein, dass Wandergruppen bei Ankunft wieder weggeschickt wurden, weil sie keinen zugelassenen Tourführer dabeihatten. Bevor man Geld für einen Tourführer berappt, sollte man sich immer zuerst mit anderen Reisenden austauschen und den Guide nach seiner Nationalparkzulassung fragen.

RADFAHREN

Dank ihrer ausgezeichneten Straßen ist die Region eins der schönsten Ziele ganz Südostasiens für Radtouren. Die vielleicht beliebteste Route führt die Ostküste der Malaiischen Halbinsel mit ihren relativ ruhigen Straßen hinauf. Wer richtig fit und energiegeladen ist, kann sich in den hügeligeren Gegenden im Innern der Halbinsel oder in Ostmalaysia austoben – ideales Gelände für Mountainbikes. Einige der besten Radfahrer der Welt messen sich bei der **Tour De Langkawi** (☎03-7734 2999; www.ltdl.my; ☺März), einem einwöchigen Etappenrennen, das trotz seines Namens durch die ganze Malaiische Halbinsel führt.

VERANTWORTUNGSBEWUSSTES WANDERN

Dschungelwanderungen sind oft eines der Reisehighlights in dieser Region. Doch für Uneingeweihte kann eine solche Wanderung ein ganz schöner Schock sein – als würde man den ganzen Tag mit Ziegelsteinen auf dem Rücken durch eine Sauna marschieren. Damit das Erlebnis möglichst schmerzfrei bleibt, sind einige Vorbereitungen nötig:

➡ Bei Touren über Nacht unbedingt Wechselkleidung mitnehmen – eine Garnitur zum Wandern und eine für abends (das Nachtset immer separat und trocken in einem Plastikbeutel aufbewahren). Schon wenige Minuten nach dem Start ist die Wandergarnitur durchnässt, was sie auch die ganze Wanderung über bleibt.

➡ Bei einer Wanderung durch dichte Vegetation unbedingt lange Hosen und ein langärmeliges Oberteil tragen. Ansonsten reichen Shorts und ein T-Shirt. In jedem Fall sollte die Kleidung locker sitzen.

➡ Am besten ist schnell trocknende synthetische Kleidung. Baumwolle, die einmal nass ist, bleibt nass, bis man im nächsten städtischen Waschsalon angekommen ist.

➡ Abends kann es kühl werden, und ein Fleece-Oberteil leistet hier gute Dienste.

➡ Wer nicht unbedingt feste Wanderschuhe benötigt, kommt auch in Laufschuhen mit gutem Grip klar. Alternativ kann man sich vor Ort ein paar „Kampung-Adidas" kaufen, die malaysische Dschungelversion eines Wanderschuhs, der aussieht wie ein Fußballstollenschuh von Adidas, bloß aus Gummi (wie ein aufgemotzter Croc). Die sind günstig (unter 10 RM das Paar) und bei Gepäckträgern und Tourführern sehr beliebt.

➡ Sehr sinnvoll sind auch hellfarbige Anti-Blutegel-Socken. Vor Ort nicht leicht zu bekommen, also am besten vor der Reise online kaufen.

➡ Unbedingt viel Wasser trinken! Bei weiten Strecken muss man sich entweder selbst einen Wasserfilter oder ein Wasseraufbereitungsmittel wie Jod mitbringen (die meisten wählen Letzteres, um die Gepäcklast gering zu halten).

➡ Es empfiehlt sich, im Vorfeld mit kleineren Tagestouren für die eigentliche Wanderung zu trainieren und sich in Form zu bringen.

➡ Immer nur mit Führer losziehen, es sei denn, man ist auf einem gut ausgeschilderten, viel benutzten Pfad unterwegs.

➡ Lockere Unterwäsche verringert das Risiko, sich wund zu scheuern. Talkumpuder hilft bei durch nasse Unterwäsche wund gescheuerten Stellen.

➡ Brillenträger sollten ein Antibeschlagmittel benutzen (beim Optiker nachfragen).

➡ Am besten die Rückenpolsterung des Rucksacks wasserdicht abdecken, damit kein Schweiß hineingelangt. Oder man wählt gleich einen wasserdichten Rucksack.

➡ Die Kamera immer zusammen mit einem Beutelchen Kieselgel oder einem anderen Trockenmittel in einem wasserdichten Behälter aufbewahren.

➡ Unverzichtbar: Sonnencreme, Insektenschutzmittel, eine Wasserflasche und eine Taschenlampe (idealerweise eine Stirnlampe, damit man die Hände frei hat).

Folgendes gilt es bei Bergbesteigungen oder Höhlentouren zu beachten:

➡ Unbedingt einen Tourführer aus der Region anheuern, so ist man bei Wanderungen durch Stammesgebiete auf der sicheren Seite, was lokale Bräuche und Sitten angeht.

➡ Und immer die goldene Müllregel befolgen: Was man mitbringt, nimmt man auch wieder mit zurück. Auf keinen Fall Müll vergraben – so ist er zwar aus den Augen, aber für Tiere noch immer erreichbar.

➡ Wo es keine Toiletten gibt, sollten Hinterlassenschaften mindestens 100 m vom nächsten Wasserlauf entfernt in einem kleinen, 15 cm tiefen Loch vergraben werden. Toilettenpapier sparsam benutzen, alles mit Erde und einem großen Stein bedecken.

➡ Immer auf den gekennzeichneten Wegen bleiben, so undeutlich sie auch zu erkennen sein mögen. Einfach querfeldein durch den Dschungel zu marschieren, stört nicht nur die hier lebenden Menschen, sondern auch die Pflanzen und Tiere.

ROBAS / GETTY IMAGES ©

Wanderer auf einer Hängebrücke im Gunung Mulu National Park (S. 518)

Guides für Tagestouren können manchmal in der Hauptgeschäftsstelle des Nationalparks angeheuert werden, doch für Wanderungen über Nacht muss man sich entweder einen unabhängigen Tourführer suchen oder sich an ein Reisebüro wenden. Ein Tourführer kostet je nach Dauer und Schwierigkeit der geplanten Route zwischen 50 und 200 RM pro Tag.

Bergsteigen & Felsenklettern

Hoch über den Wäldern Borneos ragen einige wunderschöne Berge in den Himmel. Selbst Nicht-Bergsteiger kennen den 4095 m hohen Mount Kinabalu, den höchsten Gipfel zwischen dem Himalaja und der Insel Neuguinea. Dieses zerklüftete Monster verlangt einfach danach, bestiegen zu werden, und es hat etwas Magisches an sich, den Aufstieg im feuchten Tropendschungel zu beginnen und dann in einer kahlen alpinen Felslandschaft wieder hervorzukommen, in der es so kalt ist, dass es manchmal sogar schneit. Doch einmal abgesehen vom Übergang von heiß zu kalt ist es die eigentümliche Welt des Gipfelplateaus, die den Mount Kinabalu zu einem der interessantesten Berge der Welt macht. Er vereint einen Hauch von Yosemite mit einer Prise Torres del Paine, doch letztendlich verkörpert er Borneo pur.

Der zweithöchste Berg von Sabah, der Mt. Trus Madi (2642 m), ist weit schwieriger zu besteigen als der Mount Kinabalu – auch was die Organisation angeht.

Der Gunung Mulu (2376 m) ist nicht ganz so hoch, aber fast genauso berühmt, was er auch seiner Ernennung zum Unesco-Welterbe verdankt. Für Masochisten ist wahrscheinlich die fünftägige Tour zum Gipfel dieses Berges und zurück genau das Richtige. Wer den Aufstieg wagt, wird mit einer Vielzahl unberührter Landschaften belohnt, von Wäldern voller Flügelfruchtbäume im Tiefland bis hin zu Gebirgswäldern voller Rhododendren.

Pulau Berhala im Sandakan-Archipel ist ebenfalls eine Topadresse für Felsenkletterer. Vor Ort gibt es allerdings keine Tourveranstalter.

Auf der Halbinsel ist der Gunung Ledang (S. 279; 1276 m) ein guter Einstieg in das tropische Bergsteigen. Es gibt auch diverse gute Klettermöglichkeiten in Taman Negara, darunter der Gunung Tahan (2187 m), dessen Besteigung sieben bis neun Tage dauern kann. Bei Juara auf Pulau Tioman gibt es ebenfalls einen Veranstalter für Felsenklettertouren.

Preise

Die Gebühren für Tourguides können zwischen 150 und 250 RM pro Tag liegen. Dazu wären noch die Eintrittsgebühren für die Nationalparks (1–15 RM) sowie die Klettergenehmigungen (200 RM für den Mount Kinabalu) zu berücksichtigen.

Tourvorbereitungen

Die Besteigung eines malaysischen Berges ist im Grunde wie eine Dschungelwanderung – allerdings körperlich anstrengender, mental anspruchsvoller und vor allem viel senkrechter. Man muss also damit rechnen, dass sich die Beine wie Pudding anfühlen und das Wetter deutlich kälter ist.

Längere Touren unbedingt weit im Voraus buchen. Viele Reisebüros, die Trekkingtouren organisieren, bieten auch Bergbesteigung an. Einige der erfahreneren Tourführer in den Kelabit Highlands von Sarawak können Traveller auf zwei eher selten bestiegene Gipfel bringen, den Batu Lawi und den Gunung Murud.

Begeisterte Bergsteiger sollten sich das englischsprachige Buch *Mountains of Malaysia – A Practical Guide and Manual* (1988) von John Briggs besorgen. Online gibt es z. B. auf Climb Malaysia (www.climb.my) gute Infos.

Höhlenwanderungen

Würde man einen der Kalksteinhügel Malaysias in zwei Hälften schneiden, sähe er innen aus wie ein Schweizer Käse. Die Malaysier nutzen diese *gua* (Höhlen) schon seit Zehntausenden von Jahren, um darin zu wohnen, um Vogelnester zu ernten, um Aufstände

DIE 10 SCHÖNSTEN NATIONAL- & STAATSPARKS VON MALAYSIA

PARK	MERKMALE	AKTIVITÄTEN	BESTE REISEZEIT
Bako	Strände, Nasenaffen	Küstenspaziergänge, Trekking	Mai–Sept.
Batang Ai	Primärwald voller wilder Orang-Utans	Trekking	ganzjährig
Endau-Rompin	Auwälder, einzigartige Pflanzen, Wasserfälle und Flüsse	Trekking, Wildtiere beobachten	April–Sept.
Gunung Mulu	Höhlen, Pinnacles, Headhunters Trail	Höhlenwanderungen, Trekking, Bergsteigen	Mai–Sept.
Kinabalu	Mount Kinabalu	Bergsteigen	Mai–Sept.
Niah	Höhlen	Höhlenwanderungen, Trekking	Mai–Sept.
Penang	Meromiktischer See, Affen	Trekking	April–Juli
Perlis	Höhle Gua Wang Burma, Stummelschwanzmakaken, Malaysias einziger halbimmergrüner Wald	Höhlenwanderungen, Trekking	Juni–Aug.
Taman Negara	Baumwipfelsteg, Beobachtungsstände, Dschungelpfade, Flüsse	Trekking, Wildtiere beobachten, Flussfahrten	April–Sept.
Tun Sakaran	Von Sand gesäumte Inseln, farbenprächtige Riffs	Schnorcheln, Tauchen	ganzjährig

DIE BESTEN ZIELE FÜR WILDTIERBEOBACHTUNGEN

Taman Negara (S. 313) Malaysias ältester und angesehenster Nationalpark beherbergt wirklich alles, von Glühwürmchen bis hin zu Elefanten.

Royal Belum State Park (S. 176) Hier leben zehn verschiedene Arten des Nashornvogels sowie die meisten der großen Säugetiere Malaysias.

Sungai Kinabatangan (S. 409) An den Ufern des längsten Flusses von Sabah kann man wilde Orang-Utans und Zwergelefanten entdecken.

Bako National Park (S. 472) Die Buchten und Wanderpfade dieses Parks gehören mit zu den besten Orten, um Nasenaffen zu entdecken.

Deramakot Forest Reserve (S. 408) Liegt in Sabah und beherbergt Bengalkatzen, Zibets und Hirsche.

Singapore Zoo (S. 595) Gehört zu den besten der Welt und bietet auch eine Nachtsafari sowie eine Flusssafari an.

Ulu Temburong National Park (S. 557) Liegt in der Region Temburong in Brunei und bietet atemberaubende Aussichten vom Baumwipfelsteg aus.

zu planen und um ihre Toten zu begraben. Heutzutage ist es in den unterirdischen Gewölben des Landes – von denen einige zu den größten der Welt zählen – still bis auf das Rauschen unterirdischer Flüsse, das Tropfen von Stalaktiten und die Flügelschläge von Salanganen und Fledermäusen.

Der Gunung Mulu National Park in Sarawak ist ein Paradies der Superlative für Höhlenforscher. Er beherbergt den zweitgrößten Höhlengang der Welt (die 2 km lange und 174 m hohe Deer Cave), die größte Höhlenkammer der Welt (die 700 m lange, 400 m breite und 70 m hohe Sarawak Chamber) sowie die längste Höhle Asiens (die 107 km lange Clearwater Cave). Einige Höhlen des Parks sind – ebenso wie im Niah National Park – auch für Nicht-Höhlenforscher zugänglich. Auf gepflegten Gehwegen können Besucher sie erkunden.

Andere öffentlich zugängliche Höhlen sind z. B. die Dark Cave in den Batu Caves, diverse Höhlen im und um den Gunung Stong State Park, die Höhlen von Taman Negara und die Gomantong Caves in Sabah.

Tourvorbereitungen

Ein pechschwarzer Gang tief im Innern der Erde ist nicht unbedingt der ideale Ort, um festzustellen, dass man ein Problem mit schmalen, beengten Räumen hat. Bevor es also in die Tiefen hinabgeht, sollte man ernsthaft abwägen, wie anfällig man für Klaustrophobie und Höhenangst ist (in manchen Höhlen muss man an unterirdischen Klippen entlangklettern). Wem eine bestimmte Route nicht zusagt, sollte vorab mit seinem Tourführer darüber reden.

Tourteilnehmer sollten sich darauf einstellen, durch den Dreck – inklusive Fledermausguano – zu kriechen, und daher Kleidung mitbringen, die ruhig schmutzig werden darf (manche Tourführer und Veranstalter stellen auch Kleidung zur Verfügung).

Wasserabenteuer

Tauchen & Schnorcheln

Akzeptable Preise, eine erstklassige Vielfalt an Tauchgründen und die gute Erreichbarkeit machen Malaysia zum Topziel sowohl für Neulinge als auch für Tauchveteranen. Bootstauchgänge von den Inseln aus sind die Regel, aber in einigen Gegenden, wie auf Pulau Sipadan in Sabah, gibt es auch fantastische Tauchgründe direkt vor dem Strand. Es gibt außerdem Tauchkreuzfahrtboote, die entlegenere Tauchgründe ansteuern.

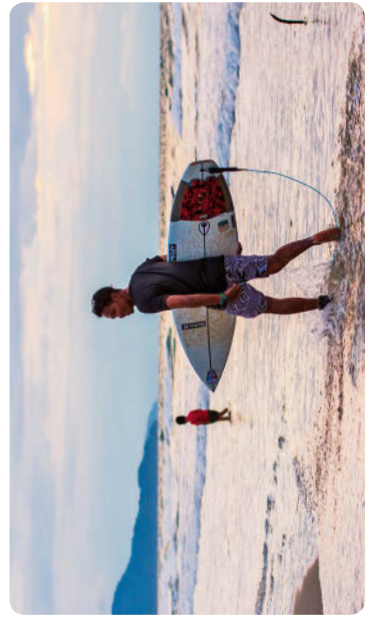
Der Standard bei den Tauchveranstaltern in Malaysia ist für gewöhnlich recht hoch, und so gut wie überall gibt es Ausrüstung zu mieten. Die meisten Anbieter sind von der weltweit anerkannten Professional Association of Diving Instructors (PADI) zertifiziert.

22AUGUST / SHUTTERSTOCK ©

Oben: Taucher am Layang Layang (S. 395), Sabah

Unten: Surfer vor Tuaran (S. 390), Sabah

ALEN THIEN / SHUTTERSTOCK ©



VERANTWORTUNGSBEWUSSTES TAUCHEN

Folgende Tipps gilt es beim Tauchen und Schnorcheln zu beachten, um das Ökosystem und die Schönheit der Riffs zu bewahren:

- Keine Anker am Riff auswerfen und keine Boote auf den Korallen auflaufen lassen.
- Meeresorganismen nicht mit dem Körper berühren und keine Ausrüstung über das Riff schleifen lassen.
- Und Vorsicht mit den Schwimmflossen. Aufgewirbelte Sandwolken oder sogar die Wasserwirbel durch starke Flossenschläge können empfindliche Organismen beschädigen.
- Der größte Schaden entsteht durch Taucher, die zu rasch abtauchen und dabei gegen das Riff stoßen. Deshalb immer die Auftriebskontrolle üben!
- Unbedingt der Versuchung widerstehen, Korallen oder Muscheln von Riffs oder Tauchgründen zu sammeln (oder zu kaufen). An manchen Tauchgründen ist es sogar gesetzlich verboten, Souvenirs zu sammeln.
- Immer den eigenen Abfall und am besten auch anderen Müll, auf den man stößt, wieder mitnehmen.
- Keine Fische füttern; dies kann ihren Lebensraum aus dem Gleichgewicht bringen oder ihrer Gesundheit schaden.

Reisezeit

Der Nordost-Monsun bringt von Anfang November bis Ende Februar starke Winde und Regen an die Ostküste der Malaiischen Halbinsel, und während dieser Zeit schließen die meisten Tauchzentren. Nach dem Monsun klart die Sicht wieder auf und ist im August und September am besten. An der Westküste sind die Wetterverhältnisse umgekehrt, und die beste Tauchzeit ist von September bis März. Im Ostmalaysia sind die Monsune weniger ausgeprägt und die Regenfälle das ganze Jahr über gleichmäßiger, sodass Tauchen hier durchgängig möglich ist.

Preise

Die meisten Tauchzentren verlangen zwischen 200 und 300 RM für zwei Tauchgänge inklusive Ausrüstung. Eine Tagestour mit drei Tauchgängen in Sipadan kostet zwischen 750 und 850 RM (bei manchen Veranstaltern ist das inklusive Parkgebühren, bei anderen nicht – unbedingt nachfragen). PADI-Kurse im offenen Gewässer kosten zwischen 1000 und 1200 RM. Viele Resorts und Tauchveranstalter bieten auch All-inclusive-Tauchpakete zu den unterschiedlichsten Preisen an.

Vor und nach der Tour

In den größeren Tauchzentren wie auf Pulau Tioman kann man zwar einfach unangemeldet vorbeikommen, dennoch ist eine Vorabreservierung sinnvoll, um nicht einen oder zwei Tage warten zu müssen. Sipadan hat eine Obergrenze von maximal 120 Tauchern pro Tag, also unbedingt im Voraus buchen.

Wichtig: Es ist riskant, direkt nach einem Flug tauchen zu gehen, da der Druckausgleich in Flugzeugkabinen oft mangelhaft und man selbst meist dehydriert ist. Ein ebenso großes Gesundheitsrisiko ist es, innerhalb von 24 Stunden nach einem Tauchgang zu fliegen.

Kajakfahren & Wildwasser-Rafting

Die Kombination aus Bergen und Regenwäldern in Malaysia lässt schnell fließende Flüsse entstehen und schafft somit ideale Möglichkeiten für Rafting- und Kajak-Fans.

Auf der Halbinsel hat sich mittlerweile Kuala Kubu Bharu zu einem angesagten Wildwasserziel mit organisierten Rafting- und Kajaktouren auf dem Sungai Selangor entwickelt. PieRose Swiftwater (S.125) ist ein seriöser Anbieter.

Wildwasser-Rafting ist der Trendsport schlechthin in Sabah. Von Kota Kinabalu aus bringen Veranstalter die Reisenden nach Süden in den Distrikt Beaufort, wo der Sungai Padas (Padas-Fluss) mit Stromschnellen der Klasse III bis IV

aufwartet. Der etwas ruhigere Sungai Kiulu in der Nähe des Mount Kinabalu eignet sich besser für Anfänger.

Kajakfahren wird von diversen Veranstaltern in Kuching angeboten.

Bootstouren

Segelclubs bieten Segeltouren durch die Region und auch Segelkurse an, wie z. B. der **Royal Selangor Yacht Club** (✆03-3168 6964; www.rsyc.com.my; Jln Shahbandar) in Pelabuhan Klang und der Avillion Admiral Cove (S. 139) in Port Dickson.

Bootsabenteuer sind auch auf den Seen, Flüssen und mangrovengesäumten Meeresarmen der Region möglich. Bei Sonnenuntergang mit dem Boot durch die Mangroven des Kuching Wetlands National Parks zu fahren und dabei Krokodile und Glühwürmchen zu beobachten, kann ein magisches Erlebnis sein. Auch von Kuala Selangor aus sind Bootstouren zu den Glühwürmchenschwärmen sehr beliebt.

Auf größeren Flüssen sind „fliegende Särge“ unterwegs – lange, schmale Passagierboote mit ca. 70 Sitzplätzen; die Menschen, die auf dem Dach sitzen, nicht mit eingerechnet. Dank ihrer starken Motoren können diese Boote auch bei starker Strömung flussaufwärts fahren.

Surfen

Malaysia ist nicht Indonesien, was Surfen angeht, aber Cherating und Juara auf Pulau Tioman in Malaysia erfreuen sich während der Monsunzeit, wenn die Dünung zunimmt, eines stetigen Stroms aus Surfern, ebenso wie das Tip of Borneo (Tanjung Simpang Mengayau) in Sabah.

In Tioman und Cherating werden Paddelbretter und in Cherating Kitesurf-Ausrüstung vermietet, und beide Orte bieten Kurse in diesen Sportarten an.

Reiseplanung

Essen & trinken wie die Einheimischen

Das Essen in Malaysia, Singapur und Brunei ist köstlich, die Hygienestandards gehören zu den höchsten in Südostasien, und die meisten Verkäufer sprechen Englisch. Die Einheimischen lieben Essen so sehr, dass Besucher fast erdrückt werden vor kulinarischer Geselligkeit.

Ess-Erlebnisse

Traumhafte Mahlzeiten

Rebung (S. 92), **Kuala Lumpur** Scheinbar endloses Büfett aus traditionellen malaysischen Gerichten.

Nipah Deli (S. 166), **Pulau Pangkor** Bei einem Meeresfrüchte-Feuertopf oder einem Fisch-und-Tamarinden-Curry den Sonnenuntergang in diesem zuvorkommenden Strandrestaurant genießen.

Singh Chapati (S. 159), **Cameron Highlands** Sich im besten indischen Restaurant in den Cameron Highlands an Kartoffel-Masala, Palak Paneer und frisch zubereitetem Chapati laben.

Seng Huat Bak Kut Teh (S. 132), **Klang** Der Schweinerippchen-Eintopf in diesem bescheidenen Restaurant unter der Klang Bridge ist ein absolut vollendeter Genuss.

Dewakan (S. 130), **Petaling Jaya** Hier, am Stadtrand von KL, kann man einen ganzen Abend lang erlesene Molekularküche mit malaysischen Flair genießen.

Kedai Kopi Ambassador (S. 330) **Kota Bharu** Gut besuchtes Straßenlokal unter dem roten Eingangstorbogen von Chinatown in KB. Hier bereiten verschiedene Köche in separaten kleinen Kabinen thailändische, malaysische oder chinesische Gerichte zu.

Madame Bee's Kitchen (S. 355), **Kuala Terengganu** Dieses heimelige, denkmalgeschützte Shophouse im farbenfrohen Chinatown von KT serviert authentische Perakanan-Gerichte mit dem Flair von Terengganu.

Das Jahr – gemessen am Essen

Wie von einem Volk, das dem Essen so zugetan ist, zu erwarten, feiern die Singapurer, Malaysier und Bruneier jeden Anlass mit festlichen Leckereien.

Chinesisches Neujahrsfest (Januar/Februar)

In den Wochen vor dem Chinesischen Neujahrsfest kommen überall *yee sang* (*yue sang* oder *yu sheng*; „frischer Fisch") auf den Tisch: ein Berg geraspeltes, rohes Gemüse, Essiggurken, Pomelostücke und knusprig gebratene Teigstücke mit Scheiben von rohem Fisch.

Ramadan

Während des Ramadan, der im neunten Monat des islamischen Kalenders (meist zwischen Mai und August) gefeiert wird, finden spätnachmittags spezielle Lebensmittelmärkte statt, auf denen eine Vielfalt malaysischer Leckereien angeboten wird.

Deepavali (Oktober/November)

Während des Indischen Lichterfests lohnt der Besuch in einem Little India. Hier gibt es besondere Naschereien, wie *jalebi* (frittiertes Schmalzgebäck in Zuckersirup), und herzhafte Snacks, wie *muruku* (knusprig gebratene Teigschnecken mit Curryblättern).

KOCHKURSE

Ein eintägiger Standardkochkurs beinhaltet für gewöhnlich eine Einkaufstour zu einem Markt in der Gegend, um die nötigen Zutaten zu kaufen, und anschließend werden Currypasten, Suppen, Currys, Salate und Desserts zubereitet.

➡ LaZat Malaysian Home Cooking Class, Kuala Lumpur (S. 77)

➡ Nazlina Spice Station, George Town (S. 191)

➡ Penang Homecooking School, George Town (S. 191)

➡ Bumbu Cooking School, Kuching (S. 459)

➡ Top Peak Travel, Kota Kinabalu (S. 366)

➡ Food Playground, Singapur (S. 606)

Lepau (S. 465), **Kuching** Zutaten aus biologischem und nachhaltigem Anbau in Kombination mit der traditionellen Küche der Urvölker Sarawaks, der Iban und Bidayuh.

Kocik Kitchen (S. 261), **Melaka** Die Garnelen mit Ananas und Kokossauce sind ein Muss, und dazu ein schmackhaftes *cendol* (geschabtes Eisdessert mit grünen Nudeln, Sirup, Obst und Kokosmilch) in diesem authentischen Peranakan-Lokal, das etwas versteckt im Chinatown von Melaka liegt.

Teksen (S. 199), **George Town** Diese Shophouse-Legende serviert chinesische und chinesisch-malaiische Kost, an der es so gut wie nichts auszusetzen gibt.

Siti Fatimah (S. 234), **Langkawi** Köstliche Currys, gegrillter Fisch, Dips, Gemüsepfannen und andere Gerichte im malaiischen Stil ergeben das beste Büfett aller Zeiten.

Dyak (S. 465), **Kuching** Köstliche Iban-Gerichte in kultiviertem Ambiente in Kuching, und dazu eine Kostprobe verschiedener Reisweine.

Jumbo Seafood (S. 617), **Singapur** Luftiges Restaurant am Fluss, das die besten Chilikrebse von Singapur serviert. Da bleibt kein Finger sauber.

Preiswerte Leckereien

Jalan Alor (S. 87), **Kuala Lumpur** Auf der besten Schlemmermeile von KL wird jeder fündig.

Pasar Besar (S. 136), **Seremban** Die leckersten Nudeln von Seremban gibt es auf dem Haupt-Lebensmittelmarkt. Ein Geheimtipp: Stand 748.

Yap Kee (S. 132), **Klang** Bananenblattgerichte haben noch nie so gut geschmeckt wie in diesem Kultlokal in Klang, einem indischen Restaurant in einem chinesischen Shophouse.

Ansari Famous Cendol (S. 173), **Taiping** An diesem Imbiss, der schon in dritter Generation betrieben wird, ist das *cendol* süß, cremig und perfekt ausgewogen.

Funny Mountain Soya Bean (S. 148), **Ipoh** Für den *tau fu fah,* süßer Sojaquarkpudding, der schon seit 1952 an diesem Imbiss frisch zubereitet wird, stehen die Leute Schlange.

Muhibah Bakery & Cafe (S. 330), **Kota Bharu** Eine helle, saubere Bäckerei voller süßer Köstlichkeiten wie Pandan-Kuchen und glasierten Donuts und dazu ausgezeichneter Kaffee.

Restoran Golden Dragon (S. 355), **Kuala Terengganu** Gut besuchtes chinesisches Restaurant mit frischen Meeresfrüchten, kaltem Bier und Plastiktischen und -stühlen auf dem Gehsteig.

Choon Hui (S. 463), **Kuching** Früh sein lohnt sich: Vormittags fallen ganze Scharen über das angeblich beste Sarawak-Laksa von Kuching her.

Restoran Reaz Corner (S. 275), **Johor Bahru** Von einem Eckplatz in diesem kleinen, offenen Curry-Lokal im Herzen der Stadt kann man rund um die Uhr Gott und die Welt beobachten.

Garküchen an der Lorong Baru (New Lane) (S. 199), **George Town** Hier ist im Grunde alles, was in Penang lecker und preiswert ist, auf einem schmalen Sträßchen vereint.

Kuah Night Market (S. 233), **Langkawi** Auf diesem Nachtmarkt, der jeden Tag der Woche an einem anderen Ort stattfindet, kann man sich von Hühnchen-Satay-Ständen an Obstverkäufern vorbei bis hin zu den *mee-goreng*-(gebratene Nudeln)-Buden durchfuttern.

A-Square Night Market (S. 373), **Kota Kinabalu** Mehr als drei Dutzend Imbissstände stehen zur Wahl, unter anderem mit hervorragenden Laksa- und indigenen Gerichten.

Top Spot Food Court (S. 466), **Kuching** Superfrische Meeresfrüchte im Überfluss gibt es in dieser enorm beliebten Institution von Kuching auf einem Parkhaus.

Hong Kong Soya Sauce Chicken Rice & Noodle (S. 618), **Singapur** Warteschlangen sind die Regel, wenn es um das preisgünstigste Michelin-Sterne-Gericht der Welt an diesem bescheidenen fahrenden Imbissstand geht, aber das Warten lohnt sich.

Für Wagemutige

Bak Kut Teh Dieser wohltuende chinesisch-malaysische Schmortopf „mit allem" enthält alles Mögliche vom Schwein.

ANDREW TB TAN / GETTY IMAGES ©

ASHADHOHOME1 / SHUTTERSTOCK ©

Oben: Köche bereiten *asam laksa* zu.

Unten: *nasi kerabu*

COLEONG / GETTY IMAGES ©

Durianfrüchte

Kerabu Beromak Auf Langkawi wird dieser „Salat" aus gummiartigen, aber angenehm salzigen Seegurkenscheiben mit Kokosmilch, Chilis und Limonensaft angemacht.

Perut Ikan Dieses Kokosmilchcurry der Nonya aus Penang mit Fischinnereien, Ananas und frischen Kräutern schmeckt würzig, süß, sauer und – ja – leicht fischig.

Siat Beim Braten werden die dicken Sagowürmer aus Sarawak goldbraun und knusprig und erinnern im Geschmack an fettige Schweinekrusten.

Sup Torpedo Die malaysische Stierpenissuppe soll – wie so viele „abenteuerliche Speisen" – den Sexualtrieb fördern.

Lokale Spezialitäten

Malaysia, Brunei und Singapur haben eine ähnliche Bevölkerungszusammensetzung, das gleiche tropische Klima und besaßen früher wichtige Handelshäfen entlang der Gewürzroute. Daher sind ihre Küchen von ähnlichen Aromen geprägt, und sie basieren auf den gleichen Grundzutaten. Doch es lassen sich durchaus auch regionale Unterschiede feststellen.

Malaysia

Asam Laksa Dicke Reisnudeln in scharfer Fischbrühe mit vielen Kräutern – eins der berühmtesten Gerichte von Penang.

Ayam Tauge Zart gekochtes Hühnchen mit knusprigen Bohnensprossen ist in Ipoh sehr beliebt.

Cendol Zarte, kurze Teigstreifen aus Brechbohnenmehl in Kokosmilch, gesüßt mit dem berühmten Palmzucker aus Melaka und garniert mit geraspeltem Eis – das typische Dessert der Stadt.

Char Kway Teow Dieses für Penang typische Pfannengericht besteht aus seidigen Reisnudeln, die mit dicken Garnelen, salzigen Muscheln, zähen chinesischen Würstchen, knusprigen Sprossen, Eiern und einem Hauch Chili gebraten werden.

Hühnchen-Reisbällchen Im Hokkien-Stil zubereitetes Hühnchen, das mit Reis zu kleinen Kugeln geformt ist, gehört zu den beliebtesten Gerichten in Melaka.

Curry Debal Ein feuriges Curry, das seinen Ursprung in der (portugiesisch-eurasischen) Kristang-Gemeinde von Melaka hat.

Hinava Roher, mit Limonensaft und Kräutern marinierter Fisch ist ein typisches Gericht aus Sabah.

Maggi Goreng Gebratene Fertignudeln, ein Snack, der spätabends überall in KL zu bekommen ist.

Nasi Kerabu Durch eine Blume hellblau gefärbter Reis mit Kräutern und Gewürzen und unterschiedlichen Garnierungen ist in Kelantan sehr beliebt.

Sarawak Laksa Dünne Reisnudeln in Currybrühe mit Krabben, Huhn und Omelettstreifen.

Tuak Von den Ureinwohnern Sarawaks gebrauter Reiswein.

Singapur

Chili-Krebse Die gebratenen Krebse werden mit den Fingern gegessen, und die würzige Sauce aus Eiern, Chili und Tomaten wird mit Baguettebrot oder frittierten *man tou* (chinesischen Brötchen) aufgetunkt.

Fischkopf-Curry Dieses angeblich von einem indischen Koch erfundene Gericht aus Fischteilen, die bei Chinesen sehr beliebt sind, ist ein Beispiel für die singapurische Fusion-Küche und schmeckt viel besser, als es klingt.

Katong Laksa Das typische Singapur-Laksa besteht aus dicken, in kurze Stücke geschnittenen Nudeln (Essstäbchen überflüssig!) in einer schweren Brühe auf Kokosmilchbasis und einer einzigartigen Beilage aus Fischküchlein.

Kaya-Toast Gegrilltes Brot mit *kaya* (Kokosnussmarmelade), dazu oft weich gekochte Eier und starker Kaffee: typisches Frühstück in Singapur.

Brunei

Ambuyat Mit einer langen Bambusgabel wird dieses klebrige, zähe „Porridge" aus Sagomehl in diverse Dips getunkt.

Daging Masak Lada Hitam Dieses beliebte Rindfleischgericht ist eine Mischung aus Pfannengericht, Curry und Eintopf.

Udang Sambal Serai Bersantan Hummerkrabben, serviert in einem gehaltvollen Curry auf Kokosmilchbasis.

Essen & trinken: Wie am besten?

Was man isst

Reis Langkornreis wird in Wasser oder Brühe zu einem Brei (Congee oder *bubur*) gekocht, mit Chilis und Schalotten zu einem Nasi Goreng (Bratreis) gebraten oder in Bambusrohre gestopft, die mit Bananenblättern ausgekleidet sind, dann gekocht, in Scheiben geschnitten und mit einer Sauce aus Kokosnuss und Gemüse als malaysisches *lontong* serviert. Mit Wasser vergorenes Reismehl ergibt den Teig für indische *idli* (gedünstete Kuchen aus Reis und Linsen) und *apam* (knusprig-zähe Pfannkuchen, die in speziellen konkaven Pfannen gebraten werden). Klebreis – sowohl weißer wie auch schwarzer – ist eine übliche Zutat hiesiger Süßigkeiten.

ESSEN – DOS & DON'TS

Wer mit den Fingern isst, sollte:

- sich die Hände zuerst waschen. In malaiischen Restaurants nimmt man dazu Wasser aus der „Teekanne" auf dem Tisch und hält die Finger dabei über das Tablett.
- nur die rechte Hand benutzen und das Essen mit den Fingern „aufschaufeln".
- sich nur mit Besteck vom Gemeinschaftsteller bedienen, nie mit den Fingern.

Auf keinen Fall:

- Muslimen Alkohol oder Schweinefleisch anbieten (oder ihnen gegenüber Schweinefleisch erwähnen).
- die Essstäbchen senkrecht in eine Schüssel Reis stecken. Für Chinesen symbolisiert dies den Tod.

Noodles Auch viele Nudelarten werden aus Reismehl hergestellt, sowohl die breiten, flachen *kway teow* als auch die *mee hoon* (oder *bee hoon;* Reisnudeln). Runde, gelbe Nudeln bilden die Basis des muslimisch-indischen Gerichts *mee mamak*. Das chinesische Lieblingsgericht *wan-tan-mee,* das überall in der Region zu finden ist, besteht aus Fadennudeln aus Weizenmehl und Ei, einer klaren Fleischbrühe und Klößen mit seidenweicher Haut.

Fleisch und Fisch Oft bestimmt die Religion der Menschen darüber, welche Eiweiße sie zu sich nehmen. *babi* (Schwein) ist vielen Muslimen *haram* (verboten), für die Chinesen ist es jedoch die beste aller Fleischsorten. Enorm beliebt in Malaysia und Singapur ist *ayam* (Hühnchen), wird jedoch in Brunei eher zu besonderen Anlässen verzehrt (so wie Rind- oder Büffelfleisch). Das zähe einheimische *daging* (Rindfleisch) wird am besten lange und langsam gegart und für Gerichte wie das auf Kokosmilch basierende *rendang* verwendet. Indische Muslime zaubern die erstaunlichsten Dinge mit *kambing* (Hammelfleisch). Dank der langen Küstenstriche und der vielen Flüsse und Meeresarme stehen Meeresfrüchte bei vielen Bewohnern der Region regelmäßig auf dem Speiseplan.

Gemüse Gemüsefreunde sind hier im Paradies. Zu jedem malaysischen Reisgericht gehören immer auch *ulam,* eine Auswahl frischer, blanchierter Gemüsesorten – Goabohnen, Gurken, Okraschoten, Auberginen und frische *petai* (auch Stinkbohnen genannt, wegen ihres stark knoblauchartigen Geschmacks) – sowie frische Kräuter, die entweder pur gegessen oder in Sambal getunkt werden. Die Inder kochen Blumenkohl und Blattgemüse wie Kohl, Spinat und Roselle (feste Blätter mit angenehm herbem Geschmack) zusammen mit Kokosmilch und Kurkuma. Anderes Grüngemüse – *daun ubi* (Süßkartoffelblätter), *kangkong* (Wasserspinat), chinesischer Brokkoli und Gelbsenf – wird mit *sambal belacan* oder Knoblauch gebraten.

Naschereien Die Einheimischen lieben *kuih* (Naschereien), und überall an Straßenecken, auf Gehwegen und in Märkten warten Verkäufer mit Kuchen und Gebäck. Viele *kuih* bestehen aus Kokosnuss (gerieben oder als Milch) mit Palmzucker und vereinen oft süße und herzhafte Aromen zu einem fantastischen Geschmackserlebnis.

Was man trinkt

Koffeinhaltige Getränke Es macht viel Spaß, in einem der Little Indias in Singapur oder Malaysia zu frühstücken und dabei dem Tee-„Barista" zuzusehen, wie er *teh tarik* („gezogenen" Tee) von einer Tasse in die andere gießt. Die Einheimischen lieben Tee. Er wird mit Ingwer als *teh halia* (entweder heiß oder eisgekühlt) serviert, mit oder ohne

EINE KLEINE OBSTLEKTÜRE

Obst wie *nenas* (Ananas), Wassermelonen, Papayas und grüne Guaven sind das ganze Jahr über erhältlich. Der April und Mai sind Mangomonate, und von Dezember bis Januar und Juni bis Juli am besten einfach der Nase folgen, um die berüchtigt geruchsintensive Durian zu kosten. Entweder man liebt sie oder man hasst sie. Wer die Königin der Obstsorten zu abstoßend findet, kann auf Märkten und bei Straßenverkäufern andere, weniger bekannte Tropenfrüchte finden:

Belimbing Das gelbe Fleisch der Sternfrucht ist süß und streng und kann angeblich den Blutdruck senken.

Buah Nona Der Zimtapfel. Unter einer knolligen grünen Haut verbergen sich harte schwarze Kerne und süßes, klebriges Fleisch von körniger Konsistenz.

Buah Salak Wegen ihrer schuppigen Haut auch als Schlangenhautfrucht bekannt. Außen sieht sie wie eine mutierte Erdbeere aus, und das weiche Fruchtfleisch schmeckt wie unreife Bananen.

Cempedak Die malaysische Brotfrucht, eine riesige grüne Frucht, deren Haut an das „Ding" aus *Fantastic Four* erinnert. Kerne und Fruchtfleisch werden oft für Currys verwendet oder gebraten.

Ciku Unter der mattbraunen Haut der Frucht des Sapotillbaums verbirgt sich supersüßes Fruchtfleisch, das leicht nach Dattel schmeckt.

Duku Schält man diese gelbe Frucht (auch als *dokong* und *langsat* bekannt), findet man unterteilte, duftende, perlmuttartige Fruchtfleischsegmente, die so ähnlich wie Lychees schmecken.

Durian Wegen ihres intensiven Dufts und ihres waffenartigen Aussehens ist die Durianfrucht die wohl berüchtigtste Frucht Südostasiens. Ihr Fleisch kann nach allem Möglichen schmecken, von Vanille bis hin zu Zwiebeln.

Durian Belanda Die Stachelannone besitzt wohlriechendes, aber säuerliches, körniges Fruchtfleisch und harte, schwarze Kerne. Sie ist erst reif, wenn sie weich ist, und verdirbt innerhalb weniger Tage, also am besten schnell verzehren.

Jambu Merah Wasserapfel. Längliche pinkfarbene oder rote Frucht mit glatter, glänzender Haut und blassem, wässrigem Fruchtfleisch. Ein guter Durstlöscher an heißen Tagen.

Longan Kleine harte Kugel ähnlich einer Mini-Lychee mit süßem, duftendem Fruchtfleisch. Schälen, das Fleisch essen und die harten Kerne ausspucken.

Manggis Eine harte, violette Schale umhüllt die köstlich duftenden Fruchtfleischsegmente der Mangostane, von denen einige einen harten Kern enthalten, den man am besten ausspuckt.

Nangka Die Jackfrucht zählt zu den größten Früchten der Welt und besitzt die Form einer riesigen grünen Schote mit Dutzenden von wachsartigen gelben Segmenten. Der Geschmack erinnert an „Juicy Fruit"-Kaugummi.

Limau Bali Wie eine Grapefruit auf Steroiden besitzt die Pomelo eine dicke grüne Haut, unter der sich süße Segmente mit herber Geschmacksnote verbergen. Einfach schälen, die Segmente auseinanderbrechen und das Fruchtfleisch genießen.

Rambutan Es gibt verschiedene Ansichten über das Aussehen einer Rambutan, nicht alle davon jugendfrei. Die haarige Hülle birgt süßes, glasiges Fruchtfleisch, das mit den Zähnen vom Kern abgenagt wird.

Milch (*teh ais* oder *teh-o ais*) oder als säuerliche Variante mit Limonensaft *(teh limau).* Ausgesprochen beliebt ist auch *kopi* (Kaffee), und das tiefschwarze, dickflüssige Gebräu verdankt seine charakteristische Farbe und seinen typischen Geschmack der speziellen Röstung der Kaffeebohnen zusammen mit Zucker.

Säfte etc. Als koffeinfreie Alternativen gibt es frisch gepresste oder gemischte Gemüse- und

FASTEN & SCHLEMMEN

Im Allgemeinen gibt es keinen Grund, sich während des Ramadan, des heiligen Monats der Muslime, in dem von Sonnenauf- bis Sonnenuntergang gefastet wird, von einer Malaysiareise abhalten zu lassen. Indische und chinesische Gaststätten bleiben auch weiterhin tagsüber für die beträchtliche nichtmuslimische Bevölkerung geöffnet, und am späten Nachmittag machen überall im Land Ramadan-Basare auf. Diese Märkte, auf denen es vorbereitete Lebensmittel gibt, bieten die seltene Chance, malaiische Spezialitäten aus dem ganzen Land zu kosten. Einige davon gibt es nur in dieser Zeit, andere nur selten außerhalb von Privathäusern. Einer der größten Ramadan-Märkte des Landes findet in der malaiischen Enklave Kampung Baru in KL statt. An den Ständen bekommt man alles für ein Abendmahl – aber bitte nicht in der Öffentlichkeit essen, bevor der Ruf des Muezzins den Gläubigen mitteilt, dass es Zeit zum *buka puasa* (Fastenbrechen) ist.

In Brunei ist während des Ramadan der Zimmerservice in Hotels so ziemlich die einzige Möglichkeit, während des Tages an Essen zu kommen.

Fruchtsäfte, klebrig-süßen Zuckerrohrsaft (lecker mit einem Spritzer Calamondinorange) und *kelapa muda* – das Wasser junger Kokosnüsse –, das mit einem Strohhalm direkt aus der Frucht getrunken wird. Ungewöhnlichere Getränke sind *ee bee chui* (mit Wasser, Pandanusblättern und Kandiszucker gekochte Gerste), *air mata kucing* (aus getrockneten Longanfrüchten) und *cincau* (Gelee aus Kräutergras).

Bier Das allgegenwärtigste Getränk der Region ist in allen Restaurants und Verkaufsständen zu bekommen ist, die von Chinesen betrieben werden. Es gibt lokale Sorten wie „Tiger", ausländische, die in Lizenz gebraut werden, wie das köstlich malzige Guinness, und auch immer mehr Importbiere und vor Ort gebaute Craft-Biere.

Wein In der Regel nur in schicken Restaurants zu bekommen und aufgrund der happigen Importsteuern und -abgaben meistens sehr teuer.

Cocktails In den größeren Städten bieten immer mehr Barkeeper Cocktails an, aber die Preise sind nicht gerade günstig.

Einheimischer Alkohol In Malaysia gibt es noch immer vereinzelte Läden, in denen man Alkohol auf Palmzuckerbasis bekommt, und in Sarawak den klebrigen *tuak*, der aus Reis gebraut wird.

Wann man isst

Wer an drei Hauptmahlzeiten am Tag gewöhnt ist, dem kommt es leicht so vor, als würden die Einheimischen ständig essen. Tatsächlich sind hier fünf oder sechs Mahlzeiten bzw. Snacks eher an der Tagesordnung als ein strenges Frühstück-Mittag-Abendessen-Ritual.

Frühstück ist für die Einheimischen oft eine Kleinigkeit zum Mitnehmen: *nasi lemak* (in Kokosmilch gekochter Reis mit *ikan bilis* – kleinen, getrockneten Sardinen oder Anchovis –, Erdnüssen und einem Currygericht), eingewickelt *(bungkus)* in ein Bananenblatt oder braunes Wachspapier, eine schnell zubereitete Nudelschüssel, Toast und Eier oder indisches Pfannenbrot.

Am Vormittag darf's gern ein Snack sein, vielleicht ein *karipap* (frittiertes und mit gewürztem Fleisch oder Fisch und Kartoffeln gefülltes Gebäck). Das Mittagessen beginnt in der Regel ab 12.30 Uhr. Unbedingt im Hinterkopf behalten, wenn man in einem beliebten Lokal essen möchte.

Noch von den Briten stammt die Vorliebe für den Nachmittagstee, der hier in Form von Tee oder Kaffee mit einem süßen oder herzhaften Snack eingenommen wird, wie *tong sui* (süße Suppen), indischem Schmalzgebäck, in Teig ausgebratenen Maniokscheiben, Süßkartoffeln, Bananen und – natürlich – den typischen *kuih*.

Zu Abend wird von Sonnenuntergang bis spät in die Nacht hinein gegessen. Die Malaysier haben hier ein großzügiges Zeitfenster und verweilen oft noch lange bei süßem Tee, während die Chinesen in der Regel früher und auch zügiger zu Abend essen.

Spätabends erwachen die *pasar malam* (Nachtmärkte) zum Leben. In überwiegend malaiischen Gegenden finden sich hier Dinge wie Grill- oder Brathühnchen und jede Menge Süßes, während in bunter gemischten Gegenden auch chinesische Gerichte, wie zum Beispiel gebratene Nudeln, angeboten werden.

Wo man isst

Fahrende Imbisswagen Für viele Einheimische gibt es das beste (und preiswerteste) Essen bei Straßenverkäufern. Die meisten dieser Gerichte sind in Restaurants nicht zu bekommen, und wenn

doch, schmecken sie selten so lecker. Ein Imbiss bei einem fahrenden Verkäufer gehört also zum Pflichtprogramm, wenn man die Küchen der Region in all ihrer Pracht kennenlernen möchte. Einfach zu einer dieser Küchen auf Rädern am Straßenrand, einem Coffee-Shop oder einem Food Court gehen, seine Bestellung bei einem oder auch mehreren Verkäufern aufgeben, sich einen Sitzplatz suchen (meistens teilt man sich den Tisch mit anderen) und das Gericht bezahlen, wenn es gebracht wird. Sobald man sitzt, kommt jemand und nimmt Getränkebestellungen auf, die ebenfalls einzeln bezahlt werden.

Kopitiam Bezeichnet in der Regel chinesische Coffee-Shops im alten Stil, die von einem einzelnen Besitzer betrieben werden. Diese schlichten Lokale, in denen ein Ventilator für Kühle sorgt, servieren Nudel- und Reisgerichte, starken Kaffee und andere Getränke sowie den ganzen Tag lang Frühstücksgerichte wie weich gekochte Eier und Toast mit *kaya*.

Restoran (Restaurant) Das können Gaststätten von zwanglosen jahrzehntealten chinesischen Lokalen bis hin zu gehobenen Restaurants mit internationaler Küche, schickem Dekor und einer vollen Bar sein. Zwischen diesen beiden Extremen rangieren chinesische Meeresfrüchterestaurants, in denen die Gäste sich den Hauptgang selbst im Aquarium aussuchen können, sowie die zahlreichen Cafés, die sich in Malaysias vielen Einkaufszentren finden.

Pasar (Märkte) Der Besuch auf einem oder auch mehreren *pasar* lohnt sich. Auf Morgenmärkten tummeln sich meist chinesische Kaffeeverkäufer mit ihren Ständen sowie indische *teh-tarik*-Stände mit frischem, blättrigem *roti*. Auf Tischen sind dreieckige *bungkus* (Päckchen) mit einer Füllung aus *nasi lemak* gestapelt. Einfach zugreifen und für das bezahlen, was man isst.

Pasar Malam (Nachtmärkte) Ebenfalls gute Jagdgründe. Hier gibt es alles von Laksa bis hin zu frisch frittierten Donuts.

Malaysia, Singapur & Brunei im Überblick

Kuala Lumpur

Essen
Shoppen
Kunstgalerien

Fantastisches Essen

In Kuala Lumpur kann man sich getrost von seinem Gaumen leiten lassen. An den fantastischen fahrenden Imbissständen auf der Jln Alor, auf dem Imbi Market oder in Chinatown isst man in Gesellschaft der Einheimischen. Indisches Essen gibt es in Brickfields, malaysische Köstlichkeiten in Kampung Baru und eine großartige Auswahl internationaler Esslokale im KLCC und in Bangsar.

Spitzenmäßig shoppen

KL wartet mit einer Vielzahl an Einkaufszentren, klassischen südostasiatischen Frischmärkten und diversen stimmungsvollen Nachtmärkten auf, von denen der berühmteste in der Jln Petaling in Chinatown stattfindet. Der Central Market im Art-déco-Stil ist das reinste Kunsthandwerkparadies.

Zeitgenössische Kunst

Die pulsierende zeitgenössische Kunstszene Malaysias erlebt man in der National Visual Arts Gallery, der ILHAM-Galerie oder in den Ausstellungen kleinerer Galerien wie der Wei-Ling Gallery.

S. 60

Selangor & Negeri Sembilan

Wildtiere
Essen
Architektur

Wildtierbegegnungen

Mit Affen auf Tuchfühlung gehen im FRIM und in den Batu Caves. Für Vogelbeobachtungen sind der Bukit Fraser (Fraser's Hill), das Cape Rachado Forest Reserve bei Port Dickson und der Küstenmangrovenwald bei Kuala Selangor ideal.

Geschmacksabenteuer

Klangs Little India bietet Kostproben vom Subkontinent und die Schweinefleischsuppe *bak kut teh*. In Seremban warten Nudeln mit Rindfleischbällchen oder *cendol*.

Meisterwerke der Architektur

Putrajaya quillt über vor monumentaler Architektur an einem künstlichen See. Der schwarze Istana Lama ist ein schöner Hartholzpalast in Sri Menanti.

S. 119

Perak

Architektur
Essen
Natur

Architektur der Kolonialzeit

Ipoh und das umliegende Kinta Valley versetzen Besucher in das Malaysia der Kolonialzeit zurück. Auch Taiping hat sehenswerte historische Gebäude, und Kuala Kangsar beeindruckt mit Moscheen und Palästen.

Regionale chinesische Küche

Ipoh, Peraks größte Stadt, gehört zu den kulinarischen Highlights Malaysias. Es gibt köstliches chinesisches sowie malaysisches Essen und Coffee Shops, in denen der Kaffee noch traditionell zubereitet wird.

Dschungel & Mangroven

In Perak liegen die tiefen Urwälder des Royal Belum State Park und die Wälder des Matang Mangrove Forest Reserve. Gopeng, etwas außerhalb von Ipoh, lockt immer mehr Naturliebhaber an.

S. 141

Penang

Architektur
Essen
Museen

Welterbe

George Town wurde aus gutem Grund Unesco-Weltkulturerbe: Die Stadt beherbergt zahllose erhaltenswerte antike Shophouses, Herrenhäuser, chinesische Clanhäuser, Märkte und Tempel.

Kulinarische Hauptstadt

George Town ist die kulinarische Hauptstadt Malaysias und in Sachen Essen das Lieblingsziel unserer Autoren in Südostasien: hochwertige Hawker Centres, Straßenstände und eine moderne Ess- und Trinkkultur.

Museen & Galerien

George Towns Straßen haben etwas von einem Open-Air-Museum an sich, doch die ausgezeichneten Museen und Galerien für zeitgenössische Kunst bieten informative Unterhaltung für mehrere Tage.

S. 178

Langkawi, Kedah & Perlis

Strände
Natur
Essen

Herrliche Strände

Die Strände von Pulau Langkawi sind weltberühmt: weißer Sand, klares Wasser und weit weniger Bebauung als in anderen Gegenden Südostasiens.

Gebirgsdschungel

Ob von der Panorama-Langkawi-Seilbahn aus betrachtet oder aus der Nähe von einem der vielen Wasserfälle – die Gebirgslandschaft Langkawis ist imposant. Alternative: die Kalksteinhügel im Taman Negeri Perlis an der Grenze zu Thailand.

Essen

Auf Pulau Langkawi gibt es eine erstaunliche Vielfalt ausländischer Restaurants, von thailändischen bis hin zu türkischen. Auch eine Kostprobe wert: das tolle Fischkopfcurry in Alor Setar.

S. 217

Melaka

Welterbe
Essen
Shoppen

Perlen der Architektur

Über die Geschichte, Kultur und Architektur von Melaka informieren die unzähligen Museen. Selbst erleben können Besucher das Ganze bei einem Spaziergang vorbei an chinesischen Shophouses, niederländischen Gebäuden aus der Kolonialzeit, chinesischen und hinduistischen Tempeln, Moscheen und Kirchen.

Esslokale

Dim-Sum zum Frühstück, Curry zu Mittag und Peranakan-Spezialitäten zu Abend? Melaka hat weniger fahrende Imbissstände, aber eine tolle Auswahl internationaler und regionaler Küchen.

Shopping

Chinatown-Nippes, Peranakan-Perlenschuhe, Elektronik und Markenware in klimatisierten Einkaufszentren. Ein Muss: der Jonker Walk Night Market.

S. 244

Johor

Natur
Tauchen
Nachtleben

Die Wildnis

Der Endau-Rompin National Park ist längst nicht so bekannt wie der Taman Negara in Pahang, doch gerade das macht ihn so magisch. Hier kann man durch dichte Regenwälder an kristallklaren Flüssen vorbei zu Wasserfällen wandern.

Inseln abseits des Radars

Alle in Singapur und im Süden Malaysias lebenden Expats, die sich auskennen, steuern den Seribuat-Archipel an. Hier gibt es ruhige Strände, großartige Tauchgründe und familienfreundliche Unterkünfte.

Zollfreier Fusel

Zon heißt der zollfreie Hafen von Johor Bahru. In diesem Viertel gibt es viele Kneipen und Nachtclubs. Man kann um die Häuser ziehen, ohne seinen letzten Ringgit ausgeben zu müssen.

S. 270

Pahang & die Insel Tioman

Strände
Dschungel
Essen

Strandleben

An der Küste von Pahang liegt die gechillte Surferstadt Cherating. Auf Pulau Tioman stehen acht wunderschöne Strände zur Wahl.

Dschungelabenteuer

Das riesige Dschungelreservat Taman Negara ist prima zum Wandern und Wildtierebeobachten geeignet. Zum Wandern auf Pulau Tioman sind Wanderschuhe sinnvoll.

Kulinarische Reisen

Kuantan ist perfekt für alle, die gutes Essen lieben, von den preiswerten Imbissständen am Busbahnhof bis zum versteckten, absolut lohnenden Meeresfrüchteparadies, dem Ana Ikan Bakar Petai Restaurant. Ein besonderes Geschmackserlebnis bietet das Raub's mit seinem berühmten Fischkopfcurry.

S. 288

Der Nordosten der Halbinsel

Strände & Inseln
Abenteueraktivitäten
Kultur

Wasserabenteuer

Mit einigen der herrlichsten, zugänglichsten Inseln Südostasiens ist Malaysias Ostküste ein wahrer Magnet für alle, die tauchen, schnorcheln oder schwimmen möchten.

Berge & Wasserfälle

Nicht viele verschlägt es ins wilde Landesinnere von Kelantan. Die Dschungelstadt Dabong eignet sich gut als Basis für Berg-, Fluss- und Höhlenwanderungen und für Abstecher zu steilen Wasserfällen.

Kulturerlebnisse

Als Übergangszone zwischen dem muslimischen Malaysia und dem buddhistischen Thailand hat Kelantan vielfältige kulturelle Angebote. Im südlicher gelegenen Terengganu können Besucher die Kultur der Malaien kennenlernen.

S. 323

Sabah

Wildtiere
Wandern & Trekking
Tauchen

Seltene Spezies

In Sabah leben einige der seltensten Tierarten, wie der legendäre Orang-Utan, und das umgebende Meer beherbergt eine wahre Fülle an farbenprächtigen Meeresbewohnern.

Dschungelwanderungen

Das gebirgige Landesinnere von Sabah ist ein Paradies für Trekker. Hier kommen Abenteurer an tosenden Flüssen vorbei, die sich durch einige der ursprünglichsten Wälder der Welt schlängeln.

Wunder des Meeres

Sabah ist für seine Tauchszene ebenso bekannt wie Frankreich für seine Küche. Die Tauchgründe an Orten wie Layang Layang und natürlich dem berühmten Sipadan gehören – ohne Übertreibung – zu den besten der Welt.

S. 260

Sarawak

Wandern & Trekking
Höhlen
Wildtiere

Wandern

Touren von Bario nach Ba Kelalan oder zum Gipfel des Gunung Mulu sind super für erfahrene Wanderer. Aber auch ein Spaziergang durch einen der Nationalparks um Kuching gibt Regenwald-Feeling.

Höhlen

Riesige Höhlen mit Stalaktiten und Fledermäusen bieten die Wind Cave, die Fairy Cave und der Niah National Park. An Größe ist der Gunung Mulu National Park mit seiner Deer Cave und der 700 m langen Sarawak Chamber aber nicht zu überbieten.

Dschungelleben

Nasenaffen mampfen Blätter im Bako National Park, im Semenggoh Nature Reserve schwingen sich Orang-Utans durch die Bäume, Salzwasserkrokodile lauern im Wasser des Kuching Wetlands National Park.

S. 448

Brunei Darussalam

Essen
Architektur
Natur

Gaumenfreuden

Alkohol ist verboten, dafür kennt der gastronomische Überschwang keine Grenzen: Essen ist im Sultanat ein ernst zu nehmendes Vergnügen, und die Eröffnung eines Restaurants ist ein wichtiges gesellschaftliches Ereignis.

Architektonische Vielfalt

Der glitzernde Sultanspalast, das opulente Empire Hotel, die protzigen Moscheen, das größte Wasserdorf der Welt – das Land macht seine geringe Größe durch riesige Bauwerke wett.

Primärwald

Das Sultanat hat beim Erhalt seines Urwalds großartige Arbeit geleistet. Ein exzellenter, streng kontrollierter Nationalpark bietet den vielen Tierarten Borneos einen grünen Schutzraum.

S. 537

Singapur

Essen
Shoppen
Museen

Kulinarische Kreativität

Essen ist in Singapur Passion und Bindeglied zwischen den Ethnien. Es gibt chinesische, indische, indonesische und Penakan-Spezialiäten und neben legendären Hawker Centres und Food Courts auch experimentelle, gehobene Küche zu erleben.

Einkaufen

Hier ist alles vertreten, von dekadent großen Einkaufszentren und angesagten Boutiquen bis zu Familienbetrieben für Kunsthandwerk und Galerien für moderne regionale Kunst.

Lagerhäuser der Kultur

Weltklassemuseen geben Einblicke in die Geschichte und Kultur der Region. Das National Museum of Singapore ist ein Muss, doch es lohnt auch ein Besuch im NUS Museum und im Changi Museum & Chapel.

S. 571

Reiseziele in Malaysia, Brunei & Singapur

Kuala Lumpur

Inhalt ➡

Sehenswertes 61
Aktivitäten 76
Kurse 77
Festivals & Events 77
Schlafen 80
Essen 85
Ausgehen & Nachtleben 94
Unterhaltung 98
Shoppen 100

Gut essen

- Nadodi (S. 89)
- Rebung (S. 92)
- Jalan Alor (S. 87)
- Isabel (S. 86)
- Chocha Foodstore (S. 90)

Schön übernachten

- Villa Samadhi (S. 81)
- Mingle Hostel (S. 83)
- Hotel Stripes (S. 85)
- Majestic Hotel (S. 85)
- BackHome (S. 83)

Auf nach Kuala Lumpur!

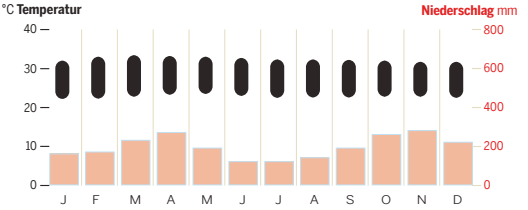
Malaysias pulsierende Hauptstadt ist ein Fest für die Sinne. Hier gibt es alles: historische Bauwerke neben supermodernen Wolkenkratzern und riesigen Einkaufszentren, üppige Parks, geschäftige Straßenmärkte und lebhafte Nachtlokale.

Seit vor knapp 200 Jahren im Urwald Zinnminen entstanden, entwickelte sich Kuala Lumpur (KL) zu einer wohlhabenden, kulturell vielfältigen Metropole des 21. Jhs. Es gibt viel zu entdecken: die traditionellen Kulturen der malaiischen, chinesischen und indischen Gemeinden, die zeitgenössische Kunst- und Designszene, ein ambitioniertes Projekt zur Flussufersanierung und dynamische Architektur: Der neue Turm Exchange 106 ist noch höher als die Petronas Towers.

Ein Spaziergang offenbart leicht die Stadtteile, die das lässige Ambiente und die grüne Üppigkeit des *kampung* (Dorf), das KL einst war, bewahrt haben. Dabei ergeben sich auch einige der besten Essensoptionen der Stadt: die Hawker-Stände (Straßenstände) und die traditionellen *kopitiam* (Cafés).

Reisezeit

Kuala Lumpur



Jan. & Feb. Das Chinesische Neujahrsfest und das dramatische Hindu-Fest Thaipusam miterleben.

April & Mai Perfekt für den Standard Chartered KL Marathon und das buddhistische Vesakhfest.

Aug. & Sept. Den Unabhängigkeitstag, den Malaysia Day und das Diverse-City-Kunstfestival mitfeiern.

Geschichte

Im Jahr 1857 landeten 87 chinesische Zinnsucher am Zusammenfluss von Klang und Gombak und nannten den Ort fantasievoll „Kuala Lumpur“, was so viel wie „schlammige Flussmündung“ bedeutet. Innerhalb eines Monats waren bis auf 17 alle Zinnsucher an Malaria und sonstigen Tropenkrankheiten verstorben, dennoch zog das in Ampang entdeckte Zinn weitere Minenarbeiter an, und so wurde KL schnell zu einer lauten, gefährlichen und gewalttätigen Boomtown.

Der örtliche Sultan ernannte einen Stellvertreter („Kapitan China“), um die schwer kontrollierbaren chinesischen Glücksritter und ihre Geheimgesellschaften auf Linie zu bringen. Der erfolgreiche Kandidat Yap Ah Loy („Kapitan China“ von 1868 bis 1885) widmete sich dieser Aufgabe mit einer derartig schonungslosen Härte, dass er heute als der Gründer von KL gewürdigt wird.

Kaum hatte Yap jedoch Ruhe in die Siedlung gebracht, als zwischen den örtlichen Sultanen Kämpfe um den Thron von Perak ausbrachen. KL wurde in den Konflikt verwickelt und 1881 bis auf die Grundmauern niedergebrannt. Dies erlaubte dem britischen Repräsentanten Frank Swettenham, einen radikalen neuen Stadtplan durchzusetzen, der die Zentralregierung von Klang nach KL verlegte. Bereits 1886 verband eine Eisenbahn KL mit Klang; bis 1887 waren mehrere Tausend Backsteinbauten errichtet worden, und 1896 wurde KL Hauptstadt der neu gegründeten Föderation von Malaya.

Nach einer brutalen Besatzung durch die Japaner während des Zweiten Weltkrieges kehrten die Briten vorübergehend zurück; ihre Herrschaft endete aber bereits 1957 wieder, als Malaysia hier seine Unabhängigkeit erklärte.

Die dunkelste Stunde von KL kam am 13. Mai 1969, als die Rassenunruhen hauptsächlich unter den malaiischen und chinesischen Gemeinden Hunderte, vielleicht sogar Tausende Leben forderten. Ein Jahr später wurden die Kommunalwahlen ausgesetzt – seitdem wurde der Bürgermeister von KL immer vom Minister für das Bundesterritorium (Federal Territories Minister) ernannt. 1974 erfolgte die Ausgliederung aus dem Sultanat Selangor, KL wurde offiziell ein eigenständiges Bundesgebiet, das Federal Territory of Kuala Lumpur.

Nach der Parlamentswahl im Mai 2018 kam es zu Freudenfesten, als der Sieg der Reformistenallianz unter Führung des 93-jährigen Dr. Mahathir Mohamad nach mehr als sechs Jahrzehnten die Herrschaft der Regierungskoalition Barisan Nasional (BN) beendete. Jetzt steht die Lokalbevölkerung unter dem Druck, für einen Stadtbürgermeister abzustimmen.

Zugleich ist KL eine Stadt, die wächst und wächst: Wichtige Infrastrukturprojekte wie der neue Finanzdistrikt Tun Razak Exchange (mit dem Exchange 106 im Zentrum, der mit 106 Stockwerken und einer Höhe von 492 m das höchste Gebäude des Landes ist), die Erweiterung des Metrosystems Mass Rapid Transit (MRT) und Programme für die Stadtverschönerung und den städtebaulichen Denkmalschutz zeugen von der stetitgen Weiterentwicklung.

Sehenswertes

KLs Stadtzentrum ist kompakt – einige Sehenswürdigkeiten liegen so eng beieinander, dass man zu Fuß oft schneller vorankommt als mit den öffentlichen Verkehrsmitteln (die oft in Staus und dem unsäglichen Einbahnstraßensystem in KL stecken bleiben).

Bukit Bintang & KLCC

★Petronas Towers TURM (Karte S. 64; 03-5039 1915; www.petronastwintowers.com.my; Jln Ampang, KLCC; Erw./Kind 80/33 RM; Di–So 9–21 Uhr, Fr 13–14.30 Uhr geschl., letzter Einlass 20.30 Uhr; ; KLCC) Wie zwei silberne Zwillingsraketen aus *Flash Gordon* ragen die Petronas Towers in den Himmel – das perfekte Sinnbild für den kometenhaften Aufstieg der Stadt von einer Zinnarbeiterstätte hin zu einer Metropole des 21. Jhs. Die Hälfte der täglich bereitgestellten Tickets für die 45-minütigen Führungen – einschließlich der Skybridge im 41. OG und der Aussichtsplattform im 86. OG – werden vorab online verkauft. Wer sich vor Ort eines kaufen möchte, sollte früh da sein.

Der erste Halt der Führung ist die „Himmelsbrücke“ (Skybridge), von der aus man 170 m in die Tiefe schauen kann, während man über den verglasten Verbindungskorridor zwischen den beiden Türmen geht. Dann geht es mit dem Aufzug ins 86. OG; aus 370 m Höhe ist der Ausblick über die Stadt einfach fantastisch.

Highlights von Kuala Lumpur

1 Petronas Towers (S. 61) Das glitzernde Äußere bewundern und dann rauf auf die Aussichtsplattform.

2 Islamic Arts Museum (S. 70) Sich von der exquisiten Handwerkskunst dieser religiösen Sammlung blenden lassen.

3 Petaling Street Market (S. 101) Den Tag und Nacht geschäftigen Markt und die umliegenden Sehenswürdigkeiten Chinatowns erforschen.

4 Lake Gardens – Tun Abdul Razak Heritage Park (S. 71) In dieser üppig grünen Oase mit einem wundervollen Vogelpark entspannen.

5 Merdeka Square (S. 70) Im kolonialen Herzen von KL an diesem geschichtsträchtigen Platz das Ensemble denkmalgeschützter Häuser bewundern.

6 Jalan Alor (S. 87) In diesem riesigen Speisesaal unter freiem Himmel in ein kulinarisches Abenteuer an KLs berühmtesten Hawker-Ständen eintauchen.

7 Thean Hou Temple (S. 73) Von der Bergkuppe mit diesem märchenhaften buddhistischen Tempel aus die Aussicht genießen.

8 Masjid Jamek Sultan Abdul Samad (S. 67) Die historische Moschee mit Garten am Flussufer bestaunen.

9 Kampung Baru (S. 75) Die wenigen verbliebenen traditionellen Holzhäuser des alten malaiischen Dorfes im Zentrum der Stadt entdecken.

Sentul LRT
Sungai Gombak
Jln Pahang
Lake Titiwangsa
Titiwangsa Lake Gardens
Sungai Bunus
Titiwangsa LRT
TITIWANGSA
Jln Tun Razak
Jln Semarak
PWTC LRT
Chow Kit Monorail
s. Karte Masjid India, Kampung Baru & Chow Kit (S. 74)
Jln Raja Muda Abdul Aziz
Jln Tunku Abdul Rahman (TAR)
CHOW KIT
Jln Daud
Kampung Baru 9
Damai LRT
Sultan Ismail LRT
Medan Tuanku Monorail
Kampung Baru LRT
Jln Raja Abdullah
KLCC LRT
Jln Ampang
Ampang Park LRT
Jln Tun Razak
Bandaraya LRT
Bukit Nanas Monorail
Jln Ampang
1 Petronas Towers
Jln Dang Wangi
Dang Wangi LRT
Kuala Lumpur City Centre (KLCC) Park
Bank Negara KTM
MASJID INDIA
Jln P Ramlee
Jln Langgok Golf
Jln Kia Pinang
Raja Chulan Monorail
s. Karte KLCC & Umgebung (S. 64)
Merdeka Square 5
Masjid Jamek LRT
8 Masjid Jamek Sultan Abdul Samad
Jln Raja Chulan
Bukit Bintang MRT
Jalan Alor 6
AirAsia-Bukit Bintang Monorail
Jln Pudu
Jln Bukit Bintang
Jln Imbi
Royal Selangor Golf Club
3 Petaling Street Market
Plaza Rakyat LRT
Tun Razak MRT
Pasar Seni
Merdeka MRT
Hang Tuah Monorail
Imbi Monorail
Maharajalela Monorail
Kuala Lumpur
Hang Tuah LRT
s. Karte Bukit Bintang (S. 78)
Jln Kampung Pandan
s. Karte Chinatown, Merdeka Square & Bukit Nanas (S. 68)
PUDU
Pudu LRT
Jln Pasar
Jln Cochrane
Jln San Peng
Jln Istana
Jln Yew
Cochrane MRT
Jln Loke Yew
Jln Sungai Besi
Jln Cheras
Chan Sow Lin LRT
Nahverkehr
KTM
LRT & MRT
Monorail

KLCC & Umgebung

KLCC & Umgebung

Highlights
1 ILHAM D2
2 KLCC Park C3
3 Petronas Towers B2

Sehenswertes
4 Aquaria KLCC C3
5 Galeri Petronas B2
Petrosains ..... (siehe 5)
6 Rumah Penghulu Abu Seman D4

Aktivitäten, Kurse & Touren
7 MikesBikes A2

Schlafen
8 Banyan Tree Kuala Lumpur C4
9 E&O Residences Kuala Lumpur A4
Element Kuala Lumpur ..... (siehe 1)
10 Fraser Place Kuala Lumpur A3
11 G Tower Hotel E1
12 MiCasa All Suite Hotel F2
13 The Bed KLCC A3
14 Villa Samadhi G2

Essen
15 Acme Bar & Coffee D2
16 Beta KL B3
Fuego ..... (siehe 20)
Malaysia Boleh! ..... (siehe 29)
17 Nadodi B1
18 Nasi Kandar Pelita A2
19 Sushi Hinata A4
Yun House ..... (siehe 29)

Ausgehen & Nachtleben
20 Claret D2
21 Delirium Café Kuala Lumpur C2
DivineBliss ..... (siehe 11)
22 Heli Lounge Bar B4
23 Nakd Bar B4
24 Suzie Wong B4

Unterhaltung
25 Dewan Filharmonik Petronas B2
26 KL Live A3
27 WOW KL! A2

Shoppen
28 Farah Khan B2
29 Shoppes at Four Seasons Place C2
30 Suria KLCC B2

Praktisches
31 Australisches Hochkommissariat B1
32 Britisches Hochkommissariat D1
33 Kanadisches Hochkommissariat E2
34 Dänische Botschaft G1
35 Französische Botschaft E1
36 Deutsche Botschaft E2
37 Irische Botschaft G1
38 Hochkommissariat von Singapur E3
39 Thailändische Botschaft F1
40 US-amerikanische Botschaft F3

★KLCC Park PARK

(Karte S. 64; www.suriaklcc.com.my/attractions-2/klcc-park; abseits Jln Ampang, KLCC; KLCC) Inmitten der Hochhauswüste gelegen, bietet diese ausgezeichnete Parkanlage eine Jogging-Strecke von 1,3 km, einen riesigen Kinderspielplatz und ein Planschbecken. Früh am Abend versammeln sich hier Menschenmassen, um die leuchtenden Türme vor dem Abendhimmel zu bewundern. Vor dem Suria KLCC lassen sich jeden Abend um 20, 21 und 22 Uhr Wasserspiele an dem Brunnen von Lake Symphony bestaunen.

★ILHAM GALERIE

(Karte S. 64; 03-2181 3003; www.ilhamgallery.com; 3. & 5. OG, Ilham Tower, 8 Jln Binjai, KLCC; Di–Sa 11–19, So bis 17 Uhr; Ampang Park) GRATIS Diese zum Nachdenken anregende zeitgenössische Kunstgalerie bietet eine ausgezeichnete Entschuldigung dafür, den eleganten 60-stöckigen ILHAM Tower zu betreten. Die in Wechselausstellungen gezeigten Kunstwerke umfassen verschiedene Medien und werden mit dem Ziel kuratiert, Diskussionen anzustoßen. Von Schwarz-weiß-Fotografie bis zu neonfarbenen Gemälden von *kampung*-Häusern ist hier alles zu sehen.

Aquaria KLCC AQUARIUM

(Karte S. 64; 03-2333 1888; www.aquariaklcc.com; Concourse, KL Convention Centre, Jln Pinang, KLCC; Erw./Kind 65/56 RM; 10–20 Uhr, letzter Einlass 19 Uhr; ; KLCC) Das Highlight dieses beeindruckenden Aquariums ist sein 90 m langer Unterwassertunnel, aus dem heraus Besucher Sandtigerhaie, riesige Stachelrochen und andere Meereslebewesen ganz aus der Nähe bewundern können. Neben den täglichen Fütterungen verschiedener Fische und Otter gibt es montags, mittwochs und samstags auch spezielle Fütterungszeiten für Arapaimas und Haie (Zeitplan auf der Website). Für Rollstühle zugänglich.

Galeri Petronas GALERIE

(Karte S. 64; 03-2051 7770; www.galeripetronas.com.my; 3. OG, Suria KLCC, Jln Ampang, KLCC; Di–Sa 10–20 Uhr; KLCC) GRATIS Die

ausgezeichnete Kunstgalerie bietet sich an, Kultur gegen blindes Konsumieren einzutauschen. In diesem hellen, modernen Ort mit interessanten, professionell kuratierten Shows, die alle paar Monate wechseln, wird die Petronas-Kunstsammlung gezeigt, darunter Fotografien und Gemälde.

Petrosains

MUSEUM

(Karte S.64; 03-2331 8181; www.petrosains.com.my; 4. OG, Suria KLCC, Jln Ampang, KLCC; Erw./Kind 28/16,50 RM; Di–Fr 9.30–16, Sa & So bis 17 Uhr; ; KLCC) In diesem interaktiven Wissenschafts- und Technologiemuseum mit allen möglichen zu drückenden Knöpfen und zu ziehenden Hebeln lassen sich leicht einige lehrreiche Stunden verbringen. Viele der Aktivitäten und Ausstellungsstücke konzentrieren sich auf die wundervollen Dinge, die das Öl für Malaysia gebracht hat – man muss nicht lange raten, von wem das Museum gesponsert wird.

Rumah Penghulu Abu Seman

HISTORISCHES GEBÄUDE

(Karte S.64; 03-2144 9273; www.badanwarisanmalaysia.org; 2 Jln Stonor, Bukit Bintang; erbetene Spende 10 RM; Führungen Mo–Sa 11 & 15 Uhr; Raja Chulan) Dieser herrliche Holzpfahlbau, der einst einem lokalen Häuptling in Kedah gehörte, wurde schrittweise zwischen 1910 und den 1930ern erbaut und später nach KL gebracht. In interessanten Führungen auf dem Grundstück werden Architektur und Geschichte des Hauses sowie malaiische Gebräuche und das traditionelle Dorfleben erläutert. Außerhalb der Führungszeiten kann man um das Haus herumlaufen (und da beim Bauen an das Lüften gedacht wurde, kann man auch leicht reinschauen).

Dharma Realm Guan Yin Sagely Monastery

BUDDHISTISCHER TEMPEL

(Karte S.64; 03-2164 8055; www.drba.org; 161 Jln Ampang, KLCC; 7–16 Uhr; Ampang Park) GRATIS Die ruhigen Räume, Topfpflanzen, Decken mit Mandalas und die riesigen vergoldeten Statuen sorgen für die rechte beschauliche Stimmung für eine stille Meditation in diesem farbenprächtigen modernen Tempel. Der Komplex ist Guanyin (Kuan Yin, die buddhistische Göttin des Mitgefühls) gewidmet, die durch die Zentralstatue im Hauptgebäude repräsentiert wird.

KUALA LUMPUR IN ...

zwei Tagen

Nach einem Frühstück im **Imbi Market** die Stadt von oben ansehen: Wenn das Wetter und die Schwindelfreiheit es erlauben, ist der Blick von der Aussichtsplattform oder gar der offenen Dachterrasse des **Menara Kuala Lumpur** aus fantastisch. Zurück geht's zu Fuß durch Bukit Nanas entlang des **Baumwipfelpfads.** Dabei unbedingt nach den neugierigen Affen Ausschau halten.

Nachmittags werden dann **Chinatown** erkundet, ein paar Souvenirs am **Central Market** gekauft und die denkmalgeschützten Häuser am **Merdeka Square** bewundert. Der Tag klingt in der **Jalan Petaling** mit dem Nachtmarkt und den vielseitigen Essensmöglichkeiten aus.

An Tag 2 steht Lake Gardens mit einem Abstecher in den **KL Bird Park** und das **Museum für Islamische Kunst** oder das **National Museum** auf dem Programm. Passend zur Abenddämmerung geht's zurück ins Stadtzentrum von Kuala Lumpur (KLCC), in dem jetzt die prachtvoll beleuchteten **Petronas Towers** zu bewundern sind. Anschließend das erstklassige Einkaufszentrum **Pavilion KL** durchstöbern, die nächtlichen Essensstände der Jalan Alor durchkämmen und schließlich einen Schlummertrunk bei **Suzie Wong** schlürfen.

drei Tagen

Der Anblick der City-Skyline ist vom **Titiwangsa-See** aus einfach fantastisch. Hier bietet sich auch ein Besuch der **Nationalen Kunstgalerie (NVAG)** an. Danach gemütlich durch das malaiische Gebiet von **Kampung Baru** schlendern und mit dem Taxi zum prächtigen **Thean Hou Temple** fahren. Zuerst einen Sundowner in der **Heli Lounge Bar** und dann ein unvergessliches Essen im **Nadodi** genießen. Zum Abschluss geht's dann noch ins **No Black Tie** für nächtliche Jazzmusik und Cocktails.

Chinatown, Merdeka Square & Bukit Nanas

★Menara Kuala Lumpur TURM

(Menara KL; Karte S.68; 03-2020 5444; www.menarakl.com.my; 2 Jln Punchak, Bukit Nanas; Aussichtsplattform Erw./Kind 44/29 RM, offene Terrasse Erw./Kind 99/52 RM; Aussichtsplattform 9–22 Uhr, letzte Tickets 21.30 Uhr; Menara KL) Die Petronas Towers sind zwar noch höher, jedoch bietet der Menara KL auf dem Gipfel von Bukit Nanas mit seinen 421 m die beste Aussicht auf die Stadt. Seine zwiebelförmige Spitze beherbergt ein sich drehendes Restaurant, eine im Inneren gelegene **Aussichtsplattform** in 276 m Höhe und – als Highlight – eine **offene Terrasse** in 300 m Höhe, die je nach Wetterlage zugänglich ist. Wer sich traut, kann hier ein Foto in einer **Sky Box** machen lassen – mit nichts als Glas zwischen den Füßen und der Erde (nicht für Kleinkinder gestattet).

Ein kostenloser **Pendelbus** (8–22.30 Uhr) verkehrt ab dem Tor an der Jalan Punchak, oder man geht durch den KL Forest Eco Park und seinen Baumwipfelpfad.

★KL Forest Eco Park NATURSCHUTZGEBIET

(Taman Eko Rimba KL; Karte S.68; 03-2026 4741; www.menarakl.com.my; Bukit Nanas; 8–18 Uhr; Menara KL) GRATIS In diesem tropischen Hartholzwald, der sich im Herzen der Stadt auf 9,37 ha erstreckt, weicht KLs urbaner Lärm dem Summen von Insekten und Zwitschern von Vögeln. Der Park umfasst einen der ältesten geschützten Dschungel Malaysias (1906 erstmals amtlich vermerkt) und wird gemeinhin Bukit Nanas („Ananashügel“) genannt. Nicht versäumen sollte man einen Spaziergang auf dem luftigen Baumwipfelpfad.

Der Baumwipfelpfad ist vom Parkplatz Menara KL aus leicht zu erreichen. Die verschiedenen Spazierwege sind ausgeschildert. Wer einen längeren Streifzug unternehmen möchte, kann eine einfache Wegkarte im **Forest Information Centre** (Karte S.68; 03-2026 4741; www.forestry.gov.my; Bukit Nanas; 9–17 Uhr; Menara KL) an der Jalan Raja Chulan bekommen, wo alle Wege beginnen.

★Masjid Jamek Sultan Abdul Samad MOSCHEE

(Freitagsmoschee; Karte S.68; 64 Jln Tun Perak, Chinatown; Sa–So 10–12.30 & 14.30–16 Uhr; Masjid Jamek) GRATIS Die elegante, vom britischen Architekten A. B. Hubback entworfene Moschee mit zwiebelförmiger Kuppel, mit von Ziegeln und Mörtel umrandeten Minaretten sowie drei wohlgeformten Kuppeln, vereint Mughal- und Mauren-Stilelemente. Die Masjid Jamek am Zusammenfluss von Gombak und Klang war bei ihrer Fertigstellung im Jahr 1907 die erste Ziegelmoschee Malaysias. Bis zur Eröffnung der Nationalmoschee 1965 blieb sie der wichtigste muslimische Andachtsort der Stadt.

★Sin Sze Si Ya Temple BUDDHISTISCHER TEMPEL

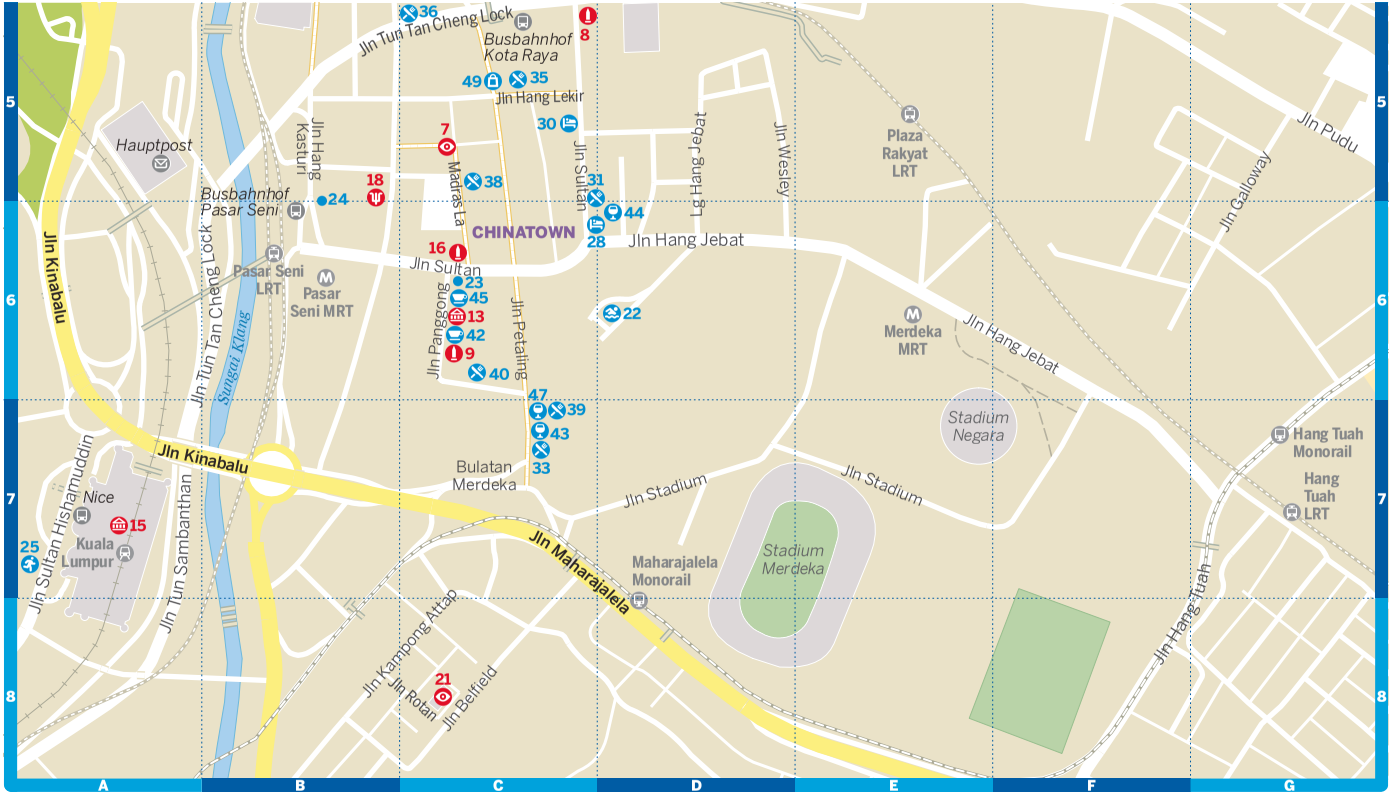
(Karte S.68; 03-2072 9593; Jln Tun HS Lee, Chinatown; 7–17 Uhr; Pasar Seni) GRATIS Kuala Lumpurs ältester chinesischer Tempel (1864) wurde im Auftrag von Kapitan Yap Ah Loy gebaut und ist Sin Sze Ya und Si Sze Ya gewidmet, zwei chinesischen Gottheiten, von denen angenommen wird, dass sie bei Yaps Aufstieg zum Kapitan eine wichtige Rolle spielten. Mehrere schöne Gegenstände schmücken den Tempel, darunter zwei hängende geschnitzte Holztafeln, doch am besten ist die gefühlte Grenzatmosphäre.

DER FLUSS DES LEBENS (RIVER OF LIFE)

Die erste Phase des „River of Life“-Projekts – ein ambitioniertes Projekt der Bundesregierung, um den stark verschmutzten Klang River in einen sauberen „Fluss des Lebens“ umzuwandeln und die Uferpromenade neu zu gestalten – wurde 2017 abgeschlossen. Die Verbesserungen konzentrieren sich auf Chinatown und Merdeka Square, wo die Fußgängerwege verbreitert, die Straßen durch öffentliche Kunstobjekte lokaler Künstler verschönert und die Beschilderung verbessert wurden.

Die Originalstufen hinunter zum Fluss hinter der Moschee Masjid Jamek wurden freigelegt; das Gebiet um die Moschee und entlang des Flussufers wurde saniert und durch neue Fußgängerwege, Plätze und eine Brücke als Verbindung zum Merdeka Square umgestaltet. Nachts zwischen 20 und 23 Uhr wird dieser Abschnitt – der **Blue Pool** – azurfarben beleuchtet und in Nebeleffekte gehüllt, während auf dem Zusammenfluss des Klang mit dem Gombak River Fontänen tanzen.

Chinatown, Merdeka Square & Bukit Nanas



KUALA LUMPUR

Chinatown, Merdeka Square & Bukit Nanas

Highlights
1 KL Forest Eco Park E2
2 Masjid Jamek Sultan Abdul Samad B3
3 Menara Kuala Lumpur F1
4 Sin Sze Si Ya Temple B4

Sehenswertes
5 Wandmalerei Brave Mural D3
6 Central Market B4
7 Chinatown Wet Market C5
8 Wandmalerei Cockerel Mural C5
9 Wandmalerei Goldsmith Mural C6
10 KL City Gallery A4
11 Kuen Stephanie Sculptures B4
12 Lat Cartoon Sculptures C2
13 Lostgens' C6
14 Merdeka Square A3
15 Bahnhof in der Altstadt A7
16 Wandmalerei Rage Against the Machine C6
17 Sampan Boy Mural C2
18 Sri Mahamariamman Temple B5
19 St Mary's Anglican Cathedral A2
20 Sultan Abdul Samad Building A3
21 Zhongshan Building C8

Aktivitäten, Kurse & Touren
22 Chin Woo Stadium D6
23 COOOK C6
24 Han Travel B5
25 Majestic Spa A7

Essen
26 Avenue J B4
27 BackHome C3
Lantern Hotel ..... (siehe 49)
28 Mingle Hostel C6
29 Reggae Mansion C3
30 Tian Jing Hotel C5

Essen
Atmosphere 360 ..... (siehe 3)
31 Cafe 55 ..... C5
32 Cafe Old Market Square B4
33 Chocha Foodstore C7
34 Geographer B4
35 Ikan Panggang C5
36 Lai Foong C5
37 LOKL Coffee C3
38 Madras Lane Hawkers C5
39 Merchant's Lane C7
40 Old China Café C6
41 Sangeetha C3
Tommy Le Baker ..... (siehe 21)

Ausgehen & Nachtleben
42 Aku Cafe & Gallery C6
43 Botak Liquor C7
44 Deceased D6
45 Moontree House C6
46 Omakase + Appreciate C2
Piu Piu Piu ..... (siehe 21)
47 PS150 ..... C7

Unterhaltung
fono ..... (siehe 21)

Shoppen
48 Museum of Ethnic Arts B4
Naiise ..... (siehe 21)
OUR ArtProjects ..... (siehe 21)
49 Petaling Street Market C5
Tandang Store ..... (siehe 21)

Merdeka Square PLATZ

(Dataran Merdeka; Karte S. 68; Masjid Jamek) Aus dem riesigen offenen Platz – 1957 Schauplatz der malaiischen Unabhängigkeitserklärung – ragt ein enormer Fahnenmast, der mit 95 m Höhe einer der höchsten der Welt ist. Während der britischen Kolonialzeit wurde der Platz als Kricketfeld genutzt und Padang („Feld") genannt.

Der Platz wird von denkmalgeschützten Gebäuden umsäumt, darunter das prachtvolle **Sultan-Abdul-Samad-Gebäude** (Karte S. 68; Jln Raja; Masjid Jamek) und die **anglikanische Kathedrale St. Mary's** (Karte S. 68; 03-2692 8672; www.stmaryscathedral.org.my; Jln Raja; 8–17 Uhr; Masjid Jamek), die beide von A. C. Norman entworfen wurden.

Sri Mahamariamman Temple HINDUISTISCHER TEMPEL

(Karte S. 68; 03-2078 5323; 163 Jln Tun HS Lee, Chinatown; 6–20.30 Uhr; Pasar Seni) GRATIS

Knapp 23 m über diesem belebten Tempel ragt ein farbenfroh mit hinduistischen Göttern verzierter Turm, der *gopuram,* in den Himmel. Er wurde 1873 gegründet und ist einer der ältesten hinduistischen Tempel Malaysias. Benannt ist der im südindischen Stil verzierte Tempel nach Mariamman, der südindischen Mutter Gottes, auch als Parvati bekannt. Ihr Schrein liegt im hinteren Teil des Komplexes. Zur Linken befindet sich ein Schrein zu Ehren des elefantenköpfigen Ganesha und zur Rechten einer zu Ehren von Murugan.

Lake Gardens, Brickfields & Bangsar

Islamic Arts Museum MUSEUM

(Muzium Kesenian Islam Malaysia; Karte S. 72; 03-2092 7070; www.iamm.org.my; Jln Lembah Perdana, Lake Gardens; Erw./Kind 14/7 RM; 10–18 Uhr; Kuala Lumpur) In einem Ge-

bäude, das genauso beeindruckend ist wie die Sammlung, die es beherbergt, zeigt das Museum für Islamische Kunst dekorative islamische Kunst aus der ganzen Welt. Modelle der berühmtesten islamischen Gebäude der Welt, herrliche Textilien, Teppiche, Schmuck und mit Kalligrafie beschriftete Keramik buhlen um das Auge des Betrachters. Der Nachbau des **Damaskus-Zimmers** aus dem 19. Jh. ist ein mit Blattgold verzierter Traum, aber das Gebäude selbst mit seinen schön verzierten Kuppeln und glasierten Kacheln ist ebenso ein Hingucker.

KL Bird Park

NATURSCHUTZGEBIET

(Karte S. 72; 03-2272 1010; www.klbirdpark.com; Jln Cenderawasih, Lake Gardens; Erw./Kind 67/45 RM; 9–18 Uhr; ; M Muzium Negara) Mehr als 3000 Vögel flattern durch diesen 21 ha großen Vogelpark. Hier gibt's insgesamt 200 Arten (meist) asiatischer Herkunft zu sehen, darunter stolzierende Flamingos und Papageien. Der Park ist in vier Abschnitte unterteilt: Abschnitt eins und zwei beherbergen frei fliegende Vögel unter einem riesigen Schutzdach. Im dritten Abschnitt sind die einheimischen Nashornvögel zu finden (ihren Namen verdanken sie ihrem riesigen Schnabel). Der vierte Abschnitt allerdings bietet einen nicht besonders erbaulichen Anblick von eingesperrten Tieren.

★National Museum

MUSEUM

(Muzium Negara; Karte S. 72; 03-2267 1111; www.muziumnegara.gov.my; Jln Damansara, Lake Gardens; Erw./Kind 5/2 RM; 9–18 Uhr; M Muzium Negara) Dieses ausgezeichnete moderne Nationalmuseum bietet einen umfassenden Einblick in die Geschichte Malaysias, von der Vorgeschichte bis zur Gegenwart. In einer Galerie (in der sich eine Kopie des 11 000 Jahre alten Perak-Mannes befindet, Malaysias berühmtester archäologischer Entdeckung) werden die Geologie und die Vorgeschichte des Landes dargestellt. Die Galerie der modernen Geschichte ist sogar noch interessanter: Sie enthält Nachbauten von Tempelwänden, königlichen Betten und Zeremoniengewändern aus den vergangenen Jahrhunderten.

Taman Tugu

PARK

(www.tamantuguproject.com.my; Pers Sultan Salahuddin; 7–19 Uhr; M Muzium Negara) GRATIS Der erste Teil dieses 27 ha großen Parks wurde im September 2018 eröffnet. Auf natürlich gestalteten Wegen von 1,5 km Länge lässt sich der üppige Sekundärwald erwandern, in dem auch riesige alte Bäume stehen und Rattanpalmen, Ölpalmen und speziell ausgewählte einheimische Pflanzen wachsen. Dabei die Ohren gut spitzen: Eisvögel und Elstern sowie Affen und sogar Zibetkatzen haben diesen Wald zu ihrer Heimat gemacht.

Der zweite Teil des Projekts soll Ende 2019 abgeschlossen sein: ein höher gelegener Dschungel-Trail, ein Kinderspielplatz, neue Seen mit Einkehrmöglichkeiten und zeitgenössische Gebäude für eine *surau* (kleine Moschee) und Hinduschreine, die vor Langem auf diesem üppig grünen Hang errichtet wurden.

Der vollständige **Khazanah-ILMU-Komplex** (Bank Negara), der ein Regenwaldschulungszentrum, eine Kunstgalerie und eine Bibliothek beherbergt, soll Ende 2020 eröffnet werden.

Nationaldenkmal

DENKMAL

(Tugu Negara; Karte S. 72; Plaza Tugu Negara, Jln Parlimen, Lake Gardens; 7–18 Uhr; M Muzium Negara) GRATIS Auf einem palmengesäumten Platz mit schönem Ausblick auf KLs Wolkenkratzer steht dieses bombastische Denkmal. Es erinnert an die militärischen

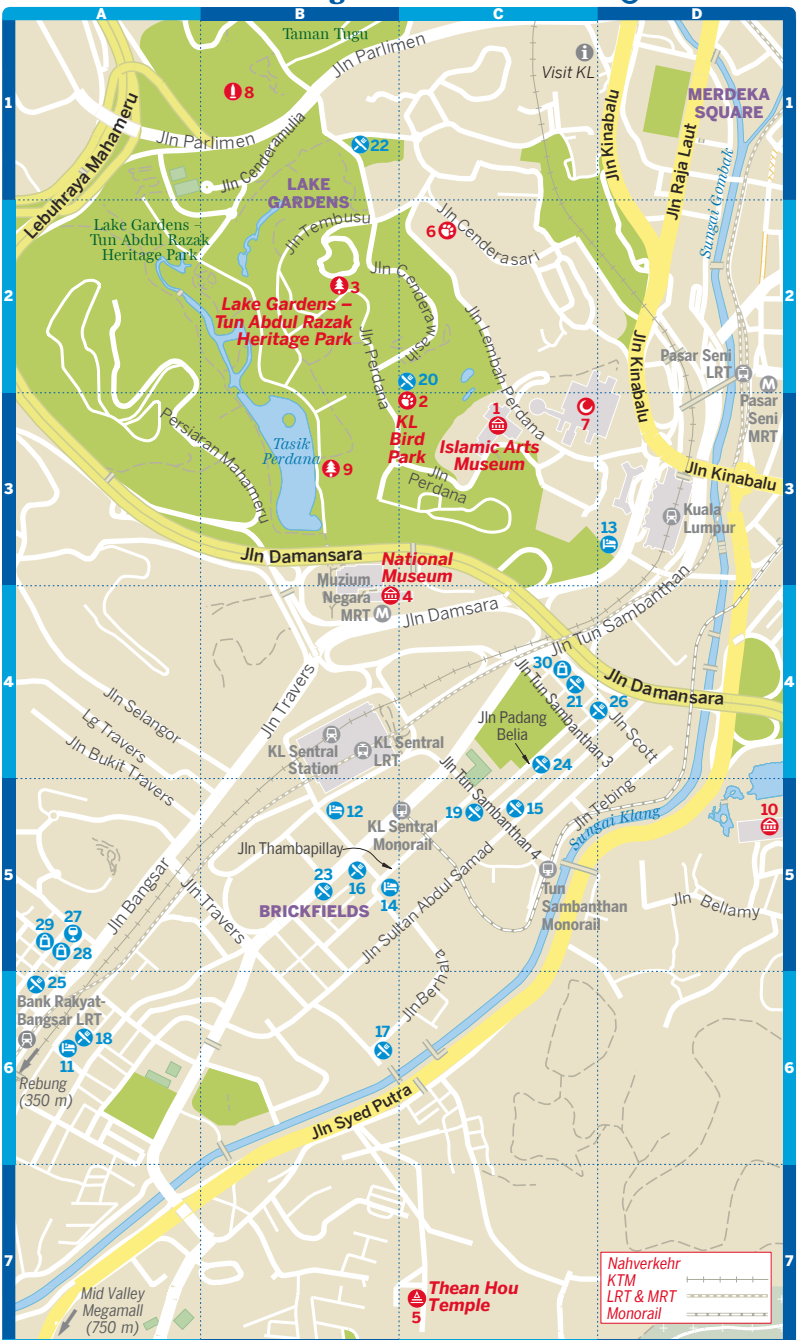
EIN SPAZIERGANG ZU DEN LAKE GARDENS

Lake Gardens – Tun Abdul Razak Heritage Park (Karte S. 72; 7–20 Uhr; M Muzium Negara) wirkt fast wie eine grüne Insel, die durch Bahnlinien und Schnellstraßen vom Stadtzentrum abgetrennt wurde. Trotzdem kann man diese Oase von Chinatown oder dem National Museum aus auch zu Fuß erreichen.

Von Chinatown aus nimmt man die Fußgängerbrücke vom Central Market zum Kompleks Dayabumi, dann hält man sich südlich und geht um die Rückseite der Post zu der Unterführung, die zu der Moschee Masjid Negara führt. Weitere Fußgängerbrücken führen zu der Old KL Train Station von der LRT-Station Pasar Seni, von wo aus man ebenfalls in die Gärten gehen kann.

Sowohl eine Fußgängerbrücke als auch ein Tunnel unter der Schnellstraße verbinden die Lake Gardens mit dem National Museum.

Tun Abdul Razak Heritage Park & Brickfields



Tun Abdul Razak Heritage Park & Brickfields

Highlights
1 Islamic Arts Museum C3
2 KL Bird Park C3
3 Lake Gardens – Tun Abdul Razak Heritage Park B2
4 National Museum B4
5 Thean Hou Temple C7

Sehenswertes
6 KL Butterfly Park C2
7 Masjid Negara C3
8 National Monument B1
9 Perdana Botanical Garden B3
10 Royal Museum D5

Schlafen
11 Alila Bangsar A6
12 Aloft Kuala Lumpur Sentral B5
13 Majestic Hotel D3
14 PODs B5

Essen
15 ABC Stall C5
16 Ammars B5
17 Annalakshmi Vegetarian Restaurant B6
18 Botanica + Co A6
19 Brickfields Pisang Goreng C5
20 Hornbill Restaurant C2
21 Lawanya Food Corner C4
22 Rebung B1
23 Restoran Sin Kee B5
24 Restoran Yarl C4
25 Southern Rock Seafood A6
26 Vishal D4

Ausgehen & Nachtleben
27 Coley A5

Shoppen
28 Kedai Bikin A5
29 Nala's Kampung House A5
30 Wei-Ling Gallery C4

Opfer im Namen der malaysischen Unabhängigkeit. Das Kernstück des Denkmals ist eine 1966 von Felix de Weldon entworfene Bronzeskulptur von Soldaten, von denen einer die malaysische Flagge trägt (de Weldon entwarf auch das Iwo-Jima-Denkmal in der Nähe von Washington D. C.). Ein königsblaues Wasserbecken und ein geschwungener Pavillon verstärken den beeindruckenden Anblick.

★Thean Hou Temple
BUDDHISTISCHER TEMPEL

(Karte S. 72; 03-2274 7088; www.hainannet.com.my; 65 Pers Endah, abseits Jln Syed Putra, Taman Persiaran Desa; 8–22 Uhr; Tun Sambanthan) GRATIS Oben auf den grünen Robson Heights gelegen, bietet dieser lebhaft dekorierte mehrstöckige chinesische Tempel, der Tian Hou, Göttin des Himmels, gewidmet ist, wundervolle Ausblicke über Kuala Lumpur. Er wurde 1989 von der Selangor and Federal Territory Hainan Association eröffnet und dient sowohl als Gotteshaus als auch als ein zweckmäßiger Ort für besondere Anlässe wie Hochzeiten. In den vergangenen Jahren wurde er auch eine Touristenattraktion an sich, insbesondere in den Zeiten chinesischer Feste und an den Geburtstagen der verschiedenen Tempelgötter.

Old KL Train Station
HISTORISCHES GEBÄUDE

(Karte S. 68; Jln Sultan Hishamuddin; Kuala Lumpur) Dieser großartige Bahnhof aus dem Jahr 1910 (2001 als Verkehrsknotenpunkt durch KL Sentral ersetzt) ist eines der markantesten Kolonialgebäude in KL. Er wurde von dem britischen Architekten A. B. Hubback im Mogul- (oder indosarazenischen) Stil entworfen. Die weiße Putzfassade blättert zwar ab, aber man kann immer noch die Reihen von Schlüsselloch- und Hufeisenbögen, die jede Ebene belüfteten, und die großen *chatri* (erhöhte Pavillons) und Zwiebelkuppeln, die das Dach verzieren, bewundern.

Sekeping Tenggiri
GALERIE

(Karte S. 82; 017-519 6552; www.sekeping.com/tenggiri; 48 Jln Tenggiri, Bangsar; nach Absprache; Abdullah Hukum) GRATIS Für Kunstliebhaber lohnt es sich, einen Termin zu vereinbaren, um die superbe Sammlung zeitgenössischer malaysischer Kunst des Architekten Ng Seksans zu würdigen, die so groß ist, dass für die Lagerung und Ausstellung ein ganzes Haus benötigt wurde. Besonders lohnenswert sind Ausstellungsstücke von Toptalenten wie Phuan Thai Meng, Samsudin Wahab und Justin Lim.

Perdana Botanical Garden
PARK

(Karte S. 72; 03-2617 6404; www.klbotanicalgarden.gov.my; Lake Gardens; 7–20 Uhr; ; Muzium Negara) GRATIS Im ältesten öffentlichen Park KLs (angelegt in den 1880er-Jahren) wächst eine große Vielfalt an einheimischen und ausländischen Pflanzen,

Masjid India, Kampung Baru & Chow Kit

darunter 800 verschiedene Orchideenarten, über 300 Jahre alte Mahagonibäume und unzählige Hibiskusblüten (die Nationalblume des Landes). Es gibt separate Gärten mit Farnen, essbaren Pflanzen und Wasserpflanzen, alle schön mit Pavillons und Gehwegen um einen See mit Springbrunnen herum angelegt.

KL Butterfly Park

NATURSCHUTZGEBIET

(Taman Rama Rama; Karte S. 72; 03-2693 4799; www.klbutterflypark.com; Jln Cenderasari, Lake Gardens; Erw./Kind 24/13 RM; 9–18 Uhr; Kuala Lumpur) Dies ist ein kleines Paradies, in dem etwa hundert der mehr als 1100 Schmetterlingsarten Malaysias flattern, darunter die enormen Ritterfalter, die ihren Namen zu Recht tragen, die eleganten Schwalbenschwänze und die farbenprächtigen Monarchfalter und Jezebel-Schmetterlinge. In einer Käfergalerie kann man vor der Größe der Tausendfüßler und Spinnen Malaysias erschauern.

Masjid Negara

MOSCHEE

(Nationalmoschee; Karte S. 72; www.masjidnegara.gov.my; Jln Lembah Perdana, Lake Gardens; 9–12, 15–16 & 17.30–18.30 Uhr, Freitagmorgens geschl.; Kuala Lumpur) GRATIS Diese gigantische, aber elegante Moschee aus den