



# LADAKH IN DER GOLDENEN JAHRESZEIT

## TREKKING IN LADAKH IN SEINER SCHÖNSTEN JAHRESZEIT

Wir besuchen Ladakh in der vielleicht schönsten Jahreszeit. Die Bäume beginnen sich goldgelb zu färben und auf den Feldern sehen wir während der Ernte überall Ladakhis emsig arbeiten und hören ihr fröhliches Singen und Pfeifen. Unsere Trekkingroute führt uns über den 4900 Meter hohen Pass Ganda La und durch die spektakuläre Shingo-Schlucht ins Tal von Markha. Vorbei an kleinen Dörfern und einsamen Klöstern ziehen wir talaufwärts bis ins wunderschöne Hochtal von Nimaling. Von hier aus haben wir einen phantastischen Ausblick auf den 6400 Meter hohen Kang Yatze. Die 5000 Meter hohen Pässe Chaktsang La und Poze La bilden die Höhepunkte zum Ende unseres Trekkings. Der zweite Teil der Reise bringt uns per Jeep über das einsame Changthang Hochplateau zu den drei auf über 4000 Metern gelegenen Seen Tsokar, Tsomoriri und Pangong, sowie ins geschichtsträchtige und für westliche Touristen erst kürzlich geöffnete Hanle nahe der tibetischen Grenze. Dies ist eine sehr abwechslungsreiche Reise mit vielen Höhepunkten.

### REISEDATEN

Sa 10 Sep - Sa 01 Okt 2022 (22 Tage) ab 4'950.-

*Buchbar* Unter Vorbehalt

### PREISE / ZUSCHLÄGE

Preis pro Person bei 6-10 Personen CHF 4'950.-

Zuschlag Kleingruppe 3-5 Personen CHF 300.-

Zuschlag Kleingruppe 2 Personen CHF 1000.-

Zuschlag Einzelbelegung CHF 470.-<sup>1)</sup>

1) In kleinen Gasthäusern ist der Platz sehr häufig eingeschränkt und ein Einzelzimmer kann dort nicht in jedem Fall garantiert werden.

### Reiseprogramm

#### 1. Tag: Flug nach Delhi

Der Direktflug mit der Swiss (je nach Verfügbarkeit) bringt uns in gut 7 ½ Stunden nach Delhi in die Hauptstadt Indiens. Wechsel zum Terminal

### FACTS & FIGURES

Level 3  
Trekkinglevel

22 Tage  
Dauer

2-10  
Teilnehmer

4'950.-  
Preis ab (CHF)



für den lokalen Flug nach Leh.

*Flugzeit 7 ½ Std.*

## 2. Tag: Weiterflug nach Leh

Auf einem der schönsten Flüge der Welt überqueren wir den Himalaya und geniessen die Aussicht auf die schneebedeckten Gipfel. In unserem hübschen Gasthaus in Leh ruhen wir uns aus. Am Nachmittag unternehmen wir einen gemeinsamen Bummel durch Leh, die ehemalige Karawanen- und Handelsstadt. Der Name Leh leitet sich aus dem tibetischen Wort für Oase ab. Auch heute noch herrscht in Leh ein buntes Markttreiben und in den Strassen treffen wir die unterschiedlichsten Volksgruppen.

*Übernachtung im Gasthaus in Leh (3500 Meter).*

*Flugzeit 1 ¼ Std. Fahrzeit ¼ Std. (F,M,A)*

## 3. Tag: Im Indus-Tal

Für eine optimale Akklimatisation gehen wir die ersten Tage geruhsam an. Wir besuchen das kleine Kloster und den ehemaligen Königspalast in Stok. Dies ist ein typisches ladakhisches Dorf inmitten grüner Gerstenfelder. Bei unserem Bummel über die Felder begegnen wir immer wieder Ladakhis und staunen, was hier noch alles in Handarbeit gemacht wird. Bei einer einheimischen Familie kehren wir zum Buttertee ein und lassen uns das ladakhische, hausgemachte Essen schmecken.

*Übernachtung im Gasthaus in Leh (3500 Meter).*

*Fahrzeit 1 Std. Wanderung ¾ Std. (F,M,A)*

## 4. Tag: Gebet im Kloster Matho

Anders als beim Morgengebet im Kloster Thikse, an dem in der Hochsaison sehr viele Touristen teilnehmen, sind wir mit ein bisschen Glück die einzigen Besucher beim Morgengebet in Matho und lauschen den Rezitationen der Mönche. Matho wird eher selten besucht und so freuen sich die Mönche über unseren Besuch und bieten uns vielleicht sogar einen Buttertee an. Matho ist das einzige Kloster der Sakya, einer der vier Richtungen des tibetischen Buddhismus und bietet einen phantastischen Ausblick über das weite Indus-Tal. Matho wurde im 16. Jahrhundert gegründet. Wir lassen uns Zeit mit der Besichtigung der verschiedenen Klosterräume, bevor wir nach Stakna weiterfahren, einem weiteren Kloster aus dem 16. Jahrhundert. Stakna heisst übersetzt soviel wie «Tigernase». Danach fahren wir weiter nach Thikse. Das Kloster Thikse ist eines der fotogensten in Ladakh und dieses Bauwerk soll die Tibeter später für den Bau des Potala inspiriert haben.

*Übernachtung im Gasthaus in Leh (3500 Meter).*

*Fahrzeit 2 Std. (F,M,A)*

## 5. Tag: Trekkingstart

Fahrt nach Zingchen zum Ausgangspunkt unseres Trekkings. Hier treffen wir auf unsere Begleitmannschaft und die Gepäckpferde, welche uns während den nächsten Tagen begleiten werden. Auf einem einfachen Weg laufen wir während den nächsten Stunden ins schöne Dorf Rumbak. In dieser Gegend leben einige der sehr seltenen Schneeleoparden, aber die Chance auf eine Sichtung im Sommer ist nahe bei null. Unweit des Dorfes wird zum ersten Mal unser Zeltcamp errichtet, welches für die nächsten Tage unser Zuhause sein wird. Zum Schlafen haben wir geräumige Doppelzelte zur Verfügung. Dazu führen wir ein Kochzelt, Esszelt und WC-Zelt mit.

*Übernachtung im Zelt in Rumbak (3900 Meter).*

*Fahrzeit 1 Std. Wanderung 2 Std. (F,M,A)*

## 6. Tag: Akklimatisationstag in Rumbak

Da wir schon bald den fast 5000 Meter hohen Pass Ganda La überqueren werden, machen wir hier einen Ruhetag. Dies ist wichtig für eine gute Akklimatisation. So haben wir Zeit, um das Dorfleben im spannenden Dorf Rumbak zu geniessen. Hier, weit weg von der letzten Strasse, geht das Leben in einem sehr gemächlichen Rhythmus zu. Vielleicht haben wir ja Glück und werden zum Buttertee eingeladen. Wer sich bereits gut akklimatisiert fühlt, kann heute auch eine Wanderung in der Umgebung machen. Der Weg östlich vom Dorf führt zum 4900 Meter hohen Pass Stok La. Man kann aber auch den Bergrücken nördlich oder südlich vom Dorf besteigen.

*Übernachtung im Zelt in Rumbak (3900 Meter).*

*Optionale Wanderung 2 – 4 Std. (F,M,A)*

## 7. Tag: Aufstieg nach Yurutse

Heute haben wir einen kurzen Trekkingtag für eine gute Akklimatisation und können somit einen gemütlichen Morgen machen. Der Aufstieg führt zum Dorf Yurutse, welches nur aus einem einzelnen grossen Haus besteht. Die Familie gilt als sehr gastfreundlich. Unsere Zelte schlagen wir im Basecamp des Passes Ganda La auf.

*Übernachtung im Zelt im Basecamp des Ganda La (4350 Meter).*

*Wanderung 2 – 3 Std. (F,M,A)*

## 8. Tag: Über den Ganda La

Heute wird unsere Kondition zum ersten Mal auf die Probe gestellt. Beim Aufstieg zum 4900 Meter hohen Pass Ganda La spüren wir, dass die

Luft hier oben dünn ist. Oben angekommen, sollten wir bunte Gebetsfahnen zu den unzähligen anderen hängen, welche auf der Passhöhe lustig im Wind flattern. Das ist so Brauch und bringt Glück und eine sichere Weiterreise. Vom Pass aus geniessen wir die wunderbare Aussicht in der normalerweise sehr klaren Luft. Anschliessend führt uns ein langer Abstieg zum Dorf Shingu und weiter durch eine enge Schlucht nach Skiu im Markha-Tal. Dort stellen wir unser Lager auf. In Skiu gibt es ein kleines Kloster mit einem alten Teil, welcher schätzungsweise an die 1000 Jahre alt sein dürfte. Das Dorf Skiu wurde 2010 von grossen Überschwemmungen heimgesucht. Himalaya Tours hat nach der grossen Zerstörung vieler Häuser und Felder persönlich 15 Tonnen an Hilfsgütern hierhin transportiert. Ein Dokumentarfilm darüber wurde im Frühling 2011 auf Arte ausgestrahlt. Im Sommer 2011 haben wir eine Schutzmauer gebaut. Diese Bauarbeiten und der Bau einer Brücke wurden im 2012 abgeschlossen.

*Übernachtung im Zelt in Skiu (3350 Meter).*

*Wanderung 6 – 7 Std. (F,M,A)*

## 9. Tag: Durchs liebeliche Markha-Tal

Die heutige Trekkingetappe ist zwar lang, aber vorwiegend flach. Wir laufen durchs liebeliche Markha-Tal, vorbei an kleinen Dörfern und grünen Gerstenfeldern. An vielen Orten stehen alte Burgruinen auf den Hügelspitzen. Das zeigt die einstige Wichtigkeit dieser alten Route. Über die Herkunft dieser Ruinen ist nur wenig bekannt. Höchstwahrscheinlich handelt es sich um Festungen von Darden, welche als erste sesshafte Bewohner Ladakh besiedelt haben. Wenn wir Glück haben, sehen wir an den Berghängen wilde Blauschafe oder am Himmel einen Adler kreisen. Wir sind hier nämlich mitten im Hemis National Park. Kurz vor dem Dorf Markha gilt es noch einen Bach zu durchwaten, bevor wir auf einem schönen Campingplatz beim Dorf unser Zelt aufstellen.

*Übernachtung im Zelt in Markha (3800 Meter).*

*Wanderung 6 – 7 Std. (F,M,A)*

## 10. Tag: Vorbei an den letzten Dörfern

Weiter geht es talaufwärts. Wer seine Kondition testen will, macht den kurzen, aber sehr steilen Abstecher hinauf zum kleinen Kloster in Tetsa. Die Aussicht von oben ist atemberaubend und belohnt für die Mühen. Nach einigen Stunden erreichen wir Hankar, das letzte Dorf im Markha-Tal. Die Ruinen auf dem imposanten Felsen zeigen die einstige Bedeutung dieses Dorfes. Wir verlassen nun das besiedelte Gebiet und steigen hoch nach Tachungse, einem kleinen Weiler.

*Übernachtung im Zelt in Tachungse (4200 Meter).*

*Wanderung 5 – 6 Std. (F,M,A)*

## 11. Tag: Hochplateau von Nimaling und 6400 Meter hoher Kang Yatze

Eine kurze Etappe bringt uns aufs Hochplateau von Nimaling. Hierher kommen die Bewohner des Markha-Tals mit ihren Herden von Schafen, Ziegen oder Yaks, um diese im Sommer weiden zu lassen. Um diese Zeit ist es hier aber oftmals sehr einsam. Nimaling ist eines der schönsten Hochtäler in Ladakh und der Blick auf den 6400 Meter hohen Kang Yatze ist schlichtweg atemberaubend. Wir schlagen unser Zelt etwas weiter am Ende des Hochtals auf und haben dank der kurzen Etappe genügend Zeit, um diese einmalige Umgebung auch gebührend zu geniessen.

*Übernachtung im Zelt in Nimaling (4800 Meter).*

*Wanderung 3 – 4 Std. (F,M,A)*

## 12. Tag: Auf einsamen Wegen

Weiter geht es auf einsamen Wegen. Nach der Hochebene überqueren wir den über 5000 Meter hohen Chaktsang La. Von oben geniessen wir die herrliche Aussicht über die Bergwelt Ladakhs. Unser Lager schlagen wir vor dem nächsten Pass auf.

*Übernachtung im Zelt in Chaktsang (4600 Meter).*

*Wanderung 6 – 7 Std. (F,M,A)*

## 13. Tag: Nach Lato

An diesem Trekkingtag überqueren wir den unbekannteren Pass Poze La. Ein langer Abstieg bringt uns hinunter nach Lato, einer kleinen Ortschaft an der Leh-Manali Strasse. Wir feiern das gelungene Trekking mit unserer Crew. Ab Morgen werden wir mit Jeeps statt mit Pferden unterwegs sein.

*Übernachtung im Zelt in Lato (4000 Meter).*

*Wanderung 5 – 6 Std. (F,M,A)*

## 14. Tag: Salzsee Tsokar oder Besteigung eines Aussichtsgipfels (5500 Meter)

Heute fahren wir zum Salzsee Tsokar. Dies heisst übersetzt «weisser See», wegen den Salzrändern dem See entlang. Früher wurde hier auch noch Salz abgebaut. Die Uferregion des Salzsees mit grünen Wiesen und Quellen zieht zahlreiche Wasservögel an. Die Gegend ist im Winter ein beliebter Weideplatz für die Nomaden. Die Gegend ist sehr reich an Wildtieren wie tibetische Wildesel und viele Wasservögel. Mit Garantie sehen wir tibetische Wildesel, welche sich im Herbst zu grossen Herden zusammenrotten und mit ein bisschen Glück begegnen wir vielleicht sogar einem einsamen Wolf. Schön ist eine Wanderung von Riyul zum kleinen See Startsabuk Tso und eventuell auch wieder zurück. Am Startsabuk Tso nisten jeden Sommer ein oder zwei Paare des seltenen Schwarzhalskranichs, welche eventuell noch hier sind. Optionale

Besteigung eines Aussichtsgipfels: Anstelle des Ausfluges zum Startsabuk Tso ist es auch möglich, einen Aussichtsgipfel zu besteigen. Dieser steht in südwestlicher Richtung hinter dem Lagerplatz in Riyul. Der Weg hinauf ist sehr einfach und gleichmässig ansteigend. Die Wanderung zum Gipfel und zurück dauert in etwa 5 Stunden.

*Übernachtung im Zelt in Riyul (4500 Meter)  
Fahrzeit 2 Std. Wanderung 2 – 4 Std. (F,M,A)*

## 15. Tag: Stahlblauer See Tsomoriri

Wir überqueren einen fast 5000 Meter hohen Pass mit unserem Fahrzeug. In Sumdo, dem Winterhauptquartier der tibetischen Nomaden (welche nach dem Einmarsch der Chinesen mit ihren Herden nach Ladakh geflüchtet sind), steht eine kleine Zweigschule der SOS Schule «Tibetan Children Village». Diese besuchen wir auf unserem Weg. Hier werden die Kinder tibetischer Nomaden unterrichtet. Vor Sumdo hat es rechterhand eine kleine heisse Quelle, welche sich aber zum Baden nicht eignet. Am Nachmittag erreichen wir Korzok, das Nomadenhauptquartier am grossen Tsomoriri See. Hinweis: Korzok selber kann nicht als schön bezeichnet werden und ist seit Jahren eine grosse «Baustelle». Auch die Zeltplätze hier sind nicht gerade schön. Das Highlight ist die Umgebung und der überirdisch schöne See Tsomoriri.

*Übernachtung im Zelt in Korzok (4500 Meter).  
Fahrzeit 4 – 5 Std. (F,M,A)*

## 16. Tag: Nomaden und Aussichtspunkt über dem Tsomoriri-See

Einen ganzen Tag lang haben wir Zeit, die Schönheit dieser Gegend zu entdecken. Der See Tsomoriri ist einer der schönsten Seen im ganzen Himalaya. Über 30 Kilometer lang und stahlblau erscheint er in dieser kargen Landschaft wie eine Fata Morgana. Auf beiden Seiten ist er von Schneekuppen und 6000ern umgeben und am unteren Ende des Sees reicht der über 7000 Meter hohe Shilla Peak fast bis in den Himmel. Dieser trennt auch das Gebiet Ladakh von Spiti, dem Land der Wolkenmenschen. Den heutigen Tag sollten wir nutzen, um auf einen Aussichtspunkt über Korzok hochzusteigen und den wunderbaren Blick über den See und das sich darin spiegelnde Bergpanorama zu geniessen. Im Tal hinter Korzok lagern in der Regel einige Nomaden mit ihren Herden. Hier erhalten wir einen guten Einblick ins «harte» Leben der Nomaden von Ladakh.

*Übernachtung im Zelt in Korzok (4500 Meter).  
Wanderung 2 – 4 Std. (F,M,A)*

## 17. Tag: Spannende Fahrt ins lang verbotene Hanle

Seit kurzem erst ist es für westliche Touristen erlaubt, das bis anhin verbotene Hanle zu besuchen. Diese Gelegenheit lassen wir uns nicht entgehen und nehmen die spannende Fahrt unter die Räder. In Hanle angekommen sind wir nahe der tibetischen Grenz. Das Dorf liegt an einer alten Karawanenroute zwischen Ladakh und Tibet. Die Klöster Hanle, Hemis und Chemre wurden im 17. Jahrhundert als Klöster der Drukpa Kagyu Linie vom sagenhaften «Löwenkönig» Sengge Namgyal gegründet mit Hilfe des «Tigerheiligen» Staktsang Raspa. Der «Löwenkönig» starb 1642 in Hanle auf dem Rückweg von Tibet, wo er mit seinem Heer gegen die immer weiter nach Ladakh vordringenden Mongolen gekämpft hatte.

*Übernachtung im Gasthaus in Hanle (4500 Meter).  
Fahrzeit 3 Std. Wanderung 2 – 3 Std. (F,M,A)*

## 18. Tag: Zum türkisblauen See Pangong Tso

Unser heutiges Ziel ist der See Pangong Tso, welcher je nach Sonneneinstrahlung zwischen azur- und türkisblau schimmert. Mit mehr als 130 km Länge ist er der grösste See in der Region, rund drei Viertel des Sees liegen in Tibet. Quer über den See sehen wir nach Tibet hinüber. Früher führte eine wichtige Handelsroute an den Ufern des Sees entlang, wertvolle Waren wurden von der Seidenstrasse her über den Himalaya nach Kaschmir oder ins Flachland von Indien transportiert. Nach der Besetzung Tibets durch China haben viele tibetische Flüchtlinge dieselbe Route gewählt, um sich nach Indien ins Exil zu flüchten.

*Übernachtung im Zelt am Pangong See (4300 Meter).  
Fahrzeit 6 – 7 Std. (F,M,A)*

## 19. Tag: Wanderung am See und zurück in die Zivilisation

Heute Morgen geniessen wir die fast überirdische Schönheit der Landschaft hier am Ende der Welt. Wir machen eine Wanderung am See entlang oder steigen auf die Bergkette hinter dem See. Am späteren Vormittag heisst es Abschied nehmen vom Nomadenleben. Mit dem Jeep fahren wir zurück in fruchtbarere Gebiete und in die Zivilisation. Nach langem geniessen wir wieder den Luxus von richtigen Betten und einer warmen Dusche.

*Übernachtung im Gasthaus in Leh (3500 Meter).  
Fahrzeit 4 – 5 Std. Wanderung 2 Std. (F,M,A)*

## 20. Tag: Tag zur freien Verfügung in Leh

Wir haben viel erlebt und gesehen in den letzten Wochen, an das wir gerne zurückdenken. Heute in Leh haben wir die Musse und Zeit dazu. Wir

können auch unsere letzten Einkäufe im Bazar tätigen, einen Aussichtspunkt über Leh besteigen oder in einem der zahlreichen Gartenrestaurants dem «Dolce far niente» frönen. Am Abend gehen wir zusammen aus fürs Abschlussessen.

*Übernachtung im Gasthaus in Leh (3500 Meter).*

*(F,M,A)*

## 21. Tag: Flug von Leh nach Delhi

Transfer zum Flughafen in Leh und Rückflug nach Delhi. Wir werden am Flughafen abgeholt und zu einem schönen Hotel mit Swimmingpool gebracht. Hier haben wir bis am Abend ein Zimmer zur Verfügung und können die Reise geruhsam ausklingen lassen. Wer möchte, kann auf einer halbtägigen Sightseeing-Tour einige der Sehenswürdigkeiten von Delhi zusammen mit einem lokalen Führer besuchen. Dies ist nicht inbegriffen und muss im Voraus gebucht werden (CHF 80 pro Person inkl. lokaler englischsprechender Führer, Taxi mit Fahrer und Eintritte). Hinweis: Viele unserer Himalaya-Reisenden empfinden den grossen Gegensatz der Millionenstadt Delhi zu den Eindrücken ihrer Reise als wahren Kulturschock. Zudem verbringt man oftmals lange Zeit im Auto in den vollgestopften Strassen Delhis. Entscheiden Sie selbst, wie Sie den letzten Tag Ihrer Reise verbringen möchten. Am Abend fahren wir zum Flughafen, wo wir das Check-In für unseren Rückflug in die Schweiz erledigen.

*Tageszimmer in Hotel in Delhi.*

*Fahrzeit ½ Std. Flugzeit 1 ¼ Std. (F,M,A)*

## 22. Tag: Zurück in die Schweiz

Nach Mitternacht Abflug in die Schweiz, wo wir frühmorgens in Zürich landen. Mit vielen Eindrücken und Erlebnissen im Gepäck sind wir zurück.

*Flugzeit 8 ½ Std.*

Enthaltene Mahlzeiten F=Frühstück, M=Mittagessen, A=Abendessen

### Programm- und Preisänderungen vorbehalten

Mittelschweres Trekking, gute Kondition, 3 Tagesetappen von 2 – 4 Stunden, 5 Tagesetappen von 5 – 7 Stunden. Optionale Wanderungen von 2 – 4 Stunden.

Überlandfahrten von 1 – 5 Stunden, 1 Ganztagesetappe.

Kombination von spannendem Trekking und abwechslungsreicher Reise mit dem Fahrzeug in einige der entlegensten Regionen von Ladakh. Der Herbst gilt als «schönste» Reisezeit in Ladakh und es hat generell nur noch wenige Touristen. Besuch im bis anhin verbotenen Hanle an der Grenze zu Tibet.

### Im Preis inbegriffen

- Flüge Zürich–Delhi–Zürich in Economy-Klasse, je nach Verfügbarkeit mit dem Direktflug von Swiss Airlines
- Flüge Delhi–Leh–Delhi in Economy-Klasse
- Flughafentaxen und Treibstoffzuschlag
- Alle Überlandfahrten und Transfers
- 5 Übernachtungen im Gasthaus im Doppelzimmer in Leh
- 14 Übernachtungen im Zweierzelt während des Trekkings
- 1 Tageszimmer im Hotel in Delhi bei der Rückreise
- Vollpension während der ganzen Reise
- Trinkwasser, Tee, Kaffee während dem Essen (andere Getränke nicht inbegriffen)
- Eintrittsgebühren für Besichtigungen laut Programm
- Spezialbewilligung für Hemis Nationalpark, Tsomoriri, Hanle und Pangong
- Komfortable Schlafzelte, Ess-, Koch- und WC-Zelt, Klapptische und -stühle, Kochutensilien und Geschirr
- Lokale englischsprechende Reiseleitung plus Begleitmannschaft während des Trekkings
- Umfangreiche Notfallapotheke
- Pulsoxymeter zur Sauerstoffmessung im Blut
- Sauerstoff-Flasche
- Wasserfilter von Katadyn
- Extra-Reitpferd für Notfälle

### Im Preis nicht inbegriffen

- Trinkgelder (CHF 120 – 180 pro Person)
- Persönliche Auslagen

- 24h-SOS-Telefon von Himalaya Tours in der Schweiz und unserem lokalen Partner vor Ort
- Visum für Indien (CHF 25, Stand August 2020) plus Einholung
- Erledigen aller Formalitäten für Indien
- Vorbereitungstreffen
- Landkarte von Ladakh
- Platypus-Beutel als Bett- und Getränkeflasche zu gebrauchen
- Heisse Bettflasche in kalten Nächten

## Hinweise

- Das Hauptgepäck wird während des Trekkings transportiert, den Tagesrucksack tragen wir selbst
- Diese Reise wird in Zusammenarbeit mit Himalaya Tours durchgeführt. Es gelten deren Reisebedingungen

**Diese Reise kann an beliebigen Daten als Privatreise ab einer Person organisiert werden. Kontaktieren Sie uns und verlangen Sie eine Offerte. Preis auf Anfrage.**