



AUFS DACH DER WELT

SEHR ABWECHSLUNGSREICHE KULTUR- UND WANDERREISE MIT UMRUNDUNG DES NAM TSO

Diese Kultur- und Wanderreise durch Zentraltibet bietet neben den kulturellen Highlights vor allem schöne Wanderungen durch die phantastische Landschaft Tibets. Wir starten unsere Reise in der ehemals heiligen Stadt Lhasa. In den Klöstern Pabonka und Sera bestaunen wir die zahlreichen Pilger, die anlässlich Buddhas erster Lehrrede gedenken. In Samye besuchen wir nicht nur das älteste Kloster von Tibet, sondern wandern auch hoch zum wenig besuchten Nonnenkloster in Chimphu. Eine spannende Fahrt über 5000 Meter hohe Pässe und vorbei am stahlblauen See Yamdrok Tso bringt uns nach Shigatse, der zweitgrössten Stadt Tibets. Während des zweiten Teils reisen wir durch kaum besuchte Regionen. Wir umrunden mit dem See Nam Tso den grössten Salzsee in Zentraltibet. Diese Region ist so entlegen, dass es keine Unterkünfte gibt und wir deshalb während einer Woche im Zelt übernachten. Schöne Wanderungen bringen uns dem See entlang oder nah zu den hohen Schneegipfeln der Bergkette des Nyenchen Tanglha (7162 Meter). Auf dem Rückweg besuchen wir das entlegene Tal von Reting, das wegen seines Wacholder-Waldes für die Einheimischen als eines der schönsten Täler in Tibet gilt.

REISEDATEN

Fr 15 Jul - Do 04 Aug 2022 (21 Tage) ab 6'290.-

Buchbar

PREISE / ZUSCHLÄGE

Preis pro Person bei 6-10 Personen CHF 6'290.-

Kleingruppe 3-5 Personen CHF 700.-

Kleingruppe 2 Personen CHF 1700.-

Zuschlag Einzelbelegung CHF 980.-¹⁾

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

Reiseprogramm

1. Tag: Flug nach China

Heute starten wir unsere Reise und fliegen ab nach China. Je nach Flugverbindung fliegen wir nach Chengdu, Peking oder eine andere Destination in China. Zu den meisten guten Ausgangsflughäfen nach Tibet gibt es keine Direktflüge ab Zürich, aber geeignete Flugverbindungen mit diversen Airlines mit ein- oder zweimal Umsteigen. Die gesamte Flugzeit beträgt im Bereich von 11 – 15 Stunden.

FACTS & FIGURES

Level 1
Trekkinglevel

22 Tage
Dauer

2-10
Teilnehmer

6'290.-
Preis ab (CHF)



Flugzeit 11 – 15 Std., aufgeteilt in zwei oder drei Teilflüge.

2. Tag: Weiterflug nach Lhasa

Heute Ankunft in China. Wir erledigen die Zollformalitäten und begeben uns zum Weiterflug nach Lhasa, wo wir von unserem lokalen Partner empfangen werden. Bei klarem Wetter ist der Flug von Chengdu nach Lhasa ein ausserordentlich schöner Flug über die wenig bekannte Bergwelt von Osttibet. Im Gongkar-Flughafen empfängt uns unser lokaler Führer. Zusammen fahren wir in die 1 ½ Stunden entfernte Hauptstadt von Tibet, nach Lhasa. Heute ist Lhasa eine Stadt der Kontraste, wo die Moderne auf das alte Tibet trifft. Breite Strassen, elektrische Beleuchtung und westlich ausgestattete Supermärkte erwarten uns. Doch in der Altstadt findet man noch das «alte Tibet». Wir machen einen Spaziergang durch den Barkhor, dem alten Teil von Lhasa. Hier treffen sich verschiedene Volksgruppen in ihren Landestrachten – Khampas aus Osttibet mit ihren roten Bändern im Haar, Tibeterfrauen mit wertvollem Türkisschmuck und das Haar zu 108 Zöpfchen geflochten sowie wildaussehende Nomaden aus Westtibet. Der Barkhor war schon früher das Zentrum von Lhasa und auch heute noch spielt sich hier ein wichtiger Teil des tibetischen Lebens ab. Hinweis: Je nach Flugverbindung und Ankunftszeit übernachten wir eventuell im Flachland in China und fliegen erst am nächsten Tag nach Lhasa.

Übernachtung im Hotel in Lhasa (3680 Meter).

Flugzeit 2 – 4 ½ Std. Fahrzeit 1 Std. (F,M,A)

3. Tag: Mächtiger Potala-Palast

Für eine gute Akklimatisation gehen wir den Tag geruhsam an. Nach einem gemütlichen Frühstück besuchen wir den Wintersitz, den Potala-Palast. Wer zum ersten Mal den Potala erblickt, ist überwältigt von der Mächtigkeit der Anlage mit den vielen grossen und kleinen Gebäuden. Über 1000 Zimmer, 10000 Kapellen, ineinander verschachtelte Hallen, Wohnräume und 20000 Statuen soll der Gebäude-Komplex enthalten. Der Potala gilt als architektonische Meisterleistung. Das verwendete Holz wurde aus dem fernen Osttibet transportiert und ohne einen einzigen Nagel verarbeitet. Hier lebten 250 Mönche, die für die Rituale verantwortlich waren. Im Ostteil waren die Schulen und Regierungsämter untergebracht. Der Potala ist heute eine der touristischen Hauptattraktionen und gehört zu jedem Lhasa-Besuch dazu. Um dieses wichtige Gebäude zu schützen, sind nur bestimmte Teile des Palastes zu einer festgelegten Besuchsdauer für Besucher zugänglich. Unser Zeitfenster wird uns vor Ort mitgeteilt. Wenig touristisch ist nach wie vor der traditionelle Rundgang um den Potala-Palast herum. Wir laufen zusammen mit buddhistischen Pilgern einen Teil dieses Weges und werden beeindruckt sein ob der tiefen Religiosität der Pilger. Am Nachmittag besichtigen wir den Norbulingka. Dies war während der Sommermonate der Wohnsitz der verschiedenen Dalai Lamas. Es ist eine grosszügige Parkanlage mit vielen Bäumen, Gärten und Teichen. Verstreut stehen verschiedene Tempel der ehemaligen Oberhäupter von Tibet.

Übernachtung im Hotel in Lhasa (3680 Meter).

Fahrzeit 1 Std. Bummel durch die Stadt 1 Std. (F,M,A)

4. Tag: Wichtigstes Heiligtum und altes Handwerk

Jeder gläubige Tibeter möchte mindestens einmal in seinem Leben eine Pilgerfahrt zum Jokhang in Lhasa machen. Dies ist der wichtigste buddhistische Tempel in Tibet und soll im 7. Jahrhundert erbaut worden sein. Das Ziel der Pilger ist die Statue des Jowo Shakyamuni, welche die chinesische Prinzessin Wengcheng als Hochzeitsgeschenk für ihre Heirat mit dem tibetischen König Songtsen Gampo aus dem fernen China mitgebracht haben soll. Wir reißen uns in den Strom der lokalen Pilger ein, welche aus ganz Tibet hierhin gereist sind, um diese Statue zu sehen, berühren zu können und hier Opfergaben abzulegen. Anschliessend machen wir einen spannenden Bummel durch die Altstadt von Lhasa. Dabei entdecken wir nicht nur unbekannte Ecken, sondern besuchen auch Handwerksstätten, wo altes traditionelles Handwerk gelehrt und ausgeübt wird. Den Rest des Tages haben wir zur freien Verfügung. So haben wir Zeit, um selbst durch die kleinen Gassen zu flanieren und in den unzähligen Geschäften zu stöbern.

Übernachtung im Hotel in Lhasa (3680 Meter).

Bummel durch die Stadt 1 – 2 Std. (F,M,A)

5. Tag: Buddha's erste buddhistische Lehre

Nach den Tagen der Akklimatisation machen wir heute unsere erste längere Wanderung. Heute feiern tausende Pilger und Einheimische in den Klöstern von Pabonka und Sera die erste buddhistische Lehre von Buddha Shakyamuni im indischen Sarnath bei Varanasi. Am Morgen fahren wir nach Pabonka, wo die Pilger auf einer grossen Kora den Pabonka-Tempel umrunden. Dieser kaum bekannte Ort beherbergt einige der ältesten Bauwerke in der Umgebung von Lhasa. Von hier führt uns eine schöne Wanderung auf einem Panoramaweg dem Berghang entlang. Am Nachmittag erreichen wir Sera. Dies war früher neben Ganden und Drepung eine der drei grossen Klosteruniversitäten in Tibet. Über 6000 Mönche lebten hier zur Blütezeit. Auch heute noch ist dies ein wichtiger Ausbildungsplatz. Spannend ist das «Debattieren» der Mönche am Nachmittag im Debattierhof. Ein stehender Mönch stellt Fragen und ein sitzender Mönch liefert die Antworten dazu. Damit wird geprüft, ob der Mönch die auswendig gelernten Texte auch wirklich verstanden hat. Aufgabe von beiden Mönchen ist es, die andere Seite in Widersprüche zu verwickeln und so die Debatte zu «gewinnen». Dies wird unterstützt mit lautem Klatschen der Hände und Stampfen der Füsse. Auch hier werden wir zahlreiche Pilger und ihre Familien antreffen, die auf die Hügel rund um das Kloster klettern und Buddha ehren.

Übernachtung im Hotel in Lhasa (3680 Meter).

Fahrzeit 1 Std. Wanderung 3 – 4 Std. (F,M,A)

6. Tag: Mandala-Kloster Samye

Das Kloster Samye wurde um 770 vom Tantriker Padmasambhava gegründet. Die als Mandala angelegte Anlage ist von grosser Originalität und

entspricht den buddhistischen Vorstellungen vom Universum. Die besten Handwerker aus Nepal, Indien, Tibet und China erbauten das Kloster nach einem geometrischen Plan. Der Haupttempel im Zentrum steht für den mythischen Berg Meru. In Samye treffen wir heute noch auf die tantrisch-buddhistische Lehre des grossen Padmasambhava. Vielleicht haben wir Glück und können an einer Gebetszeremonie im Kloster teilnehmen. Heute sehen wir, wie gut wir uns bereits an die Höhenlage hier akklimatisiert haben. Es geht nun zum ersten Mal «richtig in die Höhe». Wir besuchen oberhalb von Samye die 108 (die heilige tibetische Zahl) Meditationshöhlen von Chimphu. Diese waren für viele Jahrhunderte wichtige Meditationsorte für die grossen Tantriker und berühmten Heiligen von Tibet. Wer sich bereits gut akklimatisiert hat, kann hier eine 3- bis 4-stündige Wanderung auf einen 4300 Meter hochgelegenen Aussichtspunkt machen.

Übernachtung im Gasthaus in Samye (3630 Meter).

Fahrzeit 2 Std. Wanderung 3 – 4 Std. (F,M,A)

7. Tag: Hoher Pass, blauer See und Eisgipfel

Heute starten wir unsere Reise Richtung Westen. Vom 4800 Meter hohen Kampa La geniessen wir die schöne Aussicht über den Yamdrok Tso. Wegen seiner Form wird dieser See auch «Skorpion-See» genannt. Auf einer Höhe von über 4400 Metern gelegen beträgt die Ausdehnung von Ost nach West 140 Kilometer und von Süd nach Nord 70 Kilometer. Ein Stück des Weges führt uns dem See entlang und anschliessend über den fast 5000 Meter hohen Strassenpass Karo La. Hier oben geht häufig ein eisiger Wind. Das hat sicherlich auch mit der Nähe des 7191 Meter hohen Eisgipfels Nojin Gangsang Ri zu tun. Bei schönem Wetter haben wir einen phantastischen Blick auf diesen steilen und imposanten Eisgipfel. Über weite Hochplateaus und durch imposante Täler fahren wir weiter ins grüne Gyantse.

Übernachtung im Hotel in Gyantse (3900 Meter).

Fahrzeit 6 Std. Wanderung 1 Std. (F,M,A)

8. Tag: Shigatse – zweitgrösste Stadt in Tibet

Nach dem Frühstück besuchen wir den einmaligen Kumbum Chörten. Dieser 35 Meter hohe Chörten hat neun Stockwerke und 108 Eingänge. Drinnen sind neben Statuen auch alte Wandmalereien. Dieser Chörten ist eines der aussergewöhnlichsten und auch fotogensten Bauwerke im tibetischen Raum und es macht Spass, die vielen kleinen Räume und Gänge zu entdecken. Durch eine grüne Landschaft mit Feldern und Wiesen fahren wir Richtung Shigatse. Diese Region ist eine der fruchtbarsten in Tibet und alles dreht sich hier um die Landwirtschaft. In Shigatse hat der Panchen Lama traditionell seinen Wohnsitz. Diese Reinkarnationslinie stand früher vielfach im Gegensatz zur Linie der Dalai Lamas. Der Panchen Lama gilt als zweithöchste Reinkarnation der Gelbmützen. Sein Kloster Tashilhunpo gilt heute als eines der aktivsten Klöster in ganz Tibet. Wir besichtigen die mächtige Klosteranlage Tashilhunpo und wer Lust hat, kann gemeinsam mit den Pilgern auch die traditionelle Kora umwandern. Am Ende der Kora erreichen wir das imposante Fort von Shigatse.

Übernachtung im Hotel in Shigatse (3840 Meter).

Fahrzeit 2 Std. Bummel durch den Ort 1-2 Std. (F,M,A)

9. Tag: Kunsthistorisches Kloster in Sakya

Zeitig am Morgen starten wir unsere Fahrt nach Sakya. Hier steht eines der eigentümlichsten Klöster im ganzen Himalaya. Umgeben von einer mächtigen Mauer gilt dieses wenig besuchte Kloster als eines der kunsthistorisch wertvollsten im ganzen Himalaya. Dies war der Sitz der buddhistischen Richtung der Sakyapa, welche im 13. und 14. Jahrhundert die Herrschaft über Tibet ausübten. Bevor wir nach Shigatse zurückfahren, können wir - falls wir Lust haben - das Dorf zu Fuss erkundigen.

Übernachtung im Hotel in Shigatse (3840 Meter).

Fahrzeit 5-6 Std., Bummel durch den Ort 1-2 Std. (F,M,A)

10. Tag: Bön – alte schamanistische Religion Tibets

Wir folgen mit unserem Fahrzeug dem grossen Tal des Yarlung Tsangpo. Unterwegs machen wir einen Abstecher zum Kloster Yungdrungling. Auf den ersten Blick sieht dieses aus wie ein «normales» buddhistisches Kloster. Dieses Kloster gehört aber zu den Bön. Dies ist die alte vorbuddhistische Religion, welche früher in vielen Regionen Tibets verbreitet war. Diese alte Religion hatte wichtige schamanistische Elemente. Auch heute noch gibt es in einigen Regionen Anhänger des Bön. Anschliessend fahren wir über den 4890 Meter hohen Dongu La Pass und werden am Shugu La Pass ein weiteres Mal die 5000 Meter-Grenze überschreiten. Unser Ziel ist ein Lagerplatz auf einer Höhe von 4800 Metern, welcher oftmals von Nomaden benützt wird. Ab hier werden wir während der nächsten Woche im Zeltcamp übernachten. Wir werden von einer kleinen, lokalen Crew begleitet.

Übernachtung im Zelt in Jomo Kang Gar Snow Mountains (4800 Meter).

Fahrzeit 4 Std. Wanderung 2 Std. (F,M,A)

11. Tag: Zum Gletscher des Jomo Kang Gar

Heute fahren wir weiter bis in die Region des stahlblauen Sees Nam Tso. Dies ist der grösste Salzsee in Zentraltibet mit einer Fläche von über 1900 km². Für die Tibeter ist dies einer der heiligsten Seen in Tibet. Dies sehen wir an den vielen Klöstern, Meditationshöhlen und heiligen Orten auf der Halbinsel von Tashi Do. Wir besuchen diese (heute leider sehr touristische) Halbinsel und wandern auf der rituellen Kora um diese Halbinsel herum. Am Schluss besteigen wir den Hügel und geniessen von oben eine unvergleichliche Aussicht über diesen paradiesisch schönen See. Wenn wir Glück haben, dann sehen wir am See Gänse, die vom tibetischen Hochland in tiefergelegene Gebiete weiterziehen.

Übernachtung im Zelt in Jomo Kang Gar Snow Mountains (4800 Meter).

12. Tag: Grösster Salzsee in Zentraltibet

Heute fahren wir weiter bis in die Region des stahlblauen Sees Nam Tso. Dies ist der grösste Salzsee in Zentraltibet mit einer Fläche von über 1900 km². Für die Tibeter ist dies einer der heiligsten Seen in Tibet. Dies sehen wir an den vielen Klöstern, Meditationshöhlen und heiligen Orten auf der Halbinsel von Tashi Do. Wir besuchen diese (heute leider sehr touristische) Halbinsel und wandern auf der rituellen Kora um diese Halbinsel herum. Am Schluss besteigen wir den Hügel und geniessen von oben eine unvergleichliche Aussicht über diesen paradiesisch schönen See. Wenn wir Glück haben, dann sehen wir am See Gänse, die vom tibetischen Hochland in tiefergelegene Gebiete weiterziehen.

Übernachtung im Zelt in der Region des Nam Tso (4700 Meter).

Fahrzeit 2 – 3 Std. Wanderung 1 – 2 Std. (F,M,A)

13. Tag: Rund um den blauen See Nam Tso

Heute starten wir unsere Umrundung des blauen Sees Nam Tso. So populär Tashi Do ist (speziell bei tibetischen und chinesischen Touristen) so einsam und wenig besucht sind die anderen Orte am Nam Tso. Auch für die tibetischen Guides sind dies noch «weisse Flecken» auf der Landkarte und so haben wir im Herbst 2016 eine Delegation unserer lokalen Mannschaft gesandt, welche während vielen Tagen in dieser Region unterwegs war auf der Suche nach spannenden Orten... Und alle sind begeistert zurückgekommen. Mit dem Auto fahren wir auf der Südseite des Sees nach Gorchung. Hier steht ein Kloster und nicht weit davon ist ein beliebter Lagerplatz tibetischer Nomaden. Ein Besuch bei diesen ursprünglich lebenden Nomaden ist spannend und gibt uns einen tiefen Einblick in das oftmals harte Leben. Das klassische Nomadentum ist vom Aussterben bedroht, die rasante Entwicklung und auch politische Bestrebungen führen dazu, dass immer mehr Nomaden ihr Leben aufgeben und irgendwo sesshaft werden. Wer Lust hat, kann heute eine Wanderung machen ins Basislager des über 6000 Meter hohen Schneegipfel des Gurchen. In einer grossen Runde laufen wir während dieser Wanderung um den schönen Berg Amitsegu, überqueren dabei einen kleinen Pass und haben phantastische Ausblicke auf den See Nam Tso und auf die Bergkette des Nyenchen Tanglha.

Übernachtung im Zelt in Gorchung am Nam Tso (4700 Meter).

Fahrzeit 4 Std. Wanderung 2 – 3 Std. (F,M,A)

14. Tag: Aufbruch ins Basislager des 6000 Meter hohen Gurchen

Wer Lust hat, kann heute eine Wanderung machen ins Basislager des über 6000 Meter hohen Schneegipfel des Gurchen. In einer grossen Runde laufen wir während dieser Wanderung um den schönen Berg Amitsegu, überqueren dabei einen kleinen Pass und haben phantastische Ausblicke auf den See Nam Tso und auf die Bergkette des Nyenchen Tanglha.

Übernachtung im Zelt in Gorchung am Nam Tso (4700 Meter).

Wanderung 4 – 5 Std. (F,M,A)

15. Tag: Über weite Hochebenen

Unser Weiterweg führt uns über weite Hochebenen zum kleinen Kloster Dokya. Von diesem Kloster am Seeufer des Nam Tso haben wir einen einmalig schönen Blick über den See und die verschneiten Berge des Nyenchen Tanglha. Vorbei an Nomadenlagern fahren wir durch eine wunderschöne Landschaft und erreichen am Nachmittag unseren Lagerplatz am See. Hier bietet sich eine 1 bis 2-stündige Wanderung dem See entlang an, wo wir das Bergpanorama auf der gegenüberliegenden Seeseite immer vor Augen haben.

Übernachtung im Zelt am Nam Tso (4700 Meter).

Fahrzeit 5 – 6 Std. Optionale Wanderung 1 – 2 Std. (F,M,A)

16. Tag: Über den Kong La (5240 Meter) nach Reting

Wir schliessen unsere Umrundung des einmalig schönen Sees Nam Tso ab. Diese Tage und den Anblick des Sees werden wir wohl nie mehr vergessen. Unsere Weiterfahrt bringt uns über den 5240 Meter hohen Strassenpass nach Damshung. Auf einer wenig befahrenen Strasse fahren wir ins entlegene Kloster Reting. Nach den Tagen auf dem kargen Hochplateau geniessen wir das Grün der Wälder. In Reting steht einer der grössten verbliebenen Wacholderbaumwälder Tibets. Je nachdem übernachteten wir hier in einem einfachen Gasthaus oder im eigenen Zeltcamp.

Übernachtung im Gasthaus oder im eigenen Zeltcamp in Reting (4200 Meter).

Fahrzeit 7 – 8 Std. (F,M,A)

17. Tag: Gemütlicher Tag in Reting

Wir bleiben einen weiteren Tag in diesem schönen Tal und verbringen hier einen gemütlichen Tag. Es bietet sich eine Wanderung durch die schönen Wälder bis zum Nonnenkloster Samtenling an. 150 Nonnen sollen hier wohnen. In einem Stein hat es neben einem menschlichen Fussabdruck auch noch einen Fussabdruck eines Pferdes. Dieses soll gemäss Legende dem Reitpferd der mächtigen Schutzgöttin Palden Lhamo gehören. Wir verbringen einen schönen Tag in diesem entlegenen Tal.

Übernachtung im Gasthaus oder im eigenen Zeltcamp in Reting (4200 Meter).

Wanderung 2 – 3 Std. (F,M,A)

18. Tag: Ins schöne Tal von Lhundrub

Heute verlassen wir diese schöne Gegend und fahren über den Strassenpass Chak La weiter ins wenig besuchte Tal von Lhundrub. Hier gibt es drei interessante Klöster zu besuchen. Das Kloster Nalanda wurde 1435 von Lama Rongtomba gegründet. In der Haupthalle befindet sich eine Glasvitrine mit der Skulptur von Rongtomba. Rund 200 Mönche leben in diesem Kloster-Komplex. Anschliessend wandern wir durch das schöne Tal von Lhundrub nach Langthang. Von hier weg fahren wir nach Lhasa, wo sich unser Kreis schliesst.

Übernachtung im Hotel in Lhasa (3680 Meter).

Fahrzeit 4 Std. Wanderung 1 ½ Std. (F,M,A)

19. Tag: Phantastisches Ganden

Unser heutiges Ziel ist Ganden, das auf einer Höhe von 4300 Metern liegt. Dieses wichtige Kloster passt sich wie ein Amphitheater in die gebirgige Umgebung ein und bietet einen phantastischen Blick über das Tal. Das Kloster wurde von Tsongkhapa, dem Gründer des Gelbmützen-Ordens (Gelugpa) im Jahr 1409 gegründet. Wir umrunden das Kloster auf der traditionellen äusseren Kora und haben auch noch gut Zeit für eine ausführliche Besichtigung dieser grossen Klosteranlage mit den heute über 50 Gebäuden. Die teils noch sichtbaren Ruinen lassen die einstige Grösse erahnen, als hier über 200 Gebäude standen und mehr als 3000 Mönche lebten. Nach dem Klosterbesuch wandern wir auf einem leicht aufwärts führenden Weg bis wir einen kleinen Sattel auf 4500 Metern Höhe erreichen. Von hier weg geniessen wir einen schönen Ausblick über das Kiychu-Tal bis nach Lhasa. Unser Weiterweg bringt uns ins kleine Dorf Hebu und anschliessend mit dem Fahrzeug zurück nach Lhasa.

Übernachtung im Hotel in Lhasa (3680 Meter).

Fahrzeit 2 Std. Wanderung 4 – 5 Std. (F,M,A)

20. Tag: Höhlen von Drak Yerpa

Heute verlassen wir Lhasa bereits wieder und fahren Richtung Osten. Auf dem knapp 4000 Meter hohen Pass Ngachen La staunen wir ob der vielen Gebetsfahnen, welche die Strasse überspannen. So viele farbige Gebetsfahnen haben wir wahrscheinlich noch nie gesehen. Wir fahren ein Seitental hoch nach Drak Yerpa. Diese uralten Höhlen sind kaum bekannt, aber sind seit vielen Jahrhunderten wichtige Meditationsorte. Viele der grossen tibetischen Meister, haben hier eine gewisse Zeit in der Meditation verbracht.

Übernachtung im Hotel in Lhasa (3680 Meter).

Fahrzeit 2 Std. Wanderung 2 – 3 Std. (F,M,A)

21. Tag: Letzter Tag in Tibet und Start der Heimreise

Je nach Abflugzeit haben wir den heutigen Morgen noch zur freien Verfügung in Lhasa. Anschliessend fahren wir zum Gongkar-Flughafen und starten unsere Heimreise. Wir fliegen ins chinesische Flachland, von wo wir den Rückflug nach Europa antreten. Hinweis: Je nach Flugverbindung steigen wir nur um in China und fliegen direkt weiter oder wir übernachten *und starten den Heimflug erst am folgenden Tag.*

Flugzeit 2 ½ Std. Fahrzeit 1 Std. (F,M,A)

22. Tag: Zurück in die Schweiz

Mit vielen Eindrücken und Erlebnissen im Gepäck fliegen wir zurück in die Schweiz.

Flugzeit 11 – 15 Std., aufgeteilt in zwei oder drei Teilflüge.

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

Programm- und Preisänderungen vorbehalten

Rundreise mit vielen schönen Wanderungen durch die phantastische Landschaft Tibets. Farbenprächtiges Klosterfest in Tashilunpo und Umrundung des grössten Salzsees von Tibet. «Die» Reise für alle, welche gerne wandern, aber kein Trekking machen wollen. Einfache Reise mit vielen Tageswanderungen von 1 – 6 Stunden in Höhen bis maximal 5250 Meter. Alle Wanderungen sind fakultativ und können auch ausgelassen werden. Die Wanderungen sind einfach bis mittelschwer (analog rot-weiss markierten Bergwegen), bei schlechter Witterung kann es auch rutschig sein, gute Wanderschuhe werden empfohlen. Überlandfahrten von 1 – 4 Stunden, 4 Ganztagesetappen.

Tibet gehört zu China und ist eine politisch sensitive Region. Der Besuch von Zentral- und Westtibet erfordert neben einem Chinavisum etliche Spezialbewilligungen und Permits. Das komplizierte Einholen all dieser Permits wird von uns erledigt. Dies braucht eine gewisse Zeit und allzu kurzfristige Buchungen (weniger als 4 Wochen) sind aus diesem Grund nicht möglich.

Im Preis inbegriffen

- Flüge Zürich-Lhasa (drei bis vier Teilflüge) retour in Economy-Klasse

Im Preis nicht inbegriffen

- Trinkgelder (CHF 120 – 180)
- Persönliche Auslagen

- Flughafentaxen und Treibstoffzuschlag
- Alle Überlandfahrten und Transfers
- 13 Übernachtungen im Hotel/Gasthaus im Doppelzimmer, 6 Übernachtungen im Doppelzelt
- Vollpension während der ganzen Reise
- Trinkwasser, Tee, Kaffee während dem Essen (andere Getränke nicht inbegriffen)
- Eintrittsgebühren für Besichtigungen laut Programm
- Spezialbewilligungen und Permits
- Schlafzelte, Ess-, Koch- und WC-Zelt, Klapptische und -stühle, Kochutensilien und Geschirr
- Lokale englischsprechende Reiseleitung plus Begleitmannschaft während der Zeltübernachtungen
- Umfangreiche Notfallapotheke
- Pulsoxymeter zur Sauerstoffmessung im Blut
- Sauerstoff-Flasche
- Wasserfilter von Katadyn
- Visum für China (CHF 189, Stand August 2020) plus Einholung
- Erledigen aller Formalitäten für China und Tibet
- Vorbereitungstreffen
- Landkarte von Tibet
- 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.