

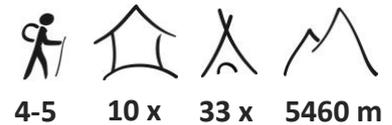
# HIMALAYA TOURS



## Lange Traverse durch Bhutan

mit lokaler englischsprachender Reiseleitung

Einmaliges und sehr anspruchsvolles Trekking quer durch Bhutan



**21. September – 4. November 2024**



### Ideale Reisezeit



### Höhepunkte

- **5-wöchiges, anspruchsvolles Pioniertrekking durch die schönsten Regionen Bhutans**
- **Einsame Route durch eine phantastische Bergwelt**
- **Zu Fuss vom Westen in den Osten Bhutans**
- **Der spannendste Abschnitt des Great Himalaya Trail in Bhutan**
- **Vorbei an kleinen Dörfern und mächtigen Dzongs**

Diese Trekkingtour ist einmalig und kann so nur dank des grossen Know-How von Himalaya Tours durchgeführt werden. Während fünf Wochen laufen wir auf dem spannendsten Abschnitt des Great Himalaya Trail. Wir starten unser Trekking im Westen und wandern über 5000 Meter hohe Pässe und vorbei an den spektakulärsten Schnee- und Eisgipfeln von Bhutan. In Laya lassen wir uns vom einmaligen Lebensstil der Bevölkerung dieses kleinen Bergdorfes faszinieren. Gut akklimatisiert, machen wir uns auf den anstrengendsten Teil des Trekkings, welcher das Herzstück des bekannten Snowman Trek ist.

Während des Trekkings haben wir immer wieder schöne Ausblicke auf das Massiv den Gangkhar Puensum. Dies ist mit 7541 Metern nicht nur der höchste Berg Bhutans, sondern auch der höchste noch unbestiegene Gipfel der Welt. In Bumthang gönnen wir uns etwas Erholung, bevor wir die letzte Etappe des Trekkings in Angriff nehmen. Auf kaum mehr begangenen Wegen laufen wir über den Pass Rodung La und erreichen nach fast 5 Wochen «on the trek» den Ort Trashi Yangtse im Osten Bhutans. Unglaublich, aber wahr...wir haben fast ganz Bhutan von West nach Ost zu Fuss durchquert. Wir sind nicht durch die schönsten und entlegensten Bergregionen getrekket, sondern haben während der Reise auch einen tiefen Einblick ins Leben und in die Kultur von Bhutan erhalten.



## Inhalt

---

Reiseroute und Höhenprofil .....	3
Reiseprogramm .....	5
Reiseleitung, Anforderungen, Unterkünfte und Mahlzeiten .....	16
Ausrüstung und Sicherheitsausrüstung .....	16
Klima und Wetter .....	18
Inbegriffene und nicht inbegriffene Leistungen .....	19
Gruppengrösse und Kosten .....	20

---

## Weitere Infos

Weitere Infos zur Reise finden Sie in den separaten Reiseinfos und Destinationshinweisen. Zusätzlich geben wir Ihnen Merkblätter ab zu Ausrüstung, Medizinischem und weiterem mehr.

# HIMALAYA TOURS



## Reiseroute und Höhenprofil

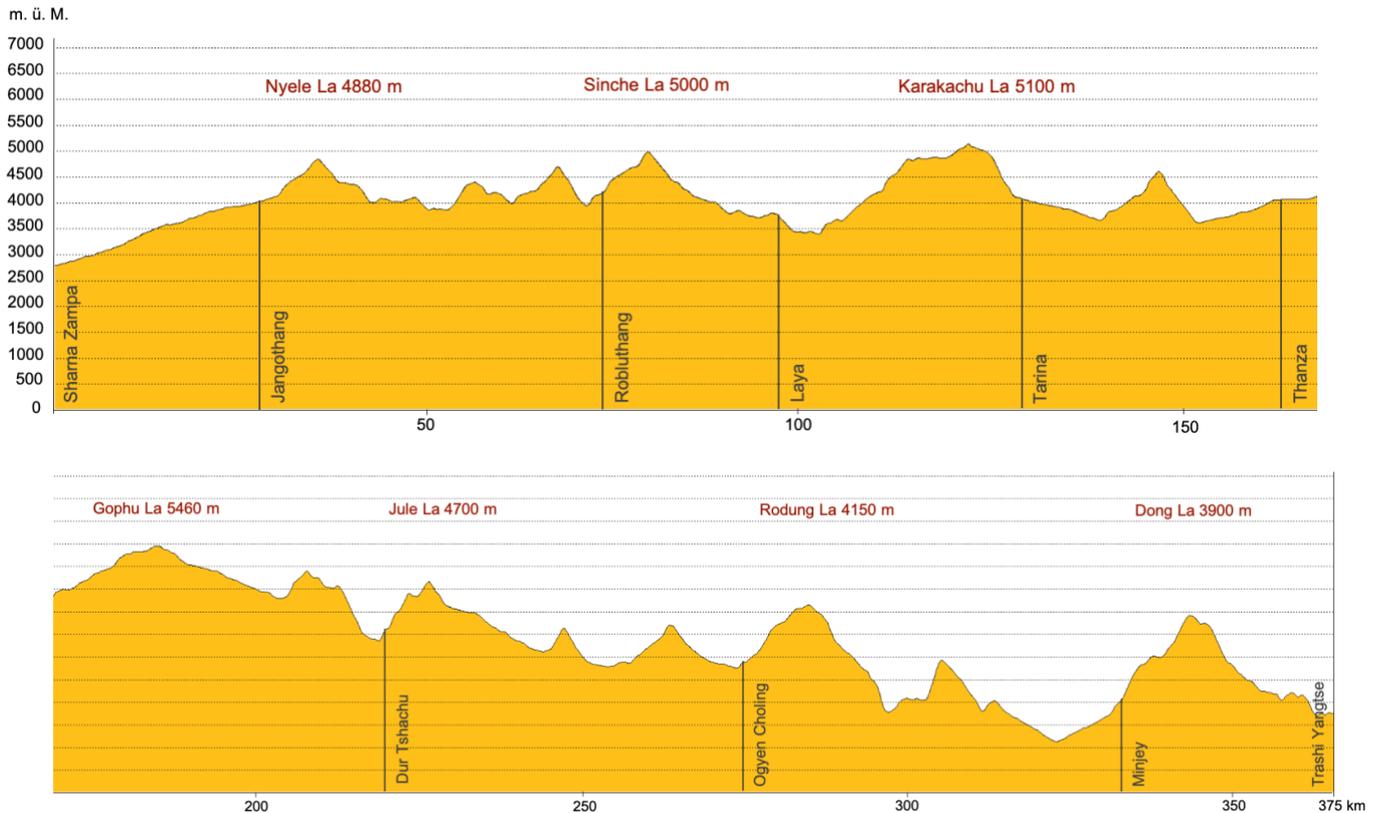
### Reiseroute



# HIMALAYA TOURS



## Höhenprofil



Das Höhenprofil wurde mit 7-facher Überhöhung erstellt, so sind die Höhenunterschiede gut sichtbar. Dadurch erscheinen die Auf- und Abstiege sieben Mal steiler, als sie es in Wirklichkeit sind... also nur halb so wild ;-)

Total Gehdistanz	374.5 km	Tage mit 0 – 400 Höhenmetern Aufstieg	10
Total Höhenmeter Aufstieg	20350 m	Tage mit 401 – 800 Höhenmetern Aufstieg	9
Total Höhenmeter Abstieg	21600 m	Tage mit 801 – 1200 Höhenmetern Aufstieg	12
		Tage mit über 1200 Höhenmetern Aufstieg	keine

Wichtig: Sämtliche Höhenangaben entsprechen der «Normalroute» und wurden satellitengestützt erfasst. In der Praxis ist es oftmals möglich, Alternativrouten zu laufen, zusätzliche Aussichtspunkte zu besteigen oder Zusatzschlaufen anzuhängen. So können die tatsächlich zurückgelegte Distanz und die Höhenunterschiede von diesen Angaben abweichen.



## Reiseprogramm

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

---

### 1. Tag **Flug nach Delhi**

Flug nach Delhi, in die Hauptstadt Indiens. Nach der Ankunft Passkontrolle und Gepäckentgegennahme. Am Ausgang wartet unser lokaler Partner mit einem Schild beschriftet mit Himalaya Tours. Er organisiert den Transfer zum Hotel oder für den Weiterflug.

Falls der Weiterflug nach Bhutan um die Mittagszeit oder später ist, übernachten wir in Delhi in einem Hotel in Flughafennähe. Sollte der Weiterflug nach Bhutan aber bereits am Morgen sein, ist die Zeit für eine Hotelübernachtung zu kurz und wir ruhen uns einige Stunden am Flughafen aus. Die Flugpläne für die Bhutanflüge sind jeweils erst kurzfristig bekannt.

Evtl. Übernachtung im Hotel in Delhi.

Gesamte Flugzeit 8 – 11 Stunden. Dies entweder mit einem Direktflug oder mit zwei Teilflügen mit einmal Umsteigen.

---

### 2. Tag **Weiterflug nach Paro in Bhutan**

Auf einem der schönsten Flüge der Welt geniessen wir bei gutem Wetter die Aussicht auf die schneebedeckten Gipfel des Himalayas. Bei schönem Wetter haben wir eine atemberaubende Sicht auf Everest, Kangchendzönga und andere 8000er-Berggipfel. Auch der Anflug auf den Flughafen von Paro ist spektakulär und fast meint man, die Flügel des Flugzeugs berühren die Berghänge in dem engen Tal von Paro. In diesem kleinen Ort werden wir heute übernachten.

Je nach Flugzeit werden wir noch die eine oder andere Sehenswürdigkeit besuchen. Falls der Flug erst am späteren Nachmittag ankommt, fahren wir ins Hotel und geniessen die Stille in Bhutan nach der Hektik in Delhi.

Übernachtung im Hotel in Paro (2300 Meter). (F,A)

Flugzeit 2 ½ h, Fahrzeit 1 h

---

### 3. Tag **Altes Kloster und grosser Dzong**

Den heutigen Tag starten wir gemütlich. Nach einem ausgiebigen Frühstück fahren wir zum Kyichu Lhakhang. Dieser Tempel wurde im Jahr 659 vom tibetischen König Songtsen Gampo erbaut. Er ist nicht nur einer der ältesten, buddhistischen Tempel in Bhutan, sondern im ganzen Himalaya. Spannend ist auch der mächtige Dzong von Paro und im Nationalmuseum erfahren wir einiges über die Geschichte, Kultur und Natur von Bhutan. Im ungewöhnlichen Tempel Dumtse Lhakhang bestaunen wir die alten Wandmalereien. Am Nachmittag haben wir Zeit durch den hübschen Ort Paro zu schlendern.

Übernachtung im Hotel in Paro (2300 Meter). (F,M,A)

Fahrzeit 1 h, Wanderung kurz

---

### 4. Tag **Wanderung vom höchsten Strassenpass Bhutans zum Nonnenkloster Kila**

Eine spannende Fahrt bringt uns heute auf den höchsten Strassenpass von Bhutan. Die Strassentafel auf dem Pass Chele La gibt eine Höhe von 3988 Metern an. Dies ist wohl eher zu hoch gegriffen, die effektive Höhe



dürfte bei gut 3800 Metern liegen. Für uns ist dies ideal, um uns ans bevorstehende Trekking zu akklimatisieren. Bei schönem Wetter haben wir eine herrliche Aussicht von hier oben und auf dem Grat stehen Hunderte der fotogenen Stangen mit den langen Gebetsfahnen, welche so typisch für Bhutan sind. Eine 1½ bis 2-stündige Wanderung bringt uns durch einen schönen Wald zum Nonnenkloster Kila. Dieses gilt als ältestes Nonnenkloster in Bhutan. Die Gebäude schmiegen sich an den Fuss einer grossen Felswand. Die Frauen freuen sich in der Regel über den seltenen Besuch. Eine ruppige Jeepstrasse wurde vor kurzem fertiggestellt und bringt das entlegene Kloster nun ein Stück näher zum Rest der Welt.

Am Nachmittag besuchen wir die fast unbekannte Dzongdrakha Goemba. Im Stil des berühmten Tigernests «klebt» dieses Kloster an einer steilen Felswand. Hierhin ziehen sich immer wieder Mönche zur Meditation zurück. Die längste dauert 3 Jahre, 3 Monate und 3 Tage. Über einen Feldweg marschieren wir hoch zum Kloster und nach dem Besuch steigen wir einen schmalen, steilen Weg ab, hinab zu den Feldern von Bondey. Hier wird mehrheitlich Reis angebaut. Im Westen Bhutans ist dies vor allem roter Reis.

Übernachtung im Hotel in Paro (2300 Meter). (F,M,A)

Fahrzeit 2 – 2 ½ h, Wanderung 3 – 4 h

---

## 5. Tag **Berühmtes Tigernest**

Heute steht ein absoluter Höhepunkt auf unserem Programm. Das berühmteste Kloster von Bhutan ist das Tigernest-Kloster. Es verdankt seinen Namen dem Besuch von Guru Padmasambhava, dem grössten tantrischen Meister in der Geschichte des tibetischen Buddhismus. Dieser ist im 8. Jahrhundert auf dem Rücken einer Tigerin von Tibet nach Bhutan geflogen und hier gelandet. Das Kloster liegt extrem spektakulär in einer steilen Felswand. Nach dem Frühstück fahren wir zum Parkplatz unterhalb des Klosters. Ab hier führt uns ein zum Teil steiler Weg zu einem kleinen Restaurant. Von hier aus hat man eine atemberaubende Sicht auf das Kloster. Taktshang Goemba ist einer der wichtigsten Pilgerorte in Bhutan.

Wer Lust hat, kann nach dem Besuch des Tigernests auch noch zum kleinen, selten besuchten Kloster Zangto Pelri hochsteigen. Von hier oben haben wir einen sehr spektakulären und unüblichen Blick auf das Tigernest-Kloster.

Am Nachmittag fahren wir nach Drugyel Dzong, dem einstigen Startpunkt des Trekkings. Da inzwischen eine Jeepstrasse hoch nach Sharna Zampa führt, sparen wir uns die erste Etappe auf der Jeepstrasse und fahren direkt nach Sharna Zampa. Hier treffen wir auf unsere Trekkingmannschaft und schlafen das erste Mal im Zelt. Übernachtung im Zelt in Sharna Zampa (3000 m). (F,M,A)

Fahrzeit 2 – 2 ½ h, Wanderung 3 ½ – 4 h

---

## 6. Tag **Schöner Nationalpark**

Ein langer Trekkingtag steht uns bevor. Wir wandern durch schöne Wälder mit Eichen, Tannen, Rhododendren und grossen Farnen. Hier betreten wir den Jigme Dorji National Park. Mit über 4000 km<sup>2</sup> ist dies der grösste Nationalpark in Bhutan. In diesem Nationalpark stehen auch die heiligen Berge Jomolhari, Tserim Kang und Jichu Drake. Neben dem kleinen Panda, Takins und Kragenbären lebt hier auch der seltene Schneeleopard. Die Chance auf eine Sichtung ist allerdings sehr klein. Nach einem anstrengenden Trekkingtag stellen wir unser Zeltlager in Thangthangkha auf.

Hinweis: Entlang der ersten Hälfte der Trekkingroute wurde in den letzten Jahren eine Stromleitung erstellt. Die Einwohner der Dörfer Lingshi, Goyul und Chebisa werden so in Zukunft vom Fortschritt der Elektrizität profitieren.

Übernachtung im Zelt in Thangthangkha (3600 m). (F,M,A)

Trekking 7 – 8 h, Aufstieg 650 m, Abstieg 50 m, Gehdistanz 16 km



## 7. Tag Heiliger Berg Jomolhari

Heute Morgen haben wir bei guter Sicht von unseren Zelten aus einen schönen Blick auf den Jomolhari. Dieser über 7300 Meter hohe Himalaya-Riese ist einer der heiligsten Berge für die Bhutanesen und auch einer der schönsten in Bhutan. Hier soll die Göttin Jomo wohnen, welche eine der fünf Tseringchenga-Schwwestern ist. Diese kraftvolle Schutzgottheit wird in vielen Regionen im Himalaya verehrt.

Wir begegnen auf unserem Weg immer wieder Yak-Herden. Diese grossen Tiere sind bestens angepasst an das raue Klima und die grossen Höhen. Immer weiter steigen wir bis zu unserem Lagerplatz in Jangothang. Der Name Jangothang bedeutet «Land der Ruinen» und tatsächlich steht in der Umgebung eine alte Ruine, um die sich alte Legenden ranken. An diesem schönen Ort werden wir übernachten.

Übernachtung im Zelt in Jangothang (4100 m). (F,M,A)

Trekking 5 – 6 h, Aufstieg 500 m, Abstieg 0 m, Gehdistanz 12.5 km

---

## 8. Tag Ruhetag in prachtvoller Bergwelt

Wir sind hier bereits auf einer Höhe von über 4000 Metern. Für eine gute Akklimatisation legen wir einen Ruhetag ein. Wir können uns im Lager entspannen und die grandiose Bergwelt geniessen.

Es gibt aber auch die Möglichkeit, zu einsamen Bergseen zu wandern oder einen hochgelegenen Aussichtspunkt zu besteigen. Diese Wanderungen dauern zwischen 3 und 6 Stunden. Wir entscheiden uns nach Lust und Laune und vor allem nach unserem Wohlbefinden für eine der vielen Möglichkeiten, aber langweilig wird uns hier bestimmt nicht.

Übernachtung im Zelt in Jangothang (4100 m). (F,M,A)

Optionale Wanderung von 3 – 6 h

---

## 9. Tag Über den ersten hohen Pass

Ein längerer Aufstieg bringt uns dem Himmel immer näher. Vielleicht haben wir Glück und sehen Murmeltiere oder Blauschafe an den Berghängen. Beim Hochsteigen spüren wir die «dünne Luft» und laufen in gemütlichem Schritt. Auf dem fast 4900 Meter hohen Pass Nyele La flattern bunte Gebetsfahnen im Wind. Die aufgedruckten Gebete trägt der Wind zu den Göttern, welche hier auf den Himalaya-Gipfeln wohnen. Wir geniessen die schöne Aussicht von oben zu den 7000ern Jomolhari, Jichu Drake und Tserim Kang. Danach machen wir uns auf den Weiterweg nach Lingshi. Hier steht ein Dzong, von welchem aus früher die Handelsrouten von Indien durch Bhutan und weiter nach Tibet kontrolliert wurden.

Übernachtung im Zelt in Lingshi (4000 m). (F,M,A)

Trekking 6 – 7 h, Aufstieg 850 m, Abstieg 950 m, Gehdistanz 16 km

---

## 10. Tag Vorbei an kleinen Dörfern

Wir kommen heute an den kleinen Dörfern Lingshi und Goyul vorbei. Diese Dörfer liegen am Fuss einer imposanten Felswand. Die Steinhäuser stehen hier dicht zusammen. Dies ist eher ungewöhnlich für bhutanesischen Dörfern, denn vielfach liegen die Häuser recht verstreut. In dieser Region gibt es viele Pflanzen, welche in der tibetischen Medizin gebraucht werden. Wir übernachten heute beim Dorf Chebisa. Hinter dem Dorf gibt es einen schönen Wasserfall. Wir haben genügend Zeit, um das Dorf zu besuchen und das Dorfleben zu beobachten.

Übernachtung im Zelt in Chebisa (3900 m). (F,M,A)

Trekking 5 – 6 h, Aufstieg 200 m, Abstieg 300 m, Gehdistanz 8.5 km



## 11. Tag **Blauschafe und Bartgeier**

In dieser Region leben grosse Herden wilder Blauschafe. Auch sieht man hier oft Bartgeier oder andere Greifvögel am Himmel ihre Kreise ziehen. Es lohnt sich also, die Augen offenzuhalten und immer wieder die Berghänge und den Himmel über uns abzusuchen. Über den 4400 Meter hohen Gobu La steigen wir ins nächste Tal und weiter geht es nach Somuthang.

Übernachtung im Zelt in Somuthang (4200 m). (F,M,A)

Trekking 6 – 7 h, Aufstieg 750 m, Abstieg 450 m, Gehdistanz 11 km

---

## 12. Tag **«Great Tiger Mountain»**

Mittlerweile sind wir gut akklimatisiert und steigen innerhalb von zwei Stunden auf unseren nächsten Pass, den 4750 Meter hohen Jhari La. Am Wegrand sieht man je nach Jahreszeit Edelweiss blühen und von der Passhöhe erblicken wir den Sinche La. Diesen über 5000 Meter hohen Pass werden wir am nächsten Tag überqueren. Nördlich sehen wir den beeindruckenden Schneegipfel des Gangchhenta, welcher als «Great Tiger Mountain» bekannt ist. Diesen Berg werden wir während der nächsten Tage immer wieder sehen. Wir steigen ab nach Tsheri Jathang. In dieses Tal kommen während der Sommermonate grosse Herden von Takins, die während einiger Monate hierbleiben. Das Tal wurde zu einem Schutzgebiet für diese Tiere erklärt. Das Takin ähnelt einem wilden Rind, gehört aber zur Gruppe der Ziegenartigen und ist das Nationaltier von Bhutan.

Übernachtung im Zelt in Robluthang (4150 m). (F,M,A)

Trekking 6 – 7 h, Aufstieg 700 m, Abstieg 750 m, Gehdistanz 9 km

---

## 13. Tag **Über den 5000 Meter hohen Sinche La**

Heute steht uns noch einmal ein anstrengender Tag bevor. Wir steigen Serpentina hoch bis auf eine Höhe von knapp 4400 Metern. Hier kommen wir in ein grosses Gletschertal und sehen bereits den Pass. Es ist ein langer Aufstieg, bis wir endlich auf dem Sinche La oben stehen. Hier sind wir zum ersten und einzigen Mal auf dieser Tour auf einer Höhe von 5000 Metern. Von hier oben haben wir noch einmal einen phantastischen Blick auf den «Tiger Mountain». Der Abstieg vom Pass führt über steinigtes Gelände und ist in einigen Passagen steil. Vorbei an Flüssen, Wasserfällen und Gletschern wandern wir zu unserem heutigen Camp in Limithang.

Übernachtung im Zelt in Limithang (4150 m). (F,M,A)

Trekking 6 – 7 h, Aufstieg 850 m, Abstieg 850 m, Gehdistanz 13.5 km

---

## 14. Tag **Auf Schmugglerwegen**

Durch ein unbewohntes Tal steigen wir ab. Vielleicht begegnen wir unterwegs Schmugglern, welche aus Tibet chinesische Waren nach Bhutan schmuggeln wie Thermosflaschen, Zigaretten, Kleider, Decken oder Radios.

Für uns ist es nach den letzten, strengen Etappen wieder ein gemütlicheres Gehen. Nach 4 bis 5 Stunden erreichen wir das Dorf Laya, wo wir während den nächsten zwei Nächten bleiben werden.

Übernachtung im Zelt in Laya (3850 m). (F,M,A)

Trekking 4 – 5 h, Aufstieg 150 m, Abstieg 450 m, Gehdistanz 10.5 km

---

## 15. Tag **Dorfleben in Laya**

Den heutigen Tag verbringen wir in Laya, um einen Einblick ins Leben der Bewohner zu bekommen. Die Laya bilden eine eigene Volksgruppe, mit eigenem Dialekt, eigenen Sitten und Gebräuchen. Die Frauen tragen ihr Haar im Gegensatz zu den meisten bhutanesischen Frauen lang und haben auf dem Kopf ihren typischen Hut. Dieser ist aus Bambus, rund und verläuft in eine schmale Spitze nach oben. Das Dorf der «Layaps», wie diese Leute genannt werden, ist eines der entlegensten Dörfer in ganz Bhutan.

Übernachtung im Zelt in Laya (3850 m). (F,M,A)



## 16. Tag **Auf wenig begangenen Wegen**

Gut ausgeruht laufen wir heute weiter. Zuerst abwärts bis zum Zusammenfluss der Flüsse Mo Chhu und Togtserkhagi Chhu. Wir folgen ein Stück dem Gewässer, bis wir ins Tal des Rhodo Chhu abbiegen. Man merkt, dass dieser Weg nicht viel begangen wird, streckenweise ist es ein beschwerliches Weiterkommen, aber die schönen Rhododendron- und Nadelwälder entschädigen für die Anstrengung.

Übernachtung im Zelt in Rodophu (4200 Meter). (F,M,A)

Trekking 7 – 8 h, Aufstieg 950 m, Abstieg 600 m, Gehdistanz 14.5 km

---

## 17. Tag **Immer höher**

Wir steigen immer höher durch ein schönes Tal und überqueren den 4900 Meter hohen Pass Tsono La. Westlich vom Pass befindet sich ein schöner Aussichtspunkt, wo wir die 6000 und 7000er Jomolhari und Jichu Drake sehen. Gleich hinter diesen Gipfeln liegt Tibet. In dieser Region weiden oftmals Yaks und Pferde und vielleicht entdecken wir sogar einige Blauschafe. Unser Ziel ist Narethang, wo wir unser Lager für die Nacht aufstellen. Dieser vielfach «kalte» Lagerplatz wird vom 6400 Meter hohen Gangla Karchung überragt.

Übernachtung im Zelt in Narethang (4900 Meter). (F,M,A)

Trekking 7 – 8 h, Aufstieg 850 m, Abstieg 150 m, Gehdistanz 10 km

---

## 18. Tag **Über den 5100 Meter hohen Pass Karakachu La**

Ein ein- bis zweistündiger Aufstieg bringt uns auf den 5100 Meter hohen Karakachu La. Von oben haben wir ein wunderschönes Bergpanorama und wir sehen unter anderem den 7100 Meter hohen Teri Kang sowie weitere schneebedeckte Gipfel. Die meisten dieser Gipfel sind noch unbestiegen. Teils aus religiösen Gründen erteilt Bhutan keine Bewilligungen für die Besteigung der hohen Gipfel. Dort oben wohnen die Götter und diese sollen in ihrer Ruhe nicht gestört werden. Das Bergpanorama vom Pass gilt als eines der schönsten in ganz Bhutan.

Vom Pass her sehen wir auch einige Bergseen. Der Weg führt uns anschliessend auf der anderen Seite abwärts, teilweise ist er rutschig und bei Regen schwierig zu gehen. Mehr als 1000 Höhenmeter steigen wir ab, um dann unser Lager in Tarina aufzuschlagen. Diese Region ist sehr einsam und wird auch von Einheimischen nur spärlich besucht.

Übernachtung im Zelt in Tarina (4000 Meter). (F,M,A)

Trekking 7 – 8 h, Aufstieg 300 m, Abstieg 1200 m, Gehdistanz 12.5 km

---

## 19. Tag **Selten besuchte Region Lunana**

Wir kommen nun in die Region Lunana. Dies ist eine der am wenigsten besuchten Regionen in ganz Bhutan. Die heutige Etappe ist leichter und einfacher zum Gehen. Nach gut 4 Stunden erreichen wir das kleine Dorf Woche. Wer Lust hat, kann die heissen Quellen von Woche besuchen. Die Wanderung dorthin und zurück dauert 1 ½ bis 2 Stunden und wir machen dabei ungefähr 400 Höhenmeter.

Übernachtung im Zelt in Woche (3900 Meter). (F,M,A)

Trekking 4 – 5 h, Aufstieg 250 m, Abstieg 350 m, Gehdistanz 10 km

---

## 20. Tag **Grüner See**

Heute steigen wir auf zum 4600 Meter hohen Pass Keche La. Unterwegs kommen wir an einem kleinen Bergsee vorbei. Die Einheimischen nennen ihn «Green Lake», den grünen See. Vorbei am kleinen Dorf Thea kommen wir nach Lhedi. Bei diesem Dorf werden wir für heute unser Zelt aufschlagen.

Übernachtung im Zelt in Lhedi (3700 Meter). (F,M,A)

Trekking 7 h, Aufstieg 800 m, Abstieg 1000 m, Gehdistanz 12 km



Heute laufen wir durch eine sehr schöne Bergwelt. Nach einigen Stunden erreichen wir das Dorf Chozo auf einer Höhe von 4090 Metern. Der Dzong von Chozo gilt als höchstgelegener Dzong von Bhutan. Weiter geht es nach Thanza, einem der grösseren Dörfer in Lunana. Viele Einwohner verlassen aber während den kalten Monaten ihr Dorf und nur einige Dorfbewohner bleiben zurück, um nach den Häusern und den Herden zu schauen.

Übernachtung im Zelt in Thanza (4150 Meter). (F,M,A)

Trekking 5 – 6 h, Aufstieg 600 m, Abstieg 150 m, Gehdistanz 15 km

---

## 22. Tag Ruhetag in Thanza

Nach den teils anstrengenden Tagen geniessen wir heute einen wohlverdienten Ruhetag in Thanza. Wir nutzen den Tag für eine ausgiebige Wäsche, einen Bummel durchs Dorf oder eine Wanderung in der Umgebung. Hinter Thanza thront der über 7000 Meter hohe Zongophu Gang (Table Mountain). Nach dem Besuch der Königin Ashi Dorji Wanchuck im Jahr 2002 wurde dieser Berg in Gangchen Singye umgetauft zu Ehren ihres Mannes, dem ehemaligen König von Bhutan Jigme Singye. Dieser soll wie ein «mächtiger Berg» für sein Volk gewesen sein und immer eine freie Schulter für die Last des Volkes gehabt haben. Jigme Singye lebt noch in Bhutan, hat aber im Dezember 2006 die Macht an seinen Sohn Jigme Khesar Namgyel weitergegeben.

Übernachtung im Zelt in Thanza (4150 Meter). (F,M,A)

---

## 23. Tag Wieder aufwärts

Nach dem Ruhetag in Thanza machen wir uns auf den Weiterweg. Wir und unsere Crew sind nach den vielen Tagen «on the trek» mittlerweile ein gut eingespieltes Team und jeder Handgriff sitzt. Eine nicht allzu lange Etappe bringt uns mehrheitlich aufwärts zu unserem Lagerplatz in der Nähe von Tshorim, wo wir auf einer Höhe von 5100 Metern unsere Zelte aufstellen

Übernachtung im Zelt in der Nähe von Tshorim (5100 Meter). (F,M,A)

Trekking 5 – 6 h, Aufstieg 1050 m, Abstieg 100 m, Gehdistanz 14 km

---

## 24. Tag Gangkhar Puensum, höchster Berg in Bhutan

Der Gangkhar Puensum mit 7541 Metern ist der höchste Berg Bhutans und ebenfalls der höchste bisher unbestiegene Gipfel der Erde. Auf unserem Weg nach Saram haben wir immer wieder schöne Ausblicke auf diesen Berg. Dies ist sicherlich eine der schönsten Etappen auf unserem Trekking und wir hoffen fest auf eine gute Bergsicht. Auf dem 5460 Meter hohen Pass Gohpu La geniessen wir die wunderschöne Aussicht über die phantastische Bergwelt. Unser Ziel ist Saram, wo wir ein letztes Mal «richtig hoch» übernachten werden. Wir sind froh um unsere warmen Schlafsäcke, bei Wetterumstürzen kann die Temperatur in der Nacht doch deutlich im Minusbereich liegen.

Übernachtung im Zelt in Saram (4900 Meter). (F,M,A)

Trekking 7 – 8 h, Aufstieg 400 m, Abstieg 600 m, Gehdistanz 10 km

---

## 25. Tag Immer weiter

Immer weiter führt uns unser Weg. Wir folgen einem grossen Tal Richtung Süden für viele Kilometer und erreichen am Nachmittag Minchugang, unser heutiges Etappenziel.

Übernachtung im Zelt in Minchugang (4300 Meter). (F,M,A)

Trekking 6 – 7 h, Aufstieg 100 m, Abstieg 700 m, Gehdistanz 12 km



## 26. Tag **Auf und Ab**

Heute stehen drei weitere Pässe auf dem Programm. Wir überqueren die Pässe Phodrang La (4650 Meter), Sake La (4820 Meter) und Uruthang La (4780 Meter). Gut akklimatisiert und eingelaufen werden uns diese Pässe aber kaum ernsthaft auf die Probe stellen.

Übernachtung im Zelt in Warthang (4450 Meter). (F,M,A)

Trekking 7 – 8 h, Aufstieg 750 m, Abstieg 600 m, Gehdistanz 10 km

---

## 27. Tag **Heisse Quellen**

Während der letzten Woche haben wir uns immer in Höhen zwischen 4000 und 5500 Metern bewegt. Heute kommen wir zum ersten Mal wieder deutlich unter die 4000er Grenze. Bevor es soweit ist, haben wir noch den Pass Nephu La (4495 m) zu überqueren. Anschliessend folgen wir dem Fluss Mangde Chu bis nach Dur Tshachu. Dieser Ort ist bekannt für seine heissen Quellen und auch wir geniessen ein Bad im warmen Wasser. Sogar der grosse Tantriker Padmasambhava soll vor über 1200 Jahren in den heissen Quellen hier gebadet haben.

Übernachtung im Zelt in Dur Tshachu (3600 Meter). (F,M,A)

Trekking 5 – 6 h, Aufstieg 350 m, Abstieg 1200 m, Gehdistanz 7.5 km

---

## 28. Tag **Ein Bergsee und zwei Pässe**

Ein langer Aufstieg bringt uns auf den 4400 Meter hohen Kutong La. Wir geniessen die Aussicht und steigen anschliessend ab zum Bergsee Djule Tsho. Unser zweiter Pass heute ist der 4700 Meter hohe Jule La. Nach einem langen Tag erreichen wir Tshochenchen, einen schönen Campplatz.

Übernachtung im Zelt in Tshochenchen (3850 Meter). (F,M,A)

Trekking 7 – 8 h, Aufstieg 1200 m, Abstieg 950 m, Gehdistanz 14 km

---

## 29. Tag **Durch schöne Wälder**

Wir folgen dem Yolang-Fluss und wandern vorbei am kleinen Dorf Lungsum und weiter durch dichte Kiefern-, Wachholder-, Fichten- und Ahornwälder bis ins Dorf Nasphe. Wir geniessen die wärmeren Temperaturen in den tieferen Gefilden.

Übernachtung im Zelt in Nasphe (2700 Meter). (F,M,A)

Trekking 6 – 7 h, Aufstieg 550 m, Abstieg 1700 m, Gehdistanz 18.5 km

---

## 30. Tag **In die Region Bumthang**

Hier sind wir in Zentralbhotan in der Region Bumthang. Der Hauptort von Bumthang ist Jakar. Dieser ist nicht weit weg und wäre mit einer nicht allzu langen Fahrt zu erreichen. Wir ziehen es aber vor, die «Zivilisation links liegen zu lassen» und laufen stattdessen zu Fuss weiter über den kleinen Pass Phephe La. Dieser ist nur knapp 3400 Meter hoch und verglichen mit den vielen Pässen, welche wir schon überquert haben, kommt kein richtiges Pass-Feeling auf. Wir geniessen dafür die üppige Natur und die schönen Wälder. Unser heutiges Ziel ist Ogyen Choling, wo wir uns nach den langen Etappen der letzten Tage auf unseren wohlverdienten Ruhetag freuen. Nach langem haben wir hier auch wieder einmal ein festes Dach über dem Kopf und ein richtiges Bett. Wir übernachten in einem kleinen Gasthaus.

Übernachtung im Gasthaus in Ogyen Choling (2900 Meter). (F,M,A)

Trekking 6 – 7 h, Aufstieg 1100 m, Abstieg 900 m, Gehdistanz 21.5 km



## 31. Tag **Ruhetag im schönen Tal von Tang**

Wir geniessen unseren Ruhetag in Ogyen Choling. Hier wohnt der Schweizer Walter Roder mit seiner bhutanesischen Frau. Er hat während vielen Jahren verschiedene Landwirtschaftsprojekte in Bhutan geleitet und war ausserdem Landesdirektor von Helvetas Bhutan. Er weiss sehr viel über Land und Leute und natürlich über die Landwirtschaft hier zu erzählen. Seine Frau ist eine der bekanntesten bhutanesischen Schriftstellerinnen. Zusammen haben sie den alten Palast von Ogyen Choling restauriert und zu einem kleinen Museum umgestaltet. Ogyen Choling ist einer der spannendsten Orte, welchen wir in Bhutan kennen und liegt im Tal von Tang. Dieses gilt als das schönste der vier grossen Täler in Bumthang. Übernachtung im Gasthaus in Ogyen Choling (2900 Meter). (F,M,A)

---

## 32. Tag **In den «wilden Osten»**

Der letzte Teil unseres Trekkings führt uns auf einer alten Handelsroute Richtung Osten. Diese Route nennen die Einheimischen «Wild East Rodung La Trek». Von Ogyen Choling steigen wir auf einem schlecht sichtbaren Pfad durch teils sumpfiges Gelände immer höher. Wir hoffen auf trockenes Wetter. Bei Regen kann diese Etappe sehr schlammig werden. Unser heutiges Ziel ist Phokpey, wo wir auf einer Höhe von über 3700 Metern unser Zeltcamp errichten werden.

Übernachtung im Zelt in Phokpey (3700 Meter). (F,M,A)

Trekking 5 – 6 h, Aufstieg 850 m, Abstieg 50 m, Gehdistanz 6 km

---

## 33. Tag **Über die Pässe Kempe La und Rodung La**

Heute überqueren wir zwei Pässe. Den ersten erreichen wir nach ein bis zwei Stunden. Vom Kempe La (auch Phul La genannt) haben wir eine schöne Aussicht auf den Gangkhar Puensum. Unser nächstes Ziel ist der 4150 Meter hohe Pass Rodung La. Diese einst wichtige Handelsroute von Trashi Yangtse nach Lhuentse und weiter nach Bumthang wird seit dem Bau der Strassen in diese verschiedenen Täler kaum mehr begangen und noch nicht viele Westler hatten die Gelegenheit, diese einsame Route zu gehen. Der Weiterweg nach Pemi ist deshalb oft in nicht allzu gutem Zustand und wir nehmen vorsichtig den Abstieg in Angriff. Unterwegs passieren wir einige Dörfer wie Ungar. Dieses kleine Dorf wurde vor nicht allzu langer Zeit durch eine Jeepstrasse mit der Aussenwelt verbunden. Es ist erstaunlich, wie viele Täler und Dörfer hier in den letzten Jahren mit Jeepstrassen erschlossen wurden. Dies macht das Leben der einheimischen Bevölkerung deutlich einfacher, auch wenn wir als Trekker natürlich lieber eine Bergwelt ohne Jeepstrassen durchwandern würden. Während den nächsten Tagen gibt es immer wieder Wegstücke, welche wir auf einer Jeepstrasse oder auf Feldwegen laufen werden. Es gibt aber in der Regel kaum Verkehr hier.

Übernachtung im Zelt in Pemi (3000 Meter). (F,M,A)

Trekking 6 – 7 h, Aufstieg 550 m, Abstieg 1250 m, Gehdistanz 13 km

---

## 34. Tag **Zu einem der ältesten Tempel von Bhutan**

Wir steigen hinab ins Tal des Nayurgang Chhu und je tiefer wir kommen, desto üppiger wird die Vegetation. Auf einer Höhe von ungefähr 1700 Metern überqueren wir den Nayurgang Chhu auf einer Hängebrücke und steigen durch subtropische Wälder auf zu einigen kleinen Dörfern. Nach einem langen Tag erreichen wir den Khaine Lhakhang. Dieser gilt zusammen mit dem Kyichu Lhakhang in Paro und dem Jambay Lhakhang in Bumthang als einer der ältesten Tempel von Bhutan. Wie die anderen zwei auch soll dieser Tempel vom mystischen tibetischen König Songtsen Gampo im 7. Jahrhundert erbaut worden sein.

Übernachtung im Zelt beim Khaine Lhakhang (2000 Meter). (F,M,A)

Trekking 6 – 7 h, Aufstieg 400 m, Abstieg 1400 m, Gehdistanz 10 km



## 35. Tag **Zum Kloster in Rawabi**

Unsere heutige Etappe führt uns nach Chunpokpun, einem beliebten Weidegrund für Yachirten auf 2700 Metern Höhe. Unser heutiger Pass ist nicht viel höher, nämlich nur 2900 Meter hoch. Diesen nennen die Einheimischen Raning La. Unser Ziel ist das Kloster von Rawabi, wo wir auch campen werden.

Übernachtung im Zelt in Rawabi (2300 Meter). (F,M,A)

Trekking 6 – 7 h, Aufstieg 1000 m, Abstieg 700 m, Gehdistanz 8.5 km

---

## 36. Tag **Ins Tal von Lhuentse**

Wenn wir Glück haben, findet heute Morgen im Kloster in Rawabi eine Gebetszeremonie statt. Gerne dürfen wir daran teilnehmen. Die Mönche freuen sich über etwas Abwechslung in diesem Kloster, welches kaum je von Auswärtigen besucht wird. Unsere heutige Etappe führt uns anschliessend nach Tangmachu. Dieses Dorf liegt im Tal von Lhuentse. Die Region Lhuentse ist in ganz Bhutan bekannt wegen der schönen Brokatwebereien, welche hier hergestellt werden. Oberhalb von Tangmachu steht eine grosse Statue des Padmasambhava. Diese eindrückliche Statue wurde erst vor einigen Jahren fertiggestellt und zieht mittlerweile etliche bhutanesishe Pilger an.

Übernachtung im Zelt in Tangmachu (1650 Meter). (F,M,A)

Trekking 6 – 7 h, Aufstieg 250 m, Abstieg 900 m, Gehdistanz 8 km

---

## 37. Tag **Paradiesischer Garten**

Wir wandern talwärts und überqueren auf einer Brücke den Fluss Kuri Chhu. Hier sind wir auf einer geringen Höhe von unter 1200 Metern. Von hier weg steigen wir durch Reisterrassen und Felder auf zum Dorf Chusa und weiter nach Minjey. Der hiesige Tempel Darchu Pang Lhakhang ist bekannt für seinen «paradiesischen» Garten voller Blumen. Es gibt hier auch Bananenbäume und oftmals kann man zahlreiche Vögel beobachten.

Übernachtung im Zelt in Minjey (2050 m). (F,M,A)

Trekking 4 – 5 h, Aufstieg 900 m, Abstieg 500 m, Gehdistanz 15 km

---

## 38. Tag **Zu den Weiden von Pemi**

Unser Weg führt uns durch dichte Wälder nach Pemi. Hier stehen einige einfache Hirtenhütten. Die Bewohner von Minjey führen ihre Herden auf diese Weiden. Die Wege heute und morgen werden nur sehr selten begangen und so können diese an etlichen Stellen in einem schlechten Zustand sein.

Übernachtung im Zelt in Pemi (3050 Meter). (F,M,A)

Trekking 4 h, Aufstieg 1100 m, Abstieg 100 m, Gehdistanz 8.5 km

---

## 39. Tag **Die «Neun Schwestern»**

Auf einem kaum mehr begangenen Weg wandern wir immer höher. Gemäss einer Legende wird diese Gegend als «Neun Schwestern» genannt in der Meinung, dass auf dem Weg neun Pässe zu überqueren sind. Der höchste Pass ist der Dong La mit einer Höhe von 3900 Metern. Von oben geniessen wir die Aussicht auf die umliegende Bergwelt. Nach einem anstrengenden Tag erreichen wir unser Ziel in Taupang und sind froh, unsere «müden Knochen» ein bisschen ruhen zu lassen.

Übernachtung im Zelt in Taupang (2450 Meter). (F,M,A)

Trekking 6 – 7 h, Aufstieg 1050 m, Abstieg 1650 m, Gehdistanz 16 km



## 40. Tag **Letzter Trekkingtag**

Sicherlich ein bisschen wehmütig nehmen wir heute unseren letzten Trekkingtag in Angriff. Wie an vielen anderen Stellen kann der Weg hier ebenfalls recht sumpfig sein, je nach Witterungsverhältnissen. Am Nachmittag erreichen wir den Endpunkt unseres Trekkings in Trashi Yangtse. Wir übernachten in einem sehr einfachen Hotel. Falls wir Zeit und Lust haben, dann können wir heute Nachmittag den Chörten Kora besuchen. Dieser grosse Chörten ist für viele bhutanesischen Pilger ein Grund, dieses Tal ganz im Osten von Bhutan zu besuchen. Der Chörten soll nach dem Vorbild des grossen Chörten von Bodnath in Nepal erbaut worden sein, ist aber um einiges kleiner ausgefallen. Heute Abend stossen wir mit unserer Begleitmannschaft auf das gute Gelingen unseres Trekkings an.

Übernachtung im Gasthaus in Trashi Yangtse (1750 Meter). (F,M,A)

Trekking 6 – 7 h, Aufstieg 350 m, Abstieg 1050 m, Gehdistanz 11 km

---

## 41. Tag **Für «Sündenfreie»**

Wir fahren mit dem Fahrzeug nach Trashigang. Dies ist der Hauptort von Ostbhan. Unterwegs besuchen wir das kleine Kloster Gom Kora. Sehr eindrücklich ist der grosse Felsen dahinter. Dies ist einer der heiligsten Orte in Bhutan, hier soll der grosse Tantriker Padmasambhava meditiert haben. Wer «sündenfrei» ist, kann versuchen, sich durch die enge Höhle unterhalb des Felsens zu zwängen. Aber Achtung, die Sündenbehafteten bleiben nach dem Glauben der Leute hier im Loch stecken. Die Mutigen können sich auch beim Klettern am Felsen probieren. Dieser «Kletterweg» soll uns direkt in den «buddhistischen Himmel» führen.

Übernachtung im Hotel in Trashigang (1100 Meter). (F,M,A)

Fahrzeit 3 h

---

## 42. Tag **Ins Tal der «Weber»**

Nach dem Frühstück besuchen wir den mächtigen Dzong von Trashigang. Anschliessend fahren wir ins Tal von Radi. Das kleine Dorf Tsangkha ist bekannt für seine Stoffe. Viele Familien sind hier mit der Produktion von wunderschönen Stoffen beschäftigt, welche anschliessend in die Hauptstadt Thimphu verkauft werden. Wir machen eine Wanderung in diesem schönen Tal und besuchen einige der kleinen Dörfer. Mit ein bisschen Glück können wir hier den Einheimischen beim Weben zuschauen.

Hinweis: Der heutige Tag ist gleichzeitig ein Reservetag. Falls es auf der Route wegen des Wetters, der Gesundheit oder aus anderen Gründen zu Verzögerungen kommen sollte, würde der Besuch vom Radi-Tal wegfallen.

Übernachtung im Hotel in Trashigang (1100 Meter). (F,M,A)

Fahrzeit 2 h, Wanderung 1 – 2 h

---

## 43. Tag **Letzter Tag in Bhutan**

Heute ist unser letzter Tag in Bhutan. Wir fahren über einige, immer tiefere Pässe südwärts bis an die Grenze zu Indien. Es ist eine lange Fahrt und wir haben Zeit, all unsere Erlebnisse in Bhutan noch einmal Revue passieren zu lassen. Wir sollten aber auch zum Fenster hinausschauen, die Gegend hier ist vor allem bekannt für die reiche Vogelwelt. Am Abend erreichen wir Samdrup Jongkhar, den bhutanesischen Grenzort, wo wir übernachten werden.

Übernachtung im Hotel in Samdrup Jongkhar (200 Meter). (F,M,A)

Fahrzeit 7 h



## **44. Tag Flug von Guwahati nach Delhi**

Wir verabschieden uns von Bhutan und reisen in Indien ein. Eine 2- bis 3-stündige Fahrt bringt uns nach Guwahati. Von hier fliegen wir mit dem Flugzeug zurück nach Delhi. Bei guter Sicht können wir «unser Bhutan» noch einmal von oben geniessen. In Delhi haben wir in einem Hotel ein Tageszimmer zur Verfügung. Am Abend fahren wir zum Flughafen, wo wir das Check-In für unseren Rückflug in die Schweiz machen. Tageszimmer im Hotel in Delhi. (F)  
Flugzeit 2 ½ h, Fahrzeit 2 ½ – 3 h

---

## **45. Tag Zurück in die Schweiz**

Flug von Delhi nach Zürich. Mit vielen Eindrücken und Erlebnissen im Gepäck sind wir zurück. Gesamte Flugzeit 8 – 11 Stunden. Dies entweder mit einem Direktflug oder mit zwei Teilflügen mit einmal Umsteigen.

---

## **Angaben Fahr- und Gehzeiten sowie Höhenangaben**

Die Zeitangaben sind generell reine Fahr- respektive Gehzeiten. Pausen, Stopps etc. kommen zusätzlich noch hinzu. Die Zeitangaben sind durchschnittliche Erfahrungswerte, können aber je nach Strassen-, Weg- und Wetterverhältnissen, Kondition der Teilnehmer oder aus anderen Gründen abweichen.

Die Höhenangaben (bei Trekkingreisen) sind satellitengestützt erstellt worden. Diese können abweichen durch Laufen von Alternativrouten, Besteigung von zusätzlichen Aussichtspunkten, witterungs- oder wegbedingten Umwegen und anderem.

**Programmänderungen (wegen Strassen-, Weg- und Wetterverhältnissen, Flugverzögerungen, Anordnungen der Behörden, Wasserstand oder -vorkommen auf der Trekkingroute etc.) bleiben ausdrücklich vorbehalten!**



## Reiseleitung, Anforderungen, Unterkünfte und Mahlzeiten

---

### Reiseleitung

Diese Reise wird von einem lokalen englischsprachenden Führer geleitet. Dieser kennt Land, Leute und Gebräuche und wird für uns auch übersetzen, wenn wir am Weg Kontakt mit Einheimischen haben. Diese sprechen nämlich häufig kein Englisch.

---

### Unser Kommentar zur Reise

Einmaliges Trekking quer durch Bhutan. Unsere längste, abenteuerlichste und anspruchsvollste Trekkingtour in Bhutan. Über viele hohe Pässe und durch die einsamsten Bergregionen Bhutans. Während fünf Wochen wandern wir auf dem spannendsten Abschnitt des Great Himalaya Trail.

---

### Anforderungen

- Äusserst anspruchsvolles Trekking (SAC T3 – T4), sehr gute Kondition, 11 Tagesetappen von 4 – 6 Stunden, 21 Tagesetappen von 6 – 8 Stunden
  - Robuste Gesundheit und Durchhaltevermögen in physischer und psychischer Hinsicht, da der Grossteil des Trekkings durch sehr einsame und abgelegene Regionen führt.
  - Schwindelfreiheit und Trittsicherheit, etliche weglose und ruppige Laufstrecken. Diese können bei Regen sehr schlammig werden.
  - Sehr einsame und abgelegene Gegend ohne jegliche Infrastruktur. Programmänderungen aufgrund des Wetters, Wegzustandes etc. sind jederzeit möglich, Flexibilität wird von den Teilnehmern erwartet.
  - Das Hauptgepäck wird während des Trekkings transportiert, den Tagesrucksack tragen wir selbst.
  - Überlandfahrten von 1 – 3 Stunden, 1 Ganztagesetappe
- 

### Unterkünfte

In Bhutan gibt es von der Regierung genehmigte Hotels und Gasthäuser für ausländische Touristen. In den grösseren Städten entsprechen diese einem 1- bis 3-Sterne-Hotel in der Schweiz. In abgelegenen Gegenden sind die Unterkünfte teilweise deutlich einfacher, WC und Dusche sind in der Regel im Zimmer. Die meisten Unterkünfte verfügen über eine Heizmöglichkeit in den Zimmern. In Delhi haben wir ein Zimmer in einem guten Mittelklassehotel.

---

### Zeltübernachtung während des Trekkings

Auf dem Trekking übernachten wir in Kuppelzelten mit zwei seitlichen Eingängen von Jack Wolfskin. Gepäck kann im Vorzelt oder auch im Inneren des Zeltes untergebracht werden. Wir haben die meisten erhältlichen Modelle getestet und das ausgewählte Modell ist der beste Kompromiss in punkto Komfort, Windstabilität und Einfachheit im Aufbau. Weiter haben wir ein Ess-, Koch- und Toilettenzelt mit dabei. Klappstühle und Tische sind vorhanden, da das lange Sitzen auf dem Boden für uns Europäer meistens ermüdend ist. Selbstverständlich haben wir auch sämtliches Geschirr, Besteck, Tassen etc. dabei.

---

### Essen und Getränke

In den Hotels und Restaurants haben wir diverse vegetarische Speisen und oftmals auch Gerichte mit Fleisch zur Auswahl. Während des Trekkings werden wir mehrheitlich vegetarisch essen. Es gibt aber auch dort generell verschiedene Gerichte zur Auswahl. Das Mittagessen wird als kalter Lunch mitgenommen, es kann aber auch eine am Morgen zubereitete warme Mahlzeit sein, welche wir in Thermosgefässen mitführen. Während der Reise sind jeweils Frühstück, Mittag- und Abendessen inbegriffen, ausser in Delhi. Hier ist nur das Frühstück inbegriffen. Getränke in den Hotels und Restaurants sind nicht inbegriffen (ausser Frühstücksgetränke). Während des Trekkings kann abgekochtes Wasser oder Tee abgefüllt werden, zudem haben wir einen Wasserfilter von Katadyn mit dabei. Zu den Mahlzeiten auf dem Trekking gibt es zusätzlich Tee, Kaffee (Instant) und heisse Schokolade.



## Ausrüstung und Sicherheitsausrüstung

---

### Persönliche Ausrüstung

Wir geben Ihnen eine Ausrüstungsliste ab, welche eine Übersicht über die notwendigen Ausrüstungsgegenstände gibt. Selbstverständlich kann sie ergänzt werden. Meistens kommt man mit weniger Material aus als ursprünglich geplant. Bei Trekkings mit Übernachtungen im Zelt bringen Sie Ihren eigenen Schlafsack und eine Liegematte mit.

---

### Vergünstigte Himalaya Tours-Reisetasche

Unsere Reiseteilnehmer können bei uns eine grosse und robuste Reisetasche zu einem vergünstigten Preis beziehen. Die von Tatonka für uns produzierte Tasche aus Blachenmaterial ist nicht nur fast «unzerstörbar», sondern auch sehr zweckmässig. Die Taschen sind geräumig, da bei einigen Airlines nur ein Gepäckstück eingecheckt werden kann (plus Handgepäck), für ein zweites eingechecktes Gepäckstück (auch bei z.B. 2 Gepäckstücken à 10 kg) wird eine zusätzliche Gebühr verrechnet.

CHF 90 anstelle von CHF 169 für die Trekkingtasche (ideal für Trekkings, 110 Liter, 1.95 kg, verstaubare Rückenträger).  
CHF 140 anstelle von CHF 239 für die Reisetasche mit Rollen (ideal für Kultur- und Wanderreisen, 80 Liter, 3.90 kg).

---

### Heisse Bettflasche für kalte Nächte

Zelten im Himalaya ist ein einmaliges Erlebnis, aber es kann kalt werden... was gibt es da Schöneres als eine heisse Bettflasche? Wir schenken all unseren Reiseteilnehmern einen faltbaren, ultraleichten Platypus-Beutel. Dieser kann sowohl als Trink- wie auch als Bettflasche genutzt werden. Einfach abends mit heissem Wasser oder Tee füllen lassen, Deckel gut zuschrauben und kontrollieren. Das Wasser oder der Tee kann am nächsten Tag gleich noch als Getränk mitgenommen werden. Gut für uns und gut für die Umwelt.

---

### Sicherheitsausrüstung

Für unsere Sicherheit haben wir Folgendes mit dabei:

- Umfangreiche Notfallapotheke
- Pulsoxymeter zur Sauerstoffmessung im Blut
- Sauerstoff-Flasche
- Wasserfilter von Katadyn
- Satellitentelefon

**Himalaya Tours hat ein eigenes 24h-SOS-Telefon. Abnehmen tut nicht «irgendein» Callcenter, sondern ein Experte von unserem Büro. So erhalten Sie im Notfall keine belanglose Auskunft, sondern rasche Hilfe.**



## Klima und Wetter

### Klima

#### Frühling

(März – Mai)

Im Flachland warm oder heiss, in den Bergen häufig angenehme Temperaturen. Sehr schön ist die Zeit der Rhododendronblüte je nach Höhenlage im April/Mai. In tieferen Lagen teilweise dunstig. Gute Reise- und Trekkingsaison.

#### Monsun

(Juni – Mitte September)

Mehrmals täglich intensive Niederschläge und oftmals bewölkt. Üppige Vegetation. Die meisten Gebiete in Bhutan sind während des Monsuns zwar zu bereisen, aber häufig hat man wenig oder keine Bergsicht.

#### Herbst

(Mitte Sept. – Ende Nov.)

Ideale Reise- und Trekkingzeit. Vielfach klares und trockenes Wetter mit warmen Temperaturen im Flachland und angenehmen oder kühlen Temperaturen in der Höhe.

#### Winter

(Dezember – Februar)

Oftmals klares und stabiles Wetter. In tieferen Lagen nicht allzu kalt und vielfach angenehme Temperaturen bei Sonnenschein. Gute Zeit für Kultur- und Wanderreisen oder Trekkings in tieferen Lagen. Über 3000 bis 4000 Metern können die Pässe wegen Schnee blockiert sein.

### Zu dieser Reise

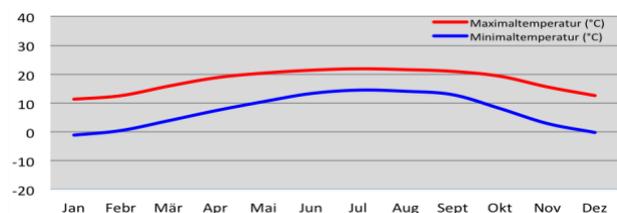
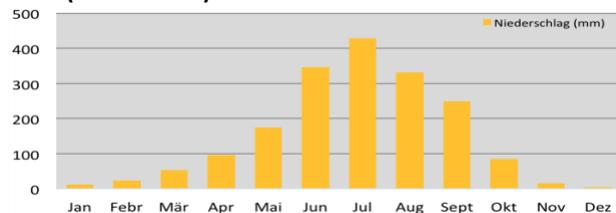
Das ideale Zeitfenster für den Great Himalaya Trail in Bhutan ist sehr kurz. Mitte September bis Oktober ist die optimale Zeit mit tagsüber häufig angenehmen Temperaturen. Es kann aber auch zu längeren Regenperioden kommen. In der Höhe kann es kühl oder kalt werden, in den Nächten kann die Temperatur in den Höhenlagern unter null Grad fallen. Bei Wetterumstürzen kann es auch sehr kalt werden und sogar schneien.

### Klimaverschiebungen

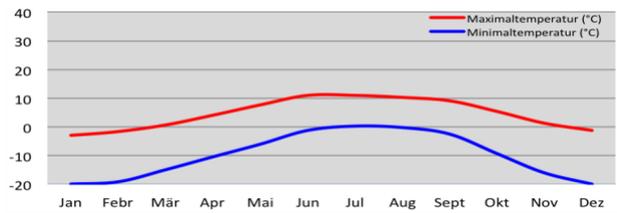
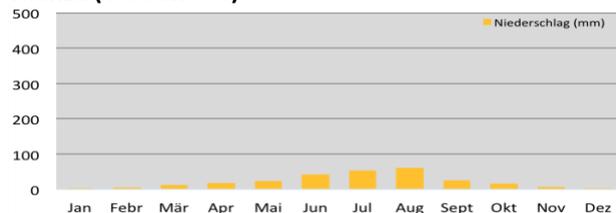
Wichtiger Hinweis: Seit einigen Jahren gibt es weltweit zunehmend Klimaverschiebungen mit häufig sehr ungewöhnlichen Wetterlagen, welche weit von den Statistiken abweichen können. Es kann auch in der «guten» Jahreszeit tagelang regnen oder sogar mal schneien, Wege können schlammig und Pässe unpassierbar werden. Wir arbeiten an unseren guten Beziehungen zu Petrus, für das Wetter können wir aber leider keine Garantie übernehmen! ☺

### Klimadiagramme

#### Paro (2300 Meter)



#### Thanza (4050 Meter)





## Inbegriffene und nicht inbegriffene Leistungen

---

### Leistungen inbegriffen

- Flüge Zürich-Delhi retour in Economy-Klasse
  - Flüge Delhi-Paro und Guwahati-Delhi einfach in Economy-Klasse
  - Flughafentaxen und Treibstoffzuschlag
  - Alle Überlandfahrten und Transfers
  - 9 Übernachtungen im Hotel/Gasthaus im Doppelzimmer in Bhutan
  - 33 Übernachtungen im Doppelzelt während des Trekkings
  - 1 Übernachtung im Hotel im Doppelzimmer in Delhi bei Anreise (falls die Transferzeit dazu reicht)
  - 1 Tageszimmer im Hotel in Delhi bei der Rückreise
  - Frühstück, Mittag- und Abendessen in Bhutan, nur Frühstück in Delhi
  - Eintrittsgebühren für Besichtigungen laut Programm
  - Spezialbewilligungen und Permits
  - Tourismusabgabe in Bhutan (42 x US\$ 100 = US\$ 4200)
  - Komfortable Schlafzelte, Ess-, Koch- und WC-Zelt, Klappische und -stühle, Kochutensilien und Geschirr
  - Lokale englischsprechende Reiseleitung plus Begleitmannschaft während des Trekkings
- 

### Für unsere Sicherheit inbegriffen

- Umfangreiche Notfallapotheke
  - Pulsoxymeter zur Sauerstoffmessung im Blut
  - Sauerstoff-Flasche
  - Wasserfilter von Katadyn
  - Satellitentelefon
  - 24h-SOS-Telefon von Himalaya Tours in der Schweiz und unserem lokalen Partner vor Ort
- 

### Zusätzliche Leistungen inbegriffen

- Visa für Indien und Bhutan plus Einholung
  - Erledigen aller Formalitäten für Indien und Bhutan
  - Vorbereitungstreffen
  - Landkarte von Bhutan
  - Platypus-Beutel als Bett- und Getränkeflasche zu gebrauchen
  - Heisse Bettflasche in kalten Nächten
- 

### Leistungen nicht inbegriffen

- Trinkgelder
- Mittag- und Abendessen in Delhi
- Getränke in Restaurants, Hotels und Gasthäusern



## Gruppengrösse und Kosten

---

### Gruppengrösse

2 bis 10 Personen

---

### Kosten

pro Person bei 6 bis 10 Teilnehmern (ohne Flug Zürich-Delhi retour)	CHF	14200
plus Flug Zürich-Delhi retour	ab CHF	750
<b>Total pro Person bei 6 bis 10 Teilnehmern</b>	<b>ab CHF</b>	<b>14950</b>

### Zuschlag Kleingruppe

pro Person bei 3 bis 5 Teilnehmern	CHF	1000
pro Person bei 2 Teilnehmern	CHF	3000

### Flug Zürich-Delhi retour

Die Flugpreise schwanken momentan stark und können je nach Airline, Saison und Nachfrage sehr unterschiedlich sein. Zum Zeitpunkt Ihrer Buchung werden wir Ihnen verschiedene Flugvarianten unterbreiten und Sie haben die freie Wahl, mit welchem Flug Sie fliegen möchten. Übrigens, es ist auch gut möglich, die Flüge selbst zu buchen.

In den letzten Jahren gab es die günstigsten Flüge ab CHF 750 (mit Etihad und anderen Airlines), in Hochsaisonzeiten resp. mit Airlines wie Swiss (momentan der einzige Direktflug für Zürich-Delhi) lagen die Kosten oftmals im Bereich von CHF 950 – 1250. Bei kurzfristigen Buchungen von wenigen Wochen oder Monaten vor Abreise können die Flugpreise aber auch deutlich höher steigen. Wir verrechnen den effektiven Flugpreis zum Buchungszeitpunkt.

**Wichtig: Ob Sie einen «günstigen» oder «teuren» Flug haben, können Sie selbst massgeblich beeinflussen. Es gilt generell, je früher ein Flug gebucht wird, desto günstiger ist dieser. So lohnt es sich sehr, die Reise resp. den Flug frühzeitig zu buchen. Bei den meisten Airlines kann man Flüge maximal 11 – 12 Monate im Voraus buchen.**

---

### Einzelzimmer und -zelt

Es ist möglich, gegen einen Zuschlag ein Einzelzimmer und -zelt zu buchen. **CHF 1500**

In einigen Unterkünften (je nach Reise in kleinen Hotels, Gasthäusern, bei lokalen Familien oder im Kloster) ist der Platz oftmals eingeschränkt und ein Einzelzimmer kann dort nicht garantiert werden. Dieser Umstand ist im Einzelzimmer-Zuschlag berücksichtigt und berechtigt nicht zu einer Preisreduktion.

Falls Sie ein Doppelzimmer und -zelt wünschen, aber kein gleichgeschlechtlicher Zimmerpartner gefunden werden kann, erhalten Sie ein Einzelzimmer und -zelt. In diesem Fall übernimmt Himalaya Tours die Hälfte des Zuschlages und Ihnen wird nur die Hälfte verrechnet.

---

### Anschlussprogramme

Diese Gruppenreise kann durch frühere Anreise, spätere Rückreise oder ein Anschlussprogramm verlängert werden. Gerne dürfen Sie uns hierzu kontaktieren. Eine Verlängerung muss spätestens bei der definitiven Buchung bekanntgegeben werden.

Gerne beraten wir Sie persönlich zu unseren Reisen und beantworten Fragen zu Bhutan, Ausrüstung, Höhe etc. Kontaktieren Sie uns telefonisch, per Mail oder schriftlich. Es ist auch möglich, einen Termin für einen Besuch in unserem Büro in Parpan zu vereinbaren.

Eine eindrückliche und erlebnisreiche Reise wünschen  
Thomas und Martina Zwahlen  
und das Team von Himalaya Tours