

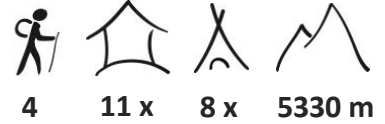
HIMALAYA TOURS



Privatreise

Einsames Trekking zum Chomolungma (Everest)

mit lokaler englischsprechender Reiseleitung



Spektakuläres Trekking zur Ostwand des Mount Everest

Ideale Reisezeit Mitte April – Mitte Juni und Mitte August – Mitte Oktober



Ideale Reisezeit



Höhepunkte

- **Mount Everest, Lhotse und Makalu von einer unbekanntenen Seite**
- **Atemberaubender Blick auf die 3350 Meter hohe Kangshung-Wand**
- **Unberührte Täler und bezaubernde Bergseen**
- **Trekking zu selten besuchten Dörfern und Hochweiden**
- **Eines der spektakulärsten Trekkings in Tibet**

Wir kennen eine der besten Trekkingrouten in ganz Tibet und kaum jemand geht hin. Auf der tibetischen Seite der Berge Mount Everest, Makalu und Lhotse kommen wir nah an diese eindrucklichen 8000er. Die 3350 Meter hohe Everest-Ostflanke und die Kangshung-Wand waren bis anfangs des letzten Jahrhunderts aufgrund der komplexen Einreisebestimmungen und unzugänglichen Terrains unbekannt. Erst 1921 erhielt eine Expedition die Erlaubnis, durch diese Gegend bis zum Mount Everest vorzudringen. Die Besteigung dieser Wand ist dann erst in den 1980er Jahren geglückt.

Auch wir fühlen uns heute noch ein bisschen wie Entdecker, wenn wir über hohe Pässe, durch einsame Täler und vorbei an schönen Bergseen uns unseren Weg zur Ostwand des Mount Everest suchen. Abgesehen von Hirten mit ihren Herden trifft man hier selten jemanden an. Diese Region ist von der Vegetation her sehr üppig, was wir an den Rhododendron-Wäldern und den reichen Blumenwiesen sehen. Nach dem Trekking machen wir einen Abstecher nach Rongbuk, wo der Mount Everest zum Greifen nah ist.

Überlandreise nach Nepal: Von der Route her scheint eine Ausreise auf dem Landweg nach Nepal verlockend. Wir vermeiden dies aber bewusst, da die Strasse von der tibetischen Grenze nach Kathmandu in einem sehr schlechten Zustand und auch immer wieder einmal blockiert ist. Zudem kann der Grenzübergang nach Nepal jederzeit ohne Vorankündigung geschlossen werden.



Inhalt

Reiseroute und Höhenprofil	3
Reiseprogramm	4
Reiseleitung, Anforderungen, Unterkünfte und Mahlzeiten	11
Ausrüstung und Sicherheitsausrüstung	12
Klima und Wetter	13
Inbegriffene und nicht inbegriffene Leistungen	14
Gruppengrösse und Kosten	15
Optionale Leistungen	16

Weitere Infos

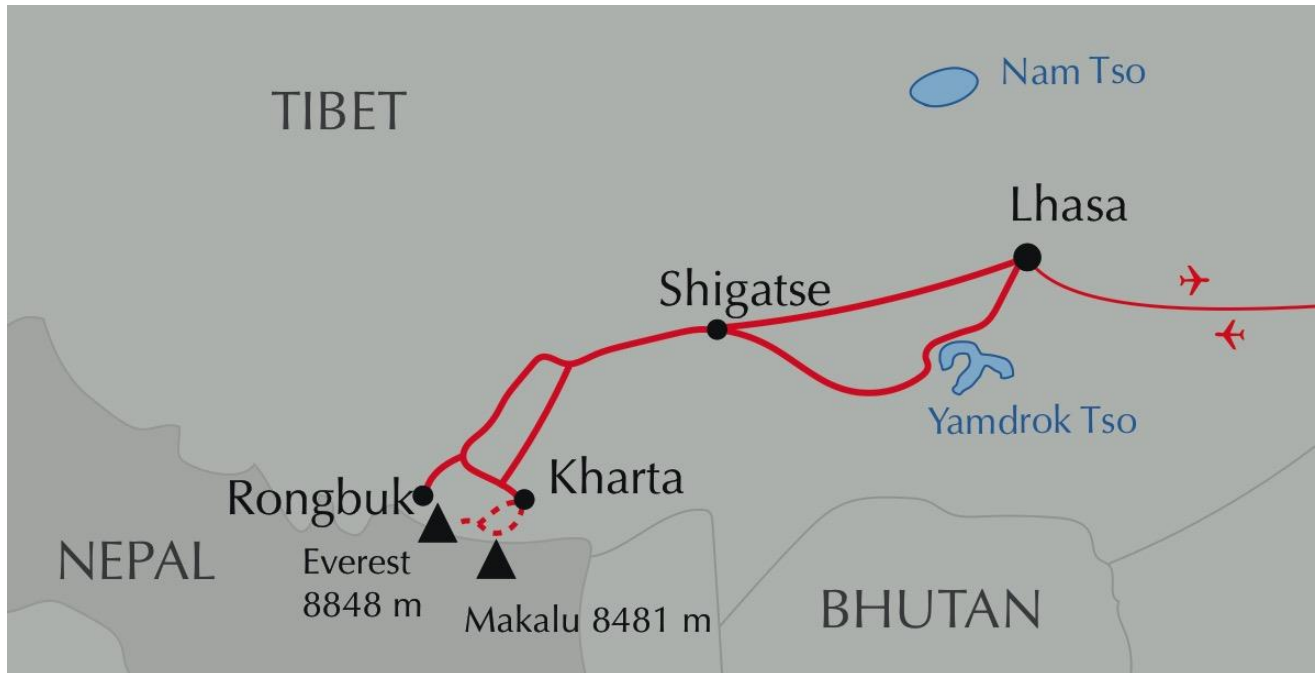
Weitere Infos zur Reise finden Sie in den separaten Reiseinfos und Destinationshinweisen. Zusätzlich geben wir Ihnen Merkblätter ab zu Ausrüstung, Medizinischem und weiterem mehr.

HIMALAYA TOURS

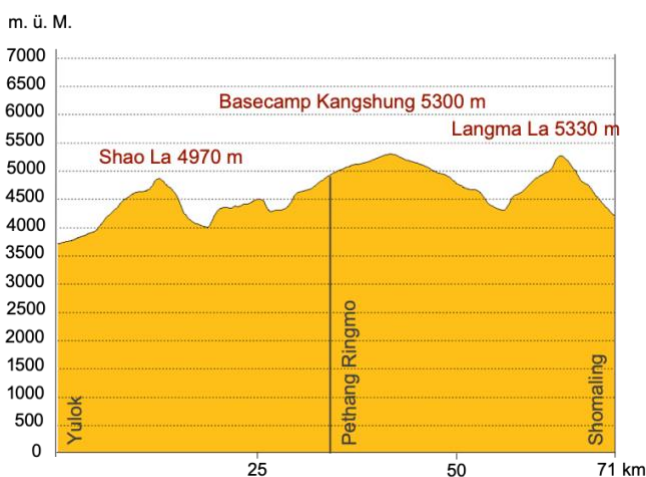


Reiseroute und Höhenprofil

Reiseroute



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	71 km	Tage mit 0 – 400 Höhenmetern Aufstieg	4
Total Höhenmeter Aufstieg	3900 m	Tage mit 401 – 800 Höhenmetern Aufstieg	4
Total Höhenmeter Abstieg	3500 m	Tage mit 801 – 1200 Höhenmetern Aufstieg	keine
		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 China

Wir starten unsere Reise und fliegen nach China. Je nach Flugverbindung fliegen wir nach Chengdu, Peking oder in 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.

Flugzeit 11 bis 15 Stunden, aufgeteilt in zwei oder drei Teilflüge.
(ohne Reiseleitung)

2. Tag Weiterflug nach Lhasa

Heute kommen wir in China an. 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 rund 1 Stunde entfernte Hauptstadt von Tibet, nach Lhasa.

Lhasa ist heute 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, den 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 ½ h, Fahrzeit 1 h

(Flughafentransfer in Chengdu begleitet, Reiseleitung ab Flughafen in Lhasa)

3. Tag Mächtiger Potala-Palast

Für eine gute Akklimatisation gehen wir den Tag geruhsam an. Nach einem gemütlichen Frühstück besuchen wir 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 hierher 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. So ist möglich, dass wir diesen vielleicht auch erst am Nachmittag besuchen.



Anschliessend besuchen 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). (F)

Fahrzeit ½ h

(Reiseleitung während des ganzen Tages)

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). (F)

Bummel durch die Stadt 1 – 2 h

(Reiseleitung während des ganzen Tages)

5. Tag Wanderung zur Klosterstadt Sera

Nach den zwei Tagen der Akklimatisation machen wir heute unsere erste längere Wanderung. Am Morgen fahren wir nach Pabonka. 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. So 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.

Übernachtung im Hotel in Lhasa (3680 Meter). (F)

Fahrzeit 1 h, Wanderung 2 h

(Reiseleitung während des ganzen Tages)

6. 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 weht häufig ein eisiger Wind. Dies 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. Wer Lust hat, kann am Abend noch hoch zum Gyantse Dzong wandern und die schöne Aussicht über die Stadt geniessen.

Übernachtung im Hotel in Gyantse (3900 Meter). (F)

Fahrzeit 6 h, Bummel durch die Stadt 1 h

(Reiseleitung während des ganzen Tages)



7. Tag **Shigatse – zweitgrösste Stadt in Tibet**

Am Morgen besuchen wir den einmaligen Kumbum Chörten in Gyantse. 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.

Anschliessend fahren wir weiter durch eine grüne Landschaft mit Feldern und Wiesen 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 diese mächtige Klosteranlage und wer Lust hat, kann diese auf der traditionellen Kora umwandern. Am Ende der Kora erreichen wir das imposante Fort von Shigatse. Dieses wurde in den letzten Jahren restauriert und soll in naher Zukunft für Besucher geöffnet werden. Je nachdem haben wir am Schluss der Reise vor der Rückfahrt nach Lhasa nochmals Zeit, um in Shigatse zu verweilen.

Am späteren Nachmittag fahren wir weiter 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. Hier war der Sitz der buddhistischen Richtung der Sakyapa, welche im 13. und 14. Jahrhundert die Herrschaft über Tibet ausübten.

Übernachtung im Hotel in Sakya (4300 Meter). (F)

Fahrzeit 5 h, Bummel durch die Stadt 2 h

(Reiseleitung während des ganzen Tages)

8. Tag **Über weite Hochebenen nach Shekar**

Am Vormittag haben wir Zeit, um das Sakya-Kloster zu besuchen. Bei unserer anschliessenden Weiterfahrt folgen wir grünen Tälern bis nach Lhatse. Von hier steigt die Strasse an und wir fahren hoch zum 5250 Meter hohen Pass Jachor La. Vom Aussichtspunkt nach dem Pass sehen wir bei klarer Sicht bis zu den 8000ern des Himalayas und auch unser Ziel, den Mount Everest. Über eine weite Hochebene führt uns unser Weg nach Shekar (New Tingri), wo wir die Nacht verbringen werden.

Übernachtung im Hotel in Shekar (4350 Meter). (F)

Fahrzeit 4 – 5 h

(Reiseleitung während des ganzen Tages)

9. Tag **Panoramawanderung mit Blick auf den Mount Everest**

Heute lohnt es sich früh aufzustehen, um vor Sonnenaufgang auf den 5200 Meter hohen Pang La zu fahren. Linkerhand vom Pass steigen wir knapp 10 Minuten hoch zum Aussichtspunkt. Von hier haben wir bei klarer Sicht einen phantastischen Blick auf den Mount Everest sowie auf die 8000er Lhotse, Makalu, Cho Oyu und Shishapangma und die vielen 6000 und 7000 Meter hohen Gipfel an der Grenze zwischen Nepal und Tibet. Wer Lust hat, kann auf der Weiterfahrt hinunter ins Tal ein Stück wandern mit Blick auf die Schneegipfel des Himalayas. Anschliessend fahren wir weiter nach Kharta und Yulok, dem Ausgangspunkt unseres Trekkings. Hier treffen wir unsere lokale Crew, welche uns während den nächsten Tagen begleiten wird. Wir übernachten hier auch bereits das erste Mal in unserem Zeltlager.

Übernachtung im Zelt in Yulok (3800 Meter). (F,A)

Fahrzeit 4 – 5 h, Wanderung 2 – 3 h

(Reiseleitung während des ganzen Tages)



10. Tag **Trekkingstart**

Für eine gute Akklimation starten wir gemütlich auf unsere erste Etappe und wandern in gemächlichem Tempo das Tal hoch. Wir passieren das Dorf Khampa mit seinem kleinen Weiler Monjun. Hier soll Tensing Norgay, welcher zusammen mit Edmund Hillary den Everest erstbestiegen hat, als Kind aufgewachsen sein. Später hat seine Familie Tibet verlassen und sich in Thame in Nepal niedergelassen. Eine nicht allzu lange Etappe bringt uns nach Damphu, wo wir übernachten.

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

Trekking 4 h, Aufstieg 400 m, Abstieg 0 m, Gehdistanz 6.5 km
(Reiseleitung während des ganzen Tages)

11. Tag **Kurze Etappe ins Basecamp des Shao La**

Die heutige Etappe ist bewusst kurz, weil wir am nächsten Tag unseren ersten fast 5000 Meter hohen Pass zu Fuss überqueren wollen. Wir steigen auf zu den Seen von Sharo, welche auf 4600 Metern Höhe liegen. Hier stellen wir unser Camp auf.

Übernachtung im Zelt in Sharo (4600 Meter). (F,M,A)

Trekking 3 – 4 h, Aufstieg 400 m, Abstieg 0 m, Gehdistanz 4.5 km
(Reiseleitung während des ganzen Tages)

12. Tag **Über den 4970 Meter hohen Shao La**

Bei unserem Aufstieg auf unseren ersten Pass des Trekkings haben wir schöne Ausblicke auf den 8000er Makalu und den rechts davorstehenden Chomolonzo, welcher 7780 Meter hoch ist. Nach ungefähr zwei Stunden erreichen wir die Passhöhe, wo wir während einer Rast das Bergpanorama ausgiebig geniessen. Auf einem stellenweisen ruppigen Weg laufen wir bis nach Joksam. Nach einem langen, aber spannenden Tag erreichen wir unseren Lagerplatz auf einer Höhe von gut 4000 Metern.

Übernachtung im Zelt in Joksam (4050 Meter). (F,M,A)

Trekking 6 – 8 h, Aufstieg 400 m, Abstieg 950 m, Gehdistanz 8.5 km
(Reiseleitung während des ganzen Tages)

13. Tag **Zu den Yakhirten**

Ein steiler Aufstieg durch einen schönen Kiefernwald bringt uns auf einen Grat. Von hier geht es durch eine tundraartige Landschaft, welche immer wieder mit Rhododendren und Wacholder durchsetzt ist. Auf dem Weg haben wir schöne Ausblicke auf den Mount Everest und den Lhotse. Wir erreichen schöne Alpen, welche im Sommer von Hirten mit ihren Yaks beweidet werden. Vorbei am See Tso Nak (schwarzer See) erreichen wir den Shalung Tso. In der Nähe dieses Sees wollen wir heute lagern.

Übernachtung im Zelt beim See Shalung Tso (4450 Meter). (F,M,A)

Trekking 5 – 6 h, Aufstieg 500 m, Abstieg 100 m, Gehdistanz 5.5 km
(Reiseleitung während des ganzen Tages)

14. Tag **Spektakuläre Ostwand (Kangshung) des Mount Everest**

Nach dem Abstieg zum Fluss Rabkhar Chu steigen wir das Tal hoch vorbei am Lagerplatz Pethang bis nach Pethang Ringmo. Hier werden wir die nächsten zwei Nächte bleiben. Wir lagern auf einer grossen Wiese mit einigen Steinhütten. Vor uns erhebt sich, scheinbar zum Greifen nah, der Chomolungma. Dies ist die tibetische Bezeichnung für den Mount Everest. Die Ostseite des Everest ist die unnahbarste und schwierigste Seite. George Mallory war in den 1920er-Jahren bereits an diesem Platz, hat aber angesichts der steilen 3000 Meter hohen Ostwand seine Pläne von einer Besteigung des Everest von hier aufgegeben und hat sich dann stattdessen der Nordseite zugewandt. Erstbegangen wurde diese Seite des Everest erst im Jahr 1983. Da hat sich eine amerikanische Expedition während fünf Wochen von dort auf den Gipfel des höchsten Berges der Welt gekämpft.



Die steile Ostwand des Everest wird auch Kangshung genannt. Wir können uns an dem spektakulären Blick kaum sattsehen.

Übernachtung im Zelt in Pethang Ringmo (4950 Meter). (F,M,A)

Trekking 6 – 7 h, Aufstieg 750 m, Abstieg 250 m, Gehdistanz 10 km
(Reiseleitung während des ganzen Tages)

15. Tag Ruhetag inmitten der hohen Eisgipfel

Weil es so schön ist, bleiben wir einen ganzen Tag hier. Je nach Lust und Laune frönen wir dem «Dolce far niente» und geniessen diesen einmaligen schönen Platz mit der beeindruckenden Bergwelt rundherum. Die Unternehmungslustigen können aber auch eine Wanderung Richtung des Kangshung-Basislagers machen. Dieses liegt auf einer Höhe von über 5300 Metern und ist in knapp 3 Stunden zu erreichen.

Übernachtung im Zelt in Pethang Ringmo (4950 Meter). (F,M,A)

Optionale Wanderung ins Kangshung-Basislager 5 – 6 h, Aufstieg 350 m, Abstieg 350 m, Gehdistanz 14.5 km
(Reiseleitung während des ganzen Tages)

16. Tag Weiter geht's

Auf bekanntem Weg steigen wir ab zum Rabkhar Chu. Anschliessend steigen wir ein uns noch unbekanntes Tal hoch bis nach Tango, wo wir die Zelte aufstellen. Je nach Verlauf des Tages können wir das Lager auch bereits früher oder später aufstellen.

Übernachtung im Zelt in Tango (4700 Meter). (F,M,A)

Trekking 6 – 7 h, Aufstieg 450 m, Abstieg 700 m, Gehdistanz 10.5 km
(Reiseleitung während des ganzen Tages)

17. Tag Hoher Pass und weiter nach Rongbuk

Heute überqueren wir den 5330 Meter hohen Langma La. Oben hängen wir unsere Gebetsfahnen auf, wie es Brauch ist in Tibet. Der Wind soll die aufgedruckten Gebete zu den Göttern bringen, welche nach dem Glauben der Leute auf den Himalaya-Gipfeln wohnen. Für uns soll dieses Ritual Glück und eine sichere Weiterreise bringen. Von oben geniessen wir noch einmal einen schönen Blick auf den Everest, Lhotse und Chomolonzo. Abwärts erreichen wir dann Shomaling, den Endpunkt unseres ersten Trekkings. Wir fahren nach Rongbuk, wo wir in einem sehr einfachen Gasthaus übernachten werden. Von hier sehen wir die optisch auch sehr schöne Nordseite des Mount Everest. Wir haben die Gelegenheit, das kleine Kloster hier zu besuchen. Dieses liegt auf einer Höhe von 4980 Metern und gilt als eines der höchstgelegenen Klöster der Welt.

Hinweis: Seit kurzem ist es nicht mehr erlaubt, ins eigentliche Basislager des Mount Everest zu fahren und Rongbuk ist Endpunkt für uns als Touristen. Die Aussicht von hier ist jedoch ebenfalls sehr schön und unsere Ausblicke von den Trekkings her sind sowieso nicht zu toppen.

Übernachtung im Gasthaus in Rongbuk (4980 Meter). (F,M)

Fahrzeit 2 h, Trekking 5 – 6 h, Aufstieg 650 m, Abstieg 1150 m, Gehdistanz 11 km
(Reiseleitung während des ganzen Tages)

18. Tag Panoramawanderung mit Blick auf den Mount Everest

Heute Morgen geniessen wir eine hoffentlich schöne Morgenstimmung über dem Everest-Massiv. Das eigentliche Basislager, von wo im Frühling viele Expeditionen zur Everest-Besteigung starten, ist rund 4 km entfernt und für Touristen leider nicht mehr zugänglich. Wir werden zu einer anderen Wanderung aufbrechen und die Umgebung von Rongbuk zu Fuss erkunden. Unterwegs können wir immer wieder den höchsten Berg der Welt bestaunen. Am Nachmittag fahren wir über den Pang La nach Shekar. Nach den Tagen im Zelt und dem sehr einfachen Gasthaus in Rongbuk geniessen wir hier ein richtiges Bett und eine warme Dusche.

Übernachtung im Gasthaus in Shekar (4350 Meter). (F)

Fahrzeit 2 ½ – 3 h, Wanderung 1 – 2 h

(Reiseleitung während des ganzen Tages)



19. Tag Zurück nach Shigatse

Je nachdem fahren wir auf der uns bekannten Hauptstrasse über Lhatse nach Shigatse. Es gibt aber auch die Möglichkeit, auf einer wenig bekannten Route vorbei am See Dramtse Tso nach Sakya und weiter nach Shigatse zu fahren. Diese Strecke ist eine Ganztagesfahrt und wird nur selten von westlichen Besuchern gefahren. Auch sind die Permits nicht immer erhältlich. Welche Strecke wir schlussendlich fahren, werden wir vor Ort entscheiden.

Übernachtung im Hotel in Shigatse (3840 Meter). (F)

Fahrzeit 5 – 8 h

(Reiseleitung während des ganzen Tages)

20. Tag Mit dem Zug nach Lhasa

Die Tibetbahn von Peking über Xining nach Lhasa wurde in den letzten Jahren weitergebaut und reicht heute bereits bis nach Shigatse. Die Bahnstrecke soll in einigen Jahren bis nach Kathmandu, in die Hauptstadt von Nepal, gebaut werden.

Je nach Möglichkeit fahren wir heute mit dem Zug nach Lhasa, andernfalls mit unserem Fahrzeug. Die Route wird auf alle Fälle eine andere sein als bei der Hinfahrt und bringt uns dem Yarlung Tsangpo-Fluss entlang.

Übernachtung im Hotel in Lhasa (3680 Meter). (F)

Zugfahrt 2 ½ h

(Reiseleitung während des ganzen Tages)

21. Tag Letzter Tag in Tibet und Start der Heimreise

Den Vormittag haben wir 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 h, Fahrzeit 1 h (F)

(Flughafentransfer in Lhasa begleitet, Flughafentransfer in Chengdu nicht begleitet)

22. Tag Zurück in die Schweiz

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

Flugzeit 11 bis 15 Stunden, aufgeteilt in zwei Teilflüge.

(ohne Reiseleitung)

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!



Flexibilität bei Privatreisen

Bei Privatreisen sind Sie grundsätzlich sehr flexibel. In Tibet kann die Flexibilität aber eingeschränkt sein. Die Unterkünfte sind vorgebucht. Falls Sie unterwegs Lust auf mehr Besichtigungen oder Wanderungen haben, dann besprechen Sie dies mit dem lokalen Reiseleiter. Teils ist dies problemlos möglich, teils braucht es dafür spezielle Bewilligungen, welche vor Ort in der Regel nicht erhältlich sind.

Falls Sie weniger Besichtigungen oder zusätzliche Wanderungen machen möchten oder eine geplante weglassen, z.B. wegen des Wetters, dann ist dies in der Regel problemlos möglich. Dies können Sie spontan vor Ort mit dem lokalen Reiseleiter besprechen.

Bei Trekkings wird die gesamte Trekkingdauer in der Regel eingehalten, da die Mannschaft, Yaks oder Pferde etc. für diesen Zeitraum gebucht sind. Die einzelnen Etappen, Ruhetage etc. können aber nach Absprache mit dem lokalen Reiseleiter unterwegs spontan angepasst werden, insofern es auf der Route andere mögliche Lagerorte gibt.



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

Eines der spektakulärsten Trekkings in ganz Tibet, nah an den 8000ern Everest, Lhotse und Makalu. Wenig begangene Route über hohe Pässe. Nach dem Trekking Ausflug ins nördliche Basecamp des Everest (Rongbuk). In Kombination mit kulturellen Highlights in Tibet eine sehr abwechslungsreiche Reise.

Anforderungen

- Anspruchsvolles Trekking (SAC T3 – T4), sehr gute Kondition, 5 Tagesetappen von 3 – 6 Stunden, 3 Tagesetappen von 6 – 8 Stunden.
 - Schwindelfreiheit und Trittsicherheit.
 - Abgeschiedene Route für erfahrene Trekker.
 - Das Hauptgepäck wird während des Trekkings transportiert, den Tagesrucksack tragen wir selbst.
 - Überlandfahrten von 2 – 6 Stunden, 1 Ganztagesetappe.
-

Unterkünfte

In Lhasa übernachten wir in einem guten Mittelklasse-Hotel. Die Gasthäuser auf dem Land sind mehrheitlich sehr einfach und bieten keinen Komfort. WC und Dusche sind teilweise im Zimmer, in einigen Unterkünften hat es nur eine Gemeinschaftstoilette. Die Unterkunft in Rongbuk ist ausserordentlich einfach und bietet keinerlei Komfort, dafür aber eine heizbare Betauflage ;-)

Zeltübernachtung während des Trekkings

Auf dem Trekking übernachten wir in Kuppelzelten mit zwei seitlichen Eingängen von Jack Wolfskin. Das Gepäck kann im Vorzelt oder auch im Inneren des Zelt 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 oder warmer Lunch mitgenommen. Welche Mahlzeiten inbegriffen sind, sehen Sie im Detailprogramm und bei den inbegriffenen Leistungen. 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 und Kaffee (Instant).



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 und Reisen mit Übernachtungen im Zelt bringen Sie Ihren eigenen Schlafsack und eine Liegematte mit.

Vergünstigte Himalaya Tours-Reisetasche

Bei uns können Teilnehmer von Privatreisen unsere grosse und robuste Reisetasche zu einem vergünstigten Preis beziehen. Die von Tatonka für uns produzierte Tasche aus Blachenmaterial ist nicht nur robust, sondern auch sehr zweckmässig. Die Taschen sind geräumig, da bei vielen Airlines nur noch ein Gepäckstück (plus Handgepäck) eingecheckt werden kann, für ein zweites eingechecktes Gepäckstück (auch bei z.B. 2 Gepäckstücken à 10 kg) wird eine zusätzliche Gebühr verrechnet. Diese kann recht hoch sein.

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:

- Sauerstoff-Flasche
- Wasserfilter von Katadyn

Hinweis: Satellitentelefone sind in China nicht erlaubt, deshalb haben wir auf dieser Reise keins dabei. Unsere Reiseleitung besitzt aber eine einheimische SIM-Karte für das Handy. Die Schweizer SIM funktionieren in den meisten Regionen und je nach Region besteht eine Netzabdeckung (generell nicht auf Trekkings).

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

(April – Mitte Juni)

Ideale Reisezeit mit nur wenig Niederschlag. Vielfach angenehme Temperaturen. In der Höhe kann es kühl oder kalt werden. Gute Zeit für Trekkings.

Sommer

(Mitte Juni – August)

In den Sommermonaten ist es tagsüber sehr warm oder sogar heiss. Die Himalaya-Kette schirmt Tibet vom Monsun ab, der Monsunregen fällt nicht so heftig aus wie in Nepal und Bhutan, trotzdem fällt mehr als die Hälfte des Jahresniederschlages im Sommer. Überschwemmungen und Erdbeben können einzelne Strassenabschnitte unpassierbar machen. Trotz der teils eingeschränkten Bergsicht ist dies eine sehr beliebte Reisezeit.

Herbst

(September – Oktober)

Ideale Reisezeit, speziell auch für Trekkings. Die Wetterlage ist stabil, die Tage sind noch lang, sonnig und der Himmel ist vielfach klar. Die Bergsicht ist häufig sehr gut und vergleichbar mit schönen Herbsttagen in den Alpen.

Winter

(November – März)

In Zentral- und Westtibet gibt es meist nur kleine Niederschlagsmengen, aber die Temperaturen können in grösseren Höhenlagen sehr kalt sein. Die Täler um Lhasa, Gyantse und Shigatse sind auch im Winter zu bereisen und die Temperaturen tagsüber vielfach angenehm.

Zu dieser Reise

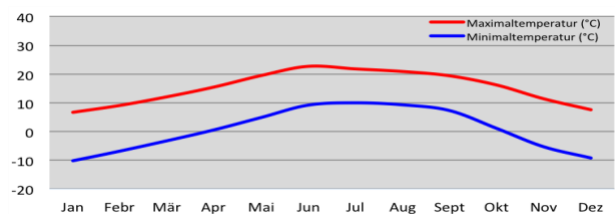
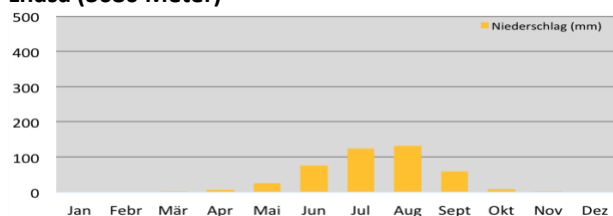
Jede Jahreszeit hat ihre Besonderheiten und Vor- und Nachteile. Fragen Sie uns.

Klimaverschiebungen

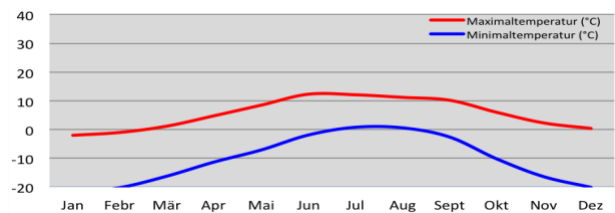
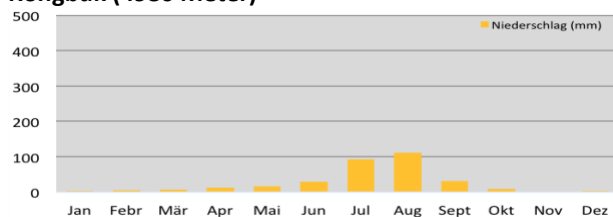
Wichtiger Hinweis: Seit einigen Jahren gibt es weltweit zunehmend Klimaverschiebungen mit häufig sehr ungewöhnlichen Wetterlagen, welche weit von den Statistiken abweichen können. Es kann auch in der «guten» Jahreszeit tagelang regnen oder sogar mal schneien, Wege können schlammig und Pässe unpassierbar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

Klimadiagramme

Lhasa (3680 Meter)



Rongbuk (4980 Meter)





Inbegriffene und nicht inbegriffene Leistungen

Leistungen inbegriffen

- Flüge Zürich-Lhasa (drei bis vier Teilflüge) retour in Economy-Klasse
 - Flughafentaxen und Treibstoffzuschlag
 - Alle Überlandfahrten und Transfers
 - 11 Übernachtungen im Hotel/Gasthaus im Doppelzimmer
 - 8 Übernachtungen im Doppelzelt während des Trekkings
 - Vollpension während des Trekkings oder den Tagen mit Zeltübernachtung, nur Frühstück an den anderen Tagen
 - Eintrittsgebühren für Besichtigungen laut Programm
 - Spezialbewilligungen und Permits
 - Komfortable Schlafzelte, Ess-, Koch- und WC-Zelt, Klappstühle und -tische, Kochutensilien und Geschirr
 - Lokale englischsprachige Reiseleitung plus Begleitmannschaft während des Trekkings
-

Für unsere Sicherheit inbegriffen

- Sauerstoff-Flasche
 - Wasserfilter von Katadyn
 - 24h-SOS-Telefon von Himalaya Tours in der Schweiz und unserem lokalen Partner vor Ort
-

Zusätzliche Leistungen inbegriffen

- Vorbereitungsgespräch
 - Landkarte von Tibet
 - Platypus-Beutel als Bett- und Getränkeflasche zu gebrauchen
 - Heisse Bettflasche in kalten Nächten
-

Leistungen nicht inbegriffen

- Trinkgelder
 - Visum für China (CHF 164) plus Einholung (siehe Hinweis)
 - Mahlzeiten, welche nicht inbegriffen sind
 - Getränke in Restaurants, Hotels und Gasthäusern
-

Hinweis zum Chinavisum

Das Chinavisum ist nicht inbegriffen und muss selber eingeholt werden. Die Visakosten betragen CHF 164 (CHF 45 fürs Visum und CHF 119 Gebühr fürs Visa Center), wenn man den Pass selbst beim Visa Center (CVASC – Chinese Visa Application Service Center) in Bern oder in Zürich vorbeibringt und dort auch wieder abholt. Falls man sich den Pass per Post zurücksenden lässt, dann verrechnet das Visa Center dafür zusätzlich CHF 97 (!).

Von unserer Seite her werden Sie die benötigten Dokumente und Hinweise zum Ausfüllen des komplizierten Visaformulars erhalten. Dieses muss online ausgefüllt werden.

Das Visum kann auch über unseren Partner Visa Service eingeholt werden. Dies kostet total CHF 290 für die Visa-Kosten inklusive Ausfüllen des Online-Visaformulars, Einholung des China-Visums sowie Zurücksenden des Passes an die gewünschte Adresse.

Alle Preisangaben gelten Stand März 2024 und können ändern.

Update März 2024: Für Schweizer gilt neu vom 14. März bis 30. November 2024 eine visumsfreie Einreise nach China. Dies gilt jedoch nur für eine maximale Aufenthaltsdauer von 15 Tagen. Für längere Reisen muss nach wie vor ein reguläres Visum eingeholt werden.



Gruppengrösse und Kosten

Reisedauer

22 Tage

Gruppengrösse

Privatreise für 1 bis 10 Personen. Es sind auch Privatreisen für Gruppen von über 10 Personen möglich.

Kosten

pro Person bei 6 und mehr Teilnehmern	CHF	7150
pro Person bei 3 bis 5 Teilnehmern	CHF	8650
pro Person bei 2 Teilnehmern	CHF	9450
Preis für 1 Person auf Anfrage		

Wichtiger Hinweis: Die Kosten basieren auf einem Flugpreis Zürich-Chengdu retour von CHF 800 und Chengdu-Lhasa retour von CHF 500, dies war der durchschnittliche Flugpreis in den letzten Jahren. Seit der Corona- und Energiekrise sind die Flugpreise stark schwankend und können auch deutlich höher sein, dies vor allem je kurzfristiger ein Flug gebucht wird. Wir verrechnen die effektiven Flugpreise beim Buchungszeitpunkt. Sollten die Flugkosten tiefer sein als CHF 800 und CHF 500, dann reduziert sich der Reisepreis um die Differenz und sollten diese höher sein, dann erhöht sich der Reisepreis. Es ist auch möglich, die Flüge selbst zu buchen. In dem Fall werden CHF 1300 vom Reisepreis abgezogen.

Wir empfehlen, die Reise frühzeitig zu buchen. Da kosten die Flüge oftmals nur die Hälfte oder weniger verglichen mit kurzfristigen Flugbuchungen.

Individuelles Programm

Dieses Programm ist als Vorschlag zu verstehen. Es ist ohne weiteres möglich, diesen Reisevorschlag individuell anzupassen, zu verlängern, zu verkürzen oder mit anderen Reisen zu kombinieren. Es ist auch möglich, nur einen Teil der Reise durch uns zu buchen und die weitere Reise selbst zu organisieren.

Ihren Reiseplänen sind somit also keine Grenzen gesetzt. Wir von Himalaya Tours haben eine sehr grosse Erfahrung in der Durchführung von Privatreisen im Himalaya. Auch anspruchsvolle Touren in den entlegensten Regionen können wir professionell organisieren.

Wir organisieren jedes Jahr sogar anzahlmässig mehr Privat- als Gruppenreisen.

Gerne beraten wir Sie persönlich zu unseren Reisen und beantworten Fragen zu Tibet, 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



Optionale Leistungen und Hotelupgrades

Optionale Leistungen

Einzelzimmer und -zelt	CHF	740
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.		
Chinavisum plus Einholung	CHF	269
Chinavisum (CHF 189) plus Bearbeitungsgebühr und Porto (CHF 80)		
Robuste Himalaya Tours-Trekkingtasche mit Schulterträgern (ideal für Trekkings)	CHF	90
Robuste Himalaya Tours-Reisetasche mit Rollen (ideal für Kultur- und Wanderreisen)	CHF	140
Diese Taschen können bei uns zu einem vergünstigten Preis gekauft werden, der offizielle Verkaufspreis beträgt CHF 169 für die Tasche mit Schulterträgern resp. CHF 239 für die Tasche mit Rollen.		

Hotels und Upgrades

Für unsere Reisen verwenden wir in der Regel Hotels oder Gasthäuser der guten oder oberen Mittelklasse an jenen Orten, wo solche überhaupt verfügbar sind. Wir kennen die meisten Unterkünfte im Land und haben eine «gute» Mischung zusammengestellt, aber gerne dürfen Sie Ihre Unterkünfte auch selber auswählen. In einigen Orten gibt es auch Hotels der oberen Klasse, welche gegen Aufpreis buchbar sind. Auf Wunsch lassen wir Ihnen eine Liste mit möglichen Hotels oder Hotelupgrades zukommen.