

HIMALAYA TOURS

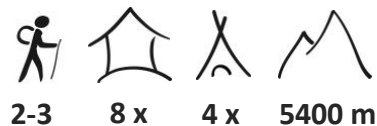


Privatreise

Herbst in Tibet

mit lokaler englischsprechender Reiseleitung

Abwechslungsreiche Reise mit kurzem Trekking



2-3

8 x

4 x

5400 m

Ideale Reisezeit April – Oktober



Ideale Reisezeit



Höhepunkte

- Kurzes Trekking auf wenig begangener Route
- Heiliger Berg Nyenchen Tanglha (7162 Meter)
- Aufenthalt am schönen See Nam Tso
- Kloster Tsurphu, Sitz des Karmapa
- Spannende Rundreise

Diese Reise ist für alle, welche nicht allzu viel Zeit haben, aber trotzdem eine möglichst grosse Vielfalt in Tibet sehen möchten. Unsere Reise startet in Lhasa, wo wir neben den Highlights wie Potala-Palast und Jokhang-Tempel auch wenig bekannte und wenig touristische Orte besuchen. Gut akklimatisiert reisen wir ins Kloster Tsurphu, das in einem einsamen Seitental liegt. Dies ist der traditionelle Sitz des Karmapa, dem Oberhaupt der buddhistischen Richtung der Karma-Kargyü.

Auf einer wenig begangenen Route wandern wir durch einsame Täler, vorbei an Hirtencamps und über hohe Pässe. Technisch ist dies ein sehr einfaches Trekking und gut geeignet für Trekking-Neulinge. Nach drei Tagen erreichen wir das Nomadendorf Gyekar. Von hier weg fahren wir zum stahlblauen See Nam Tso, dem grössten Salzsee in Zentraltibet. Auf einer einsamen Route führt uns unser Weg nach Reting. In diesem wenig besuchten Tal steht ein grosser Wacholder-Wald. Auf einer schönen Wanderung besuchen wir die Nonnen im Nonnenkloster Samtenling, bevor wir nach Lhasa zurückkehren. Diese Rundreise bietet eine grosse Abwechslung.



Inhalt

Reiseroute und Höhenprofil	3
Reiseprogramm	4
Reiseleitung, Anforderungen, Unterkünfte und Mahlzeiten	9
Ausrüstung und Sicherheitsausrüstung	10
Klima und Wetter	11
Inbegriffene und nicht inbegriffene Leistungen	12
Gruppengrösse und Kosten	12
Optionale Leistungen und Hotelupgrades	14

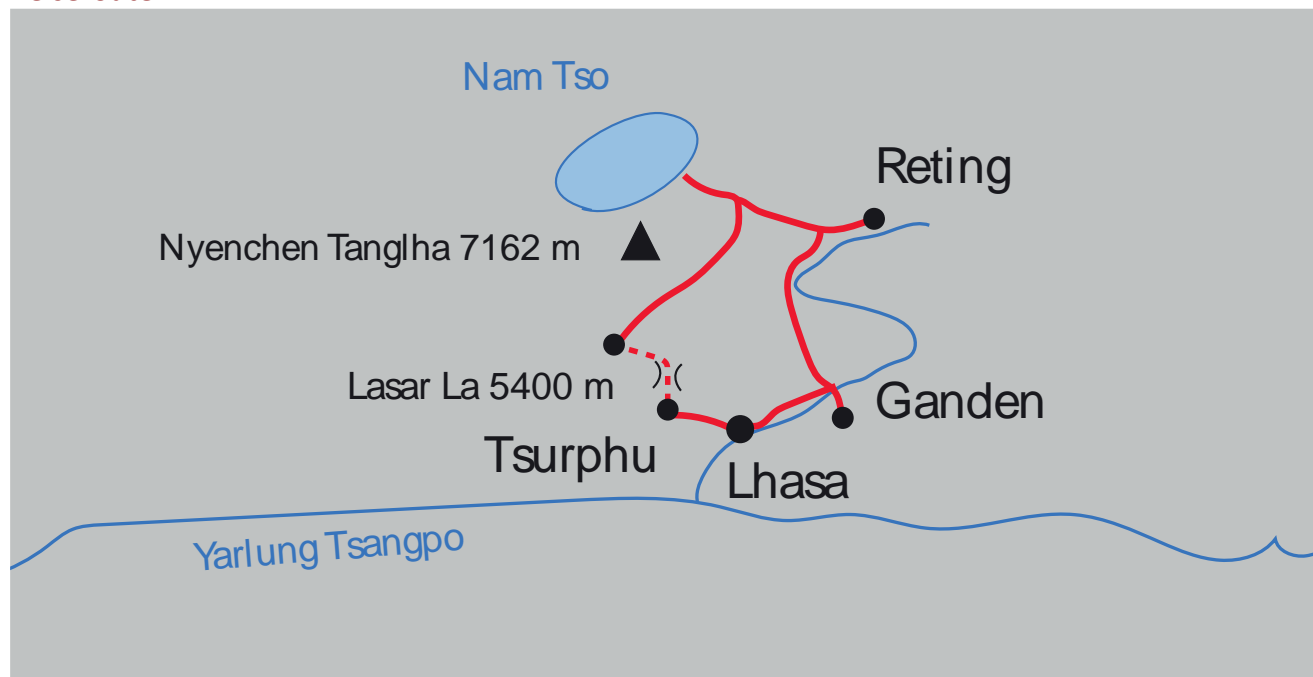
Weitere Infos

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

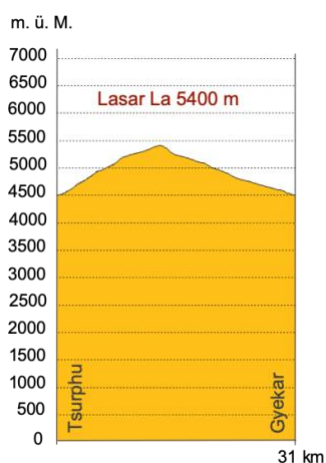


Reiseroute und Höhenprofil

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	31 km	Tage mit 0 – 400 Höhenmetern Aufstieg	2
Total Höhenmeter Aufstieg	900 m	Tage mit 401 – 800 Höhenmetern Aufstieg	1
Total Höhenmeter Abstieg	950 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 Tibet**

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 Ostt Tibet. Im Gongkar-Flughafen empfängt uns unser lokaler Führer.

Zusammen fahren wir in die rund 1 Stunde 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, den alten Teil von Lhasa. Hier treffen sich verschiedene Volksgruppen in ihren Landestrachten – Khampas aus Ostt Tibet mit ihren roten Bändern im Haar, Tibeterfrauen mit wertvollem Türkisschmuck und das Haar zu 108 Zöpfchen geflochten sowie wildaussehende Nomaden aus Westt Tibet. 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). (F)

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 Norbulingka. Dieser 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.

Am Nachmittag 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 Ostt Tibet 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 Besichtigungsdauer für Besucher zugänglich. Unser Zeitfenster wird uns vor Ort mitgeteilt.

Wenig touristisch ist nach wie vor der traditionelle Rundgang um den Potala-Palast. Wir laufen zusammen mit buddhistischen Pilgern einen Teil dieses Weges und werden beeindruckt sein ob der tiefen Religiosität der Pilger.

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

Fahrzeit 1 h, Bummel durch die Stadt 1 h
(Reiseleitung während des ganzen Tages)

4. Tag Wichtigstes Heiligtum und Altstadt von Lhasa

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 unbekannte Ecken und trinken einen Tee in einem lokalen «tea house», wo sich Einheimische treffen. Im Dropenling sind einige Handwerksstätten, wo altes traditionelles Handwerk gelehrt und ausgeübt wird. Vielleicht haben wir Glück und können dem einen oder anderen Handwerker über die Schulter schauen. Oftmals sind diese aber auch auswärts in den Klöstern engagiert, um dort Restaurierungen oder ähnliches zu machen. 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 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 3 – 4 h
(Reiseleitung während des ganzen Tages)

6. Tag Ehemals grösstes Kloster von Tibet

In früherer Zeit gab es in Tibet drei wichtige Klosteruniversitäten, welche in der Blütezeit eigene kleine «Klosterstädte» waren. Dies sind Drepung, Sera und Ganden. Das Kloster Drepung war einst das grösste monastische Zentrum der tibetischen Welt mit über 8000 Mönchen. Nach dem Besuch dieses Klosters wandern wir ins unterhalb gelegene Nechung-Kloster. Hier war früher das Staatsorakel zuhause, welches bei



allen wichtigen Entscheidungen um Rat gefragt wurde. Am Nachmittag fahren wir in ein einsam gelegenes Seitental nach Tsurphu. Für eine gute Akklimation übernachteten wir hier zweimal im eigenen Zeltlager. Übernachtung im Zelt in Tsurphu (4550 Meter). (F,A)
Fahrzeit 2 h, Wanderung 1 h
(Reiseleitung während des ganzen Tages)

7. Tag **Akklimationstag in Tsurphu**

Wir bleiben einen ganzen Tag an diesem schönen Platz. Hier steht das Hauptkloster des Karmapa, Oberhaupt der buddhistischen Richtung der Karma-Kargyüpa. Bekannt wurde das Kloster durch den Film «Living Buddha», in welchem ein Ausschnitt aus dem Alltag des jungen Karmapa gezeigt wird. Von der Bevölkerung wird der Karmapa als lebender Buddha verehrt. Seit 1999 lebt dieser in Indien.
Für eine gute Akklimation machen wir heute eine Wanderung in der Umgebung.
Übernachtung im Zelt in Tsurphu (4550 Meter). (F,M,A)
Wanderung 1 – 2 h
(Reiseleitung während des ganzen Tages)

8. Tag **Trekkingstart**

Wir starten unser Trekking. Das gesamte Gepäck wird auf die Yaks (eventuell auch Pferde) aufgeladen und mit gemächlichem Schritt wandern wir das Tal aufwärts. Unterwegs treffen wir vielleicht auf Hirten mit ihren Herden, welche diese Gegend beweiden.
In diesem Tal gibt es den berühmten «Blauen Mohn». Diese Blume wächst nur im Himalaya und ist auch dort sehr selten. Hier findet man diese Blume vor allem in den Sommermonaten in grosser Zahl. Vielleicht haben wir Glück und sehen trotzdem noch ein Exemplar.
Übernachtung im Zelt in Leten (5050 Meter). (F,M,A)
Trekking 4 h, Aufstieg 500 m, Abstieg 0 m, Gehdistanz 6.5 km
(Reiseleitung während des ganzen Tages)

9. Tag **Über einen hohen Pass ins Tal der Blauschafe**

Heute überqueren wir einen hohen Pass. Dies ist der 5400 Meter hohe Lamar La. Wir wandern gemächlich auf einem ansteigenden Weg durch weite Hochtäler. Dies ist eine sehr einsame Gegend, welche nur ab und zu von Hirten mit ihren Herden auf der Suche nach Gras durchstreift wird. Wir haben aber eine gute Chance, wilde Blauschafe zu sehen. Diese leben an den einsamen Berghängen und mit etwas Glück sehen wir vielleicht eine grössere Herde.
Übernachtung im Zelt in Bartso (4900 Meter). (F,M,A)
Trekking 5 – 6 h, Aufstieg 400 m, Abstieg 550 m, Gehdistanz 15 km
(Reiseleitung während des ganzen Tages)

10. Tag **Blauer See Nam Tso**

Unsere letzte Etappe bringt uns talabwärts nach Gyekar, wo wir unser kurzes Trekking beenden. Von hier fahren wir weiter Richtung Nam Tso. Über einen über 5000 Meter hohen Strassenpass fahren wir zum Nam Tso. Diese Strecke wird in der Regel mit einem Shuttle-Bus zurückgelegt, aus Umweltschutzgründen darf man nicht mehr mit dem eigenen Auto zum See fahren. Der Nam Tso ist einer 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 diesen ehemals einsamen, aber heute sehr touristischen Ort. Um die Halbinsel herum kann man mit einem



Bus fahren oder auch ein Stück zu Fuss gehen, wie dies früher die Pilger gemacht haben. Von den Hügelspitzen oben geniesst man einen unvergleichlich schönen Ausblick über den weiten, blauen See.

Hinweis: Seit 2019 darf nicht mehr direkt am Nam Tso übernachtet werden, weshalb wir am Abend weiter nach Damshung, fahren.

Übernachtung im Gasthaus in Damshung (4300 Meter). (F)

Fahrzeit 2 – 3 h, Trekking 2 – 3 h, Aufstieg 0 m, Abstieg 400 m, Gehdistanz 9.5 km
(Reiseleitung während des ganzen Tages)

11. Tag Spannende Fahrt

Heute fahren wir auf einer wenig befahrenen Strasse 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. Reting ist nicht auf der touristischen Landkarte und wird nur selten besucht. Die wenigen Gasthäuser hier sind darum sehr einfach.

Übernachtung im Gasthaus in Reting (4200 Meter). (F)

Fahrzeit 4 – 5 h

(Reiseleitung während des ganzen Tages)

12. Tag Gemütlicher Tag in Reting

Wir bleiben einen weiteren Tag in diesem schönen Tal und verbringen eine gemütliche Zeit. 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 in Reting (4200 Meter). (F)

Fahrzeit 4 – 5 h

(Reiseleitung während des ganzen Tages)

13. Tag Phantastisches Ganden

Wir verlassen das schöne Reting und fahren dem Tal des Kyichu entlang. Unser Ziel ist Ganden, welches auf einer Höhe von 4300 Metern liegt. Dieses wichtige Kloster passt sich wie ein Amphitheater in die gebirgige Umgebung an 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 Kora und haben 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. Am Nachmittag fahren wir zurück nach Lhasa, wo sich unser Kreis schliesst.

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

Fahrzeit 4 – 5 h, Wanderung 1 h

(Reiseleitung während des ganzen Tages)

14. Tag Letzter Tag in Tibet und Start der Heimreise

Je nach Abflugzeit haben wir den Vormittag 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.

(F)

Flugzeit 2 ½ h, Fahrzeit 1 h

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



15. 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 oder drei 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 englischsprechenden 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

Einfaches dreitägiges Trekking über hohe Pässe und durch einsame Täler. Diese Tour ist ideal für Trekking-Neulinge und alle, welche in kurzer Zeit eine möglichst grosse Vielfalt in Tibet erleben möchten.

Anforderungen

- Einfaches bis mittleres Trekking (SAC T1 – T2), gute Kondition, 2 Tagesetappen von 2 – 4 Stunden, 1 Tagesetappe von 5 – 6 Stunden.
 - Vor und nach dem Trekking Rundreise mit Tageswanderungen von 1 – 4 Stunden. Diese Wanderungen sind fakultativ und können auch ausgelassen werden.
 - Das Hauptgepäck wird während des Trekkings transportiert, den Tagesrucksack tragen wir selbst.
 - Überlandfahrten von 1 – 5 Stunden.
-

Unterkünfte

In Lhasa übernachten wir in einem guten Mittelklasse-Hotel. Die Hotels/Gasthäuser auf dem Land sind mehrheitlich sehr einfach und bieten wenig Komfort. WC und Dusche sind teilweise im Zimmer, im Gasthaus in Reting hat es eventuell nur eine Gemeinschaftstoilette.

Zeltübernachtung während des Trekkings

In Tsurphu und auf dem Trekking übernachten wir in Kuppelzelten mit zwei seitlichen Eingängen von Jack Wolfskin. 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 Speisen zur Auswahl. In China und Tibet wird sehr viel Fleisch gegessen, die Auswahl an vegetarischen Speisen kann teils klein sein. Westliches Frühstück mit Brot, Müesli oder ähnlichem ist an etlichen Orten nicht erhältlich, das chinesische Frühstück besteht in der Regel aus Reis- oder Nudelsuppe oder aus gedämpften und teils mit Fleisch oder Gemüse gefüllten Teigtaschen.

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.

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

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:

- 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-Karten 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

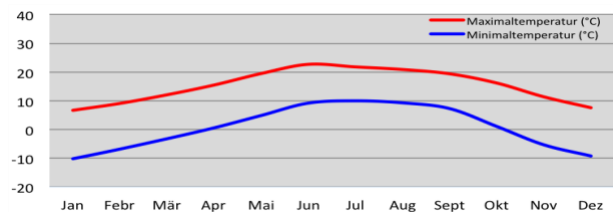
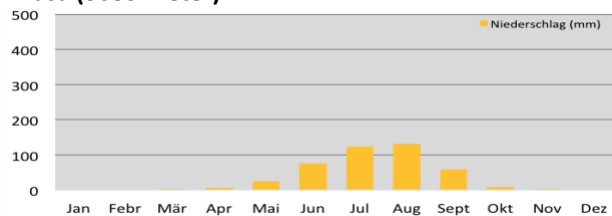
Jede Jahreszeit hat ihre Besonderheiten und Vor- und Nachteile. Fragen Sie uns.

Klimaverschiebungen

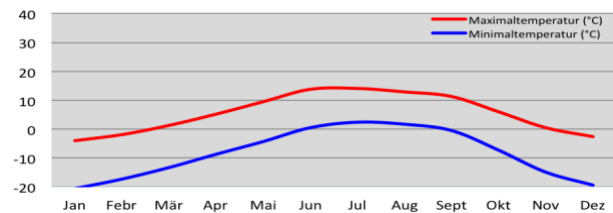
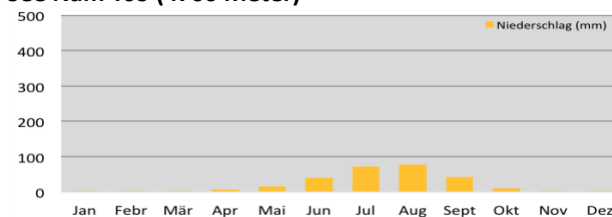
Wichtiger Hinweis: Seit einigen Jahren gibt es weltweit zunehmend Klimaverschiebungen mit häufig sehr ungewöhnlichen Wetterlagen, welche weit von den Statistiken abweichen können. Es kann auch in der «guten» Jahreszeit tagelang regnen oder sogar mal schneien, Wege können schlammig und Pässe unpassierbar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

Klimadiagramme

Lhasa (3680 Meter)



See Nam Tso (4700 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
 - 8 Übernachtungen im Hotel/Gasthaus im Doppelzimmer
 - 4 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, Klapptische und -stühle, Kochutensilien und Geschirr
 - Lokale englischsprechende 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 visumfreie 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

15 Tage

Gruppengrösse

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

Kosten (ohne Flug Zürich-Lhasa retour)

pro Person bei 6 bis 10 Teilnehmern	CHF	4190
pro Person bei 3 bis 5 Teilnehmern	CHF	4990
pro Person bei 2 Teilnehmern	CHF	5890
Preis für 1 Person auf Anfrage		

plus

Flug Zürich-Lhasa retour

pro Person ab CHF 1500

Flug Zürich-China-Lhasa 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 1500 (je nach Flugdauer, Umsteigedestinationen, etc.), die Flugpreise können aber je nach Saison auch höher sein und im Bereich von CHF 1500 – 2500 liegen. Bei kurzfristigen Buchungen von wenigen Wochen oder Monaten vor Abreise können die Flugpreise zudem noch 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.

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 620

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.

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.