Bhutan, **Nepal**, **Tibet** | Kulturreise, Multi-Länder-Reise

Trans-Himalaya: Von Tibet nach Bhutan

Entdecken Sie die faszinierendsten Orte des Himalayas: Lhasa - Kathmandu - Bhutan

13x	1x	1x	3600	2

Jan	Feb	Mär	Apr	Mai	Jun	Jul	Aug	Sep	Okt	Nov	Dez

Copyright 2024 **Himalaya**, by TCTT GmbH, Seefeldstr. 128, CH-8008 Zürich | PDF generiert am 21.05.2024 10:02:15

Reiseübersicht

Die vielseitige und spektakuläre Reise führt Sie via die Hauptstadt Chinas nach Xining und von dort auf der einmaligen Zugstrecke nach Tibet, auf das Dach der Welt. Entdecken Sie einige der grössten Klöster Tibets, den imposanten Potala Palast und wichtige Pilgerstätten wie der Jokhang Tempel in Lhasa. Das landschaftlich herrlich gelegene Kloster Ganden besuchen wir in einem Tagesausflug.

Ein atemberaubender Flug, entlang der höchsten Gipfel der Welt, bringt uns später in die farbenfrohe lebendige Hauptstadt Nepals. Die ehemalige Königsstadt gehört zusammen mit Patan und Bhaktapur zu den drei Königsstädten. Ein friedliches Nebeneinander der verschiedenen Religionen und die sehenswerte Altstadt machen viel von der Faszination Kathmandus aus.

Dann erwartet Sie mit Bhutan der nächste Höhepunkt! Das „Land des Donnerdrachens“ begrüsst den Reisenden mit gelebter Tradition, architektonischen Bauten, gastfreundlichen Bewohnern und vielen landschaftlichen Reizen. Stauen Sie über die mächtige Dzongs, intakte Bergregenwälder und wilde Natur mit herrlichen Bergpanoramas. Nach dem Besuch des weltbekannten Tigernest in Paro, nehmen wir mit Wehmut Abschnitt vom Himalaya.

Es sind interessante Vor- und Nachprogramme in China und Indien oder auch Verlängerungen möglich.

Höhepunkte

- Kaleidoskop des Himalayas
- Lhasa, die historische Hauptstadt Tibets
- Flug über den Himalaya
- UNESCO Welterbestätten im Kathmandu Tal
- Die schönsten Orte in Bhutan

Reiseprogramm - 17 Tage

Tag 1-2	Flug Zürich - Peking - Xining, Zug nach Lhasa
Tag 3	Zugfahrt über die Hochebene
Tag 4-5	Lhasa: Entdeckungen in der heiligen Stadt (2 Tage)
Tag 6	Lhasa: Tagesausflug zum Kloster Ganden
Tag 7	Flug Lhasa - Kathmandu
Tag 8	Kathmandu: Die Altstadt und der Tempelberg
Tag 9	Kathmandu: Tagesausflug in die alte Königsstadt Bhaktapur
Tag 10	Flug Kathmandu - Paro, Fahrt nach Thimphu
Tag 11	Thimphu: Hauptstadt Bhutans
Tag 12	Thimphu - Punakha
Tag 13	Punakha
Tag 14	Punakha - Paro
Tag 15	Paro: Ausflug zum Tigernest
Tag 16	Flug Paro - Delhi mit Stopover Programm in Delhi
Tag 17	Ankunft in Zürich

Copyright 2024 **Himalaya**, by TCTT GmbH, Seefeldstr. 128, CH-8008 Zürich | PDF generiert am 21.05.2024 10:02:15

Copyright 2024 **Himalaya**, by TCTT GmbH, Seefeldstr. 128, CH-8008 Zürich | PDF generiert am 21.05.2024 10:02:15

Detailprogramm

Tag 1-2

Flug Zürich - Peking - Xining, Zug nach Lhasa

Heute starten Sie Ihr grosses Abenteuer mit einem Nachtflug nach Peking. In Peking erfolgt der Transfer zum Nationalen Flughafen. Ihr Flug nach Tibet führt Sie über grosse Teile Chinas nach Xining der Hauptstadt der der Qinghai Provinz. Hier werden Sie von unseren Partnern betreut. Am Abend besteigen Sie den Zug Richtung Lhasa.

Bemerkungen:
- Klasse "Softsleeper" ist bestätigt (4er-Abteil, geteilt mit anderen Passagieren), kurzfristige Umbuchungen in die Klasse "Hardsleeper", welche nicht unter der Kontrolle von TCTT liegen bleiben vorbehalten
- Mahlzeiten sind nicht im Reisepreis enthalten

Zug

2900m ü. M.

Tag 3

Zugfahrt über die Hochebene

Heute beginnt die eigentliche Bahnfahrt über das tibetische Hochland. Die Strecke führt bis über 5000 m.ü.M.. Am Abend erfolgt die Ankunft in Lhasa. Am Bahnhof werden Sie bereits erwartet und in Ihr Hotel gebracht.

Hotel
Kyichu Hotel ***

3600m ü. M.

Tag 4-5

Lhasa: Entdeckungen in der heiligen Stadt (2 Tage)

Für viele Entdecker, Forscher und Abenteurer war Lhasa, die verbotene Stadt, eines der grössten Ziele. Doch nur wenige erblickten den Potala. Sie werden während 2 Tagen Zeit haben, Lhasa und die Umgebung zu erforschen. Auf dem Programm stehen der Potala Palast und Norbu Lingka, die beiden Residenzen der Dalai Lamas; der Jokhang, Tibets heiligster Tempel und wichtigste Pilgerstätte; die grossen Klöster Drepung und Sera sowie die lebendige Altstadt mit dem Barkhor, dem alten und bis heute bedeutenden Markt.

Hotel
Kyichu Hotel ***

F / M / A

3600m ü. M.

Tag 6

Lhasa: Tagesausflug zum Kloster Ganden

Dem Kyichu Fluss entlang fahren Sie nach Ganden. Das Kloster wurde 1416 von Tsongkhapa gegründet und ist religiöses Zentrum der Gelbmützen-Schule. Es gibt nur wenige Orte, wo sich die Zerstörungswut der Roten Garden so zeigte wie hier. Inzwischen erfolgte der Wiederaufbau und die Pilger reisen wieder von weit her nach Ganden. Ein schöner Pilgerweg führt um das hochgelegene Kloster.

ca. 3 Std. / 120km

Hotel
Kyichu Hotel ***

F / M / A

3600m ü. M.

Tag 7

Flug Lhasa - Kathmandu

Heute heisst es von Tibet Abschied zu nehmen. Sie fahren frühmorgens zum Gongkhar Airport. Auf dem atemberaubenden Flug überqueren Sie den Himalaya, einen sehnsüchtigen Blick zurück auf die Hochebene Tibets

1.5 Stunden

Hotel
Shambaling Boutique Hotel ***(*)

Copyright 2024 **Himalaya**, by TCTT GmbH, Seefeldstr. 128, CH-8008 Zürich | PDF generiert am 21.05.2024 10:02:15

werfend. Es geht Kathmandu entgegen, unter Ihnen die subtropische Landschaft Nepals. Dank Zeitverschiebung haben Sie noch fast den ganzen Tag zur freien Verfügung.

Deluxe Room

F

7 zu buchbare Erlebnisse

1300m ü. M.

Tag 8

Kathmandu: Die Altstadt und der Tempelberg

In der Altstadt von Kathmandu bummeln Sie über den Durbar Square mit seinen Tempeln und Palästen und lassen sich durch die Gassen treiben. Anschliessend besuchen Sie Swayambunath, eine der wichtigsten Tempelanlagen, sowohl für Buddhisten als auch für Hinduisten. Swayambhunath ist auf einem Hügel gelegen, von wo Sie eine herrliche Aussicht auf Kathmandu geniessen.

Hotel
Shambaling Boutique Hotel ***(*)
Deluxe Room

F

7 zu buchbare Erlebnisse

1300m ü. M.

Tag 9

Kathmandu: Tagesausflug in die alte Königsstadt Bhaktapur

Bhaktapur ist an der alten Handelsstrasse nach Tibet gelegen und die drittgrösste Stadt des Kathmandu Tals. Es ist eine faszinierende altertümliche und lebendige Stadt. Schlendern Sie durch die engen Gassen, bestaunen Sie die vielen eindrücklichen Tempelanlagen und die schönen Plätze dieser alten Königsstadt.

Hotel

F

7 zu buchbare Erlebnisse

1300m ü. M.

Tag 10

Flug Kathmandu - Paro, Fahrt nach Thimphu

Heute fliegen Sie mit der Druk Air nach Paro. Vorbei an den Himalayariesen geht es dem Drachenland entgegen. Bei guter Sicht geniessen Sie einen phantastischen Ausblick auf den Mt. Everest, Kanchenchunga und andere Gipfel (versuche Sie einen Fensterplatz auf der linke Seite zu erhalten). Nach den Zollformalitäten werden Sie von unseren Partnern empfangen. Sie fahren nach Thimphu (Hauptstadt von Bhutan). Unterwegs geniessen Sie die Aussicht auf die Reisfelder und Dörfer.

1.5h / 70km

Hotel

F / M / A

1 zu buchbares Erlebnis

2360m ü. M.

Tag 11

Thimphu: Hauptstadt Bhutans

Am Morgen gehen Sie in Thimphu auf Entdeckungsreise. Sie besuchen den farbenfrohen Wochenmarkt und den massiven Taschicho Dzong, das "Fort der glorreichen Religion", das ohne einen einzigen Nagel gebaut wurde und auch Sitz der Regierung ist. Später besichtigen Sie den Memorial Chörten, erbaut zum Gedenken des 1972 verstorbenen 3. Königs und heutiger Mittelpunkt von Thimphu.

Hotel

F / M / A

1 zu buchbares Erlebnis

2360m ü. M.

Copyright 2024 **Himalaya**, by TCTT GmbH, Seefeldstr. 128, CH-8008 Zürich | PDF generiert am 21.05.2024 10:02:15

Tag 12

Thimphu - Punakha

Ihre Reise führt Sie in Richtung Osten über den 3140 m hohen Dochu La. Geniessen Sie die phantastische Aussicht auf die Bergkulisse des östlichen Himalaya. Die Fahrt führt durch Bergregenwald und dann vorbei an fruchtbaren Terrassenfeldern, auf welchen hauptsächlich roter Reis angebaut wird, nach Punakha. Der gleichnamige Dzong liegt malerisch beim Zusammenfluss des Mo Chu und Pho Chu.

ca. 3 Std. / 80km
Hotel
F / M / A
1 zu buchbares Erlebnis
1300m ü. M.

Tag 13

Punakha

Nach dem Frühstück beginnen Sie den Tag mit einem gemütlichen Spaziergang durch die Reisterrassen. Danach Besichtigungsprogramm in Punakha, der alten Hauptstadt Bhutans. Der mächtige Punakha Dzong, der das Punakha Tal beschützt, ist sicher einer der Höhepunkte. Nach einem Picknick-Lunch am Ufer des Punak Chu fahren Sie zum Dorf von Lobesa und haben Zeit, das Chimi Lhakhang Klosters zu besuchen.

Hotel
F / M / A
1 zu buchbares Erlebnis
1300m ü. M.

Tag 14

Punakha - Paro

Sie fahren über den 3140 m hohen Dochu La Richtung Westen bis nach Paro. Auf der Fahrt geniessen Sie bei klarem Wetter die prächtige Gebirgskette des östlichen Himalaya. Am Nachmittag haben Sie Zeit, durch den herrlichen Kieferwald zu spazieren, die ganz in der Nähe gelegenen Ruinen des Drugyel Dzong zu entdecken oder einfach zu relaxen.

4.5 Std. / 120km
Hotel
F / M / A
1 zu buchbares Erlebnis

Tag 15

Paro: Ausflug zum Tigernest

Die Wanderung zum berühmten Kloster Taktsang, dem Tigernest ist mit Sicherheit einer der Höhepunkte Ihrer Reise. Das Tigernest klebt an einer praktisch senkrechten Granitwand 800 m über dem Tal und ist der wichtigste Pilgerort der Bhutanesen. Die Legende besagt, dass Padmasambhava oder Guru Rinpoche, wie er von den Buddhisten genannt wird, auf dem Rücken eines Tigers von Tibet zu diesem Ort geflogen kam und in einer Höhle meditierte.

20 Min.
Hotel
F / M / A
1 zu buchbares Erlebnis
1 Tag / ca. 2 1/2 bis 4 Std.
2240m ü. M.
800m
800m

Tag 16

Flug Paro - Delhi mit Stopover Programm in Delhi

Leider heisst es heute bereits wieder Abschied nehmen vom "Land des friedlichen Drachens". Mit vielen schönen Erinnerungen und vielleicht ein paar tollen Souvenirs verlassen Sie Bhutan und fliegen mit Druk Air nach Delhi.

1 1/2 Std,
F
220m ü. M.

Copyright 2024 **Himalaya**, by TCTT GmbH, Seefeldstr. 128, CH-8008 Zürich | PDF generiert am 21.05.2024 10:02:15

In Delhi werden Sie am Flughafen abgeholt um die Zeit bis zum Weiterflug in einem schönen Hotel mit Swimming Pool und Tageszimmer zu überbrücken. Nach einem fantastischen indischen Abschiedsessen erfolgt der Transfer zum Flughafen für Ihren Heimflug.

Tag 17

Ankunft in Zürich

Um Mitternacht erfolgt der Abflug Richtung Zürich. Am Morgen kommen Sie in Zürich an.

Copyright 2024 **Himalaya**, by TCTT GmbH, Seefeldstr. 128, CH-8008 Zürich | PDF generiert am 21.05.2024 10:02:15

Termine & Preise

14 Tage Privatreise

- Datum frei wählbar ab CHF 7'350

Beste Reisezeit

Die besten Reisezeiten für diese Reise sind der Frühling und der Herbst, aber auch der Winter ist - ausser den kalten Temperaturen - eine schöne Jahreszeit. (Der Sommer ist wegen der Monsumzeit in Nepal und Bhutan vom Klima her weniger geeignet).

Copyright 2024 **Himalaya**, by TCTT GmbH, Seefeldstr. 128, CH-8008 Zürich | PDF generiert am 21.05.2024 10:02:15

Weitere optionale Erlebnisse

Bitte beachten Sie, dass je nach Auswahl der hier aufgeführten zusätzlichen Erlebnisse weitere Reisetage notwendig sind. Alternativ können auch die im Reiseprogramm inkludierten Standarterlebnisse entsprechend ersetzt oder gekürzt werden.

Kathmandu: Everest Mountain Flight

Kommen Sie den höchsten Bergen dieser Erde so nahe wie sonst nur die Bergsteiger kommen! Der ca. 45 minütige Rundflug führt Sie ganz in die Nähe von berühmten Gipfeln wie u.a. dem Cho Oyu, dem Pumo-Ri, Nupste, Lhotse und natürlich dem Berg der Berge - dem Mount Everest!

Der Rundflug mit Shuttle-Service zum Hotel findet am frühren Morgen täglich bei schönem Wetter statt. Die Flugzeuge verfügen über ca. 20 Sitzplätze mit großen Panorama-Fenstern. Ein unvergessliches Erlebnis erwartet Sie.

Im Preis inbegriffen

- Transfers

- Mountainflights

Kathmandu: Khukuri-Making Workshop mit einem nepalesischen Schmied

Khukuris: Die Waffe der Wahl und die Ikone der Gurkha-Krieger und gleichzeitig der Stolz für Ihr Volk auf der ganzen Welt. Das Khukuri - Messer ist als Kriegswaffe bekannt, doch heute ist es vorallem ein "Multi-Utility-Werkzeug" in nepalesischen Haushalten auf dem Land, wo es u.a. auch zum Hacken von Brennholz, Bauen, Graben oder zum Schneiden von Gemüse verwendet wird.

Die Khukuris gibt es in verschiedenen Größen: In diesem Workshop werden Sie eine Mini-Version dieser Klinge herstellen. Der grundlegende Prozess besteht darin, ein rohes Eisenstück in die richtige Form zu schneiden/hämmern, die Klinge zu schleifen und den Holzgriff herzustellen.

Die Herstellung eines Khukuri erfordert viel Geschick und jahrelange Erfahrung! Deshalb wird der Kursleiter Teile des Prozesses übernehmen. (Beachten Sie, dass das Schleifen der Klinge aus Sicherheitsgründen nur vom Gastgeber durchgeführt wird.) Die folgenden Arbeiten können Sie an diesem interessanten Kurs lernen und ausführen: Das Hämmern des Eisens; der erste Schliff; Das Polieren des Messers

Der Kurs dauerte ca. 4 - 5 Stunden.

Preis pro Person

2 Personen	**Auf Anfrage**

Copyright 2024 **Himalaya**, by TCTT GmbH, Seefeldstr. 128, CH-8008 Zürich | PDF generiert am 21.05.2024 10:02:15

Kathmandu, Pokhara: Kunst der Momo Küche : Kochkurs

Kochkurs: Einführung in die Kunst der Momo Küche

Die Kurse finden in der persönlichen Umgebung eines Homestay statt und dauern 3 - 4 Std.

Im Preis inbegriffen

- Transfers zum/vom Homestay

- Kochkurs mit authentischem Koch mit anschliessendem Essen

Kathmandu: Lernen Sie die Herstellung von handgemachten Papier kennen

Lernen Sie die einzigartige Papierherstellung in Nepal kennen. Sie stellen Ihr eigenes handgeschöpftes Papier her und erfahren mehr über die grundlegenden nepalesischen Papierherstellungstechniken wie: Möglichkeiten zur Verbesserung des Basispapiers, Experimentieren mit dem Hinzufügen von lokal Fasern, Pulpe, Blütenblättern, Samen, Maisspelzen, Stroh, Glitter, Hanffasern, Nesselfasern usw.

Das Papier kann mit natürlichen Pflanzenfarben und künstlichen Farbstoffen gefärbt werden. Die Organisation Paperworld Nepal organisiert verschiedene Workshops zu den Themen Papierherstellung, Papierfärben, Buchkunst, Buchdruck.

Im Preis inbegriffen

- Transfers

- Kurskosten

Kathmandu: Nepalesisches Abendessen mit traditionneller klassischer Volksmusik

Das Abendprogramm dauert ca. 3 bis 4 Std. und ist ein kulinarisches und kulturelles Erlebnis.

Aufgrund seiner vielfältigen Geographie und Kultur, bietet Nepal auch dem Besucher ein breites Spektrum an spannenden Lebensmitteln und kulturelle Aktivitäten wie z.Bsp das Dal Bhat. Dieses traditionelles Gericht aus Linsen und Gewürze wird mit gedämpftem Reis serviert, dazu essen Sie eine Reihe von würzigen *achaar* (Chutneys) genießen, die alle aus frischen Zutaten hergestellt mit und von hoch talentierten Köchen zubereitet.

Geniessen Sie vor Ort die klassische Volksmusik und die talentierten Tänzer! Die verschiedenen ethnischen Gruppen mit Ihren schöne glitzernden Kostümen und den anmutigen Bewegungen werden

Copyright 2024 **Himalaya**, by TCTT GmbH, Seefeldstr. 128, CH-8008 Zürich | PDF generiert am 21.05.2024 10:02:15

Ihnen in Erinnerung bleiben.

Mahlzeiten

- Abendessen

Im Preis inbegriffen

- Transfers

- Abendessen, Tanz- und Musikaufführung

Kathmandu, Pokhara: Nepalesisches Nationalgericht: Dhal Bat Kochkurs

Kochkurs: Dhal Bat: "Daal Bhat" ein ausgewogendes und gesundes Gericht aus Reis und Linsensuppe mit Gemüse: Die tägliche Mahlzeit der Bevölkerung Nepals: 75 % der Nepalesen essen Daal Bhat zweimal täglich! Es gibt keinen besseren Weg, die nepalesische Küche kennenzulernen, wenn Sie einen nepalesischen Kochkurs besuchen, der von einem qualifizierten nepalesischen Aama-Koch unterrichtet wird.

Die Kurse finden in der persönlichen Umgebung eines Homestay statt und dauert 3 - 4 Std.

Im Preis inbegriffen

- Transfers zum/vom Homestay

- Kochkurs mit authentischem Koch mit anschliessendem Essen

Kathmandu: River Rafting auf dem Trishuli

Ganztagestour ab/bis Kathmandu. In ca. 3 Std. erreichen Sie den Ausgangspunkt in Chauradi. Während des Raftings wird die Gruppe von einem Guide begleitet. Ein Erlebnis, dass Sie nicht verpassen sollten (Klasse 3 bis 4+ in Hochwasser). Geniessen Sie den Fluss, die Schlucht und die schöne Landschaft. Unterwegs machen Sie auf einer Sandbank am Fluss Pause, wo Sie das Mittagessen einnehmen. Raftingdauer: ca. 3 - 4 Std.

Mahlzeiten

- Mittagessen

Nicht im Preis inbegriffen

Fahrt ab/bis Katmandu, Rafting-Tour

Erfahrener englischsprechender Guide

Riverrafting inkl. Ausrüstung wie Schwimmwesten, Helme, etc.

Mittagessen

Preis pro Person

2 Personen	**Auf Anfrage**

Copyright 2024 **Himalaya**, by TCTT GmbH, Seefeldstr. 128, CH-8008 Zürich | PDF generiert am 21.05.2024 10:02:15

Bumthang, Gangtey, Paro, Punakha, Thimphu: Tradionnel Hot Stone Bath

Traditionnelles Hot Stone Bad

Das Bad befindet sich in der persönlichen Umgebung des Hotel (ca. 2 Std.)

Im Preis inbegriffen

2 stündiges Bad

Weitere Informationen

Wir empfehlen - falls möglich - einen halben Tag vorher zu reservieren.

Preis pro Person

2 Personen	**Auf Anfrage**

Referenz-Weblink:
https://www.himalaya.ch/de/reise/trans-himalaya-von-tibet-nach-bhutan

Copyright 2024 **Himalaya**, by TCTT GmbH, Seefeldstr. 128, CH-8008 Zürich | PDF generiert am 21.05.2024 10:02:15