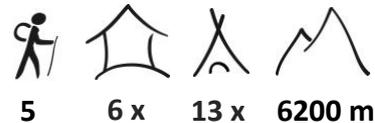


HIMALAYA TOURS



Zwei 6000er – Dzo Jongo und Kang Yatze

mit lokaler englischsprechender Reiseleitung



Sehr abwechslungsreiches Trekking mit Besteigung von zwei technisch einfachen 6000ern

27. Juli – 17. August 2024

10. August – 31. August 2024



Ideale Reisezeit



Höhepunkte

- Besteigung von zwei technisch einfachen 6000ern
- Sehr abwechslungsreiches Trekking mit schönen Aussichtspunkten
- Ursprüngliche Dörfer und Klöster am Weg
- Durch die spektakuläre Shingo-Schlucht
- Wunderschönes Hochtal Nimaling

Während diesem abwechslungsreichen Trekking wandern wir nicht nur über 5000 Meter hohe Pässe und durch tiefe Schluchten. Wir haben auch noch die Gelegenheit zwei über 6000 Meter hohe Gipfel zu besteigen. Von oben genießen wir eine unvergessliche Aussicht über die karge Bergwelt von Ladakh.

Nach einer guten Akklimatisation starten wir unser Trekking in Rumbak. Unsere Route führt über den 4900 Meter hohen Pass Ganda La und durch die spektakuläre Shingo-Schlucht ins Tal von Markha. Vorbei an kleinen Dörfern und einsamen Klöstern ziehen wir talaufwärts bis zur wunderschönen Hochebene von Nimaling. Dies ist der Ausgangspunkt für die Besteigung unserer zwei 6000 Meter hohen Gipfel, den Kang Yatze und den Dzo Jongo. Oben angekommen sind wir dem Himmel nah. An dieses spannende Trekking werden wir uns sicherlich noch lange erinnern.



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	13

Weitere Infos

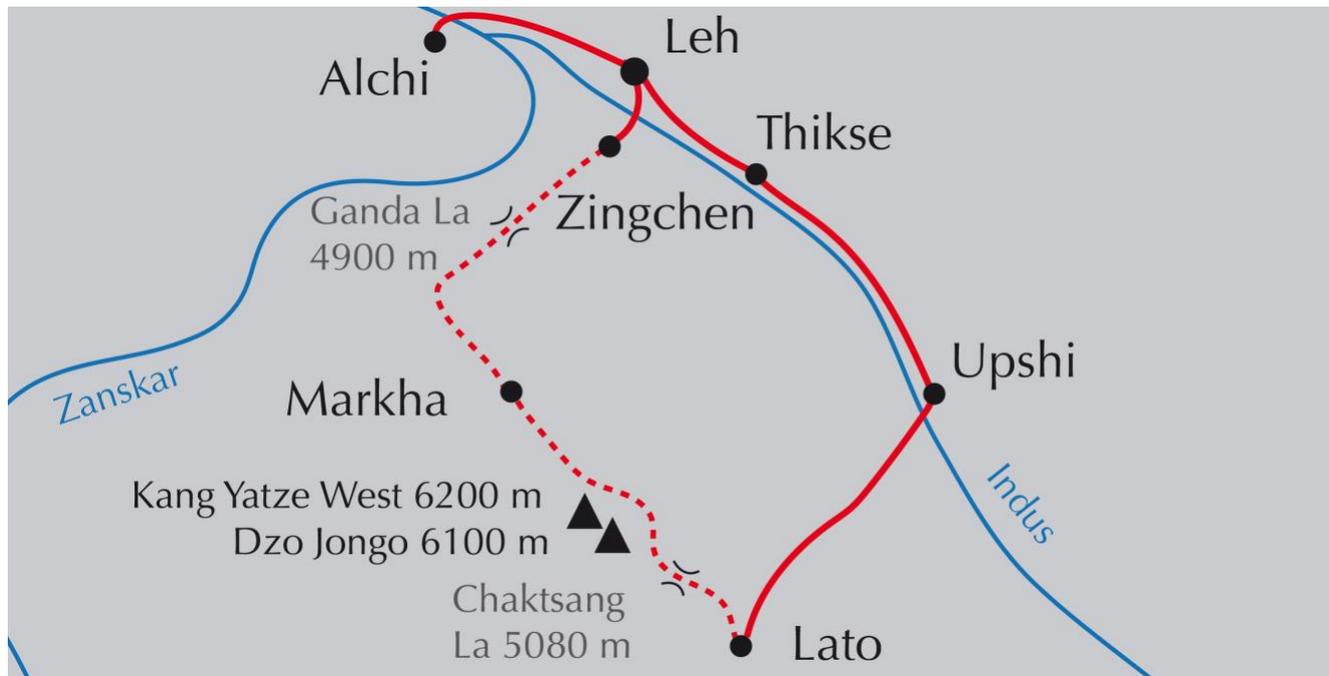
Weitere Infos zur Reise finden Sie in den separaten Reiseinfos und Destinationshinweisen. Zusätzlich geben wir Ihnen Merkblätter ab zu Ausrüstung, Medizinischem und weiterem mehr.

HIMALAYA TOURS

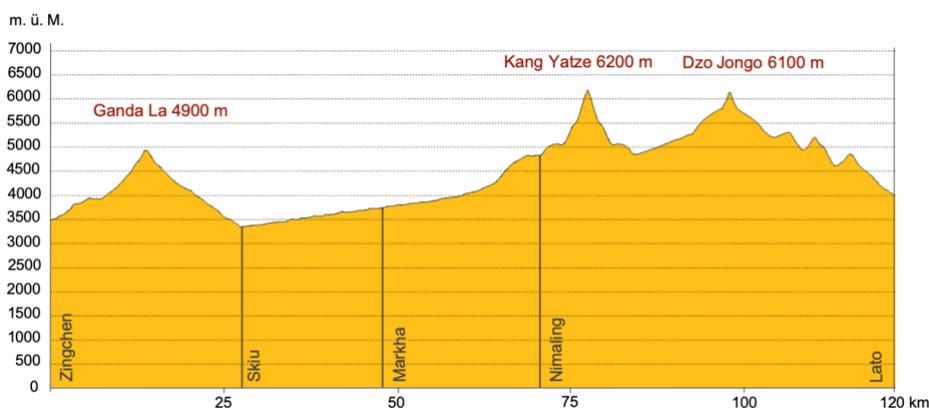


Reiseroute und Höhenprofil

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	120 km	Tage mit 0 – 400 Höhenmetern Aufstieg	4
Total Höhenmeter Aufstieg	6500 m	Tage mit 401 – 800 Höhenmetern Aufstieg	6
Total Höhenmeter Abstieg	6100 m	Tage mit 801 – 1200 Höhenmetern Aufstieg	2
		Tage mit über 1200 Höhenmetern Aufstieg	0

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. Am Flughafen werden wir von unserem lokalen Partner empfangen und er organisiert den Wechsel zum Terminal für den Weiterflug nach Leh.

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

2. Tag **Weiterflug nach Leh**

Auf einem der schönsten Flüge der Welt überqueren wir den Himalaya und geniessen die Aussicht auf die schneebedeckten Gipfel. In unserem hübschen Gasthaus in Leh ruhen wir uns aus.

Am Nachmittag unternehmen wir einen Bummel durch Leh, die ehemalige Karawanen- und Handelsstadt. Der Name Leh leitet sich aus dem tibetischen Wort für Oase ab. Auch heute noch herrscht in Leh ein buntes Markttreiben und in den Strassen treffen wir die unterschiedlichsten Volksgruppen.

Übernachtung im Gasthaus in Leh (3500 Meter). (F,M,A)

Flugzeit 1 ¼ h, Fahrzeit ¼ h

3. Tag **Im Indus-Tal**

Für eine optimale Akklimatisation gehen wir die ersten Tage geruhsam an. Wir besuchen die SOS-Schule in Choglamsar. Hier gehen vor allem Kinder tibetischer Eltern zur Schule. Viele der Eltern sind nach dem Einmarsch der Chinesen von Tibet nach Indien geflüchtet. Wir kennen den Leiter der Schule, Tenzin Rabten, seit vielen Jahren. Himalaya Tours unterstützt auch immer wieder Projekte und Kinder in dieser Schule.

Anschliessend fahren wir in ein kleines Dorf im Indus-Tal. Dies ist ein typisches ladakhisches Dorf inmitten grüner Gerstenfelder. Hier sind wir bei einer befreundeten einheimischen Familie zu einem ladakhischen Mittagessen eingeladen und erhalten so einen schönen Einblick ins Familien- und Dorfleben. Falls wir Lust haben, statten wir bei unserer Rückkehr nach Leh dem kleinen Kloster Sankar einen Besuch ab. Von dort laufen wir durch den «grünen Teil» von Leh zurück in die Stadt und zu unserem Gasthaus.

Übernachtung im Gasthaus in Leh (3500 Meter). (F,M,A)

Fahrzeit 1 h

4. Tag **1000-jähriges Kloster Alchi und Saspol-Höhlen**

Nach dem Frühstück besuchen wir die Höhlen im Dorf Saspol. Ein kurzer und steiler Aufstieg bringt uns in die oberhalb des Dorfes gelegenen Höhlen und wir werden belohnt mit jahrhundertealten, wenig bekannten Höhlenmalereien. Zu Fuss wandern wir zurück durch das malerische Dorf und fahren dann weiter nach Alchi. Die Klosteranlage von Alchi liegt nicht wie die meisten Klöster in Ladakh majestätisch auf einer Bergspitze, sondern unscheinbar im Dorf zwischen Bäumen und Feldern. Einzigartig im ganzen Himalaya-Raum ist die Qualität der Malereien und deren guter Zustand. Vor allem, wenn man bedenkt, dass einige Teile dieses Klosters über 1000 Jahre alt sind. Das Dorf liegt in einer der fruchtbarsten Gegenden Ladakhs.

Übernachtung im Gasthaus in Leh (3500 Meter). (F,M,A)

Fahrzeit 3 – 4 h, Wanderung ½



5. Tag Morgengebet im Kloster Matho

Anders als beim Morgengebet im Kloster Thikse, an dem in der Hochsaison sehr viele Touristen teilnehmen, sind wir mit ein bisschen Glück die einzigen Besucher beim Morgengebet in Matho und lauschen den Rezitationen der Mönche. Matho wird eher selten besucht und so freuen sich die Mönche über unseren Besuch und bieten uns vielleicht sogar einen Buttertee an.

Matho ist das einzige Kloster aus der Sakya, einer der vier Richtungen des tibetischen Buddhismus, und bietet einen phantastischen Ausblick über das weite Indus-Tal. Matho wurde im 16. Jahrhundert gegründet. Auf dem Rückweg besuchen wir das stolze Kloster Thikse, welches eines der fotogensten in ganz Ladakh ist und als Vorbild für den Bau des Potala-Palastes in Lhasa gedient haben soll. Ein Spaziergang entlang den grünen Feldern im Indus-Tal bringt uns anschliessend nach Shey, einem ehemaligen Sitz der Könige von Ladakh. Unterwegs sehen wir häufig Familien, welche hier Lehmziegel machen. Am Nachmittag haben wir Zeit zur freien Verfügung, um den spannenden Markt von Leh zu entdecken.

Übernachtung im Gasthaus in Leh (3500 Meter). (F,M,A)

Fahrzeit 1 ½ h, Wanderung 1 h

6. Tag Trekkingstart

Fahrt nach Zingchen, zum Ausgangspunkt unseres Trekkings. Hier treffen wir auf unsere Begleitmannschaft und die Gepäckpferde, welche uns in den nächsten Tagen begleiten werden. Auf einem einfachen Weg laufen wir während den nächsten Stunden ins schöne Dorf Rumbak. In dieser Gegend leben einige der sehr seltenen Schneeleoparden, aber die Chance auf eine Sichtung im Sommer ist nahe bei null. Unweit des Dorfes wird zum ersten Mal unser Zeltcamp errichtet, welches für die nächsten Tage unser Zuhause sein wird. Zum Schlafen haben wir geräumige Doppelzelte zur Verfügung. Dazu führen wir ein Koch-, Ess- und WC-Zelt mit.

Wir sollten das Dorf Rumbak und seine Einwohner besuchen. Abseits der Strassen hat das Leben hier einen sehr gemächlichen Rhythmus.

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

Fahrzeit 1 h, Trekking 2 h, Aufstieg 300 m, Abstieg 0 m, Gehdistanz 3.5 km

7. Tag Akklimationstag in Rumbak

Da wir schon bald den fast 5000 Meter hohen Pass Ganda La überqueren werden, machen wir hier einen Ruhetag. Dies ist wichtig für eine gute Akklimation. So haben wir Zeit, um das Dorfleben im spannenden Dorf Rumbak zu geniessen. Vielleicht haben wir ja Glück und werden zu einem Buttertee eingeladen.

Wer sich bereits gut akklimatisiert fühlt, kann heute aber auch eine Wanderung in der Umgebung machen. Der Weg östlich vom Dorf führt zum 4900 Meter hohen Pass Stok La. Man kann aber auch den Bergrücken nördlich oder südlich vom Dorf besteigen.

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

8. Tag Aufstieg nach Yurutse

Heute haben wir einen kurzen Trekkingtag für eine gute Akklimation und können somit einen gemütlichen Morgen machen. Der Aufstieg führt zum Dorf Yurutse, welches nur aus einem einzelnen grossen Haus besteht. Die Familie gilt als sehr gastfreundlich. Unsere Zelte schlagen wir im Basecamp des Passes Ganda La auf.

Übernachtung im Zelt im Basecamp des Ganda La (4350 Meter). (F,M,A)

Trekking 2 – 3 h, Aufstieg 500 m, Abstieg 50 m, Gehdistanz 5 km

9. Tag Über den Ganda La

Heute wird unsere Kondition zum ersten Mal auf die Probe gestellt. Beim Aufstieg zum 4900 Meter hohen Pass Ganda La spüren wir, dass die Luft hier oben dünn ist. Oben angekommen, sollten wir bunte Gebetsfahnen zu den unzähligen anderen hängen, welche auf der Passhöhe lustig im Wind flattern. Das ist so Brauch und bringt Glück und eine sichere Weiterreise. Vom Pass aus geniessen wir die wunderbare Aussicht in der



normalerweise sehr klaren Luft. Anschliessend führt uns ein langer Abstieg zum Dorf Shingo und weiter durch eine enge Schlucht nach Skiu im Markha-Tal. Dort stellen wir unser Lager auf. In Skiu gibt es ein kleines Kloster mit einem alten Teil, welcher schätzungsweise an die 1000 Jahre alt sein dürfte.

Das Dorf Skiu wurde 2010 von grossen Überschwemmungen heimgesucht. Himalaya Tours hat nach der grossen Zerstörung vieler Häuser und Felder persönlich 15 Tonnen an Hilfsgütern hierhin transportiert. Ein Dokumentarfilm darüber wurde im Frühling 2011 auf Arte ausgestrahlt. Im Sommer 2011 haben wir eine Schutzmauer gebaut. Diese Bauarbeiten und der Bau einer Brücke wurden im 2012 abgeschlossen.

Übernachtung im Zelt in Skiu (3350 Meter). (F,M,A)

Trekking 6 – 7 h, Aufstieg 550 m, Abstieg 1550 m, Gehdistanz 16.5 km

10. Tag **Durchs liebevolle Markha-Tal**

Die heutige Trekkingetappe ist zwar lang, aber vorwiegend flach. Wir laufen durchs liebevolle Markha-Tal, vorbei an kleinen Dörfern und grünen Gerstenfeldern. An vielen Orten stehen alte Burgruinen auf den Hügelspitzen. Das zeigt die einstige Wichtigkeit dieser alten Route. Über die Herkunft dieser Ruinen ist nur wenig bekannt. Höchstwahrscheinlich handelt es sich um Festungen von Darden, welche als erste sesshafte Bewohner Ladakh besiedelt haben.

Wenn wir Glück haben, sehen wir an den Berghängen wilde Blauschafe oder am Himmel einen Adler kreisen. Wir sind hier nämlich mitten im Hemis National Park. Kurz vor dem Dorf Markha gilt es noch einen Bach zu durchwaten, bevor wir auf einem schönen Campingplatz beim Dorf unser Zelt aufstellen.

Hinweis: Teils werden wir auf einer Jeepstrasse laufen, welche vor kurzem gebaut wurde und das Markha-Tal näher an den Rest der Welt bringen soll. Momentan hat es hier aber kaum Verkehr und das Laufen lohnt sich trotz der Strasse.

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

Trekking 6 – 7 h, Aufstieg 550 m, Abstieg 100 m, Gehdistanz 21 km

11. Tag **Vorbei an den letzten Dörfern**

Weiter geht es talaufwärts. Wer seine Kondition testen will, macht den kurzen, aber sehr steilen Abstecher hinauf zum kleinen Kloster in Tetsa. Die Aussicht von oben ist atemberaubend und belohnt für die Mühen. Nach einigen Stunden erreichen wir Hankar, das letzte Dorf im Markha-Tal. Die Ruinen auf dem imposanten Felsen zeigen die einstige Bedeutung dieses Dorfes. Wir verlassen nun das besiedelte Gebiet und steigen hoch nach Tachungtse, einem kleinen Weiler.

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

Trekking 5 – 6 h, Aufstieg 500 m, Abstieg 100 m, Gehdistanz 16 km

12. Tag **Hochplateau von Nimaling und 6400 Meter hoher Kang Yatze**

Eine kurze Etappe bringt uns aufs Hochplateau von Nimaling. Hierher kommen die Bewohner des Markha-Tals mit ihren Herden von Schafen, Ziegen oder Yaks, um diese im Sommer weiden zu lassen. Nimaling ist eines der schönsten Hochtäler in Ladakh und der Blick auf den 6400 Meter hohen Kang Yatze ist schlichtweg atemberaubend. Dank der kurzen Etappe haben wir genügend Zeit, um diese einmalige Umgebung auch gebührend zu geniessen.

Übernachtung im Zelt in Nimaling (4800 Meter). (F,M,A)

Trekking 2 – 3 h, Aufstieg 600 m, Abstieg 0 m, Gehdistanz 6.5 km

13. Tag **Kurze Etappe ins Basecamp**

Für eine gute Akklimatisation machen wir heute eine kurze Etappe und steigen auf ins Basecamp des Kang Yatze. Auf einer Höhe von über 5000 Metern stellen wir unser Zeltcamp auf und wir haben Zeit, um uns auf die kommende Besteigung vorzubereiten.

Übernachtung im Zelt im Basecamp des Kang Yatze (5050 Meter). (F,M,A)

Besteigung 1 – 2 h, Aufstieg 250 m, Abstieg 0 m, Gehdistanz 3 km



14. Tag Auf den Westgipfel des Kang Yatze (6200 Meter)

Heute starten wir früh. Im Schein der Stirnlampen gewinnen wir kontinuierlich an Höhe. In der Regel werden Pickel und Steigeisen für den An- und Abstieg gebraucht. Wir hoffen, am frühen Vormittag den ca. 6200 Meter hohen Gipfel des Kang Yatze II (Westgipfel) zu erreichen. Von oben haben wir eine einmalig schöne Aussicht über die Berge Ladakhs bis zu den 8000ern des Karakorums und den Eisgipfeln in Zanskar. Ein steiler Abstieg bringt uns zurück nach Nimaling, wo wir zusammen mit der lokalen Crew unseren Gipfelerfolg feiern.

Übernachtung im Zelt in Nimaling (4800 Meter). (F,M,A)

Besteigung 6 – 12 h, Aufstieg 1150 m, Abstieg 1400 m, Gehdistanz 10.5 km

15. Tag Marsch zum Basislager des Dzo Jongo

Beim heutigen Marsch über das Hochplateau von Nimaling haben wir einen wunderschönen Ausblick auf «unseren» Kang Yatze. Wir geniessen aber auch die Bergblumen am Weg und mit etwas Glück sehen wir hinteren Teil von Nimaling einen Wolf, wie wir es hier schon des Öftern erlebt haben. Vielleicht begegnen wir auch den Hirten aus dem Markha-Tal, welche im Sommer hier oben ihre Herden weiden lassen.

Übernachtung im Zelt im Basecamp (5000 Meter). (F,M,A)

Trekking 2 – 3 h, Aufstieg 200 m, Abstieg 0 m, Gehdistanz 7 km

16. Tag Besteigung des Dzo Jongo (6100 Meter)

Heute haben wir die Möglichkeit, den technisch einfachen Dzo Jongo zu besteigen oder einen der anderen knapp 6000 Meter hohen Gipfel wie den Reponi Mallai Ri. Gut akklimatisiert werden wir heute nicht ganz so ausser Atem sein wie vor zwei Tagen und vom Gipfel geniessen wir erneut ein schönes Bergpanorama. In dieser Region stehen etliche Schnee- und Eisgipfel.

Übernachtung im Zelt im Basecamp (5000 Meter). (F,M,A)

Besteigung 6 – 10 h, Aufstieg 1100 m, Abstieg 1100 m, 13 km

17. Tag Auf einsamen Wegen

Weiter geht es auf einsamen Wegen. Nach der Hochebene überqueren wir den über 5000 Meter hohen Chaktsang La. Von oben geniessen wir die herrliche Aussicht über die Bergwelt Ladakhs. Unser Lager schlagen wir vor dem nächsten Pass auf.

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

Trekking 5 – 6 h, Aufstieg 450 m, Abstieg 850 m, Gehdistanz 9.5 km

18. Tag Nach Lato

An diesem Trekkingtag überqueren wir den unbekanntesten Pass Poze La. Ein langer Abstieg bringt uns hinunter nach Lato, einer kleinen Ortschaft an der Leh-Manali Strasse. Wir verbringen den letzten Trekkingabend mit unserer Crew. Wir feiern das gelungene Trekking und stossen auf unsere zwei 6000er an.

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

Trekking 5 – 6 h, Aufstieg 350 m, Abstieg 950 m, Gehdistanz 8.5 km

19. Tag Zurück in die Zivilisation

Es heisst Abschied nehmen vom Nomadenleben und von unserer Begleitmannschaft. Mit dem Jeep fahren wir zurück in fruchtbarere Gebiete und in die Zivilisation. Nach langem geniessen wir wieder den Luxus von richtigen Betten und einer warmen Dusche.

Übernachtung im Gasthaus in Leh (3500 Meter). (F,M,A)

Fahrzeit 2 – 3 h



20. Tag Tag zur freien Verfügung in Leh

Wir haben viel erlebt und gesehen in den letzten Wochen, an das wir gerne zurückdenken. Heute haben wir die Musse und Zeit dazu. Wir können auch unsere letzten Einkäufe im Bazar tätigen, einen Aussichtspunkt über Leh besteigen oder in einem der zahlreichen Gartenrestaurants dem «Dolce far niente» frönen. Am Abend gehen wir zusammen aus fürs Abschlussessen.

Übernachtung im Gasthaus in Leh (3500 Meter). (F,M,A)

21. Tag Flug von Leh nach Delhi

Transfer zum Flughafen in Leh und Rückflug nach Delhi.

Wir werden am Flughafen abgeholt und zu einem schönen Hotel mit Swimmingpool gebracht. Hier haben wir bis am Abend ein Zimmer zur Verfügung und können die Reise geruhsam ausklingen lassen.

Wer möchte, kann auf einer halbtägigen Sightseeing-Tour einige der Sehenswürdigkeiten von Delhi zusammen mit einem lokalen Führer besuchen. Dies ist nicht inbegriffen und muss im Voraus gebucht werden (CHF 180 für 1 Person, CHF 120 pro Person ab 2 Personen inkl. lokaler englischsprechender Führer, Taxi mit Fahrer und Eintritte).

Hinweis: Viele unserer Himalaya-Reisenden empfinden den grossen Gegensatz der Millionenstadt Delhi zu den Eindrücken ihrer Reise als wahren Kulturschock. Zudem verbringt man oftmals lange Zeit im Auto in den vollgestopften Strassen Delhis. Entscheiden Sie selbst, wie Sie den letzten Tag Ihrer Reise verbringen möchten. Am Nachmittag/Abend (je nach Flugverbindung) fahren wir zum Flughafen, wo wir das Check-In für unseren Rückflug in die Schweiz erledigen.

Tageszimmer in Hotel in Delhi. (F)

Flugzeit 1 ¼ h, Fahrzeit ½ h

22. 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.

Die Besteigungen der 6000er werden von einem lokalen englischsprachenden Bergführer geleitet, ab 6 Personen sind zwei lokale Bergführer dabei.

Unser Kommentar zur Reise

Spannendes Trekking auf einer abwechslungsreichen Route. Hohe Pässe, tiefe Schluchten, kleine Dörfer und die wunderschöne Hochebene von Nimaling. Besteigung von zwei 6000ern, welche beide als technisch einfache Gipfel eingestuft werden. Die perfekte Reise, für alle die «hoch hinaus» wollen.

Anforderungen

- Mittelschweres Trekking (SAC T2 – T3), sehr gute Kondition, 5 Tagesetappen von 2 – 5 Stunden, 5 Tagesetappen von 5 – 7 Stunden.
 - Gipfelbesteigungen von zwei 6000ern von 6 – 10 und 6 – 12 Stunden (SAC WS – ZS), bei guten Verhältnissen technisch einfach (können auch ausgelassen werden), Pickel und Steigeisen werden benötigt.
 - Schwindelfreiheit und Trittsicherheit.
 - Überlandfahrten von 1 – 4 Stunden.
-

Unterkünfte

In Leh übernachten wir in einem Gasthaus oder einfachen Hotel. WC und Dusche sind im Zimmer. Die Unterkünfte in Leh sind generell deutlich einfacher als Hotels oder Gasthäuser in anderen Himalaya-Regionen wie zum Beispiel in Nepal oder Bhutan.

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 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 Lunch mitgenommen, es kann aber auch eine am Morgen zubereitete warme Mahlzeit sein, welche wir in Thermosgefässen mitführen.

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 und Reisen mit Übernachtungen im Zelt bringen Sie Ihren eigenen Schlafsack und eine Liegematte mit. Für die Gipfelbesteigung bringen Sie zusätzlich noch Ihre eigene Bergausrüstung (Klettergurt, Pickel, Steigeisen, 2 Schraubkarabiner, 1 Bandschlinge zur Selbstsicherung und Helm) mit. Wir haben vor Ort einige Sets an Bergausrüstung im Lager, welche gemietet werden können. Es hat, solange der Vorrat reicht. Mehr Infos zum Mieten der Bergausrüstung finden Sie auf unserer Website: www.himalayatours.ch/bergausruestung

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 Trekkingtaste (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
- Mobile Höhendruckkammer
- Wasserfilter von Katadyn

Hinweis: Satellitentelefone sind in Indien nicht erlaubt, deshalb haben wir keins dabei. Unsere Reiseleitung besitzt aber eine einheimische SIM-Karte für das Handy (die Schweizer SIM Karten funktionieren in den meisten Regionen Indiens, aber nicht in Ladakh) 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

(Mai – Juni)

Die Temperaturen im Indus-Tal sind während des Tages bei Sonnenschein bereits angenehm warm. In Höhen über 4500 Meter kann es noch kalt sein und die meisten Trekkings sind wegen schneebedeckten Pässen noch nicht begehbar. Nur wenige westliche, aber viele indische Touristen.

Sommer

(Juli – August)

Hauptsaison in Ladakh. Vielfach stabiles Wetter mit heissen Temperaturen (bis 35 Grad im Indus-Tal, bis 30 Grad auf 4500 Metern Höhe). Viele Trekkings sind möglich, in Zanskar evtl. erst ab August aufgrund des hohen Wasserstands in den Flüssen.

Herbst

(September – Oktober)

Schöne Jahreszeit mit angenehmen Temperaturen während des Tages und kühlen oder kalten Temperaturen in der Nacht oder in der Höhe. Ideale Zeit für Trekkings mit Flussdurchquerungen, da der Wasserstand um diese Jahreszeit in der Regel tief ist. Ab Mitte Oktober können Pässe von über 5000 Metern Höhe wegen Schnee blockiert sein.

Winter

(November – April)

Oftmals stabiles, aber kaltes Wetter. Im Indus-Tal kann es tagsüber bei Sonnenschein auch im Winter recht angenehm sein. Im Schatten, bei Wetterumschwüngen und in der Nacht fällt die Temperatur bis -15 Grad, in der Höhe kann es bis zu -40 Grad kalt werden.

Zu dieser Reise

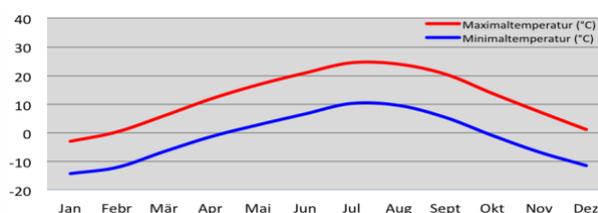
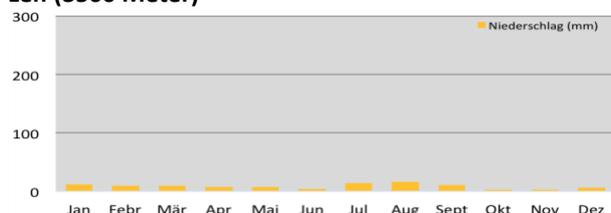
Juli/August ist eine schöne Zeit mit tagsüber häufig warmen oder sogar heissen Temperaturen. Es kann auch auf 4500 Metern 25 – 30 Grad heiss werden. Bei Wetterumschwüngen oder in der Höhe kann es kühl oder kalt sein, Temperaturen in der Nacht können in den höchsten Lagern null Grad oder tiefer betragen. Schnee um diese Jahreszeit ist selten, in der Regel herrscht recht stabiles Wetter.

Klimaverschiebungen

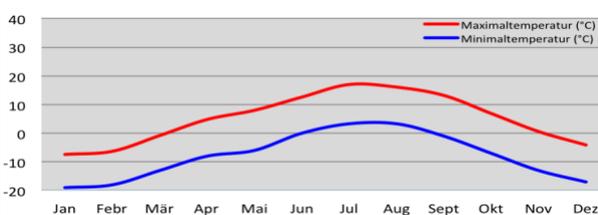
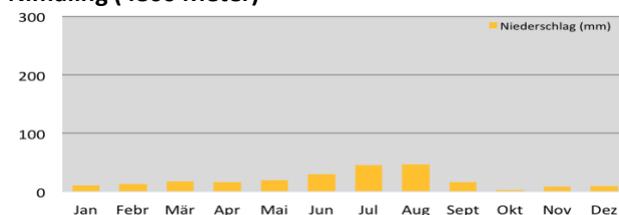
Wichtiger Hinweis: Seit einigen Jahren gibt es weltweit zunehmend Klimaverschiebungen mit häufig sehr ungewöhnlichen Wetterlagen, welche weit von den Statistiken abweichen können. Es kann auch in der «guten» Jahreszeit tagelang regnen oder sogar mal schneien, Wege können schlammig und Pässe unpassierbar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

Klimadiagramme

Leh (3500 Meter)



Nimaling (4800 Meter)



Gemäss Statistik gibt es in Ladakh nur sehr wenig Niederschlag, in den letzten Jahren war die Menge aber teilweise höher.

Die Sonne in Ladakh kann sehr intensiv sein, an heissen Sommertagen kann die Temperatur bis auf über 30°C ansteigen.



Inbegriffene und nicht inbegriffene Leistungen

Leistungen inbegriffen

- Flüge Zürich-Delhi retour in Economy-Klasse
 - Flüge Delhi-Leh retour in Economy-Klasse
 - Flughafentaxen und Treibstoffzuschlag
 - Alle Überlandfahrten und Transfers
 - 6 Übernachtungen im Gasthaus im Doppelzimmer in Leh
 - 13 Übernachtungen im Doppelzelt während des Trekkings
 - 1 Tageszimmer im Hotel in Delhi bei der Rückreise
 - Frühstück, Mittag- und Abendessen in Ladakh, nur Frühstück in Delhi
 - Eintrittsgebühren für Besichtigungen laut Programm
 - 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
 - Mobile Höhendruckkammer
 - Wasserfilter von Katadyn
 - 24h-SOS-Telefon von Himalaya Tours in der Schweiz und unserem lokalen Partner vor Ort
-

Zusätzliche Leistungen inbegriffen

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

Leistungen nicht inbegriffen

- Trinkgelder (CHF 120 – 180 pro Person, je nach Anzahl Teilnehmer, bei Kleingruppen evtl. etwas höher)
- 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	4500
plus Flug Zürich-Delhi retour	ab CHF	750
Total pro Person bei 6 bis 10 Teilnehmern	ab CHF	5250

Zuschlag Kleingruppe

pro Person bei 3 bis 5 Teilnehmern	CHF	400
pro Person bei 2 Teilnehmern	CHF	700

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 500**

Je nach Reise ist in kleinen Hotels, Gasthäusern, Lodges, bei lokalen Familien oder im Kloster der Platz sehr häufig eingeschränkt und ein Einzelzimmer kann nicht in jedem Fall 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 Ladakh, 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