

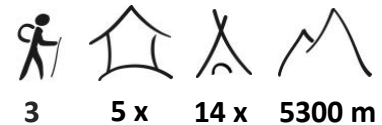
HIMALAYA TOURS



Ladakh in der goldenen Jahreszeit

mit lokaler englischsprechender Reiseleitung

Trekking in Ladakh in seiner schönsten Jahreszeit



7. – 28. September 2024



Ideale Reisezeit



Höhepunkte

- **Trekking durch das Markha-Tal**
- **Ladakh in der «goldenen» Jahreszeit**
- **Ursprüngliche Dörfer und Klöster am Weg**
- **Schönes Hochtal Nimaling**
- **Ins bis vor kurzem verbotene Hanle**

Wir besuchen Ladakh in der vielleicht schönsten Jahreszeit. Die Bäume beginnen sich goldgelb zu färben und auf den Feldern sehen wir während der Ernte überall Ladakhis emsig arbeiten und hören ihr fröhliches Singen und Pfeifen. Unsere Trekkingroute führt uns 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 ins wunderschöne Hochtal von Nimaling. Von hier aus haben wir einen phantastischen Ausblick auf den 6400 Meter hohen Kang Yatze. Die 5000 Meter hohen Pässe Chaktsang La und Poze La bilden die Höhepunkte zum Ende unseres Trekkings. Der zweite Teil der Reise bringt uns per Jeep über das einsame Changthang Hochplateau zu den drei auf über 4000 Metern gelegenen Seen Tsokar, Tsomoriri und Pangong, sowie ins geschichtsträchtige und für westliche Touristen erst kürzlich geöffnete Hanle nahe der tibetischen Grenze. Dies ist eine sehr abwechslungsreiche Reise mit vielen Höhepunkten.



Inhalt

Reiseroute und Höhenprofil	3
Reiseprogramm	4
Reiseleitung, Anforderungen, Unterkünfte und Mahlzeiten	10
Ausrüstung und Sicherheitsausrüstung	11
Klima und Wetter	12
Inbegriffene und nicht inbegriffene Leistungen	13
Gruppengrösse und Kosten	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.

HIMALAYA TOURS

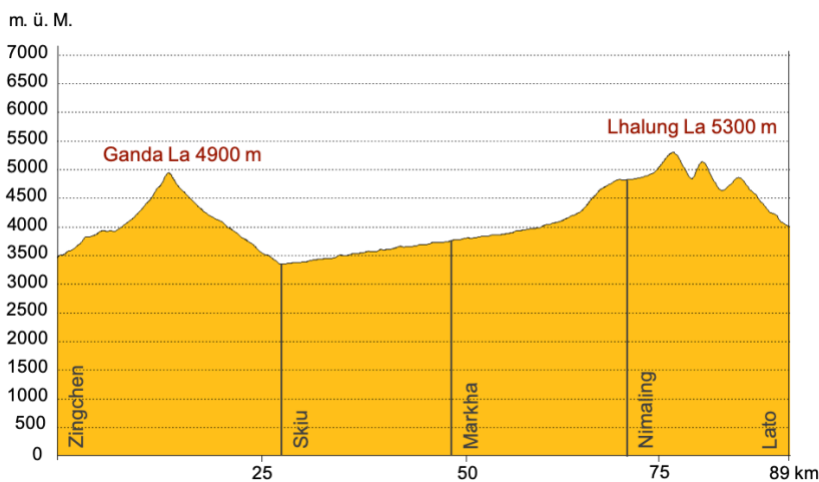


Reiseroute und Höhenprofil

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	89 km	Tage mit 0 – 400 Höhenmetern Aufstieg	2
Total Höhenmeter Aufstieg	4100 m	Tage mit 401 – 800 Höhenmetern Aufstieg	6
Total Höhenmeter Abstieg	3700 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 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 das kleine Kloster und den ehemaligen Königspalast in Stok. Dies ist ein typisches ladakhisches Dorf inmitten grüner Gerstenfelder. Bei unserem Bummel über die Felder begegnen wir immer wieder Ladakhis und staunen, was hier noch alles in Handarbeit gemacht wird. Bei einer einheimischen Familie kehren wir zum Buttertee ein und lassen uns das ladakhische, hausgemachte Essen schmecken.

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

Fahrzeit 1 h, Wanderung ¾ h

4. Tag Gebet 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 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. Wir lassen uns Zeit mit der Besichtigung der verschiedenen Klosterräume, bevor wir nach Stakna weiterfahren, einem weiteren Kloster aus dem 16. Jahrhundert. Stakna heisst übersetzt soviel wie «Tigernase».

Danach fahren wir weiter nach Thikse. Das Kloster Thikse ist eines der fotogensten in Ladakh und dieses Bauwerk soll die Tibeter später für den Bau des Potala inspiriert haben.

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

Fahrzeit 2 h



5. Tag **Trekkingstart**

Fahrt nach Zingchen zum Ausgangspunkt unseres Trekkings. Hier treffen wir auf unsere Begleitmannschaft und die Gepäckpferde, welche uns während 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 Kochzelt, Esszelt und WC-Zelt mit.

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

6. Tag **Akklimatisationstag 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. Hier, weit weg von der letzten Strasse, geht das Leben in einem sehr gemächlichen Rhythmus zu. Vielleicht haben wir ja Glück und werden zum Buttertee eingeladen.

Wer sich bereits gut akklimatisiert fühlt, kann heute 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)

Optionale Wanderung 2 – 4 h

7. 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

8. 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 Shingu 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 nach Skiu 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



9. Tag **Durchs liebeliche Markha-Tal**

Die heutige Trekkingetappe ist zwar lang, aber vorwiegend flach. Wir laufen durchs liebeliche 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

10. 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

11. Tag **Hochplateau von Nimaling und Blick auf 6400 Meter hohen 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. Um diese Zeit ist es hier aber oftmals sehr einsam. Nimaling ist eines der schönsten Hochtäler in Ladakh und der Blick auf den 6400 Meter hohen Kang Yatze ist schlichtweg atemberaubend. Wir schlagen unser Zelt etwas weiter am Ende des Hochtals auf und haben dank der kurzen Etappe genügend Zeit, um diese einmalige Umgebung auch gebührend zu geniessen.

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

Trekking 3 – 4 h, Aufstieg 600 m, Abstieg 0 m, Gehdistanz 6.5 km

12. Tag **Auf einsamen Wegen**

Weiter geht es auf einsamen Wegen. Nach der Hochebene überqueren wir den 5300 Meter hohen Lhalung La und kurz später den nur knapp tieferen 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 6 – 7 h, Aufstieg 750 m, Abstieg 950 m, Gehdistanz 12 km

13. Tag **Nach Lato**

An diesem Trekkingtag überqueren wir den unbekanntenen Pass Poze La. Ein langer Abstieg bringt uns hinunter nach Lato, einer kleinen Ortschaft an der Leh-Manali Strasse. Wir feiern das gelungene Trekking mit unserer Crew. Ab Morgen werden wir mit Jeeps statt mit Pferden unterwegs sein.

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

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



14. Tag **Salzsee Tsokar oder Besteigung eines Aussichtsgipfels (5500 Meter)**

Heute fahren wir zum Salzsee Tsokar. Dieser heisst übersetzt «weisser See», wegen den Salzrändern dem See entlang. Früher wurde hier noch Salz abgebaut. Die Uferregion des Salzsees mit grünen Wiesen und Quellen zieht zahlreiche Wasservögel an. Die Gegend ist im Winter ein beliebter Weideplatz für die Nomaden. Die Gegend ist sehr reich an Wildtieren wie tibetische Wildesel und viele Wasservögel. Mit Garantie sehen wir tibetische Wildesel, welche sich im Herbst zu grossen Herden zusammenrotten und mit ein bisschen Glück begegnen wir vielleicht sogar einem einsamen Wolf. Schön ist eine Wanderung von Riyul zum kleinen See Startsabuk Tso und eventuell auch wieder zurück. Am Startsabuk Tso nisten jeden Sommer ein oder zwei Paare des seltenen Schwarzhalskranichs, welche eventuell noch hier sind.

Optionale Besteigung eines 5500 Meter hohen Aussichtsgipfels: Anstelle des Ausflugs zum Startsabuk Tso ist es auch möglich, einen Aussichtsgipfel zu besteigen. Dieser steht in südwestlicher Richtung hinter dem Lagerplatz in Riyul. Der Weg hinauf ist sehr einfach und gleichmässig ansteigend. Die Wanderung zum Gipfel und zurück dauert rund 5 Stunden.

Übernachtung im Zelt in Riyul (4500 Meter). (F,M,A)

Fahrzeit 2 h, optionale Wanderung 3 – 4 h (Startsabuk Tso) oder 4 – 5 h (Aussichtsgipfel)

15. Tag **Stahlblauer Tsomoriri-See**

Wir überqueren einen fast 5000 Meter hohen Pass mit unserem Fahrzeug. In Sumdo, dem Winterhauptquartier der tibetischen Nomaden (welche nach dem Einmarsch der Chinesen mit ihren Herden nach Ladakh geflüchtet sind), steht eine kleine Zweigschule der SOS-Schule «Tibetan Children Village». Diese besuchen wir auf unserem Weg. Hier werden die Kinder tibetischer Nomaden unterrichtet. Vor Sumdo hat es rechterhand eine kleine heisse Quelle, welche sich aber zum Baden nicht eignet. Am Nachmittag erreichen wir Korzok, das Nomadenhauptquartier am grossen Tsomoriri-See.

Hinweis: Korzok selber kann nicht als schön bezeichnet werden und ist seit Jahren eine grosse «Baustelle». Auch die Zeltplätze hier sind nicht gerade schön. Das Highlight ist die Umgebung und der überirdisch schöne See Tsomoriri.

Übernachtung im Zelt in Korzok (4500 Meter). (F,M,A)

Fahrzeit 4 – 5 h

16. Tag **Nomaden und Aussichtspunkt über dem Tsomoriri-See**

Einen ganzen Tag lang haben wir Zeit, die Schönheit dieser Gegend zu entdecken. Der See Tsomoriri ist einer der schönsten Seen im ganzen Himalaya. Über 30 Kilometer lang und stahlblau erscheint er in dieser kargen Landschaft wie eine Fata Morgana. Auf beiden Seiten ist er von Schneekuppen und 6000ern umgeben und am unteren Ende des Sees reicht der über 7000 Meter hohe Shilla Peak fast bis in den Himmel. Dieser trennt auch das Gebiet Ladakh von Spiti, dem Land der Wolkenmenschen. Den heutigen Tag sollten wir nutzen, um auf einen Aussichtspunkt über Korzok hochzusteigen und den wunderbaren Blick über den See und das sich darin spiegelnde Bergpanorama zu geniessen.

Im Tal hinter Korzok lagern in der Regel einige Nomaden mit ihren Herden. Hier erhalten wir einen guten Einblick ins «harte» Leben der Nomaden von Ladakh.

Übernachtung im Zelt in Korzok (4500 Meter). (F,M,A)

Wanderung 2 – 4 h



17. Tag Spannende Fahrt ins lang verbotene Hanle

Seit kurzem erst ist es für westliche Touristen erlaubt, das bis anhin verbotene Hanle zu besuchen. Diese Gelegenheit lassen wir uns nicht entgehen und nehmen die spannende Fahrt unter die Räder. In Hanle angekommen, sind wir nahe der tibetischen Grenze.

Das Dorf liegt an einer alten Karawanenroute zwischen Ladakh und Tibet. Die Klöster Hanle, Hemis und Chemre wurden im 17. Jahrhundert als Klöster der Drukpa Kagyu Linie vom sagenhaften «Löwenkönig» Sengge Namgyal gegründet mit Hilfe des «Tigerheiligen» Staksang Raspa. Der «Löwenkönig» starb 1642 in Hanle auf dem Rückweg von Tibet, wo er mit seinem Heer gegen die immer weiter nach Ladakh vordringenden Mongolen gekämpft hatte.

Übernachtung im Gasthaus in Hanle (4500 Meter). (F,M,A)
Fahrzeit 3 h, Wanderung 2 – 3 h

18. Tag Zum türkisblauen See Pangong Tso

Unser heutiges Ziel ist der See Pangong Tso, welcher je nach Sonneneinstrahlung zwischen azur- und türkisblau schimmert. Mit mehr als 130 km Länge ist er der grösste See in der Region, rund drei Viertel des Sees liegen in Tibet. Quer über den See sehen wir nach Tibet. Früher führte eine wichtige Handelsroute an den Ufern des Sees entlang, wertvolle Waren wurden von der Seidenstrasse her über den Himalaya nach Kaschmir oder ins Flachland von Indien transportiert. Nach der Besetzung Tibets durch China haben viele tibetische Flüchtlinge dieselbe Route gewählt, um sich nach Indien ins Exil zu flüchten.

Es gibt zwei zeitlich ähnlich lange Routen vom Indus-Tal zum Pangong Tso. Die spannendere führt über einige hohe Pässe und vorbei am kleinen See Yaya Tso nach Chushul. Falls die Strasse offen ist, dann nehmen wir diese Route.

Übernachtung im Zelt am Pangong See (4300 Meter). (F,M,A)
Fahrzeit 6 – 7 h

19. Tag Wanderung am See und zurück in die Zivilisation

Heute Morgen geniessen wir die fast überirdische Schönheit der Landschaft hier am Ende der Welt. Wir machen eine Wanderung am See entlang oder steigen auf die Bergkette hinter dem See.

Am späteren Vormittag heisst es Abschied nehmen vom Nomadenleben. 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 4 – 5 h, Wanderung 2 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 in Leh 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)

Fahrzeit ½ h, Flugzeit 1 ¼ 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 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

Kombination von spannendem Trekking und abwechslungsreicher Reise mit dem Fahrzeug in einige der entlegensten Regionen von Ladakh. Der Herbst gilt als «schönste» Reisezeit in Ladakh und es hat generell nur noch wenige Touristen. Besuch im bis anhin verbotenen Hanle an der Grenze zu Tibet.

Anforderungen

- Mittelschweres Trekking (SAC T2 – T3), gute Kondition, 3 Tagesetappen von 2 – 4 Stunden, 5 Tagesetappen von 5 – 7 Stunden.
 - Optionale Wanderungen von 2 – 4 Stunden.
 - Das Hauptgepäck wird während des Trekkings transportiert, den Tagesrucksack tragen wir selbst.
 - Überlandfahrten von 1 – 5 Stunden, 1 Ganztagesetappe.
-

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 den Zeltübernachtungen kann abgekochtes Wasser oder Tee abgefüllt werden, zudem haben wir einen Wasserfilter von Katadyn mit dabei. Zu den Mahlzeiten im Zeltcamp 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.

Vergünstigte Himalaya Tours-Reisetasche

Unsere Reisetilnehmer 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 Reisetilnehmern einen faltbaren, ultraleichten Platypus-Beutel. Dieser kann sowohl als Trink- wie auch als Bettflasche genutzt werden. Einfach abends mit heissem Wasser oder Tee füllen lassen, Deckel gut zuschrauben und kontrollieren. Das Wasser oder der Tee kann am nächsten Tag gleich noch als Getränk mitgenommen werden. Gut für uns und gut für die Umwelt.

Sicherheitsausrüstung

Für unsere Sicherheit haben wir Folgendes mit dabei:

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

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

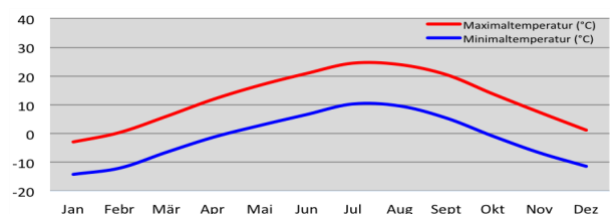
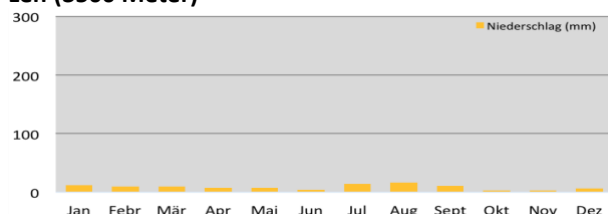
September ist eine schöne Zeit mit tagsüber häufig angenehmen Temperaturen. Morgens, abends und in der Nacht kann es kühl oder kalt werden, vergleichbar mit dem Herbst bei uns in den Bergen. Auch bei Wetterumschwüngen oder in der Höhe kann es kühl oder kalt sein, Temperaturen in der Nacht können in den höchsten Lagern um null Grad oder darunter sein. Schnee um diese Jahreszeit ist selten, in der Regel herrscht recht stabiles Wetter.

Klimaverschiebungen

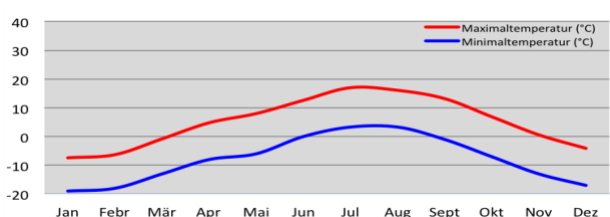
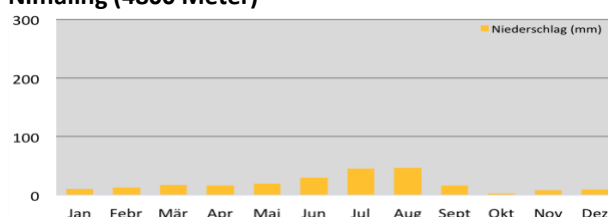
Wichtiger Hinweis: Seit einigen Jahren gibt es weltweit zunehmend Klimaverschiebungen mit häufig sehr ungewöhnlichen Wetterlagen, welche weit von den Statistiken abweichen können. Es kann auch in der «guten» Jahreszeit tagelang regnen oder sogar mal schneien, Wege können schlammig und Pässe unpassierbar 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
 - 5 Übernachtungen im Gasthaus im Doppelzimmer in Leh
 - 14 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
 - Spezialbewilligung für Hemis Nationalpark, Tsomoriri, Hanle und Pangong
 - 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

- Umfangreiche Notfallapotheke
 - Pulsoxymeter zur Sauerstoffmessung im Blut
 - Sauerstoff-Flasche
 - 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	4200
plus Flug Zürich-Delhi retour	ab CHF	750
Total pro Person bei 6 bis 10 Teilnehmern	ab CHF	4950

Zuschlag Kleingruppe

pro Person bei 3 bis 5 Teilnehmern	CHF	300
pro Person bei 2 Teilnehmern	CHF	1000

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 470**

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

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

Anschlussprogramme

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

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