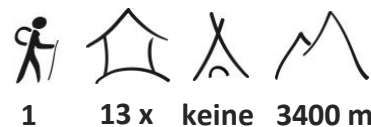


# HIMALAYA TOURS



## Ins Tal der Schwarzhalskraniche

mit lokaler englischsprachiger Reiseleitung



Schwarzhalskranich-Festival und Übernachtungen bei lokalen Familien

**3. – 17. November 2024 (mit optionaler Verlängerung nach Nepal bis 22. November 2024)**



### Ideale Reisezeit



### Höhepunkte

- **Schwarzhalskranich-Festival in Phobjikha**
- **Zu Gast bei befreundeten Familien**
- **Spannende Wanderungen durch unberührte Natur**
- **Besuch des Tigernest-Klosters**
- **«Hot Stone Bath»**

Die seltenen Schwarzhalskraniche leben verstreut im ganzen Himalaya und eine Sichtung ist jeweils ein grosses Glück. Im Winter sammeln sich aber einige Hundert dieser Vögel im Hochtal von Phobjikha. Die einheimische Bevölkerung empfängt diese stolzen Vögel im November jeweils mit einem eigenen Festival – dem Schwarzhalskranich-Festival. Dieses wird im kleinen Kloster von Gangtey gefeiert mit Tänzen und Musik.

Neben dem Besuch von kulturellen Highlights steht auf dieser Reise vor allem das alltägliche bhutanesisches Leben im Vordergrund. Wir werden einen einmaligen Einblick in die bhutanesisches Kultur und das Leben auf dem Lande erhalten und wohnen bei einheimischen Familien im Phobjikha-Tal, wo wir ein traditionelles «Hot Stone Bath» geniessen. Da erhalten wir einen guten und tiefen Einblick ins Familien- und Dorfleben in Bhutan, wie er den meisten Reisenden leider verwehrt bleibt. Neben dem mächtigen Dzong von Punakha und dem berühmten Tigernest-Kloster besuchen wir kleine, heilige und spannende Orte, welche abseits der Touristenrouten liegen. Dies ist eine spannende Reise für alle, welche einen Einblick ins «echte» Bhutan haben möchten.



## Inhalt

---

Reiseroute.....	3
Reiseprogramm .....	4
Reiseleitung, Anforderungen, Unterkünfte und Mahlzeiten .....	9
Ausrüstung und Sicherheitsausrüstung.....	12
Klima und Wetter .....	13
Inbegriffene und nicht inbegriffene Leistungen.....	14
Gruppengrösse und Kosten .....	16

---

## Weitere Infos

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

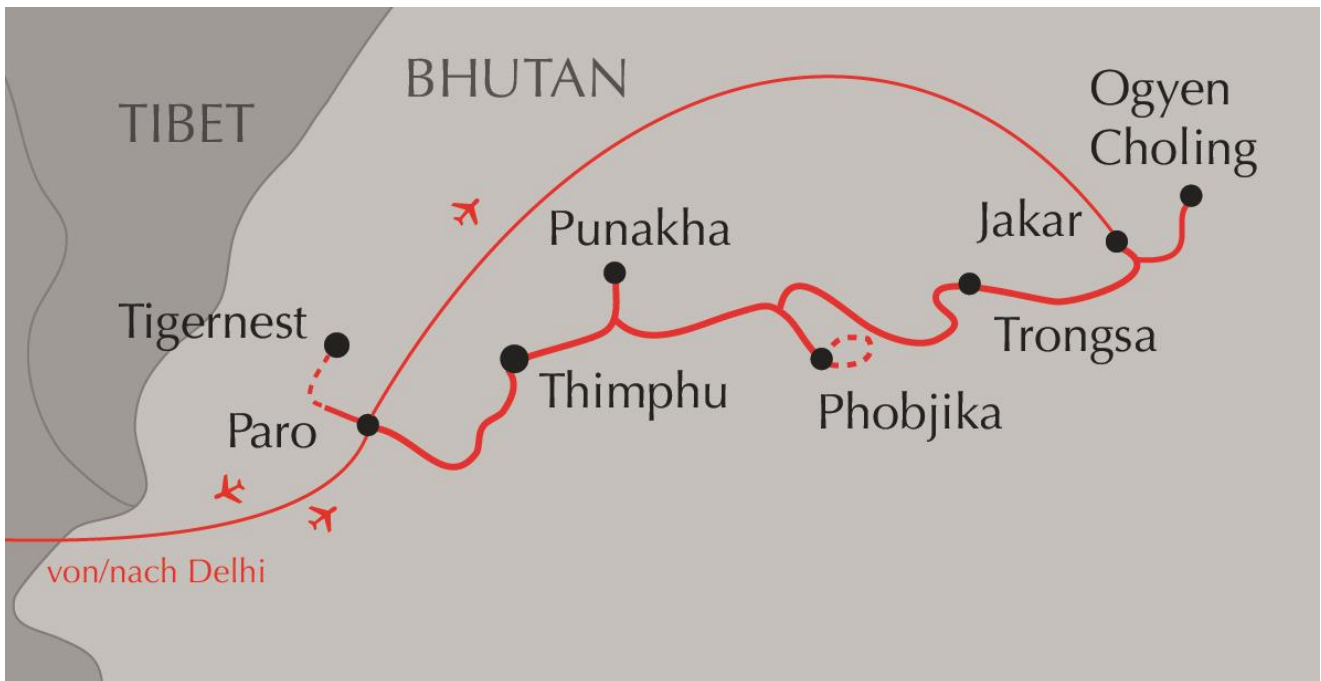
# HIMALAYA TOURS



## Reiseroute

---

### Reiseroute





## Reiseprogramm

(Enthaltene Mahlzeiten F=Frühstück, M=Mittagessen, A=Abendessen)

---

### 1. Tag **Flug nach Delhi**

Flug nach Delhi, in die Hauptstadt Indiens. Nach der Ankunft Passkontrolle und Gepäckentgegennahme. Am Ausgang wartet unser lokaler Partner mit einem Schild beschriftet mit Himalaya Tours. Er organisiert den Transfer zum Hotel oder für den Weiterflug.

Falls der Weiterflug nach Bhutan um die Mittagszeit oder später ist, übernachten wir in Delhi in einem Hotel in Flughafennähe. Sollte der Weiterflug nach Bhutan aber bereits am Morgen sein, ist die Zeit für eine Hotelübernachtung zu kurz und wir ruhen uns einige Stunden am Flughafen aus. Die Flugpläne für die Bhutanflüge sind jeweils erst kurzfristig bekannt.

Evtl. Übernachtung im Hotel in Delhi.

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

---

### 2. Tag **Weiterflug nach Paro in Bhutan**

Auf einem der schönsten Flüge der Welt geniessen wir bei gutem Wetter die Aussicht auf die schneebedeckten Gipfel des Himalayas. Bei schönem Wetter haben wir eine atemberaubende Sicht auf Everest, Kangchendzönga und andere 8000er-Berggipfel. Auch der Anflug auf den Flughafen von Paro ist spektakulär und fast meint man, die Flügel des Flugzeugs berühren die Berghänge in dem engen Tal von Paro. In diesem kleinen Ort werden wir heute übernachten.

Je nach Flugzeit werden wir noch die eine oder andere Sehenswürdigkeit besuchen. Falls der Flug erst am späteren Nachmittag ankommt, fahren wir ins Hotel und geniessen die Stille in Bhutan nach der Hektik in Delhi.

Übernachtung im Hotel in Paro (2300 Meter). (F,M,A)

Flugzeit 2 ½ h, Fahrzeit 1 h

---

### 3. Tag **Flug nach Bumthang**

Auf einem halbstündigen Flug geniessen wir die Aussicht von oben auf Bhutan und die Berge und gelangen so ins Zentrum von Bhutan nach Bumthang. Je nach Flugzeit werden wir am Morgen in Paro oder am Nachmittag in Jakar noch die eine oder andere Sehenswürdigkeit besuchen.

Hinweis: Die Bhutanflüge werden teils kurzfristig abgesagt oder verschoben. In so einem Fall fliegen wir entweder einen Tag später oder wir fahren mit dem Fahrzeug nach Jakar. Dies ist eine lange Fahrt von 8 – 10 Stunden, welche mit der neuen Strasse in einem Tag gemacht werden kann.

Übernachtung im Hotel in Jakar (2600 Meter). (F,M,A)

Flugzeit ½ h, Fahrzeit 1 h

---



## 4. Tag **Ein Kloster schöner als das andere**

In Bumthang könnte man tagelang Klöster besichtigen, eines schöner als das andere. Wir besuchen die Schönsten und starten beim Jambay Lhakhang. Dieser Tempel soll im Jahr 659 vom tibetischen König Songtsen Gampo erbaut worden sein. Er ist zusammen mit dem Kyichu Lhakhang in Paro der älteste Tempel in Bhutan und auch einer der ältesten im ganzen Himalaya. Ein absolutes Highlight ist der Khurje Lhakhang. Dieses Kloster geht auf den Guru Padmasambhava zurück, welchem wir überall in Bhutan begegnen. Im 8. Jahrhundert soll er hier in einer Höhle meditiert haben.

Auf der anderen Seite des Flusses ist der Tamshing Goemba. Die Kräftigen in unserer Gruppe probieren vielleicht das schwere Kettenhemd vom Heiligen Pema Lingpa dreimal um den Tempel zu tragen. Dies soll uns, nach dem Glauben der Leute hier, von unseren Sünden befreien.

Am Nachmittag frönen wir dem «Dolce far niente» oder wer Lust hat, macht eine Wanderung über die Felder im schönen Choekhor-Tal.

Hinweis: Dieser Tag ist gleichzeitig ein Reservetag, falls es auf den Flug nach Jakar zu einer Verzögerung kommen sollte.

Übernachtung im Hotel in Jakar (2600 Meter). (F,M,A)

Fahrzeit ½ h, optionale Wanderung 1 – 2 h

---

## 5. Tag **Tang Valley und «Brennender See»**

Heute freuen wir uns auf «richtige» Bewegung. Wir laufen durch einen wunderschönen Wald und über einen Grat und erreichen um die Mittagszeit das Nonnenkloster beim Dorf Bebzur.

Ab hier wandern wir kurz das Tal hinunter bis zum Membartsho, dem «brennenden See». Hier fand Pema Lingpa Anfang des 16. Jahrhunderts verschiedene «Termas». Dies sind heilige Schätze, Schriften oder Statuen, die im 8. Jahrhundert vom tantrischen Meister Guru Padmasambhava «versteckt» wurden. Diese wurden in späteren Jahrhunderten von sogenannten «Tertöns» (Schatzfindern), auf magische Weise gefunden.

Legenden, Sagen und Mythen ranken sich um die Auffindung dieser Termas, die als hochverehrte Schätze in Klöstern aufbewahrt werden. Das berühmte «Tibetische Totenbuch» ist auch eines dieser Termas, dieses Buch wurde mittlerweile in millionenfacher Auflage in viele Sprachen übersetzt, auch ins Deutsche.

Von hier weg fahren wir ins Tang-Tal. Dieses gilt als das schönste der vier grossen Täler in Bumthang. Ganz zuhinterst erreichen wir schliesslich Ogyen Choling, einen alten Palast. Hier wohnt der Schweizer Walter Roder mit seiner bhutanesischen Frau. Er hat während vielen Jahren verschiedene Landwirtschaftsprojekte in Bhutan geleitet und war ausserdem Landesdirektor von Helvetas Bhutan. Er weiss sehr viel über Bhutan, Land und Leute und natürlich über die Landwirtschaft hier zu erzählen. Ogyen Choling ist einer der schönsten Orte, welchen wir in Bhutan kennen.

Übernachtung im Gasthaus von Walter Roder oder in sehr einfacher Unterkunft in Ogyen Choling (2900 Meter). (F,M,A)

Fahrzeit 1 – 1 ½ h, Wanderung 3 – 4 h

---

## 6. Tag **Wanderung durch Dörfer «am Ende der Welt»**

Heute Morgen besichtigen wir den «Palast» von Ogyen Choling. Kunzang Choden, die Frau von Walter Roder, ist hier aufgewachsen. Zusammen haben sie in den letzten Jahren diesen alten Palast restauriert und in ein spannendes Museum umgewandelt. Anschliessend machen wir eine Wanderung durch schöne Dörfer und Wälder am Ende des Tang-Tales. Auf dieser Wanderung erhalten wir einen guten Einblick ins Dorf- und Landleben in Bhutan. Falls wir Lust auf eine lange Wanderung haben, können wir sogar bis zur Hermitage Thowadrak laufen. Hierhin ziehen sich immer wieder Mönche zur Meditation zurück. Diese Wanderung dauert 6 – 8 Stunden.

Am Nachmittag kehren wir zurück nach Ogyen Choling und geniessen vom Garten her den tollen Ausblick runter über das Tal.

Übernachtung im Gasthaus von Walter Roder oder in sehr einfacher Unterkunft in Ogyen Choling (2900 Meter). (F,M,A)

Wanderung 3 – 5 h (kann auf bis 8 h verlängert werden).



## 7. Tag **Kunstvolle Webereien und heilige Einsiedeleien**

Der Abschied von Ogyen Choling fällt uns schwer. Nach einem gemütlichen Frühstück fahren wir westwärts. Im kleinen Dorf Zugne gibt es zwei grosse Läden mit kunstvollen Handwerksgegenständen aus Bhutan. Wir werden einen kurzen Stop einlegen. Vielleicht haben wir Glück und können den Frauen beim Weben der traditionellen Yatra zuschauen.

Im Chumey-Tal biegen wir ab nach Choedrak, einer Einsiedelei auf 3500 Meter. Direkt unter Choedrak liegt Tharpaling, ein Kloster und Retreatzentrum. Viele Mönche werden wir zu dieser Zeit nicht antreffen, da sie bereits in ihrer Winterresidenz im warmen Süden von Bhutan sind. Nichtsdestotrotz, wir geniessen die schöne Atmosphäre an diesem eindrücklichen Ort. Die Gegend hier bietet sich auch an für eine kurze Wanderung. Anschliessend fahren wir weiter über den Yotong La Pass nach Trongsa.

Übernachtung im Hotel in Trongsa (2200 Meter). (F,M,A)

Fahrzeit 3 – 4 h, optionale Wanderung 1 – 2 h

---

## 8. Tag **Trongsa Dzong, weiter ins Tal der Schwarzhalskraniche und «Hot Stone»-Bad**

Am Morgen besuchen wir den eindrücklichen Trongsa Dzong aus dem 16. Jahrhundert sowie das Trongsa Museum. Eine spannende Fahrt bringt uns in Richtung Pele La Pass (3420 m). Unterwegs machen wir im kleinen Dorf Chendebji einen Stop. Dieses ist bekannt für seinen grossen Chörten. Das Mittagessen nehmen wir in einem wunderschönen Restaurant «mitten in der Pampa» kurz vor dem Pass ein.

Nach dem Pass, von welchem wir bei guter Sicht einen schönen Ausblick haben, biegen wir ab ins Phobjikha-Tal.

Ein besonderes Erlebnis ist das traditionelle «Hot Stone»-Bad, womit wir bei der lokalen Familie oder an einem anderen Ort verwöhnt werden. Grosse Steine werden im Feuer aufgeheizt und dann in den hölzernen Badetrog gekippt, wo diese das Wasser aufwärmen. Das Bad macht nicht nur sauber, sondern soll auch sehr gut für die Gesundheit sein. Lassen wir uns überraschen... Sicher fühlen wir uns nach dem Bad wie frischgeboren.

Übernachtung im einfachen Familienhaus im Phobjikha-Tal (2800 Meter). (F,M,A)

Fahrzeit 2 ½ – 3 h

(Reiseleitung während des ganzen Tages)

---

## 9. Tag **«Black necked Crane Festival»**

Im geschützten Hochtal von Phobjikha überwintern einige Hundert der seltenen Schwarzhalskraniche. Die grossen Vögel kommen in der Regel anfangs November und je nach Verlauf des Winters verlassen sie das Tal ab Mitte Februar, um sich auf den Weg zu ihren Sommerbrutstätten zu machen.

Heute findet das Volksfest der Schwarzhalskraniche, das «Black necked Crane Festival» statt. Mit Maskentänzen, Volkslieder und einem Kulturprogramm feiern die Einheimischen jedes Jahr am 11. November die Ankunft der majestätischen Vögel in ihrem Tal.

Am Nachmittag bietet sich eine Wanderung durch das schöne Phobjikha-Tal auf dem «Gangtey Nature Trail» an. Es ist möglich, anschliessend noch weiter zu laufen in eines der Bergdörfer oberhalb des Talbodens. Mit ein bisschen Glück werden wir vielleicht sogar zu einer Tasse Tee eingeladen.

Übernachtung im einfachen Familienhaus im Phobjikha-Tal (2800 Meter). (F,M,A)

Fahrzeit 1 h, Wanderung 1 – 3 h

---

## 10. Tag **Schönster Dzong von Bhutan**

Nach einem gemütlichen Frühstück fahren wir weiter nach Punakha. Hier besuchen wir den Punakha Dzong, den architektonisch wohl schönsten Dzong in ganz Bhutan. Im Jahr 1638 erbaut, war es der zweite Dzong in Bhutan. Punakha war bis 1955 Hauptstadt und administratives Zentrum von Bhutan, dann wurde die Hauptstadt nach Thimphu verlegt.



Anschliessend fahren wir mit dem Fahrzeug in Richtung Talo. Unterwegs besuchen wir das Nonnenkloster Sangchen. Dieses Nonnenkloster wird direkt von der bhutanesischen Königsfamilie unterstützt. Das Dorf Talo mit seinem Kloster liegt oberhalb Punakha und gilt als eines der schönsten Dörfer in Bhutan. Die Häuser liegen verstreut auf dem Hügel und an den naheliegenden Hängen. Das Kloster Talo gilt der Königsfamilie als wichtiger Ort und in der Regel darf nur ein Gebetsraum im Kloster besichtigt werden. Wir geniessen die herrliche Aussicht über das Tal. Wer Lust hat, wandert von hier durch schöne Wälder und vorbei an Feldern zurück ins Tal von Punakha.

Übernachtung im Hotel in Punakha (1250 Meter). (F,M,A)

Fahrzeit 2 ½ – 3 ½ h, optionale Wanderung 2 – 3 h

---

## 11. Tag **Alter Dzong und weiter nach Thimphu**

Von Punakha geht es weiter auf den Dochula Pass. Dieser ist mit den 108 Stupas auf der Passhöhe sehr fotogen und bei schönem Wetter haben wir eine phantastische Aussicht auf die Berggipfel von Bhutan. Wir sehen etliche der 6000- und 7000er in Bhutan wie die Gipfel des Jomolhari (7314 m), Kang Bum (6500 m), Gangchenta («Great Tiger Mountain», 6840 m) Masagang (6590 m) und viele weitere Gipfel. Wir sehen auch den Gangkhar Puensum. Dies ist mit 7541 Meter nicht nur der höchste Berg von Bhutan, sondern auch der höchste noch unbestiegene Gipfel der Welt.

Kurz vor Thimphu besuchen wir den Simthoka Dzong, welcher als einer der ältesten Dzongs gilt. Danach fahren wir weiter nach Thimphu, in die Hauptstadt von Bhutan. Den Nachmittag haben wir zur freien Verfügung und können auf eigene Faust losziehen, den Markt von Thimphu besuchen oder dem Treiben auf der Strasse zuschauen.

Am Abend besuchen wir den Buddha View Point. Oberhalb von Thimphu steht hier die grösste Buddhastatue von Bhutan. Diese soll mit 100'000 kleinen Buddhastatuen gefüllt werden und die Erschaffer träumen davon, dass dieses imposante Bauwerk zum «8. Weltwunder» werden soll. Ob Weltwunder oder nicht, es ist auf jeden Fall einen Besuch wert und auch die Aussicht über Thimphu ist lohnend.

Übernachtung im Hotel in Thimphu (2350 Meter). (F,M,A)

Fahrzeit 2 – 2 ½ h

---

## 12. Tag **Hauptstadt Thimphu**

Nach einem gemütlichen Frühstück erkunden wir die Hauptstadt Thimphu. Es gibt viel zu sehen, je nach Interesse, Lust und Zeit besuchen wir den Memorial Chörten, der zum Gedenken an Jigme Dorje Wangchuck gebaut wurde. Dieser dritte König von Bhutan ist im Alter von 43 Jahren gestorben. Er gilt als der Begründer des modernen Bhutans und wird bis heute von der Bevölkerung verehrt. Viele Bhutanesen umkreisen jeden Tag diesen Chörten.

Im «Institute for Zorig Chusum» (Institut der 13 Handwerkskünste) bewundern wir einige der Handwerkskünste Bhutans, unter anderem Thangka-Malerei, Skulpturen-Herstellung aus Lehm und Holzschnitzerei. Es ist spannend, den Lehrern und Schülern bei ihrer Ausbildung über den Rücken schauen zu dürfen. Anschliessend besuchen wir das sehr schöne Textilmuseum und bekommen einen guten Einblick in die Textilkunst von Bhutan. An Festtagen tragen viele Frauen kunstvolle, handgewobene Kiras, deren Herstellung bis zu 6 Monate dauert. Vielleicht haben wir Glück und können den Frauen beim Weben zuschauen.

Gegen Abend fahren wir weiter nach Paro.

Übernachtung im Hotel in Paro (2300 Meter). (F,M,A)

Fahrzeit 2 h, Stadtbummel



## 13. Tag **Berühmtes Tigernest**

Heute, an unserem letzten Tag in Bhutan steht ein absoluter Höhepunkt auf dem Programm.

Das berühmteste Kloster von Bhutan ist das Tigernest-Kloster. Es verdankt seinen Namen dem Besuch von Guru Padmasambhava, dem grössten tantrischen Meister in der Geschichte des tibetischen Buddhismus. Dieser ist im 8. Jahrhundert auf dem Rücken einer Tigerin von Tibet nach Bhutan geflogen und hier gelandet. Das Kloster liegt extrem spektakulär in einer steilen Felswand. Nach dem Frühstück fahren wir zum Parkplatz unterhalb des Klosters. Ab hier führt uns ein zum Teil steiler Weg zu einem kleinen Restaurant. Von hier aus hat man eine atemberaubende Sicht auf das Kloster.

1998 brannte die Anlage komplett ab, nur die Höhle mit der Statue des Guru Padmasambhava wurde nicht beschädigt. Die Anlage wurde später wieder gänzlich aufgebaut und nur der Kenner merkt, dass die Anlage erst gut 20 Jahre alt ist. Taktshang Goemba ist einer der wichtigsten Pilgerorte in Bhutan.

Falls wir Lust haben, können wir auf dem Rückweg noch bei Kyichu Lhakhang stoppen. Dies gilt als der älteste Tempel von Bhutan und wurde im Jahr 659 vom tibetischen König Songtsen Gampo gebaut.

Danach haben wir Zeit zur freien Verfügung in Paro. Dieser kleine, hübsche Ort ist ideal, um durch die Strassen zu schlendern, in einem der kleinen Restaurants einen Tee zu trinken oder die letzten Einkäufe zu erledigen.

Übernachtung im Hotel in Paro (2280 Meter). (F,M,A)

Fahrzeit 1 h, Wanderung 3 ½ – 4 h

---

## 14. Tag **Flug von Paro nach Delhi**

Transfer zum Flughafen in Paro 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 Abend fahren wir zum Flughafen, wo wir das Check-In für unseren Rückflug in die Schweiz erledigen.

Tageszimmer im Hotel in Delhi. (F)

Flugzeit 2 ½ h, Fahrzeit 1 h

---

## 15. 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!**





## Reiseprogramm optionale Verlängerung

---

### 14. Tag Flug von Paro nach Kathmandu

Transfer zum Flughafen in Paro und Rückflug nach Kathmandu. Am Flughafen werden wir von unserem lokalen Partner empfangen und er bringt uns in unser Hotel oder Gasthaus. Wir wohnen die ersten Tage bewusst ausserhalb des Zentrums der Millionenstadt Kathmandu. In Bodnath, wo sich viele buddhistische Nepalis und Tibeter niedergelassen haben, ist die Atmosphäre viel entspannter als im Zentrum von Kathmandu. So ist es ideal, unsere Nepalreise hier zu starten. Je nach Ankunftszeit machen wir einen Bummel zur riesigen Stupa, welche vor allem am Nachmittag von vielen Tibetern umrundet wird.

Übernachtung im Hotel im Kathmandu-Tal (1300 Meter). (F)

Fahrzeit ½ h, Stadtbummel zu Fuss

---

### 15. Tag Besichtigungen im Kathmandu-Tal

Wir besichtigen das wichtigste hinduistische Heiligtum in Nepal, den Tempel von Pashupatinath. Dieser ist Zielort für viele Pilger und Sadhus. Diese Asketen türmen ihre teils meterlangen Haare auf dem Kopf auf wie ihr Vorbild, der Hindugott Shiva. Anschliessend besuchen wir Patan. Diese alte Königsstadt wird auch Lalitpur genannt, was soviel wie «Stadt der Schönheit» bedeutet. Der Ort ist bekannt für seine Kunsthandwerker, die besten Künstler des Landes sollen hier ihre Werkstätten haben. Patan gilt auch als älteste Stadt im Kathmandu-Tal und soll bereits im 2. oder 3. Jahrhundert gegründet worden sein.

Übernachtung im Hotel im Kathmandu-Tal (1300 Meter). (F)

Fahrzeit 1 h, Stadtbummel zu Fuss

---

### 16. Tag Bergdorf Nagarkot

Heute Vormittag besichtigen wir Bhaktapur. Diese gilt als schönste der drei Königsstädte im Tal von Kathmandu. Die jahrhundertealten Tempel mit den kunstvollen Holzschnitzereien gehören zum Weltkulturerbe der Unesco und in den engen Gassen von Bhaktapur fühlen wir uns um Jahrhunderte zurückversetzt.

Am Nachmittag fahren wir hoch nach Nagarkot. Dieses Bergdorf ist für seine gute Fernsicht auf den Himalaya bekannt. So empfiehlt es sich, heute alle Teller leerzuessen, dass das Wetter am nächsten Tag dann auch wirklich gut ist.

Übernachtung im Hotel in Nagarkot (1950 Meter). (F,A)

Fahrzeit 2 h, Stadtbummel zu Fuss

---

### 17. Tag Phantastisches Bergpanorama

Hoffentlich haben wir schönes Wetter. Bei klarer Sicht hat man ein einmalig schönes 180-Grad-Panorama von den 8000ern in der Annapurna-Region im Westen zu den Eisgipfeln des Langtang und im Osten kann man sogar den Gipfel des Mount Everest erkennen.

Nach einem gemütlichen Frühstück wandern wir durch kleine Dörfer der Tamang und Chettri. Dies sind zwei der sehr zahlreichen verschiedenen Volksgruppen von Nepal. «Den Nepali» gibt es nicht, auch die berühmten Sherpas sind nur eine von vielen Volksgruppen. Unser Ziel ist das schöne Dorf Changu Narayan. Hier leben vor allem Newaris. Der hiesige Tempel gilt als ältester hinduistischer Tempel im Kathmandu-Tal und ist für die Einheimischen ein wichtiger Pilgerort.

Anschliessend fahren wir zu unserer nächsten Unterkunft im ländlichen Kathmandu-Tal.

Übernachtung im Hotel im Kathmandu-Tal (1300 Meter). (F,M,A)

Fahrzeit 1 h, Wanderung 3 – 4 h



## **18. Tag Wanderung zu einem schönen Aussichtspunkt**

Wir wandern durch schöne Wälder auf einen phantastischen Aussichtspunkt. Bei schönem Wetter haben wir von oben einen wunderschönen Ausblick auf die Berge des nepalesischen Himalayas. Wir geniessen dieses einzigartige Panorama gebührend und essen dazu unseren mitgetragenen Lunch.

Wir fahren in unser Hotel im Zentrum von Kathmandu und haben den Rest des Tages zur freien Verfügung. Wir haben Zeit, im sehr geschäftigen Quartier Thamel unsere letzten Einkäufe zu tätigen, in einem der vielen Restaurants einen «richtigen» Kaffee zu geniessen oder einfach dem Treiben im Markt zuzuschauen.

Übernachtung im Hotel im Kathmandu-Tal (1300 Meter). (F,M)

Fahrzeit 2 h, Wanderung 4 – 6 h

---

## **19. Tag Affentempel und letzter Tag in Nepal**

Heute Morgen besuchen wir Swayambunath. Auf einem Hügel nordöstlich der Altstadt von Kathmandu gelegen, steht der Tempelkomplex von Swayambunath mit der grossen Stupa, welche von mehreren Tempeln und Klöstern umgeben wird. Wir fahren im Auto bis zum Fuss des Hügels. Ab hier müssen wir die 365 Stufen zum Tempel zu Fuss hochgehen. Der Name «Affentempel» stammt von den hunderten Affen, die den Weg zur Stupa hoch säumen und auf Futter von den Besuchern hoffen. Oben angekommen hat man eine herrliche Sicht auf Kathmandu. Swayambunath ist mit 2000 Jahren eines der ältesten Heiligtümer des Tales.

Der Rest des Tages ist zur freien Verfügung.

Gegen Abend geht es zum Flughafen und wir treten unsere Heimreise an.

Flug von Kathmandu nach Delhi

Umsteigen im Transferbereich, Gepäck wird durchgecheckt.

Flugzeit 1 h 45 min, Fahrzeit ½ h, (F)

---

## **20. 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.



## Reiseleitung, Anforderungen, Unterkünfte und Mahlzeiten

---

### Reiseleitung

Diese Reise wird von einem lokalen englischsprachenden Führer geleitet. Dieser kennt Land, Leute und Gebräuche und wird für uns auch übersetzen, wenn wir am Weg Kontakt mit Einheimischen haben. Diese sprechen nämlich häufig kein Englisch.

---

### Unser Kommentar zur Reise

Kulturelle Highlights und alltägliches Familien- und Dorfleben machen diese Reise zu einem speziellen Erlebnis. Wir bereisen Bhutan in einer Art, wie dies schöner und abwechslungsreicher nicht sein könnte. Besuch des Schwarzhalskranich-Festivals in Phobjikha.

---

### Anforderungen

- Einfache Reise mit Tageswanderungen von 1 – 5 Stunden. Alle Wanderungen sind fakultativ und können auch ausgelassen werden.
  - Die Wanderungen sind einfach bis mittelschwer (analog rot-weiss markierten Bergwegen), bei schlechter Witterung kann es auch rutschig sein, gute Wanderschuhe werden empfohlen.
  - Auf den Wanderungen tragen wir unseren Tagesrucksack selbst.
  - Überlandfahrten von 1 – 5 Stunden.
- 

### Unterkünfte

In Bhutan gibt es von der Regierung genehmigte Hotels und Gasthäuser für ausländische Touristen. In den grösseren Städten entsprechen diese einem 1- bis 3-Sterne-Hotel in der Schweiz. In abgelegenen Gegenden sind die Unterkünfte teilweise deutlich einfacher, WC und Dusche sind in der Regel im Zimmer. Die meisten Unterkünfte verfügen über eine Heizmöglichkeit in den Zimmern.

In Phobjikha übernachten wir bei einer lokalen Familie.

In Delhi haben wir ein Zimmer in einem guten Mittelklassehotel.

---

### Übernachtungen bei lokalen Familien

Bei Übernachtungen bei lokalen Familien dürfen wir keinen Luxus erwarten. Das Bett ist einfach, evtl. nur eine Matratze am Boden und allenfalls auch in einem Mehrbettzimmer. Die Toilette ist ausserhalb des Zimmers, an wenigen Orten «local style» (Plumpsklo) und einen Ofen zum Heizen gibt es nur in der Küche. Die Mahlzeiten werden von der lokalen Familie zubereitet und wir haben so die Gelegenheit, wirklich einheimisches Essen zu geniessen.

Unsere Ansprüche an Komfort sollten eher bescheiden sein, aber dafür haben wir einen Einblick ins Leben einer bhutanesischen Familie, wie er den meisten Reisenden leider verwehrt bleibt.

---

### Essen und Getränke

In den Hotels und Restaurants haben wir diverse vegetarische Speisen und oftmals auch Gerichte mit Fleisch zur Auswahl. Während den Wanderungen wird das Mittagessen in der Regel als kalter Lunch mitgenommen. Während der Reise sind jeweils Frühstück, Mittag- und Abendessen inbegriffen, ausser in Kathmandu. Hier ist nur das Frühstück inbegriffen, da die Auswahl an Restaurants in Kathmandu sehr gross ist und wir so selbst entscheiden können, wo wir was essen möchten.

Getränke in den Hotels und Restaurants sind nicht inbegriffen (ausser Frühstücksgetränke). Für die Wanderungen kann teilweise gegen Bezahlung abgekochtes Wasser oder Tee abgefüllt werden.

---



## 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. Für Übernachtungen bei lokalen Familien ist es von Vorteil, den eigenen Schlafsack mitzunehmen. Decken sind vorhanden, diese werden aber nicht regelmässig gewaschen.

---

### 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

Die Schlafräume bei lokalen Familien sind generell nicht geheizt und 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. Die heisse Füllung wird übrigens von uns offeriert. 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
- Wasserfilter von Katadyn

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

(März – Mai)

Im Flachland warm oder heiss, in den Bergen häufig angenehme Temperaturen. Sehr schön ist die Zeit der Rhododendronblüte je nach Höhenlage im April/Mai. In tieferen Lagen teilweise dunstig. Gute Reise- und Trekkingsaison.

#### Monsun

(Juni – Mitte September)

Mehrmals täglich intensive Niederschläge und oftmals bewölkt. Üppige Vegetation. Die meisten Gebiete in Bhutan sind während des Monsuns zwar zu bereisen, aber häufig hat man wenig oder keine Bergsicht.

#### Herbst

(Mitte Sept. – Ende Nov.)

Ideale Reise- und Trekkingzeit. Vielfach klares und trockenes Wetter mit warmen Temperaturen im Flachland und angenehmen oder kühlen Temperaturen in der Höhe.

#### Winter

(Dezember – Februar)

Oftmals klares und stabiles Wetter. In tieferen Lagen nicht allzu kalt und vielfach angenehme Temperaturen bei Sonnenschein. Gute Zeit für Kultur- und Wanderreisen oder Trekkings in tieferen Lagen. Über 3000 bis 4000 Metern können die Pässe wegen Schnee blockiert sein.

### Zu dieser Reise

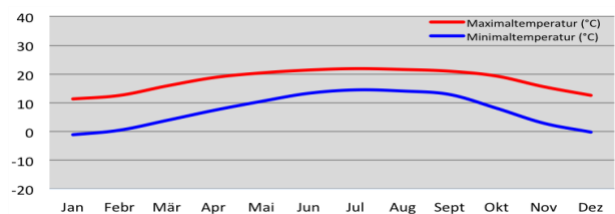
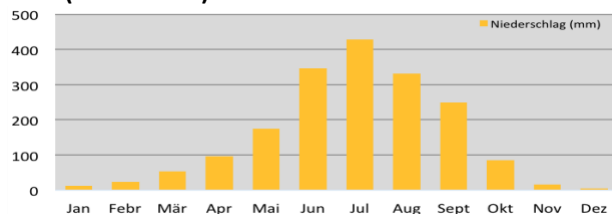
November ist eine schöne Zeit mit tagsüber häufig angenehmen Temperaturen. In der Höhe kann es kühl oder kalt werden, in den Nächten kann die Temperatur in den Höhenlagern unter null Grad fallen. Bei Wetterumstürzen kann es auch sehr kalt werden und sogar schneien. Die Fernsicht ist vielfach sehr gut im Herbst.

### Klimaverschiebungen

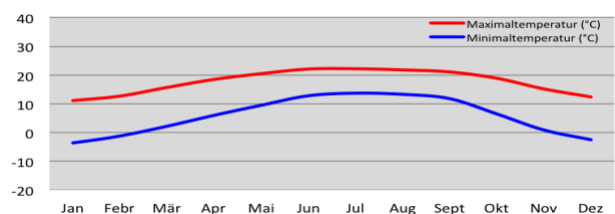
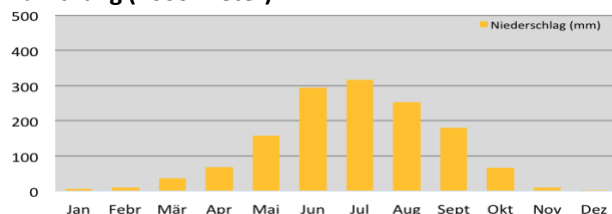
Wichtiger Hinweis: Seit einigen Jahren gibt es weltweit zunehmend Klimaverschiebungen mit häufig sehr ungewöhnlichen Wetterlagen, welche weit von den Statistiken abweichen können. Es kann auch in der «guten» Jahreszeit tagelang regnen oder sogar mal schneien, Wege können schlammig und Pässe unpassierbar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

### Klimadiagramme

#### Paro (2300 Meter)



#### Bumthang (2600 Meter)





## Inbegriffene und nicht inbegriffene Leistungen

---

### Leistungen inbegriffen

- Flüge Zürich-Delhi retour in Economy-Klasse
  - Flüge Delhi-Paro retour in Economy-Klasse
  - Flug Paro-Jakra einfach in Economy-Klasse
  - Flughafentaxen und Treibstoffzuschlag
  - Alle Überlandfahrten und Transfers
  - 10 Übernachtungen im Hotel/Gasthaus im Doppelzimmer in Bhutan
  - 2 Übernachtungen im sehr einfachen Familienhaus im Doppel- oder Mehrbettzimmer
  - 1 Übernachtung im Hotel im Doppelzimmer in Delhi bei Anreise (falls die Transferzeit dazu reicht)
  - 1 Tageszimmer im Hotel in Delhi bei der Rückreise
  - Frühstück, Mittag- und Abendessen in Bhutan, nur Frühstück in Delhi
  - Eintrittsgebühren für Besichtigungen laut Programm
  - Spezialbewilligungen und Permits
  - Tourismusabgabe in Bhutan (12 x US\$ 100 = US\$ 1200)
  - Lokale englischsprachige Reiseleitung
- 

### Für unsere Sicherheit inbegriffen

- Umfangreiche Notfallapotheke
  - Pulsoxymeter zur Sauerstoffmessung im Blut
  - Wasserfilter von Katadyn
  - 24h-SOS-Telefon von Himalaya Tours in der Schweiz und unserem lokalen Partner vor Ort
- 

### Zusätzliche Leistungen inbegriffen

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

### Leistungen nicht inbegriffen

- Trinkgelder (CHF 80 – 120 pro Person, je nach Anzahl Teilnehmern, bei Kleingruppen evtl. etwas höher)
- Mittag- und Abendessen in Delhi
- Getränke in Restaurants, Hotels und Gasthäusern



## **Leistungen inbegriffen optionale Verlängerung**

- Flug Paro-Kathmandu einfach in Economy-Klasse
  - Flug Kathmandu-Delhi einfach in Economy-Klasse
  - Alle Überlandfahrten und Transfers
  - 5 Übernachtungen im Hotel/Gasthaus im Doppelzimmer im Kathmandu-Tal
  - Frühstück in Kathmandu
  - Mittag- und Abendessen im ländlichen Kathmandu-Tal
  - Eintrittsgebühren für Besichtigungen laut Programm
  - Lokale englischsprechende Reiseleitung
- 

## **Zusätzliche Leistungen inbegriffen**

- Visum für Nepal (US\$ 30)
  - Landkarte von Nepal
- 

## **Leistungen nicht inbegriffen optionale Verlängerung**

- Trinkgelder (CHF 40 – 60 pro Person)
- 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	6050
plus Flug Zürich-Delhi retour	ab CHF	750
<b>Total pro Person bei 6 bis 10 Teilnehmern</b>	<b>ab CHF</b>	<b>6800</b>

### Zuschlag Kleingruppe

pro Person bei 3 bis 5 Teilnehmern	CHF	150
pro Person bei 2 Teilnehmern	CHF	550

### 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.**

---

### Kosten optionale Verlängerung

pro Person bei 6 bis 10 Teilnehmern	CHF	1200
pro Person bei 3 bis 5 Teilnehmern	CHF	1300
pro Person bei 2 Teilnehmern	CHF	1400
pro Person bei 1 Teilnehmer	CHF	1600

---

### Einzelzimmer

Es ist möglich, gegen einen Zuschlag ein Einzelzimmer zu buchen.	CHF	650
--	-----	-----

### Einzelzimmer optionale Verlängerung

CHF	300
-----	-----

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 wünschen, aber kein gleichgeschlechtlicher Zimmerpartner gefunden werden kann, erhalten Sie ein Einzelzimmer. 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 Bhutan, 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