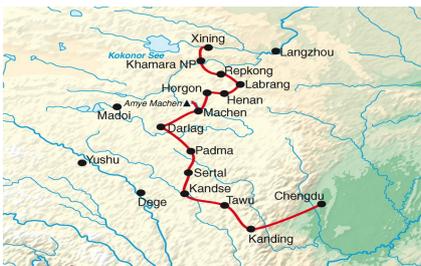


## ASIEN: TIBET

## OSTTIBET REISE - KHAM &amp; AMDO

- > Hochgebirgslandschaften in Ost-Tibet
- > intakte Klöster und ursprüngliche tibetische Kultur
- > Begegnungen mit den Hochlandnomaden
- > Übernachtung im Kloster und bei einer tibetischen Familien

Auf einer der höchstgelegenen Fahrtrouten Asiens erkunden wir das östliche Tibet. Die Landschaft ist geprägt von über 6.000 m hohen Bergketten und Hochplateaus, durch die sich mächtige Ströme tiefe Schluchten gegraben haben. Hier hält die ländliche Bevölkerung immer noch an ihrem überlieferten Lebensstil fest. Klöster mit goldglänzenden Dächern, ursprüngliche Dörfer, burgähnliche Häuser mit Wehrtürmen und die Yakhaarzelte der Nomaden liegen verstreut in den Weiten der Hochflächen, die von schneebedeckten Gipfeln überragt werden. Den Abschluß der Reise bilden die beiden großartigen Klosterstädte Labrang und Kumbum.



## REISEDETAILS

**1. - 23. Reisetag: Kham und Amdo Rundreise****1. Tag: Individuelle Anreise nach Chengdu**

(Gerne senden wir Ihnen ein passendes Flugangebot ab Ihrem Wunschflughafen)

**2. Tag: Ankunft in Chengdu**

Am 2. Tag unserer Reise erreichen wir Chengdu in China. Nach einer kurzen Ruhepause unternehmen wir erste Besichtigungen. -/-

### **3. Tag: Chengdu - Kanding**

Unsere erste Etappe führt über den Sichuan - Tibet - "Highway" durch eine reizvolle Landschaft mit chinesisch geprägten Dörfern. F/-/

### **4-6. Tag: Kanding - Tawu - Kandse**

Die Szenerie wird tibetisch. Die ersten Klöster liegen am Weg - und wir begegnen ersten Kamphas mit ihrem roten Haarschmuck und Nomaden, die hier auf der Hochebene mit ihren Yakherden leben. Die Straßen einstmals sehr abenteuerlichen Straßen, die früher kaum mehr diesen Namen verdienten, werden inzwischen - sollen wir sagen leider - mehr und mehr von der chinesischen Provinzregierung asphaltiert, sodass man inzwischen den einstigen „Abenteuer-Charakter“ der Region nur noch auf wenigen Strecken findet. Kandse war im 17. Jhd. einer der bedeutendsten Orte von ganz Kham und Amdo. In Tawu übernachteten wir wenn möglich bei einer tibetischen Familie. F/-/

### **7. Tag: Kandse - Sertal**

Endloses Grasland prägt unsere Fahrt, Nomadenzelte und Yakherden begleiten uns auf Schritt und Tritt. Wir besuchen eine Nomadenfamilie. In Sertal, das schon auf fast 4.000 m liegt, besuchen wir das bedeutende Larong Kloster, wo wir im Kloostergästehaus übernachten (falls die Genehmigung hierzu erteilt wird) und haben so etwas intensiver Gelegenheit Einblick zu nehmen. Hier leben noch heute über 1.000 Mönche. F/-/

### **8. Tag: Sertal - Padma**

Mit Padma erreichen wir den Hauptort der tibetisch stämmigen Golok Nomaden mit einem der größten Himmels-Bestattungsplätze. Hier besuchen wir verschiedene Klöster in der Umgebung und erkunden zudem den Ort selbst. F/-/

### **8. Tag: Padma - Darlag**

Während der Fahrt nach Darlag, einem weiteren Hauptort der Golok-Tibeter, genießen wir immer wieder den herrlichen Blick auf das Tal des Gelben Flusses. Wir besuchen die Klöster in der Umgebung, unter anderem das nahegelegene Traling Kloster. F/-/

### **10.-11. Tag: Darlag - Machen - Xinhai**

Wir erreichen die Region der Amnye Machen, den heiligen Berg der Golok Nomaden. Achtzehn eisbedeckte Fünf- und Sechstausender gehören zu diesem gewaltigen Gebirgsstock, dessen Hauptgipfel 6.282 m hoch aufragt. Auf unserem Weg nach Xinhai überqueren wir den Drake Mountain Pass (5.200m) und genießen bei klarem Wetter eine atemberaubende Sicht auf die Amnye Machen. F/-/

### **12.-13. Tag: Xinhai - Horgon - Henan**

Auf landschaftlich beeindruckender Strecke genießen wir in den nächsten Tagen unsere Überlandfahrten. Der Blick über das Tal des Gelben Flusses gibt immer wieder den Blick frei auf die „Roten und Blauen Berge“. Wir besuchen das Horgon Kloster und die längste Mani-Mauer der Region. In Henan erreichen wir das Gebiet der mongolisch stämmigen Sogwo-Nomaden. Obwohl die Sogwo seit Jahrhunderten hier mit den Tibetern leben, haben sie ihre alten Traditionen

beibehalten und leben auch heute noch in ihren Jurten. F/-/

#### **14.-15. Tag: Henan - Labrang**

Unser nächstes Ziel ist das Kloster Labrang. Zusammen mit den Klöstern Drepung, Ganden, Sera und Tashi Lunpo in Zentraltibet gehört Labrang zu den großen tibetischen Gelugpa-Klöstern. Im Februar erleben wir hier das tibetische Neujahrsfest und im Mai das Gebetsfest. F/-/

#### **16. Tag: Labrang - Ganjia**

Wir besuchen die Ganjia Nomaden nördlich von Labrang und eine der wenigen alten Bönpo Klöster. Übernachtung wenn möglich bei einer tibetischen Familie. F/-/

#### **17.-19. Tag: Ganjia - Repkong (Tongren)**

Am 17. Tag erreichen wir Repkong. Hier nehmen wir uns viel Zeit, um die Region ausführlich zu erkunden. Wir besichtigen die Klöster Longwu und Wutun mit der typischen tibetischen Regong-Malkunst. Diese 700 Jahre alte Malkunst ist einzigartig in der tibetischen Kultur. Ausflüge in die Umgebung zu kleinen Dörfern führen uns auf eine kleine Zeitreise in die Vergangenheit. Im Juli erleben wir in den ursprünglichen tibetischen Dörfern rund um Repkong das bedeutende Schamanen-Festival. F/-/

#### **20. Tag: Repkong - Khamara NP**

Fahrt zum Stausee des Gelben Flusses. Per Boot erreichen wir den Khamara NP und steigen hinauf zum Achong Namdzing Nonnenkloster, wo wir heute übernachten. F/-/

#### **21. Tag: Repkong - Khamara NP - Kumbum - Xining**

Eine leichte Wanderung führt uns durch die herrliche Landschaft zu zwei weiteren Klöstern bevor wir nach Xining fahren und unterwegs noch das bekannte Kumbum Kloster besuchen. F/-/

#### **22. Tag: Individueller Rückflug von Xining nach Deutschland**

Nach den Besichtigungen in Xining (Tai Chi-Park, Morgenbazar und Tibetisches Kulturmuseum) heißt es Abschied nehmen. Wir fliegen nach Peking und weiter nach Deutschland. F/-/

#### **23. Tag: Ankunft in Deutschland**

#### **Verlängerung in Nepal & Bhutan:**

Gerne können Sie diese Reise mit einem individuellen Programm in Nepal oder Bhutan verlängern! Schauen Sie sich doch einfach einmal unsere fertigen [Reisebausteine Nepal](#) und [Bhutan](#) an oder senden Sie uns hier Ihre Anfrage!

Oder bleiben Sie noch eine Weile im Lande und reisen Sie zu den [Höhepunkten der autonomen Region Tibet!](#)

#### **Hinweis:**

Programm- und Hoteländerungen sind ausdrücklich vorbehalten. Aufgrund von Wettereinflüssen oder politischen Problemen können Ausflüge ausfallen oder ein veränderter Reiseverlauf

notwendig werden.

[Eine Übersicht zu allen unseren Tibet Reisen finden Sie hier.](#)

| TERMINE UND PREISE |            |        |            |
|--------------------|------------|--------|------------|
| von                | bis        | Plätze | Preis in € |
| 22.07.2025         | 13.08.2025 | X      | 2.585 €    |
| X                  |            |        |            |

Viele = ✓ Wenige = ! keine = X

## LEISTUNGEN

- > alle Fahrten im privaten, nicht klimatisierten Fahrzeug
- > Inlandsflüge
- > 15 ÜN in landestypischen Mittelklassehotels im DZ
- > 5 ÜN in Gästehäusern/Homestays/Klöstern
- > Besichtigungen inkl. Eintrittsgelder
- > örtl. englischsprachige Reiseleitung
- > Mahlzeiten: 20 x F
- > AuD-Infomaterial

## ZUSATZLEISTUNGEN

- > Einzelzimmerzuschlag (425 €)
- > Rail & Fly Ticket der deutschen Bahn, 2. Klasse, ab/an allen deutschen Bahnhöfen (95 €)

## NICHT ENTHALTENE LEISTUNGEN

- > Internationale Flüge
- > Einzelzimmerzuschlag: 425,- €
- > Visa-Gebühr China, z. Zt. 120,- €
- > Rail & Fly Ticket 95,- €
- > alle nicht genannten Mahlzeiten & Getränke
- > Trinkgelder und persönliche Ausgaben

## TEILNEHMER/INNEN

Mindestanzahl von Personen: 6

Maximalanzahl von Personen: 12

# ATMOSFAIR

nachdenken • klimabewusst reisen

atmosfair

**NEUE ENERGIE FÜR NEPAL: Helfen Sie das Klima zu schützen!** Beim Hin- und Rückflug für eine Person nach Tibet entstehen klimarelevante Emissionen in Höhe von **5127 kg**. Durch einen freiwilligen Beitrag von **120 €** unterstützen Sie unser engagiertes Klimaschutzprojekt **NEUE ENERGIE FÜR NEPAL** und tragen so zur Entlastung unseres Klimas aktiv bei.

## ZAHLUNGSMODALITÄTEN

- > Höhe der Anzahlung in Prozent des Reisepreises: 20%
- > Fälligkeit der Restzahlung: 30 Tage vor Reisebeginn
- > Sofern bei der Reise eine Mindestteilnehmerzahl ausgeschrieben ist, ist bei Nichterreichen der Mindestteilnehmerzahl ein Rücktritt vom Reisevertrag seitens des Veranstalters bis spätestens 30 vor Reisebeginn möglich.

## WEITERE INFOS

### Weitere buchbare Leistungen

- > Einzelzimmerzuschlag (425 €)

### Programmhinweise

- > Anforderungen: Eine anstrengende Tour mit leichtem Expeditions-Charakter in einer Region mit wenig touristischer Infrastruktur, die Ausdauer und Durchhaltevermögen erfordert; lange Fahrten auf schlechter Strecke. Es kann zu spontanen Programmänderungen durch Witterungsverhältnisse, Erdbeben etc. kommen. Die Bereitschaft zu Komfortverzicht wegen einiger einfacher Unterkünfte wird vorausgesetzt. In den Klöstern ist der Zutritt für Frauen während der „Retreat-Zeiten“, die nicht angekündigt werden, nicht gestattet. Soweit möglich bieten wir ein Alternativprogramm für diesen Tag. Achtung: Der Besuch der Feste kann aufgrund von eventuellen kurzfristigen Terminänderungen vor Ort nicht garantiert werden.

### Privatreisen & Verlängerungsmöglichkeiten

Neben den oben angegebenen festen Gruppenreiseterminen bieten wir diese Reise auch ab 2 Teilnehmern zum individuellen Wunschtermin an; gerne stellen wir Ihnen auch Ihre Wunschreise mit einem geänderten Reiseverlauf zusammen. Gerne stellen wir Ihnen auch noch ein individuelles Vor- oder Verlängerungsprogramm z.B. mit zusätzlichen Tagen in Kathmandu oder Pokhara, Himalayasicht in Dhulikhel oder Nagarkot, Dschungelsafari in den Chitwan Nationalpark, nach Tibet, Bhutan oder Indien zusammen. Sprechen Sie uns einfach an!

Alle Fragen zur Ausschreibung beantwortet Ihnen der jeweilige Veranstalter unter den oben aufgeführten Kontaktdaten, der für die Angaben und Informationen zur Reise verantwortlich ist.