



ASIEN: INDIEN

KÖNIGREICHE DES HIMALAYA AKTIV ERLEBEN

- > Dorfalltag in Darap und kulinarische Reise
- > Auf den Spuren von Frieden und Harmonie
- > Unterwegs durch Darjeelings grüne Teeplantagen
- > Kloster Rumtek: Mönchen begegnen
- > Heiliger Ort des Himalaya – das Tigernest-Kloster
- > Soziale Projekte in Kalimpong besuchen

Langsam und vorsichtig öffnet das unzugängliche Königreich Bhutan dem Tourismus seine Pforten und verzaubert seine Besucher mit der vielleicht letzten intakten Klosterkultur der Welt. Mit Bedacht versucht sich das Land zu wandeln. Das alte Königreich im Himalaya zeigt ein Leben zwischen Tradition und Moderne. Freundliche Menschen und unvergessliche Naturlandschaften sind auf dieser individuellen Rundreise von Sikkim bis nach Bhutan zu erleben. Sie nähern sich auf kleinen Wanderungen den Naturschönheiten der Bergregion und ihren Jahrhunderte alten, buddhistischen Traditionen an. Von Kalkutta, Indiens Metropole am Ganges, geht es nach Darjeeling an die schneebedeckten Ausläufer des Himalaya. Weite Teeplantagen und eine überbordend grüne Natur prägen diesen Landstrich, dessen Panorama vom Kanchenjunga, dem dritthöchsten Berg der Welt, dominiert wird. In Sikkim genießen Sie die Gastfreundschaft einer Familie im traditionellen Dorf, lernen mehr über die Zutaten der lokalen Küche und erleben den buddhistischen Alltag hautnah. Daneben besichtigen Sie mit den Klöstern in Rumtek und Pemayangtse einige der schönsten und berühmtesten Klöster des Himalayas, bevor Sie sich auf den Weg zur Grenze nach Bhutan machen: Ein Land wie in alten buddhistischen Märchen – geprägt von trutzigen Klosterburgen, den Dzongs. Neben den berühmtesten Klöstern des Königreiches in Thimphu und Paro entdecken Sie etwas abgelegenere Dörfer in den Bergen sowie das fruchtbare Tal von Punakha. Ein steiler Anstieg führt hinauf zum Taktshang-Kloster, dem berühmten Tigernest. Kleine Specials am Wegesrande: Eine Segnungszeremonie im Kloster, eine Wanderung durchs Punakha Tal und ein Kochkurs für traditionelle Momos. Hmmm lecker!



REISEDETAILS

1. Reisetag: Beginn in Kalkutta - New Jalpaiguri

Achtung Kulturschock: City Tour, Mutter Teresa & Fahrt mit dem Nachtzug

Namaste – Herzlich willkommen in Kalkutta! Ihre Füße tragen Sie auf einem historischen Rundgang über den Dalhousie-Platz: Welch kleine Oase inmitten prachtvoller Gebäude! Bücherwürmer werden sich auf dem größten Buch-Basar der Welt wie zuhause fühlen. Ihr Blick wandert über das Victoria Memorial aus weißem Marmor mit seinen formal gestalteten Gärten und Wasserläufen. Ist man schon einmal in Kalkutta, darf auch ein Besuch bei Mutter Theresa nicht fehlen: Also auf zu ihrem Haus, wo Sie mit einem Mitarbeiter über die Projekte sprechen. Ein weiteres Projekt hat nun Ihre volle Aufmerksamkeit: „Sari Bari“ ist ein Programm, welches ehemalige Opfer von Menschenhandel darin unterstützt, sich unter fairen Arbeitsbedingungen eine Existenz und finanzielle Unabhängigkeit aufzubauen. Die bunten Textilien, die hier hergestellt werden, können Sie natürlich auch als Souvenir erwerben. Den Abend verbringen Sie in einem Lichtermeer im Kalighat-Tempel: Bei einer Aarti-Zeremonie holen Sie sich in einer unvergleichlichen Atmosphäre den Segen für Ihre Himalaya-Reise. Einen gelungenen Abschluss dieses ereignisreichen ersten Tages bildet ein traditionelles Abendessen in einem bengalischen Restaurant, bevor Sie den Nachtzug nach New Jalpaiguri besteigen und vom Rattern des Zuges in den Schlaf sinken...

2. Reisetag: New Jalpaiguri - Darjeeling

Die Königin der Hill Stations & der König des Tees

Ein Meer aus grünen Teepflanzen, die sich malerisch an rundliche Hügel schmiegen – so stellt man sich den Bundesstaat Darjeeling vor. Zeit, selbst in das grüne Meer einzutauchen! Ihr Guide erwartet Sie bereits am Bahnhof und lädt Sie zu einem stärkenden Frühstück ein. Dann geht es los: Sie bewundern die grün leuchtenden Pflanzen, die hier angebaut werden und in der angrenzenden Teefabrik lernen Sie, wie sich die geernteten Blätter Schritt für Schritt in das Heißgetränk verwandeln und kommen mit den Arbeitern ins Gespräch. Nun ist es an der Zeit, sich noch eine ausführliche Stadtbesichtigung zu gönnen. Freuen Sie sich etwa darauf, vom Schrein Makahal Dara den Blick vom hohen Hügel über nahezu den gesamten Staat Sikkim schweifen zu lassen. Im „Tibetan Refugee Self Help Centre“ können Sie beim Gespräch mit den Bewohnern mehr über ihr Leben erfahren. Noch mehr Wissen sammeln Sie im Museum von Zampling Sherpa – einem Nachkommen des ersten Mount-Everest-Bezwingers Tenzing Norgay! Übernachtung in Darjeeling.

3. Reisetag: Darjeeling – Darap Dorf

Malerische Überlandfahrt nach Sikkim ins Dorf des „Limboo“-Stammes

Heute fahren Sie nach Sikkim. Die Straße verläuft zunächst abschüssig entlang einer Bergkette und durch Teeplantagen, bis Sie mit Ausblicken auf eine wunderschöne Flusslandschaft die erste größere Stadt Sikkims erreichen: Jorethang. Nun kämpft sich Ihr Auto durch die malerische Bergwelt von Sikkim. In der Dämmerung treffen Sie im traditionellen Dorf Darap ein, wo Sie eine einheimische Familie des „Limboo“-Stammes herzlich willkommen heißt. Freuen Sie sich auf zwei spannende Nächte im Dorf! Übernachtung bei einer Gastfamilie.

4. Reisetag: Darap

Dorfleben mit Hühnern und Kühen: Auf einen Schnack mit den Locals

Frühmorgens kräht der Hahn und die Kühe wollen gemolken werden! Diesen Einblick ins Landleben erhalten Sie auf Ihrer Erkundungstour durch das Dorf der Limboos. In einer Arbeitspause plauschen Sie bei einer Tasse Tee mit den Einwohnern. Nach dem Mittagessen ist Bewegung angesagt: ca. zwei Stunden wandern Sie zum Rani Dhunga, einem Platz, den einst eine Sikkim-Königin monatelang als Meditationsstätte genutzt haben soll. Am Nachmittag geht es zurück ins Dorf, wo Sie mit hausgemachtem Wein und Snacks empfangen werden – hmmm, lecker! Während einer traditionellen, von örtlichen Künstlern präsentierten Show versinken Sie völlig im Hier und Jetzt. Übernachtung bei einer Gastfamilie.

5. Reisetag: Darap – Rumtek

Meditative Stimmung in der „vollkommenen Lotusblüte“

Der weite Ausblick und die malerischen Wälder versetzen Sie bei Ihrem Stopp am Pemayangtse-Kloster in eine wunderbar meditative Stimmung. Übersetzt heißt es „vollkommene Lotusblüte“ und es gilt als eines der ältesten und bedeutendsten Klöster Sikkims. Freuen Sie sich auf eine wahre Farbexplosion im hölzernen Kunstbau, der den himmlischen Palast des Mahu Guru zeigt. Ihre Himalaya-Reise führt Sie danach in den Temi Tea Garden (die beste Zeit für einen Besuch ist von Dienstag bis Freitag). Hier wird einer der feinsten Tees der Welt hergestellt und Sie können miterleben, wie viel Arbeit eigentlich hinter einer einfachen Tasse Tee steckt. Am späten Nachmittag erreichen Sie Rumtek. Zeit, eigenständig auf Entdeckungstour zu gehen! Übernachtung in Rumtek.

6. Reisetag: Rumtek

Mönchen im Gespräch begegnen & kulinarische Genüsse

Willkommen im größten Kloster Sikkims! Im Rumtek-Kloster umfängt Sie bei einer traditionellen Gebetszeremonie das Murmeln der Mönche. Haben Sie noch Fragen zum Buddhismus? Vielleicht kommen Sie später mit einem der Mönche ins Gespräch. Ein paar Treppenstufen bringen Sie zum „Nalanda Institute for Higher Buddhist Studies“. Hier nehmen sich die Schüler Zeit für Sie und zeigen Ihnen die alte Kunst des Modelldrucks. Im Nonnenkloster haben Sie die Möglichkeit mit Nonnen zu sprechen und können mehr über ihr Leben im Kloster erfahren. Im Resort genießen Sie dann ein sikkimesisches Essen aus Zutaten der eigenen Bio-Farm. Sie möchten selbst lernen, die lokalen Gerichte zuzubereiten? Dann freuen Sie auf Ihren Kochkurs für schmackhafte Momos, gefüllte Teigtaschen. Übernachtung in Rumtek.

7. Reisetag: Rumtek - Chalsa

Soziale Projekte auf der alten Seidenstraße in Kalimpong besuchen

Früh am Morgen geht die Fahrt weiter nach Kalimpong, welches malerisch an den Ausläufern des Himalaya liegt. Als ehemaliges Handelszentrum an der belebten Seiden-Route von Indien nach Tibet, ist der Ort durch verschiedene kulturelle Einflüsse geprägt. Sie besuchen die NGO Himalayan Trust for Natural History Art, die sich dafür einsetzt, dass junge Menschen aus unterprivilegierten Familien den Zugang zu Bildung und Forschung erhalten. Beim Treffen mit dem Direktor und seinen Schülern haben Sie die Gelegenheit sich auszutauschen und etwas über die dortige Arbeit zu erfahren. Nach dem Lunch steht der Besuch einer weiteren sozialen Einrichtung an: Die Gandhi-Ashram-Schule hat sich der musikalischen Ausbildung verschrieben. Ab der ersten Klasse lernen Kinder hier ein Streichinstrument, einzelne gehen sogar auf Tournee nach Europa. Die Schule besitzt auch eine eigene Geigenbauwerkstatt. Die geschäftige Kleinstadt erkunden Sie am Abend bei einem gemütlichen Spaziergang und gelangen schließlich durch die verwunschen wirkende Teefelder-Landschaft nach Chalsa. Übernachtung in Chalsa.

8. Reisetag: Chalsa - Thimphu

Durchs Eingangstor ins Land des Donnerdrachens!

Durch weite Teeplantagen erreichen Sie heute das Tor zu Bhutan! Sie durchschreiten ein wunderschön verziertes Eingangstor in das kleine Drachenland! Auf unzähligen Serpentineen reisen Sie weiter durch dicht bewaldete Hänge in die Himalaya-Berge, wo die wenigen Dörfer weit auseinander liegen und die Häuser noch im traditionellen Stil erbaut sind. Ihre Reise dauert etwa sechs Stunden. Sie besuchen die bhutanischen Mönche im Kharbandi-Gompa-Kloster und erreichen schließlich ein besonders schönes Naturschauspiel: Der Ort, wo der Vater-Fluss Wang Chu und der Mutter-Fluss Paro Chu in einem gigantischen Strom aufgehen... Übernachtung in Thimphu.

9. Reisetag: Thimphu

Spannende Begegnungen mit Naturheilern, starken Frauen & Künstlern

Sie sind an einem Wochenende in der Hauptstadt? Dann auf zum örtlichen Bauernmarkt und die bhutanischen Köstlichkeiten probieren! In einem Post-Büro können Sie Ihre eigene personalisierte Bhutan-Briefmarke kreieren (bitte halten Sie hierfür ein Passbild mit weißem Hintergrund bereit). Anschließend geht es direkt hinein in das Leben von Naturheilern, kleinen Künstlern und selbstbewussten Frauen: Am „National Institute of Traditional Medicine“ erklärt Ihnen ein Naturmediziner, der sogenannte Amchi, die Verwendung von Kräutern in der heimischen Medizin. Dann sehen Sie in der „School of Traditional Arts“ zu, wie kleine Kinderhände geschickt mit Pinseln über die Leinwände wedeln. Die Leiterinnen der „National Women's Association of Bhutan (NWAB)“ erzählen Ihnen von der traditionellen Rolle der Frau und dem angestrebten Weg zur Gleichberechtigung. Zuletzt packen Sie selbst mit an: Beim ältesten Hersteller von Räucherstäbchen rollen Sie selbst einige der traditionellen Stäbchen nach 700 Jahre alter Rezeptur. Übernachtung in Thimphu.

10. Reisetag: Thimphu - Punakha

Was für ein Hingucker: Bunte Gebetsfahnen wehen auf dem Dochu-La-Pass

Die bunten Gebetsfahnen schicken ihren Segen über die Himalaya-Ketten und 108 Chorten scheinen wie vor den Horizont gemalt: Dieses Bild bietet sich Ihnen auf Ihrer Fahrt über den Dochu-La-Pass. Bei gutem Wetter kann man sogar die schneebedeckten Himalaya-Riesen an der Grenze zu Tibet sehen! Dann sind Sie in Punakha: Im Fruchtbarkeitstempel Chimi Lhakang erhalten Sie einen Einblick in die Traditionen der Menschen Bhutans. Der Tempel ist ein wichtiges Pilgerziel für kinderlose Paare. Mit einem hölzernen Phallus, der einst dem hier wirkenden Heiligen Drupka Kinley gehört haben soll, werden unfruchtbare Frauen gesegnet, in der Hoffnung so mit göttlicher Macht zum ersehnten Nachwuchs zu kommen. In unmittelbarer Nähe von Chimi Lhakang liegt der imposante Punakha Dzong, der auch „Palast des großen Glücks“ genannt wird. Die besondere Atmosphäre dieses Ortes liegt förmlich in der Luft. Übernachtung in Punakha.

11. Reisetag: Punakha - Paro

Glücksgefühle am Khamsum-Yuelly-Namgay-Chorten

Heute schnüren Sie Ihre Wanderschuhe: Durch sattgrüne Reisfelder kommen Sie zum Khamsum-Yuelly-Namgay-Chorten, das erbaut wurde, um die negativen Kräfte zu bekämpfen und Frieden und Harmonie in die Welt zu tragen. Am Nachmittag geht's weiter nach Paro, welches in einem naturbelassenen Tal liegt, das zu den schönsten Tälern Bhutans zählt. Wenn Sie möchten, haben Sie heute optional die Gelegenheit, an einem Bogenschießen-Wettbewerb teilzunehmen. Das Bogenschießen ist in Bhutan mehr als nur eine sportliche Disziplin, es ist vielmehr ein lebendiges Beispiel für die einzigartige Tradition und Kultur des bhutanischen Volkes. Kein Fest in Bhutan kommt ohne einen Bogenschießen-Wettbewerb aus – wobei sich die Schützen nicht nur in Geschicklichkeit und Geduld messen, sondern auch die Geister zur Hilfe nehmen. Übernachtung in Paro.

12. Reisetag: Paro

Wanderung und Mönchssegnung am Tigernest-Kloster

Ihre Füße tragen Sie heute durch einen mit Moos und Flechten behangenen Zauberwald zu einem weiteren Höhepunkt Ihrer Himalaya-Reise! Wenn Sie das Plätschern eines Wasserfalles vernehmen, lohnt sich der Blick in die Ferne: Dort schmiegt sich das Tigernest-Kloster an eine Felswand und überragt das Tal um fast 400 m. Die Klosteranlage zählt zu den heiligsten Orten im Himalaya, da hier große Meister des Buddhismus meditiert haben. Freuen Sie sich darauf, hier selbst eine Gebetsfahne zu hissen und sich von einem Mönch für ein langes und gesundes Leben segnen zu lassen. Am Nachmittag besichtigen Sie noch Kyichu Lhakang, eines der ältesten Klöster des Königreiches und Zeugnis des frühen Buddhismus Bhutans. Heute Abend haben Sie die einmalige Chance bei einem ca. einstündigen Gespräch mit einem Experten etwas über das „Bruttonationalglück“ der Bhutanesen zu erfahren. In den 1980 Jahren von seiner Majestät Jigme Singye Wangchuck eingeführt, wurde es von vielen Staatsmännern als revolutionär betrachtet (optional). Erschöpft, aber glücklich fallen Sie ein letztes Mal in Bhutan in die Betten. Übernachtung in Paro.

13. Reisetag: Paro - Kalkutta

Auf Wiedersehen Bhutan, hallo Kalkutta!

Vielleicht gehen Sie auf dem Weg von Paro zum Flughafen noch einmal in sich: Ist auch Ihr persönliches „Bruttonationalglück“ während dieser Himalaya-Reise gestiegen? Dann können Sie den höchsten Bergen der Welt unter Ihnen beim Verblassen zusehen, bevor Sie in Kalkutta wieder indischen Boden betreten. Sie haben noch nicht alle Souvenirs? Dann auf in die Stadt für die letzten Einkäufe! Übernachtung in Kalkutta.

14. Reisetag: Ende in Kalkutta

Sie verlassen den traumhaften Himalaya mit unvergesslichen Erinnerungen aus Kalkutta, Darjeeling, Sikkim und Bhutan im Gepäck...

| TERMINE UND PREISE | | | |
|------------------------------|------------|--------|------------|
| von | bis | Plätze | Preis in € |
| 01.09.2018* | 30.11.2018 | X | 3.310 € |
| bei 6 Teilnehmern pro Person | | | |
| 01.12.2018* | 31.12.2018 | X | 3.080 € |
| bei 6 Teilnehmern pro Person | | | |

* = Bei den oben genannten Preisen handelt es sich um die Ab-Preise in den jeweiligen Saisonzeiten. Nachfolgend finden Sie die Preise pro Person im Doppelzimmer für die verschiedenen Saisonzeiten und Teilnehmerzahlen: ZEITRAUM 01.03. - 31.05.18 + 01.09. - 30.11.18 - 2 Teilnehmer: € 4.090,- - 3 Teilnehmer: € 3.530,- - 4-5 Teilnehmer: € 3.570,- - 6 Teilnehmer: € 3.310,- - Einzelzimmer-Zuschlag: € 660,- Bitte beachten Sie, dass es zu Feiertagszeiten (Weihnachten, Neujahr usw.) zu Aufpreisen und zusätzlichen Verpflegungskosten kommen kann. Wir informieren Sie bei Buchung entsprechend.

Viele = ✓ Wenige = ! keine = X

LEISTUNGEN

- > Economy-Flüge Paro - Kalkutta
- > 13 Übernachtungen in den angegebenen Hotels (siehe Programmhinweise) im Doppelzimmer: 10 x in landestypischen Mittelklassehotels, 2 x im Homestay, 1 x im Nachtzug im Mehrbettabteil in der 2.Klasse
- > Verpflegung: 13 x Frühstück (F), 7 x Mittagessen (M), 12 x Abendessen (A)
- > Rundreise im privaten Fahrzeug
- > Ausflüge, Besichtigungen und Aktivitäten inkl. Eintrittsgelder und Transfers wie im ausführlichen Reiseverlauf beschrieben
- > Englischsprechende, örtliche Reiseleitung
- > Visum für Bhutan

ZUSATZLEISTUNGEN

- > Aufpreis für durchgängigen, deutschsprechenden Guide (pro Gruppe) (2.150 €)
Preis pro Gruppe / nicht pro Person

NICHT ENTHALTENE LEISTUNGEN

- > Internationale Flüge
- > Visum für Indien (z.Zt. ca. EUR 80,-, Änderungen vorbehalten), Antrag 4 Wochen vor Abreise
- > Reiseversicherungen

TEILNEHMER/INNEN

Mindestanzahl von Personen: 2

Maximalanzahl von Personen: beliebig

ATMOSFAIR



NEUE ENERGIE FÜR NEPAL: Helfen Sie das Klima zu schützen! Beim Hin- und Rückflug für eine Person nach Indien entstehen klimarelevante Emissionen in Höhe von **3963 kg**. Durch einen freiwilligen Beitrag von **92 €** 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: 21 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 21 vor Reisebeginn möglich.

WEITERE INFOS

Programmhinweise

- > VORGESEHENE HOTELS:
- > Kalkutta: Hotel Astor
- > Darjeeling: Swiss Hotel
- > Darap Village: Homestay (einfach)
- > Rumtek: Teen Talley Resort (einfach)
- > Chalsa: Sinclairs Retreat
- > Thimphu: Namselling Hotel
- > Punakha: Meri Puensum
- > Paro: Gangtey
- > Die Hotels verstehen sich vorbehaltlich Verfügbarkeit bei Buchung! Es werden, sofern nicht anderweitig ausgewiesen, die jeweiligen Standardzimmer in der gebuchten Hotelkategorie gebucht.
- > Straßen
- > Auf manchen Überlandstrecken in Sikkim und Bhutan kann es zu Behinderungen durch Straßenbauarbeiten kommen, wodurch stellenweise Behinderungen und Staus entstehen können. Die angegebene Fahrzeit verlängert sich in diesem Fall entsprechend. Auch die

Unterkünfte in den entlegeneren Regionen Sikkims entsprechen nicht überall europäischen Standards.

- > Klosterfeste
- > Bhutan während der großen Klosterfeste zu besuchen ist sicherlich ein ganz besonderes Erlebnis! Im Frühjahr lockt das Paro-Tschechu im April und im Herbst starten in Wangdue Phodrang und Thimphu die großen Feierlichkeiten. Wir empfehlen zu diesen Daten besonders frühzeitig mit der Reiseplanung zu beginnen, da die Hotel- und Flugkapazitäten schnell ausgebucht sind.
- > Änderungen des Tourverlaufs aufgrund aktueller politischer, klimatischer oder organisatorischer Gegebenheiten bleiben vorbehalten.

Einreise & Gesundheit

- > Einreise: Für die Einreise nach Indien/Sikkim und Bhutan benötigen Reisende mit deutscher Staatsangehörigkeit den Reisepass und je ein Visum für Indien und Bhutan. Der Reisepass muss noch 6 Monate über das Rückreisedatum hinaus gültig sein. Visagebühren Indien z.Zt. ca. EUR 63,- (abhängig vom Konsulat des jeweils zuständigen Bundeslandes). Das Visum für Bhutan beantragen wir für Sie über unsere örtliche Partneragentur. Die Kosten für das Bhutan Visum betragen zur Zeit USD 40,-. Diese Kosten sind bereits im Rundreisepreis enthalten. Weitere Informationen zur Visabeantragung und zum Procedere senden wir Ihnen mit der Buchungsbestätigung zu.
- > Sollten Sie eine andere Staatsbürgerschaft als die deutsche besitzen, so teilen Sie uns bitte bei Ihrer Anfrage und vor Buchung Ihre Nationalität mit, so dass wir Sie über die entsprechenden Einreisebestimmungen informieren können. Vielen Dank!
- > Impfungen: Es sind keine Impfungen vorgeschrieben (Gelbfieberimpfung nur erforderlich, sofern man aus einem Infektionsgebiet einreist). Empfohlen werden die Standardimpfungen (Polio, Tetanus, Diphtherie), Masern, Hepatitis A/(B) und ggfs. eine Malaria-Prophylaxe. Wir empfehlen einige Wochen vor Abreise aktuelle Informationen bei den Tropeninstituten einzuholen.

Generelle Hinweise

- > Veranstalter: a&e erlebnis:reisen GmbH.
- > Stand: 06.03.19 (SS)

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