



ASIEN: TADSCHIKISTAN

TADSCHIKISTAN – DER LEGENDÄRE PAMIR MIT MARINA NOVIKOVA

- > 8-tägiges Trekking (3 - 7 Std. täglich)
- > Das nördliche Alichur-Gebirge überschreiten und per Boot über den Saressee fahren
- > Im Wakhan-Korridor auf die eindrucksvollen Siebentausender blicken
- > In den Dörfern im entlegenen Bartang-Tal die Traditionen der Pamiris erleben
- > Am Ufer des türkisblauen Zaroshkul über die beeindruckende Bergswelt staunen
- > Die orientalische Atmosphäre der grünen Hauptstadt Duschanbe spüren
- > In gemütlichen Homestays das Leben der Menschen im Pamir kennen lernen

„Mitten in der kargen Mondlandschaft glitzern kristallklare Seen wie kostbare Juwelen in der Sonne. Immer wenn ich am Ufer stehe und auf diese einzigartige Bergswelt blicke, bin ich zutiefst ergriffen von der Schönheit dieser Landschaft. Tadschikistan ist meine ehemalige Heimat und hier bin ich jedes Mal aufs Neue begeistert von der Herzlichkeit und Gastfreundschaft der Menschen, die diese Region noch faszinierender machen.“ (Marina Novikova) Der Pamir gehört zu den entlegensten Regionen der Welt und wir trekken mit Marina durch die von Gletschern geformte Bergwelt. Sie zeigt uns ihre Heimat und lässt uns als studierte Geologin an spannenden geografisch-geologischen Phänomenen teilhaben. Wir folgen dem mächtigen Flusslauf des Pandsch, der sich durch die zerklüfteten Felsen des West-Pamirs zwängt. Auf der einen Seite begleiten uns die schneebedeckten Gipfel der Sechstausender, am anderen Ufer erheben sich die gigantischen Eiswände des Hindukusch. Wir besuchen abgelegene Dörfer, plaudern mit Händlern auf dem Markt und den Menschen in den Straßen. Und spätestens in den Homestays verstehen wir, wie die Familien ihren Alltag meistern. Unser Trekking führt uns aus der Hochebene des Ost-Pamir über hohe Pässe und steppenartige Weidegebiete bis in den West-Pamir. Dabei begegnen wir wuscheligen Marco-Polo-Schafen und zotteligen Yaks sowie deren freundlichen Hirten, die uns in die Nomadenkultur einweihen. Am Ufer des Zaroshkul, beim Blick auf den Gipfel des Lapnazar, der sich hinter dem Dorf Roshorv im Bartang-Tal erhebt, und nicht zuletzt bei einer Bootsfahrt über den Saressee, wissen wir es sicher – der Pamir ist wild und wunderschön zugleich!

Profil: Der Fokus dieser Reise liegt auf der entlegenen Bergwelt des Pamir. Wir trekken durch eine der schönsten Gebirgslandschaften der Welt und genießen unvergessliche Panoramen. Dabei kommt auch die Kultur des Landes nicht zu kurz. Wir treffen immer wieder auf Zeugnisse der Vergangenheit und kommen vor allem bei den Übernachtungen in den Homestays mit den

Einheimischen ins Gespräch. Wir bieten diese Reise in zwei Varianten an. Beim Termin 25TJK0301 (04.07.-26.07.2025) besuchen wir im äußersten Osten des südlichen Alichur-Gebirges den Ort Jarty Gumbez und begeben uns im nördlichen Alichur-Gebirge auf ein 7-tägiges Trekking in Hufeisenform zum Zaroshkul. Beim Termin 25TJK0302 (08.08.-30.08.2025) fahren wir über den Khargush-Pass in das Alichur-Tal und überqueren bei einem 8-tägigen Trekking das nördliche Alichur-Gebirge und fahren mit Booten über den Saressee. Die weiteren Programminhalte sind bei beiden Varianten identisch. Anforderung: Voraussetzung für diese Reise sind Kondition, Ausdauer und Trittsicherheit für Wanderungen mit bis zu 7 Std. Gehzeit auf unbefestigten Wegen. Es sind keine technischen Vorkenntnisse erforderlich, jedoch können während des Trekkings Etappen nicht ausgelassen werden und Hitze kann das Wandern erschweren. Gehzeiten können sich durch ungünstige Witterungsbedingungen und je nach Kondition der Gruppe verlängern. Die im Programm angegebenen Höhenunterschiede gelten nur als grobe Richtlinie. Die teilweise langen Fahrstrecken erfordern Durchhaltevermögen, da vor allem im Pamir die Straßen in schlechtem Zustand sind. Alle Fahretappen werden durch regelmäßige Pausen unterbrochen. Höhe: Aufgrund des Aufenthalts in Höhenlagen über 2.500 m besteht die Möglichkeit der Höhenkrankheit (AMS). Symptome reichen von Kopfschmerzen und Schwindel bis hin zu bedrohlichen Hirn- oder Lungenödemen. Um die Gefahr zu verringern, ist der Reiseverlauf so konzipiert, dass während der Reise stets genügend Zeit zur Anpassung gegeben ist und der Körper sich an die veränderten Verhältnisse gewöhnen kann. Dazu gehört langsames und stetiges Gehen sowie die Aufnahme von ausreichend Flüssigkeit. Trotz sorgfältiger Planung unserer Reiserouten bedeutet der Aufenthalt in Höhenlagen eine Belastung für den Körper. Sollten Sie diesbezüglich Bedenken haben, melden Sie sich gerne jederzeit direkt bei uns. Insbesondere bei Vorerkrankungen empfehlen wir Ihnen, rechtzeitig vor der geplanten Reise Ihren Hausarzt zu konsultieren. Bei Interesse können wir Ihnen außerdem das Hypoxicum in München empfehlen. Das Institut für Höhenttraining bietet neben einem Höhenverträglichkeitstest die Möglichkeit, sich mittels individueller Trainingspläne auf einen Aufenthalt in großer Höhe vorzubereiten. Kontakt und Information: Institut für Höhenttraining – Hypoxicum München, Inhaber Flavio Mannhardt, Spiegelstr. 9, 81241 München, Tel.: 089 551 356 20, E-Mail: info@hypoxicum.de, Website: www.hypoxicum.de Weitere Informationen zum Thema Höhe finden Sie unter www.hauser-exkursionen.de/reiseinfos/hoehe-auf-reisen. Unterbringung: Wir übernachten in Duschambe und Khorog in Hotels der Mittelklasse und in Kalai Khumb in einem Gästehaus. In den Hotels verfügen alle Zimmer über ein Badezimmer. Im Gästehaus steht ein Gemeinschaftsbad zur Verfügung und Einzelzimmer sind nicht möglich. In der Pamir-Region übernachten wir in landestypischen Homestays. Dabei handelt es sich um gemütliche, aber einfache Unterkünfte mit einem oder mehreren Schlafzimmern, Einzelzimmer sind nicht möglich. Wir schlafen auf Matratzen auf dem Boden oder auf Holzbetten, Bettdecken sind vorhanden. Die sanitären Einrichtungen befinden sich in der Regel außerhalb der Häuser und sind sehr einfach und zweckmäßig. Während des Trekkings übernachten wir in 2-Personen-Zelten. Einfache Isomatten werden gestellt. In den Zeltcamps wird ein Toilettenzelt aufgestellt. In den Seen und Flüssen besteht die Möglichkeit, sich zu waschen. Verpflegung: Bei dieser Reise sind Frühstück sowie 18 Mittagessen und 17 Abendessen inkludiert. Wir frühstücken in den Unterkünften, mittags machen wir ein Picknick oder suchen uns ein nettes Lokal. Abends essen wir in landestypischen Restaurants, in den Hotels oder in den Homestays. Die Küche Tadschikistans ist reichhaltig, es gibt meist Reis oder Kartoffeln und dazu Fleisch, aber auch Eintöpfe und Suppen. Vor allem das Nationalgericht Plov,

Reis mit Gemüse und Fleisch, wird häufig gegessen. Während des Trekkings wird abends ebenfalls für uns gekocht. Bei Lebensmittelunverträglichkeiten bitten wir Sie, sich selbst um entsprechendes Essen zu kümmern. Vegetarisches Essen ist mit Einschränkungen möglich, veganes Essen eventuell nach Rücksprache. Wir bitten um Verständnis. Fahrten: Wir reisen in Duschanbe in einem Mercedes-Benz Sprinter mit Klimaanlage und 16 Sitzen. Ansonsten sind wir in Jeeps, die mit maximal 3 Personen zzgl. Fahrer besetzt sind. Der Pamir-Highway, die Überlandstraße durch das Pamir-Gebirge, ist teilweise in sehr schlechtem Zustand. Je nach Straßenverhältnissen können die Fahrten sehr holprig werden, bei Bandscheibenproblemen raten wir von dieser Reise ab. Den Saressee überqueren wir in kleinen Motorbooten, die für bis zu 5 Personen ausgelegt sind. Schwimmwesten werden bereitgestellt. Abhängig von der Verfügbarkeit stehen gleichzeitig mehrere Boote bereit. Ist dies nicht der Fall, erfolgen mehrere Überfahrten durch ein und dasselbe Boot. Teamwork: Teamgeist und Kameradschaft sind auf dieser Tour besonders wichtig, da jeder Teilnehmer wesentlich zum Gelingen der Reise beiträgt. Aktive Mithilfe bei anfallenden Arbeiten (z. B. Zelte aufstellen) sollte für alle Teilnehmer selbstverständlich sein. Erfahrungsgemäß entsteht durch dieses Gemeinschaftserlebnis ein stärkeres Zusammengehörigkeitsgefühl. Respekt: Respekt ist in unbekannten Kulturkreisen besonders wichtig und sollte für alle Teilnehmer selbstverständlich sein. Vor allem außerhalb der großen Städte bitten wir um taktvolles Verhalten sowie Toleranz gegenüber ungewohnten Sitten und Gebräuchen der einheimischen Bevölkerung. Dazu gehört auch die Zurückhaltung beim Fotografieren – bitte klären Sie ab, ob Aufnahmen von Personen gestattet sind.



REISEDETAILS

1. Reisetag: Anreise nach Tadschikistan

Flug nach Duschanbe.

Unterkunft: Atlas B&B Hotel in Duschanbe

2. Reisetag: Ankunft in Duschanbe, Erkundung der Hauptstadt

Ankunft in Duschanbe und Transfer zum Hotel. Wir haben Zeit, uns auszuruhen, bevor wir uns die tadschikische Hauptstadt genauer ansehen. Im Schatten alter Platanenbäume spazieren wir durch die großzügig angelegten Boulevards und bewundern die mondänen Plätze mit ihren verzierten Brunnen. Und plötzlich tauchen wir ein in das geschäftige Treiben auf dem Basar Mehrjon und befinden uns mitten im Orient – ein kontrastreiches Erlebnis! Am Abend suchen wir uns ein gemütliches Lokal und tauschen unsere ersten Eindrücke aus.

Fahrstrecke: ca. 2.5 km | Unterkunft: Atlas B&B Hotel in Duschanbe | Verpflegung: F, M, A

3. Reisetag: Fahrt über Kulob nach Kalai Khumb

Am frühen Morgen starten wir unsere Fahrt in Richtung Pamir. Je weiter wir uns von Duschanbe entfernen, desto gebirgiger und rauer wird die Gegend. An einem Aussichtspunkt mit Blick auf den Nurek-Staudamm, zweithöchste Talsperre der Welt, legen wir einen Stopp ein. Wer möchte, kann hier lokale Pistazien einkaufen. Weiter in Richtung Süden erreichen wir die Ortschaft Vose. Wir statten hier der Festung Hulbuk einen Besuch ab und erfahren interessante Details zu deren Geschichte und Konstruktion. Am Abend erreichen wir schließlich Kalai Khumb, wo wir zum ersten Mal die pamirische Gastfreundschaft kennenlernen – in einem traditionellen Gästehaus.

Fahrzeit: ca. 07:00 Std. | Fahrstrecke: ca. 380 km | Unterkunft: Zing Guest House in Kalai Khumb | Verpflegung: F, A

4. Reisetag: Fahrt nach Khorog

Am Morgen besuchen wir die 6 km von Kalai Khumb entfernte archäologische Stätte der antiken Stadt Karon. Hier finden sich Überreste von Tempeln, Hallen, Wohngebäuden und sogar eines Polofeldes. Der Lauf des Pandsch führt uns weiter nach Khorog. Wir sind in einem Tal – aber auf 2.000 m Höhe. In Khorog befindet sich nicht nur der Zusammenfluss von Shakh dara, Ghund und Pandsch, hier beginnt auch der Pamir Highway. Dadurch herrscht reges Treiben! Wir mischen uns unter das Volk und spazieren durch den malerischen Stadtpark – Stolz der Bewohner und ein beliebter Treffpunkt.

Fahrzeit: ca. 07:00 Std. | Fahrstrecke: ca. 260 km | Unterkunft: Lal Inn in Khorog | Verpflegung: F, M

5. Reisetag: Erkundung von Khorog

Wir starten den Tag mit einem Bummel über den bunten Basar. Von frischem Brot über alle Arten von Obst und Gemüse bis hin zu Wollsocken, Teppichen und Handwerksbedarf, werden hier alle möglichen Waren angeboten. Bevor wir in einem örtlichen Restaurant zum Mittagessen einkehren, besuchen wir den Botanischen Garten, mit seinen über 2000 Pflanzenarten und einer schönen Aussicht auf den Ort. Eine einheimische Familie heißt uns dann am Nachmittag willkommen. Wir bekommen einen ersten Eindruck vom Leben der Menschen im Pamir, lernen, wie man traditionellen Pamiri Shirchai zubereitet, und essen gemeinsam zu Abend.

Unterkunft: Lal Inn in Khorog | Verpflegung: F

6. Reisetag: Besuch von Garm Chashma, Fahrt durch den Wakhan-Korridor nach Yamg

Heute besuchen wir zunächst Garm Chashma. Der kleine Ort ist durch seine heilenden und heiligen Mineralquellen berühmt (Nutzung fakultativ). Wie entstehen die eindrucksvollen gelb-weißen Sinterterrassen, die aus dem türkisfarbenen Wasser blitzen? Wir ziehen weiter, das Tal wird breiter, bis wir schließlich hinter Ishkashim auf den Wakhan-Korridor treffen. Bei Namadgut besichtigen wir die Festungsrue von Qah-Qaha und den nahe gelegenen Schrein Shohimardon sowie ein kleines Museum (nicht immer geöffnet). Auf dem Weg weiter nach Yamg rückt dann die atemberaubende Kulisse der Siebentausender zum Greifen nahe. Auch zwei „deutschen Häupter“ sind darunter: Peak Karl Marx (6.723 m) und Peak Engels (6.507 m). Am Abend erreichen wir dann das Dörfchen Yamg und genießen die Gastfreundschaft der Pamiris in einem traditionellen Haus und lernen, was hinter der besonderen Konstruktion der Pamirhäuser steckt. Warum hat jedes Chid ein eckiges Dachfenster?

Fahrzeit: ca. 06:00 Std. | Fahrstrecke: ca. 250 km | Unterkunft: Homestay in Yamg | Verpflegung: F, M, A

7. Reisetag: Weiterfahrt durch den Wakhan-Korridor nach Langar

Nach dem Frühstück statten wir dem kleinen Dorfmuseum einen Besuch ab, bewundern eine steinerne Sonnenuhr und die alten Wassermühlen. Dann geht es weiter nach Yamchun, hinauf auf die antike Bergfestung. Nicht nur, weil die alten Mauern viel Geschichte erzählen, sondern auch, weil das Panorama auf das Wakhan-Tal schlicht atemberaubend ist. Inmitten der fruchtbaren Felder liegen kleine Oasen-Dörfer und auch die heißen Quellen von Bibi Fatima (Nutzung fakultativ). Weiter geht es zum buddhistischen Stupa von Vrang und zur Seiden-Festung Abreshim Qala in Zong, bevor wir am Abend Langar erreichen.

Gehzeit: ca. 01:00-02:00 Std. | Gehstrecke: ca. 6 km | Fahrzeit: ca. 04:00 Std. | Fahrstrecke: ca. 70 km | Aufstieg: 300 m | Abstieg: 300 m | Unterkunft: Homestay in Langar | Verpflegung: F, M, A

8. Reisetag: Fahrt über den Khargush-Pass nach Bulunkul

Am Morgen besuchen wir in Langar ein Gemeindehaus und einen alten Schrein, der mit Hörnern von Steinböcken und Marco-Polo-Schafen geschmückt ist. Oberhalb des Dorfes zeigen uns Tausende von Petroglyphen profane und sakrale Szenen aus der Bronzezeit, bevor wir weiter dem Fluss Pamir folgen. Die Landschaft verändert sich. Sanft ansteigend und überwältigend erstreckt sich vor uns die raue Hochebene des Ostpamirs. Sie erstreckt sich auf 4.000 m Höhe und wird von den Einheimischen auch Bam-i Dunya, das Dach der Welt, genannt. Vielleicht treffen wir auf eine Herde Marco-Polo-Schafe? Statt weiter östwärts zu fahren, führt uns unser Weg über den 4.319 m hohen Khargush-Pass hinüber in das Alichur-Tal. Die Salzseen Sasyk und Tuzkul schimmern in der Ferne und erhellen die karge Landschaft. Schließlich erreichen wir Bulunkul. Die kleine Siedlung am gleichnamigen See wirkt irgendwie surreal – idyllisch, aber gewappnet für winterliche Temperaturen bis - 63 °C.

Gehzeit: ca. 01:00-02:00 Std. | Gehstrecke: ca. 6 km | Fahrzeit: ca. 06:00 Std. | Fahrstrecke: ca. 160 km | Aufstieg: 150 m | Abstieg: 150 m | Unterkunft: Homestay in Bulunkul | Verpflegung: F, M, A

9. Reisetag: Fahrt zum Jaschilkul, Start des Trekkings und Wanderung ins Langar Dara-Tal

Gleich nach dem Frühstück fahren wir zum Startpunkt unseres Trekkings. Am westlichen Ende des Yashilkul wartet bereits unsere Begleitmannschaft mit den Lasttieren – es kann losgehen. Wir wandern mit leichtem Anstieg über den 3.930 m hohen Bughramol-Pass hinüber ins Langar-Dara-Tal. Unsere erste Etappe ist nicht lang, aber voller Aussichten! Auf der Lichtung Safedsang verbringen wir unsere erste Zeltnacht (3.760 m).

Gehzeit: ca. 03:00-04:00 Std. | Gehstrecke: ca. 8 km | Fahrzeit: ca. 01:00 Std. | Fahrstrecke: ca. 25 km | Aufstieg: 470 m | Abstieg: 470 m | Unterkunft: Camp Safedsang | Verpflegung: F, M, A

10. Reisetag: Wanderung durch das Langar Dara-Tal nach Kirgizshabir

Wir wandern weiter durch eine spektakuläre Landschaft. In der Ferne blicken wir auf die Bergriesen, deren weiße Spitzen beinahe 6.000 m in den Himmel ragen. Der Weg steigt langsam aber stetig an, wir machen immer wieder Halt und bestaunen die Aussicht. Auf dem letzten Abschnitt schlängelt sich der Pfad durch eine hügelige Moränen-Landschaft. Am Nachmittag erreichen wir Kirgizshabir und errichten unser Lager.

Gehzeit: ca. 04:00-05:00 Std. | Gehstrecke: ca. 12 km | Aufstieg: 510 m | Abstieg: 90 m | Unterkunft: Camp in Kirgizshabir | Verpflegung: F, M, A

11. Reisetag: Wanderung zum Chapdarkul

Heute steigen wir noch etwas weiter auf. Wir folgen den Pfaden entweder über den Langar-Pass (4.630 m) oder auf direktem Wege zum Chapdarkul (4.530 m). Der Weg über den Pass ist länger, aber einfacher für die Tiere. Der direkte Weg zum Chapdarkul ist interessanter, führt aber auch über grobes Blockgestein und Schotter. Am Ufer des Sees, eingebettet zwischen zwei Fünftausendern mit vergletscherten Flanken, schlagen wir das Camp für die Nacht auf.

Gehzeit: ca. 03:00-04:00 Std. | Gehstrecke: ca. 9.5 km | Aufstieg: 300 m | Unterkunft: Camp am Chapdarkul | Verpflegung: F, M, A

12. Reisetag: Überschreitung des Giprotrans-Pass und Wanderung zum Tsakhin-See

Nach dem Frühstück im Camp packen wir wieder zusammen und setzen unser Trekking fort. Über den Giprotrans-Pass (4.702 m), höchster Punkt unseres Trekkings, dringen wir immer tiefer in die abgeschiedene Bergwelt. Unser Weg bis zum Pass ist steinig, aber nicht steil und verläuft an zwei kleinen Seen vorbei. Auch der Pass selbst ist von einem Gletschersee geschmückt. Auf der anderen Seite des Passes steigen wir hinab zu unserem Tagesziel, dem Tsakhin-See auf einer Höhe von 4.340 m. Auf einer Wiese etwas entfernt vom Seeufer übernachteten wir in unseren Zelten.

Gehzeit: ca. 03:00-04:00 Std. | Gehstrecke: ca. 9.5 km | Aufstieg: 180 m | Abstieg: 370 m | Unterkunft: Camp am Tsakhin-See | Verpflegung: F, M, A

13. Reisetag: Wanderung vorbei am Zaroshkul nach Bardara

Nach einem kurzen Aufstieg erreichen wir den azurblauen Zaroshkul auf einer Höhe von 4.520 m. Der Weg führt uns teilweise über große und teils lose Steinblöcke. Wir genießen die Aussicht am See und sehen vielleicht sogar ein paar zottelige Yaks, die hier alleine auf den saftigen Wiesen weiden. Am Vikhinj-Pass verbringt im Sommer eine Schäfer-Familie mit ihrer großen Schaf- und Ziegenherde mehrere Wochen. Danach steigen wir nach Bardara (4.100 m) ab und schlagen dort unsere Zelte auf.

Gehzeit: ca. 05:00-06:00 Std. | Gehstrecke: ca. 17.5 km | Aufstieg: 370 m | Abstieg: 600 m | Unterkunft: Camp in Bardara | Verpflegung: F, M, A

14. Reisetag: Wanderung bis nach Irkht am Saressee

Wir dringen noch etwas tiefer in das Herz des Pamirs vor und erreichen heute den berühmt-berüchtigten Saressee. Der „Schlafender Drache“ entstand 1911 nach einem verheerenden Erdbeben, welches eine natürliche Barriere, auch bekannt als Usoi-Damm, bildete. In Irkht nahe dem Seeufer und neben einer in den 1940er Jahren gegründeten meteorologischen Station errichten wir unser Lager.

Gehzeit: ca. 05:00-06:00 Std. | Gehstrecke: ca. 18 km | Aufstieg: 50 m | Abstieg: 870 m | Unterkunft: Camp in Irkht | Verpflegung: F, M, A

15. Reisetag: Bootsfahrt über den Saressee

Der heutige Tag steht ganz im Zeichen des Saressees. Wir lassen die beeindruckende Szenerie auf uns wirken. Bei der Überfahrt per Motorboot an das nordwestliche Ende des Stausees, werden uns die Ausmaße des Sees besonders eindrucksvoll deutlich. Am Usoi-Staudamm auf ca. 3.300 m schlagen wir das Camp für die Nacht auf.

Fahrzeit: ca. 01:30 Std. | Fahrstrecke: ca. 25 km | Unterkunft: Camp am Usoi-Damm | Verpflegung: F, M, A

16. Reisetag: Überschreitung des Usoi-Pass und Wanderung nach Barchadif

Die längste Etappe unseres Trekkings steht an. Wir überqueren den Usoi-Pass (3.435 m), von dem wir noch einmal einen schönen Panoramablick auf die uns umgebenden Gipfel werfen können. Dann steigen wir entlang des Flusses Murghab ab und erreichen schließlich das Dorf Barchadif und damit auch das Ende unseres Trekkings. Im Dorf quartieren wir uns bei einer Familie in einem Homestay ein.

Gehzeit: ca. 06:00-07:00 Std. | Gehstrecke: ca. 19 km | Aufstieg: 320 m | Abstieg: 970 m |
Unterkunft: Homestay in Barchadif | Verpflegung: F, M, A

17. Reisetag: Fahrt nach Roschorv

Den Morgen nutzen wir für einen Spaziergang durch das kleine Dorf Barchadif und tauchen ein in den Alltag der Menschen, die hier, weit entfernt von der Hauptstadt Duschanbe, ihr Leben führen. Daheim bei einer Familie sind wir zum Mittagessen eingeladen, bevor wir am Nachmittag ein erstes Stück westwärts durch das Bartang-Tal in das Dorf Roshorv fahren.

Fahrzeit: ca. 01:30 Std. | Fahrstrecke: ca. 52 km | Unterkunft: Homestay in Roschorv |
Verpflegung: F, M, A

18. Reisetag: Erkundung von Roshorv

Wir nutzen den heutigen Tag, um in aller Ruhe das Dorf Roshorv und seine Umgebung zu erkunden. Wir lernen, was es mit der langen Musiktradition des Dorfes auf sich hat und besuchen die nahe gelegenen Ruinen einer Festung aus dem 19. Jahrhundert. Dabei lässt sich stets der Gipfel des Lapnazar (5990 m), der über dem Dorf thront, bestaunen.

Unterkunft: Homestay in Roschorv | Verpflegung: F, M, A

19. Reisetag: Fahrt nach Siponj

Der kurvenreichen Bergstraßen folgend, fahren wir weiter westwärts durch das Bartang-Tal. Grüne Schwemmlandebenen zwängen sich zwischen kahlen Felswänden. Entlang der Straße bietet sich uns mehr als nur ein schöner Panoramablick. Im kleinen Dorf Siponj statuen wir einer Petroglyphenstätte einen Besuch ab. Ein letztes Mal nehmen wir die Gastfreundschaft einer Familie in Anspruch und übernachten in ihrem Homestay.

Fahrzeit: ca. 04:00 Std. | Fahrstrecke: ca. 100 km | Unterkunft: Homestay in Siponj | Verpflegung: F, M, A

20. Reisetag: Fahrt nach Kalai Khumb

Über das Dorf Yamts verlassen wir das Bartang-Tal und stoßen wieder auf den Pandsch. Zwischen den hohen Bergen tauchen plötzlich weiße Sanddünen am Ufer auf, sie erscheinen fast unwirklich zwischen den kantigen Felsen. An den Überresten der Vomar-Festung legen wir einen kurzen Stopp ein, bevor wir entlang des Flusses unsere Fahrt fortsetzen. Wir blicken immer wieder auf die afghanische Seite – in den Felswänden können wir Owrings erkennen, die in den Felsen spektakulär angelegten, alten Pfade – ehemals wichtige Verbindung zwischen den Orten. Am Abend erreichen wir das uns schon vertraute Gästehaus in Kalai Khumb.

Fahrzeit: ca. 06:30 Std. | Fahrstrecke: ca. 220 km | Unterkunft: Zing Guest House in Kalai Khumb | Verpflegung: F, M, A

21. Reisetag: Fahrt über Tavildara nach Duschanbe

Von Kalai Khumb fahren wir über die Nordroute via Tavildara zurück nach Duschanbe. Wir überqueren dabei den Hoburobod-Pass auf einer Höhe von 3252 Metern. Die schmale Passstraße ist von bizarr verwitterten, rotbraunen Konglomeratfelsen gesäumt. Nahe dem Berg Navrus legen wir eine Rast ein und bestaunen die bunten Gesteinsschichten des Gipfels, die zu einer einzigartigen Tulpe gefaltet sind. Langsam wandelt sich auf der Weiterfahrt die Landschaft. Zahlreiche Obstgärten und in grüne Landschaft eingebettete Dörfer säumen unseren Weg, bevor wir schließlich wieder Duschanbe erreichen – die Zivilisation hat uns wieder.

Fahrzeit: ca. 08:00 Std. | Fahrstrecke: ca. 340 km | Unterkunft: Atlas B&B Hotel in Duschanbe | Verpflegung: F, M

22. Reisetag: Erkundung Duschanbe

Der heutige Tag ist als Puffertag vorgesehen, damit von unserer Reiseleitung auf eventuell notwendige Änderungen am Reiseverlauf reagiert werden kann. Wenn uns der Tag vollumfänglich zur Verfügung steht, dann haben wir noch einmal Zeit, die vielen Gesichter der tadschikischen Hauptstadt kennenzulernen. Entweder gemeinsam mit der Gruppe oder ganz nach Belieben. Wie wäre es mit einem Besuch des Nationalmuseums oder der Museen der Antike? Wer sich für die verschiedenen Volksgruppen interessiert, ist im Ethnographischen Museum genau richtig. Aber auch der Botanische Garten oder einer der Märkte eignen sich bestens, um die Eindrücke der vergangenen Wochen noch einmal Revue passieren zu lassen.

Unterkunft: Atlas B&B Hotel in Duschanbe | Verpflegung: F

23. Reisetag: Heimreise

Flug von Duschanbe zurück nach Deutschland.

Fahrstrecke: ca. 2.5 km | Verpflegung: F

TERMINE UND PREISE			
von	bis	Plätze	Preis in €
08.08.2025	30.08.2025	✓	5.995 €

Viele = ✓ Wenige = ! keine = ✗

LEISTUNGEN

- > Hauser-Reiseleitung ab/bis Deutschland
- > Flug mit Turkish Airlines ab/bis Frankfurt via Istanbul nach Duschanbe
- > (nach Verfügbarkeit; Aufpreis ist möglich)
- > CO2-Kompensation des Fluges über atmosfair
- > Derzeitige Flughafensteuer, Abflugsteuer und Sicherheitsgebühren
- > Rail&Fly-Fahrkarte ab/bis deutsche Grenze
- > Übernachtung 6 x in Hotels, 2 x im Gästehaus (Gemeinschaftsbad), 7 x in Homestays (Mehrbettzimmer, Gemeinschaftsbad), 7 x im Zelt
- > 22 x Frühstück, 18 x Mittagessen, 17 x Abendessen
- > Gepäcktransport
- > Koch- und Begleitmannschaft
- > Sicherheitsausrüstung: Sat-Telefon
- > Reisekrankenschutz
- > Übernachtung 6 x in Hotels, 2 x im Gästehaus (Gemeinschaftsbad), 7 x in Homestays (Mehrbettzimmer, Gemeinschaftsbad), 7 x im Zelt
- > 22 x Frühstück, 18 x Mittagessen, 17 x Abendessen
- > Gepäcktransport
- > Koch- und Begleitmannschaft
- > Sicherheitsausrüstung: Sat-Telefon
- > CO2-Kompensation des Fluges über atmosfair

NICHT ENTHALTENE LEISTUNGEN

- > Visagebühren
- > Weitere Mahlzeiten und Getränke (ca. 200,00 €)
- > Trinkgelder
- > Individuelle Ausflüge und Besichtigungen

TEILNEHMER/INNEN

Mindestanzahl von Personen: 6

Maximalanzahl von Personen: 12

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 0 vor Reisebeginn möglich.
- > Bei kurzfristigen Buchungen (weniger als 28 Tage vor Reisebeginn) ist der Reisepreis, sofern keine Absage nach AGB Ziffer 5.1. mehr erfolgen kann, bei Übergabe der Reiseunterlagen sofort fällig.

WEITERE INFOS

Einreise & Gesundheit

- > 2-3

Generelle Hinweise

>

„Mitten in der kargen Mondlandschaft glitzern kristallklare Seen wie kostbare Juwelen in der Sonne. Immer wenn ich am Ufer stehe und auf diese einzigartige Gebirgswelt blicke, bin ich zutiefst ergriffen von der Schönheit dieser Landschaft. Tadschikistan ist meine ehemalige Heimat und hier bin ich jedes Mal aufs Neue begeistert von der Herzlichkeit und Gastfreundschaft der Menschen, die diese Region noch faszinierender machen.“ (Marina Novikova) Der Pamir gehört zu den entlegensten Regionen der Welt und wir trekken mit Marina durch die von Gletschern geformte Bergwelt. Sie zeigt uns ihre Heimat und lässt uns als studierte Geologin an spannenden geografisch-geologischen Phänomenen teilhaben. Wir folgen dem mächtigen Flusslauf des Pandsch, der sich durch die zerklüfteten Felsen des West-Pamirs zwängt. Auf der einen Seite begleiten uns die schneebedeckten Gipfel der Sechstausender, am anderen Ufer erheben sich die gigantischen Eismauern des Hindukusch. Wir besuchen abgelegene Dörfer, plaudern mit Händlern auf dem Markt und den Menschen in den Straßen. Und spätestens in den Homestays verstehen wir, wie die Familien ihren Alltag meistern. Unser Trekking führt uns aus der Hochebene des Ost-Pamir über hohe Pässe und steppenartige Weidegebiete bis in den West-Pamir. Dabei begegnen wir wuscheligen Marco-Polo-Schafen und zotteligen Yaks sowie deren freundlichen Hirten, die uns in die Nomadenkultur einweihen. Am Ufer des Zaroschkul, beim Blick auf den Gipfel des Lapnazar, der sich hinter dem Dorf Roshorv im Bartang-Tal erhebt, und nicht zuletzt bei einer Bootsfahrt über den Saressee, wissen wir es sicher – der Pamir ist wild und wunderschön zugleich!

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