

## Tibet-Reise 28 April 2025 – 08 Mai 2025

Reise Leiter Lama Pema Wangyal

28.04.2025 (Montag um 15:45 Uhr, Abflug vom Zürich Flughafen, ca. 22.00 Uhr Flug, 2 Zwischenstopps) –  
Ankunft am 29.04.2025, Dienstag um 14:10 Uhr, Lhasa Gonggar Flughafen Tibet

Tag 1 (Dienstag, 29.04.2025, Ankunft in Lhasa Tibet)

Tashi Delek! Willkommen in Lhasa!

Die Hauptstadt der Autonomen Region Tibet! Bei Ihrer Ankunft am Flughafen in Lhasa werden Sie vom Reiseleiter und Fahrer am Ausgang abgeholt und dann zum Hotel in der Innenstadt von Lhasa begleitet (100 km, ca. 1,5 Stunden Fahrt). Sie können sich in Ihrem Hotel gut ausruhen, um sich an die Höhe (3.650 m) zu gewöhnen und sich am nächsten Tag darauf vorbereiten, Lhasa mit Ihrem Reiseleiter zu erkunden.

Erinnerungen:

1. Es ist gut, Höhenkrankheit zu vermeiden, indem Sie langsamer fahren, sich warmhalten, häufig Wasser trinken, die ersten ein oder zwei Tage nicht duschen, es ruhig angehen lassen und gut schlafen.
2. Sie sollten immer den Rat Ihres Arztes bezüglich der Höhe befolgen, der auf Ihrem Gesundheitszustand basiert.
3. Informieren Sie unbedingt Ihren Reiseleiter oder das Hotelpersonal, wenn Sie sich unwohl fühlen oder Hilfe benötigen. Die Leute dort sind immer hilfsbereit und können gut mit der Höhenkrankheit umgehen.

Tag 2 (Mittwoch, 30.04.2025, Tempel von Lhasa, Übernachtung in Lhasa)

Morgen: Besuch des Potala-Palastes, Sie sehen den historischen Palast des Dalai Lama und den Panoramablick auf die Altstadt von Lhasa, die Meditationshöhle des 33. Königs Songtsen Gampo, und erhalten Audienz bei der glorreichen Avaloketeshvara-Statue.

Nachmittag: Goldopfer für den Buddha-Jokhang-Tempel – die älteste und heiligste Buddha-Statue der Welt, die Barkhor-Straße führt rund um den Jokhang-Tempel.

Abend: Besuch des Namdruk-Klosters, des ersten Klosters des Meister Tsangpa Gyare, dem Ort der Drachen.

Tag 3 (Donnerstag, 01.05.2025, Gyantse, Shigatse/Yamdruk-See, Karola-Gletscher)

An diesem Tag fahren Sie etwa 8 bis 9 Stunden (340 km) von Lhasa nach Shigatse, mit einem Besuch in zwei atemberaubende Naturlandschaften – der Yamdruk-See und der Karola-Gletscher – auf dem Weg.

Halten Sie am Morgen nach etwa 3 bis 4 Stunden Fahrt (200 km) unbedingt Ihre Kamera bereit. Wenn Sie den Gampala-Pass (4.797 Meter) erreichen, haben Sie eine atemberaubende Aussicht auf den Yamdruk-See, einen Süßwassersee unter Ihnen, sowie eine spektakuläre Aussicht auf den heiligen Berg Nyenchen Khangsar in der Ferne. Er ist neben dem Lhamo-Latso-See, dem Manasarovar-See und dem Namtso-See einer der vier größten heiligen Seen in Tibet. Der Yamdruk-See bietet eine atemberaubende Aussicht auf das tibetische Plateau und soll den Tibetern helfen, die wiedergeborene Seele des Dalai Lama zu finden. Außerdem können Sie dort herausgeputzte tibetische Mastiffs, Hunde, Ziegen und Yaks sehen. Sie können optional 5-10 Yuan zahlen, um mit ihnen zu posieren und Fotos von ihnen zu machen; für die einheimischen Tibeter ist es eine Möglichkeit, ein zusätzliches Einkommen für ihre Familien zu verdienen.

Am Nachmittag fahren Sie etwa 1,5 Stunden (70 km), um einen der schönsten Gletscher Tibets zu besuchen – den Karola-Gletscher, den Drehort des Films „Red Valley“ (Hong He Gu). Dieser weiße Gletscher ist einer der drei größten kontinentalen Gletscher Tibets und wird vom Südhang des Nyenchen Kangsang-Gipfels (7.191 m), einem der vier höchsten Gipfel Tibets, gestützt. Er ist auch die Quelle des östlichen Teils des Nyangchu-Flusses. Der Karola-Gletscher (5.012 m) ist nur 300 m von der Autobahn entfernt, die Lhasa mit der Stadt Gyantse verbindet, und Sie können ihn direkt von Ihrem Fahrzeug aus sehen. Sie können auch bequem zum Fuß des bezaubernden Gletschers laufen, der die Form eines gefrorenen Wasserfalls direkt über der Straße und Ihnen hat. Neben der fantastischen Wanderung zum Karola-Gletscher können Sie auf der gegenüberliegenden Straßenseite den wunderschönen schneebedeckten Berg Kalurong bewundern.

Hinweise zum Besuch des Karola-Gletschers:

1. Die Höhe des Gletschers beträgt etwa 5.012 m, also fahren Sie langsamer, um Höhenkrankheit zu vermeiden.
2. Die öffentliche Toilette am Gletscher ist sehr einfach.
3. Einheimische bitten Sie möglicherweise, gegen eine Gebühr Fotos mit ihnen zu machen. Fragen Sie unbedingt, bevor Sie Fotos machen, um mögliche Probleme zu vermeiden.

Danach fahren Sie etwa 3,5 Stunden (170 km) zu Ihrem Hotel in Shigatse, der nächstgelegenen Stadt am Friendship Highway zwischen Tibet und Nepal. Ruhen Sie sich gut aus und machen Sie sich bereit für eine einmalige Reise zum EBC am nächsten Tag.

Tag 4 (Freitag, 02.05.2025, Gawu La Pass, Rongbuk-Kloster, Everest-Basislager)

Nach dem Frühstück fahren Sie etwa 6,5 Stunden (330 km) zum Gipfel der Welt – dem Mount Everest, mit Zwischenstopp am Rongbuk-Kloster – dem höchstgelegenen Kloster der Welt, bevor Sie die Nacht im Everest-Basislager (EBC) verbringen.

Wenn Sie Shigatse verlassen, erhaschen Sie nach etwa 4,5 Stunden Fahrt (240 km) vom Gawu La-Pass (5.200 m, Gyatso La-Pass) zwischen Lhatse und Shelkar einen ersten Blick auf den Mount Everest. Neben dem Mount Everest werden Sie auch von der kurvenreichen Straße, die scheinbar endlos ist, begeistert sein.

Danach geht es weiter zum Rongbuk-Kloster (etwa 3,5 Stunden, 122 km), um den ersten guten Blick auf den Mount Everest zu genießen. Mit einer Höhe von 5.154 m ist das Rongbuk-Kloster das höchstgelegene Kloster der Welt, ein Muss für spirituelle Reisende und auch fotogen.

Hinweise:

1. Reisende können nur bis zum Rongbuk-Tempel gehen und nicht mehr ein paar Kilometer weiter wie zuvor. Aber es ist kein großer Unterschied, was die Aussicht auf den Mount Everest angeht.
2. Die heutige Verpflegung und Unterkunft ist sehr einfach. Aufgrund der großen Höhe ist es möglich, dass Sie einige Symptome der Höhenkrankheit verspüren. Wir empfehlen Ihnen, viel zu trinken, sich zu entspannen und die schöne Landschaft zu genießen, um Ihre Symptome zu minimieren.

Tag 5 (Samstag, 03.05.2025, Mount Everest, Shigatse, Sonnenaufgang Mount Everest)

Sie brechen früh auf, um den Sonnenaufgang über dem Mount Everest zu erleben, und fahren dann zurück zum Gyatso La Pass (Gawu La Pass, die Dingri-Grenze, 122 km, 3,5 Stunden) für einen kurzen Fotostopp. Danach fahren Sie zurück nach Shigatse (240 km, ca. 4,5 Stunden). Und Sie werden zu Ihrem Hotel in Shigatse begleitet.

Tag 6 (Sonntag, 04.05.2025, Flughafen Lhasa – Hanoi, Montag 15:00 – 23:15)

Check-out und Flughafentransfers.

Frühmorgens: Fahrt zum Flughafen Lhasa, Einsteigen (5 Stunden Fahrt)

Es ist Zeit, unsere 6-tägige Lhasa Shigatse EBC Tibet-Gruppenreise mit dem GHMT-Gruppe Vietnam zu beenden und abschiednehmen. Und Ihr Reiseleiter wird Sie zum Flughafen/Bahnhof für Ihren Flug begleiten.

Tschüss und bis bald Lhasa!

Nachmittag: Flug nach Chengdu Sichuan)

Morgen: Fahrt zum Flughafen Lhasa, Boarding für Chengdu Sichuan,

Nachmittag: Fahrt zum Kloster Amdo Sertar, Garze

Tag 7 (Montag, 05.05.2025)

Morgen: Besuch des Klosters Sertar

Nachmittag: Rückfahrt nach Chengdu, Check-in im Hotel

Tag 8 (Dienstag, 06.05.2025) Übernachtung Eme, Leshan)

Morgen: Chengdu zum Berg Emei (Bodhisattva Samanta Badhra Mountain – Leshan (2 Stunden Fahrt) Check-in, Besuch des heiligen Berges

Tag 9 (Mittwoch, 07.05.2025, Übernachtung Peking)

Flug von Chengdu nach Peking, Peking Stadt Besichtigung

Tag 10 (Donnerstag, 08.05.2025, Übernachtung Wu Tai Shan)

Abschiednehmen am Peking Flughafen, Flug nach Zürich.

Tibet Reise beendet.

Tarif: CHF 2990.- Ohne Flugticket, mit Flugticket CHF 3999.-

Den Flug muss jeder selber buchen oder wir organisieren für Sie!

Vielen Danke!

Wir freuen uns auf Ihre Anmeldungen!

Vielen Danke!