








Bhutan

Trekking und Feste in Bhutan



-  **Viertägiges Trekking in Bhutan**
-  **Ausflug zum Tigernest – heiligster Ort Bhutans**
-  **Paro-Fest im Frühjahr und Wangdi-Fest im Herbst**
-  **Blumenübersäte Almweiden und grüne Wälder**
-  **Schneeberge und tiefblaue Gebirgsseen**

Die nepalesische Hauptstadt Kathmandu ist der Ausgangspunkt Ihrer Reise nach Bhutan. Entlang der Himalaya-Kette fliegen Sie nach Paro im wunderschönen, gleichnamigen Tal und reisen weiter nach Thimphu. In der Hauptstadt Bhutans besichtigen Sie u.a. Tashichho Dzong, das Verwaltungs- und religiöse Zentrum Bhutans, das Nonnenkloster Drubthob Gompa und den Memorial Chörten, ein Wahrzeichen Thimphus. Sie besuchen Punakha Dzong, den "Palast der großen Glückseligkeit", und gelangen über das Punakha-Tal nach Wangdiphodrang. Eine Wanderung führt zum schön gelegenen Dorf Samtengang und ein Ausflug nach Gangtay zum größten Kloster Bhutans.

Am Ta Dzong beginnt Ihr Trekking. Sie wandern über blumenübersäte Almweiden und durch Wälder mit Erlen, Bambus, Hemlocktannen, Lärchen und Rhododendren. Im Frühjahr (Besuch des Paro-Festes) bezaubert die Rhododendronblüte und im Herbst (Besuch des Wangdi-Festes) blühen verschiedene Enzianarten und büschelweise Edelweiß! Bei guter Sicht bietet sich ein herrlicher Blick auf Schneeberge, tiefblaue Gebirgsseen und grüne Täler. Schließlich steigen Sie von Phajoding ab und kehren nach Thimphu zurück.

Im Königreich Bhutan ist der tibetische Buddhismus noch lebendig. Mächtige Klosterburgen (Dzongs) krönen so manchen Bergrücken, weiß getünchte Chörten (Reliquienschreine) säumen die Wege. Leise tönen die wassergetriebenen Gebetsmühlen. Zu den Festen, Paro- und Wangdi-Tsechu, strömen die Menschen in Festtagskleidung zum Paro bzw. Wangdi Dzong. Begleitet von den tiefen Klängen von Hörnern treten Mönche und Laien in farbenprächtigen Kostümen mit einfallreichen Masken auf. Der Höhepunkt des Festes ist erreicht, wenn ein riesiges Rollbild (Thangka) feierlich entrollt wird und die Mönche eine religiöse Zeremonie leiten.

Bei einem Ausflug lernen Sie auch Bhutans heiligste Stätte kennen - das berühmte, hoch über dem Tal des Paro-Flusses thronende Kloster Taktsang (Tigernest).

Geplanter Programmablauf

(Verpflegung: F=Frühstück M=Mittagessen A=Abendessen)

Version A: Paro-Fest

Tag 1: Anreise

Linienflug mit Etihad Airways von Frankfurt über Abu Dhabi (oder Doha) nach Kathmandu.

Tag 2: Kathmandu

Ankunft in der nepalesischen Hauptstadt. Wir werden vom Flughafen abgeholt und zu unserem Hotel gebracht.

Übernachtung im Hotel; (A)

Tag 3: Flug Kathmandu - Paro

Heute fliegen wir nach Paro und haben bei gutem Wetter während des Fluges einen fantastischen Ausblick auf die Gipfel der Himalaya-Kette. Ankunft in Paro. Die Stadt liegt 2.200 m hoch im gleichnamigen Tal - für viele das schönste Tal des Landes. Im Norden wird es vom heiligen Berg Chomolhari beherrscht; Gletscherwasser strömt von seinen Nebengipfeln durch tiefe Schluchten zu Tal und bildet den Paro Chu (Fluss), der das Tal speist. Einst verlief eine wichtige Handelsroute zwischen Bhutan und Tibet durch das Paro-Tal, das sich vermutlich als eines der ersten Täler dem Einfluss des Buddhismus öffnete. Nach unserer Ankunft in Paro werden wir abgeholt und fahren gleich weiter über den Dochula Pass (3.050 m) nach Wangdiphodrang.

Fahrzeit ca. 4,5 Std.; Übernachtung im Hotel; (FMA)

Tag 4: Tagesausflug nach Gangtay

Fahrt nach Gangtay. Wir besichtigen das Gangtay-Kloster, das sich auf einem kleinen Hügel über dem Talboden befindet. Das große Dorf in der Umgebung wird mehrheitlich von den Familien der Gomchen bewohnt, die das Kloster beaufsichtigen. Geleitet wird das größte Kloster Bhutans vom Gangtay-Tulku, der neunten Reinkarnation, die diesen Namen trägt. Bereits 1613 soll der Grundstein von Pema Trinley, dem ersten Gangtay-Tulku, gelegt worden sein. Rückfahrt nach Wangdiphodrang.

Fahrzeit ca. 5 Std.; Übernachtung im Hotel; (FMA)

Tag 5: Punakha Dzong

Fahrt nach Punakha. Wir besichtigen Punakha Dzong (Baujahr 1637), das, anders als die meisten Klosterburgen, nicht auf einem Bergrücken, sondern in der Ebene liegt. Der Legende nach hat der Baumeister von diesem "Palast der großen Glückseligkeit" geträumt und ihn seiner Traumerscheinung, ohne den Entwurf auch nur einmal zu ändern, nachgebildet. Auf der Empore der von zwei Flussarmen umströmten Klosterburg drehen sich große Gebetsmühlen. Heute ist Punakha Dzong die Winterresidenz des Je Kempo.

Gegen Mittag fahren wir weiter nach Paro.

Fahrzeit ca. 5 Std.; Hotel; (FMA)

Tag 6: Paro Festival

Dieser Tag steht im Zeichen des Paro-Festes, des größten bhutanesischen Festes. Das Paro Tsechu wird zu Ehren Padmasambhavas (auf Tibetisch Guru Rinpoche) begangen, gleichzeitig werden die Götter des Tales gefeiert. Zur Festzeit strömen die Menschen aus den Tälern des Umlands in Festtagskleidung zum Paro Dzong. Frauen und Mädchen tragen bunten Familienschmuck.

Die Dzongs (Klosterburgen) sind Verwaltungssitze der geistlichen und weltlichen Macht Bhutans und während eines Festes für Fremde bedingt zugänglich. Mönche und Laien in farbigen Kostümen treten mit Masken auf, die Götter, Dämonen und legendäre Gestalten darstellen. Die Bewegungen der Tänzer sind bis ins kleinste Detail festgelegt, ihre oft schreckenerregenden Masken entsprechen dem Thema der meist spannungsgeladenen Tanzdramen: Zerstörung der bösen Kräfte und Sieg über das Chaos. Dämonen werden abgewehrt, die bösen Kräfte symbolisch durch die Schwerter der Tänzer und durch den Trommelklang zerstört oder vertrieben. Spaßmacher lockern mit grotesken Darbietungen die feierliche Stimmung des Festes durch übermütige Scherze auf.

Gehzeit 3 - 4 Std.; Aufstieg 450m; Abstieg 450m; Hotel; (FMA)

Tag 7: Wanderung zum Tigernest (Taksang)

Falls eine Thangka-Zeremonie abgehalten wird (dies ist nicht jedes Jahr der Fall), finden wir uns noch in der Morgendämmerung wieder am Festplatz ein. Der Höhepunkt des Festes ist erreicht, wenn am letzten Tag der mehrtägigen Feier ein riesiges Rollbild (Thangka) entrollt wird. Die Mönche leiten eine religiöse Zeremonie und die Gläubigen werfen sich zum Gebet nieder, meditieren und murmeln Gebetsformeln. Mit den ersten Sonnenstrahlen wird die Thangka eingerollt und für ein weiteres Jahr bis zur nächsten Thangka-Zeremonie im Kloster verwahrt. Rückfahrt zum Hotel und Frühstück.

Wir besuchen das bekannte Kloster Taksang (Tigernest). Auf steilem Weg geht es hinauf zu einer Aussichtsplattform, von der sich ein großartiger Blick auf das berühmte "Tigernest" bietet. Eine spektakuläre Schlucht mit Wasserfall trennt uns noch von der Klosteranlage, die sich hoch über dem Paro-Tal erhebt. Im April 1988 brach ein Brand in der Anlage aus. Betroffen davon war glücklicherweise aber nur ein Teil des Klosters, das inzwischen wieder aufgebaut wurde. Für Bhutesen ist Taksang eine der heiligsten Stätten des Landes, die Gläubige zumindest einmal in ihrem Leben aufsuchen sollten. Der Sage nach soll Padmasambhava von Tibet aus auf einer Tigerin hierher geflogen sein und die Dämonen des Paro-Tals überwältigt haben. Nach beendeter Meditation soll er Anweisung gegeben haben, hier ein Kloster zu bauen. 1648 wurde es um die Meditationshöhle des großen Guru und seiner Nachfolger errichtet. Der Bau besteht aus mehreren Tempeln und scheint förmlich an der Felswand zu kleben.

Am Nachmittag besuchen wir Paro.

Gehzeit 3 - 4 Std.; Aufstieg 450m; Abstieg 450m; Übernachtung im Hotel; (FMA)

Tag 8: Beginn des Trekkings

Fahrt zur Festung Ta Dzong (ca. 2.500 m). Hier treffen wir unsere Trekkingmannschaft. Unser Gepäck wird auf Pferde geladen und wir können starten! In zwei Stunden geht es zunächst gemütlich auf einer kaum befahrenen Staubstraße durch lichten Kiefernwald und vorbei an einigen Bauernhäusern mit Apfelplantagen auf eine schöne Wiese mit einer Mauer (2.940 m). Wir steigen weiter auf, der Weg wird schmaler und führt durch einen sehr schönen Nadelwald, vorwiegend Fichten, von dessen Ästen märchenhaft lange Flechten hängen. Wir folgen bergwärts dem Hauptpfad; die anderen kleinen Wege führen zu einem Sommerlager von Yakhirten. Schließlich öffnet sich der Wald zu einer großen Almweide. Unser Weg führt links zu den Gebetsfahnen, die den Jili La kennzeichnen. Vor uns sehen wir nun den Jili Dzong auf einem Hügel. Das letzte Stück bis zu unserem Zeltplatz (3.500 m) kurz vor dem Dzong wird von Edelweiß und Gebetsfahnen gesäumt. Unter uns erstreckt sich das Paro-Tal und bei klarem Wetter sehen wir im Norden die Chomolhari und weitere Grenzberge zu Tibet.

Gehzeit 4 - 5 Std.; Aufstieg 1.000m; Abstieg 80m; Übernachtung im Zelt; (FMA)



Tag 9: Narithang (3.500 m)

In stetigem Auf und Ab durch Rhododendrenwälder erreichen wir nach ca. 3-4 Stunden Jangchu Kharka (3.700 m) und legen eine Mittagsrast ein. Am Nachmittag führt uns der Weg hinunter durch den Wald zum Lagerplatz Narithang, einer Yakweide in 3.500 m Höhe in der Nähe eines Baches.

Gehzeit ca. 6 Std.; Aufstieg 850m; Abstieg 800m; Übernachtung im Zelt; (FMA)

Tag 10: Labhana Camp (4.000 m)

Wir steigen durch Rhodendrenwald auf einem schattigen Weg bis zum See Janye Tsho auf und wandern weiter am Simkotha Tsho (See) entlang. Hier tummeln sich zahlreiche Lachsforellen, die der Großonkel des Königs ausgesetzt hat (4.110 m).

Nach dem Mittagessen steigen wir auf zum Phume-La (La=Pass, 4.200 m) und wandern in Richtung eines weiteren Passes zu unserem Lagerplatz Camp Labhana, unserem "Camp zwischen den Pässen" auf 4.000 m Höhe.

Gehzeit ca. 5 Std.; Aufstieg 900m; Abstieg 350m; Übernachtung im Zelt; (FMA)

Tag 11: Ende des Trekkings und Fahrt nach Thimphu

Nach zwei kleineren Pässen sehen wir Gebetsfahnen auf unserer Wanderung. Wir steigen weiter ab. An den Felsen sind häufig Steinplatten aufgerichtet - ein Zeichen dafür, dass die lokalen Berggottheiten um Schutz gebeten werden. Wir erreichen einen alten Chörten und sehen Phajoding Gompa. Unter uns erstreckt sich Thimphu, die Hauptstadt Bhutans. Durch den Wald geht es hinunter an der Phajoding Gompa vorbei, bis wir die Straße erreichen. Dort werden wir vom Busfahrer mit dem Bus erwartet.

Nach einem ausgiebigen Mittagessen fahren wir per Bus nach Thimphu.

Gehzeit ca. 4,5 Std.; Aufstieg 300m; Abstieg 1.300m; Übernachtung im Hotel; (FMA)

Tag 12: Thimphu

Der ganze Tag steht uns für die Hauptstadt zur Verfügung.

Wir schauen uns den Tashichho Dzong, den Dzong der "guten Gesetze" bzw. "der glücklichen Religion" am rechten Ufer des Thimphu Chu an. Dieses Meisterwerk bhutanesischer Architektur wurde, wie so viele traditionelle Bauten, ohne Verwendung eines einzigen Nagels errichtet. Im Tashichho Dzong, dem Verwaltungs- und religiösen Zentrum des Landes, sind u.a. der Thronsaal des Königs und das größte Kloster des Landes untergebracht. Dem Je Kempo, dem religiösen Oberhaupt Bhutans, und einem Teil seiner Mönche dient der Dzong als Sommerresidenz.

In der School of Arts and Crafts werden Kinder in der Kunst der traditionellen Malerei, Bildhauerei und Schnitzkunst unterrichtet. Einen Eindruck vom bhutanesischen Kunsthandwerk vermittelt das Handicraft Emporium. Verschiedene kunsthandwerkliche Erzeugnisse der Schüler wie hölzerne Masken, Thangkas, Silberschmuck, Bambushandwerk usw. werden zum Verkauf angeboten. Es handelt sich dabei um typische Objekte aus verschiedenen Teilen Bhutans.

Wir besuchen das oberhalb des Thimphu Dzong liegende Nonnenkloster Drubthob Gompa, benannt nach dem Heiligen Drubthob Thangton Gyalpo. Vom Weg aus haben wir einen herrlichen Blick über den Tashicho Dzong und die Hauptstadt. Im Kloster leben etwa 35 bis 45 Nonnen, die alten Frauen und Waisenmädchen eine Heimat bieten.

Danach schauen wir uns den Memorial Chörten, ein Wahrzeichen von Thimphu, an. Ashi Phuntshok Choden ließ den Chörten 1974 zum Andenken an ihren Sohn und König Jigme Dorjee Wangchuk errichten. Für die Bevölkerung hat der Chörten große religiöse Bedeutung.

Übernachtung im Hotel; (FMA)

Tag 13: Paro - Kathmandu

Morgens Fahrt nach Paro für den Flug nach Kathmandu. Nach der Ankunft in der nepalesischen Hauptstadt werden wir zu unserem Hotel gebracht. Der restliche Tag in Kathmandu steht zur freien Verfügung.

Hotel; (FMA)

Tag 14: Kathmandu

Die Zeit zur freien Verfügung können wir für letzte Einkäufe nutzen. Transfer zum Flughafen und Rückflug mit mit Etihad Airways über Abu Dhabi nach Frankfurt.

(F)

Tag 15: Ankunft

Ankunft in Frankfurt.

Version B: Wangdi-Fest**Tag 1 B: Anreise**

Linienflug mit mit Etihad Airways von Frankfurt über Abu Dhabi nach Kathmandu.

Tag 2 B: Kathmandu

Ankunft in der nepalesischen Hauptstadt. Wir werden vom Flughafen abgeholt und zu unserem Hotel gebracht.

Übernachtung im Hotel; (A)

Tag 3 B: Paro

Heute fliegen wir nach Paro und haben bei gutem Wetter während des Fluges einen fantastischen Ausblick auf die Gipfel der Himalaya-Kette. Nach der Ankunft in Paro fahren wir zum Hotel.

Paro liegt 2.200 m hoch im gleichnamigen Tal - für viele das schönste Tal des Landes. Im Norden wird es vom heiligen Berg Chomolhari beherrscht; Gletscherwasser strömt von seinen Nebengipfeln durch tiefe Schluchten zu Tal und bildet den Paro Chu (Fluss), der das Tal speist. Einst verlief eine wichtige Handelsroute zwischen Bhutan und Tibet durch das Paro-Tal, das sich vermutlich als eines der ersten Täler dem Einfluss des Buddhismus öffnete.

Fahrzeit ca. 1,5 Std.; Fahrstrecke ca. 50 km; Hotel; (FMA)

Tag 4 B: Taktsang (Tigernest) - Thimphu

Wir besuchen das bekannte Kloster Taktsang (Tigernest). Auf steilem Weg geht es hinauf zu einer Aussichtsplattform, von der sich ein großartiger Blick auf das berühmte "Tigernest" bietet. Eine spektakuläre Schlucht mit Wasserfall trennt uns noch von der Klosteranlage, die sich hoch über dem Paro-Tal erhebt. Im April 1988 brach ein Brand in der Anlage aus. Betroffen davon war glücklicherweise aber nur ein Teil des Klosters, das inzwischen wieder aufgebaut wurde. Für Bhutanesen ist Taktsang eine der heiligsten Stätten des Landes, die Gläubige zumindest einmal in ihrem Leben aufsuchen sollten. Der Sage nach soll Padmasambhava von Tibet aus auf einer Tigerin hierher geflogen sein und die Dämonen des Paro-Tals überwältigt haben.



Nach beendeter Meditation soll er Anweisung gegeben haben, hier ein Kloster zu bauen. 1648 wurde es um die Meditationshöhle des großen Guru und seiner Nachfolger errichtet. Der Bau besteht aus mehreren Tempeln und scheint förmlich an der Felswand zu kleben.

Nach dem Lunch fahren wir weiter nach Thimphu.

Gezeit 3 - 4 Std.; Aufstieg 450m; Abstieg 450m; Hotel; (FMA)

Tag 5 B: Thimphu und Fahrt nach Wangdiphodrang

Der Morgen steht uns für Thimphu zur Verfügung. Wir schauen uns den Tashichho Dzong, den Dzong der "guten Gesetze" bzw. "der glücklichen Religion" am rechten Ufer des Thimphu Chu an. Dieses Meisterwerk bhutanesischer Architektur wurde, wie so viele traditionelle Bauten, ohne Verwendung eines einzigen Nagels errichtet. Im Tashichho Dzong, dem Verwaltungs- und religiösen Zentrum des Landes, sind u.a. der Thronsaal des Königs und das größte Kloster des Landes untergebracht. Dem Je Kempo, dem religiösen Oberhaupt Bhutans, und einem Teil seiner Mönche dient der Dzong als Sommerresidenz.

In der School of Arts and Crafts werden Kinder in der Kunst der traditionellen Malerei, Bildhauerei und Schnitzkunst unterrichtet. Einen Eindruck vom bhutanesischen Kunsthandwerk vermittelt das Handicraft Emporium. Verschiedene kunsthandwerkliche Erzeugnisse der Schüler wie hölzerne Masken, Thangkas, Silberschmuck, Bambushandwerk usw. werden zum Verkauf angeboten. Es handelt sich dabei um typische Objekte aus verschiedenen Teilen Bhutans.

Am Nachmittag fahren wir nach Wangdiphodrang über den Dochula (3.050 m; La = Pass).

Fahrzeit ca. 3,5 Std.; Gezeit ca. 3,5 Std.; Aufstieg 900m; Abstieg 350m; Hotel; (FMA)

Tag 6 B: Ausflug nach Gangtay

Nach dem Frühstück fahren wir nach Gangtay. Wir besichtigen das Kloster Gangtay, das sich auf einem kleinen Hügel über dem Talboden erhebt. Das große Dorf in der Umgebung wird mehrheitlich von den Familien der Gomchen bewohnt, die das Kloster beaufsichtigen. Geleitet wird das größte Kloster Bhutans vom Gangtay-Tulku, der neunten Reinkarnation, die diesen Namen trägt. Bereits 1613 soll der Grundstein von Pema Trinley, dem ersten Gangtay-Tulku, gelegt worden sein. Rückfahrt nach Wangdiphodrang.

Fahrzeit ca. 5 Std.; Hotel; (FMA)

Tag 7 B: Wangdi Tsechu

Frühmorgens begeben wir uns auf den Festplatz, um dem großen Tsechu (Tanzfest) beizuwohnen. Aus allen Richtungen strömen die Menschen herbei, sie haben ihre Festtagskleidung und schönen Schmuck angelegt. Für die Bhutaner ist das Fest nicht nur ein bedeutendes religiöses Ereignis, sondern auch ein Anlass, Gemeinschaft zu pflegen.

Die Klosterburgen sind Verwaltungssitze der geistlichen und weltlichen Macht Bhutans und während eines Festes für Fremde bedingt zugänglich. Begleitet von den tiefen Klängen von Hörnern und den klirrenden Lauten der Zimbeln treten Mönche und Laien in farbenprächtigen Kostümen auf. Sie tragen Masken, die Götter, Dämonen und legendäre Gestalten darstellen. Anmutige Aufführungen wechseln mit spannungsgeladenen Tanzdramen ab. Spaßmacher lockern mit grotesken Darbietungen die feierliche Stimmung des Festes durch übermütige Scherze auf. Die Bewegungen der Tänzer sind bis ins kleinste Detail festgelegt, ihre oft Schrecken erregenden Masken entsprechen dem Thema der Aufführungen: Zerstörung der bösen Kräfte und Sieg über das Chaos. Dämonen werden abgewehrt, die bösen Kräfte symbolisch durch die Schwerter der Tänzer und durch den Trommelklang zerstört oder vertrieben. Wir mischen uns unter die Feiernden und verbringen diesen Festtag mit ihnen.

Hotel; (FMA)

Tag 8 B: Punakha - Paro

Fahrt nach Punakha. Wir besichtigen Punakha Dzong (Baujahr 1637), das, anders als die meisten Klosterburgen, nicht auf einem Bergücken, sondern in der Ebene liegt. Der Legende nach hat der Baumeister von diesem "Palast der großen Glückseligkeit" geträumt und ihn seiner Traumerscheinung, ohne den Entwurf auch nur einmal zu ändern, nachgebildet. Auf der Empore der von zwei Flussarmen umströmten Klosterburg drehen sich große Gebetsmühlen. Heute ist Punakha Dzong die Winterresidenz des Je Kempo.

Gegen Mittag fahren wir weiter nach Paro.

Fahrzeit ca. 5 Std.; Hotel; (FMA)

Tag 9 B: Beginn des Trekking

Fahrt zur Festung Ta Dzong. Hier treffen wir unsere Trekkingsmannschaft (2.500 m). Unser Gepäck wird auf Pferde geladen und wir können starten! In 2 Stunden geht es zunächst gemütlich auf einer kaum befahrenen Staubstraße durch lichten Kiefernwald und vorbei an einigen Bauernhäusern mit Apfelplantagen auf eine schöne Wiese mit einer Manimauer (2.940 m). Wir steigen weiter auf, der Weg wird schmaler und führt durch einen sehr schönen Nadelwald, vorwiegend Fichten, von dessen Ästen märchenhaft lange Flechten hängen. Wir folgen bergwärts dem Hauptpfad; die anderen kleinen Wege führen zu einem Sommerlager von Yakhirten. Schließlich öffnet sich der Wald zu einer großen Almweide. Unser Weg führt links zu den Gebetsfahnen, die den Jili La kennzeichnen. Vor uns sehen wir nun den Jili Dzong auf einem Hügel. Das letzte Stück bis zu unserem Zeltplatz (3.500 m) kurz vor dem Dzong wird von Edelweiß und Gebetsfahnen gesäumt. Unter uns erstreckt sich das Paro-Tal und bei klarem Wetter sehen wir im Norden die Chomolhari und weitere Grenzberge zu Tibet.

Gehzeit 4 - 5 Std.; Aufstieg 1.000m; Abstieg 80m; Zelt; (FMA)

Tag 10 B: Narithang (3.500 m)

In stetigem Auf und Ab durch Rhododendrenwälder erreichen wir nach ca. 3-4 Stunden Jangchu Kharka (3.700 m) und legen eine Mittagsrast ein. Am Nachmittag führt uns der Weg hinunter durch den Wald zum Lagerplatz Narithang, einer Yakweide in 3.500 m Höhe in der Nähe eines Baches.

Gehzeit ca. 6 Std.; Aufstieg 850m; Abstieg 800m; Zelt; (FMA)

Tag 11 B: Camp Labhana (4.000 m)

Wir steigen durch Rhododendrenwald auf einem schattigen Weg bis zum See Janye Tsho auf und wandern weiter am Simkotha Tsho entlang. Hier tummeln sich zahlreiche Lachsforellen, die der Großonkel des Königs ausgesetzt hat (4.110 m).

Nach dem Mittagessen steigen wir auf zum Phume-La (Pass, 4.200 m) und wandern in Richtung eines weiteren Passes zu unserem Lagerplatz Camp Labhana, unserem "Camp zwischen den Pässen" auf 4.000 m Höhe.

Gehzeit ca. 5 Std.; Aufstieg 900m; Abstieg 350m; Zelt; (FMA)

Tag 12 B: Thimphu

Nach zwei kleineren Pässen sehen wir Gebetsfahnen auf unserer Wanderung. Wir steigen weiter ab. An den Felsen sind häufig Steinplatten aufgerichtet - ein Zeichen dafür, dass die lokalen Berggottheiten um Schutz gebeten werden. Wir erreichen einen alten Chörten und sehen Phajoding Gompa. Unter uns erstreckt sich Thimphu, die Hauptstadt Bhutans. Durch den Wald geht es weiter hinab an der Phajoding Gompa vorbei, bis wir die Straße erreichen. Dort werden wir vom Busfahrer erwartet. Nach einem ausgiebigen Mittagessen fahren wir nach Thimphu und checken in unser Hotel ein.

Am Nachmittag besuchen wir den Wochenmarkt und können kleine Einkäufe (Chili...) erledigen. Danach schauen wir uns den Memorial Chörten, ein Wahrzeichen von Thimphu, an. Ashi Phuntshok Choden ließ den Chörten 1974 zum Andenken an ihren Sohn und König Jigme Dorjee Wangchuk errichten. Für die Bevölkerung hat der Chörten große religiöse Bedeutung.

Gehzeit ca. 4,5 Std.; Aufstieg 300m; Abstieg 1.300m; Hotel; (FMA)

Tag 13 B: Fahrt zum Flughafen Paro - Flug nach Kathmandu

Am Morgen fahren wir nach Paro und nehmen Abschied von Bhutan.

Flug von Paro nach Kathmandu. Nach der Ankunft in der nepalesischen Hauptstadt werden wir zu unserem Hotel gebracht und haben die restliche Zeit zur freien Verfügung.

Gehzeit 3 - 4 Std.; Aufstieg 450m; Abstieg 450m; Hotel; (FMA)

Tag 14 B: Kathmandu

Zeit für letzte Einkäufe in Kathmandu. Wir werden zum Flughafen gebracht für den Rückflug mit Etihad Airways über Abu Dhabi nach Frankfurt.

Hotel; (F)

Tag 15 B: Ankunft

Ankunft in Frankfurt.

Unser Service-Team berät Sie gerne.

Telefon-Nummer: 089-235 006-0

e-mail: info@hauser-exkursionen.de

Charakter der Tour und Anforderungen

Unser Bhutan-Klassiker: Kombinierte Kultur- und Wanderreise mit einem großen Klosterfest und einem viertägigen anspruchsvollen Trekking.

In Bhutan unternehmen Sie ein 4-tägiges Trekking. Die täglichen Gehzeiten liegen zwischen 3 und 6 Stunden. Durch den Abstieg ca. 1.300 Höhenmetern am letzten Trekkings-Tag und die oft schlammigen Wege bewegt sich die Trekkingsbewertung zwischen 2 und 3 Füßen. Sie sollten gewohnt sein, die genannte Gehleistung mehrere Tage hintereinander mühelos zu erbringen und trittsicher in jedem Gelände sein. Gewandert wird auch im Geröll und Morast (bei Regen: tiefer humusreicher Boden sowie Lehm).

Sie halten sich längere Zeit in Höhen über 2.500 m auf. Die Gefahr der Höhenkrankheit darf nicht unterschätzt werden. Um die Anpassung zu erleichtern, ist besonders zu Beginn der Reise, wenn sich der Körper allmählich auf die veränderten Verhältnisse einstellt, langsames und stetiges Gehen, sowie viel Flüssigkeitsaufnahme sehr wichtig. Beachten Sie hierzu bitte die Höheninformationen in den Hauser-Reiseinformationen, die Sie mit den Reiseunterlagen erhalten.

Wem das Trekking zu anstrengend ist, bieten wir bei Buchung auch ein Ersatzprogramm in Bhutan zum Beispiel in das wunderschöne Bumthang Tal in Zentralbhutan an.

Bhutan ist touristisch wenig erschlossen. Achten Sie bitte bei den Begegnungen mit der Bevölkerung auf respekt- und taktvolles Verhalten. Die Unterkünfte sind einfach und die Waschmöglichkeiten manchmal begrenzt, europäische Maßstäbe dürfen nicht angelegt werden. Während der Festivalzeiten kann es bei der Zimmerverteilung zu Engpässen kommen; Erstattungsansprüche ergeben sich dadurch nicht. Einzelzimmer stehen in der Regel in Bhutan nicht zur Verfügung. Die Reihenfolge der Besichtigungen kann variieren, da die Genehmigung der Route von staatlicher Seite aus jederzeit geändert werden kann! Die Verpflegung ist für den europäischen Gaumen manchmal etwas ungewohnt, Sie werden aber auch ganz neue Köstlichkeiten entdecken. Der Standard der Busse ist teilweise sehr einfach und kann nicht mit europäischen Maßstäben gemessen werden. Die Überlandstraße kann infolge der harschen Witterungsbedingungen in teilweise schlechtem Zustand sein. Kilometerangaben sind daher nicht wie auf europäischen Landstraßen umzurechnen.

Klima

An den Südhängen des östlichen Himalaya gelegen, grenzt Bhutan im Norden an Tibet, im Süden, Osten und Westen an Indien. Der Schutz der Umwelt und die Bewahrung des kulturellen Erbes gelten als oberstes Anliegen



der Regierung, weshalb die Anzahl der jährlichen Besucher eingeschränkt wird und den wenigen Reisenden stattliche Tagessätze abverlangt werden. Die Erwerbstätigen sind fast ausschließlich in der Land- und Forstwirtschaft tätig.

Im Süden Bhutans ist das Klima tropisch, in den nördlichen Landesteilen herrschen mit zunehmender Höhe kältere Temperaturen. Tagsüber ist es meist sonnig und klar, im Winter kann es nachts empfindlich kalt werden. Die besten Zeiten für eine Reise nach Bhutan sind Mitte September bis November und Mitte März bis Mai. Doch auch während dieser Monate kann es regnen und in höheren Lagen schneien. Meist sind die Temperaturen jedoch angenehm.

Ausrüstung

Während des Trekkings wird der gesamte Gepäcktransport von Trägern oder Tragtieren übernommen, Sie selbst tragen nur Ihr persönliches Gepäck (z.B. Anorak, Wasserflasche, Fotoapparat etc.) in einem Tagesrucksack. Zelte und Isoliermatten werden gestellt.

Für das Trekking empfehlen wir das „Zwiebelsystem“ von leichter Funktionsbekleidung bis zum Fleece und zum Wind- und Regenschutz und feste Bergschuhe mit guter Profilsohle. Warme Unterwäsche, Mütze und Handschuhe gehören ebenso ins Gepäck wie ein warmer Schlafsack und guter Sonnenschutz! Beachten Sie bitte die detaillierte Ausrüstungs-Checkliste für diese Reise, die wir Ihnen nach der Anmeldung zusenden.

Hinweis: Filmaufnahmen mit 16 mm-Filmen sind in Bhutan gegen Gebühr erlaubt. Bei den Festen sind Fotoapparate und Videokameras zugelassen, militärische Objekte dürfen dagegen weder fotografiert noch gefilmt werden! Stand 2011

Wichtige Hinweise

Diese Reise ist eine **Pioniertour**. Sie setzt sowohl Aufgeschlossenheit für Land und Leute als auch die Bereitschaft voraus, sich auf ein Stück Abenteuer einzulassen. Ungünstige Witterungsverhältnisse, Flugverzögerungen, organisatorische Schwierigkeiten, nicht vorhersehbare Ereignisse wie Schnee und Erdbeben oder andere Faktoren können zu Programmumstellungen oder -änderungen führen. Die Flüge nach und von Paro (Bhutan) sind wetterabhängig; dadurch kann es zu Verschiebungen oder zu einem Ausfall kommen, eventuell wird der Langstreckenflug versäumt. Da diese Vorgänge außerhalb unseres Einflussbereiches liegen, geht das Risiko zu Lasten der Teilnehmer/-innen; mit Ihrer Reiseanmeldung nehmen Sie dieses Risiko auf sich. Das Innere von Dzongs (Ausnahme zur Festivalzeit) ist für Fremde nicht zugänglich, manchmal ergibt sich aber die Chance eines Besuchs. Bitte verhalten Sie sich angemessen respektvoll. Selbstverständlich ist es das Ziel Ihrer Reiseleitung, sämtliche Programmpunkte zu erreichen. Eine Garantie für die exakte Einhaltung vorliegender Ausschreibung können wir jedoch nicht geben. Wir bitten um Ihr Verständnis. Zudem weisen wir ausdrücklich darauf hin, dass Sie auf eigene Gefahr an dieser Reise teilnehmen.

Wichtig: Wegen der langwierigen Visa- und Permitsbeschaffung und der **sehr begrenzten Flugplätze bei Druk Air** benötigen wir Ihre Anmeldung möglichst frühzeitig, **spätestens jedoch 8 Wochen vor Abreise**.

Einreise und Gesundheit

Ihr Reisepass muss für Nepal und Bhutan noch mindestens 6 Monate über das Rückreisdatum hinaus gültig sein.

Besucher aller Nationen benötigen für die Einreise nach Nepal und Bhutan ein Visum.

Die Nepal- und Bhutan-Visa erhalten Sie jeweils **bei Einreise**. Für Bhutan benötigen wir jedoch **nach Erhalt der Buchungsbestätigung** eine gut lesbare **Farbkopie** der ersten Seite Ihres Reisepasses (Seite mit Bild) sowie ein **aktuelles Passfoto** zugeschickt. Das Antragsformular für das Nepal-Visum geht Ihnen mit der Buchungsbestätigung zu.

Es sind keine Impfungen vorgeschrieben. Empfohlen wird Impfschutz gegen Polio, Tetanus, Hepatitis A und Typhus.

Bei Buchung einer Reise befindet sich in Ihren Unterlagen ein Coupon für ein kostenloses, reisemedizinisches Informationsgespräch. Nutzen Sie diesen und informieren Sie sich in einer der Reisepraxen des BCRT (Berliner Centrum für Reise- und Tropenmedizin) über die Gesundheitsrisiken auf Ihrer Reise. Unter www.bctropen.de finden Sie die Adressen der Reisepraxen des BCRT. Dort werden Sie von erfahrenen Ärzten individuell beraten.

Sollten Sie die Möglichkeit eines Besuches nicht haben, erhalten Sie auch ausführliche telefonische Informationen bei dem unabhängigen Auskunftsservice über Gesundheitsrisiken im Ausland unter der Tel. 0900/1234 999 (1,98 Euro pro Minute aus dem dt. Festnetz, Stand: 26. Aug. 11) oder unter: www.gesundes-reisen.de.

Leistungen

Hauser-Inklusivleistungen

- Hauser-Reiseleitung
- Flug mit Etihad Airways Frankfurt - Kathmandu - Frankfurt
- kostenlose Rail & Fly Bahnfahrkarte ab/bis deutscher Grenze
- Flug mit Druk Air Kathmandu - Paro und zurück
- derzeitige Flughafensteuer, Abflugsteuer und Sicherheitsgebühren
- Übernachtung in Hotels, einfachen Lodges und Zelten
- meist Vollpension
- Begleitmannschaft
- Transfers/Fahrten laut Programm
- Bhutan Visumkosten und Besorgung
- Hauser-Top-Schutz im Wert von € 216,-; Reiserücktritts-Versicherung, Reisehaftpflicht-Versicherung, Reisekranken-Versicherung mit medizinischer Notfall-Hilfe, Rundum-Sorglos-Service

Wunschleistungen

- Hauser ZUSATZ-Reiseschutz-Paket € 44,-; Reisegepäck-, Reiseunfall- und Reiseabbruch-Versicherung



Termine und Preise:

Reisennummer: BTK03

Reisetage: 15 Tage

Teilnehmerzahl: 11-15

Hinweise zur Durchführung und Teilnehmerzahl siehe Katalog 2012, Seite 15.

Termine:	Preis:
31.03.2012 - 14.04.2012	4.750,00€
18.09.2012 - 02.10.2012	4.750,00€
Einzelzimmerzuschlag inkl. Einzelzeltzuschlag	540,00€

Den geplanten Reiseleiter und Zusatztermine finden Sie sobald bekannt bei dieser Reise unter www.hauser-exkursionen.de

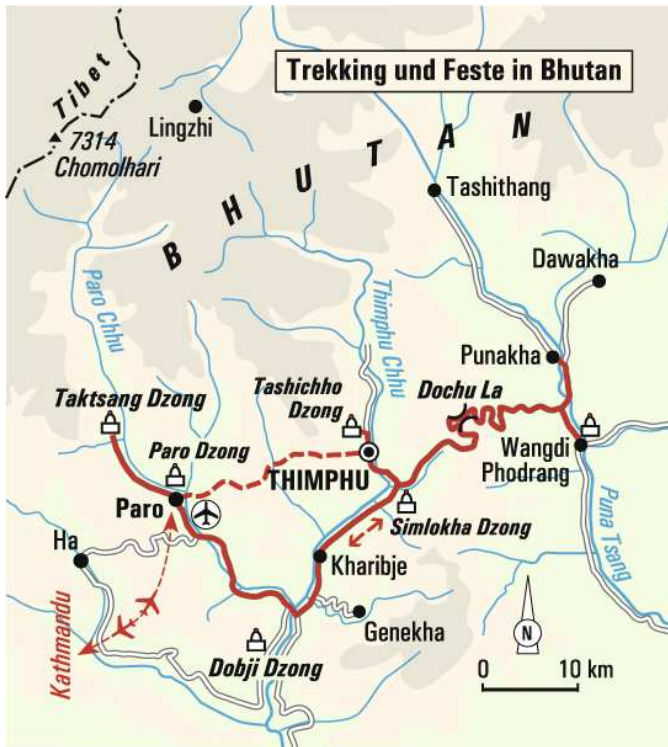
Im Reisepreis nicht enthaltene Leistungen

Reisegepäck-, Reiseunfall- und Reiseabbruch-Versicherung; Visumkosten für Nepal; Einzelzimmerzuschlag inkl. Einzelzelt; Flughafengebühren für den Flug Kathmandu - Paro (ca. 1.400 NRS = ca. Euro 14,-), fehlende Mahlzeiten, Getränke, Trinkgelder (ca. Euro 100,-) und Spenden in Klöstern; individuelle Ausflüge und Besichtigungen, evtl. neu erhobene Sicherheitsgebühren und Kerosinzuschläge der Flughäfen und Fluggesellschaften.

Hauser Shop / Gutscheine

Als Dankeschön für die Teilnahme an dieser Reise erhalten Sie einen Gutschein im Wert von 25,- € für den Hauser Shop.

Zur Komplettierung Ihrer Ausrüstung und für spezielle Fragen steht Ihnen unser Hauser Shop gerne zur Verfügung. Einen Überblick über das Angebot finden Sie unter www.Hauser-Shop.de oder in der aktuellen Programmübersicht. Tel: 089 235006-21



Reiseveranstalter/Beratung und Buchung

Hauser exkursionen international GmbH
 Spiegelstr. 9,
 81241 München

Tel. 089 / 23 50 06-0, Fax 089 / 23 50 06-99

E-Mail: info@hauser-exkursionen.de

In Zusammenarbeit mit einer örtlichen Agentur
 sowie den IATA-Luftverkehrsgesellschaften