



Bhutan 1

MTB - Bhutan - im Land des Donnerdrachen



3.822








9x



2x



-  **Bhutan-Durchquerung**
-  **Kloster Taktsang, das „Tigernest“**
-  **Gelebte Religion, alte Kulturen**
-  **Internationale Gruppe, Englisch sprechender Reiseleiter**
- 

Am östlichsten Ende des Himalaya-Gebirges, zwischen Indien und Tibet, liegt „Shangri-La“ - das Königreich Bhutan. Bekannt ist das Land für seine buddhistische Kultur und die Schönheit seiner majestätischen Bergwelt. Auf dieser Mountainbike-Tour erwarten Sie landschaftliche und kulturelle Höhepunkte an den Ausläufern des Himalaya. Sie durchqueren das Land von Paro im Westen bis Sandrup Jongkhar im Osten meist auf kleinen, wenig frequentierten Landstraßen. Dabei geht es in Up- und Downhills immer wieder über hohe Pässe mit Ausblick auf prachtvolle Schneeberge, vorbei an traditionellen Klosterburgen und im Wind wehenden Gebetsfahnen, durch sanfte Flusstäler und über Terrassenfelder. Lange, serpentinreiche Auffahrten wechseln ab mit großartigen Abfahrten. Insgesamt gilt es, auf dieser Tour knapp 13.500 Höhenmeter im Aufstieg und rund 16.000 Höhenmeter im Abstieg zu bewältigen, bevor Sie die östliche Landesgrenze erreichen. Übernachtet wird in charakteristischen einfachen Gästehäusern und zweimal in einem Zeltlager. Unterwegs bietet sich immer wieder die Möglichkeit zu Begegnungen mit den gastfreundlichen Bhutanern. Die Etappen, die Sie auf dieser Tour erleben, gehören zu den herrlichsten Bikestrecken weltweit!

Was ist EXPLORE MORE?

Unter dem Label EXPLORE MORE stellen wir Ihnen ein völlig neues Reisekonzept vor. Gemeinsam mit gleich gesinnten Trekkingspezialisten – Allibert in Frankreich und KE Adventure Travel in England – haben wir für Sie außergewöhnliche Touren auf kaum bekannten Routen entwickelt.

Was ist der Vorteil von EXPLORE MORE?

Vielleicht kennen Sie das: Sie freuen sich auf eine ganz besondere Reise und dann kommt sie mangels Teilnehmer nicht zustande. Da EXPLORE MORE im deutsch-, englisch- und französischsprachigen Raum gebucht werden kann, ist die Wahrscheinlichkeit sehr hoch, dass die Mindestteilnehmerzahl auch bei ungewöhnlichen Touren erreicht wird.

Für wen eignet sich EXPLORE MORE?

Gedacht ist die neue Sparte für Reisende mit Pioniergeist und Abenteuerlust. Sie sind weltoffen, gerne in einer internationalen Gruppe unterwegs und die Toursprache Englisch stellt für Sie kein Hindernis, sondern eine Bereicherung dar? Dann sind Sie bei EXPLORE MORE richtig!

Geplanter Programmablauf

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

Tag 1:

Die internationale Gruppe trifft sich im Lauf des Vormittags im gemeinsamen Hotel. (MA)

Tag 2: Flug nach Paro in Bhutan

Frühmorgens werden wir zum Flughafen gebracht und können uns auf einen der spektakulärsten Flüge im Himalaya freuen (gute Sicht vorausgesetzt!). Beim Anflug ins Paro-Tal sind bereits Wälder, kleine Klöster, Tempel und Bauernhäuser zu sehen. Was für eine frische, klare Luft uns beim Aussteigen umfängt! Klare Gebirgsbäche, Reisfelder und ein imposanter Dzong (landestypische Klosterburg) vermitteln uns einen ersten Eindruck von diesem faszinierenden Land. Bevor wir in unserem Hotel einchecken, essen wir eine Kleinigkeit in der Stadt.

Im Tal gibt es viel zu sehen und natürlich lassen wir uns den Besuch des Klosters Taktsang am Nachmittag nicht entgehen. Auf steilem Weg geht es hinauf zu einer Aussichtsplattform, von der sich ein großartiger Blick auf das berühmte „Tigernest“ bietet. Eine spektakuläre Schlucht trennt uns von der Klosteranlage, die sich hoch über dem Paro-Tal erhebt und förmlich an der Felswand zu kleben scheint. Im April 1998 brach ein Brand in der Anlage aus. Betroffen davon war glücklicherweise nur ein Teil des Klosters, der inzwischen wieder vollständig aufgebaut ist. Für Bhutaner ist Taktsang einer der wichtigsten Wallfahrtsorte des Landes, den Gläubige zumindest einmal in ihrem Leben aufsuchen sollten. Der Sage nach soll Padmasambhava von Tibet aus hierher geflohen sein und die Dämonen des Paro-Tals überwältigt haben. Nach beendeter Meditation soll er Anweisung gegeben haben, hier ein Kloster zu bauen. Nach der Rückkehr zu unserem Hotel haben wir vor und nach dem Abendessen noch Zeit, um unsere Fahrräder zu überprüfen.

Gezeit: ca. 4 Stunden; Höhe von Paro: 2.250m (FMA)

Tag 3: Über den Dochu La und weiter nach Punakha

Früh starten wir an unserem ersten Tag auf dem Rad! Tagesziel ist Punakha. Erfreulich flach geht es zunächst bis nach Chhuzom (2.068m), dann beginnt der Anstieg. Wir folgen dem Wang Chu flussaufwärts, vorbei an Reisfeldern und durch Nadelwälder, bis sich das Tal bei Namseling weitet. Schließlich tauchen in der Ferne die kleinen Vororte von Thimphu zur Linken auf und wir sehen den eindrucksvollen Simtokha Dzong in der Mitte des Tals. Thimphu ist die größte Stadt des Landes, wir fahren jedoch an ihr vorbei und nutzen dabei die neue Umgebung.

Die Straße nach Punakha ist von unzähligen Rhododendronbüschen und Magnolien gesäumt. Auch an Orangenbäumen, Bananenpalmen und Bambus kommen wir vorbei. In dieser Gegend gibt es noch viel Wild. Die Straße schlängelt sich durch Waldgebiete, dem Zuhause verschiedener Affenarten, bis zum Dochu La (La = Pass, 3.050m). Der Pass ist an den vielen Gebetsfahnen und am großen Chörten leicht zu erkennen. Hier treffen wir auf unsere Begleitfahrzeuge und machen eine Pause.

Von einem Aussichtspunkt aus haben wir einen Panoramablick auf den östlichen Himalaya und können in der Ferne bereits die 7.000er des Lunana-Gebiets im Nordosten von Bhutan ausmachen (gute Sicht vorausgesetzt!). Nun geht es bergab – durch Wald und Dschungel – 1.700 Höhenmeter hinunter ins 50km entfernte Punakha. Unser Hotel liegt nahe bei Punakha, der ehemaligen Winterhauptstadt. Am Zusammenfluss des Mo Chu („Mutter-Fluss“) und Po Chu („Vater-Fluss“) erhebt sich der berühmte Punakha Dzong.

Fahrtstrecke: ca. 112km, Fahrzeit: 9h (mit Pausen)

Anstieg: 1.100m, Abstieg: 1.900m (FMA)

Tag 4: Fahrt nach Gantey

Die sogenannte Central Road, die über die Black Mountains führt, wurde vor 20 Jahren fertiggestellt. Für die Menschen aus Zentral-Bhutan brachte sie sehr große Veränderungen mit sich. Wir verlassen unser Hotel und radeln zum Fluss in die Talsohle, wo wir eine Brücke auf 1.200m überqueren. Bis zum Dorf Wangdi geht es kurz steil bergauf, dann relativ flach 20km, bis wir hinter dem Dorf Tikke wieder zu einer Brücke kommen. Hier machen wir eine Teepause, weil ein langer Anstieg über die Black Mountains vor uns liegt. 2.000m müssen wir hoch, bis wir eine Abzweigung nach Gantey erreichen. An diesem sehr anstrengenden Tag müssen wir immer mal wieder auf die Uhr schauen, damit wir unser Tagesziel erreichen! Endlich auf dem Pass, können wir die Abfahrt ins Phobjika Valley genießen. In diesem Tal halten sich im Winter Schwarzhalsreier auf. Jedes Jahr Ende Oktober ziehen diese seltenen Vögel von Tibet nach Phobjika, da das Klima dort milder ist. Auf den sumpfigen Wiesen des Tals unterhalb des Klosters versammeln sich die Vögel. Sie stehen unter Naturschutz und wir dürfen ihnen nicht zu nahe kommen. Aber wir werden hoffentlich Zeugen dieses außergewöhnlich seltenen Schaupiels. Unser Hotel für heute liegt etwas außerhalb des Dorfes Gantey (3.000m).

Fahrtstrecke: ca. 65km, Fahrzeit: 10h (mit Pausen)

Anstieg: 2.307m, Abstieg: 786m (FMA)

Tag 5: Überquerung des Pele La und weiter bis nach Tongsa

Nach dem Frühstück haben wir Zeit, um ins Besucherzentrum zu gehen. Dort können wir Näheres über die Schwarzhalsreier erfahren. Anschließend laden wir unsere Fahrräder auf die Begleitfahrzeuge, damit sie auf den Pass transportiert werden, den wir gestern überquert haben. Von hier aus geht es wieder Richtung Osten, 4km bergauf, bis wir den Pele La (3.420m) erreichen. Auf diesem Abschnitt besteht eine gute Chance, im Wald Languren (Schlankaffen mit langen Schwänzen) zu beobachten. Am Pass lichtet sich der Wald und bei guter Sicht können wir von hier aus die Chomolhari (7.219m) sehen. Der Pele La ist unser dritter hoher Pass auf dieser Reise - mit Sicherheit sind wir nun alle an die anstrengenden Anstiege gewöhnt. Der Pass gilt als Grenze zwischen West- und Zentral-Bhutan, die Landschaft auf beiden Seiten des Passes ist unterschiedlich. Einige Gruppen haben auf dem Pass Schnee erlebt, deshalb müssen wir auf eine eventuell kalte Abfahrt vorbereitet sein! 1.530m geht es bergab und das auf einer Länge von 60km bis nach Tongsa. Eine Teepause legen wir bei Chenjebi ein, wo es einen ganz besonderen, in Bhutan wohl einzigartigen Stupa gibt. Er wurde gebaut, um die Dämonen des Tals abzuwehren. Nachdem wir eine Brücke bei Nikkarchu überquert haben, kommen wir in den Distrikt von Tongsa und folgen einem spektakulären Abschnitt der Straße, die hoch oben über dem Fluss Mande in die Felswand gemeißelt wurde. Die Landschaft ist wunderschön – Wald, soweit das Auge reicht und am Ende des Tals, das ungefähr 30km entfernt ist, sehen wir bereits den Tongsa Dzong. "Tongsa" (der Name bedeutet „neues Dorf“) wurde im 16. Jh. gegründet - für Bhutan ist das relativ "neu". Nach so viel Downhill heißt es doch nochmals, 300m bergauf zu radeln, bis wir unser Tagesziel Tongsa (2.200m) erreichen. Am Nachmittag haben wir Zeit, um die Gegend zu erkunden und den Dzong, der auf einem Felsvorsprung über dem Mande thront, aus der Nähe zu betrachten.

Fahrtstrecke: ca. 68km, Fahrzeit: 5-6h (mit Pausen)

Anstieg: 542m, Abstieg: 1.609m (FMA)

Tag 6: Fahrt nach Jakar

Die Straße windet sich in zahlreichen Haarnadelkurven hinaus aus Tongsa und wenn wir uns umdrehen, bietet sich ein toller Blick auf den Dzong und das Tal. Nachdem wir an vielen Feldern vorbeigekommen sind, geht es wieder durch Waldgebiete und wir erreichen nach 30km den Yutong La (3.400m). Wenn wir auf 2.650m Höhe im Dorf Churney eintreffen, sieht die Landschaft wieder ganz anders aus – wir kommen hier in die Weiten der Bumthang Valleys. Ganz kurz geht es doch nochmals hoch zum Kiki La, dann aber können wir uns auf eine schöne Abfahrt bis nach Jakar (2.600m) freuen. Dort steht einer der ältesten Tempel (15. Jh.) von ganz Bhutan.

Fahrtstrecke: ca. 69km, Fahrzeit: 8h (mit Pausen)

Anstieg: 1.682m, Abstieg: 1.123m (FMA)

Tag 7: Überquerung des Ura La

Nach 900m Anstieg und fast 40km auf dem Fahrrad haben wir den fünften Pass, den Ura La, erreicht. Das Ura Valley, auf der anderen Seite, ist das am höchsten gelegene Tal der Bumthang Valleys. Hier oben grasen Schafe auf den Almen. Vom Pass aus können wir bei guter Sicht das Panorama mit den Gipfeln des Lunana-Gebietes im Norden genießen. In lang gezogenen Schleifen geht es hinab, durch Weideland und durch Felder bis nach Ura

Village, wo wir Mittagspause machen. Von hier aus sind es noch 24km, bis wir unser Camp (3.300m) erreichen bzw. auf einem der wenigen ebenen Stellen hier im Tal errichten. Auf dem Weg zu unserem Camp überqueren wir den Wangthang La.

Fahrtstrecke: ca. 68km, Fahrzeit: 9h (mit Pausen)

Anstieg: 1.528m, Abstieg: 789m (FMA)

Tag 8: Überquerung des Thumsing La und weiter nach Mongar

Heute steht uns ein langer Tag bevor. Und wenn wir den ganzen Tag zum Radfahren nutzen wollen, müssen wir bereits in der Dämmerung aufstehen. Erst geht es kurz bergab bis zu einer Brücke, dann aber ruft der Pass! Der Anstieg durch dichten Nadelwald und vorbei an vielen Rhododendren zum Thumsing La (3.800m) ist gleichmäßig und die alpine Landschaft rundherum einfach großartig. Der Pass bildet die Grenze zwischen Zentral-Bhutan und östlichem Bhutan und ist der letzte "climb" in großer Höhe auf dieser Reise. Weil es auf dem Pass meist sehr kalt ist, halten wir uns hier nicht lange auf und freuen uns auf eine atemberaubende - eine der tollsten Bike-Abfahrten der Welt! Vom Pass aus "stürzt sich" die Straße 3.200m in die Tiefe bis zum Talboden auf 590m. Die gesamte Abfahrt ist mehr als 85km lang: Erst geht es durch riesige Nadelwälder, dann durch Mischwald und bei ungefähr 1.800m beginnt die halb tropische Zone. Bambus und eine Reihe von seltenen Pflanzen säumen die Straße. Aber diese unglaubliche Abfahrt lässt uns wahrscheinlich keine Zeit, um nach links und rechts zu schauen! Der Straßenabschnitt zwischen Sengor und Namling ist berüchtigt in ganz Bhutan, doch für uns Biker ist er geradezu perfekt! Diese Abfahrt ist einfach der absolute Wahnsinn! Wenn wir Limithang (600m) um die Mittagszeit erreichen, ist es bedeutend wärmer und wir haben den Eindruck, in den Tropen angekommen zu sein. Bestimmt werden die meisten von uns nach 5 Stunden stetigen Downhills durch dieses Erlebnis einfach sprachlos sein! Einen kleinen "Haken" hat der Tag dennoch... um unser Tagesziel Mongar (1.600m) zu erreichen, steht uns noch ein 20km langer Anstieg bevor.

Fahrtstrecke: ca. 119km, Fahrzeit: 9h (mit Pausen)

Anstieg: 1.456m, Abstieg: 3.259m (FMA)

Tag 9: Fahrt nach Tashigang

Heute steht noch einmal eine großartige Abfahrt an. Zuerst aber führt die Route 20km bergauf zum Kori La (2.450m), dem ersten von zwei „unbedeutenden“ Pässen. Schnell geht es dann bergab, durch Kornfelder und Bananenhaine und nach 10km kommen wir zum Beginn der berühmten "Haarnadelkurven bei Yadi" (1.500m). Nach 30km und schier unendlich vielen Kurven erreichen wir eine Brücke, die über den Sheri River (600m) führt; hier endet die zweitlängste Abfahrt dieser Reise! Angekommen in der Zone mit heißem, tropischem Klima geht es jetzt ganz gemütlich am Gamri River entlang bis zu einer Brücke und einem Kontrollposten unterhalb von Tashigang. Dann heißt es aber nochmals, kräftig in die Pedale zu treten: 10km geht es steil hinauf nach Tashigang (1.100m), einem kleinen Ort, in den nur selten Touristen kommen. Hier übernachten wir in der besten, aber dennoch äußerst einfachen Lodge.

Fahrtstrecke: ca. 88km, Fahrzeit: 8-9h (mit Pausen)

Anstieg: 1.631m, Abstieg: 2.053m (FMA)

Tag 10: Fahrt Richtung Süden

Wir haben den östlichsten Punkt unserer Reise erreicht – ab jetzt geht es 200km Richtung Süden bis zum Grenzort Samdrup Jongkhar. Der Tag ist äußerst anstrengend und eine echte Herausforderung für uns! Erst geht es 30km stramm bergauf bis nach Kanglung, dann weitere 10km auf einen kleinen Pass auf 2.450m. Oben werden wir bei guter Sicht mit einem wunderbaren Blick auf die Gipfel im Nordosten Bhutans sowie auf die Gipfel des indischen Bundesstaates Arunachal Pradesh belohnt. Der Name Arunachal Pradesh stammt aus dem Sanskrit und bedeutet „Land der Berge in der Morgenröte“. Nach weiteren 40km erreichen wir um die Mittagszeit das kleine Dorf Khaling, bekannt für seine Webarbeiten und Handwerkskunst. Wir fahren weiter bis nach Wamrong. Kurz hinter dem Dorf auf einer der wenigen ebenen Stellen, die es hier gibt, schlagen wir unser Camp auf.

Fahrtstrecke: ca. 84km, Fahrzeit: 9h (mit Pausen)

Anstieg: 2.196m, Abstieg: 1.464m (FMA)

Tag 11: Auf dem Gebirgskamm bis nach Samdrup Jongkhar

Ganz im Gegensatz zum Westen Bhutans, wo der Weg von einem Tal ins andere über Pässe führt, folgt der Weg hier stets dem Gebirgskamm und wird von Chörten aus Stein markiert. Lange geht es hinauf, auf den höchsten Punkt in 2.450m, wobei der Weg abwechselnd links bzw. rechts des Gebirgskamms entlangführt. Danach geht es nur noch bergab und bald kommen wir durch einen tropischen Wald mit viel Bambus und Teakbäumen. In Diwathang steht ein großes Denkmal in Form eines Chörten. Es soll an alle Menschen erinnern, die beim Bau der Straße quer durch Bhutan ums Leben gekommen sind. Kurz nach dem Dorf erreichen wir den Grenzposten und genau da, wo die Berge aufhören und die weite Ebene beginnt, liegt die kleine Grenzstadt Samdrup Jongkhar. Selbstverständlich machen wir ein Erinnerungsfoto am Schlagbaum und kehren dann in die Stadt zu unserem Hotel zurück. An diesem Abend lassen wir es uns gut gehen und freuen uns, dass wir zu den ganz wenigen gehören, die eine der wohl schönsten, aber auch anspruchsvollen Mountainbike-Touren der Welt geschafft haben!

Fahrtstrecke: ca. 100km, Fahrzeit: 9h (mit Pausen)

Anstieg: 1.110m, Abstieg: 2.786m (FMA)

Tag 12: Transfer zum Flughafen – Flug nach Delhi

Nach dem Frühstück werden wir samt unseren Rädern in drei Stunden nach Gauhati, der Hauptstadt des indischen Bundesstaates Assam, gebracht. Wir fahren direkt zum Flughafen und fliegen zurück nach Delhi. In der Nähe des Flughafens haben wir ein Tageszimmer in einem Hotel. Wir können uns frisch machen und gemeinsam essen. Anschließend werden wir zum internationalen Flughafen von Delhi gebracht. Heimflug in Eigenregie.

Unser Service-Team berät Sie gerne.

Telefon-Nummer: 089-235 006-0

e-mail: info@hauser-exkursionen.de

Charakter der Tour und Anforderungen

Anspruchsvolle Tour auf wenig frequentierten, meist asphaltierten Landstraßen, Tagesetappen rund 6 bis 8 Std., mehrere Pässe (max. 3.800 HM), hohe Temperaturunterschiede.

Diese Tour eignet sich für trainierte Mountainbiker, die Fahrzeiten von durchschnittlich 6-8 Stunden (an zwei Tagen auch bis zu 10 Stunden) gut bewältigen können. Die Straße ist relativ breit und wenig befahren. 90 Prozent der Strecke sind asphaltiert.

Die Tour beinhaltet einige lange Fahretappen mit anstrengenden und steilen Auffahrten; insgesamt sind 10 Straßenpässe zu überqueren. Die höchsten Pässe sind Pele La (3.420 m) und Thumusing La (3.800 m). Die herrlichen Downhills entschädigen für die Mühe des Aufstiegs. Die längste Abfahrt umfasst 3.260 Hm und ist rund 85 km lang - einer der längsten Downhills weltweit.

Sie bewegen sich in Höhen zwischen 600 und 3.800 m und können daher große Temperaturunterschiede erleben - von angenehm warm bis kalt und frostig. Für die höchsten Pässe und Bergabfahrten wird deshalb Winterbekleidung empfohlen.

Ideal geeignet für diese Tour sind **Semi Slicks** oder **Cyclocross-Räder**.

Klima

Bhutan weist im Süden tropische Temperaturen, im mittleren Bereich subtropisches bis gemäßigtes Klima und im Norden in den Hochlagen subarktische Verhältnisse mit Permafrost auf. In den höheren Lagen ist es kühl bis kalt, d.h. am Tag herrschen Temperaturen von 15-5°C und nachts um +2° bis -15°C. Dagegen herrschen auf rund 200 m Höhe tagsüber Temperaturen um ca. 20°C vor. In der Monsunzeit von Anfang Juni bis Mitte September gibt es reichlich Niederschläge. **Beste Reisezeit** sind die Monate April/Mai und Mitte September bis November; dann ist das Wetter meist beständig und trocken und die Sicht ist gut.

Regenschauer und Schneefälle sind dennoch jederzeit möglich.

Wichtige Hinweise

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 oberste Anliegen der Regierung, weswegen 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.

Ungünstige Witterungsverhältnisse, Flugverzögerungen, organisatorische Schwierigkeiten, nicht vorhersehbare Ereignisse wie Schnee und Erdbeben oder andere Faktoren können zu Programmumstellungen oder -änderungen führen. Es steht Ihrer Reiseleitung frei, den Programmablauf und insbesondere einzelne Etappen in Abstimmung mit dem örtlichen Führer gemäß den aktuellen Situationen festzulegen. Da Faktoren wie oben genannt 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 ist für Fremde nicht zugänglich, manchmal ergibt sich aber die Chance eines Besuches. 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.

Reisevorbereitung:

Je besser Ihre körperliche Fitness ist, desto mehr können Sie Ihre Tour genießen. Deshalb schlagen wir einen wöchentlichen Trainingsplan vor, der vor allem lange Radtouren in hügeligen Gegenden beinhaltet. Dabei haben Sie die Möglichkeit, zweierlei zu testen - ob Sie körperlich fit genug sind, um an der Tour teilzunehmen und ob Ihre Fahrradausrüstung sowie Ihr Fahrrad für die Tour geeignet sind.

Treffpunkt und Transfers

Treffpunkt ist das Hotel der Gruppe in Delhi am ersten Tag. Sie werden am ersten und am letzten Tag der Reise unentgeltlich vom und zum Flughafen gebracht. (Dies gilt nicht für frühere Anreisen oder bei Verlängerungen.) Sollte es Ihnen nicht möglich sein, die von uns angebotenen Gruppentransfers in Anspruch zu nehmen, müssen Sie sich die Transfers zum/vom Flughafen selbst organisieren und die Kosten ebenfalls selbst tragen. Am Flughafen vor der Ankunftshalle stehen Taxis zur Verfügung. Bitte informieren Sie uns über sämtliche Flugdetails und lassen Sie uns wissen, ob Sie unseren Gruppentransfer vom/zum Flughafen in Anspruch nehmen. Die Kontaktnummer für das Hotel sowie eine Notfallnummer und weitere Reiseinformationen senden wir Ihnen drei bis vier Wochen vor Reisebeginn zu.

Mahlzeiten:

Die Verpflegung (beginnend mit dem Mittagessen am ersten Tag, endend mit dem Abendessen am Tag 11) ist im Reisepreis inkludiert.

Die für Bhutan typischen Speisen sind nicht besonders scharf, obwohl die Buthaner sehr gerne Chilli, roh und gekocht, essen. Hotels bieten im Allgemeinen eine breite Palette an Speisen an, die auch auf Europäer abgestimmt sind.

Gruppenleiter und unterstützendes Team:

Die Tour wird von einem Englisch sprechenden MTB-Guide geführt. Betreut werden Sie von einer Crew mit Begleitfahrzeug.

Fahrrad und Ausrüstung

Wir empfehlen Ihnen ein Mountainbike mit Semi Slick-Reifen und Federgabel oder ein qualitativ hochwertiges Tourenfahrrad mit einer Dreifachkette. Ihr Fahrrad MUSS sich in einem technisch einwandfreien und perfekten Zustand befinden, bevor Sie zu dieser Tour starten. Dies ist besonders wichtig, da Sie während dieser Reise von Ihrem Fahrrad abhängig sind. Lassen Sie am besten Ihr Fahrrad vor der Tour nochmals von einer Service-Stelle checken und warten.

Folgende Punkte müssen beachtet werden:

1. Checken der Radfelgen und ggf. ersetzen
2. Prüfen der Reifen
3. Prüfen bzw. adjustieren Sie alle Lager und Schnellspanner

4. Prüfen bzw. adjustieren/ersetzen Sie Bremsen und Schaltungen
5. Checken und, falls nötig, ersetzen Sie Scheibenbremsbeläge, Halterungen, Kabel und Hydraulikleitungen.
6. Überprüfen Sie alle Schrauben und Muttern.
7. Checken Sie die Kette und die Kettenringe auf Abnutzung hin und ersetzen Sie diese, wenn nötig.
8. Stellen Sie sicher, dass Sie die richtigen Reifen, Fahrradschlauch, fahrradspezifische Ersatzteile für Ihr Fahrrad haben. Es ist nicht notwendig, aber dennoch hilfreich, wenn Sie sich mit einigen leichten Fahrradreparaturen, wie z.B. dem Wechseln oder Reparieren des Fahrradschlauches vertraut machen. Natürlich ist unser Team vor Ort gerne bereit, Ihnen zu helfen, nichtsdestotrotz sparen ein paar selbst erlernte Handgriffe Zeit. Auch bleibt einem die Unbequemlichkeit erspart, auf Hilfe zu warten.

Außerdem benötigen Sie einen warmen 4-Jahreszeiten-Schlafsack für die Camping-Nächte, Freizeitbekleidung, Fahrradbekleidung sowie spezifische Ersatzteile für Ihr Fahrrad. Für die Abfahrten von hohen Pässen werden extra warme Handschuhe und dicke Socken oder Überschuhe empfohlen. Vergessen Sie Ihren Fahrradhelm nicht, dieser muss während jeder Fahrradtour getragen werden. Weitere Informationen erhalten Sie mit Ihrer Buchungsbestätigung.

MTB-Transport auf den Flügen:

Ein Fahrrad mit auf Flugreisen zu nehmen ist normalerweise unkompliziert. Natürlich haben die verschiedenen Airlines unterschiedliche Richtlinien in Bezug auf den Transport von Fahrrädern und die Gewichtsobergrenze. Wir raten Ihnen, sich bei den Fluglinien nach den derzeitigen Transportbedingungen für Sportgepäck zu erkundigen, bevor Sie den Flug buchen. Über den Link „Gepäck oder Baggage“ erhält man auf der Webseite der Fluglinien üblicherweise Auskunft über solche Angelegenheiten. Des Weiteren empfehlen wir Ihnen, auf Größe und Gewicht des Gepäckstückes, das Sie auf Ihre Reise mitnehmen wollen, zu achten, da die Fluglinien für Gewichtüberschreitungen oder nicht zugelassene Größen der Gepäckstücke extra Gebühren verlangen oder den Transport des Gepäcks verweigern können. Sollte Ihr Inlandsflug an einen internationalen Flug gekoppelt sein, könnten eventuell verschiedene Richtlinien bezüglich des Gepäcks existieren; bitte informieren Sie sich darüber im Vorfeld. Gebühren, die durch den Transport von Fahrrädern und Gepäckstücken entstehen, müssen von allen Reisenden selbst übernommen werden und liegen nicht in unserem Verantwortungsbereich.

Voraussetzung für die Mitnahme eines MTB auf Flugreisen ist die richtige und sorgfältige Verpackung. Ihr Fahrrad muss zerlegt und in einen Radkoffer, eine Radtasche oder einen Radkarton verpackt werden. Montieren Sie am besten beide Räder ab und bereiten Sie Ihr Bike wie folgt vor:

Schützen Sie Ihr Bike mit Füllmaterial (z.B. Noppenfolie oder Karton).

Entfernen Sie die Mittelstange vom Vorbau und bringen Sie diese vorsichtig an der vorderen Gabel an, indem Sie Plastikbindungen oder Kreppband verwenden. Sollten Sie eine Scheibenbremse besitzen, schieben Sie einen Plastikkeil zwischen die Bremsklötze, um zu verhindern, dass diese herauspringen. Achten Sie besonders darauf, dass die Gabelstützen geschützt sind, indem Sie etwas Karton darumwickeln. Lassen Sie auch etwas Luft aus den Reifen, damit diese etwaige Stöße abfedern können. Vergessen Sie nicht, Pedale einzupacken - das sind Gegenstände, die oft vergessen werden. Denken Sie daran, für Ihre Heimreise genügend Verpackungsmaterial mitzunehmen. Bitte beachten Sie, dass Hartschalenkoffer für Bikes sehr schwer sind und das von den verschiedenen Airlines maximal zugelassene Gewicht evtl. überschreiten. Zudem sind sie zu wuchtig, um auf dem Begleitfahrzeug transportiert zu werden.

Erste Hilfe

Ein Erste-Hilfe-Koffer wird uns auf jeder Reise begleiten. Sie sollten folgendes persönliches Erste-Hilfematerial mitbringen: Antibiotika, antiseptische Creme, Lutschtabletten für den Hals, Tabletten gegen Durchfall, Schmerztabletten, Pflaster, Insektenschutzmittel und Rehydrierungssalze. Die Mitnahme von Glukose und Multi-Vitamin-Tabletten empfehlen wir Ihnen ebenfalls.

Unterkunft:

Die erste Nacht in Delhi verbringen Sie in einem klassischen Touristenhotel in der Nähe des Flughafens. Nach der Rückkehr nach Delhi, am Ende der Tour, hat die Gruppe vor dem Transfer zum Flughafen genügend Zeit für ein Abendessen in einem Restaurant. Obwohl am letzten Abend keine Übernachtung inkludiert ist, benutzen wir einige „Tagesräume“, um uns für den Heimflug frisch zu machen.

In Bhutan übernachten wir in bestmöglichen Standardhotels und verbringen eventuell ein/zwei Nächte in einem Camp. Alle Unterkünfte wurden auf Doppelzimmerbasis reserviert. Wenn Sie allein reisen, bekommen Sie ein Zimmer mit einem ebenfalls allein reisenden Teilnehmer gleichen Geschlechts. Gegen Aufpreis wäre es möglich, für die zwei Campingnächte ein Ein-Mann-Zelt zu buchen. (Bitte beachten Sie: Die Buchung eines Ein-Mann-Zeltes bedeutet nicht gleichzeitig die Buchung eines Einzelzimmers in einem Hotel.) Je nach

Verfügbarkeit ist es ebenfalls möglich, ein Einzelzimmer für die Nacht in Delhi und für die Hotels und Lodges in Bhutan zu buchen. Bezüglich der Hotelpreise und Einzelzimmerzuschläge wenden Sie sich bitte an uns.

Höhe:

Durch die Überquerung mehrerer Pässe bewegen wir uns zwar hin und wieder in großen Höhen, kehren jedoch durch die Talfahrten auch rasch wieder in niedrige Lagen zurück, so dass man sich rasch wieder akklimatisiert. Übernachtet wird jeweils in gemäßigten Höhen. Dennoch gilt als wichtigste Regel, sich für Adaption und Akklimatisation genügend Zeit zu lassen und viel Flüssigkeit zu sich zu nehmen.

Buch- und Kartenempfehlungen:

Bücher:

Bhutan, (Lonely Planet Guide). Stan Armington.
Bhutan, Land of the Thunder Dragon. Owen Edmunds.

Landkarten:

Bhutan Himalaya 1:380 000. ITMB Publishing
Generelle Straßenkarte mit Straßenplänen von Thimphu und Paro

Reisekosten unterwegs

Bhutan ist kein Billigreiseland. Ein Grund dafür liegt darin, dass der Tourismus eine der Haupteinnahmequellen des Landes ist. Dadurch können das Bildungs- und Gesundheitssystem sowie die Infrastruktur und die moderne Landwirtschaft aufrechterhalten werden. Die Reisekosten für Bhutan sind dennoch angemessen, wenn man bedenkt, dass Bhutan wohl eines der letzten Paradiese unserer Erde ist. Um unberührte Naturlandschaft auch für die Zukunft schützen zu können, will man in Bhutan die Anzahl der Reisegäste gering halten.

Etwa 200-300 Euro sollten für private Ausgaben genügen. Wir empfehlen Ihnen, Ihr Taschengeld in bar mitzunehmen. Am Tag der Ankunft haben Sie die Möglichkeit, Euros in Indische Rupees umzutauschen (bzw. in Bhutanische Ngultrum am Flughafen in Paro). Am besten wechseln Sie in 100 Rupee-Scheine, da 500 Rupee-Scheine an vielen Orten oft nicht akzeptiert werden. Außerdem sollten Sie Ihre persönlichen Ausgaben sowie das Trinkgeld mit berücksichtigen.

Unterwegs haben Sie ab und zu die Möglichkeit, mit Kreditkarten an Geldautomaten oder in Banken Bargeld abzuheben.

Trinkgeld:

Durch das Trinkgeld vermitteln Sie der Crew Ihre Zufriedenheit mit dem Service. Natürlich beruht das Geben von Trinkgeldern auf Freiwilligkeit und sollte deshalb von der Qualität des Services abhängen. Normalerweise wird das Trinkgeld am Ende der Reise gesammelt den Tourguides übergeben (Empfehlung ca. € 70 - 80 pro Teilnehmer). Viele Reisende spenden der Crew am Ende der Tour auch Ausrüstungsgegenstände, wie z.B. Handschuhe, Schals u.a., was natürlich zusätzlich sehr begrüßt wird.

Sprache:

Die nationale Sprache in Indien ist Hindi, weitere 15 Sprachen werden gesprochen. Dennoch verfügen viele Menschen in Indien über angemessene Englischkenntnisse. In Buthan ist Dzongkha die Landessprache, die vom Tibetischen abstammt. Viele Bhutaner sprechen auch Englisch. Auf den Straßenschildern stehen die Namen sowohl in Englisch als auch in Dzongkha. Falls Sie die Einheimischen beeindruckten möchten, lernen Sie ein paar Ausdrücke auf Dzongkha (Wörter und Ausdrücke in der Landessprache sind z.B. in Lonely Planet oder Berlitz zu finden.) Dies fördert den interkulturellen Kontakt.

Einreise und Gesundheit

Ihr Reisepass muss bei Reiseantritt noch mindestens 6 Monate über das Rückreisedatum hinaus gültig sein. Besucher aller Nationen benötigen für die Einreise nach Bhutan ein Visum.

Für Bhutan benötigen wir jedoch bis spätestens ca. 7 Wochen vor Reisebeginn die ausgefüllten Anträge (die Ihnen mit der Rechnung zugehen) mit der entsprechenden Anzahl von Passbildern sowie einer Kopie der ersten Seite Ihres Reisepasses.

Es sind keine Impfungen vorgeschrieben. Empfohlen wird Impfschutz gegen Polio, Tetanus, Hepatitis A, Typhus. Eine Malaria-Impfung wird vor allem für Delhi empfohlen bzw. für den Fall, dass Sie andere Regionen in Indien vor oder nach Ihrer Reise besuchen wollen. Bitte klären Sie entsprechende Impfungen mit Ihrem Arzt ab.

Ausführliche Informationen erhalten Sie bei dem unabhängigen Auskunftsservice für Touristen über Gesundheitsrisiken im Ausland unter der Service-Nummer des Reisemedizinischen Zentrums, Tel. 0900/1234-999 (1,98 € pro Minute) oder unter www.gesundes-reisen.de

Leistungen

Basis - Leistungen

- ab/bis Delhi
- Übernachtung in Lodges und Zelten
- meist Vollpension
- Transfers

Hauser-PLUS

- Englisch sprechende Reiseleitung ab/bis Delhi
- Begleitmannschaft und -fahrzeug
- Camping- und Kochausrüstung

Unser Service

- Flug nach Delhi auf Anfrage

Termine und Preise:

Reisennummer: BTM01

Reisetage: 12 Tage

Teilnehmerzahl: 6-16

Hinweise zur Durchführung und Teilnehmerzahl siehe Katalog 2011, Seite 15.

Termine:	Preis:	o. Flug:
01.05.2011 - 12.05.2011	3.235,00€	-
23.10.2011 - 03.11.2011	3.235,00€	-
29.04.2012 - 10.05.2012	3.235,00€	-
Einzelzimmerzuschlag	950,00€	

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

Im Reisepreis nicht enthaltene Leistungen

Reiseversicherung; Mountainbike (selbst mitzubringen); Anreise in Eigenregie; Trinkgelder; persönliche Ausgaben.

Hauser Shop / Gutschein

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

Unsere Partner:

Explore More

Reiseveranstalter/Beratung und Buchung

Hauser exkursionen Int.

Spiegelstraße 9

81241 München

Deutschland

Tel. 0049 / (0)89 / 235006-0, Fax 0049 / (0)89 / 235006-99

E-Mail: bike@hauser-exkursionen.de; bike-hauser-exkursionen.at

E-Mail: bike@hauser-exkursionen.de

In Zusammenarbeit mit einer örtlichen Agentur und KE Adventures

