



Tibet

Tibet - Himmelsburg und Tigernest Neujahrfeste in Osttibet



|









3.150



11x



-  **Sieben Tage prunkvolle Klosterfeste in Rebhong and Labrang**
-  **Mönlam-Feierlichkeiten abseits herkömmlicher Routen**
-  **Cham-Tänze, Prozessionen und Thangka-Entrollung**
-  **Überland durch grasbewachsenes Nomadengebiet – beeindruckende Landschaften**
-  **Lokale Bräuche in tibetischen Bauerndörfern**
-  **Betreuung durch einen lokalen tibetischen Guide**

Tausende von kleinen, bunten Papierquadraten bedruckt mit dem Lungta, dem Glück verheißenden Windpferd, werden von den Nomaden in die Luft geworfen und von den lodernen Flammen des Opferfeuers in den Himmel getragen. Die Prozession der in Pelzmäntel und Pelzkappen gehüllten Krieger hat sich formiert, oben im Klosterhof beginnen die rituellen Maskentänze. Die Feierlichkeiten zu Losar, dem tibetischen Neujahr, haben ihren Höhepunkt erreicht. Erleben Sie sieben Tage lang die religiösen und weltlichen Feiern zum tibetischen Neujahr sowie zum Mönlam-Fest mit prunkvollen Prozessionen, der Enthüllung einer Groß-Thangka und rituellen Maskentänzen. Außerdem erwarten Sie landschaftliche Höhepunkte in den beeindruckenden osttibetischen Grasländern und im Geopark von Khyamra.

Geplanter Programmablauf

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

Tag 1: Anreise

Linienflug mit Lufthansa von Frankfurt nach Peking.

Tag 2: Peking

Empfang durch unseren örtlichen Reiseleiter am Flughafen. Wir werden zum Hotel gebracht und können uns vom langen Flug erholen. Abends treffen wir uns zu unserem gemeinsamen Abendessen.

Fahrstrecke ca. 30 km; Übernachtung im Hotel; (A)

Tag 3: Xining (tib. Ziling)

Am Morgen Flug nach Xining (tib. Ziling, 2.275 m), am nordöstlichen Rand des tibetischen Hochplateaus gelegen. Nach der Landung etwa 30-minütiger Transfer in die Stadt zu unserem Hotel. Am Nachmittag besuchen wir das Museum für tibetische Medizin und sehen u.a. das größte und längste traditionelle Rollbild, das im Museum aufbewahrt wird. Etwa 400 Maler haben 4 Jahre lang an diesem 618 m langen und 2,5 m breiten Bild gearbeitet. Das großartige Kunstwerk gilt zugleich als Enzyklopädie tibetischer Kultur, Religion und Medizin.

Fahrstrecke ca. 40 km; Hotel; (FMA)

Tag 4: Rebong (chin. Tongren, 2.600 m)

Morgens, nach einer Stunde Fahrt, erreichen wir das Kyamra-Tal des Gelben Flusses und unternehmen eine Bootsfahrt über einen Stausee des Gelben Flusses zum Nonnenkloster Achong Nam Dzong. Das Kloster liegt versteckt im Tal des Gelben Flusses und ist von schroffen roten, für diese Region typischen Sandsteingipfeln umgeben. Hinter seinen Mauern leben 140 Nonnen aus zahlreichen abgelegenen Orten Amdos. Das Kloster ist ein wichtiger Rückzugsort und eine Kraftquelle für Buddhisten. Wir wandern ca. ½ Stunde auf einem einfachen und gut ausgebauten Weg zum Kloster hoch. Nach der Besichtigung gehen wir zur Bootsanlegestelle zurück und fahren weiter nach Rebong.

Fahrzeit 2,5 - 3 Std.; Fahrstrecke ca. 230 km; Hotel; (FMA)

Tag 5: Rebong

Unser erster Besuch am Morgen führt zur gewaltigen Klosteranlage Rongwo Göntschen. Sie ist mit meisterhaften Thangkamalereien der lokalen Kunstschule ausgeschmückt. Anschließend fahren wir zum Künstler-Kloster Senge Shong Magotsang, um uns dort die Maskentänze, auch Cham-Tänze genannt, anzusehen. Die Maskentänze finden jährlich zu dieser Zeit statt. Sie sollen bewirken, dass böse Geister vertrieben und Krankheit sowie negative Einflüsse im neuen Jahr von den Menschen ferngehalten werden. Wenn etwas Zeit bleibt, können wir eine Thangkawerkstatt besuchen und mehr über die tibetische Thangkamalerei erfahren.

Fahrstrecke ca. 5 km; Hotel; (FMA)

Tag 6: Rebong

Heute fahren wir zum nahe gelegenen Kloster Gomar, um uns die dortige Mönlam-Zeremonie anzusehen. Vor Beginn der Cham-Tänze, die in allen Klöstern stattfinden, verteilen die Frauen des Dorfes im Kloster Gomar Brot und Buttertee an die Pilger. Die Mönche werfen Früchte, Bonbons und Geld in die Menge der Gläubigen. Wir besuchen das Kloster und den großen Kalachakara-Stupa. Am Nachmittag wohnen wir den Cham-Tänzen bei, die gegen Abend ihren Höhepunkt in einer Zeremonie der Tormaverbrennung und einem ohrenbetäubenden Feuerwerk erreichen. Optional ist auch ein Besuch bei einheimischen Malern, die die traditionelle Malweise pflegen, möglich. Oder wir sehen uns weitere Klöster an.

Fahrstrecke ca. 5 km; Hotel; (FMA)

Tag 7: Labrang

ThangkasNach dem Frühstück fahren wir nach Labrang (2.900 m) eine landschaftlich sehr schöne Etappe. Sie verläuft durch Grasland und Berge, vorbei an den Schwarzhaarzelten der Nomaden, an Dörfern und Ackerland. Am Nachmittag besichtigen wir das bedeutende Kloster Labrang – eine der sechs großen Gelukpa-Klosteruniversitäten in Tibet. Das Kloster beherbergt sechs Fakultäten, an denen die verschiedenen Aspekte des tibetischen Buddhismus unterrichtet werden. Das Kloster wurde in der heutigen Form 1709 erbaut und die Tempel und Klosteranlagen sind sehr gut erhalten. Es ist eines der wenigen Klöster Amdos, das während der Kulturrevolution in den 1960er-Jahren keine größeren Zerstörungen erlitt.

Fahrzeit 3 - 4 Std.; Hotel; (FMA)

Tag 8: Thangka-Zermonie - Lhamo (chin Langmusi 3.300 m)

Am Morgen schließen wir uns tibetischen Pilgern an, um das riesige Rollbild mit dem Bildnis des Buddha zu bewundern. Es wird nur einmal im Jahr während eines großartigen Rituals an einem Berghang entrollt.

Nach der Zermonie fahren wir nach Taksang Lhamo ist eine wichtige Pilgerstätte und ein schöner Ort mit grünen Hügeln, Wald und Granitfelsen im Tal. Zwei größere Klöster gibt es in diesem Tal; beide zählen zur Geluk-Schule des tibetischen Buddhismus.

Fahrzeit 3 - 4 Std.; Hotel; (FMA)

Tag 9: Lhamo

Den ganzen Tag können wir Maskentänze beobachten. Pilger von nah und fern, Bauern und Nomaden strömen herbei und wir haben Gelegenheit, die Lebensweise und Kultur der Tibeter näher kennenzulernen. Wer möchte kann am Nachmittag eine kleine Wanderung zur Tigernest-Höhle machen in der der erste Kirti-Rinpoche meditiert haben soll.

Hotel; (FMA)

Tag 10: Labrang (chin. Xiahe)

Wir fahren zurück nach Labrang. Unterwegs unterbrechen wir die Fahrt und besuchen den Milarepa-Turm in Tsö (chin. Hezuo). Am späten Abend werden farbenprächtige Butterskulpturen gezeigt und viele Gläubige und Schaulustige drängen sich um die vergänglichen Kunstwerke der Mönche. Wer möchte kann die Butterskulpturen besichtigen, man muss sich aber auf Wartezeiten und großes Gedränge einstellen.

Fahrzeit 3 - 4 Std.; Fahrstrecke ca. 320 km; Hotel; (FMA)

Tag 11: Labrang

Am Morgen werden wir das Kloster besuchen und dann noch Gelegenheit haben, die große Prozession zu Ehren des Zukunftsbuddha Maitreya zu sehen. Dabei wird der Klosterbezirk in etwa zwei Stunden vollständig umwandelt. Zahlreiche Pilger folgen dem feierlichen Umzug und rezitieren Mantras in melodiosen Gesängen. Die Zeremonie findet jährlich zu diesem Zeitpunkt statt, begleitet von dem Gebet, die Lehren des zukünftigen Buddha mögen die Welt bald durchdringen. Anschließend fahren wir nach Lanzhou.

Fahrzeit ca. 2 Std.; Fahrstrecke ca. 120 km; Hotel; (FMA)

Tag 12: Peking



In Lanzhou besuchen wir den Markt und bestaunen das rege Treiben. Es besteht auch die Möglichkeit ein Museum zu besuchen. Nach dem Mittagessen werden wir zum Flughafen gebracht und fliegen nach Peking.

Hotel: (FMA)

Tag 13: Rückflug

Transfer zum Flughafen für den Rückflug nach Deutschland. Ankunft in Frankfurt.

(F)

Unser Service-Team berät Sie gerne.

Telefon-Nummer: 089-235 006-0

e-mail: info@hauser-exkursionen.de

Charakter der Tour und Anforderungen

Die ganz besondere Osttibet-Reise mit intensivem Erleben tibetischer Klosterfeste und Begegnungen mit buddhistischen Pilgern.

Fahrten, Besichtigungen und eventuell kurze, einfache Wanderungen wechseln sich während dieser Reise ab. Sie sind in Bussen unterwegs. Für die mitunter anstrengenden Überlandfahrten, die bis zu 6 Stunden am Tag dauern können und teilweise durch entlegene, einsame Gegenden führen, benötigen Sie Durchhaltevermögen und Ausdauer – nicht zuletzt, weil die Straßen streckenweise in schlechtem Zustand sind. Berücksichtigen Sie bitte, dass Sie in den Hochtälern Osttibets in ungewohnte Höhen kommen, die den Körper belasten können. Ihr Organismus muss gesund sein. Konsultieren Sie bitte vor Reisebeginn Ihren Arzt oder Ihre Ärztin und lassen Sie Herz und Kreislauf prüfen.

Die Mahlzeiten werden meist in Restaurants eingenommen. In seltenen Fällen kann es unterwegs auch einmal Lunchpakete geben. Sie übernachten in guten bis einfachen Hotels. Der Service in den meisten Hotels kann nicht am europäischen Standard gemessen werden. Religion spielt eine wichtige Rolle im täglichen Leben der Bevölkerung. Beherzigen Sie dieses bitte, z. B. durch Rücksicht und Zurückhaltung beim Besuch von Klöstern sowie beim Fotografieren. Bitten Sie um Erlaubnis, wenn Sie Personenaufnahmen machen möchten.

Klima

Die Reiseroute führt durch die chinesischen Provinzen Qinghai und Gansu, das frühere tibetische Amdo. Kontinentalklima mit kalten Wintern, geringe Niederschlagsmengen und starke Sonneneinstrahlung kennzeichnen diese Region. Die Nachttemperaturen liegen oft im zweistelligen Minusbereich, aber auch tagsüber muss mit Temperaturen unter null Grad gerechnet werden. Sie benötigen also warme Winterkleidung und gut gefütterte, feste Schuhe. Beachten Sie bitte die ausführliche Ausrüstungs-Checkliste für diese Tour, die Sie mit den Reiseunterlagen erhalten.

Wichtige Hinweise

China hat während der letzten Jahre in der touristischen Entwicklung stark aufgeholt. Trotz gründlicher Vorbereitungen können bei einer Chinareise dennoch nicht vorhersehbare Ereignisse, wie örtliche Schwierigkeiten oder organisatorische Probleme im Land immer wieder für Überraschungen sorgen. Daher erfordert diese Tour die Bereitschaft zur Anpassung, Verständnis und Toleranz fremden Mentalitäten, Sitten und Gebräuchen gegenüber sowie Gemeinschaftsgeist und Hilfsbereitschaft. Da Routenverlauf und Programmgestaltung von der Willkür staatlicher Stellen, aber auch von der Witterung abhängen, kann es (z. B. durch Schneefälle und Eis) zu kurzfristigen Änderungen kommen. Beachten Sie bitte, dass Feiertage, überraschende Restaurierungsarbeiten etc. (trotz sorgfältiger Planung und Abstimmung mit Behörden und Verkehrsbüros) zu nicht vorhersehbaren Schließungen von Besichtigungsobjekten führen können. Eine Einflussnahme auf die chinesischen Behörden durch uns oder unsere Partneragentur ist nur begrenzt möglich.

Sicherheitshinweise

Bei Drucklegung existiert ein Sicherheitshinweis des Auswärtigen Amtes. Wir bitten um Beachtung: www.auswaertiges-amt.de oder Bürgerservice Tel.Nr. 03018/172000. Selbstverständlich ist es das Ziel Ihrer Reiseleitung und unserer Partner, sämtliche Programmpunkte zu erreichen. Sollte es witterungsbedingt, aus

organisatorischen oder sonstigen Gründen notwendige Abweichungen von der Ausschreibung geben, bitten wir um Ihr Verständnis. Zudem weisen wir ausdrücklich darauf hin, dass Sie auf eigene Gefahr an der Reise teilnehmen.

Einreise und Gesundheit

Staatsbürger der Bundesrepublik Deutschland, Österreichs und der Schweiz benötigen für die Einreise nach China ein Visum. Der Reisepass muss bei Ausreise noch 6 Monate gültig sein. Weitere Informationen zu den Einreisebestimmungen erhalten Sie mit Ihren Buchungsunterlagen.

Für China sind keine Impfungen zwingend vorgeschrieben. Empfohlen werden: Hepatitis A, Tetanus, Diphtherie und Polio. 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 ab/bis Deutschland
- Flug mit Lufthansa ab/bis Frankfurt nach Peking
- derzeitige Flughafensteuer, Abflugsteuer und Sicherheitsgebühren
- Inlandsflüge mit Air China Peking - Xining - Peking
- Übernachtung in Hotels
- Vollpension
- Transfers/Fahrten laut Programm
- Eintrittsgebühren lt. Programm
- Hauser-Top-Schutz im Wert von € 111,-; Reiserücktritts-Versicherung, Reisehaftpflicht-Versicherung, Reisekranken-Versicherung mit medizinischer Notfall-Hilfe, Rundum-Sorglos-Service



Wunschleistungen

- Anschlussflüge nach Verfügbarkeit ab anderen deutschen Städten € 60,-, ab Österreich/Schweiz ab € 170,-
- Hauser ZUSATZ-Reiseschutz-Paket € 44: Reisegepäck; Reiseunfall- und Reiseabbruch-Versicherung

Termine und Preise:

Reisennummer: CXK16

Reisetage: 13 Tage

Teilnehmerzahl: 10-18

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

Termine:	Preis:	o. Flug:
28.01.2012 - 09.02.2012	2.350,00€	-
15.02.2013 - 27.02.2013	2.350,00€	-
Einzelzimmerzuschlag	250,00€	

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

Im Reisepreis nicht enthaltene Leistungen

Visumkosten China (€ 20,- plus Beschaffungskosten); fehlende Mahlzeiten, Getränke, Trinkgelder (ca. € 70,-), Einzelzimmer-Zuschlag, individuelle Ausflüge und Besichtigungen.

Hauser Shop / Gutschein

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