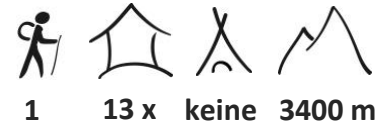


# HIMALAYA TOURS



## Ins Tal der Schwarzhalskraniche

mit lokaler englischsprechender Reiseleitung



Schwarzhalskranich-Festival und Übernachtungen bei lokalen Familien 

**4. – 18. November 2023**



### Ideale Reisezeit



### Höhepunkte

- **Schwarzhalskranich-Festival in Phobjikha**
- **Zu Gast bei befreundeten Familien**
- **Spannende Wanderungen durch unberührte Natur**
- **Besuch des Tigernest-Klosters**
- **«Hot Stone Bath»**

Die seltenen Schwarzhalskraniche leben verstreut im ganzen Himalaya und eine Sichtung ist jeweils ein grosses Glück. Im Winter sammeln sich aber einige Hundert dieser Vögel im Hochtal von Phobjikha. Die einheimische Bevölkerung empfängt diese stolzen Vögel im November jeweils mit einem eigenen Festival – dem Schwarzhalskranich-Festival. Dieses wird im kleinen Kloster von Gangtey gefeiert mit Tänzen und Musik.

Neben dem Besuch von kulturellen Highlights steht auf dieser Reise vor allem das alltägliche bhutanesisches Leben im Vordergrund. Wir werden einen einmaligen Einblick in die bhutanesisches Kultur und das Leben auf dem Lande erhalten und wohnen bei einheimischen Familien im Phobjikha-Tal, wo wir ein traditionelles «Hot Stone Bath» geniessen. Da erhalten wir einen guten und tiefen Einblick ins Familien- und Dorfleben in Bhutan, wie er den meisten Reisenden leider verwehrt bleibt. Neben dem mächtigen Dzong von Punakha und dem berühmten Tigernest-Kloster besuchen wir kleine, heilige und spannende Orte, welche abseits der Touristenrouten liegen. Dies ist eine spannende Reise für alle, welche einen Einblick ins «echte» Bhutan haben möchten.



## Inhalt

---

Reiseroute.....	3
Reiseprogramm .....	4
Reiseleitung, Anforderungen, Unterkünfte und Mahlzeiten .....	9
Ausrüstung und Sicherheitsausrüstung.....	10
Klima und Wetter .....	11
Inbegriffene und nicht inbegriffene Leistungen.....	12
Gruppengrösse und Kosten .....	13

---

## Weitere Infos

Weitere Infos zur Reise finden Sie in den separaten Reiseinfos und Destinationshinweisen. Zusätzlich geben wir Ihnen Merkblätter ab zu Ausrüstung, Medizinischem und weiterem mehr.

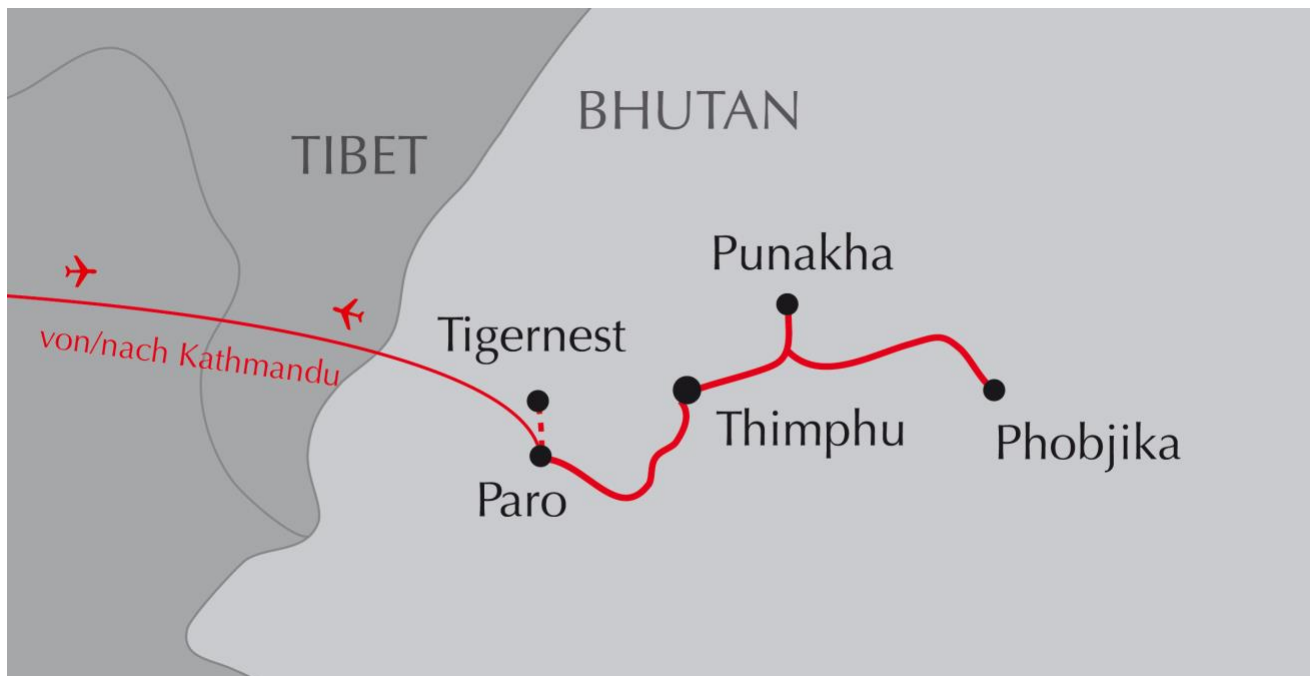
# HIMALAYA TOURS



## Reiseroute

---

### Reiseroute





## Reiseprogramm

(Enthaltene Mahlzeiten F=Frühstück, M=Mittagessen, A=Abendessen)

---

### 1. Tag **Aufbruch nach Nepal**

Linienflug nach Kathmandu.

Gesamte Flugzeit Zürich-Kathmandu 10 bis 11 Stunden. Dies sind zwei Teilflüge mit einmal Umsteigen.

---

### 2. Tag **Ankunft in Kathmandu**

Zwischenstopp unterwegs und Weiterflug nach Nepal. Am Flughafen werden wir von unserem lokalen Partner empfangen und er bringt uns in unser Hotel oder Gasthaus. Wir wohnen die ersten Tage bewusst ausserhalb des Zentrums der Millionenstadt Kathmandu. In Bodnath, wo sich viele buddhistische Nepalis und Tibeter niedergelassen haben, ist die Atmosphäre viel entspannter als im Zentrum von Kathmandu. So ist es ideal, unsere Nepalreise hier zu starten. Je nach Ankunftszeit machen wir einen Bummel zur riesigen Stupa, welche vor allem am Nachmittag von vielen Tibetern umrundet wird.

Übernachtung im Hotel im Kathmandu-Tal (1300 Meter).

Fahrzeit ½ h, Stadtbummel zu Fuss

---

### 3. Tag **Besichtigungen im Kathmandu-Tal**

Nach dem langen Flug vom Vortag, machen wir heute einen gemütlichen Tagesstart. Wir besichtigen das wichtigste hinduistische Heiligtum in Nepal, den Tempel von Pashupatinath. Dieser ist Zielort für viele Pilger und Sadhus. Diese Asketen türmen ihre teils meterlangen Haare auf dem Kopf auf wie ihr Vorbild, der Hindugott Shiva.

Anschliessend haben wir Zeit, um eine der alten Königsstädte im Kathmandu-Tal zu besuchen. Als schönste der drei Königsstädte gilt Bhaktapur, die anderen zwei sind Patan und Kathmandu. Die jahrhundertealten Tempel mit den kunstvollen Holzschnitzereien gehören zum Weltkulturerbe der Unesco und in den engen Gassen von Bhaktapur fühlen wir uns um Jahrhunderte zurückversetzt.

Übernachtung im Hotel im Kathmandu-Tal (1300 Meter). (F)

Fahrzeit 1 h, Stadtbummel zu Fuss

---

### 4. Tag **Weiterflug nach Bhutan**

Heute fahren wir zum Flughafen Kathmandu und checken ein für unseren Weiterflug nach Bhutan. Auf einem der schönsten Flüge der Welt geniessen wir bei gutem Wetter die Aussicht auf die schneebedeckten Gipfel des Himalayas. Bei schönem Wetter haben wir eine atemberaubende Sicht auf Everest, Kangchendzönga und andere 8000er-Berggipfel. Auch der Anflug auf den Flughafen von Paro ist spektakulär und fast meint man, die Flügel des Flugzeugs berühren die Berghänge in dem engen Tal von Paro.

Von hier fahren wir in die ungefähr eine Stunde entfernte Hauptstadt Thimphu. Je nach Ankunftszeit besuchen wir einige Sehenswürdigkeiten in der Stadt.

Übernachtung im Hotel in Thimphu (2350 Meter). (F,M,A)

Flugzeit 1 h, Fahrzeit 1 h



## 5. Tag **Hauptstadt Thimphu**

Nach einem gemütlichen Frühstück erkunden wir die Hauptstadt Thimphu. Es gibt viel zu sehen, je nach Interesse, Lust und Zeit besuchen wir den Memorial Chörten, der zum Gedenken an Jigme Dorje Wangchuck gebaut wurde. Dieser dritte König von Bhutan ist im Alter von 43 Jahren gestorben. Er gilt als der Begründer des modernen Bhutans und wird bis heute von der Bevölkerung verehrt. Viele Bhutanesen umkreisen jeden Tag diesen Chörten.

Im «Institute for Zorig Chusum» (Institut der 13 Handwerkskünste) bewundern wir einige der Handwerkskünste Bhutans, unter anderem Thangka-Malerei, Skulpturen-Herstellung aus Lehm und Holzschnitzerei. Es ist spannend, den Lehrern und Schülern bei ihrer Ausbildung über den Rücken schauen zu dürfen. Anschliessend besuchen wir das sehr schöne Textilmuseum und bekommen einen guten Einblick in die Textilkunst von Bhutan. An Festtagen tragen viele Frauen kunstvolle, handgewobene Kiras, deren Herstellung bis zu 6 Monate dauert. Vielleicht haben wir Glück und können den Frauen beim Weben zuschauen. Oberhalb von Thimphu beim «Buddha Viewpoint» steht die grösste Buddhastatue von Bhutan. Diese ist mit 100'000 kleinen Buddhastatuen gefüllt und die Erschaffer träumen davon, dass dieses imposante Bauwerk zum «8. Weltwunder» werden soll. Ob Weltwunder oder nicht, es ist auf jeden Fall einen Besuch wert und auch die Aussicht über Thimphu ist lohnend.

Übernachtung im Hotel in Thimphu (2350 Meter). (F,M,A)  
Fahrzeit 1 h, Stadtbummel

---

## 6. Tag **Schöne Aussicht vom Pass Dochula**

Heute Vormittag besuchen wir den berühmten Weekend-Market, welcher jeweils von Donnerstag bis Sonntag stattfindet. Hier werden Produkte und Lebensmittel von Bauern aus der Umgebung verkauft. Überall sieht man grosse Mengen Chili, welches in der bhutanesischen Küche einen grossen Stellenwert hat. Je nach Jahreszeit findet man hier auch «exklusivere» Nahrungsmittel wie Farn oder Leder. Auch diese Lebensmittel haben ihren Platz in der bhutanesischen Küche, wobei Leder vor allem noch früher gegessen wurde. Heute fahren wir auf den Dochula Pass. Dieser ist mit den 108 Stupas auf der Passhöhe sehr fotogen und bei schönem Wetter haben wir eine phantastische Aussicht auf die Berggipfel von Bhutan. Wir sehen etliche der 6000- und 7000er in Bhutan wie die Gipfel des Jomolhari (7314 m), Kang Bum (6500 m), Gangchenta («Great Tiger Mountain», 6840 m) Masagang (6590 m) und viele weitere Gipfel. Wir sehen auch den Gangkhar Puensum. Dies ist mit 7541 Meter nicht nur der höchste Berg von Bhutan, sondern auch der höchste noch unbestiegene Gipfel der Welt.

Vom Dorf Metshina weg führt uns eine kurze Wanderung über die Felder zum Chimi Lhakhang. Um diesen 500-jährigen Tempel ranken sich viele Legenden. Eine Besonderheit der Häuser in Bhutan sind die gemalten, erigierten Penisse an der Frontseite der Häuser. Diese Tradition geht zurück in die Zeit des «Madman» Lama Drukpa Kunley, der dem Alkohol und dem weiblichen Geschlecht sehr zugetan war. Gespannt lauschen wir den spannenden Geschichten über den «Madman».

Übernachtung im Hotel in Punakha (1250 Meter). (F,M,A)  
Fahrzeit 2 – 2 ½ h, Wanderung kurz

---

## 7. Tag **Mächtiger Dzong und schönes Hochtal**

Heute Morgen besuchen wir den Punakha Dzong, den architektonisch wohl schönsten Dzong in ganz Bhutan. Im Jahr 1638 erbaut, war es der zweite Dzong in Bhutan. Punakha war bis 1955 Hauptstadt und administratives Zentrum von Bhutan, dann wurde die Hauptstadt nach Thimphu verlegt.

Am Nachmittag starten wir Richtung Phobjikha. Dies ist eines der schönsten Bergtäler in Bhutan. Eine kurzweilige Fahrt bringt uns hierhin. Wir übernachten bei einer lokalen Familie im Dorf. Luxus dürfen wir



keinen erwarten. Ein einfaches Bett, evtl. nur eine Matratze am Boden, allenfalls auch in einem Mehrbettzimmer. Die Toilette ist «local style» (Plumpsklo) und einen Ofen zum Heizen gibt es nur in der Küche. Aber dafür haben wir einen Einblick ins Leben einer bhutanesischen Familie, wie er den meisten Reisenden leider verwehrt bleibt.

Übernachtung im einfachen Familienhaus im Phobjikha-Tal (2800 Meter). (F,M,A)

Fahrzeit 2 – 3 h

---

## 8. Tag «Black necked Crane Festival»

Im geschützten Hochtal von Phobjikha überwintern einige Hundert der seltenen Schwarzhalskraniche. Die grossen Vögel kommen in der Regel anfangs November und je nach Verlauf des Winters verlassen sie das Tal ab Mitte Februar, um sich auf den Weg zu ihren Sommerbrutstätten zu machen.

Heute findet das Volksfest der Schwarzhalskraniche, das «Black necked Crane Festival» statt. Mit Maskentänzen, Volkslieder und einem Kulturprogramm feiern die Einheimischen jedes Jahr am 11. November die Ankunft der majestätischen Vögel in ihrem Tal.

Am Nachmittag bietet sich eine Wanderung durch das schöne Phobjikha-Tal auf dem «Gangtey Nature Trail» an. Es ist möglich, anschliessend noch weiter zu laufen in eines der Bergdörfer oberhalb des Talbodens. Mit ein bisschen Glück werden wir vielleicht sogar zu einer Tasse Tee eingeladen.

Übernachtung im einfachen Familienhaus im Phobjikha-Tal (2800 Meter). (F,M,A)

Fahrzeit 1 h, Wanderung 1 – 3 h

---

## 9. Tag Panoramawanderung mit Bergsicht

Heute haben wir eine schöne Wanderung vor. Vom Talgrund her wandern wir zu einer Yakalp und haben bei schönem Wetter eine phantastische Aussicht auf die Schnee- und Eisgipfel des bhutanesischen Himalayas. Weiter führt die Wanderung auf einem praktisch unbegangenen Weg zu einer kleinen Einsiedelei. Hierhin ziehen sich manchmal Mönche zur Meditation zurück. Es gibt eine Meditation, welche 3 Jahre, 3 Monate und 3 Tage dauert. Im Verlauf der Meditation erlangt der Meditierende die Fähigkeit, Wärme zu entwickeln. In einer Übung schlingen die Meditierenden im eisigkalten Winter nasse Leintücher um den nackten Körper und trocknen diese mit der in der Meditation entwickelten Wärme, ohne dabei zu erfrieren.

Wir laufen durch schöne Wälder, wo es auch Moschushirsche gibt...vielleicht haben wir ja Glück.

Dann geht es abwärts zurück ins Hochtal von Phobjikha.

Ein besonderes Erlebnis ist das traditionelle «Hot Stone»-Bad, womit wir heute Abend bei der lokalen Familie verwöhnt werden. Grosse Steine werden im Feuer aufgeheizt und dann in den hölzernen Badetrog gekippt, wo diese das Wasser aufwärmen. Das Bad macht nicht nur sauber, sondern soll auch sehr gut für die Gesundheit sein. Lassen wir uns überraschen... Sicher fühlen wir uns nach dem Bad wie frischgeboren.

Übernachtung im Gasthaus im Phobjikha-Tal (2800 Meter). (F,M,A)

Wanderung 4 – 5 h

(Reiseleitung während des ganzen Tages)

---

## 10. Tag Ins Tal von Paro

Wir fahren heute zurück nach Paro. Die Fahrt bringt uns ein weiteres Mal über den Dochula. Von oben geniessen wir noch einmal den schönen Blick auf die Bergwelt von Bhutan. Kurz vor Thimphu besuchen wir den Simthoka Dzong, welcher als einer der ältesten Dzongs gilt. Auf dem Weg nach Paro stoppen wir an der «Iron Bridge». Diese wurde von Thongtong Gyalpo (dem «Schmied») gebaut. Wir können die Brücke überqueren und sehen dabei durchs Drahtgeflecht hinunter in den Fluss.

Den Rest des Tages haben wir Zeit zur freien Verfügung in Paro. Wir haben Zeit, um in diesem kleinen Ort gemütlich eine Tasse Tee oder Kaffee zu trinken oder Einkäufe zu erledigen. Paro ist am «Boomen» und es sind in den letzten Jahren etliche Läden entstanden, welche Allerlei feilbieten.

Übernachtung im Hotel in Paro (2300 Meter). (F,M,A)

Fahrzeit 5 – 6 h



## 11. Tag **Eintauchen in die bhutanesische Kultur**

Wir tauchen noch einmal ein in die Kultur von Bhutan. Der tibetische Buddhismus ist seit vielen Jahrhunderten Staatsreligion und durchdringt jeden Bereich des Lebens in Bhutan. So hat die Religion seit jeher einen wichtigen Platz in Bhutan. Dies sieht man auch in den gewaltigen Dzongs, welche nicht nur die lokale Regierung, sondern auch die klösterlichen Räume beherbergen. Wir besuchen den eindrücklichen Dzong von Paro. Der richtige Name ist Rinpung Dzong, was übersetzt in etwa heisst «Festung, welche auf einem Berg von Juwelen sitzt». Wir staunen ob der eindrücklichen Architektur. Gleich oberhalb des Dzongs steht das spannende Nationalmuseum mit wertvollen Ausstellungsstücken.

Am Nachmittag besuchen wir den bei Touristen wenig bekannten Drakarpo Lhakhang. Je nach Lust und Laune laufen wir vom kleinen Ort Shaba in einem rund einstündigen Fussmarsch hoch zum Tempel oder wir fahren mit dem Fahrzeug auf der Jeepstrasse bis zum Parkplatz unterhalb des Tempels. Der eindrücklich am Felsen klebende Tempel gilt als einer der heiligsten Orte in Bhutan. Die Legende sagt, dass Guru Rinpoche hier im 8. Jahrhundert meditiert haben soll. Er hat senkrecht stehende Felsen aus der Felswand herausgebrochen. Die entfernten Felsen schufen die Plattform, auf welcher der Tempel später gebaut wurde. So bedeutet der Name Drakarpo soviel wie «gespaltenes (oder weisses) Gestein». Direkt unterhalb des Tempels liegt eine kleine Höhle. Die «Sündenfreien» können probieren, sich durch die enge Höhle zu zwängen. Achtung, dies ist nichts für Leute mit Platzangst. Um den Tempel herum führt ein Weg, auf welchem die Pilger die traditionelle Umrundung (Kora) laufen. Die Runde dauert 20 bis 30 Minuten. Es gibt Pilger, welche diese Umrundung 108 Mal am Stück machen, wir belassen es wohl eher bei einer Umrundung. Überall in den Felsen sind Hand-, Fuss- und andere Abdrücke von Guru Rinpoche und anderen Heiligen zu sehen, welche hier meditiert haben sollen.

Übernachtung im Hotel in Paro (2300 Meter). (F,M,A)

Fahrzeit 1 ½ – 2 h, Wanderung 1 – 2 h

---

## 12. Tag **Berühmtes Tigernest**

Heute steht ein absoluter Höhepunkt auf unserem Programm. Das berühmteste Kloster von Bhutan ist das Tigernest-Kloster. Es verdankt seinen Namen dem Besuch von Guru Padmasambhava, dem grössten tantrischen Meister in der Geschichte des tibetischen Buddhismus. Dieser ist im 8. Jahrhundert auf dem Rücken einer Tigerin von Tibet nach Bhutan geflogen und hier gelandet. Das Kloster liegt extrem spektakulär in einer steilen Felswand. Nach dem Frühstück fahren wir zum Parkplatz unterhalb des Klosters. Ab hier führt uns ein zum Teil steiler Weg zu einem kleinen Restaurant. Von hier aus hat man eine atemberaubende Sicht auf das Kloster. Taktshang Goemba ist einer der wichtigsten Pilgerorte in Bhutan.

Wer Lust hat, kann nach dem Besuch des Tigernests auch noch zum kleinen, selten besuchten Kloster Zangto Pelri hochsteigen. Von hier oben haben wir einen sehr spektakulären und unüblichen Blick auf das Tigernest Kloster.

Falls das Wetter gut ist, lohnt sich die Fahrt ans Talende nach Drugyel Dzong. Von hier haben wir einen schönen Ausblick auf die Schnee- und Eisgipfel von Westbhutan.

Übernachtung im Hotel in Paro (2300 Meter). (F,M,A)

Fahrzeit 1 – 2 h, Wanderung 3 ½ – 4 h

---

## 13. Tag **Flug von Paro nach Kathmandu**

Transfer zum Flughafen in Paro und Rückflug nach Kathmandu. Wir fahren in unser Hotel im Zentrum von Kathmandu und haben den Rest des Tages zur freien Verfügung. Wir haben Zeit, im sehr geschäftigen Quartier Thamel unsere letzten Einkäufe zu tätigen, in einem der vielen Restaurants einen Kaffee zu geniessen oder einfach dem Treiben im Markt zuzuschauen.

Übernachtung im Hotel im Kathmandu-Tal (1300 Meter). (F)

Flugzeit 1 h, Fahrzeit 1 h



## 14. Tag **Affentempel und letzter Tag in Nepal**

Heute Morgen besuchen wir Swayambunath. Auf einem Hügel nordöstlich der Altstadt von Kathmandu gelegen, steht der Tempelkomplex von Swayambunath mit der grossen Stupa, welche von mehreren Tempeln und Klöstern umgeben wird. Wir fahren im Auto bis zum Fuss des Hügels. Ab hier müssen wir die 365 Stufen zum Tempel zu Fuss hochgehen. Der Name «Affentempel» stammt von den hunderten Affen, die den Weg zur Stupa hoch säumen und auf Futter von den Besuchern hoffen. Oben angekommen hat man eine herrliche Sicht auf Kathmandu. Swayambunath ist mit 2000 Jahren eines der ältesten Heiligtümer des Tales.

Hinweis: Je nach Flugverbindung fliegen wir allenfalls schon heute Nachmittag/Abend ab.

Übernachtung im Hotel im Kathmandu-Tal (1300 Meter). (F)

Fahrzeit ½ h

---

## 15. Tag **Zurück in die Schweiz**

Mit vielen Eindrücken und Erlebnissen im Gepäck fliegen wir zurück in die Schweiz.

Gesamte Flugzeit Kathmandu-Zürich 10 bis 11 Stunden. Dies sind zwei Teilflüge mit einmal Umsteigen.

---

## **Angaben Fahr- und Gehzeiten sowie Höhenangaben**

Die Zeitangaben sind generell reine Fahr- respektive Gehzeiten. Pausen, Stopps etc. kommen zusätzlich noch hinzu. Die Zeitangaben sind durchschnittliche Erfahrungswerte, können aber je nach Strassen-, Weg- und Wetterverhältnissen, Kondition der Teilnehmer oder aus anderen Gründen abweichen.

Die Höhenangaben (bei Trekkingreisen) sind satellitengestützt erstellt worden. Diese können abweichen durch Laufen von Alternativrouten, Besteigung von zusätzlichen Aussichtspunkten, witterungs- oder wegbedingten Umwegen und anderem.

**Programmänderungen (wegen Strassen-, Weg- und Wetterverhältnissen, Flugverzögerungen, Anordnungen der Behörden, Wasserstand oder -vorkommen auf der Trekkingroute etc.) bleiben ausdrücklich vorbehalten!**





## Reiseleitung, Anforderungen, Unterkünfte und Mahlzeiten

---

### Reiseleitung

Diese Reise wird von einem lokalen englischsprachenden Führer geleitet. Dieser kennt Land, Leute und Gebräuche und wird für uns auch übersetzen, wenn wir am Weg Kontakt mit Einheimischen haben. Diese sprechen nämlich häufig kein Englisch.

---

### Unser Kommentar zur Reise

Kulturelle Highlights und alltägliches Familien- und Dorfleben machen diese Reise zu einem speziellen Erlebnis. Wir bereisen Bhutan in einer Art, wie dies schöner und abwechslungsreicher nicht sein könnte. Besuch des Schwarzhalskranich-Festivals in Phobjikha.

---

### Anforderungen

- Einfache Reise mit Tageswanderungen von 1 – 5 Stunden. Alle Wanderungen sind fakultativ und können auch ausgelassen werden.
  - Die Wanderungen sind einfach bis mittelschwer (analog rot-weiss markierten Bergwegen), bei schlechter Witterung kann es auch rutschig sein, gute Wanderschuhe werden empfohlen.
  - Auf den Wanderungen tragen wir unseren Tagesrucksack selbst.
  - Überlandfahrten von 1 – 5 Stunden.
- 

### Unterkünfte

In Nepal übernachten wir in guten bis sehr guten Mittelklassehotels.

In Bhutan gibt es von der Regierung genehmigte Hotels und Gasthäuser für ausländische Touristen. In den grösseren Städten entsprechen diese einem 1- bis 3-Sterne-Hotel in der Schweiz. In abgelegenen Gegenden sind die Unterkünfte teilweise deutlich einfacher, WC und Dusche sind in der Regel im Zimmer. Die meisten Unterkünfte verfügen über eine Heizmöglichkeit in den Zimmern.

In Phobjikha übernachten wir bei einer lokalen Familie.

---

### Übernachtungen bei lokalen Familien

Bei Übernachtungen bei lokalen Familien dürfen wir keinen Luxus erwarten. Das Bett ist einfach, evtl. nur eine Matratze am Boden und allenfalls auch in einem Mehrbettzimmer. Die Toilette ist ausserhalb des Zimmers, an wenigen Orten «local style» (Plumpsklo) und einen Ofen zum Heizen gibt es nur in der Küche. Die Mahlzeiten werden von der lokalen Familie zubereitet und wir haben so die Gelegenheit, wirklich einheimisches Essen zu geniessen.

Unsere Ansprüche an Komfort sollten eher bescheiden sein, aber dafür haben wir einen Einblick ins Leben einer bhutanesischen Familie, wie er den meisten Reisenden leider verwehrt bleibt.

---

### Essen und Getränke

In den Hotels und Restaurants haben wir diverse vegetarische Speisen und oftmals auch Gerichte mit Fleisch zur Auswahl. Während den Wanderungen wird das Mittagessen in der Regel als kalter Lunch mitgenommen. Während der Reise sind jeweils Frühstück, Mittag- und Abendessen inbegriffen, ausser in Kathmandu. Hier ist nur das Frühstück inbegriffen, da die Auswahl an Restaurants in Kathmandu sehr gross ist und wir so selbst entscheiden können, wo wir was essen möchten.

Getränke in den Hotels und Restaurants sind nicht inbegriffen (ausser Frühstücksgetränke). Für die Wanderungen kann teilweise gegen Bezahlung abgekochtes Wasser oder Tee abgefüllt werden.

---



## Ausrüstung und Sicherheitsausrüstung

---

### Persönliche Ausrüstung

Wir geben Ihnen eine Ausrüstungsliste ab, welche eine Übersicht über die notwendigen Ausrüstungsgegenstände gibt. Selbstverständlich kann sie ergänzt werden. Meistens kommt man mit weniger Material aus als ursprünglich geplant. Für Übernachtungen bei lokalen Familien ist es von Vorteil, den eigenen Schlafsack mitzunehmen. Decken sind vorhanden, diese werden aber nicht regelmässig gewaschen.

---

### Vergünstigte Himalaya Tours-Reisetasche

Unsere Reisetilnehmer können bei uns eine grosse und robuste Reisetasche zu einem vergünstigten Preis beziehen. Die von Tatonka für uns produzierte Tasche aus Blachenmaterial ist nicht nur fast «unzerstörbar», sondern auch sehr zweckmässig. Die Taschen sind geräumig, da bei einigen Airlines nur ein Gepäckstück eingecheckt werden kann (plus Handgepäck), für ein zweites eingechecktes Gepäckstück (auch bei z.B. 2 Gepäckstücken à 10 kg) wird eine zusätzliche Gebühr verrechnet.

CHF 90 anstelle von CHF 169 für die Trekkingtasche (ideal für Trekkings, 110 Liter, 1.95 kg, verstaubare Rückenträger).

CHF 140 anstelle von CHF 239 für die Reisetasche mit Rollen (ideal für Kultur- und Wanderreisen, 80 Liter, 3.90 kg).

---

### Heisse Bettflasche für kalte Nächte

Die Schlafräume bei lokalen Familien sind generell nicht geheizt und es kann kalt werden... was gibt es da Schöneres als eine heisse Bettflasche? Wir schenken all unseren Reisetilnehmern einen faltbaren, ultraleichten Platypus-Beutel. Dieser kann sowohl als Trink- wie auch als Bettflasche genutzt werden. Einfach abends mit heissem Wasser oder Tee füllen lassen, Deckel gut zuschrauben und kontrollieren. Die heisse Füllung wird übrigens von uns offeriert. Das Wasser oder der Tee kann am nächsten Tag gleich noch als Getränk mitgenommen werden. Gut für uns und gut für die Umwelt.

---

### Sicherheitsausrüstung

Für unsere Sicherheit haben wir Folgendes mit dabei:

- Umfangreiche Notfallapotheke
- Pulsoxymeter zur Sauerstoffmessung im Blut
- Wasserfilter von Katadyn

Himalaya Tours hat ein eigenes 24h-SOS-Telefon. Abnehmen tut nicht «irgendein» Callcenter, sondern ein Experte von unserem Büro. So erhalten Sie im Notfall keine belanglose Auskunft, sondern rasche Hilfe.

# HIMALAYA TOURS



## Klima und Wetter

### Klima

#### Frühling

(März – Mai)

Im Flachland warm oder heiss, in den Bergen häufig angenehme Temperaturen. Sehr schön ist die Zeit der Rhododendronblüte je nach Höhenlage im April/Mai. In tieferen Lagen teilweise dunstig. Gute Reise- und Trekkingsaison.

#### Monsun

(Juni – Mitte September)

Mehrmals täglich intensive Niederschläge und oftmals bewölkt. Üppige Vegetation. Die meisten Gebiete in Bhutan sind während des Monsuns zwar zu bereisen, aber häufig hat man wenig oder keine Bergsicht.

#### Herbst

(Mitte Sept. – Ende Nov.)

Ideale Reise- und Trekkingszeit. Vielfach klares und trockenes Wetter mit warmen Temperaturen im Flachland und angenehmen oder kühlen Temperaturen in der Höhe.

#### Winter

(Dezember – Februar)

Oftmals klares und stabiles Wetter. In tieferen Lagen nicht allzu kalt und vielfach angenehme Temperaturen bei Sonnenschein. Gute Zeit für Kultur- und Wanderreisen oder Trekkings in tieferen Lagen. Über 3000 bis 4000 Metern können die Pässe wegen Schnee blockiert sein.

### Zu dieser Reise

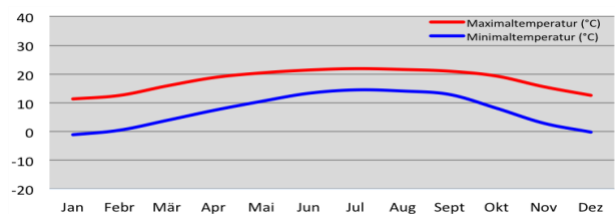
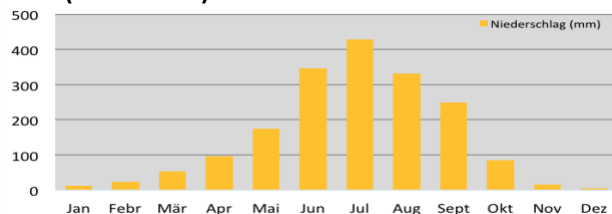
November ist eine schöne Zeit mit tagsüber häufig angenehmen Temperaturen. In der Höhe kann es kühl oder kalt werden, in den Nächten kann die Temperatur in den Höhenlagern unter null Grad fallen. Bei Wetterumstürzen kann es auch sehr kalt werden und sogar schneien. Die Fernsicht ist vielfach sehr gut im Herbst.

### Klimaverschiebungen

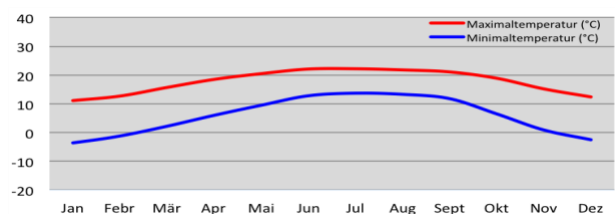
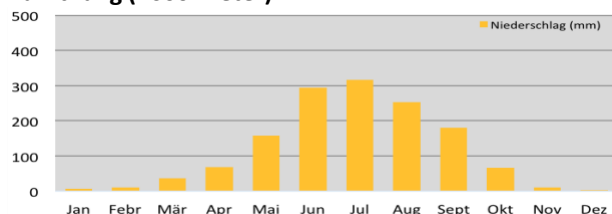
Wichtiger Hinweis: Seit einigen Jahren gibt es weltweit zunehmend Klimaverschiebungen mit häufig sehr ungewöhnlichen Wetterlagen, welche weit von den Statistiken abweichen können. Es kann auch in der «guten» Jahreszeit tagelang regnen oder sogar mal schneien, Wege können schlammig und Pässe unpassierbar werden. Wir arbeiten an unseren guten Beziehungen zu Petrus, für das Wetter können wir aber leider keine Garantie übernehmen! ☺

### Klimadiagramme

#### Paro (2300 Meter)



#### Bumthang (2600 Meter)





## Inbegriffene und nicht inbegriffene Leistungen

---

### Leistungen inbegriffen

- Flüge Zürich-Kathmandu retour in Economy-Klasse
  - Flüge Kathmandu-Paro retour in Economy-Klasse
  - Flughafentaxen und Treibstoffzuschlag
  - Alle Überlandfahrten und Transfers
  - 4 Übernachtungen im Hotel/Gasthaus im Doppelzimmer in Nepal
  - 6 Übernachtungen im Hotel/Gasthaus im Doppelzimmer in Bhutan
  - 3 Übernachtungen im sehr einfachen Familienhaus im Doppel- oder Mehrbettzimmer
  - Frühstück, Mittag- und Abendessen in Bhutan, in Kathmandu nur Frühstück
  - Eintrittsgebühren für Besichtigungen laut Programm
  - Spezialbewilligungen und Permits
  - Tourismusabgabe in Bhutan (9 x US\$ 200 = US\$ 1800)
  - Lokale englischsprechende Reiseleitung
- 

### Für unsere Sicherheit inbegriffen

- Umfangreiche Notfallapotheke
  - Pulsoxymeter zur Sauerstoffmessung im Blut
  - 24h-SOS-Telefon von Himalaya Tours in der Schweiz und unserem lokalen Partner vor Ort
- 

### Zusätzliche Leistungen inbegriffen

- Visum für Nepal (US\$ 30)
  - Visum für Bhutan (US\$ 40)
  - Erledigen aller Formalitäten für Indien und Bhutan
  - Vorbereitungstreffen
  - Landkarte von Bhutan
  - Platypus-Beutel als Bett- und Getränkeflasche zu gebrauchen
  - Heisse Bettflasche in kalten Nächten
- 

### Leistungen nicht inbegriffen

- Trinkgelder (CHF 80 – 120 pro Person, je nach Anzahl Teilnehmern, bei Kleingruppen evtl. etwas höher)
- Mittag- und Abendessen in Kathmandu
- Getränke in Restaurants, Hotels und Gasthäusern



## Gruppengrösse und Kosten

---

### Gruppengrösse

2 bis 10 Personen

---

### Kosten

pro Person bei 6 bis 10 Teilnehmern	CHF	6350
pro Person bei 3 bis 5 Teilnehmern	CHF	6550
pro Person bei 2 Teilnehmern	CHF	6950

Wichtiger Hinweis: Die Kosten basieren auf einem Flugpreis Zürich-Kathmandu retour von CHF 750, dies war der durchschnittliche Flugpreis in den letzten Jahren. Seit der Corona- und Energiekrise sind die Flugpreise stark schwankend und können auch deutlich höher sein, dies vor allem je kurzfristiger ein Flug gebucht wird. Wir verrechnen die effektiven Flugpreise beim Buchungszeitpunkt. Sollten die Flugkosten tiefer sein als CHF 750, dann reduziert sich der Reisepreis um die Differenz und sollten diese höher sein, dann erhöht sich der Reisepreis. Es ist auch möglich, die Flüge selbst zu buchen. In dem Fall werden CHF 750 vom Reisepreis abgezogen.

**Wir empfehlen, die Reise frühzeitig zu buchen. Da kosten die Flüge oftmals nur die Hälfte oder weniger verglichen mit kurzfristigen Flugbuchungen.**

---

### Einzelzimmer

Es ist möglich, gegen einen Zuschlag ein Einzelzimmer zu buchen. CHF 570

In einigen Unterkünften (je nach Reise in kleinen Hotels, Gasthäusern, bei lokalen Familien oder im Kloster) ist der Platz oftmals eingeschränkt und ein Einzelzimmer kann dort nicht garantiert werden. Dieser Umstand ist im Einzelzimmer-Zuschlag berücksichtigt und berechtigt nicht zu einer Preisreduktion.

Falls Sie ein Doppelzimmer wünschen, aber kein gleichgeschlechtlicher Zimmerpartner gefunden werden kann, erhalten Sie ein Einzelzimmer. In diesem Fall übernimmt Himalaya Tours die Hälfte des Zuschlages und Ihnen wird nur die Hälfte verrechnet.

---

### Anschlussprogramme

Diese Gruppenreise kann durch frühere Anreise, spätere Rückreise oder ein Anschlussprogramm verlängert werden. Gerne dürfen Sie uns hierzu kontaktieren. Eine Verlängerung muss spätestens bei der definitiven Buchung bekanntgegeben werden.

Gerne beraten wir Sie persönlich zu unseren Reisen und beantworten Fragen zu Bhutan, Ausrüstung, Höhe etc. Kontaktieren Sie uns telefonisch, per Mail oder schriftlich. Es ist auch möglich, einen Termin für einen Besuch in unserem Büro in Parpan zu vereinbaren.

Eine eindruckliche und erlebnisreiche Reise wünschen

Thomas und Martina Zwahlen  
und das Team von Himalaya Tours