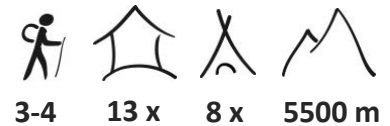


HIMALAYA TOURS

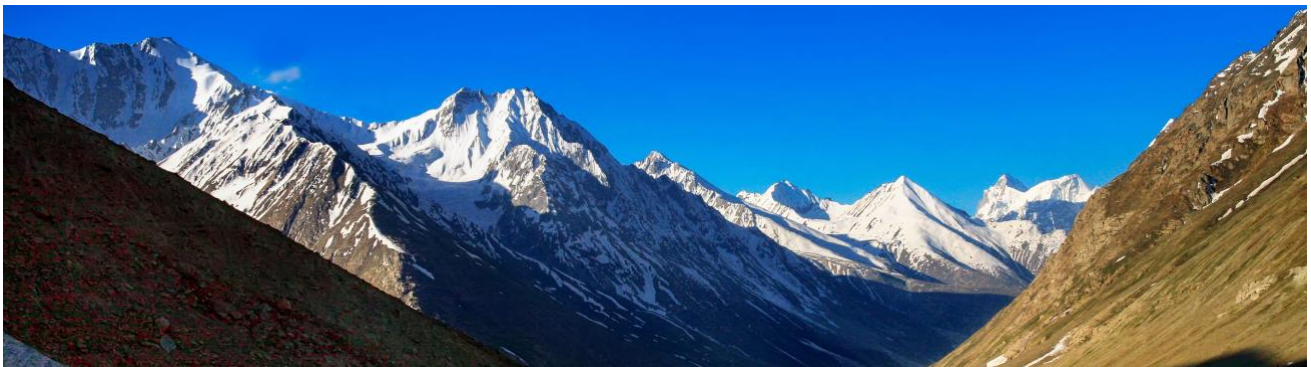


Grosse Himalaya-Überquerung mit optionaler Besteigung Mentok (6250 m) mit lokaler englischsprechender Reiseleitung



Sehr abwechslungsreiche Reise quer durch den Himalaya

21. September – 13. Oktober 2024 (mit optionaler Besteigung Mentok bis 15. Oktober 2024)



Ideale Reisezeit



Hinweis: Das ideale Zeitfenster für das Trekking ist sehr kurz. Während der Sommermonate können einzelne Streckenabschnitte in Kinnaur wegen des Monsuns schwierig zu passieren sein und auf dem Trekking hat es oftmals grosse Mengen an Schmelzwasser in den Flüssen.

Höhepunkte

- **Wenig begangenes Trekking von Spiti nach Ladakh**
- **Anreise durch das spannende Kinnaur nach Spiti**
- **Auf dem Landweg quer durch den indischen Himalaya**
- **Koloniales Flair in der ehemaligen Sommerhauptstadt Shimla**
- **Stahlblauer Tsomoriri-See auf 4500 Metern Höhe**

Wir durchqueren den gesamten indischen Himalaya – von den grünen, üppigen Wäldern mit den frechen Affen am Südfuss bis zum kargen, fast 5000 Meter über dem Meer gelegenen Hochplateau von Changthang. Am Ende unseres Trekkings erscheint der stahlblaue Salzsee Tsomoriri wie eine Fata Morgana in der braunen Landschaft. Den Anblick dieses Sees, umgeben von schneebedeckten 6000ern, werden wir nie vergessen.

In Shimla fühlen wir uns zurückversetzt in die Kolonialzeit, in Kinnaur staunen wir ob der schwindelerregenden Strassen entlang der gewaltigen Sutlej-Schlucht und in Spiti bewundern wir 1000-jährige Malereien im Kloster Tabo. Im hochgelegenen Dorf Kibber startet unser Trekking. Wir steigen auf den hohen Pass Parang La, welcher Spiti von Ladakh trennt. Von oben gesehen scheint uns die ganze Welt zu Füüssen zu liegen. Und nach einigen Tagen erreichen wir den stahlblauen See Tsomoriri und wandern an seinen Ufern bis zur kleinen Nomadensiedlung Korzok. Wir haben es geschafft, und praktisch die ganze Himalaya-Kette auf dem Landweg überquert!



Inhalt

Reiseroute und Höhenprofil	3
Reiseprogramm	5
Optionale Verlängerung «Besteigung Mentok»	11
Reiseleitung, Anforderungen, Unterkünfte und Mahlzeiten	13
Ausrüstung und Sicherheitsausrüstung	14
Klima und Wetter	15
Inbegriffene und nicht inbegriffene Leistungen	16
Gruppengrösse und Kosten	18

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 und Höhenprofil

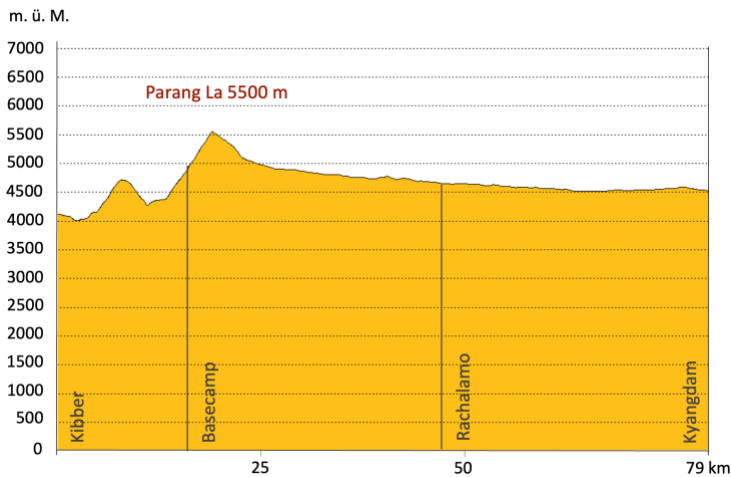
Reiseroute



HIMALAYA TOURS



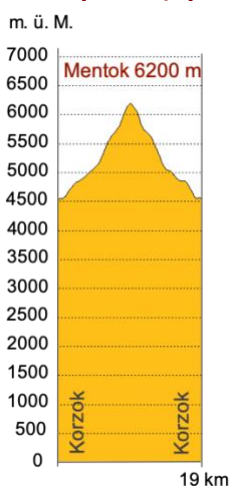
Höhenprofil



Das Höhenprofil wurde mit 7-facher Überhöhung erstellt, so sind die Höhenunterschiede gut sichtbar. Dadurch erscheinen die Auf- und Abstiege sieben Mal steiler, als sie es in Wirklichkeit sind... also nur halb so wild ;-)

Total Gehdistanz	79 km	Tage mit 0 – 400 Höhenmetern Aufstieg	4
Total Höhenmeter Aufstieg	2250 m	Tage mit 401 – 800 Höhenmetern Aufstieg	3
Total Höhenmeter Abstieg	1900 m	Tage mit 801 – 1200 Höhenmetern Aufstieg	keine
		Tage mit über 1200 Höhenmetern Aufstieg	keine

Höhenprofil (optionale Besteigung des Mentok)



Das Höhenprofil wurde mit 7-facher Überhöhung erstellt, so sind die Höhenunterschiede gut sichtbar. Dadurch erscheinen die Auf- und Abstiege sieben Mal steiler, als sie es in Wirklichkeit sind... also nur halb so wild ;-)

Total Gehdistanz	19 km	Tage mit 0 – 400 Höhenmetern Aufstieg	keine
Total Höhenmeter Aufstieg	1700 m	Tage mit 401 – 800 Höhenmetern Aufstieg	1
Total Höhenmeter Abstieg	1700 m	Tage mit 801 – 1200 Höhenmetern Aufstieg	1
		Tage mit über 1200 Höhenmetern Aufstieg	keine

Wichtig: Sämtliche Höhenangaben entsprechen der «Normalroute» und wurden satellitengestützt erfasst. In der Praxis ist es oftmals möglich, Alternativrouten zu laufen, zusätzliche Aussichtspunkte zu besteigen oder Zusatzschlaufen anzuhängen. So können die tatsächlich zurückgelegte Distanz und die Höhenunterschiede von diesen Angaben abweichen.



Reiseprogramm

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

1. Tag **Flug nach Delhi**

Flug nach Delhi, in die Hauptstadt Indiens. Nach der Ankunft Passkontrolle und Gepäckentgegennahme. Am Ausgang wartet unser lokaler Partner mit einem Schild beschriftet mit Himalaya Tours. Er organisiert den Transfer zum Hotel.

Übernachtung im Hotel in Delhi.

Gesamte Flugzeit 8 – 11 Stunden. Dies entweder mit einem Direktflug oder mit zwei Teilflügen mit einmal Umsteigen.

2. Tag **Millionenmetropole Delhi**

Nach unserer späten Ankunft ist heute nicht allzu früh Tagwacht. Nach einem gemütlichen Frühstück besuchen wir einige der Sehenswürdigkeiten von Delhi wie Humayun Tomb, India Gate, Connaught Place etc. Nirgends kann man das pralle Leben Indiens so erfahren wie in den Millionenstädten. Delhi mit seinen vielen schönen und weniger schönen Eindrücken ist überwältigend. So geniessen wir die Ruhe in den verschiedenen Gartenanlagen auf unserem Weg.

Übernachtung im Hotel in Delhi. (F)

Fahrzeit 1 – 2 h

3. Tag **Mit der Dampflokomotive nach Shimla**

Wir verlassen Delhi mit der berühmten indischen Eisenbahn. In Kalka wechseln wir auf den «Toy Train», eine Schmalspur Eisenbahn, welche vor über 100 Jahren von den Engländern erbaut wurde. Diese Zugstrecke wurde von der Unesco ins Weltkultur Erbe aufgenommen. Auf 2200 Meter Höhe erreichen wir Shimla, die ehemalige Sommerresidenz der britischen Kolonialregierung. Vom Bahnhof weg fahren wir zu unserem Hotel, wo wir die nächsten zwei Tage bleiben werden.

Hinweis: Die Permitsbestimmungen für Kinnaur und Spiti wechseln häufig. Nach Möglichkeit holen wir die Permits natürlich bereits im Vorfeld ein. Es kann aber auch sein, dass wir hier persönlich beim Büro für die Permitsausstellung vorbei «müssen». Falls es so ist gibt uns dies einen spannenden Einblick in die indische Bürokratie.

Übernachtung im Hotel in Shimla (2200 Meter). (F,M,A)

Zugfahrt 9 – 10 h

4. Tag **Freche Affen auf dem Jakhu Hill und koloniales Flair in Shimla**

Frühmorgens machen wir eine kleine Wanderung auf den Gipfel des fast 2500 Meter hohen Jakhu Hill. Bei klarem Wetter haben wir eine wunderschöne Aussicht auf die schneebedeckten Gipfel des Himalayas. Auf dem Jakhu Hill steht ein kleiner Tempel zu Ehren des Affengottes Hanuman. Dessen leibhaftige Nachkommen bevölkern das Tempelareal und den ganzen Hügel und werden von den vielen indischen Pilgern fleissig gefüttert. Aber aufgepasst, die Affen können ganz schön frech sein.



Eine schöne Wanderung durch den Wald bringt uns ins Zentrum von Shimla. An der «Mall» und am berühmten «Scandal Point» spürt man noch viel vom kolonialen Flair dieser ehemaligen Sommerhauptstadt von Indien. Im Palast des ehemaligen britischen Vizekönigs von Indien sind wir beeindruckt vom Pomp vergangener Zeiten.
Übernachtung im Hotel in Shimla (2200 Meter). (F,M,A)
Wanderung 2 – 3 h

5. Tag **Auf der alten Hindustan-Tibet Route**

Auf der alten Hindustan-Tibet Route fahren wir mit unseren Fahrzeugen entlang des gewaltigen Sutlej Flusses. Das ist einer der vier Flüsse, welche am heiligen Berg Kailash in Tibet entspringen. Unsere Fahrt geht vorbei an Wäldern, Terrassenfeldern und kleinen Dörfern. Nach einer langen Fahrt erreichen wir unser heutiges Tagesziel Sarahan. Dort besuchen wir den wunderschönen, hölzernen Bhimakali Tempel. Ein Schauer läuft uns über den Rücken, als wir vernehmen, dass hier früher Menschenopfer praktiziert wurden. Zum Glück heute nicht mehr und so haben wir eine gute Chance, den Tempelbesuch zu überleben. Wenn wir Lust haben machen wir anschliessend einen Bummel durchs Dorf oder zum tiefer gelegenen buddhistischen Kloster.
Übernachtung im Hotel in Sarahan (2000 Meter). (F,M,A)
Fahrzeit 6 – 7 h

6. Tag **Spektakuläre Schluchten**

Entlang der überaus spektakulären Sutlej-Schlucht führt uns unser Weg immer tiefer in den Himalaya. Gegen Abend erreichen wir das kleine Dorf Nako mit seinem kleinen, aber schönen, See. Die Bewohner von Nako sind Nachkommen von vor langer Zeit eingewanderten Tibetern. Einige buddhistische Tempel aus der Zeit von Rinchen Zangpo verzaubern uns und ein Fussabdruck von Guru Padmasambhava macht uns klar, dass Nako zwar klein ist, aber eine grosse Geschichte hat.
Übernachtung in fixem Zeltcamp oder Gasthaus in Nako (2950 Meter). (F,M,A)
Fahrzeit 7 – 8 h

7. Tag **Nach Spiti, ins Tal der Wolkenmenschen**

Auf unserem Weg nach Tabo fahren wir durch die trockene Hochgebirgswüste nach Spiti. Falls die Strecke offen ist, machen einen Abstecher nach Gyu, ein winziges Dorf. Dieser Ort hat eine regionale Berühmtheit erlangt, als Strassenarbeiter auf die Mumie eines vor 600 Jahren verstorbenen Lamas stiessen. Die Dorfbewohner bauten einen Schrein um die aufgefundene Mumie und heute ist dies ein Ort, der mit grosser Ehrfurcht besucht wird.
Am späteren Nachmittag erreichen wir Tabo und besuchen eines der ältesten buddhistischen Klöster im Himalaya. Angelegt in der Form eines grossen Mandalas beherbergen die Klosterräume wundervolle Malereien und Statuen, welche bis zu 1000 Jahre alt sein sollen. Dieses Kloster gehört zusammen mit Alchi in Ladakh und Tsaparang in Tibet zu den grössten Kulturschätzen buddhistischer Kunst im Himalaya.
Übernachtung im Hotel/Gasthaus in Tabo (3050 Meter). (F,M,A)
Fahrzeit 4 – 5 h

8. Tag **Kloster Dhankar und kleiner See**

Heute fahren wir weiter nach Dhankar, dem ehemaligen Hauptort von Spiti. Imposant in die steilen Felsen gebaut, überragt das Kloster das Dorf Dhankar. Die ganze Anlage gleicht eher einer Burg als einem Kloster und in früheren, oftmals kriegerischen Zeiten, hat sich die Bevölkerung hierhin zum Schutz und zur Verteidigung zurückgezogen. Eine Wanderung bringt uns zu einem kleinen See oberhalb von Dhankar, von wo aus wir eine schöne Aussicht geniessen. Anschliessend fahren wir weiter nach Kaza, in die Hauptstadt von Spiti.
Übernachtung im Hotel in Kaza (3600 Meter). (F,M,A)
Fahrzeit. 3 h, Wanderung 3 – 4 h



9. Tag **Besuch von Bergdörfern**

Heute fahren wir auf steiler Strasse hoch in die Berge oberhalb von Kaza. In der Umgebung der Bergdörfer Hikkim, Comic und Langza machen wir eine schöne Wanderung. Früher fand man hier viele Fossilien, heute ist für auswärtige Besucher das Sammeln aber verboten. Nach einem Besuch der kleinen Bergdörfer fahren wir am Nachmittag zurück nach Kaza. Hier haben wir Zeit, um die letzten Einkäufe für unser Trekking zu machen. Übernachtung im Hotel in Kaza (3600 Meter). (F,M,A)
Fahrzeit 2 h, Wanderung 2 – 3 h

10. Tag **Wanderung beim Dorf Kibber**

Heute besuchen wir das imposante Kloster Kye, wo der Dalai Lama vor einigen Jahren eine Kalachakra Zeremonie abgehalten hat. Weiter geht es zum 4200 Meter hoch gelegenen Dorf Kibber. Die schöne Umgebung bietet sich geradezu an für Wanderungen. Einen besonders schönen Aussichtspunkt erreichen wir direkt über der hohen Felswand hinter dem Kloster Kye und geniessen von oben einen Adlerblick auf Kloster, Dorf und Felder. In Kibber treffen wir auf unsere lokale Mannschaft, welche uns während des Trekkings zum Tsomoriri See begleiten wird. Übernachtung im Zelt in Kibber (4150 Meter). (F,M,A)
Fahrzeit 1 h, Wanderung 2 – 3 h

11. Tag **Trekkingstart**

Zusammen mit unserer lokalen Crew und den Pferden, welche unser Gepäck transportieren, starten wir heute unser Trekking. Wir steigen ab in eine imposante Schlucht, wo wir einen Bach überqueren. Auf der anderen Seite erreichen wir nach wenigen Stunden das kleine Dorf Dumal. Dies wird die letzte Siedlung sein, welche wir bis zum Tsomoriri See sehen werden. Die ersten Tage unseres Trekkings sind bewusst kurz, um uns optimal an die grosse Höhe zu akklimatisieren. Übernachtung im Zelt in Dumal (4200 Meter). (F,M,A)
Trekking 2 – 3 h

12. Tag **Weiter aufwärts**

Heute steigen wir gemütlich aufwärts. Auf dem Weg bieten sich immer wieder schöne Ausblicke über die Region Spiti und die umliegenden Berge. Auf einem kleinen Plateau stellen wir unsere Zelte auf. Wer Lust hat, kann einen der Hügel und Aussichtspunkte in der Umgebung besteigen. Übernachtung im Zelt in Thaltak (4650 Meter). (F,M,A)
Trekking 3 – 4 h

13. Tag **Ins Basecamp des Passes**

Wir steigen ab in die Schlucht, welche wir vor zwei Tagen bereits einmal durchquert haben. Auf der anderen Seite wird unsere Kondition zum ersten Mal auf die Probe gestellt. Steil geht es hinauf Richtung Pass. Die Umgebung des Basecamps ist sehr wasserarm, teilweise muss das Trinkwasser ausgegraben werden oder das Lager ein bisschen höher aufgeschlagen werden. Übernachtung im Zelt im Basecamp des Parang La (5000 Meter). (F,M,A)
Trekking 5 – 6 h



14. Tag Über den 5500 Meter hohen Parang La

Auf einem steilen und steinigen Weg steigen wir immer weiter dem Himmel entgegen. Schon von weitem sehen wir die farbigen Gebetsfahnen im Wind flattern, welche die Passhöhe markieren. Die aufgedruckten Gebete nimmt der Wind mit zu den Göttern, welche auf den Gipfeln im Himalaya leben. Wir geniessen die grandiose Aussicht von der Passhöhe. Der Abstieg führt ein kurzes Stück über einen flachen Gletscher und weiter über Moränen in den Talgrund des Pare Chu.

Übernachtung im Zelt im Lager nach dem Pass (5000 Meter). (F,M,A)

Trekking 6 – 7 h

15. Tag Entlang des Baches Pare Chu

Nur wenig auf und ab, folgen wir dem Bach Pare Chu. Es ist eine sehr einsame Gegend, welche vor allem von wilden Blauschafen bewohnt wird. Mit ein bisschen Glück sehen wir einige Exemplare an den Talhängen oder vielleicht sogar einen einsamen Wolf auf Futtersuche. Dieser Weg wird von den Einheimischen selten begangen, aber einmal pro Jahr überquert der Pferdehändler aus dem Pin Tal in Spiti diesen Pass. Dabei bringt er eine Herde von Reitpferden mit, welche er für hohe Summen an die Nomaden weiterverkauft. Diese Pferde gelten als die besten Reittiere in dieser Region des Himalayas.

Übernachtung im Zelt in Rachalamo (4700 Meter). (F,M,A)

Trekking 5 – 6 h

16. Tag Nach Norbu Sumdo

Weiter geht es talabwärts. Vor Norbu Sumdo müssen wir den Pare Chu überqueren, welcher hier zu einem stattlichen Fluss angewachsen ist. Wir laufen über das Hochplateau von Norbu Sumdo. Hier kommt immer wieder ein Paar des sehr seltenen Schwarzhalskranichs zu Besuch. Oder vielleicht sehen wir Kyangs, tibetische Wildesel, welche in der Gegend um den Tsomoriri in grösserer Zahl vorkommen. Kein Tier bewegt sich so leichtfüssig über das Hochplateau wie diese Wildesel.

Übernachtung im Zelt in Norbu Sumdo (4600 Meter). (F,M,A)

Trekking 5 h

17. Tag Zum Salzsee Tsomoriri

Heute erreichen wir den 4500 Meter hochgelegenen Salzsee Tsomoriri. Stahlblau liegt er wie eine Fata Morgana in der braunen Landschaft. Dieser See ist ca. 30 km lang und von einigen schneebedeckten, 6000 Meter hohen Gipfeln, umgeben. Wir können uns kaum an diesem Anblick sattsehen. Die heutige Etappe ist bewusst kurz, um diese Umgebung so richtig geniessen zu können. Vielleicht treffen wir sogar auf die ersten Nomadenzelte hier in Kyangdam am Tsomoriri See. Mit grossen Herden von Schafen, Kaschmir Ziegen und Yaks weiden sie die Umgebung um den See ab. Mit Kind und Kegel wohnen sie in grossen, braunen Yakhaar-Zelten. Dies ist unser letzter Trekkingtag und so feiern wir heute Abend mit unserer Mannschaft das hoffentlich gute Gelingen unseres Trekkings quer über die Himalaya-Bergkette.

Übernachtung im Zelt in Kyangdam am Tsomoriri See (4500 Meter). (F,M,A)

Trekking 3 h

18. Tag Ins Winterquartier der Nomaden

Auf der neu erbauten Jeepstrasse fahren wir dem See entlang. Wir staunen, wie das Wasser immer wieder die Farbe wechselt, von tiefblau bis türkisgrün sind alle Schattierungen zu sehen. Am späteren Vormittag erreichen wir Korzok. Hier treffen wir nach vielen Tagen in unberührter Natur auf die erste feste Siedlung.

Korzok ist das Hauptquartier der hiesigen Nomaden und vor allem die kältesten Wintermonate verbringen die Nomaden hier in festen Unterkünften.



Hinweis: Korzok selber kann nicht als schön bezeichnet werden und ist seit Jahren eine grosse «Baustelle». Auch die Zeltplätze hier sind nicht gerade schön, deshalb übernachten wir in einem Gasthaus oder in einem fixen Zeltcamp. Das Highlight sind die Umgebung und der überirdisch schöne See Tsomoriri. Am Nachmittag haben wir Zeit, um das Dorf und Kloster zu besichtigen oder um einen der umliegenden Hügel hinter Korzok zu besteigen. Von oben her hat man eine schöne Aussicht auf den See und die Umgebung. Übernachtung im Gasthaus oder in fixem Zeltcamp in Korzok (4500 Meter). (F,M,A)
Fahrzeit 2 h

19. Tag Zurück in die Zivilisation

Wir werden von Fahrzeugen abgeholt und nehmen den Weg nach Leh unter die Räder. Unterwegs statten wir der kleinen SOS Schule in Sumdo einen Besuch ab. Hier am Ende der Welt erhalten die Kinder tibetischer Nomaden eine gute Schulbildung. Kurz danach erreichen wir das Indus-Tal und folgen dem Indus-Fluss bis nach Leh. Hier in der Hauptstadt sind wir wieder zurück in der Zivilisation. Seit langem geniessen wir den Luxus eines richtigen Bettes und wenn nicht gerade Stromausfall ist auch eine heisse Dusche.

Übernachtung im Gasthaus in Leh (3500 Meter). (F,M,A)

Fahrzeit 6 – 7 h

20. Tag Gebete im Kloster Thikse

Frühmorgens Fahrt ins Kloster Thikse, wo wir mit den Mönchen zum Morgengebet zusammensitzen. Das Kloster Thikse ist eines der fotogensten in Ladakh und dieses Bauwerk soll die Tibeter später für den Bau des Potala inspiriert haben. Unbedingt früh im Kloster sein, auf dem Dach wird im ersten Tageslicht von den Mönchen mit Muscheln oder Hörnern zum Gebet gerufen. Nach dem Frühstück in Thikse bringt uns ein gut einstündiger Marsch über die Felder zum alten Königspalast nach Shey, welches lange Sitz der Könige von Oberladakh war. Häufig kann man während der Wanderung beobachten, wie auf den Feldern Lehmziegel von Hand hergestellt werden.

Auf dem Rückweg besuchen wir das Tibetan Children Village. Dies ist eine Schule für tibetische Flüchtlingskinder, welche unter dem Patronat der SOS Kinderdörfer steht. Wir kennen den Leiter der Schule, Tenzin Rabten, seit vielen Jahren. Himalaya Tours unterstützt auch immer wieder Projekte und Kinder in dieser Schule.

Von der mächtigen Shanti Stupa her haben wir am Nachmittag einen schönen Ausblick über Leh und laufen dann durch den «grünen» Teil des Hauptortes zurück zu unserem Hotel.

Übernachtung im Gasthaus in Leh (3500 Meter). (F,M,A)

Fahrzeit 1 h, Wanderung 1 – 2 h

21. Tag Tag zur freien Verfügung in Leh

Wir haben viel erlebt und gesehen in den letzten Wochen, an das wir gerne zurückdenken. Heute in Leh haben wir die Musse und Zeit dazu. Wir können auch unsere letzten Einkäufe im Bazar tätigen, einen Aussichtspunkt über Leh besteigen oder einfach dem «Dolce far niente» frönen. Am Abend gehen wir zusammen aus fürs Abschlussessen.

Übernachtung im Gasthaus in Leh (3500 Meter). (F,M,A)



22. Tag **Flug von Leh nach Delhi**

Transfer zum Flughafen in Leh und Rückflug nach Delhi.

Wir werden am Flughafen abgeholt und zu einem schönen Hotel mit Swimmingpool gebracht. Hier haben wir bis am Abend ein Zimmer zur Verfügung und können die Reise geruhsam ausklingen lassen.

Wer möchte, kann auf einer halbtägigen Sightseeing-Tour einige der Sehenswürdigkeiten von Delhi zusammen mit einem lokalen Führer besuchen. Dies ist nicht inbegriffen und muss im Voraus gebucht werden (CHF 180 für 1 Person, CHF 120 pro Person ab 2 Personen inkl. lokaler englischsprechender Führer, Taxi mit Fahrer und Eintritte).

Hinweis: Viele unserer Himalaya-Reisenden empfinden den grossen Gegensatz der Millionenstadt Delhi zu den Eindrücken ihrer Reise als wahren Kulturschock. Zudem verbringt man oftmals lange Zeit im Auto in den vollgestopften Strassen Delhis. Entscheiden Sie selbst, wie Sie den letzten Tag Ihrer Reise verbringen möchten. Am Nachmittag/Abend (je nach Flugverbindung) fahren wir zum Flughafen, wo wir das Check-In für unseren Rückflug in die Schweiz erledigen.

Tageszimmer in Hotel in Delhi. (F)

Fahrzeit ½ h, Flugzeit 1 ¼ h

23. Tag **Zurück in die Schweiz**

Flug von Delhi nach Zürich. Mit vielen Eindrücken und Erlebnissen im Gepäck sind wir zurück.

Gesamte Flugzeit 8 – 11 Stunden. Dies entweder mit einem Direktflug oder mit zwei Teilflügen 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!



Optionale Verlängerung «Besteigung Mentok»

19. Tag Aufstieg ins Basecamp

Wir verabschieden uns vom Rest der Gruppe und nehmen zusammen mit einem lokalen Führer die optionale Verlängerung respektive die Besteigung des Gipfels des Mentok in Angriff. Wir steigen hoch ins Basecamp vom Mentok. Je nach Wasservorkommen stellen wir auf einer Höhe von 5000 Metern oder ein bisschen höher die Zelte auf. Das Gepäck wird auch hier von unseren Pferden transportiert.

Übernachtung im Zelt im Basecamp des Mentok (5150 Meter). (F,M,A)

Trekking 3 – 5 h, Aufstieg 650 m, Abstieg 0 m, Gehdistanz 5.5 km

20. Tag Besteigung des über 6000 Meter hohen Mentok

Frühmorgens starten wir die Besteigung. Das Ziel ist einer der zwei Gipfel des Mentok. Übersetzt heisst dieser schöne Berg «Blume». Die Gipfel Mentok I und II liegen im Bereich von 6200 Metern. Zusammen mit dem lokalen Bergführer wird besprochen, ob der Gipfel I oder II oder sogar beide zusammen bestiegen werden. Der Mentok ist bei guten Verhältnissen technisch einfach, Steigeisen und Pickel werden in der Regel gebraucht. Von oben haben wir einen absolut umwerfenden Blick auf den stahlblauen See Tsomoriri und die umliegenden, schneebedeckten Berggipfel. Wir geniessen dieses einmalige Panorama und kehren anschliessend erschöpft, aber überglücklich zurück in unser kleines Basecamp. Hier werden wir bereits von unserem Koch erwartet mit einer Tasse heissem Tee.

Übernachtung im Zelt im Basecamp des Mentok (5150 Meter). (F,M,A)

Besteigung 8 – 12 h, Aufstieg 1050 m, Abstieg 1050 m, Gehdistanz 8 km

21. Tag Hinunter nach Korzok

Nach einem gemütlichen Frühstück geht es zurück nach Korzok, wo wir den Nachmittag zu unserer Verfügung haben. Schön ist eine Wanderung dem See entlang oder ein Besuch des kleinen Klosters von Korzok.

Dieser Tag ist auch Reservetag für die Besteigung, falls das Wetter am Vortag nicht gut war. In dem Fall würden wir nach einer Besteigung am selben Tag zurück nach Korzok wandern.

Übernachtung im Gasthaus oder in fixem Zeltcamp in Korzok (4500 Meter). (F,M,A)

Trekking 3 – 4 h, Aufstieg 0 m, Abstieg 650 m, Gehdistanz 5.5 km

22. Tag Zurück in die Zivilisation

Es heisst Abschied nehmen vom Nomadenleben und unserer kleinen Begleitmannschaft. Mit dem Jeep fahren wir zurück in fruchtbarere Gebiete und in die Zivilisation. Nach langem geniessen wir wieder den Luxus von richtigen Betten und einer warmen Dusche.

Übernachtung im Gasthaus in Leh (3500 Meter). (F,M,A)

Fahrzeit 6 – 7 h

23. Tag Tag zur freien Verfügung in Leh

Wir haben viel erlebt und gesehen in den letzten Wochen, an das wir gerne zurückdenken. Heute haben wir die Musse und Zeit dazu. Wir können auch unsere letzten Einkäufe im Bazar tätigen, einen Aussichtspunkt über Leh besteigen oder in einem der zahlreichen Gartenrestaurants dem «Dolce far niente» frönen. Am Abend gehen wir zusammen aus fürs Abschlussessen.

Übernachtung im Gasthaus in Leh (3500 Meter). (F,M,A)



24. Tag **Flug von Leh nach Delhi**

Transfer zum Flughafen in Leh und Rückflug nach Delhi.

Wir werden am Flughafen abgeholt und zu einem schönen Hotel mit Swimmingpool gebracht. Hier haben wir bis am Abend ein Zimmer zur Verfügung und können die Reise geruhsam ausklingen lassen.

Wer möchte, kann auf einer halbtägigen Sightseeing-Tour einige der Sehenswürdigkeiten von Delhi zusammen mit einem lokalen Führer besuchen. Dies ist nicht inbegriffen und muss im Voraus gebucht werden (CHF 180 für 1 Person, CHF 120 pro Person ab 2 Personen inkl. lokaler englischsprechender Führer, Taxi mit Fahrer und Eintritte).

Hinweis: Viele unserer Himalaya-Reisenden empfinden den grossen Gegensatz der Millionenstadt Delhi zu den Eindrücken ihrer Reise als wahren Kulturschock. Zudem verbringt man oftmals lange Zeit im Auto in den vollgestopften Strassen Delhis. Entscheiden Sie selbst, wie Sie den letzten Tag Ihrer Reise verbringen möchten. Am Nachmittag/Abend (je nach Flugverbindung) fahren wir zum Flughafen, wo wir das Check-In für unseren Rückflug in die Schweiz erledigen.

Tageszimmer in Hotel in Delhi. (F)

Fahrzeit ½ h, Flugzeit 1 ¼ h

25. Tag **Zurück in die Schweiz**

Flug von Delhi nach Zürich. Mit vielen Eindrücken und Erlebnissen im Gepäck sind wir zurück.

Gesamte Flugzeit 8 – 11 Stunden. Dies entweder mit einem Direktflug oder mit zwei Teilflügen 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.

Die optionale Besteigung des Mentok wird von einem lokalen englischsprachenden Bergführer geleitet.

Unser Kommentar zur Reise

Sehr spannende und abwechslungsreiche Reise mit einem Trekking quer über den Himalaya. Wir durchqueren nicht nur den Himalaya, sondern reisen mit Kinnaur und Spiti auch durch einige der am wenigsten besuchten Regionen. Dies ist eine Reise mit vielen landschaftlichen und kulturellen Höhepunkten.

Anforderungen

- Anspruchsvolles Trekking (SAC T3 – T4), sehr gute Kondition. 3 Tagesetappen von 3 – 5 Stunden, 4 Tagesetappen von 5 – 7 Stunden.
Optionale Verlängerung «Besteigung Mentok» mit 2 Tagesetappen von 3 – 5 Stunden, Gipfelbesteigung vom 6250 Meter hohen Mentok von 8 – 12 Stunden, bei guten Verhältnissen technisch einfacher (SAC WS – ZS), aber steiler An- und Abstieg, Steigeisen und Pickel werden gebraucht.
 - Einige Flussüberquerungen zu Fuss während des Trekkings.
 - Schwindelfreiheit und Trittsicherheit.
 - Das Hauptgepäck wird während des Trekkings transportiert, den Tagesrucksack tragen wir selbst.
 - Überlandfahrten von 1 – 5 Stunden, Ausdauer für 3 Ganztagesetappen.
-

Unterkünfte

In Delhi, Shimla und Leh übernachten wir in einem guten Gasthaus oder Mittelklassehotel. In Kinnaur und Spiti sind die Unterkünfte deutlich einfacher. Wir logieren in kleinen Hotels, einfachen Gasthäusern oder fixen Zeltcamps. WC und Dusche sind in der Regel im Zimmer (in Ausnahmefällen auf der Etage).

Zeltübernachtung während des Trekkings

Auf dem Trekking übernachten wir in Kuppelzelten mit zwei seitlichen Eingängen von Jack Wolfskin. Gepäck kann im Vorzelt oder auch im Inneren des Zelt untergebracht werden. Wir haben die meisten erhältlichen Modelle getestet und das ausgewählte Modell ist der beste Kompromiss in punkto Komfort, Windstabilität und Einfachheit im Aufbau. Weiter haben wir ein Ess-, Koch- und Toilettenzelt mit dabei. Klappstühle und Tische sind vorhanden, da das lange Sitzen auf dem Boden für uns Europäer meistens ermüdend ist. Selbstverständlich haben wir auch sämtliches Geschirr, Besteck, Tassen etc. dabei.

Essen und Getränke

In den Hotels und Restaurants haben wir diverse vegetarische Speisen und oftmals auch Gerichte mit Fleisch zur Auswahl. Während des Trekkings werden wir mehrheitlich vegetarisch essen. Es gibt aber auch dort generell verschiedene Gerichte zur Auswahl. Das Mittagessen wird als kalter Lunch mitgenommen, es kann aber auch eine am Morgen zubereitete warme Mahlzeit sein, welche wir in Thermosgefässen mitführen. Getränke in den Hotels und Restaurants sind nicht inbegriffen (ausser Frühstücksgetränke). Während des Trekkings kann abgekochtes Wasser oder Tee abgefüllt werden, zudem haben wir einen Wasserfilter von Katadyn mit dabei. Zu den Mahlzeiten auf dem Trekking gibt es zusätzlich Tee, Kaffee (Instant) und heisse Schokolade.



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. Bei Trekkings und Reisen mit Übernachtungen im Zelt bringen Sie Ihren eigenen Schlafsack und eine Liegematte mit. Für die optionale Verlängerung «Besteigung Mentok» bringen Sie zusätzlich noch Ihre eigene Bergausrüstung (Klettergurt, Pickel, Steigeisen, 2 Schraubkarabiner, 1 Bandschlinge zur Selbstsicherung und evtl. Helm) mit.

Vergünstigte Himalaya Tours-Reisetasche

Unsere Reiseteilnehmer 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

Zelten im Himalaya ist ein einmaliges Erlebnis, aber es kann kalt werden... was gibt es da Schöneres als eine heisse Bettflasche? Wir schenken all unseren Reiseteilnehmern 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. 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
- Sauerstoff-Flasche
- Mobile Höhendruckkammer
- Wasserfilter von Katadyn

Hinweis: Satellitentelefone sind in Indien nicht erlaubt, deshalb haben wir keins dabei. Unsere Reiseleitung besitzt aber eine einheimische SIM-Karte für das Handy (die Schweizer SIM Karten funktionieren in den meisten Regionen Indiens, aber nicht in Ladakh) und je nach Region besteht eine Netzabdeckung (generell nicht auf Trekkings).

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.



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)

Viel Niederschlag und Wolken. Üppige Vegetation. «Trockene» Gebiete wie Spiti können besucht werden, da sie von den hohen Bergen weitgehend vom Monsun abgeschirmt sind. Wegen des Monsuns kann es aber bei Fahrten in diese Gebiete zu Verzögerungen wegen Erdrutschen etc. kommen.

Herbst

(Mitte Sept. – Ende Nov.)

Ideale Reise- und Trekkingzeit. Vielfach klares und trockenes Wetter mit nicht allzu heissen Temperaturen im Flachland, angenehmen Temperaturen in mittleren Höhen von 3000 bis 4000 Metern und kühlen oder kalten Temperaturen in grösseren Höhen.

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

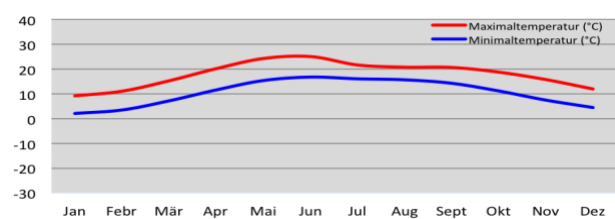
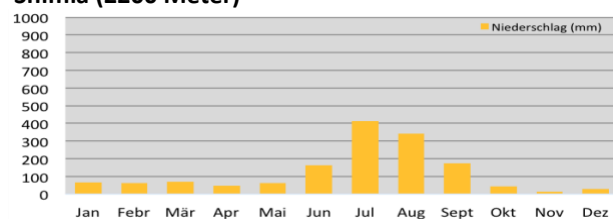
September/Oktober ist eine schöne Zeit nach dem Monsun. Im Flachland können die Temperaturen noch sehr warm sein. In höheren Lagen ist es angenehm und in den höchsten Lagern kann es auch kühl oder kalt werden. In der Nacht kann die Temperatur unter null Grad fallen in Höhen von 4500 Metern und darüber. Schnee um diese Jahreszeit ist selten, in der Regel herrscht recht stabiles Wetter.

Klimaverschiebungen

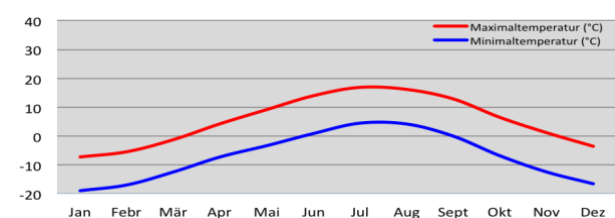
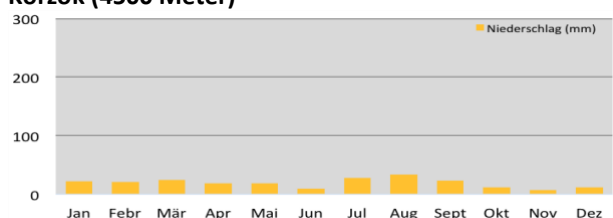
Wichtiger Hinweis: Seit einigen Jahren gibt es weltweit zunehmend Klimaverschiebungen mit häufig sehr ungewöhnlichen Wetterlagen, welche weit von den Statistiken abweichen können. Es kann auch in der «guten» Jahreszeit tagelang regnen oder sogar mal schneien, Wege können schlammig und Pässe unpassierbar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

Klimadiagramme

Shimla (2200 Meter)



Korzok (4500 Meter)



Gemäss Statistik gibt es in Spiti und Ladakh nur sehr wenig Niederschlag, in den letzten Jahren war die Menge aber teilweise höher.

Die Sonne in Spiti und Ladakh kann sehr intensiv sein, an heissen Sommertagen kann die Temperatur bis auf über 30°C ansteigen.



Inbegriffene und nicht inbegriffene Leistungen

Leistungen inbegriffen

- Flüge Zürich-Delhi retour in Economy-Klasse
 - Flug Leh-Delhi einfach in Economy-Klasse
 - Flughafentaxen und Treibstoffzuschlag
 - Alle Überlandfahrten und Transfers plus Zugfahrten
 - 13 Übernachtungen im Hotel/Gasthaus im Doppelzimmer oder fixem Zeltcamp im zimmergrossen Doppelzelt
 - 8 Übernachtungen im Doppelzelt während des Trekkings
 - 1 Tageszimmer im Hotel in Delhi bei der Rückreise
 - Frühstück, Mittag- und Abendessen während der Reise, in Delhi nur Frühstück
 - Eintrittsgebühren für Besichtigungen laut Programm
 - Spezialbewilligung für Spiti und Tsomoriri
 - Komfortable Schlafzelte, Ess-, Koch- und WC-Zelt, Klapptische und -stühle, Kochutensilien und Geschirr
 - Lokale englischsprechende Reiseleitung plus Begleitmannschaft während des Trekkings
-

Für unsere Sicherheit inbegriffen

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

Zusätzliche Leistungen inbegriffen

- E-Visum für Indien plus Einholung
 - Erledigen aller Formalitäten für Indien
 - Vorbereitungstreffen
 - Landkarte von Ladakh
 - Platypus-Beutel als Bett- und Getränkeflasche zu gebrauchen
 - Heisse Bettflasche in kalten Nächten
-

Leistungen nicht inbegriffen

- Trinkgelder (CHF 120 – 180 pro Person, je nach Anzahl Teilnehmern, bei Kleingruppen evtl. etwas höher)
- Mittag- und Abendessen in Delhi
- Getränke in Restaurants, Hotels und Gasthäusern



Leistungen inbegriffen optionale Verlängerung «Besteigung Mentok»

- 2 Übernachtungen im Doppelzelt
 - 1 Übernachtung im Hotel/Gasthaus im Doppelzimmer oder fixem Zeltcamp im zimmergrossen Doppelzelt
 - Frühstück, Mittag- und Abendessen während der Reise
 - Gipfelpermits und Spezialbewilligung für Tsomoriri
 - Komfortable Schlafzelte, Ess-, Koch- und WC-Zelt, Klapptische und -stühle, Kochutensilien und Geschirr
 - Lokale englischsprechende Reiseleitung plus Begleitmannschaft
-

Leistungen nicht inbegriffen optionale Verlängerung «Besteigung Mentok»

- Trinkgelder (CHF 40 – 60 pro Person)
- Getränke in Restaurants, Hotels und Gasthäusern



Gruppengrösse und Kosten

Gruppengrösse

4 bis 10 Personen

Kosten

pro Person bei 7 bis 10 Teilnehmern (ohne Flug Zürich-Delhi retour)	CHF	5750
plus Flug Zürich-Delhi retour	ab CHF	750
Total pro Person bei 7 bis 10 Teilnehmern	ab CHF	6500

Zuschlag Kleingruppe

pro Person bei 5 bis 6 Teilnehmern	CHF	450
pro Person bei 4 Teilnehmern	CHF	1050

Flug Zürich-Delhi retour

Die Flugpreise schwanken momentan stark und können je nach Airline, Saison und Nachfrage sehr unterschiedlich sein. Zum Zeitpunkt Ihrer Buchung werden wir Ihnen verschiedene Flugvarianten unterbreiten und Sie haben die freie Wahl, mit welchem Flug Sie fliegen möchten. Übrigens, es ist auch gut möglich, die Flüge selbst zu buchen.

In den letzten Jahren gab es die günstigsten Flüge ab CHF 750 (mit Etihad und anderen Airlines), in Hochsaisonzeiten resp. mit Airlines wie Swiss (momentan der einzige Direktflug für Zürich-Delhi) lagen die Kosten oftmals im Bereich von CHF 950 – 1250. Bei kurzfristigen Buchungen von wenigen Wochen oder Monaten vor Abreise können die Flugpreise aber auch deutlich höher steigen. Wir verrechnen den effektiven Flugpreis zum Buchungszeitpunkt.

Wichtig: Ob Sie einen «günstigen» oder «teuren» Flug haben, können Sie selbst massgeblich beeinflussen. Es gilt generell, je früher ein Flug gebucht wird, desto günstiger ist dieser. So lohnt es sich sehr, die Reise resp. den Flug frühzeitig zu buchen. Bei den meisten Airlines kann man Flüge maximal 11 – 12 Monate im Voraus buchen.

Kosten optionale Verlängerung «Besteigung Mentok»

pro Person bei 6 bis 10 Teilnehmern	CHF	700
pro Person bei 3 bis 5 Teilnehmern	CHF	800
pro Person bei 2 Teilnehmern	CHF	900

Einzelzimmer und -zelt

Es ist möglich, gegen einen Zuschlag ein Einzelzimmer und -zelt zu buchen.	CHF	810
--	-----	-----

Einzelzimmer und -zelt optionale Verlängerung

CHF	100
-----	-----

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. Dies gilt speziell für Lodges in Nepal, wo in der Regel überhaupt keine Einzelzimmer verfügbar sind. 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 Indien, 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 eindrückliche und erlebnisreiche Reise wünschen

Thomas und Martina Zwahlen
und das Team von Himalaya Tours