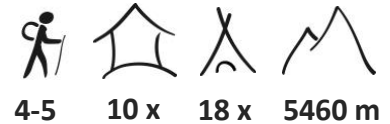


# HIMALAYA TOURS



## Snowman Trek

mit lokaler englischsprechender Reiseleitung



Eines der längsten und anspruchsvollsten Trekkings im ganzen Himalaya

**28. September – 27. Oktober 2024 (mit optionaler Verlängerung bis 3. November 2024)**



## Ideale Reisezeit



## Höhepunkte

- Eines der anspruchsvollsten Trekkings im ganzen Himalaya
- Während 3 Wochen zu Fuss von Bumthang nach Gasa
- Unübliche Route, welche so kaum begangen wird
- Sehr gute Akklimation durch den Start in Bumthang
- Spannende Kultur in Bhutan

Dieses Trekking ist der Traum vieler Kenner des Himalayas. Es gilt als eines der spannendsten und schönsten, aber auch anspruchsvollsten Trekkings im ganzen Himalaya. Für eine gute Akklimation starten wir unsere Tour in Bumthang. Auf einer unüblichen und wenig begangenen Route laufen wir durch tiefe Täler und über hohe Pässe und kommen immer weiter in eine entlegene und weltentrückte Bergwelt hinein. Wir wandern vorbei an kleinen Dörfern, baden in heissen Quellen und treffen auf Hirten mit ihren Herden.

Die Route und die Bergwelt sind mit Superlativen kaum zu beschreiben – «phantastisch» ist da eher noch ein gemässigter Ausdruck. Wir überqueren etliche 5000 Meter hohe Pässe, kommen an vielen Bergseen vorbei und wandern mitten durch die 6000- und 7000 Meter hohen Schneegipfel von Bhutan. Immer wieder geniessen wir das spektakuläre Bergpanorama. Wir werden aber während dieser Reise auch einen schönen Einblick ins Leben der Bhutanesen bekommen. Übrigens, haben Sie gewusst, dass dieses Trekking eine der am wenigsten begangenen Routen im Himalaya ist?



## Inhalt

---

Reiseroute und Höhenprofil .....	3
Reiseprogramm .....	5
Reiseprogramm optionale Verlängerung .....	13
Reiseleitung, Anforderungen, Unterkünfte und Mahlzeiten .....	17
Ausrüstung und Sicherheitsausrüstung .....	18
Klima und Wetter .....	19
Inbegriffene und nicht inbegriffene Leistungen .....	20
Gruppengrösse und Kosten .....	22

---

## Weitere Infos

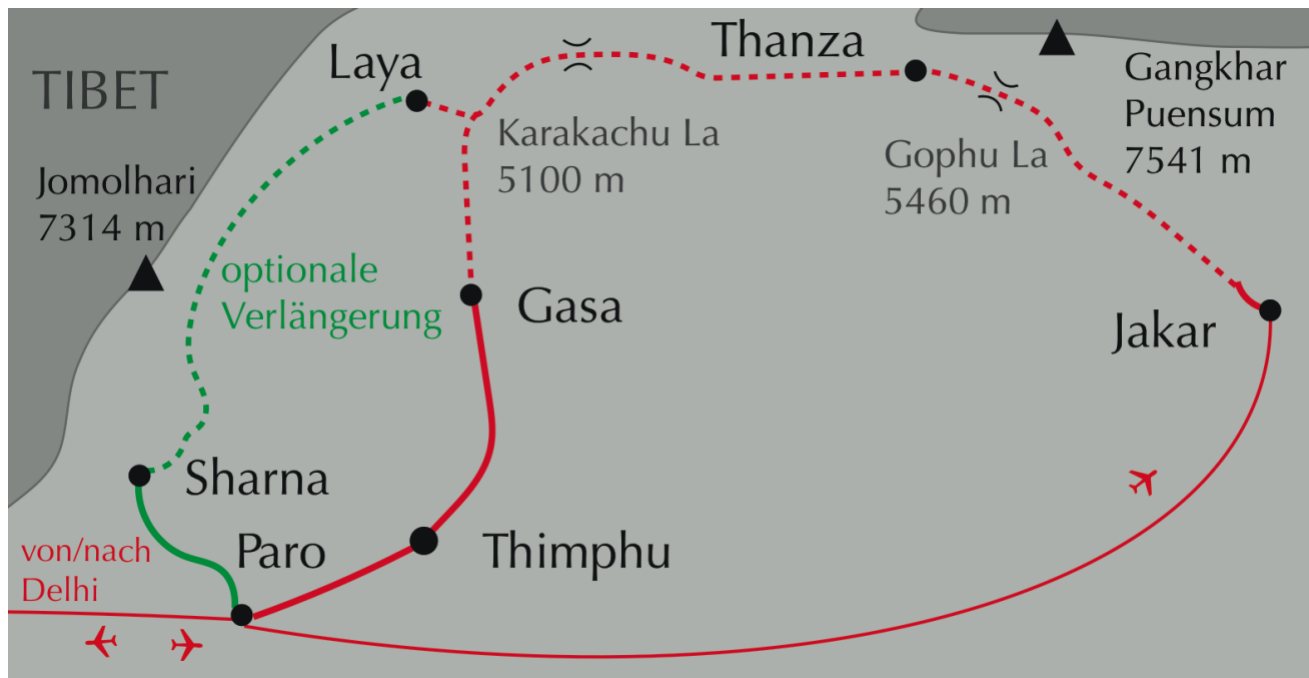
Weitere Infos zur Reise finden Sie in den separaten Reiseinfos und Destinationshinweisen. Zusätzlich geben wir Ihnen Merkblätter ab zu Ausrüstung, Medizinischem und weiterem mehr.

# HIMALAYA TOURS

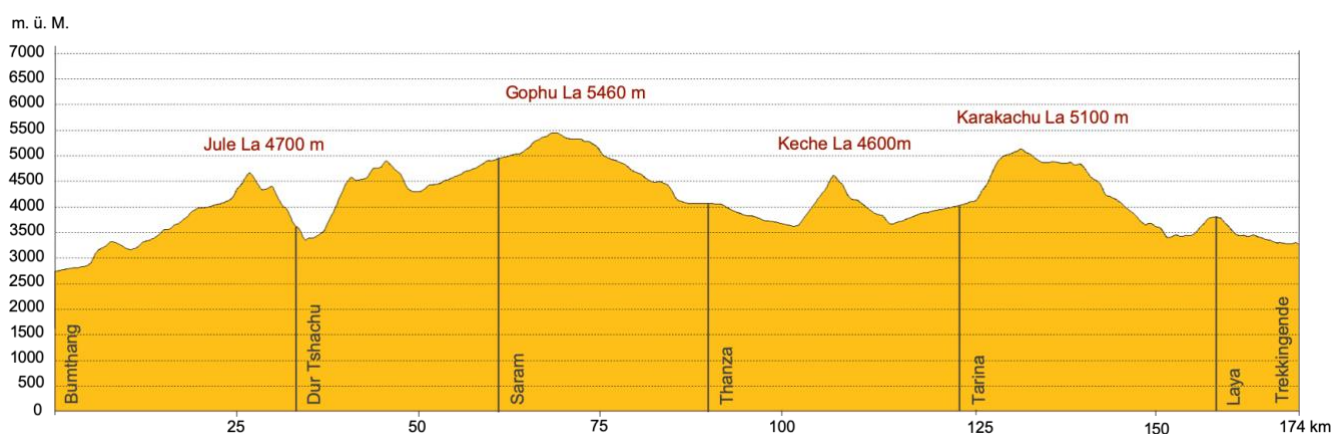


## Reiseroute und Höhenprofil

### Reiseroute



### Höhenprofil Jakar - Gasa



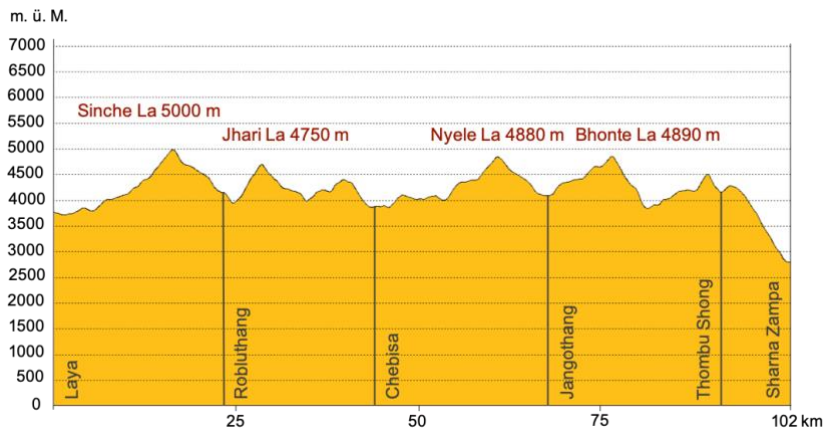
Das Höhenprofil wurde mit 7-facher Überhöhung erstellt, so sind die Höhenunterschiede gut sichtbar. Dadurch erscheinen die Auf- und Abstiege sieben Mal steiler, als sie es in Wirklichkeit sind... also nur halb so wild ;-)

Total Gehdistanz	174 km	Tage mit 0 – 400 Höhenmetern Aufstieg	5
Total Höhenmeter Aufstieg	9000 m	Tage mit 401 – 800 Höhenmetern Aufstieg	6
Total Höhenmeter Abstieg	8600 m	Tage mit 801 – 1200 Höhenmetern Aufstieg	4
		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.



## Höhenprofil Verlängerung Laya - Sharna



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	102 km	Tage mit 0 – 400 Höhenmetern Aufstieg	2
Total Höhenmeter Aufstieg	5550 m	Tage mit 401 – 800 Höhenmetern Aufstieg	4
Total Höhenmeter Abstieg	6400 m	Tage mit 801 – 1200 Höhenmetern Aufstieg	3
		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 oder für den Weiterflug.

Falls der Weiterflug nach Bhutan um die Mittagszeit oder später ist, übernachten wir in Delhi in einem Hotel in Flughafennähe. Sollte der Weiterflug nach Bhutan aber bereits am Morgen sein, ist die Zeit für eine Hotelübernachtung zu kurz und wir ruhen uns einige Stunden am Flughafen aus. Die Flugpläne für die Bhutanflüge sind jeweils erst kurzfristig bekannt.

Evtl. Übernachtung im Hotel in Delhi.

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

---

### 2. Tag **Weiterflug nach Paro in 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. In diesem kleinen Ort werden wir heute übernachten.

Je nach Flugzeit werden wir noch die eine oder andere Sehenswürdigkeit besuchen. Falls der Flug erst am späteren Nachmittag ankommt, fahren wir ins Hotel und geniessen die Stille in Bhutan nach der Hektik in Delhi.

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

Flugzeit 2 ½ h, Fahrzeit 1 h

---

### 3. 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.

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

Fahrzeit 1 h, Wanderung 3 ½ – 4 h



## 4. Tag **Flug nach Bumthang, in die kulturelle Wiege von Bhutan**

Auf einem halbstündigen Flug geniessen wir die Aussicht von oben auf Bhutan und die Berge und gelangen so ins Zentrum von Bhutan.

Je nach Flugzeit werden wir am Morgen in Paro oder am Nachmittag in Jakar noch die eine oder andere Sehenswürdigkeit besuchen.

Hinweis: Die Bhutanflüge werden teils kurzfristig abgesagt oder verschoben. In so einem Fall fliegen wir entweder einen Tag später oder wir fahren mit dem Fahrzeug nach Jakar. Dies ist eine lange Fahrt von 9 – 12 Stunden, welche mit der neuen Strasse in einem Tag gemacht werden kann. Angenehmer ist es aber, diese Fahrt auf zwei Tage aufzuteilen.

Übernachtung im Hotel in Jakar (2600 Meter). (F,M,A)

Flugzeit ½ h, Fahrzeit 1 h

---

## 5. Tag **Ein Kloster schöner als das andere**

In Bumthang könnte man tagelang Klöster besichtigen, eines schöner als das andere. Wir besuchen die Schönsten und starten beim Jambay Lhakhang. Dieser Tempel soll im Jahr 659 vom tibetischen König Songtsen Gampo erbaut worden sein. Er ist zusammen mit dem Kyichu Lhakhang in Paro der älteste Tempel in Bhutan und auch einer der ältesten im ganzen Himalaya. Ein absolutes Highlight ist der Khurje Lhakhang. Dieses Kloster geht auf den Guru Padmasambhava zurück, welchem wir überall in Bhutan begegnen. Im 8. Jahrhundert soll er hier in einer Höhle meditiert haben.

Auf der anderen Seite des Flusses ist der Tamshing Goemba. Die Kräftigen in unserer Gruppe probieren vielleicht das schwere Kettenhemd vom Heiligen Pema Lingpa dreimal um den Tempel zu tragen. Dies soll uns, nach dem Glauben der Leute hier, von unseren Sünden befreien.

Am Nachmittag frönen wir dem «Dolce far niente» oder wer Lust hat, macht eine Wanderung über die Felder im schönen Choekhor-Tal.

Hinweis: Dieser Tag ist gleichzeitig ein Reservetag, falls es auf den Flug nach Jakar zu einer Verzögerung kommen sollte.

Übernachtung im Hotel in Jakar (2600 Meter). (F,M,A)

Fahrzeit 1 h, Optionale Wanderung 1 – 2 h

---

## 6. Tag **Ins schöne Tal von Tang**

Heute freuen wir uns auf «richtige» Bewegung. Wir laufen durch einen wunderschönen Wald und über einen Grat und erreichen um die Mittagszeit das Nonnenkloster beim Dorf Bebzur.

Ab hier wandern wir kurz das Tal hinunter bis zum Membartsho, dem «brennenden See». Hier fand Pema Lingpa Anfang des 16. Jahrhunderts verschiedene «Termas». Dies sind heilige Schätze, Schriften oder Statuen, die im 8. Jahrhundert vom tantrischen Meister Guru Padmasambhava «versteckt» wurden. Diese wurden in späteren Jahrhunderten von sogenannten «Tertöns» Schatzfindern auf magische Weise gefunden. Legenden, Sagen und Mythen ranken sich um die Auffindung dieser Termas, die als hochverehrte Schätze in Klöstern aufbewahrt werden. Das berühmte «Tibetische Totenbuch» ist auch eines dieser Termas, dieses Buch wurde mittlerweile in millionenfacher Auflage in viele Sprachen übersetzt, auch ins deutsche.

Von hier weg fahren wir ins Tang-Tal. Dieses gilt als das schönste der vier grossen Täler in Bumthang. Ganz zuhinterst erreichen wir schliesslich Ogyen Choling, einen alten Palast. Hier wohnt der Schweizer Walter Roder mit seiner bhutanesischen Frau. Er hat während vielen Jahren verschiedene Landwirtschaftsprojekte in Bhutan geleitet und war ausserdem Landesdirektor von Helvetas Bhutan. Er weiss sehr viel über Bhutan, Land und Leute und natürlich über die Landwirtschaft hier zu erzählen. Ogyen Choling ist einer der schönsten Orte, welchen wir in Bhutan kennen.

Übernachtung im Gasthaus von Walter Roder oder in sehr einfacher Unterkunft in Ogyen Choling (2900 Meter). (F,M,A)

Fahrzeit 1 – 1 ½ h, Wanderung 3 – 4 h



## 7. Tag **Wanderung durch Dörfer «am Ende der Welt»**

Heute empfehlen wir eine Wanderung durch schöne Dörfer und Wälder am Ende des Tang-Tales. Auf dieser Wanderung erhalten wir einen guten Einblick ins Dorf- und Landleben in Bhutan. Falls wir Lust auf eine lange Wanderung haben, können wir sogar bis zur Hermitage Thowadrak laufen. Hierhin ziehen sich immer wieder Mönche zur Meditation zurück. Diese Wanderung dauert 6 – 8 Stunden.

Am Nachmittag kehren wir zurück nach Ogyen Choling und geniessen vom Garten her den tollen Ausblick runter über das Tal.

Übernachtung im Gasthaus von Walter Roder oder in sehr einfacher Unterkunft in Ogyen Choling (2900 Meter). (F,M,A)

Wanderung 3 – 5 h (kann auf 8 h verlängert werden).

---

## 8. Tag **Trekkingstart**

Heute starten wir unser Trekking. Wir fahren nach Dur, dem Ausgangsort unseres Trekkings, wo die Trekkingmannschaft mit der kompletten Ausrüstung für die nächsten Wochen sich bereits organisiert hat. Sobald unser Gepäck auf die Tragtiere verladen ist, ziehen wir los. Die erste Trekkingetappe können wir gemächlich angehen, diese ist nicht allzu lang. Der Weg führt uns durch schöne Wälder. Bei feuchter Witterung kann es hier aber schnell mal schlammig werden. Unser erstes Tagesziel ist Chochomey.

Übernachtung im Zelt in Chochomey (3250 Meter). (F,M,A)

Fahrzeit 2 – 3 h, Trekking 4 – 5 h, Aufstieg 550 m, Abstieg 100 m, Gehdistanz 9 km

---

## 9. Tag **Aufwärts nach Tshochenchen**

Wir folgen dem Yolang-Fluss und steigen vorbei am kleinen Dorf Lungsum und weiter durch dichte Kiefern-, Wachholder-, Fichten- und Ahornwälder bis nach Tshochenchen auf. Hier erreichen wir einen schönen Campplatz. Wegen der Höhe von schon fast 4000 Metern laufen wir gemütlich.

Übernachtung im Zelt in Tshochenchen (3850 Meter). (F,M,A)

Trekking 6 – 7 h, Aufstieg 750 m, Abstieg 150 m, Gehdistanz 11.5 km

---

## 10. Tag **Ein Bergsee und zwei Pässe**

Heute überqueren wir den Pass Djule La mit 4700 Metern und steigen danach zum Bergsee Djule Tsho ab. Unser Weg führt uns über einen zweiten Pass, den 4400 Meter hohen Kutong La. Ein langer Abstieg bringt uns gut 1000 Höhenmeter hinunter nach Dur Tsachu. Dieser Ort ist bekannt für seine heissen Quellen und auch wir geniessen ein Bad im warmen Wasser. Sogar der grosse Tantriker Padmasambhava soll vor über 1200 Jahren in den heissen Quellen hier gebadet haben.

Übernachtung im Zelt in Dur Tshachu (3600 Meter). (F,M,A)

Trekking 7 – 8 h, Aufstieg 950 m, Abstieg 1200 m, Gehdistanz 14 km

---

## 11. Tag **Akklimatisations- und Ruhetag**

Für eine gute Akklimatisation legen wir heute einen Ruhetag ein. Je nach Befinden und Lust und Laune machen wir eventuell eine kleine Wanderung in der Umgebung oder geniessen das Dolce far niente im Lager.

Übernachtung im Zelt in Dur Tshachu (3600 Meter). (F,M,A)



## 12. Tag Langer Aufstieg über den Nephu La

Am Vormittag folgen wir dem Fluss Mangde Chu durch einen dichten Rhododendron- und Nadelholzwald und ein langer Aufstieg bringt uns auf den Pass Nephu La mit einer Höhe von 4495 Metern. Nach einem kurzen Abstieg erreichen wir Uruthang, wo wir unter Umständen auf Yakhirten treffen. Noch einmal geht es bergauf, hoch zum Pass Uruthang La (4780 Meter). Von hier steigen wir ab nach Warthang, wo wir nach einem langen Tag unser Lager aufstellen.

Übernachtung im Zelt in Warthang (4450 Meter). (F,M,A)

Trekking 6 – 7 h, Aufstieg 1200 m, Abstieg 350 m, Gehdistanz 7.5 km

---

## 13. Tag Und die nächsten Pässe folgen sogleich...

Heute stehen drei weitere Pässe auf dem Programm. Wir überqueren die Pässe Uruthang La (4780 m), Sake La (4820 Meter) und den Phodrang La (4650 Meter). Mittlerweile sind wir gut eingelaufen und gewöhnen uns auch immer besser an die grossen Höhen.

Übernachtung im Zelt in Minchugang (4300 Meter). (F,M,A)

Trekking 6 – 7 h, Aufstieg 600 m, Abstieg 750 m, Gehdistanz 10 km

---

## 14. Tag Näher an die hohen Berge

Ein gleichmässiger Anstieg bringt uns das Tal hoch und immer näher an die grossen Berge. Nach gut 15 Kilometern erreichen wir Saram, wo wir auf einer Höhe von 4900 Metern übernachten werden. Wir sind froh um unsere warmen Schlafsäcke, bei Wetterumstürzen kann die Temperatur in der Nacht doch deutlich im Minusbereich liegen.

Übernachtung im Zelt in Saram (4900 Meter). (F,M,A)

Trekking 6 – 7 h, Aufstieg 700 m, Abstieg 100 m, Gehdistanz 12 km

---

## 15. Tag Gangkhar Puensum, höchster Berg in Bhutan

Der Gangkhar Puensum mit 7541 Metern ist der höchste Berg Bhutans und ebenfalls der höchste bisher unbestiegene Gipfel der Erde. Auf unserem Weg nach Tshorim haben wir immer wieder schöne Ausblicke auf diesen Berg. Dies ist sicherlich eine der schönsten Etappen auf unserem Trekking und wir hoffen fest auf eine gute Bergsicht. Auf dem 5460 Meter hohen Pass Gohpu La geniessen wir die wunderschöne Aussicht über die phantastische Bergwelt. Vorbei an einem türkisblauen Bergsee laufen wir nach Tshorim, einem bekannten Übernachtungsplatz auf der Route. Je nach Zeit und Verlauf übernachten wir entweder hier oder steigen allenfalls noch weiter ab zu einem tiefergelegenen Übernachtungsort (4800 Meter und plus 1 ½ Std. mehr Laufzeit).

Übernachtung im Zelt in Tshorim (5100 Meter). (F,M,A)

Trekking 6 – 7 h, Aufstieg 600 m, Abstieg 400 m, Gehdistanz 10 km

---

## 16. Tag Kurze Etappe nach Thanza

Eine kurze Etappe bringt uns ins Dorf Thanza, einem der grösseren Dörfer in Lunana. Viele Einwohner verlassen aber im Winter ihr Dorf und nur einige Dorfbewohner bleiben zurück, um nach den Häusern und den Herden zu schauen.

Übernachtung im Zelt in Thanza (4150 Meter). (F,M,A)

Trekking 5 – 6 h, Aufstieg 100 m, Abstieg 1050 m, Gehdistanz 14 km





## 17. Tag Ruhetag in Thanza

Nach den teils anstrengenden Tagen geniessen wir heute einen wohlverdienten Ruhetag in Thanza. Wir nutzen den Tag für eine ausgiebige Wäsche, einen Bummel durchs Dorf oder eine Wanderung in der Umgebung. Hinter Thanza thront der über 7000 Meter hohe Zongophu Gang (Table Mountain). Nach dem Besuch der Königin Ashi Dorji Wanchuck im Jahr 2002 wurde dieser Berg in Gangchen Singye umgetauft zu Ehren ihres Mannes, dem ehemaligen König von Bhutan Jigme Singye Wangchuck. Dieser soll wie ein «mächtiger Berg» für sein Volk gewesen sein und immer eine freie Schulter für die Last des Volkes gehabt haben. Jigme Singye Wangchuck lebt noch in Bhutan, hat aber im Dezember 2006 die Macht an seinen Sohn Jigme Khesar Namgyel Wangchuck weitergegeben.

Falls nötig, dann können wir diesen Ruhetag auch vorher schon «einziehen».  
Übernachtung im Zelt in Thanza (4150 Meter). (F,M,A)

---

## 18. Tag Höchstgelegener Dzong von Bhutan

Heute wandern wir durch eine schöne Bergwelt. Nach wenigen Stunden erreichen wir das Dorf Chozo auf einer Höhe von 4090 Metern. Der Dzong von Chozo gilt als höchstgelegener Dzong von Bhutan. Weiter geht es nach Lhedi, einem anderen kleinen Dorf.

Übernachtung im Zelt in Lhedi (3700 Meter). (F,M,A)  
Trekking 5 – 6 h, Aufstieg 150 m, Abstieg 600 m, Gehdistanz 15 km

---

## 19. Tag Grüner See

Heute steigen wir auf zum 4600 Meter hohen Pass Keche La. Beim Abstieg vom Pass kommen wir an einem kleinen Bergsee vorbei. Die Einheimischen nennen ihn «Green Lake», den grünen See. Weiter geht es nach Woche.

Übernachtung im Zelt in Woche (3900 Meter). (F,M,A)  
Trekking 6 – 7 h, Aufstieg 1000 m, Abstieg 800 m, Gehdistanz 12 km

---

## 20. Tag Nach Tarina

Durch die Kürze der Etappe, müssen wir heute nicht allzu früh aus den Federn steigen, sondern können einen gemütlichen Morgen machen. Mit Woche verlassen wir das letzte Dorf in Lunana und laufen auf einer einfachen Etappe nach Tarina. Diese Gegend ist sehr einsam und wird auch von Einheimischen nur spärlich besucht.

Übernachtung im Zelt in Tarina (4000 Meter). (F,M,A)  
Trekking 4 – 5 h, Aufstieg 350 m, Abstieg 250 m, Gehdistanz 10 km

---

## 21. Tag Über den 5100 Meter hohen Pass Karakachu La

Ein langer Aufstieg führt uns aufwärts, teilweise ist er rutschig und bei Regen mühsam zu gehen. Mehr als 1000 Höhenmeter steigen wir auf und erreichen den 5100 Meter hohen Karakachu La. Von oben haben wir ein wunderschönes Bergpanorama und wir sehen unter anderem den 7100 Meter hohen Teri Kang, den 7200 Meter hohen Masagang und viele weitere Gipfel. Die meisten dieser Gipfel sind noch unbestiegen. Teils aus religiösen Gründen erteilt Bhutan keine Bewilligungen für die Besteigung der hohen Gipfel. Dort oben wohnen die Götter und diese sollen in ihrer Ruhe nicht gestört werden. Das Bergpanorama vom Pass ist eines der schönsten in ganz Bhutan.

Ein nicht allzu langer Abstieg bringt uns anschliessend nach Narethang und wir übernachten hier noch einmal in grösseren Höhen. Dieser Lagerplatz wird vom 6400 Meter hohen Gangla Karchung überragt.

Übernachtung im Zelt in Narethang (4900 Meter). (F,M,A)  
Trekking 7 – 8 h, Aufstieg 1200 m, Abstieg 300 m, Gehdistanz 12.5 km

---



## 22. Tag Unser letzter hoher Pass

Wir überqueren unseren letzten hohen Pass, den 4900 Meter hohen Tsomo La. Durch die Höhe unseres Camps haben wir nicht viele Höhenmeter zu überwinden, sondern eher ein bisschen Auf und Ab bringt uns zum Pass. Westlich vom Pass finden wir einen schönen Aussichtspunkt, wo wir die 6000 und 7000er Jomolhari und Jichu Drake sehen. Gleich hinter diesen Gipfeln liegt Tibet. In dieser Region werden oftmals Yaks und Pferde geweidet und vielleicht entdecken wir sogar einige Blauschafe. Unser Ziel ist Rodophu, wo wir unseren Lagerplatz aufbauen.

Übernachtung im Zelt in Rodophu (4200 Meter). (F,M,A)

Trekking 4 – 5 h, Aufstieg 150 m, Abstieg 850 m, Gehdistanz 10 km

---

## 23. Tag Nach Laya

Unser Weg geht von Rodophu abwärts bis zum Mo Chhu Fluss, welcher beinahe 1000 Meter tiefer liegt als unser Lager. Von da geht es wieder aufwärts auf einem schönen Weg, bis wir den Eingangs-Chörten des Dorfes Laya erreichen. Immer wieder hören wir Vögel zwitschern und sehen Schmetterlinge flattern, die Vegetation ist deutlich grüner als in den letzten Tagen. Das Dorf Laya ist die Heimat der Volksgruppe der Layaps, wir werden hier die nächsten zwei Nächte bleiben

Übernachtung im Zelt in Laya (3850 Meter). (F,M,A)

Trekking 6 – 7 h, Aufstieg 600 m, Abstieg 950 m, Gehdistanz 14.5 km

---

## 24. Tag Dorfleben in Laya

Den heutigen Tag verbringen wir in Laya und erhalten so einen schönen Einblick ins Leben der Bewohner. Die Laya bilden eine eigene Volksgruppe, mit eigenem Dialekt, Sitten und Gebräuchen. Die Frauen tragen ihr Haar im Gegensatz zu den meisten bhutanesischen Frauen lang und haben auf dem Kopf ihren typischen Hut. Dieser ist aus Bambus, rund und verläuft in eine schmale Spitze nach oben. Das Dorf der «Layaps», wie diese Leute genannt werden, ist eines der schönsten und speziellsten Dörfer in ganz Bhutan.

**Hinweis: Der gestrige und heutige Tag sind gleichzeitig zwei Reservetage. Falls es auf der Route wegen des Wetters, der Gesundheit oder aus anderen Gründen zu Verzögerungen kommen sollte, marschieren wir von Rodophu direkt nach Zhimthang und am nächsten Tag weiter nach Gasa. In dem Fall würde der Besuch von Laya wegfallen.**

Übernachtung im Zelt in Laya (3850 Meter). (F,M,A)

---

## 25. Tag In tiefere Lagen zum Trekkingende

Heute verabschieden wir uns von denen, die weiter bis Paro trekken. Gerne würden wir noch länger in diesem Dorf bleiben, aber wir verabschieden uns und nehmen den Weiterweg in Angriff. Mit deutlich mehr Höhenmetern Ab- als Aufstieg wandern wir bis zur noch im Bau befindenden Strasse. Am Endpunkt der Strasse wartet bereits unser Fahrzeug auf uns und wir fahren das letzte Stück nach Gasa. Wer Lust hat, kann ein ausgiebiges Bad in den heißen Quellen nehmen. Diesen Quellen wird eine heilende Wirkung nachgesagt und von weither kommen die Einheimischen nach Gasa, um hier mehrtägige oder sogar mehrwöchige Badekuren zu machen. Wir geniessen «Wellness auf bhutanesisch» und fühlen uns nach dem Bad sicherlich erholt und sauber.

Übernachtung im sehr einfachen Gasthaus oder im Zelt in Gasa (2250 Meter). (F,M,A)

Fahrzeit 2 h, Trekking 4 – 5 h, Aufstieg 100 m, Abstieg 750 m, Gehdistanz 12 km



## 26. Tag Zurück in die Zivilisation

Nach einem gemütlichen Frühstück verabschieden wir uns von unserer Mannschaft. Nach drei Wochen gemeinsamem Unterwegssein, sind wir einander richtig ans Herz gewachsen und so fällt uns dieser Abschied nicht so leicht.

Wir fahren nach Punakha, in die ehemalige Hauptstadt von Bhutan. Hier beziehen wir unser Hotel und geniessen nach langem wieder einmal den Luxus einer warmen Dusche und eines richtigen Bettes.

Übernachtung im Hotel in Punakha (1250 m). (F,M,A)

Fahrzeit 2 – 3 h

---

## 27. Tag Fahrt nach Thimphu

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 Hauptstadt und administratives Zentrum von Bhutan bis vor 60 Jahren, dann wurde die Hauptstadt nach Thimphu verlegt.

Anschliessend haben wir eine spannende Fahrt nach Thimphu vor uns. Wir fahren über den Dochula Pass. Dieser ist mit den 108 Stupas auf der Passhöhe sehr fotogen. Von oben sehen wir jetzt die Aussicht auf die hohen Berge mit anderen Augen, nachdem wir dieses Gebiet in den letzten Wochen zu Fuss durchquert haben.

Am Nachmittag haben wir noch etwas Zeit für einen Bummel durch Thimphu.

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

Fahrzeit 2 – 3 h

---

## 28. Tag Spannendes Thimphu

Wir fahren am Morgen zum «Buddha Viewpoint», wo eine fast 50 Meter hohe Buddhastatue hoch über Thimphu thronet. Wir werden mit einer tollen Aussicht über das Tal von Thimphu belohnt. 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.

Das 2013 eröffnete Textilmuseum ist sehr spannend und einen Besuch mehr als wert. In einer kleinen Manufaktur sehen wir, wie handgeschöpftes Papier hergestellt wird.

Wir können aber auch auf eigene Faust losziehen, den Markt von Thimphu besuchen oder dem Treiben auf der Strasse zuschauen oder letzte Besorgungen zu machen.

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

Fahrzeit 1 h

---

## 29. Tag Flug von Paro nach Delhi

Transfer zum Flughafen in Paro 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 Abend fahren wir zum Flughafen, wo wir das Check-In für unseren Rückflug in die Schweiz erledigen.

Tageszimmer im Hotel in Delhi. (F)

Flugzeit 2 ½ h, Fahrzeit 1 h



## **30. 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!**



## Reiseprogramm optionale Verlängerung

---

### 25. Tag **Auf Schmugglerwegen**

Nur ungern verlassen wir das spannende Dorf Laya. Wir wandern weiter, vorbei an letzten Häusern wieder in unbewohntes Gebiet. Vielleicht begegnen wir unterwegs Schmugglern, welche aus Tibet chinesische Waren nach Bhutan schmuggeln wie Thermosflaschen, Zigaretten, Kleider, Decken oder Radios.

Im Verlauf des Tages können wir den beeindruckenden Schneegipfel des Gangchenta, welcher als «Great Tiger Mountain» bekannt ist sehen. Diesen Berg werden wir während der nächsten Tage immer wieder sehen. Spätestens von unserem Camp in Limithang wird uns die grandiose Bergwelt um uns herum wieder in ihren Bann ziehen.

Übernachtung im Zelt in Limithang (4150 m). (F,M,A)

Trekking 6 – 7 h, Aufstieg 450 m, Abstieg 150 m, Gehdistanz 10.5 km

---

### 26. Tag **Über den 5000 Meter hohen Sinche La**

Heute steht uns wieder ein anstrengender Tag bevor. Vorbei an Flüssen, Wasserfällen und Gletschern wandern wir weiter bergauf. Es ist ein langer Aufstieg, bis wir endlich auf dem Sinche La oben stehen. Wir sind hier wieder auf einer Höhe von 5000 Metern. Von oben haben wir noch einmal einen phantastischen Blick auf den «Tiger Mountain», sehen aber auch schon unseren nächsten Pass, den Jhari La. Es geht auf der anderen Seite des Sinche La begrab, durch ein grosses Gletschertal hinunter ins Camp in Robluthang.

Übernachtung im Zelt in Robluthang (4150 m). (F,M,A)

Trekking 7 – 8 h, Aufstieg 850 m, Abstieg 850 m, Gehdistanz 13.5 km

---

### 27. Tag **«Great Tiger Mountain»**

Wir steigen ab nach Tsheri Jathang, in dieses Tal kommen während der Sommermonate grosse Herden von Takins. Diese bleiben während einiger Monate hier. Das Tal wurde zu einem Schutzgebiet für die Tiere erklärt. Das Takin ähnelt einem wilden Rind, gehört aber zur Gruppe der Ziegenartigen. Es ist das Nationaltier von Bhutan. Neben den Takins ist das Tal auch von Nomaden besiedelt. Mit etwas Glück werden wir bei einer Familie zu einer Tasse Buttertee eingeladen.

Wir überqueren den Fluss und nehmen den Aufstieg zum 4750 Meter hohen Jhari La in Angriff. Zum Schluss geht es über Serpentina hinunter ins Camp in Somuthang

Übernachtung im Zelt in Somuthang (4200 m). (F,M,A)

Trekking 6 – 7 h, Aufstieg 750 m, Abstieg 700 m, Gehdistanz 9 km

---

### 28. Tag **Blauschafe und Bartgeier**

Wir starten den Tag wiederum mit einem Abstieg ins Tal, bevor es über den 4400 Meter hohen Gobu La geht. Auf dem Weiterweg haben wir bei klarem Wetter eine schöne Aussicht zu den 7000ern Jomolhari, Jichu Drake und Tserim Kang. In dieser Region leben grosse Herden wilder Blauschafe. Auch sieht man hier oft Bartgeier oder andere Greifvögel am Himmel ihre Kreise ziehen. Es lohnt sich also, die Augen offenzuhalten und immer wieder die Berghänge und den Himmel über uns abzusuchen.

Wir übernachten heute beim Dorf Chebisa. Hinter dem Dorf gibt es einen schönen Wasserfall. Wir haben genügend Zeit, um das Dorf zu besuchen und das Dorfleben zu beobachten.

Übernachtung im Zelt in Chebisa (3900 m). (F,M,A)

Trekking 6 – 7 h, Aufstieg 450 m, Abstieg 750 m, Gehdistanz 11 km



## 29. Tag Vorbei an kleinen Dörfern

Wir kommen heute an den kleinen Dörfern Goyul und Lingshi vorbei. Goyul liegen am Fuss einer imposanten Felswand. Die Steinhäuser stehen hier dicht zusammen. Dies ist eher ungewöhnlich für bhutanesishe Dörfer, denn vielfach liegen die Häuser recht verstreut. Es gibt viele Pflanzen in dieser Region, welche in der tibetischen Medizin gebraucht werden.

Nach dem Dorf Lingshi geht es bergauf vorbei am Dzong, von welchem aus früher die Handelsrouten von Indien durch Bhutan und weiter nach Tibet kontrolliert wurden.

Übernachtung im Zelt in Lingshi (4000 m). (F,M,A)

Trekking 5 – 6 h, Aufstieg 300 m, Abstieg 200 m, Gehdistanz 8.5 km

---

## 30. Tag Über den Nyele La

Ein längerer Aufstieg bringt uns dem Himmel wieder näher. Vielleicht haben wir Glück und sehen Murmeltiere oder Blauschafe an den Berghängen. Auf dem 4880 Meter hohen Pass Nyele La flattern bunte Gebetsfahnen im Wind. Die aufgedruckten Gebete trägt der Wind zu den Göttern, welche hier auf den Himalaya-Gipfeln wohnen.

Wir geniessen die schöne Aussicht von oben zum 7000er Jomolhari. Dieser über 7300 Meter hohe Himalaya-Riese ist einer der heiligsten Berge für die Bhutanesen und auch einer der schönsten in Bhutan. Hier soll die Göttin Jomo wohnen, welche eine der fünf Tseringchenga-Schwestern ist. Diese kraftvolle Schutzgottheit wird in vielen Regionen im Himalaya verehrt.

Danach machen wir uns auf den Weiterweg hinunter nach Jangothang. Der Name Jangothang bedeutet «Land der Ruinen» und tatsächlich steht in der Umgebung eine alte Ruine, um die sich alte Legenden ranken. An diesem schönen Ort werden wir übernachten.

Übernachtung im Zelt in Jangothang (4100 m). (F,M,A)

Trekking 7 – 8 h, Aufstieg 950 m, Abstieg 850 m, Gehdistanz 16 km

---

## 31. Tag Ruhetag in prachtvoller Bergwelt

Nach den letzten anstrengenden Tagen haben wir uns den heutigen Ruhetag verdient. Wir können uns im Lager entspannen und die grandiose Bergwelt geniessen.

Es gibt aber auch die Möglichkeit, zu einsamen Bergseen zu wandern oder einen hochgelegenen Aussichtspunkt zu besteigen. Diese Wanderungen dauern zwischen 3 und 6 Stunden. Wir entscheiden uns nach Lust und Laune und vor allem nach unserem Wohlbefinden für eine der vielen Möglichkeiten, aber langweilig wird uns hier bestimmt nicht.

Dieser Tag ist gleichzeitig ein Reservetag, falls es auf der Route wegen des Wetters, der Gesundheit oder aus anderen Gründen zu Verzögerungen kommen sollte.

Übernachtung im Zelt in Jangothang (4100 m). (F,M,A)

Optionale Wanderung von 3 – 6 h

---

## 32. Tag Über den letzten hohen Pass

Den Fluss Paro Chhu überqueren wir auf einer Brücke und steigen anschliessend auf zu den Seen von Tshophu, welche auf einer Höhe von fast 4400 Metern liegen. Bei schönem Wetter haben wir auf dem Weg immer wieder schöne Ausblicke auf die umliegenden Berge wie Jomolhari, Jichu Drake und Tserim Kang. Von den Seen weg steigen wir durch ein «Hidden Valley» hinauf bis zur Passhöhe des Bhonte La. Erschöpft aber glücklich erreichen wir den Pass mit einer Höhe von 4890 Metern. Wir geniessen die Aussicht von oben und machen uns anschliessend auf den Abstieg in Tal von Soi Yaksa. Auf einem wunderschönen Platz stellen wir unser Camp auf.

Übernachtung im Zelt in Soi Yaksa (3800 m). (F,M,A)

Trekking 6 – 7 h, Aufstieg 900 m, Abstieg 1200 m, Gehdistanz 15 km



## 33. Tag **Rhododendron, Mani Mauern und Yakhirten**

Unser Weg führt uns vorbei an Rhododendron-Bäumen. Die Blütezeit ist im Frühling, im Herbst trifft man aber immer wieder Einheimische, welche Rhododendronblätter sammeln. Aus diesen werden anschliessend Räucherstäbchen gemacht. Wir passieren eine schöne Mani Mauer. In die Steinplatten sind Gebete gemeisselt und diese werden anschliessend auf lange Mauern gelegt. In der Nähe sind die Überreste und Ruinen des alten Dzongs von Sey. Wir steigen weiter auf den 4520 Meter hohen Pass Takhung La. Bei guter Sicht sehen wir von oben nicht nur die 6000 und 7000er von Bhutan, sondern auch den dritthöchsten Berg der Welt, den 8586 Meter hohen Kangchendzönga. Dieser steht an der Grenze von Nepal zu Sikkim.

Unser heutiges Ziel ist Thombu Shong. Hier stehen einige Hirtenhütten. Oftmals trifft man hier Hirten mit ihren Yakherden.

Übernachtung im Zelt in Thombu Shong (4150 m). (F,M,A)

Trekking 4 – 5 h, Aufstieg 750 m, Abstieg 400 m, Gehdistanz 8.5 km

---

## 34. Tag **Letzter Trekkingtag**

Auf einem guten Weg laufen wir talauswärts. An einigen Orten kann der Weg recht sumpfig sein. Ein Gegenanstieg von 200 Höhenmetern bringt uns noch einmal «zum Schnaufen» und wir überqueren den 4380 Meter hohen Pass Thombu La. Danach geht es aber vor allem abwärts. An einigen Stellen ist der Weg steil und die 1600 Höhenmeter Abstieg gehen nochmals so richtig in die Knie. Am Nachmittag erreichen wir Sharna und die Strasse. Hier verabschieden wir uns schweren Herzens von unserer lokalen Begleitmannschaft. In den letzten Wochen sind wir zu einem guten Team zusammengewachsen. Zusammen mit unserem Führer bringt uns ein Fahrzeug zurück in die Zivilisation. Wir fahren nach Paro, wo wir nach langem wieder einmal den Luxus eines richtigen Bettes und einer warmen Dusche geniessen.

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

Fahrzeit 2 – 2 ½ h, Trekking 4 – 5 h, Aufstieg 150 m, Abstieg 1300 m, Gehdistanz 10 km

---

## 35. Tag **Spannendes Thimphu**

Wenn wir Lust haben, fahren wir heute nach Thimphu, in Bhutans Hauptstadt. Beim «Buddha Viewpoint», steht eine fast 50 m hohe Buddha Figur hoch über Thimphu. Wir werden durch eine tolle Aussicht belohnt. 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.

Das 2013 eröffnete Textilmuseum ist sehr spannend und einen Besuch mehr als wert. In einer kleinen Manufaktur sehen wir, wie handgeschöpftes Papier hergestellt wird.

Am Abend fahren wir zurück nach Paro.

Wer nach dem langen Trekking lieber einen gemütlichen Tag in Paro macht, kann aber auch auf eigene Faust losziehen und den Tag in Paro verbringen.

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

Fahrzeit 2 h

---

## 36. Tag **Flug von Paro nach Delhi**

Transfer zum Flughafen in Paro 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 Abend fahren wir zum Flughafen, wo wir das Check-In für unseren Rückflug in die Schweiz erledigen. Tageszimmer im Hotel in Delhi. (F)  
Flugzeit 2 ½ h, Fahrzeit 1 h

---

### **37. 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.

---

### Unser Kommentar zur Reise

Dieses sehr anspruchsvolle Trekking ist der Traum vieler Himalaya-Kenner. Unübliche und spannende Route von Bumthang nach Gasa. Viel Zeit für eine gute Akklimatisation. Schöne Begegnungen mit Hirten und Dorfbewohnern unterwegs.

---

### Anforderungen

- Sehr anspruchsvolles Trekking (SAC T3 – T4), sehr gute Kondition, 6 Tagesetappen von 4 – 6 Stunden, 9 Tagesetappen von 6 – 8 Stunden.  
(Optionale Verlängerung mit 3 Tagesetappen von 4 – 6 Stunden, 6 Tagesetappen von 6 – 8 Stunden.)
  - Robuste Gesundheit und Durchhaltevermögen in physischer und psychischer Hinsicht, da der Grossteil des Trekkings durch sehr einsame und abgelegene Regionen führt.
  - Schwindelfreiheit und Trittsicherheit, etliche weglose und ruppige Laufstrecken. Diese können bei Regen sehr schlammig werden.
  - Sehr einsame und abgelegene Gegend ohne jegliche Infrastruktur, Flexibilität wird von den Teilnehmern erwartet.
  - Das Hauptgepäck wird während des Trekkings transportiert, den Tagesrucksack tragen wir selbst.
  - Überlandfahrten von 1 – 4 Stunden.
- 

### Unterkünfte

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 Delhi haben wir ein Zimmer in einem guten Mittelklassehotel.

---

### 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. Während der Reise sind jeweils Frühstück, Mittag- und Abendessen inbegriffen, ausser in Delhi. Hier ist nur das Frühstück inbegriffen. 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 mit Übernachtungen im Zelt bringen Sie Ihren eigenen Schlafsack und eine Liegematte 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
- Satellitentelefon

**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)

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 Trekkingzeit. 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

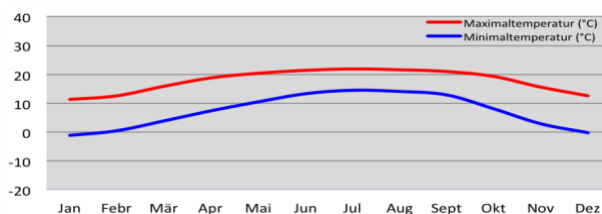
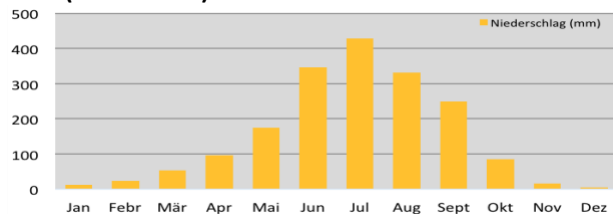
Das ideale Zeitfenster für den Snowman Trek ist sehr kurz. Mitte September bis Oktober ist die optimale Zeit mit tagsüber häufig angenehmen Temperaturen. Es kann aber auch zu längeren Regenperioden kommen. In der Höhe kann es kühl oder kalt werden, in den Nächten kann die Temperatur in den Höhenlagern unter null Grad fallen. Bei Wetterumstürzen kann es auch sehr kalt werden und sogar schneien.

### Klimaverschiebungen

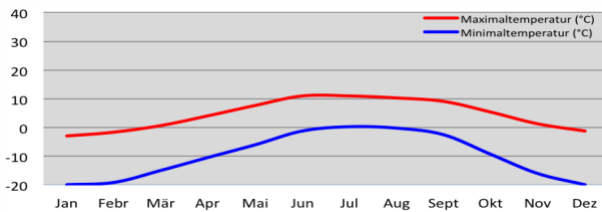
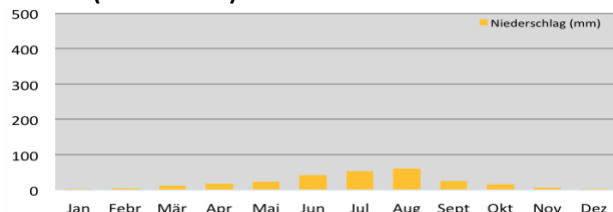
Wichtiger Hinweis: Seit einigen Jahren gibt es weltweit zunehmend Klimaverschiebungen mit häufig sehr ungewöhnlichen Wetterlagen, welche weit von den Statistiken abweichen können. Es kann auch in der «guten» Jahreszeit tagelang regnen oder sogar mal schneien, Wege können schlammig und Pässe unpassierbar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

### Klimadiagramme

#### Paro (2300 Meter)



#### Thanza (4050 Meter)





## Inbegriffene und nicht inbegriffene Leistungen

---

### Leistungen inbegriffen

- Flüge Zürich-Delhi retour in Economy-Klasse
  - Flüge Delhi-Paro retour in Economy-Klasse
  - Flug Paro-Jakar einfach in Economy-Klasse
  - Flughafentaxen und Treibstoffzuschlag
  - Alle Überlandfahrten und Transfers
  - 9 Übernachtungen im Hotel/Gasthaus im Doppelzimmer in Bhutan
  - 18 Übernachtungen im Doppelzelt während des Trekkings
  - 1 Übernachtung im Hotel im Doppelzimmer in Delhi bei Anreise (falls die Transferzeit dazu reicht)
  - 1 Tageszimmer im Hotel in Delhi bei der Rückreise
  - Frühstück, Mittag- und Abendessen in Bhutan, in Delhi nur Frühstück
  - Eintrittsgebühren für Besichtigungen laut Programm
  - Spezialbewilligungen und Permits
  - Tourismusabgabe in Bhutan (27 x US\$ 100 = US\$ 2700)
  - Komfortable Schlafzelte, Ess-, Koch- und WC-Zelt, Klappische 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
  - Satellitentelefon
  - 24h-SOS-Telefon von Himalaya Tours in der Schweiz und unserem lokalen Partner vor Ort
- 

### Zusätzliche Leistungen inbegriffen

- Visa für Indien und Bhutan plus Einholung
  - 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 200 – 300 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**

- Alle Überlandfahrten und Transfers
  - Total 8 Übernachtungen im Hotel/Gasthaus im Doppelzimmer in Bhutan (Reise inkl. Verlängerung)
  - Total 26 Übernachtungen im Doppelzelt während des Trekkings (Reise inkl. Verlängerung)
  - Frühstück, Mittag- und Abendessen in Bhutan
  - Eintrittsgebühren für Besichtigungen laut Programm
  - Tourismusabgabe in Bhutan (7 x US\$ 100 = US\$ 700)
  - Lokale englischsprechende Reiseleitung plus Begleitmannschaft während des Trekkings
- 

## **Leistungen nicht inbegriffen optionale Verlängerung**

- Trinkgelder (CHF 100 – 120 pro Person)
- Getränke in Restaurants, Hotels und Gasthäusern



## Gruppengrösse und Kosten

---

### Gruppengrösse

2 bis 10 Personen

---

### Kosten

pro Person bei 6 bis 10 Teilnehmern (ohne Flug Zürich-Delhi retour)	CHF	10200
plus Flug Zürich-Delhi retour	ab CHF	750
<b>Total pro Person bei 6 bis 10 Teilnehmern</b>	<b>ab CHF</b>	<b>10950</b>

### Zuschlag Kleingruppe

pro Person bei 3 bis 5 Teilnehmern	CHF	1000
pro Person bei 2 Teilnehmern	CHF	2000

### 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

pro Person bei 6 bis 10 Teilnehmern	CHF	1950
pro Person bei 3 bis 5 Teilnehmern	CHF	2150
pro Person bei 2 Teilnehmern	CHF	2450
pro Person bei 1 Teilnehmer	CHF	2750

---

### Einzelzimmer und -zelt

Es ist möglich, gegen einen Zuschlag ein Einzelzimmer und -zelt zu buchen.	CHF	900
--	-----	-----

### Einzelzimmer und -zelt optionale Verlängerung

CHF	200
-----	-----

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 und -zelt wünschen, aber kein gleichgeschlechtlicher Zimmerpartner gefunden werden kann, erhalten Sie ein Einzelzimmer und -zelt. 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 eindrückliche und erlebnisreiche Reise wünschen  
Thomas und Martina Zwahlen  
und das Team von Himalaya Tours