

ASIEN: INDIEN

## DARJEELING UND SIKKIM

- > Sehr abwechslungsreiche Reise durch Darjeeling und Sikkim
- > Koloniales Flair und Teeplantagen in Darjeeling
- > Fahrt in einer „Schmalspureisenbahn“- dem legendären ToyTrain
- > Yuksom: das Tor zum Kanchenjunga Nationalpark
- > Leichte Wanderungen durch die atemberaubende Bergwelt Sikkims
- > Rumtek, das größte Kloster im Ost-Himalaya
- > Begegnung mit der Volksgruppe der Lepcha

### **Kultur- und Aktivreise im grandiosen Ost-Himalaya**

Die erste Station dieser Reise ist Darjeeling, auf einer Höhe von über 2000m gelegen. Im 19. Jahrhundert schon hatten die Englän- der diesen Ort als Höhensanatorium für ihre Angestellten in der heißen Ebene entdeckt und kurz darauf begann der intensive Tee Anbau. Der Tee, der hier angebaut und fermentiert wird, gehört zu den besten der Welt. Von Darjeeling aus hat man atemberauben- de Blicke auf das Kanchenjunga Massiv und rundherum sieht man auf den sanften Hügeln grüne Teeplantagen. Die wechselvolle Geschichte Darjeelings brachte es mit sich, dass sich hier viele verschiedene Ethnien siedelten. So trifft der Besucher unter anderem auf Nepalis, Westbengalen und Tibeter, die sich größtenteils 1959, nach ihrer Flucht aus Tibet, hier niederließen. Alle Volksgruppen tragen zu dem typischen Flair des heutigen Darjeelings bei, auch der englische Kolonial Stil ist an vielen Gebäuden und Gebräuchen noch zu erkennen.

Wir fahren eine Strecke mit dem berühmten Toytrain, einer alten Dampflo, die heute zum Weltkultur Erbe gehört und haben die Möglichkeit, auf Spaziergängen durch die Umgebung viel über diesen Teil Indiens zu erfahren, können sehen, wie die Menschen dort leben und arbeiten. Natürlich darf eine Führung durch die Happy Valley Tea Estate, der zweitältesten Teefabrik Indiens, nicht fehlen. Keinesfalls verpassen sollte man den Sonnenaufgang am Observatory Hill. Dieser Hügel ist sowohl für die Buddhisten als auch für die Hindus heilig und bietet sagenhafte Ausblicke über das Kanchenjunga Massiv.

Wir verlassen den Distrikt Darjeeling und fahren weiter in den Westen Sikkims, wo wir in einem idyllisch gelegenen, familiengeführten Heritage Farmhaus übernachten. Sikkim war bis 1975 ein buddhistisches Königreich und Sie werden sehen, wie sehr sich dieser heute zu Indien gehörende

Bundesstaat von Darjeeling unterscheidet. Von unserem Farmhaus aus unternehmen wir Wanderungen in die herrliche Umgebung. Auf dem Weg nach Pelling besichtigen wir das älteste Kloster Sikkims - das Pemayangtse Kloster. Durch einen dichten Wald wandern wir zu den Palastruinen von Rabdentse, der ehemaligen Hauptstadt von Sikkim. Der Ausblick von den Ruinen in die Umgebung ist atemberaubend. Unsere Reise führt uns weiter nach Yuksom. Yuksom ist nicht nur Krönungsstadt des ersten Chogyals (König) von Sikkim, sondern auch das Tor zum Kanchenjunga Nationalpark.

Wir verlassen nun den Westen Sikkims und fahren gen Osten in die Hauptstadt Gangtok, die zu Recht den Ruf hat, die sauberste Stadt in Indien zu sein. Wir erreichen diese malerisch an einen steilen Hügel gebaute Stadt am späten Nachmittag und werden sie gleich bei einem Abendspaziergang erkunden. Nicht weit von Gangtok entfernt liegt das größte Kloster im Osthimalaya, das Rumtek Kloster. Es wurde vom 16. Karmapa im Jahre 1960 als getreue Nachbildung des Mutterklosters Tsurphu in Tibet gegründet und ist Sitz der Karma Kagyu Ordens. In diesem Kloster befinden sich wertvolle Sammlungen an tibetischen Kunst und Ritualgegenständen. Ein großes buddhistisches Institut ist dem Kloster angeschlossen. Im Anschluss an die Besichtigung des Klosters spazieren wir durch ein Dorf der Volksgruppe der Lepcha, inmitten von üppigen Reisfeldern gelegen. Hier scheint die Zeit stehen geblieben zu sein, die Landwirtschaft wird nach traditionellen Methoden betrieben.

Zum Abschluss der Reise verbringen wir einen Tag in dem Kalimpong. Vor Schließung der Grenzen zu China war Kalimpong eine lebhaft Handelsstadt. Heute ist diese Bedeutung verloren gegangen, doch Zeugen dieser Epoche sind immer noch die vielen unterschiedlichen kulturellen Einflüsse. Hier siedelten Nepalis, Tibeter, Inder aus Bengalen und auch Bhutanesen, da es in Kalimpong bis in die Gegenwart sehr viele angesehene Elite Internate gibt. Bekannt ist Kalimpong nun vor allem wegen der vielen Gärtnereien und Orchideenaufzuchten. Zu Fuß erkunden wir die Sehenswürdigkeiten dieser kleinen Stadt, wobei der lokale und farbenprächtige Markt der Einheimischen (Hath Bazaar) dabei nicht fehlen darf.

### **Reiseleitung durch Temba Gyaltsen (Gyalgen)**

Geboren und aufgewachsen in Ostnepal, an der Grenze zu Sikkim/Darjeeling. Nach seiner Bergführerausbildung an dem Himalayan Mountaineering Institute in Darjeeling, leitet er seit 2006 Touren in Darjeeling und Sikkim. Sie werden ihn als sehr aufmerksam und hilfsbereit kennenlernen.

Ihm liegt viel daran, dass Sie eine wunderschöne Reise erleben und auch über die Geschichte des Landes erfahren. Er spricht neben Nepali, Hindi und Lepcha auch sehr gut Englisch.



## REISEDETAILS

### **1. Reisetag: Internationaler Flug von FRA / MUC / Zürich / Wien nach Delhi**

Sie fliegen am Nachmittag per Linienflug in die indische Hauptstadt Delhi. Die Flugzeit beträgt ca. 7 Stunden und Ankunft ist um Mitternacht. Ihnen steht ein Tageszimmer im Flughafenhotel zur Verfügung.

### **2. Reisetag: Flug nach Bagdogra und Fahrt nach Darjeeling**

Nach dem Frühstück im Hotel fliegen wir von Delhi nach Bagdogra, der nächste Flughafen zu Darjeeling und Sikkim. Nach der Ankunft auf dem Flughafen in Bagdogra setzen Sie die Reise mit Autos nach Darjeeling fort. Die Fahrt dauert ca. 3 Stunden und führt durch bewaldetes Gebiet, auf einer Straße, die sich immer weiter in die Höhe schlängelt und oft weite Blicke auf die hügelige Teeplantagenlandschaft freigibt. Darjeeling liegt auf 2.185 m, der Name Darjeeling leitet sich von "Dorje" ab, dem mythologischen Donnerkeil der tibetischen Religion. Erst 1829 wurde Darjeeling von den Briten entdeckt und in den Folgejahren zu einem Höhensanatoriums für die britischen Angestellten in Kalkutta ausgebaut. Das Klima in Darjeeling begünstigte den verstärkten Anbau von Tee und dieser gilt bis heute als der Champagner unter den Teesorten. Umgeben von Teeplantagen bieten sich dem Besucher fantastische Blicke auf die höchsten Spitzen des Himalayas. Wir erreichen Darjeeling am späten Nachmittag und haben am frühen Abend die Möglichkeit, schon mal ein wenig in das Flair dieser Stadt einzutauchen.

Flugzeit 2 Std., Fahrzeit 3½ Std., 3 Übernachtungen im Hotel in Darjeeling - 2.185m.

### **3. Reisetag: Darjeeling, Fahrt mit dem Toytrain nach Ghoom, leichte Rundwanderung zurück in die Stadt**

Nach dem Frühstück machen wir uns auf den Weg zum kleinen, malerischen Bahnhof von Darjeeling und besteigen hier den Toytrain, der zum Weltkulturerbe gehört. In Ghoom besuchen wir das kleine gleichnamige Kloster Ghoom, heute ein Kloster der Gelbmützen. Im Anschluss laufen wir auf einer wenig befahrenen Straße zurück in das Zentrum Darjeelings. Dieser Spaziergang dauert ca. 2 Stunden und dabei werden sich Ihnen immer wieder wunderbare Blicke auf die Umgebung bieten, sowie Sie auch einen Einblick in das Leben der dort ansässigen Bevölkerung erhalten. Wir kommen am Nachmittag wieder in Darjeeling an und haben die Möglichkeit, uns auf dem Chowrasta, dem Mittelpunkt der Stadt, treiben zu lassen.

Wanderung 2 Std., Fahrzeit ca. 2 Std. Übernachtung in Darjeeling.

### **4. Reisetag: Besichtigung von Darjeeling**

Ganz früh am Morgen geht es zu Fuß zum Observatory Hill, einem Hügel, der für die Buddhisten und Hinduisten in Darjeeling gleichermaßen heilig ist. Bei Sonnenaufgang hat man hier einen fantastischen Blick auf das Kanchenjunga Massiv. Im Anschluss frühstücken wir in unserem Hotel und laufen dann zum Himalayan Mountain Institute, HMI.

Dieses Museum wurde von Nehru 1957 gegründet und ist das älteste Bergsteiger Museum in Indien. Hier erhält der Besucher auch viele Informationen über Tenzin Norgay, der zusammen mit dem Neuseeländer Edmund Hillary das erste Mal den Mount Everest bestieg. Auf dem gleichen Gelände befindet sich der Zoo, der sich auf die Aufzucht und den Erhalt von bedrohten Tierarten im Himalaya spezialisiert ist.

Unterhalb dieses Geländes befindet sich die Happy Valley Tee Estate, die zweit älteste Teefabrik in Indien. Bei einer Führung durch die Fabrik erfahren wir viel über den Tee Anbau und die Verarbeitung.

Nach der dramatischen Flucht des Dalai Lama und tausender Tibetern aus Tibet, kamen viele Tibeter nach Darjeeling. Am 1. Oktober 1959 wurde das Tibetische Flüchtlings Selbsthilfe Zentrum gegründet, dass sich hauptsächlich über die Produktion tibetischer (Kunst)Handwerksprodukte finanziert. Bei einem Rundgang durch das Zentrum haben Sie die Gelegenheit, mehr über dieses Zentrum zu erfahren.

Wanderung 2-3 Std. Übernachtung in Darjeeling.

### **5. Reisetag: Weiterfahrt nach Rinchenpong**

Nach einem gemütlichen Frühstück begeben wir uns auf die Weiterfahrt nach Rinchenpong, ca.128 km von Darjeeling entfernt. Die Fahrt dorthin dauert ungefähr ca. 6 Stunden. Rinchenpong befindet sich schon im ehemaligen Königreich Sikkim und ist auf einer Höhe von 1.650 m gelegen, grandiose Ausblicke auf das Kanchenjunga Massiv erwarten Sie bei klarem Wetter. Wir erreichen Rinchenpong am Nachmittag und übernachten wir in einem traditionellen Farmhaus in Yangsum.

Fahrzeit 5-6 Std., 2 Übernachtungen im Farmhaus-Lodge in Yangsum (F/M/A)

## **6. Reisetag: Rinchenpong Kloster und Wanderungen in der Umgebung von Rinchenpong**

Nach dem Frühstück fahren wir zum Rinchenpong Kloster. Das drittälteste Kloster in Sikkim ist an einem Bergterrasse erbaut und bietet einen herrlichen Blick auf den Kanchenjunga. Neben der malerischen Lage hat dieses Gompa eine Statue, die man in den meisten anderen Klöstern nicht findet - Adi Buddha sitzt in der Yab-Yum Darstellung. Seit fast drei Jahrhunderten gehört dieses Kloster zum Dorf Rinchenpong und wenn man das Erbe von Sikkim erfassen will, kann man es auf keinen Fall überspringen.

Nach dem Besuch unternehmen wir kleine Wanderungen durch subtropische zum Teil Regenwald. Dort erwartet uns ein kleine aber einer der älteste Kloster Sikkims. Die Berglandschaft ist hier nicht so steil, so dass die Wanderungen wenig anstrengend sind. Sie bekommen einen Eindruck von der Landwirtschaft, dem Feldanbau und den unterschiedlichen Getreidesorten. Am Nachmittag erkunden wir den Hof.

Wanderung 3 Std., Übernachtung in Yangsum

## **7. Reisetag: Fahrt nach Pelling**

Nach dem Frühstück geht die Fahrt weiter in Richtung Pelling, 54 km, ca. 3-4 Stunden Fahrt. Kurz vor Pelling besuchen wir zu den Ruinen des Rabdentse Palast. Dieser Palast wurde vom 2. Chogyal (König) von Sikkim im Jahr 1670 gebaut und 1814 von der einfallenden nepalesischen Armee zerstört. Der Ausblick von den Palastruinen ist atemberaubend.

Das schöne Städtchen Pelling ist bekannt für seine herrliche Aussicht auf die schneebedeckte Kanchenjunga-Kette, den dritt-höchsten Gipfel der Welt. Auf einer Höhe von von 2150 Metern, bietet Pelling einen guten Blick auf die gesamte Kanchenjunga-Bergkette einschließlich Kaktang, Kumbhakaran (Jannu), Rathong, Kabru, Kabru Dome, Kanchenjunga, Pandim, Siniolchu und andere. Die Wolke und die Sonne spielen ein kontinuierliches Versteckspiel und bietet eine unvergessliche Atmosphäre.

Fahrzeit 3-4 Std., 2 Übernachtungen im Hotel in Pelling

## **8. Reisetag: Leichte Wanderung zum Sanga Choeling Kloster und Fahrt nach Ravangla**

Nach dem Frühstück leichte Wanderung zum Sanga Choeling Kloster. Im Anschluss fahren wir zum Khecheopalri See. Dieser See gilt als sehr heilig und Wunsch erfüllend. Nach buddhistischem Glauben ist dieser See eine Emanation der Göttin Tara und Guru Rinpoche (Padmasambhava) soll ihn persönlich gesegnet haben. Die Menschen glauben, dass keine Blätter über dem See zu sehen sind, obwohl sie sich inmitten eines dichten Waldes befinden, da die Vögel die gefallen Blätter aus dem Wasser entfernen. Ein Besuch zum Nonnenkloster am Ende sollte nicht fehlen.

Wanderung 1-2 Std, Fahrzeit 2 Std.

## **9. Reisetag: Das älteste Kloster in Sikkim und fährt in Richtung Gangtok**

Nach dem Frühstück besuchen wir das Pemayangste Kloster, das älteste Kloster in Sikkim, hier wurde der erste König von Sikkim gekrönt. Das Kloster beherbergt nur Lamas rein tibetischer Abstammung, die im Zölibat leben und keinerlei körperliche Verunstaltungen aufweisen dürfen. Der Höhepunkt des Klosters im obersten Stockwerk ist das imposante siebenstufige Modell der himmlischen Wohnstätte Padmasambavas ‚Sangdogpalri‘.

Nach diesem wunderbaren Erlebnis fahren wir in Richtung Südosten nach Rumtek. Unterwegs besuchen wir das Bon-Kloster und spazieren durch den Temi-Tee-Garten, die einzige Teefabrik in Sikkim. Diese Fabrik produziert eine Vielzahl von Bio-Tee. Der Spaziergang durch die Teeanlage mit einer herrlichen Aussicht wird sicherlich unvergesslich sein. Weiterfahrt nach Rumtek, wo wir in einem Öko-Resort mit herrlichem Blick auf die Stadt Sikkim übernachten werden.

Fahrzeit 3-4 Std., 3 Übernachtungen im Eco Resort in Rumtek

## **10. Reisetag: Tagesausflug nach Gangtok**

Am Vormittag besichtigen wir das Institut für Tibetologie, eine Schatzkammer für seltene Exemplare von Schriften, Statuen und Thankas. Unweit davon befindet sich der goldene Stupa, der 1945 vom Vorsteher der Nyingmapa Sekte gebaut wurde. Die Nyingmapa Sekte war die Staatskirche Sikkims. Auf dem Rückweg besuchen wir das Ranka-Kloster (auch bekannt als Lingdum-Kloster), das sich außerhalb der Natur befindet und eines der schönsten Klöster in Ost-Sikkim ist. Das Kloster befindet sich in einem weitläufigen Gebiet mit herrlicher Aussicht. Das Kloster befindet sich östlich von Gangtok. S.E. Zurmang Gharwang Rinpoche,

die zwölfte Inkarnation von Zurmang Gharwang von der Kagyupa-Sekte, gründete das Kloster Lingdum Zurmang. Der Eingang des Klosters ist mit bunten Gebetsfahnen und Gebetsmühlen geschmückt und führt zu einem riesigen Innenhof. Die Wände des Versammlungssaals sind voll von tibetischer Malerei und die Thankas an der Wand spiegeln das Meisterwerk der buddhistischen Kunst wider.

Fahrzeit 2 Std.

## **11. Reisetag: Kloster Rumtek und Wanderungen in der Natur**

Am Vormittag besuchen wir das größte Kloster Sikkims. Es wurde 1690 vom 16ten Gyalwa Karmapa gegründet und ist der Hauptsitz der Karma Kagyu Sekte in Sikkim. Das Kloster ist reich an wertvollen tibetischen Kunstgegenständen und beherbergt einen goldenen Stupa, in dem die Überreste des 16. Karmapas aufbewahrt werden. Gegenüber befindet sich das Karma Shri Nalanda Institut, eine Institution für höhere buddhistische Studien.

Zum Mittagessen sind wir bei einer Lepcha Familie in das Dorf Rey Mindu eingeladen. Es befindet sich unterhalb des Phambong Lho Nationalparks, wo traditionelle Landwirtschaft und Jahrhunderte alte kulturelle Praktiken von der Neuzeit bisher unberührt geblieben sind. Genießen Sie einen gemächlichen Spaziergang durch die üppigen Reisfelder, auf dem sie traditionelle Lepcha Häuser sehen können. Vielleicht haben sie Glück, beim Mittagessen einer traditionellen Lepcha Tanzvorstellung beiwohnen zu können. Zurück zum Resort und am Nachmittag unternehmen wir 2stündige Wanderung in der Umgebung. Gehzeit 1 Std., Fahrzeit

Gehzeit ca. 2 Std.

## **12. Reisetag: Weiterfahrt nach Kalimpong**

Heute führt die Reise in das 80 km entfernt gelegene Kalimpong, eine Strecke, die wir in ca. zwei Stunden zurück legen. Im Gegensatz zu Darjeeling ist Kalimpong eine recht ruhige Bergstadt, bekannt für die vielen Gärtnereien, in denen unter anderem seltene Orchideenarten zu bestaunen sind. Aus Kalimpong werden Gladiolen nach ganz Indien und die Welt versandt.

Nach dem Mittagessen im Hotel fahren wir zum Durpin Hügel, wo sich auch das Gelugpa Kloster Palri Fo Brong befindet. Von hier aus haben Sie einen sehr schönen Blick über die gesamte Umgebung Kalimpongs. Nach einem Besuch einer Orchideen Gärtnerei besichtigen wir die Gangjong Papier Fabrik. Hier wird handgeschöpftes Papier hergestellt, eine traditionelle Art der Papierherstellung im Himalaya, das hauptsächlich für religiöse buddhistische Schriften benutzt wird. Dieses Papier wird aus der Daphne Pflanze gewonnen, die im Osthimalaya sehr verbreitet ist. Weiterhin sehenswert ist die St. Theresa Kirche und Kapelle, die 1929 errichtet wurde und einem buddhistischen Kloster ähnelt. In den Wandmalereien lassen sich viele tibetische Motive erkennen. Danach machen wir einen kleinen Rundgang über den farbenfrohen lokalen Markt, auf dem viele Bauern aus der Region ihre Waren anbieten.

Fahrzeit 2-3 Std., Übernachtung im Hotel in Kalimpong

### 13. Reisetag: Flug Bagdogra - Delhi

Am Vormittag begeben Sie sich auf die Fahrt nach Bagdogra zum Flughafen. Die Entfernung dorthin beträgt 65 km und die Fahrt dauert ca. zwei Stunden. Ihnen steht ein Tageszimmer im Flughafenhotel zur Verfügung. Nach einem gemeinsamen Abschiedsabendessen werden Sie gegen 22.00 Uhr zum Check-in Shalter, um Ihren Heimflug anzutreten.

Fahrzeit 2. Std. Flugzeit 2 Std., Tageszimmer im Delhi Flughafenhotel.

### 14. Reisetag: Heimflug

Vormittags Ankunft in Deutschland / Österreich / in der Schweiz

TERMINE UND PREISE			
von	bis	Plätze	Preis in €
22.10.2016*	06.11.2016	X	2.890 €
EZ: 420			
14.04.2019	27.04.2019	X	2.870 €
Einzelzimmerzuschlag: 390 €			
06.10.2019	19.10.2019	X	2.870 €
Einzelzimmerzuschlag: 390 €			
05.04.2020	18.04.2020	X	2.870 €
Einzelzimmer €390,-			
25.10.2020	07.11.2020	X	2.870 €
Einzelzimmer € 390,-			
28.03.2021	10.04.2021	X	2.870 €
Einzelzimmer €390			

\* =

Viele = ✓ Wenige = ! keine = X

## LEISTUNGEN

- > Linienflug (economy) mit Lufthansa / Swiss ab FRA / MUC / Wien / Zürich nach Delhi und zurück
- > (Zubringerflug ab Hamburg, Hannover, Köln-Bonn, Düsseldorf, Berlin, Innsbruck - Je nach Verfügbarkeit)
- > Flüge Delhi-Bagdogra retour in Economy-Klasse
- > Englischsprechende lokale Reiseleitung
- > 10 x Übernachtungen im Hotels im Doppelzimmer (Halbpension)
- > 2 x Übernachtungen im Farmhaus-Lodge in Yangsum (Vollpension)
- > 1 x Tageszimmer in Delhi
- > sämtlicher Transfer mit Privatautos (Toyota Innova) in Darjeeling / Sikkim
- > Mahlzeiten: wie im Reiseplan erwähnt (F = FRÜHSTÜCK, M = MITTAGESSEN, A = ABENDESSEN)
- > Genehmigung (Permit) für Sikkim
- > Reisesicherungsschein

## NICHT ENTHALTENE LEISTUNGEN

- > persönliche Reiseversicherung
- > Visumgebühren für Indien (e-Visum 40 ,- USD, Jahresvisum ca. 95,- € )
- > Trinkgelder (ca. € 80)
- > alle persönlichen Ausgaben, wie Wäschereinigung, Alkohol, usw.
- > Zusätzlich buchbare Leistungen:
- > Kalkutta Verlängerung (2 Nächte)
- > 220 € p.P. (im Doppelzimmer), 270 € p.P. (im EZ)
- > inkl. Inlandsflug Bagdogra-Kalkutta.
- > Verlängerung nach Bhutan auf Anfrage
- > Rail & Fly 80 €

## TEILNEHMER/INNEN

Mindestanzahl von Personen: 4

Maximalanzahl von Personen: 10

## ATMOSFAIR

nachdenken • klimabewusst reisen

**atmosfair**

**NEUE ENERGIE FÜR NEPAL: Helfen Sie das Klima zu schützen!** Beim Hin- und Rückflug für eine Person nach Indien entstehen klimarelevante Emissionen in Höhe von **3320 kg**. Durch einen freiwilligen Beitrag von **76 €** unterstützen Sie unser engagiertes Klimaschutzprojekt **NEUE ENERGIE FÜR NEPAL** und tragen so zur Entlastung unseres Klimas aktiv bei.

# ZAHLUNGSMODALITÄTEN

- > Höhe der Anzahlung in Prozent des Reisepreises: 20%
- > Fälligkeit der Restzahlung: 28 Tage vor Reisebeginn
- > Sofern bei der Reise eine Mindestteilnehmerzahl ausgeschrieben ist, ist bei Nichterreichen der Mindestteilnehmerzahl ein Rücktritt vom Reisevertrag seitens des Veranstalters bis spätestens 28 vor Reisebeginn möglich.

## WEITERE INFOS

### Generelle Hinweise

- > **Fahrtzeiten:** Rechnen Sie auf manchen Strecken mit längeren Fahrtzeiten, da die Straßenverhältnisse sehr unterschiedlich sein können. Wir werden auf dieser Rundreise noch relativ unerschlossene Gebiete des Himalayas durchfahren. Das birgt einerseits einen großen landschaftlichen Reiz in sich, andererseits sind die Straßenverhältnisse nicht immer gut und so kann es unter Umständen zu einer Fahrtzeitverlängerung kommen. Umdisponierungen müssen unter Umständen in Kauf genommen werden. Dies bedingt von den Teilnehmern etwas Toleranz und Beweglichkeit. Je positiver die Einstellung ist, umso grösser wird das Erlebnis dieser Reise sein!
- > **Wanderungen:** Die angebotenen Wanderungen sind leichte Tageswanderungen und für jeden mit einer normalen Konstitution leicht zu bewältigen. Die Teilnahme an den Wanderungen ist freiwillig und es besteht immer die Möglichkeit eine Fahrt mit dem Auto zu wählen. Unsere Fahrzeuge sind während unserer Reise immer in relativer Nähe und stehen bei Bedarf zur Verfügung.
- > **Medizinisches:** Von offizieller Seite werden keine Impfungen verlangt. Wir empfehlen Ihnen in Ihrem eigenen Interesse, die Schluckimpfung gegen Typhus (Vivotif-Berna) einzunehmen und sich gegen Tetanus (Wundstarrkrampf) und Hepatitis A (Gelbsucht) zu impfen. Spätestens einen Monat vor Reisebeginn sollte damit begonnen werden. Lassen Sie die Impfungen im Internationalen Impfausweis eintragen und nehmen Sie diesen auf die Reise mit. Es ist empfohlen, dass die Teilnehmer persönlich eine Kleinstapotheke mitnehmen, dazu gehören Schnellverband, Gaze- und elastische Binde, Schmerz- und Schlaftabletten, Blasenpflaster, sowie Medikamente gegen Darminfekte und individuelle Schwächen.
- > **Klima:** In Himachal sowie in Haridwar/Rishikesh ist der Monsun meist Mitte September beendet, bis dahin kann es noch ab und an zu Regenschauern kommen. Dafür ist Oktober/November die Sicht oft klar, die Landschaft ist nach den vorangegangenen Monsunregen sehr grün. Das Wetter in Nord-Indien zur dieser Zeit ist meist freundlich und die Niederschlagshäufigkeit und -menge eher gering. Einige durchschnittliche Höchst- und Mindesttemperaturen im August /Sep.: Delhi: 26°, 12°C Manali: 22°, 14°C Dharamsala: 20°, 14°C Shimla :21°,12°C Haridwar: 20°C, 16°C \*Alle Angaben ohne Gewähr

Alle Fragen zur Ausschreibung beantwortet Ihnen der jeweilige Veranstalter unter den oben aufgeführten Kontaktdaten, der für die Angaben und Informationen zur Reise verantwortlich ist.