Veranstalter dieser Reise:

Amitabha Reisen
Leistlinger Str. 87
D-30826 Garbsen
05131/46 12 51 9
05131/90 91 85
info@amitabha-reisen.de

ASIEN: INDIEN

MARKHA–TAL ZUR RUHIGEN ZEIT

- Wanderung zwischen Ladakh und Zanskar Range
- Zauberhafte Tsokar und Tsomoriri See
- Fahrt über den zweitwelthöchsten befahrbaren Pass
- Hohe Pässe und tiefe Schluchten
- Begegnung mit der lokalen Bevölkerung in Ladakh
- Begegnungen mit zahlreichen Wildtieren
- Einblick in das Nomadenleben

Schönsten Trekkingtouren in Ladakh kombiniert mit einem Aufenthalt an den zauberhafte Tsokar- und Tsomoriri Seen

Die ersten Tage nach Ankunft in Leh dienen der Akklimatisierung an die Höhe. In dieser Zeit besichtigen wir die Sehenswürdigkeiten der Stadt. Danach werden wir zur Sham Region nach West-Ladakh aufbrechen. In Alchi besuchen wir einen der ältesten Tempel Ladakhs, wir durchwandern wunderschöne Ortschaften und fahren weiter durch eine faszinierende Mondlandschaft zu dem Kloster Lamayuru.

Das Trekking beginnt mit einer leichteren Wanderung in Begleitung von Lastponys und ihren Führern, durch etliche abgelegene, kleine Dörfer bis zu der Nimaling Hochebene. Der imposanten Gipfel des Kang Yatze (6.400 m) befindet sich nun direkt vor Ihnen. Nach Überqueren des Chaktsang La (5150m), folgen wir einem außergewöhnlichen Höhenweg nach Lato, einem Weiler an der Leh-Manali Route. Dort verlassen uns unsere Pferdeführer, die uns die letzten Tage begleitet haben. Mit dem restlichen Begleitteam geht es weiter mit dem Jeep zum Tsomoriri See, einem der schönsten Orte in Ladakh. Hier leben die Menschen mit ihren Tieren auch heute noch ein traditionelles Nomadenleben. Während dieser Tage tauchen wir in die beeindruckende Welt der Hochgebirgslandschaft von Changthang und seiner Bewohner ein. Am Ende der Reise haben Sie in Delhi die Möglichkeit, einen sehr stimmungsvollen Sikh Tempel zu besuchen.

Reiseleitung durch Sabine Kleene: Sabine ist in München geboren und in den Bayerischen Alpen aufgewachsen. Ihre Liebe zu den Bergen und der wunderbaren Natur hat sie bis heute behalten und ist Sommer wie Winter regelmäßig in den Bergen unterwegs. Ihr großer Traum und ihr Lebensziel ist es, Menschen zusammenzubringen und zu führen, ihnen die Schönheiten

unseres Planeten zu vermitteln und dadurch einen anderen Blickwinkel auf die Dinge zu bekommen – der Himalaya mit seinen unendlichen Landschaften und den außergewöhnlichen Menschen sind dafür die perfekte Umgebung!

REISEDETAILS

1. Reisetag: Hinflug nach Delhi

Sie fliegen heute Nachmittag per Linienflug nach Neu Delhi, der indischen Hauptstadt. Die Flugzeit beträgt ca. 7 Stunden und die Ankunftszeit ist nachts.

2. Reisetag: Ankunft in Delhi und weiter Flug nach Leh

Nach Ankunft in Delhi und Erledigung der Einreiseformalitäten, werden Sie zum Check-in Schalter von Go Airways (Domestic Terminal) geführt. Hier können Sie sich ein wenig ausruhen. Es gibt Liegesessel, Geldautomaten und Erfrischungsstände. Einige Stunden später erwartet Sie ein spektakulärer Flug über die vereisten Ketten des Himalaya, der Sie sicherlich begeistern wird. Transfer zum Hotel. Sie erholen sich bis zum Nachmittag. Dies ist unerlässlich für die Höhenanpassung (3500m) und auch der Grund, warum die ersten Tage ganz gemächlich verbracht werden. Dann schlendern wir gemütlich durch Leh, um die ersten Eindrücke auf uns wirken zu lassen. Nach einem Kaffee geht's weiter durch den Old Market, wo Frauen in traditioneller Tracht landwirtschaftliche Produkte anbieten.

3. Reisetag: Kloster Thiksey und der alte Königspalast von leh

Nach dem Frühstück fahren wir zum Kloster Thiksey. Dieses Kloster ist berühmt für seine schöne Architektur, welche nach dem Vorbild des Potala Palastes in Lhasa gestaltet wurde. Dort besichtigen wir die Klosteranlage und bestaunen die Wandmalereien und Statuen. Danach wandern wir etwa eine Stunde von Thiksey nach Shey. durch grüne Wiesen und Gerstenfelder, vorbei an traditionellen Häusern und können erleben, wie die Menschen in diesem Teil der Welt leben. In Shey befindet sich der alte Sommerpalast der Königsfamilie von Ladakh, die bis zu ihrem Umzug nach Stok vor ca. 100 Jahren hier wohnte. Seitdem steht der Palast leer und ist teilweise zerfallen. Anschließend fahren wir zurück zum Hotel, der Nachmittag steht zur freien Verfügung. Nach einer Mittagspause besichtigen wir den alten Königspalast. Von dieser Anhöhe hat man einen fantastischen Blick auf Leh und Umgebung und kann die friedvolle Atmosphäre auf sich wirken lassen.

4. Reisetag: Fahrt von Leh über Alchi nach Tingmosgang

Heute werden wir zur Sham Region nach West-Ladakh aufbrechen. Hier besuchen wir einen der ältesten Tempel Ladakhs, sowie die schönen Ortschaften des Industals. Die Fahrt von Leh nach Alchi wird etwa zwei Stunden dauern. Dort besuchen wir das weltbekann- te Kloster von Alchi. Aufgrund der hier zu findenden seltenen und außergewöhnlichen buddhistischen Kunst wurden die Tempel von der UNESCO zum Weltkulturerbe erklärt. Die Motive der Wandmalereien zeigen Themen des religiösen, sozialen und wirtschaftlichen Lebens der Menschen in Ladakh und der Nachbarländer. Nicht weit enfernt liegt die Ortschaft Tingmosgang, wo wir zwei Übernach- tungen einplanen.

Am Nachmittag fahren wir in einen mittelalterliches Dorf, wo die Menschen immer noch in traditionellen Häusern wohnen. Der Baustil ist sehr beeindruckend und man findet ihn kaum ein weiteres Mal in Ladakh. Ca. 50 Familien wohnen dort seit 500 Jahren in einer kleinen Gemeinschaft. Mit etwas Glück sind sie zu einer Tasse Tee bei einer Familie eingeladen. Danach wandern wir durch das grüne Tal zurück zum Hotel.

Fahrzeit 2 Std. Gehzeit: 1 1⁄2 Std., Übernachtung im Hotel (3.500m)

5. Reisetag: Ein Tageausflug zum Mondland - Lamayuru

Heute verlassen wir das Industal und fahren nach Lamayuru (ca. 2-3 Std.). Dort besuchen wir das Kloster Lamayuru, welches in einer als "Mondlandschaft" bezeichneten Gegend liegt. Das Kloster selbst ist bekannt für seine hervorragende Ausbildung und Meditationspraxis. Viele Räume sind dekoriert mit wunderbaren Wandmalereien und Tangkas (Rollbilder). In der Versammlungshalle befindet sich eine kleine Höhle, von der gesagt wird, dass sie von Naropa, einem der berühmtesten Lehrer des tibetischen Buddhismus bewohnt wurde. Zurück nach Alchi.

6. Reisetag: Alchi - Chilling - Sku (3400m)

Sie sind nun ausreichend für die Trekking Tour akklimatisiert. Wir fahren ca. 1 Stunde in Richtung Nimo auf der Hauptstraße und nehmen Sie bei Nimo, wo der Zanskar in den Indus mündet, die Abzweigung nach Chilling. Dieser zweite Teil der Fahrt führt auf holpriger Straße durch die Schlucht des Zanskar Flusses. Chilling ist nicht nur bekannt für seine Silberschmiede, sondern auch als Tor zum Markha Valley. Wir überqueren den Zanskar mittels einer 'box and cable bridge' - am besten zu vergleichen mit einer horizontal geführten Materialseilbahn - und treffen auf unsere Crew mit ihren Ponys, die schon am Vortag angereist ist. Wenn alles auf die Tragtiere verstaut ist, folgen wir an Ihrem ersten Trekking Tag auf einem engen Pfad dem Zanskar flussaufwärts bis zur Einmündung des Markha Flusses. Nach einem steilen Anstieg können wir einen Blick zurück in die imposante Zanskar Schlucht werfen, die hinter einer Krümmung verschwindet. Wir wenden sich nun nach Südosten dem Markha Valley zu und erreichen die bewässerten Felder und Haine von Skays und Skyu, kleine Weiler, wo wir auch übernachten. Hier stoßen wir auch auf die Hauptroute, die von Norden her über den Ganda La führt. In Skyu gibt es ein kleines Kloster und eine Burgruine. Übernachtung im Zelt. Gehzeit: 3 1⁄2 Std. , Aufstieg: 435m, Abstieg: 290m

7. Reisetag: Skyu - Markha

Auch das ist ein ziemlich einfacher Tag. Der Weg führt auf der linken Uferseite flussaufwärts. Durch die Bewässerungskanäle ist dieser Abschnitt sehr fruchtbar. Während dieses Tages muss man auch über einige Brücken den Fluss queren. Nach ca. 3 Stunden gehen erreichen wir Sara, wo wir eine Mittagspause machen. Nach zweimaligem Überqueren des Markha Flusses erreichen Sie nach 3 Stunden Gehzeit das Dorf Markha (3800m) mit seinen 30 bis 40 Wohnhäusern. Der Weg führt entlang einer für Ladakh durchaus üppigen Vegetation, ganz im Gegensatz zum oberen Abschnitts des Tals, das eher karg und trocken ist. Unser Weg führt uns vorbei an aufgelassenen Tempeln, die oft an schwer zugänglichen Felsen errichtet wurden. Es gibt auch immer wieder gut instand gehaltenen Chörten und Gebetsmühlen sowie eine gut erhaltenen Wolfsfalle. Gehzeit: 6-7 Std. , Aufstieg: 700m, Abstieg: 270m; Zelt.

8. Reisetag: Von Markha über Hankar nach Thachungtse

Wir starten heute früh in den Tag. Unser Weg führt zwischen zwei Hügeln gen Osten aus dem Dorf hinaus. Das Tal wird nun immer karger. Auf unserer Route passieren wir beeindruckende Klöster - einige sind noch gut erhalten und bewohnt - und Klosterruinen. Sie sind Zeugnisse dafür, wie ungleich dichter das Tal früher bewohnt gewesen sein musste. Nach zweimaligem Überqueren des Markha Flusses erreichen wir Umlung. Dort lohnt sich ein kurzer aber steiler Aufstieg zum kleinen Tempel Tetsa. Mit dem Weiler Hankar, den wir gegen Mittag erreichen, endet das Markha Tal. Nach einer Rast setzten wir unsere Wanderung bis nach Thachungse fort. Wir folgen jetzt dem Flusslauf des Nimaling Chu. Hinter Hankar stoßen wir auf einem Grat auf eine weitere weitläufige Klosterruine. Da in diesem Hochtal kleinere Herden von Blauschafen (Bharal) immer wieder zum Trinken ins Tal absteigen, besteht die Wahrscheinlich- keit, diese seltenen Tiere hier zu sichten. In Thachungtse angekommen, können wir den imposanten Kang Yatse mit seinen 6.400 m Höhe und auch seinen Vorgipfel (6.100 m) erblicken.

Gehzeit: 6 Std., Übernachtung im Zelt (4.200m)

9. Reisetag: Thochungtse - Nimaling (4.700 m)

Nach Thochungtse steigen Sie von 4200 Metern zu einem Camp auf 4.700 Metern auf und hier macht sich dann die Höhe wirklich bemerkbar. Dafür eröffnet sich ein gewaltiger Ausblick. In Nimaling lassen die Menschen des Markha Tals ihr Vieh während der Sommermonate weiden lassen. Es ist das höchste Camp auf unser Tour, der uns spektakuläre Ausblicke auf die riesigen Gipfel des Kang Yatse bietet. Gehzeit: 4 Std. , Aufstieg: 590m, Abstieg: 240m; Zelt.

10. Reisetag: Über den Kongmaru-La Pass (5.260 m) nach Chuskyurmo

Das Markha Tal und die Nimaling Hochebene liegen nun hinter uns. Wir wenden wir uns in Richtung Norden und überqueren den Kongmaru-La Pass (5.130 m). Der Aufstieg verläuft bis auf die letzten 100 Meter zum Pass relativ flach und auf einem deutlich ausge- prägten Pfad. Dennoch fordert die Höhe einiges an Kraft. Wir lassen uns genügend Zeit und steigen langsam auf. Vom Kongmaru-la haben wir einen herrlichen Blick über den Kang Yatze (6.400 m) mit seinen benachbarten Gletschern im Süden. Im Norden sehen wir das Indus Tal mit Karakorum Range im Hintergrund. Wir steigen hinab durch ein enges Tal in Richtung Chuskyurmo

Gehzeit: 5 - 6 Std., Übernachtung im Zelt (3.900m)

11. Reisetag: Chuskyurmo - Shang Sumdo

Heute folgen wir weiter dem gleichen Tal wie am Tag zuvor. Entlang bizarrer und schroffer Felswände, die ihre Farben ständig wecheln, geht es einen schmalen Pfad bergab. Sobald wir das Dorf Chokdo erreicht haben, wird unser Weg breiter und das Tal weitet sich. Wir erreichen Shang Sumdo, wo wir zum letzten Mal mit unserer Trekkingmannschaft zelten. Der Zeltplatz befindet sich auf dem Grundstück einer Familie, deren Wohnhaus sich in unmittelbarer Nähe befindet.

Gehzeit: 2-3 Std., Übernachtung im Zelt (3.700m)

12. Reisetag: Fahrt über den zweitwelthöchsten befahrbaren Pass zu den Nomaden

Wir verabschieden von unserer Küchenmannschaft und den Pferdeführern. Mit dem Reiseleiter fahren Sie weiter mit dem Jeep. Nach zwei Stunden Fahrzeit erreichen wir den zweithöchsten befahrbaren Pass der Welt, den Thaglang-la (ca. 5.300m). Wiederum bietet sich ein großartiges Panorama auf weitläufige Bergketten und ewige Gletscher. Und nach zwei weiteren Fahrstunden erreichen wir den Tsokar See, eine der schönsten Landschaftskulissen Ladakhs. Der Nachmittag gehört Spaziergängen um diesen grandiosen Salzsee, auf denen wir möglicherweise auf Kyangs (Wildesel) stoßen werden. .

Fahrzeit 4-5 Std , Übernachtung im einfachen Gästehaus (4.500m)

13. Reisetag: Tsokar - Tsomoriri See (Korzok)

Bis zum Tsomoriri See sind es nun nochmals 4-5 Stunden Fahrzeit. Unterwegs treffen wir auf die heißen Quellen von Puga und die kleine tibetische Flüchtlingssiedlung von Korzok-Do. Tsomoriri ist der größte Höhensee innerhalb Indiens. Das schwer zugängliche Hochland von Changthang (wörtlich: Nordland) erstreckt sich von Westtibet bis Ostladakh und liegt auf einer Höhe von knapp 4.600 m. Der See ist etwa 19 km breit und 40 km lang. Er in eine beeindruckende Landschaft eingebettet und ändert seine blaue Grundfarbe je nach Sonneneinstrahlung. Auch hier bieten sich am Nachmittag oder abendliche Spaziergänge an.

Fahrzeit 4-5 Std. , Übernachtung im Gästehaus / feststehendem Zeltcamp (4.500m)

14. Reisetag: Zurück nach Leh

Nach dem Frühstück geht es mit dem Jeep durch das Industal zurück nach Leh. Mit einem kurzen Zwischenstopp bei den heißen Quellen von Chumathang dauert die Fahrt 4-5 Stunden. Dinner und Übernachtung dann im Hotel in Leh. Der Nachmittag steht für einen Stadtbummel zur freien Verfügung. Der Nachmittag steht zum Einkaufen, Entspannen und zur Vorbereitung auf die Heimreise zur Verfügung.

Fahrzeit 4-5 Std. , Übernachtung im Hotel (3.500m)

15. Reisetag: Flug von Leh nach Delhi

Aufbruch am frühen Morgen zum Leh Airport- danach spektakulärer Rückflug über die vereisten Ketten des Himalaya Gebirges nach New Delhi. Ankunft in Delhi ca. 09.00 Uhr. Nach Ankunft am Flughafen werden wir in unser Hotel gefahren. Am frühen Nachmittag begeben wir uns auf den Weg zu einem der schönsten Monumente in Delhi, dem Grabmal des Humayun. Vorbei am India Gate und den Regierungsgebäuden beenden wir unsere Tour mit dem Besuch eines sehr stimmungsvollen Sikhtempels. Abendessen im Hotel

16. Reisetag: Heimflug

Vormittags Ankunft in Deutschland / Österreich / in der Schweiz

TERMINE UND PREISE			
von	bis	Plätze	Preis in €
23.07.2016*	09.08.2016	✗	2.890 €
EZ: 320 €			
13.08.2016*	30.08.2016	✗	2.890 €
EZ: 320 €			
05.07.2019	21.07.2019	✗	2.790 €
Einzelzimmer/Zelt 320,- €			
14.08.2020	29.08.2020	✗	2.790 €
EZ 320 €			

* =

Viele = ✔ Wenige = ! keine = ✗

LEISTUNGEN

- Linienflug von FRA / MUC / Wien / Zürich nach Delhi und zurück (Abflug von anderen Flughäfen oder anderen Fluggesellschaft möglich - bitte anfragen)
- Inland Flüge Delhi-Leh-Del (mit dem Jet Airways / Air India / Go Airways, je nach Verfügbarkeit - Früh buchen lohnt sich)
- Deutschsprachige Reiseleitung von Sabine Kleene (ab/bis Leh). Zusätzlich ein englischsprachiger ladakhi Guide.
- In Delhi ein deutschsprachiger örtlicher Guide
- 8 x Übernachtungen in einfachen Mittelklassehotels in Doppelzimmern mit Dusche/WC (meist Vollpension)
- 6 x Übernachtung im 3-Personen Zelte mit Zweierbelegung (mit allen Mahlzeiten)
- 2 x Übernachtungen klimatisiertes sehr gutes Hotel in Delhi mit Bad oder Dusche/WC (Frühstück und Abendessen)
- Koch und Träger (Ponys) für die komplette Campingausrüstung und die persönliche Ausrüstung der Reiseteilnehmer inkl. Liegematten (max. 15 kg Freigepäck!)
- Eintrittsgelder laut Programm
- Umweltgebühren für das Hemis National Park
- Permits für das Changthang Gebiet

NICHT ENTHALTENE LEISTUNGEN

- persönliche Reiseversicherung
- alle persönlichen Ausgaben, wie Telefongebühren, Wäschereinigung, Alkohol, usw.
- Trinkgelder (ca. € 70)
- Visumkosten für Indien (ca. € 65)
- Kosten, die sich aus unvorhergesehenen Umständen, wie Erdrutschen, Straßensperren, Streiks, schlechtem Wetter, Krankheit
- usw. ergeben

TEILNEHMER/INNEN

Mindestanzahl von Personen: 6
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 **2660 kg**. Durch einen freiwilligen Beitrag von **62 €** 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

Programmhinweise

- Mittelschweres Trekking: Die täglichen Wanderzeiten betragen ca. 5-7 Stunden bei gemächlichem Wandertempo. Hin und wieder sind kleine Bergbäche zu durchqueren. Die Übernachtungsplätze (Camps) liegen zwischen 3500 und 4800m Höhe; der höchste Passübergang ist der Kongmarula-la mit 5.130 m. Sie tragen nur einen leichten Tagesrucksack, sämtliches andere Gepäck wird von einem Pferdetross transportiert.

Generelle Hinweise

- Hinweis: Diese Reise führt durch großartige Landschaften und wenig erschlossene Gebiete. Aus diesem Grund sind nicht an allen Orten erstklassige Hotels zu erwarten. Wir bemühen uns um saubere, angenehme und schön gelegen Unterkünfte, die ihren eigenen, noch nicht kommerzialisierten Charme besitzen.
- Klima: In Ladakh herrscht trockenes Bergklima. Da das bereiste Gebiet nördlich des Himalaya-Hauptkammes liegt, driften nur selten Monsunwolken bis nach Ladakh. In den vergangenen Jahren gab es allerdings durch Klimaverschiebungen gelegentlich auch im Sommer Gewitter und Regen.In Leh wird es im Juli - August untertags angenehm warm bis heiß und selbst nachts bleiben die Temperaturen für eine Meereshöhe von 3500m recht angenehm, allerdings kann es je nach Wetterlage ziemlich frisch werden. Auch auf Höhen von 4000m bis 5000m wird es untertags aufgrund der starken Sonneneinstrahlung noch angenehm warm, nachts kühlt es allerdings empfindlich ab. Einige durchschnittliche Höchst- und Mindesttemperaturen:
- Leh (3500m): 24°, 15°C Skyu (3400m) 26°, 15° Nimaling 17°, 10° Delhi: 32°C, 24°C (sehr feucht) *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.