



China, Tibet, Nepal - Von Peking über Lhasa nach Kathmandu

20 Tage Kultur- und Bahnreise mit dem „Himmelszug“



Auf der faszinierenden Bahnreise von Peking nach Lhasa entdecken Sie China und Tibet, zwei historisch seit Jahrtausenden eng miteinander verwobene Regionen voller Gegensätze, großartiger Eindrücke und Sehenswürdigkeiten! Am Beginn der Reise besuchen Sie die Große Chinesische Mauer und bestaunen in Peking den Kaiserpalast, die „Verbotene Stadt“ sowie das supermoderne Olympiastadion. Später besichtigen Sie die berühmte Terrakotta-Armee in Xian, bestaunen die Klöster und weitere Sehenswürdigkeiten von Lanzhou und Xining, durchqueren großartige Wüstenlandschaften und die menschenleeren Weiten des Qinghai-Tibet-Plateaus, besuchen prunkvolle Paläste und abgelegene Klöster in Tibet und lassen sich verzaubern von den in der Höhensonne glitzernden Gletschern und schneebedeckten Bergspitzen des Himalaya. Erleben Sie hautnah den Mythos Tibet – das Land der Nomaden, Yaks und hohen Berge sowie einer jahrtausendealten Kultur – auf einer Rundtour zu den bedeutendsten Höhepunkten des Landes.



Höhepunkte

- Besichtigungstour Peking mit Himmelstempel, Verbotener Stadt, Tiananmen-Platz, Olympiastadion
- Bahnfahrten Peking – Xian – Lanzhou – Xining im Schlafwagen 1. Klasse
- Weltberühmte Terrakotta-Armee in Xian
- Bingling Grotten bei Lanzhou
- Tempelkomplex „Kumbum“ nahe Xining
- Fahrt mit der Tibetbahn von Xining nach Lhasa im Schlafwagen 1. Klasse
- Lhasa: Klöster Sera, Drepung und Nechung sowie Potala, Jokhang und Norbulingka

- Besichtigungen der wichtigsten Klöster Zentraltibets in Gyantse, Shalu und Shigatse
- Fahrt entlang des heiligen Yamdrok-Sees
- Panoramaflug Lhasa – Kathmandu über den Himalaya
- Geführte Besichtigungstouren in Kathmandu mit Swoyambhunath, Pashupatinath, Boudhanath

Leistungen

Linienflug ab/an Deutschland mit Qatar Airways oder anderer Fluggesellschaft in Economy Class inkl. Tax und Kerosinzuschlägen (Stand 1.8.11); deutschsprachige Tourenleitung außer in Lanzhou und in Xining (dort englischsprachige Tourenleitung); Linienflug Lhasa - Kathmandu in Economy Class inkl. Tax und Kerosinzuschlägen (Stand 1.8.11); alle Fahrten in privaten Fahrzeugen; Bahnfahrt im Softseater (Tagesbahn) bzw. Softsleeper (Nachtbahn im 4-Bett-Abteil); alle Eintrittsgelder laut Programm; 14 Ü im Hotel im DZ; 3 Ü im Schlafwagen; Mahlzeiten: 16xF, 13xM, 3xA; Reiseliteratur

nicht in den Leistungen enthalten

Nicht genannte Mahlzeiten und Getränke; Visum China (ca. 49 €), Nepal (ca. 20 €); zusätzliche Ausflüge, Eintrittsgelder und Fotogenehmigungen; optionale Ausflüge; evtl. Erhöhung von Gebühren und/oder Kerosinzuschlägen nach dem 1.8.11; Trinkgelder; Persönliches

Änderungen der Reiseroute und Fluggesellschaften bleiben vorbehalten.

Termin / Preis:

11.04.2013 – 03.05.2013	3290,00 EUR
09.05.2013 - 28.05.2013	3390,00 EUR
16.05.2013 - 04.06.2013	3390,00 EUR
14.07.2013 – 10.08.2013	3990,00 EUR – Sondertour (max. 6 Reiseteilnehmer)
12.09.2013 – 01.10.2013	3450,00 EUR
10.10.2013 – 01.11.2013	3490,00 EUR
10.04.2014 – 02.05.2014	3290,00 EUR
08.05.2014 – 27.05.2014	3390,00 EUR
15.05.2014 – 03.06.2014	3390,00 EUR

EZ-Zuschlag 450,00 EUR (bei der Sondertour 520,00 EUR)

Rail & Fly: 70,00 EUR

Teilnehmer

min. 10 - max. 16 Personen

Tourenverlauf

China, Tibet, Nepal - Von Peking über Lhasa nach Kathmandu

20 Tage Kultur- und Bahnreise mit dem „Himmelszug“

1.Tag Anreise

Flug nach Peking. (-/-)

2.Tag Ankunft Peking & Sommerpalast

Heute erreichen Sie Peking, die Hauptstadt Chinas, und fahren in Ihr Hotel im Stadtzentrum. Sie besichtigen den Sommerpalast mit seinen prunkvollen Parkanlagen und Palastgebäuden der Qing-Dynastie. Diese Anlagen sind Beispiel besonders schöner chinesischer Landschafts- und Gartenbaukunst. Hotelübernachtung. (-/M/-)

3.Tag Peking: Tianmenplatz, Verbotene Stadt, Himmelstempel

Als erstes machen Sie heute einen Spaziergang auf dem geschichtsträchtigen Tiananmen-Platz und durch das Tor des Himmlischen Friedens zum Kaiserpalast, der „Verbotenen Stadt“. Mit über 9000 Räumen ist er die größte Palastanlage der Welt. Im Anschluss geht es weiter zum Himmelstempel, welcher der größte Opferkomplex in China ist. Die Kaiser der verschiedenen Dynastien veranstalteten jährlich Opferzeremonien, wobei sie dem Himmel, der Erde, der Sonne, dem Mond sowie allen Göttern der Berge und Flüsse Opfergaben darbrachten. So ganz „nebenbei“ erleben Sie heute zahlreiche Facetten des alten und modernen Peking, die den Reiz der chinesischen Hauptstadt ausmachen. Hotelübernachtung. (F/M/-)

4.Tag Peking – Große Mauer, Ming-Gräber

Ihre Fahrt führt Sie heute zur Großen Mauer bei Badaling (ca. 60 km nördlich von Peking), einem der beeindruckendsten Bauwerke der Menschheit. Mit ihren etwa 6800 km Länge wurde sie einst als Verteidigungsbauwerk errichtet, um die wilden Reitervölker von den großen chinesischen Städten abzuhalten. Heute sind die einzelnen Abschnitte der Großen Mauer unterschiedlich gut erhalten. Badaling ist mit Sicherheit einer derjenigen Orte, an dem man die Größe und Faszination dieses gewaltigen Bauwerkes wohl am besten spürt. Nach der Mauer-Besichtigung besuchen Sie die Ming-Gräber des ersten Kaisers Zhu Yuanzhang (1368-1398) – eine monumentale Grabanlage! Sie besichtigen die Seelenstraße mit ihren imposanten Steinfiguren und kehren dann nach Peking zurück. Hotelübernachtung. (F/M/-)

5.Tag Freizeit in Peking, Nachtzug Peking – Xian

Heute erleben Sie das Alltagsleben der Hauptstadt und entdecken Peking auf eigene Faust. In der Millionenmetropole gibt es unheimlich viel zu sehen und zu entdecken und natürlich kann ein Tag allein niemals auch nur einen annähernd kompletten Überblick über Pekings Höhepunkte vermitteln. Die große Vielfalt ermöglicht jedoch je nach Interessenlage auf jeden Fall eine individuelle Gestaltung ganz nach den jeweiligen Wünschen! Am Nachmittag beginnen Sie die Bahnfahrt nach Xian. Die Nachtfahrt im bequemen „Softsleeper“-Abteil ist die beste Möglichkeit, um die großen Distanzen im Reich der Mitte bequem und trotzdem erlebnisreich zu überwinden und so von einem Höhepunkt zum nächsten zu gelangen. Ihr Hauptgepäck wird in einem extra Gepäckwagen im Zug transportiert. Bitte nehmen Sie für die Übernachtsfahrt im Zug Ihre notwendigen Wechselsachen und Hygieneartikel im Handgepäck mit. Übernachtung im Schlafabteil im Zug. (F/-/-)

6.Tag Xian: Terrakotta-Armee

Zeitig am Morgen erreichen Sie Xian. Ihr Reiseleiter erwartet Sie im Außenbereich vor dem Bahnhof mit einem DIAMIR-Schild. In China ist es aus Sicherheitsgründen nicht erlaubt, ohne Fahrschein die Bahnsteige zu betreten. Ihr Gepäck erhalten Sie ebenfalls im Außenbereich des Bahnhofs. Kontaktieren Sie dazu Ihren Xian-Reiseleiter. Nach Ihrer Ankunft erfolgt der Transfer zum Hotel. Am heutigen Tag besuchen Sie die weltberühmte Terrakotta-Armee des Kaisers Qin Shi Huang Di, dem ersten Kaiser der Tang Dynastie. Die gigantische Anlage befindet sich ca. 35 km außerhalb von Xian. Sie ist weltberühmt und gehört zu den absoluten Höhepunkten einer jeden Chinareise. Der unterirdische Palast des Kaisers sollte von einer Armee aus Tonsoldaten für immer bewacht werden. Erst relativ spät wurden die riesigen Kammern mit Hunderten lebensgroßer Terrakotta-Figuren entdeckt und freigelegt. Seitdem sind sie ein Anziehungspunkt für Touristen aus aller Welt. Hotelübernachtung in Xian. (F/M/-)

7.Tag Xian: Wildgans-Pagode, Stelenwald, Stadtmauer, Nachtzug nach Lanzhou

Der heutige Besichtigungstag widmet sich den Sehenswürdigkeiten der alten Kaiserstadt Xian. Sie besuchen zuerst die Große-Wildgans-Pagode und steigen danach auf die große Stadtmauer, um die Stadt Xian von oben zu besichtigen. Ein weiterer Höhepunkt ist der Besuch des Stelenwaldes, der eine einzigartige Stelensammlung von 2000 gravierten Steintafeln darstellt. Anhand der zum Teil über 1000 Jahre alten Stelen kann man die Entwicklung der zum Teil bildhaften chinesischen Schrift verfolgen. Der Besuch der Moschee im muslimischen Viertel Xians, deren Geschichte bis in die Tang-Dynastie zurück geht und die Altstadt von Xian sind weitere Höhepunkte des Tages. Abends erfolgt der Transfer zum Bahnhof und Fahrt mit der Bahn nach Lanzhou. Der Transport des Hauptgepäcks erfolgt analog der Fahrt Peking – Xian. Übernachtung im Zug. (F/M/-)

8.Tag Lanzhou: Bingling-Grotten, Weiße Pagode

Ankunft in Lanzhou – ehemals eine sehr wichtige Stadt an der Seidenstraße – und Transfer zum Hotel. Lanzhou ist heute die Hauptstadt der Provinz Gansu. Nach dem Frühstück fahren Sie zum Gelben Fluss (chin. Huang He). Nach einer etwa einstündigen Bootsfahrt auf einem Stausee des Gelben Flusses gelangen Sie zu den Bingling-Grotten. „Bingling“ ist eine tibetische Übersetzung und bedeutet „Hunderttausend Buddhas“. Verborgen in einer skurilen Felsenlandschaft zeugen 180 Grotten von einer Vergangenheit von ca. 1500 Jahren. Über 800 Statuen sind in diesen Grotten zu bestaunen. Die größte Statue (Buddha Maitreya) ist 27 m hoch, die kleinste 20 cm und jede Statue ist ein Unikat. Nach Ihrer Rückkehr in Lanzhou besichtigen Sie die „Weiße Pagode“, die von Dschingis Khan zu Ehren des tibetischen Lamaismus errichtet wurde. Nach dem Aufstieg wird mit einem fantastischen Blick über Lanzhou und den Gelben Fluss belohnt. Hotelübernachtung in Lanzhou. (F/M/-)

9.Tag Bahnfahrt Lanzhou – Xining, Moschee

Heute erfolgt die Bahnfahrt (ca. 3 Stunden) nach Xining. Auch Xining war ein wichtiger Knotenpunkt an der Seidenstraße und wird auch als Tor zu Zentralasien bezeichnet. Auffällig in Xining ist der bereits hohe muslimische und tibetische Bevölkerungsanteil. Nach dem Transfer ins Hotel und einer kleinen Pause, besichtigen Sie die alte Moschee der Stadt. Sie wurde während der Qing-Dynastie in typisch chinesischem Baustil dieser Zeit errichtet und ist die größte Moschee in Westchina. Beim großen Gebet bietet die Anlage Platz für ca. 50.000 Gläubige. Hotelübernachtung in Xining. (F/M/-)

10.Tag Xining: Kloster Kumbum, Beginn Himmelszug

Morgens besuchen Sie das etwa 27 km südlich von Xining gelegene Kloster Kumbum (übersetzt: 100.000 tausende Buddhas), eines der sechs bedeutendsten Klöster des tibetischen Buddhismus. Die Anlage wurde im 16. Jahrhundert an der Stelle eines Dorfes errichtet, in welchem Tsongkhapa, der Gründer des Gelukpa-Gelbmützen-Ordens, geboren wurde. Der Tempelkomplex ist auch unter seinem chinesischen Namen „Ta'er“ bekannt. Im Kloster Kumbum kommen Sie zum ersten Mal auf Ihrer Reise mit dem tibetischen Buddhismus in Berührung. Nach Ihrer Rückkehr in Xining steht dann das Provinzmuseum auf dem Programm. In der imposanten Anlage können Sie meisterhaft gefertigte tibetische Statuen und Thankas aus dem 16. und 17. Jahrhundert bewundern. Am Nachmittag erfolgt der Transfer zum Bahnhof und die Fahrt nach Lhasa im „Himmelszug“ K9801 auf einer der am höchsten gelegenen Eisenbahnstrecken der Welt beginnt. Das Abendessen können Sie bequem im Bord-Restaurant im Zug genießen (nicht im Reisepreis enthalten). Ihr Hauptgepäck wird im Abteil in dafür vorgesehenen Ablagemöglichkeiten über der Abteiltür oder unter den Schlafbänken verstaut werden. Auch wenn es sich um Abteile der 1. Klasse handelt, so ist der Platz in den Waggons natürlich begrenzt. Übernachtung im Zug im Schlafwagenabteil 1. Klasse. (F/M/-)

11.Tag Himmelszug, Ankunft in Lhasa

960 km der insgesamt 1956 km langen Strecke befinden sich in über 4000 m Höhe. 530 km der Strecke führen über Permafrostgebiete. Der höchstgelegene Bahnhof befindet sich auf 5068 m. Sie reisen in Abteilen mit Sauerstoffanreicherung und Notsauerstoffgeräten (wie im Flugzeug). Diese Vorkehrungen sollen einer Höhenkrankheit vorbeugen, denn in der Tat gelangt man mit der Bahn schneller auf große Höhen als das eine normale Akklimatisation ratsam erscheinen lässt. Die technisch aufwendigen Vorkehrungen sorgen jedoch dafür, dass man das bereits wieder deutlich niedriger gelegene Lhasa ohne Probleme erreicht. Sie überqueren den Tanggula-Pass auf 5072 m sowie den höchsten Tunnel der Erde, den Fenghuo Shan auf 4905 m. Unterwegs passieren Sie großartige Wüstenlandschaften und menschenleere Weiten des Qinghai-Tibet-Plateaus, fahren vorbei an einem der großen Salzseen und können sich an der rauen Landschaft kaum satt sehen. Schneekuppen und Gletscher glitzern in der Höhensonne unter einem fast schwarzblauen Himmel. Die ganze Fahrt ist ohne zu übertreiben eine Bahnfahrt der Superlative. Die Ankunft in Lhasa erfolgt laut Fahrplan am späten Nachmittag. Ihr Reiseleiter erwartet Sie (wie in Xian und Lanzhou) im Außenbereich vor dem Bahnhof. Sie quartieren sich in Ihrem Hotel in Lhasa (3700 m) ein und genießen die Ankunft in der tibetischen Hauptstadt. Übernachtung im Hotel. (-/A)

12.Tag Lhasa: Potala, Jokhang, Norbulingka

Heute erleben Sie das unvergleichliche Flair der tibetischen Hauptstadt. Es steht eine ausgiebige Besichtigungstour in Lhasa auf dem Programm, wobei natürlich die Höhepunkte Potala, Norbulingka und Jokhang nicht fehlen dürfen. Die Altstadt von Lhasa ist nicht sehr groß, aber reich an bekannten und berühmten Höhepunkten. Nicht verschwiegen werden soll, dass auch in der einst verbotenen Stadt Lhasa die Moderne Einzug gehalten hat und Betonbauten chinesischen Stils das Bild der neuen Stadtgebiete prägen. Die Altstadt und vor allem deren Bewohner haben sich jedoch viel Ursprünglichkeit bewahrt und machen den Reiz dessen aus, was man sich unter einem Besuch Lhasas vorstellt. Beachten Sie bitte, dass die Sicherheitsvorkehrungen für eine Potala-Besichtigung (Achtung: im Palast Fotografierverbot!) sehr hoch sind. Führen Sie daher am heutigen Tag immer Ihren Reisepass mit sich. Hotelübernachtung in Lhasa. (F/M/-)

13.Tag Lhasa und Umgebung, Klöster Drepung, Nechung und Sera

Heute fahren Sie zum Kloster Drepung – eines von vier zur Gelukpa-Sekte gehörenden heiligen Klöstern. Drepung war früher weithin berühmt für seine buddhistische Universität. In direkter Nachbarschaft des Klosters befindet sich das Kloster Nechung. Hier war ehemals der Sitz des tibetischen Staatsorakels. Keine wichtige politische oder religiöse Entscheidung wurde ohne die Anhörung des Orakels getroffen. Nach der Besichtigung geht es weiter zum Kloster Sera, welches ebenfalls zu diesen vier berühmten Klöstern gehört. Mit etwas Glück erleben Sie die Mönche bei ihren Disputen im Klostergarten und bekommen so einen guten Eindruck vom Klosterleben. Anschließend fahren Sie zurück nach Lhasa. Hotelübernachtung. (F/M/-)

14.Tag Fahrt von Lhasa via Südroute nach Gyantse

Von Lhasa aus führt die Route nun langsam in Richtung Himalaya-Hauptkamm und nepalesischer Grenze. Zunächst geht es zu dem von den Tibetern als heilig verehrten Yamdrok-See. Auf dem Weg dahin überqueren Sie den 4640 m hohen Pass Kamba La. Von dessen Passhöhe aus eröffnet sich Ihnen ein traumhaft schönes Panorama über den tiefblauen See bis hin zu den schneebedeckten Himalayariesen am Horizont, welche schon zu Bhutan gehören. Haben Sie den See passiert, erreichen Sie nach etwa ein bis zwei Stunden Fahrt den 5036 m hohen Pass Karo La und den Gletscher des Nochin Kansang (7138 m), dessen Gipfel zum Greifen nahe erscheint. Am späten Nachmittag erreichen Sie, nach insgesamt acht Stunden erlebnisreicher Fahrt, Gyantse (3950 m). Ü in einem Gasthaus oder einfachen Hotel. (F/M/-)

15.Tag Gyantse, Shalu, Fahrt nach Shigatse

Die Besichtigung des Klosterbezirks Pelkor Chode mit dem berühmten Gyantse Kumbum aus dem 15. Jahrhundert darf bei einem Besuch in Gyantse natürlich nicht fehlen. Anschließend geht es in etwa zweistündiger Fahrt weiter nach Shigatse (3850 m). Unterwegs machen Sie Halt im Kloster Shalu. Die ältesten heute noch erhaltenen Wandmalereien Tibets sind hier zu bewundern. Shalu war auch berühmt für die Ausbildung berühmter Yogis, den Tranceläufern. In Shigatse besichtigen Sie das Kloster Tashilunpo – ein weiteres Kloster der Gelukpa-Sekte. Tashilunpo war früher der Sitz des zweithöchsten Lama Tibets, seiner Heiligkeit des Panchen Lama. Während Ihres etwa zweistündigen Rundganges durch die Anlage haben Sie die Gelegenheit, die riesigen mit Gold bedeckten Grabmale der Panchen Lamas sowie die beeindruckende zentrale Versammlungshalle zu besichtigen. Hotelübernachtung in Shigatse. (F/M/-)

16.Tag Fahrt Shigatse – Lhasa

Nach dem Frühstück verlassen Sie Shigatse und fahren zurück nach Lhasa. Nach Ihrer Ankunft in Lhasa steht Ihnen der Rest des Tages für individuelle Erkundungen und Besichtigungen in Lhasa zur freien Verfügung. Ü im Hotel in Lhasa. (F/M/-)

17.Tag Flug Lhasa – Kathmandu, Swayambunath und Durbar Square

Heute heißt es Abschied nehmen von Tibet und seiner Hauptstadt Lhasa. Bereits am frühen Morgen geht es zum Flughafen von Lhasa. Über den Himalaya-Hauptkamm fliegen Sie in einem spektakulären Flug unglaublich nah am Mount Everest vorbei und mit Blick auf bis zu fünf 8000er nach Kathmandu, wo Sie vom Flughafen abgeholt und ins Hotel gebracht werden. Am Nachmittag

unternehmen Sie einen kleinen Rundgang über das historische Zentrum Kathmandus, den Durbar Square und seinen angrenzenden Basarstraßen. Weiterhin erkunden den Tempel Swayambhunath. Von dieser schönen gemischt buddhistisch/hinduistischen Anlage haben Sie einen hervorragenden Blick über die nepalesische Hauptstadt. Hotelübernachtung. (F/-/A)

18.Tag Newari-Dörfer Bungamati und Khokana, Königsstadt Patan

Am heutigen Tag besuchen Sie die zwei traditionellen Newari-Dörfer Bungamati und Khokana (letzteres steht auf der Aufnahmeliste für das UNESCO-Weltkulturerbe). Eindrücke wie bei einem Abstecher ins Mittelalter erwarten Sie, denn seitdem hat sich in den quasi autofreien Dörfern scheinbar nur wenig verändert. Der Nachmittag ist für die Besichtigung der prachtvollen benachbarten Königsstadt Patan vorgesehen, die Sie mit zahlreichen kunstvollen Tempeln beeindrucken wird. Am Abend erleben Sie ein Abschiedsessen mit traditionellen nepalesischen Gerichten. Übernachtung in Kathmandu. (F/-/A)

19.Tag Kathmandu: Pashupatinath, Boudhanath, Butanilkanta

Die Besichtigung der wichtigsten religiösen Sehenswürdigkeiten Kathmandus, Pashupatinath (hinduistisch) und Boudhanath (tibetisch buddhistisch), stehen heute auf dem Programm. Sie werden beeindruckt sein von den kunstvoll verzierten Tempelanlagen und religiösen Zeremonien. Außerdem statten Sie dem liegenden Hindu-Gott Vishnu im wenig besuchten schönen Tempel von Butanilkanta einen Besuch ab. Der Rest des Tages steht für individuelle Unternehmungen zur freien Verfügung. Gegen Abend oder spätestens am nächsten Tag Transfer zum Flughafen und Rückflug nach Deutschland. (F/-/-)

Besichtigung Pashupatinath: Wir möchten Sie darauf hinweisen, dass hier Leichenverbrennungen stattfinden. Für Nicht-Hindus mag dies abschreckend wirken, für die Hindus gehört das aber zum Alltag. Es ist generell mit starken Luftverunreinigungen zu rechnen. Wir bitten außerdem um Diskretion beim Fotografieren.

20.Tag Heimreise

Ankunft in Deutschland.

Änderungen der Reiseroute und Fluggesellschaften bleiben vorbehalten.

Beratung & Buchung bei:

aventours
Die reisedesigner Futterstr. 20, 99084 Erfurt
Tel: 0361-6603050 www.aventours.de info@aventours.de

Alle Angebote gelten vorbehaltlich Verfügbarkeit bei Buchung.