

Nepal, Tibet | Wander-/Trekkingreise, Kulturreise, Multi-Länder-Reise

UNESCO WH: Von Tibet zu den Natur- & Kulturerben Nepals

Umfassender Einblick in den tibetischen und den nepalischen Kulturkreis inkl. 7 Tage Trekking



Jan	Feb	Mär	Apr	Mai	Jun	Jul	Aug	Sep	Okt	Nov	Dez
-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----



Reiseübersicht

Höhepunkte

- Bergwelt der Achtaussender, u.a. Mt. Everest (8848m)
- Besteigung herrlicher Aussichtsgipfel über 5000m: Gokyo Ri und Kala Patar!
- Erleben Sie Kathmandu die UNESCO Weltkulturerbenstätte
- Herzliche Begegnungen mit Einheimischen
- Schöne Wanderungen durch Reisterassen
- Ethnische Vielfalt Nepals
- Fantastischer Sonnenaufgang über dem Himalaya
- Eindrückliches Himalayapanorama
- Kultur und Herzlichkeit der Menschen
- Kultur und Herzlichkeit der Sherpa
- Lumbini - Geburtsort Buddhas
- Safari im Chitwan National Park

Reiseprogramm - 21 Tage

Tag 1 Ankunft in Kathmandu

Tag 2 Entdeckungen in Kathmandu mit Everest Flug

Tag 3 Flug nach Lhasa

Tag 4-6 Heilige Stätten in Lhasa

Tag 7 Flug zurück nach Kathmandu

Tag 8 Flug nach Lukla

Tag 9 Treck nach Namche Bazar

Tag 10 Inmitten des Sagarmatha-Nationalparks

Tag 11 Faszinierendes Panorama

Tag 12 Der Thyangboche-Tempel

Tag 13 Berge und Täler

Tag 14 Abschied vom Himalaya

Tag 15 Ausflug ins königliche Bhaktapur

Tag 16 Lumbini, Geburtsort Buddhas

Tag 17 Stille Einkehr in Lumbini

Tag 18 Zum Chitwan-Nationalpark

Tag 19 Chitwan: Beobachtungen im Dschungel

Tag 20 Vogel-Erkundung & Boudanath

Tag 21 Abreise

Detailprogramm

Tag 1

Ankunft in Kathmandu

Ankunft in Kathmandu, der Hauptstadt Nepals, und Transfer zum Hotel.



1300m ü. M.

Tag 2

Entdeckungen in Kathmandu mit Everest Flug

Am frühen Morgen haben Sie - falls es das Wetter erlaubt - Gelegenheit zu einem Everest- Flug. Am Vormittag besichtigen Sie Pashupatinath, das bedeutendste hinduistische Heiligtum Nepals mit seinen Verbrennungsstätten. An schliessend fahren Sie in die alte Königsstadt Patan, die berühmt ist für ihre Tempelanlagen und traditionellen Handwerkskünste. In Kathmandu bummeln Sie über den Durbar Square mit seinen Tempeln und Palästen und lassen sich durch die Altstadt treiben. Von Swayambunath, dem wichtigsten buddhistischen Heiligtum im Kathmandu-Tal, geniessen Sie den Blick auf die Stadt und den Himalaya, der sich am Horizont abzeichnet.



Hotel



F



1300m ü. M.

Tag 3

Flug nach Lhasa

Am frühen Morgen fliegen Sie direkt über das gewaltige Himalaya- Massiv und geniessen den atemberaubenden Blick auf den Gipfel des Mount Everest. Nach der Ankunft in Lhasa und dem Transfer zum Hotel erfolgt die langsame Akklimatisierung an die Höhe.



Hotel



F



3600m ü. M.

Tag 4-6

Heilige Stätten in Lhasa

In Lhasa werden Sie den Jokhang-Tempel inmitten der Altstadt besichtigen, Ziel tibetischer Pilger, die von nah und fern hierher pilgern, um ihre Niederwerfungen vor dem Tempel zu verrichten. Auf dem Bharkor umwandeln Sie gemeinsam mit tibetischen Pilgern den Jokhang. Von weit her kommen tibetische Nomaden, um hier ihre Waren feilzubieten. Bei einem Besuch des Norbulingka, der ehemaligen Sommerresidenz der Dalai Lamas, geben Ihnen die verschiedenen Tempel mit ihren Bildmalereien einen unverfälschten Einblick in das Leben im alten Tibet. Der Potala auf dem „Roten Berg“, die ehemalige Winterresidenz der Dalai Lamas, steht als Symbol für Tibet schlechthin. Hier war Verwaltungssitz der tibetischen Regierung vor dem Einmarsch der Chinesen. Die Besichtigung dieser weitläufigen Anlage führt Sie durch zahlreichen Hallen mit verzierten Stupas. Vom Dach des Potala haben Sie eine hervorragende Aussicht auf ganz Lhasa. Auch den ausserhalb gelegenen Klosteranlagen Drepung und Sera, die einst zu den grössten und bedeutendsten Klosterschulen Tibets gehörten, wird ein Besuch abgestattet. Der genaue Tagesablauf wird vor Ort abgesprochen.



Hotel



F



3600m ü. M.

Tag 7



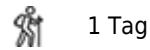
Hotel

	Flug zurück nach Kathmandu	 F	
	Früh am Morgen geht es wieder zurück nach Kathmandu. Der Nachmittag steht Ihnen zur freien Verfügung.	 1300m ü. M.	
Tag 8	Flug nach Lukla	 Lodge	
	Dieser Flug mitten hinein in den Himalaya wird zu einem unvergesslichen Erlebniss dieser Reise gehören. Übernachtung in Phakding, das auf dem Weg von Lukla nach Namche Bazar liegt.	 F / LB / A	
		 1 Tag	
		 3100m ü. M.	
Tag 9	Treck nach Namche Bazar	 Lodge	
	Heute wandern Sie die abwechslungsreiche Strecke weiter nach Namche Bazar, überqueren den eindrucksvollen und reissenden Dudh Kosi, um auf der anderen Seite wieder auf 2~850 m nach Jorsale zu steigen. Abends erreichen Sie Namche Bazar, das auf 3440 m liegt.	 F / M / A	
		 3440m ü. M.	
Tag 10	Inmitten des Sagarmatha-Nationalparks	 Lodge	
	In Namche Bazar haben Sie die Möglichkeit, die zahlreichen malerischen Täler zu erkunden. Im Sagarmatha-Nationalpark leben so seltene Tierarten wie der Schneeleopard und der Kleine Pandabär. Auch trägt die Begegnung mit den Sherpas und deren lebensfroher Natur zum intensiven Erlebnis hier in der Bergwelt bei.	 F / LB / A	
		 1 Tag	
		 3450m ü. M.	
Tag 11	Faszinierendes Panorama	 Lodge	
	Heute wandern Sie weiter, vorbei am legendären Everest View Hotel und immer mit Blick auf das faszinierende Panorama der überwältigenden Schneegipfel. Abends erreichen Sie Thyangboche.	 F / LB / A	
		 1 Tag	
		 4150m ü. M.	
Tag 12	Der Thyangboche-Tempel	 Lodge	
	Thyangboche wird von einem Kloster überragt, das 1912 als Meditationszentrum gegründet wurde und mit seinen wild im Wind flatternden Gebetsfahnen auf einem Bergrücken liegt - umringt von den hohen Himalayagipfeln. Schwer fällt der Abschied, wenn es wieder zurück geht nach Namche Bazar.	 F / LB / A	
		 1 Tag	
		 3450m ü. M.	
Tag 13	Berge und Täler	 Lodge	
	Sie verlassen Namche Bazar wieder Richtung Süden,		

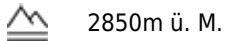
gehen bergauf und bergab zurück nach Lukla.



F / LB / A



1 Tag



2850m ü. M.

Tag 14 Abschied vom Himalaya

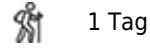
Nun heisst es Abschied nehmen von der einzigartigen Welt des Himalayas. Der Flughafen in Lukla wurde übrigens von Edmund Hillary angelegt. Am Nachmittag fahren Sie nach Boudanath, wo Sie gemeinsam mit Tibetern die Stupa umrunden, die gleichsam religiöses Zentrum der tibetischen Gemeinschaft in Nepal ist. Und nutzen Sie die letzte Gelegenheit für Ihre Einkäufe.



Hotel



F



1 Tag



1300m ü. M.

Tag 15 Ausflug ins königliche Bhaktapur

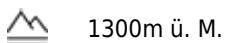
Die alte Königsstadt Bhaktapur, auch Bhadgaon genannt, mit ihren wunderbar und vorbildlich restaurierten Tempeln gilt als die schönste Stadt in Nepal. Betrachten Sie die einzig artigen und so typischen Holzschnitzereien, streifen Sie zu Fuss durch die alten und autofreien Gassen.



Hotel



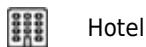
F



1300m ü. M.

Tag 16 Lumbini, Geburtsort Buddhas

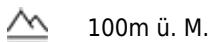
Sie fliegen von Kathmandu nach Bhairawa im Terai und fahren dann weiter nach Lumbini im Süden Nepals, wo Buddha Shakyamuni 563 v.u.Z. geboren wurde. Schon früh wurde Lumbini ein wichtiger Ort für Pilger, der noch heute auf Buddhisten aus aller Welt ungebrochene Anziehungskraft ausübt.



Hotel



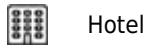
F



100m ü. M.

Tag 17 Stille Einkehr in Lumbini

In Lumbini selbst formen mehrere archäologische Ausgrabungsstätten ein historisch bedeutsames Ensemble, das Sie heute besichtigen. Und Sie werden sich hier der friedlichen Stille dieses heiligen Ortes mit all seinen Sehenswürdigkeiten bewusst.



Hotel



F



100m ü. M.

Tag 18 Zum Chitwan-Nationalpark



Lodge



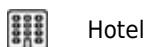
F / M / A



400m ü. M.

Tag 19 Chitwan: Beobachtungen im Dschungel

Heute brechen Sie sehr früh am Morgen zu einem Dschungelpaziergang auf. Anschliessend besuchen Sie die Elefantenstände. Am Nachmittag lassen Sie sich auf einem traditionell hergestellten Holzboot auf dem Rapti-Fluss



Hotel

Prioritätshotels



400m ü. M.

treiben. Abends zeigen Ihnen Bauern aus den umliegenden Dörfern ihre traditionellen Tänze und Kampfkünste.

Tag 20**Vogel-Erkundung & Boudanath**

Nach dem Frühstück haben Sie die Gelegenheit zu einer letzten kurzen Vogel-Erkundung oder zu einem Elefantenritt. Danach fliegen Sie wieder zurück nach Kathmandu.

Dann fliegen Sie zurück nach Kathmandu. Nachmittags besuchen Sie Boudanath, das religiöse und gesellschaftliche Zentrum der tibetischen Exilgemeinschaft in Nepal. Gemeinsam mit tibetischen Gläubigen umrunden Sie die Stupa, die grösste in ganz Nepal.



Hotel



F



1300m ü. M.

Tag 21**Abreise**

Transfer zum Flughafen von Kathmandu und Ab- bzw. Weiterreise.



F

Termine & Preise

21 Tage Privatreise

- Datum frei wählbar ab CHF 5'890

Weitere Informationen

Die sieben UNESCO-Welterbestätten im Himalaya auf einen Blick:



1. Kathmandu Tal-Nepal

Im Kathmandu Tal mit den drei Königsstädten Kathmandu, Patan und Bakthapur (auch Bhadgaon genannt) treffen die bedeutenden Zivilisationen Asiens aufeinander. Die hinduistischen und buddhistischen Monamente sowie die Wohnviertel und Königspaläste zeugen von der Höchstleistung nepalesischer Kunst und Kunsthandwerks. Zu den über 130 Monumenten zählen Pilgerzentren, Tempel, Schreine, Badestellen und Gärten - dies sind Stätten religiöser Ehrfurcht sowohl für Hinduisten als auch Buddhisten.

2. Mt. Everest - Sagarmatha National Park-Nepal

Sagarmatha mit seinen atemberaubenden Gipfeln, Gletschern und tiefen Tälern ist ein aussergewöhnlich beeindruckender Nationalpark, der vom Mount Everest (8.848 m), dem höchsten Berg der Welt, überragt wird. Seltene Arten, wie beispielsweise der Schneeleopard und der Kleine Panda haben sich hierher zurückgezogen. Das Volk der Sherpas, ursprünglich von Tibet zugewandert, mit seiner einzigartigen Kultur verleiht dem Nationalpark einen zusätzlichen Reiz.

3. Royal Chitwan National Park-Nepal

Am Fusse des Himalaya liegt als eines der letzten ungestörten Rückzugsgebiete inmitten des Terai der Chitwan-Nationalpark. Die Pflanzen- und Tierwelt weist hier eine erstaunliche Vielfalt auf. Eine der letzten Populationen des einhörnigen asiatischen Rhinoceros hat sicher hierher in den Park zurückgezogen, der gleichzeitig auch dem bengalischen Tiger letztes Refugium bietet.

4. Lumbini, Geburtsort Buddhas- Nepal

Siddhartha Gautama, auch Buddha genannt, wurde 623 v.u.Z. in den berühmten Gärten Lumbinis geboren, die schon kurz darauf ein bedeutender Pilgerort werden sollten. Unter den zahlreichen Pilgern befand sich auch der indische Kaiser Ashoka, der eine seiner Gedenkstelen hier errichten liess. Lumbini hat sich inzwischen zu einem bedeutenden buddhistischen Wallfahrtsort entwickelt, dessen zentraler Charakter die Verschmelzung der archäologischen Stätten mit dem Geburtsort Buddhas ist.

5. Historisches Lhasa-Tibet

Der Potala-Palast - seit dem 7. Jahrhundert Winterpalast der Dalai Lamas - steht symbolisch für den tibetischen Buddhismus und dessen zentrale Bedeutung in Tibet. Die Anlage mit dem weissen und roten Palast samt seiner Nebengebäude überstrahlt das gesamte Lhasa Tal. Im 7. Jahrhundert wurde auch der Grundstein für den Jokhang Tempel gelegt, ein aussergewöhnliches Klostergebäude, das das Hauptheiligtum der Tibeter beherbergt. Umgeben ist der Jokhang von der historischen Altstadt Barkohr. Der Norbulingka, die frühere Sommerresidenz der Dalai Lamas, mit seinen Gärten wurde im 18. Jahrhundert angelegt und ist ein Meisterwerk tibetischen Kunsthandwerks. Die Schönheit und schöpferische Kraft, die der Architektur dieser historischen Ensembles inne wohnt, deren reichverzierte Ornamentik und die harmonische Einfügung in die wunderbare landschaftliche Umgebung tragen zusätzlich zur generellen historischen und religiösen Bedeutung Lhasas bei.

6. Darjeeling Himalaya Railway-Indien

Die Darjeeling Himalaya Railway ist die erste und nach wie vor eine der einzigartigsten Bergbahnen der Welt. Es bedurfte 1881 kühner und innovativer Ingenieure, die das Problem lösten, eine Eisenbahn durch gebirgiges, aber wunderschönes Terrain zu verlegen. Noch heute ist die Bahn voll funktionstüchtig, wobei ihre Bestandteile grösstenteils die ursprünglichen sind. Doch auch Darjeeling selbst mit seinen Teeplantagen und Hill-Station der Engländer hat seinen einzigartigen Charme.

7. Taj Mahal-Indien

Zwischen 1631 und 1648 liess der Moghul Kaiser Shah Jahan als Ausdruck seiner unendlichen Liebe zu seiner Lieblingsfrau dieses Mausoleum ganz aus weissem Marmor errichten. Heute gilt das Taj Mahal als Juwel moslemischer Kunsfertigkeit und als das Meisterwerk des Weltkulturerbes, das weltweit Bewunderung erfährt.

Akkreditierung durch UNESCO Schweiz



Prioritätshotels

Mit über 25 Jahren Erfahrung und persönlicher Kenntnis vieler Hotels haben wir für Sie die besten Empfehlungen zusammengestellt. Selbstverständlich können die Hotelkategorien auf unseren Rundreisen gemischt werden. Gerne erstellen wir Ihnen ein individuelles Angebot und beraten Sie jederzeit persönlich und kompetent, um Ihre perfekte Reise zu gestalten.

Ort	Hotels
Chitwan National Park	Preferred-Hotel Hotel Sapana Village Lodge ***
	Weitere Hotelempfehlungen Hotel Tiger Tops Jungle Lodge ***** Taj Meghauli Serain ***** Barahi Jungle Lodge ****(*) Tiger Tops Tharu Lodge **** Tiger Tops Elephant Camp *** Kasara Jungle Resort **** Rhino Residency Resort *** Earthlight Resort, Chitwan N.P. ***

Referenz-Weblink:

<https://www.himalaya.ch/de/reise/unesco-wh-von-tibet-zu-den-natur-kulturerben-nepals?vehicleType=train&vehicleUrl=zuege>