



VON SHANGHAI ÜBER LHASA NACH KATHMANDU FASZINIERENDE BAHNREISE ZU DEN BUDDHISTISCHEN HEILIGTÜMERN IM LAND DER NOMADEN, YAKS UND HOHEN BERGE

Ort: China, Nepal, Tibet

Reisedauer: 16 Tage

Teilnehmerzahl: 8 - 14

Schwierigkeit: Leicht

Reiseart: Naturkundliche Reisen,

Auf der faszinierenden Bahnreise von Xining nach Lhasa entdecken Sie China und Tibet, zwei seit Jahrtausenden eng miteinander verwobene Regionen voller Gegensätze, großartiger Eindrücke und Sehenswürdigkeiten!

Auf der faszinierenden Bahnreise von Xining nach Lhasa entdecken Sie China und Tibet, zwei seit Jahrtausenden eng miteinander verwobene Regionen voller Gegensätze, großartiger Eindrücke und Sehenswürdigkeiten! Vom Reich der Mitte in den Himalaya Am Beginn der Reise entdecken Sie die atemberaubende Skyline der kontrastreichen Metropole Shanghai sowie deren historische Altstadt. Mit dem Himmelszug reisen Sie dann von Xining nach Lhasa, wo Sie neben dem Potala- und Norbulingka-Palast auch den Jokhang-Tempel besichtigen. Anschließend geht es auf landschaftlich abwechslungsreicher Strecke mit zahlreichen Abstechern über Gyantse, Shigatse und Sakya in Richtung nepalesischer Grenze. Faszination am Mount Everest Ein Ausflug in die Nähe des Mount-Everest-Basislagers zum berühmten Rongbuk-Kloster lässt Sie die Faszination des höchsten Berges der Erde hautnah erleben. Genießen Sie den Moment. UNESCO-Welterbestätten in Kathmandu Mit einem spektakulären Linienflug fliegen Sie über den Himalaya nach Nepal und landen in der quirligen Hauptstadt Kathmandu. Hier findet dieses unvergessliche Reiseerlebnis seinen Ausklang. Freuen Sie sich auf die wichtigsten religiösen Sehenswürdigkeiten der buddhistischen und hinduistischen Kultur.

Inklusivleistungen

- Linienflug ab/an Frankfurt (weitere Abflughäfen auf Anfrage) nach Shanghai und zurück von Kathmandu mit Qatar Airways oder anderer Fluggesellschaft in Economy Class
- Deutsch sprechende Reiseleitung außer in Xining
- Englisch sprechende Reiseleitung in Xining
- Linienflug Shanghai-Xining in Economy Class
- Linienflug Lhasa – Kathmandu in Economy Class
- alle Fahrten in privaten Fahrzeugen
- Nachtzugfahrt Xining – Lhasa im Himmelszug (Mehrbettabteil)
- alle Eintritte laut Programm
- Reiseliteratur
- 11 Ü: Hotel im DZ
- 1 Ü: Zug (Schlafwagen)
- 1 Ü: Tented Camp (geräumiges Hauszelt mit Gemeinschafts-WC/Dusche)
- Mahlzeiten: 12xF, 9xM, 1xM (LB), 6xA

Zusatzleistungen

Rail & Fly

Zubringerflug ab D/A/CH

50€

auf Anfrage

Reiseverlauf

1. Anreise

2. Ankunft In Shanghai

Flug nach Shanghai.

Ankunft in der Weltmetropole Shanghai. Abholung vom Flughafen und abhängig von der Ankunftszeit, Fahrt mit dem Transrapid oder dem Fahrzeug zum Hotel. Je nach Verkehrsaufkommen sollte noch Zeit zur Verfügung stehen für einen Rundgang über den weltberühmten Bund, der Uferpromenade am Huangpu-Fluss, mit Blick auf die weltberühmte Skyline des Bankenviertels Pudong. Übernachtung im Hotel.

3. Shanghai: Altstadt, Yu-Garten, Jinmao Tower, Flug Nach Xining

In Shanghai gehen Gestern und Heute Hand in Hand: Neben der modernen Skyline gibt es in Shanghai auch

eine Reihe älterer Sehenswürdigkeiten, wie z.B. den Jade-Buddha-Tempel, zu entdecken. Bummeln Sie durch die historische Altstadt mit ihrem Labyrinth aus kleinen Gassen und genießen Sie den Spaziergang durch den Yu-Garten, eines der schönsten Beispiele klassisch-chinesischer Gartenkunst. Ebenso steht eines der beeindruckendsten Bauwerke Shanghais, der Jinmao Tower, auf dem Programm. Von der Aussichtsplattform hoch oben in der 88. Etage hat man einen spektakulären Rundblick auf Shanghai. Im Anschluss fahren Sie zum Flughafen und fliegen nach Xining. Transfer zum Hotel. Übernachtung im Hotel in Xining.

4. Xining Und Beginn Der Fahrt Mit Dem Himmelszug

Nach dem Frühstück fahren Sie zum etwa 27 km entfernten Kloster Kumbum, eines der sechs bedeutendsten Klöster des tibetischen Buddhismus außerhalb Tibets. Nach dem Mittagessen erfolgt der Transfer zum Bahnhof und die Fahrt mit dem Himmelszug beginnt. Ihr Gepäck nehmen Sie mit in das Schlafabteil im Zug. Übernachtung im Schlafabteil im Zug.

5. Fahrt Mit Dem 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. Sie überqueren den Tanggula-Pass auf 5072 m sowie den höchsten Tunnel der Erde, den Fenghuo Shan auf 4905 m. Die Ankunft in Lhasa (3700 m) erfolgt gegen Mittag. Sie quartieren sich im Hotel ein und haben Zeit für einen ersten Spaziergang in der tibetischen Hauptstadt. Bei jeder Aktivität sollte ab heute ständig eine Flasche Mineralwasser in Ihrem Handgepäck oder in Ihrer Reichweite sein. Regelmäßiges Trinken unterstützt den Körper enorm bei der Höhenanpassung. Übernachtung im Hotel.

6. Lhasa: Potala, Jokhang Und Barkhor, 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 (Achtung: Im Palast ist Fotografierverbot! Am Eingang bitte Reisepass bereithalten!), Norbulingka und Jokhang nicht fehlen dürfen. Erleben Sie die tief religiösen Rituale und jahrhundertealte Pilgertraditionen der Tibeter bei der Umrundung eines ihrer größten Heiligtümer – dem Jokhang. Übernachtung im Hotel.

7. Lhasa Und Umgebung: Klöster Drepung Und Nechung Und Fahrt Über Yamdrok-See Nach Gyantse

Die Besichtigung der berühmten Klosteruniversität Drepung und des Sitzes des Staatsorakels von Nechung bilden die Höhepunkte des zweiten Tages in und um Lhasa. 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

Himalaya-Riesen am Horizont, welche schon zu Bhutan gehören. Am Seeufer können Sie Ihr Lunchpaket genießen. Nach etwa ein bis zwei Stunden Fahrt gelangen Sie auf den 5036 m hohen Pass Karo La und zum gleichnamigen Gletscher. Am Abend erreichen Sie Gyantse (3950 m). Übernachtung im Hotel. (Fahrzeit ca. 6-7h, 240 km).

8. Klöster Pelkor Chode Und 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 nicht fehlen. Anschließend geht es 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 bekannt für die Ausbildung berühmter Yogis, den Tranceläufern. Übernachtung im Hotel. (Fahrzeit ca. 2-3h, 90 km).

9. Kloster Tashilhunpo, Fahrt Nach Sakya, Kloster Sakya

Besichtigung des Klosters Tashilhunpo – einem weiteren Kloster der Gelukpa-Sekte. Hier war früher der Sitz 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. Danach fahren Sie nach Sakya (4280 m) und schauen sich die festungsartige Klosteranlage an, deren Ursprünge bis ins 10. Jahrhundert zurück reichen. Das Kloster blieb von den Wirren der Kulturrevolution nahezu unberührt und ist daher noch sehr ursprünglich. Übernachtung im einfachen Hotel. (Fahrzeit ca. 3h, 170 km).

10. Fahrt Zum Kloster Rongbuk Nahe Des Everest-Basislagers (5150 M)

Von Sakya fahren Sie zurück zur Hauptroute in Richtung nepalesischer Grenze und biegen im Laufe des Tages vom Friendship Highway in Richtung Süden ab. Die Fahrt führt dann zu dem berühmten Rongbuk-Kloster (5100 m) nahe des Mount Everest. Auf dem Weg nach Rongbuk überqueren Sie den 5120 m hohen Pang-La-Pass. Mit ein wenig Glück eröffnet sich Ihnen von der Passhöhe ein beeindruckendes Panorama über nicht weniger als vier 8000er, darunter natürlich auch der Mount Everest (8848 m). Übernachtung im einfachen Zelt-Gästehaus (kein EZ möglich). (Fahrzeit ca. 6-7h, 150 km).

11. Everest-Basislager (5150 M) – Shigatse

In der Nähe des Everest-Basislagers (5150 m) können Sie eine kurze Wanderung machen und bei gutem Wetter einen phantastischen Blick auf den höchsten Berg der Erde genießen. Das Lager an sich darf zum Schutz der Expeditionen nicht betreten werden. Je nach Standpunkt ist die Aussicht auf das Basislager verdeckt oder nur von weitem möglich. Vom gesamten Areal aus bietet sich jedoch eine hervorragende Sicht auf die gigantisch dahinter aufragende Everest-Nordwand. Anschließend fahren Sie entlang landschaftlich schöner Strecke über Tingri und Lhatse zurück nach Shigatse. Übernachtung im Hotel.

12. Fahrt Nach Lhasa Und Besichtigung Kloster Sera

(Fahrzeit ca. 8h, ca. 360 km).

Heute fahren Sie sehr früh morgens mit dem Bus über die nördliche Route nach Lhasa. Dort besichtigen Sie das Kloster Sera. Mit ein wenig Glück können Sie die nachmittägliche Debattierübung der Mönche im Innenhof des Klosters miterleben. Mit diesem ebenso eindrucksvollen wie lautstarken Ritual fragen die Mönche sich gegenseitig das im Studium erworbene Wissen ab. Sera gehört, wie auch das Kloster Drepung, zum Gelukpa-Gelbmützen-Orden und beide waren früher in ganz Zentral- und Nordost-Asien als buddhistische Universitäten berühmt. (Fahrzeit ca. 6h, 270 km).

13. Flug Lhasa – Kathmandu

Sie fliegen über den Himalaya-Hauptkamm nach Kathmandu und genießen bei guter Sicht ein unvergessliches Panorama auf die Eisriesen des Himalaya (Fensterplatz kann nicht garantiert werden). Der Nachmittag steht Ihnen zur freien Verfügung. Übernachtung im Hotel.

14. Kathmandu: Swayambhunath, Pashupatinath Und Boudhanath

Die Besichtigung der wichtigsten religiösen Sehenswürdigkeiten Kathmandus – Swayambhunath, Pashupatinath und Boudhanath – ist für Nepal-Besucher ein Muss! Auch Sie werden beeindruckt sein von den kunstvoll verzierten Tempelanlagen und religiösen Zeremonien. Am Abend erwartet Sie ein traditionelles Abschiedsessen. Übernachtung im Hotel.

15. Freizeit Und Abreise

Je nach Flugplan steht ein halber oder ganzer Tag zur freien Verfügung für einen letzten Einkaufsbummel oder weitere Besichtigungen. Anschließend oder spätestens am nächsten Morgen Transfer zum Flughafen und Rückflug nach Deutschland.

16. Heimreise

Rückflug nach Deutschland.

Termin

Preis

Leistungen

- Linienflug ab/an Frankfurt (weitere Abflughäfen auf Anfrage) nach Shanghai und zurück von Kathmandu mit Qatar Airways oder anderer Fluggesellschaft in Economy Class
- Deutsch sprechende Reiseleitung außer in Xining
- Englisch sprechende Reiseleitung in Xining
- Linienflug Shanghai-Xining in Economy Class
- Linienflug Lhasa – Kathmandu in Economy Class
- alle Fahrten in privaten Fahrzeugen
- Nachtzugfahrt Xining – Lhasa im Himmelszug (Mehrbettabteil)
- alle Eintritte laut Programm
- Reiseliteratur
- 11 Ü: Hotel im DZ
- 1 Ü: Zug (Schlafwagen)
- 1 Ü: Tented Camp (geräumiges Hauszelt mit Gemeinschafts-WC/Dusche)
- Mahlzeiten: 12xF, 9xM, 1xM (LB), 6xA

Keine Leistungen

- Nicht genannte Mahlzeiten und Getränke
- Visum China (ab 155 €), Nepal (ca. 22 €)
- Foto- und Videogenehmigungen
- Trinkgelder
- Persönliches

Zusatzinfos

- Megametropole Shanghai erleben
- Auf Entdeckungstour in und um Lhasa (UNESCO)
- Tibetische Kultur und Mythen zum Anfassen – Klöster Gyantse, Shalu, Shigatse, Sakya, Rongbuk
- Mit der Propellermaschine über den Himalaya
- Vielfältiges Kulturerbe im Kathmandutal (UNESCO)

Kontakten

uTime UG (haftungsbeschränkt)
Louisenstraße 81, 01099 Dresden, Deutschland

Tel: 0351 27558796

Mobil: 0157 54547301

[Facebook](#) [Twitter](#) [Youtube](#)

Anfrage

Termin

Teilnehmer

Kinder

Ihre Bemerkung zur Anfrage

Zusatzleistungen

Rail & Fly 50 €/Person

Zubringerflug ab D/A/CH €/Person

