

Osttibet

Minya Konka Trekking mit Lhagong Seenplatte (19 Tage)

Termine: 27.09.-15.10.2010 / 05.06.-23.06.2011 / 11.09.-29.09.2011



Vorgesehener Reiseverlauf:

1. Tag Chengdu – Caoke / Fahrt ca. 8h

Frühmorgens Aufbruch über Luding nach Caoke, dem Ausgangspunkt der Trekkingtour am südlichen Ende des Minya Konka Massivs. Hier treffen wir uns mit der Ponycrew. Übernachtung in einfacher Herberge oder im Zelt (F/M/A)

2. Tag Wanderung nach Tsemet / Gehzeit 6-8h

Das Trekking beginnt. Zuerst geht es durch dichten Gebirgswald, der langsam in Weiden- und Buschvegetation übergeht. Über Gletscherflüsse und vorbei an einem natürlichen Stausee wandern wir weiter flussaufwärts bis am Nachmittag das Dorf Tsemet (3500m) erreicht ist. Die Siedlung besteht nur aus drei tibetischen Familien, die uns freundlich begrüßen. In der Ferne liegt das Kloster (*Gompa*) Konka mit den gigantischen Gletschern im Hintergrund.

2 Übernachtungen bei unseren Gastfamilien (F/M/A)

3. Tag Akklimatisationstag in Tsemet

Heute ist ein Akklimatisationstag vorgesehen, bevor wir uns weiter in Richtung Gletscher wagen. Je nach Wohlbefinden Aufstieg auf den Tsemet Pass (4620m, ca. 3-4h). Wer nicht bis ganz hinauf mag, kann auch auf halbem Weg auf der „Alm“ die Aussicht auf die südliche Minya Konka Kette genießen.

Gehzeit: optional / bis zum Pass und retour ca. 6h

4. Tag Konka Gompa / Gehzeit ca. 6-7h

Wanderung hinauf zum Kloster Konka (3740m, 2h). Auch wenn nur noch wenige Mönche hier leben, als Pilgerort genießt das Kloster des Sakyapa-Ordens bei der Bevölkerung große Verehrung. Nach kurzer Rast klettern wir über die Hauptmoräne und nähern uns dem Gletscher.

2 Übernachtungen im Kloster oder Zelt (F/M/A)

5. Tag Aufstieg auf den „Hausberg“ des Klosters / Gehzeit ca. 5-7h

Wer möchte, kann den heutigen Tag etwas entspannter angehen. Sie können das Kloster besichtigen oder einen Ausflug zu einem oberhalb gelegenen Aussichtspunkt unternehmen. Wer die Herausforderung jedoch nicht scheut, hat die Gelegenheit höher hinauf zu steigen, der „Hausberg“ des Klosters reicht bis auf über 5000m. Oben angekommen, stehen wir direkt der senkrechten Felswand des Gletscherriesen gegenüber und genießen das Panorama.

6. Tag Entlang des Moxigou Flusslaufes / Gehzeit ca. 7-8h

Früh verlassen wir das Kloster und wandern wieder flussaufwärts durch wilde Wälder, entlang klarer Bergseen und zerstreuten Nomadenlagern nach Norden. Die Unberührt-heit und Einsamkeit der Landschaft zieht jeden in seinen Bann. Am Nachmittag lichtet sich der Wald und weicht einer ausgedehnten Weide am Oberlauf des Moxigou-Flusses. Direkt unterhalb des eindrucksvollen Reddomain-Gletschers an einem kleinen Stausee schlagen wir das Lager für die Nacht auf.
Übernachtung im Zelt (F/M/A)

7. Tag Überquerung des Rewuqie Pass / Gehzeit 7-8h

Heute gilt es die erste große Herausforderung zu meistern; die Überquerung des 4900m hohen Rewuqie Passes. Der anstrengende Aufstieg wird belohnt durch einen atemberaubenden Panoramablick auf die Gipfel des Reuqie (6376m). Mani-Steine und wehende Gebetsfahnen auf der Passhöhe deuten darauf hin, dass zahlreiche Pilger und Gläubige bereits vor uns hier waren. Nach einer Rast Abstieg (ca. 3h) zum heutigen Lagerplatz (4100m).
Lager auf der ‚Unterer Rewuqie Weide‘ (F/M/A)

8. Tag Ankunft in Kangding / Gehzeit ca. 6h

Der letzte Tag unserer ersten Etappe führt uns durch eine sagenhafte Landschaft mit meterhohen Findlingen, rotgefärbtem Geröll, Yakherden und ständig wechselnden Ausblicken. An der Fahrstraße angekommen, verabschieden wir uns von unserer Crew und legen die letzten Kilometer nach Kangding mit dem Auto zurück. Kangding, das „Tor zu Tibet“ liegt eingezwängt in einer engen Schlucht zwischen bis zu 4000m hoch aufragenden Bergen.
Übernachtung im Hotel in Kangding (F/M/A)



9. Tag Fahrt nach Tagong / Lhagong Kloster

Nach einem erholsamen Schlaf brechen wir mit dem Fahrzeug nach Lhagong/Tagong auf. Die Straße führt direkt auf den Zheduo Pass (4298m) mit wehenden Gebetsfahnen und kleinen Chörten, unverkennbare Zeichen tibetisch-buddhistischer Kultur. Dahinter breitet sich das grenzenlose Grasland des Tibetischen Hochplateaus aus, eingerahmt von schneebedeckten Bergen. Am Nachmittag Besuch von Kloster Lhagong, das

bereits im 7. Jh. gegründet wurde sowie Bummel durch den lebhaften Ort, dessen Häuser wie Festungen anmuten.

Übernachtung in einem einfachen Gasthaus in Tagong (F/M/A)

10. Tag Tangkhar Kloster / Gehzeit 5-6h

Morgens brechen wir mit unserer neuen Ponycrew nach Westen auf. Der Weg führt eben durch das Yu-Tal mit einsamen Gehöften, die den Kham-Bewohnern als Winterlager dienen. Nach etwa sechs Stunden ist unser Tagesziel erreicht: das Kloster Tangkhar. Immer wieder haben wir Gelegenheit uns an den Bächen und Weiden satt zusehen. Immer wieder schöne Begegnungen mit den freundlichen Tibetern, die mit ihren Yak-Herden umherziehen.

Übernachtung im Zelt (F/M/A)

11. Tag Phari Gompa Gehzeit 7h

Vom Tangkhar Kloster geht es heute über einen moderaten Pass (4300m), der auf der anderen Seite mit einem idyllischen alpinen Nadelwald überrascht. Von nun an geht es über den Nordwest Hang bergab zum Phari Kloster. Ruhe und Frieden herrscht hier, nur unterbrochen vom Klang der Trompeten und Trommeln, die das Gebet und den Gesang der Mönche begleiten.

Übernachtung im Zelt /F/M/A)

12./13. Tag Die Feuchtgebiete / Gehzeit 6-7h

Der dritte Tag bringt uns endlich auf das Feuchtgebiet, wo zerstreut zwischen den Gewässern die Nomaden ihre Zelte aufgestellt haben. Im Herbst ziehen sie von den Bergen hinunter in die tiefer gelegenen Winterlager. Dem einen oder anderen Tross werden wir unterwegs begegnen. Am nächsten Tag Wanderung vorbei an Seen und Sümpfen der hochgelegenen Feuchtgebiete. Gelegentlich schließen wir uns einem Nomadentross an und begleiten sie ein Stück ihres Weges.

2 Übernachtungen im Zelt (F/M/A)



14. Tag Benlong Tal / Gehzeit 6h

Über einen „Abfluss“ geht es hinab ins Benlong Tal, das sich in einem großen Halbkreis Richtung Tagong erstreckt. An dessen nördlichem Punkt überschreiten wir nochmals einen Pass (4100m), der gleichzeitig Wasserscheide zwischen dem Bamei Fluss und dem Rongga Fluss ist. Wieder grüßen Mani-Steine und Gebetsfahnen von Weitem. Übernachtung im Zelt (F/M/A)

15. Tag Ankunft in Bamei / Gehzeit 7h

Abstieg zum abgelegenen Dorf Rongxuka. Die befestigten Wohnhäuser des Dorfes kommen einem nach mehreren Tagen Zelten und Nomadentum fast vertraut vor. Noch etwa zwei Stunden sind es bis zur Fahrstraße. Von dort werden wir mit dem Fahrzeug nach Bamei gebracht.

Übernachtung in einem einfachen Hotel (F/M/A)

16. Tag Bön Kloster & Ankunft in Zhonglu

Von der Bamei Ebene windet sich das Fahrzeug durch die zerklüfteten Schluchten des Gyarong Gebietes in Richtung Danba. Eine heiße Quelle im Canyon lädt zu einem wohltuenden Fußbad ein. Auf halber Fahrstrecke Rast beim alten Bönkloster Dingguoshan hoch über dem Tal – für uns genau das Richtige für einen einfachen Bergausflug (3400m, ca.3-4h). Gegen Abend erreichen wir ein kleines Bergdorf bei Danba.

2 Übernachtungen bei Gastfamilien in Zhonglu (F/M/A)



17. Tag Wehrtürme / Tanz und Gesang

Tageswanderung (3-4h) vorbei an Bergsiedlungen, einem kleinen Kloster und über einen kleinen Pass (3000m) zu den Wehrtürmen im Dorf Suopo. Auf dem Pass gönnen wir uns einen Blick auf den heiligen Mt. Molto (5105m) am Horizont. Und wenn wir Glück haben, können wir abends an einem Dorf-Fest mit Tanz und Gesang teilhaben.

18. Tag Rückfahrt nach Chengdu / Fahrzeit 8-9h

Über die Stadt Xiaojin und vorbei an dem Siguniang Mountain (6250m) überqueren wir den Balang Pass (4650m) und tauchen in das Minjiang Tal ein, dass bei der berühmten Bewässerungsanlage Dujiangyan ins Sichuan Becken mündet. Von hier sind es noch 45 km bis Chengdu.

Übernachtung in einem Hotel in Chengdu (F/M/Abschiedsessen)

19. Tag: Transfer Flughafen

Termine:

27.09.-15.10.2010

05.06.-23.06.2011 / 11.09.-29.09.2011

Reisepreis 2010 / 2011

€ 1.660,-/Person bei 6-9 Personen

€ 1.625,-/Person bei 10-12 Personen

Preiserhöhungen auf die wir keinen Einfluss haben wie Kerosin/Benzinerhöhungen, Erhöhung von örtlichen Eintrittsgebühren, Wechselkursschwankungen etc bleiben vorbehalten. Die Reisekosten für die Termine 2011 basieren auf 2010, Anpassungen bleiben vorbehalten.

Eingeschlossene Leistungen:

- ↗ **Deutschsprachige Trekking-Reiseleitung ab/bis Chengdu**
- ↗ **Transfers (2x Flughafen Chengdu) und Transporte Chengdu-Manigange, Pelpung-Derge, Derge-Seba, Dzogchen-Chengdu**
- ↗ **Gepäcktransport mit Pferden, Pferdeführer und lokaler, tibetischer Begleitung**
- ↗ **Komplette Verpflegung während der Trekkingtour (3x täglich, 2x warm)**
- ↗ **Unterkunft: 2x in Hotels, einfachen Herbergen, bei Gastfamilien, im Zelt jeweils im ½ DZ bzw. 2-Mann Zelt**
- ↗ **Sämtliche Eintrittsgebühren (Pandagehege, Klöster, Druckerei in Derge, Nationalparks, etc)**
- ↗ **Medizinische Notfallversorgung (Wundversorgung, Schmerz- und Durchfallmittel, Acetazolamid)**
- ↗ **Sicherungsschein, ausführliche Reiseunterlagen**
- ↗ **Reiserücktrittskosten-Versicherung ohne Selbstbehalt**

Nicht im Reisepreis enthalten sind:

Langstreckenflug ab/bis Deutschland, Flughafensteuern
Visum für China (derzeit € 30,-/Person)
Trinkgelder und Spenden unterwegs, persönliche Ausgaben,
Sämtliche Getränke unterwegs (ausgenommen Tee bzw. Teewasser)
Übernachtungen in Chengdu vor der Trekkingtour
sonstige Reiseversicherungen (unbedingt erforderlich ist eine
Auslandskrankenversicherung mit 24-Stunden Notfalldienst und Rückholtransport)

Hinweise:

Westsichuan steht in den meisten Gebieten erst am Anfang seiner touristischen Entwicklung. Abenteuer- und Gemeinschaftsgeist werden daher von den einzelnen Teilnehmer/innen erwartet, um eine entspannte und erholsame Atmosphäre innerhalb der Gruppe zu garantieren. Verzögerungen oder anderen, durch ungünstige Witterungs- und Verkehrsverhältnisse erzwungenen spontanen Programmänderungen sollte mit Gelassenheit, Flexibilität und Toleranz begegnet werden. Eine Garantie für die exakte Einhaltung des Zeitplans können wir leider nicht geben. Wir bitten um Ihr Verständnis. Zudem weisen wir ausdrücklich darauf hin, dass Sie auf eigene Gefahr an der Reise teilnehmen.

Kleidung: Sie sollten mit sowohl leichter als auch warmer, wind- und regenfester Kleidung sowie guten Halt bietenden Trekkingschuhen mit Profilsohle ausgerüstet sein. Für die Wanderungen bzw. Bergtouren benötigen Sie lediglich einen Tagesrucksack für Wasserflasche, Kamera, Regenschutz, Sonnencreme etc. Eine Schirmmütze hilft gegen Sonnenbrand im Gesicht. Ein Inlet oder Innenschlafsack sorgt für gleichbleibende „Schlafhygiene“ und sollte daher am besten selber mitgebracht werden.

Anforderung & Fitness: Ein guter körperlicher Allgemeinzustand sind Voraussetzung für die Teilnahme an dieser Reise. Die täglichen Gehzeiten liegen bei 6-8 Stunden, teilweise über einer Höhe von 4000m. Dies sollte bei bestehenden Erkrankungen des Kreislaufs und Blutdrucks berücksichtigt werden.