

CHINA | Reisebausteine | Ost-Tibet Kham



Beijing - Chengdu - Kangding - Garze - Pelyul - Dege - Luhuo - Rantang - Danba - Wolong - Chengdu - Beijing

Erlebnisreise in Ost-Tibet Kham

Die Landschaft Osttibets ist von über 6000 m hohen Bergketten, von Hochplateaus und den tiefen Schluchten mächtiger Ströme geprägt. Klöster mit goldglänzenden Dächern und burgenähnliche Häuser mit Wehrtürmen, Mani-Steine mit bunten, im Wind flatternden Gebetsfahnen und die unverkennbaren schwarzen Yakhaarzelte liegen verstreut in den Weiten wilder Hochflächen, die von verschneiten Gipfeln überragt werden. Weisse Wolken schweben am tief-blauen Himmel und tauchen die Landschaft in weiche Schatten.

Diese Erlebnisreise führt Sie durch Osttibet Kham in West-Sichuan, was den Tibetischen Autonomen Bezirk Garze und den Autonomen Bezirk Aba der Tibeter- und Qiang-Minorität umfasst. Gekennzeichnet ist das Gebiet durch viele grüne Berge und ausgedehnte Weideplätze. Hier gedeihen üppige Pflanzen und leben zahlreiche Wildtiere, von denen viele seltene Exemplare sind wie z.B. Panda, Stumpfnasenne und Davidshirsch. Ausserdem kommen hier etliche Heilpflanzen und Bodenschätze vor. Besonders reich ist das Gebiet an Wasserressourcen. In diesem Gebiet werden Sie auf viele religiöse Orte der Lama-Schulen Nyingmapa und Jonangpa stoßen.

Tourverlauf (16 Tage, davon 15 Tage in China):

Nachdem Sie am **1. Tag** der Reise von Deutschland abgeflogen sind, kommen Sie am Vormittag des **2. Tages** in Beijing an. Noch am gleichen Tag fliegen Sie weiter Chengdu, der Hauptstadt der Provinz Sichuan – Heimat der Pandabären.

Der **3. Tag** in China beginnt mit der Fahrt nach Kangding (2100 m), der Hauptstadt des tibetischen autonomen Bezirks Garze. Kangding war in der Geschichte das wichtigste "Tor nach Tibet". Der tibetische Name von Kangding, Dar tse duo, drückt aus, dass die Stadt am Zusammenfluss von Dar und Tse liegt. Früher siedelten sich in Kangding sowohl chinesische Kaufleute als auch tibetische Händler an. In Kangding besichtigen Sie das Gelugpa Kloster Nguchu (chin. An jü si).



Am **4. Tag** geht es weiter nach Garze (3390 m). Steppen, Yaks, Pferde, Blumen begleiten Ihre Fahrt. Nach der Überquerung des ca. 4.050 m hohen Zheduo Passes erreichen Sie das Dorf Xinduqiao, wo der Sichuan-Tibet Highway die Südroute und Nordroute nimmt. Sie fahren auf der Nordroute weiter zum Kloster Lhagang (chin. Tagong si). Von der Ebene oberhalb des Klosters bieten sich an klaren Tagen wunderbare Aussichten auf den Berg Zhara Lhatse (5.820 m, auch Jara). Weiter geht es über Bamei, Daofu und Luhuo bis Sie in Garze ankommen. Garze, das eigentliche kulturelle, religiöse Zentrum für die in Sichuan lebenden Tibeter, hat zahlreiche Lama-Klöster.

Der **5. Tag** beginnt mit der Besichtigung des Garze Kloster der Gelbmützen-Sekte (Gelugpa). Mit mehr als 1100 Mönchen zählt es zu den grössten Klöstern in Kham. Anschliessend verlassen Sie den

Sichuan-Tibet Highway und fahren hinab im Flusstal über einen ca. 4.237 m hohen Pass nach Pelyul (3260 m). Pelyul ist eine kleine gemütliche Stadt am Fluss Ding Chu.

Hoch über Pelyul erhebt sich das Nyingmapa-Kloster Pelyul Gompa (chin. Baiyu si). Das Kloster zählt zu einem der drei grössten Klöstern der Nyingmapa-Schule im tibetischen Gebiet Kham. Am Vormittag des **6. Tages** besuchen Sie das Pelyul Klosters. Nach dem Mittagessen Fahrt hinab entlang den Jinsha Fluss (Goldsandfluss, Oberlauf des Yangtse) bis zur Gangtuo Brücke zwischen Sichuan und Tibet, dann fahren Sie noch 25 km nach Dege (3380 m).

7. Tag: Die Einwohner in Dege sind Khampa-Tibeter, die seit einigen hundert Jahren eigenständig leben. Verschiedene Religionen leben hier in friedlicher Eintracht zusammen. Sie besichtigen das 1448 gegründete Sakya Kloster Dege Gonchen, in dem über 300 Mönche leben, sowie die unter König Tenpa Tsering 1729 erbaute Druckerei Dege Parkhang (chin. Dege Yinjingyuan). Dege war und ist eine der wichtigsten traditionellen Druckereien Tibets, deren wertvolle Ausgaben des Kanjur ("Worte Buddhas") und des Tanjur ("Kommentar zu den Worten Buddhas") in ganz Tibet als die genauesten bekannt sind. Die Druckerei beherbergt die umfangreichste Sammlung geschnittener Druckstöcke. Sie haben noch Zeit für einen Besuch im Krankenhaus der traditionellen tibetischen Medizin.

Am **8. Tag** fahren Sie weiter nach Luhuo, unterwegs überqueren Sie den 5050 m hohen Pass vom Chola Berg (6168 m). Am Fuss des Berges liegt ein schöner ruhiger See - Yilun Lhatso (Xinluhai, 4100 m), eingebettet in einer märchenhaften Umgebung. Nach einer kleinen Wanderung fahren Sie weiter über Garze und einen ca. 3900 hohen Pass nach Luhuo.



Am Morgen des **9. Tages** besichtigen Sie das Drango Gompa (chin. Shou ling si), ein Gelugpa-Kloster aus dem 17. Jh.. Anschliessend verlassen Sie das Sichuan-Tibet Highway nordwärts nach Rangtang (Dzamtang). Unterwegs besuchen Sie das Kargyepa-Kloster Sirin Kar (chin. Zengke si) im Dorf Liangheku, dessen Wahrzeichen die drei neunstöckigen "Milarepa-Steintürme", die dem Turm, den der tibetische Mystiker Milarepa zur Sühne seiner Sünden um 1080 in Sekhar Guthok erbauen musste, nachempfunden sind.

Das heutige Kernland der Jonangpa-Tradition befindet sich im Kreis Rangtang. Der Namen des Ordens leitet sich vom Jo(mo)nang-Kloster bei Lhatse in Zentraltibet ab, dessen Gründer war Dolpopa Sherab Gyaltzen (1292 – 1361), einer der hervorragendsten Gelehrten seiner Zeit. Der Jonangpa-Orden ist ein Zweig der Sakyapa-Schule. Am **10. Tag** der Reise besuchen Sie zwei Jonangpa-Klöster in der Nähe von Rangtang: Rangtang Kloster und Bangtuo Kloster.

Am **11. Tag** führt Sie Ihre Reise entlang des Jinchuan Fluss nach Danba (1900 m). Unterwegs Besuch des Guanyin Kloster (Kloster des Boddhisattva Avalokitesvara).

Am Vormittag des **12. Tages** besuchen Sie das Dorf Suopo im "Land der 1000 Festungstürme". In diesem Bereich der Gyarong- (Jiarong-) Tibeter gibt es noch viele Dörfer mit massiv aus Stein erbauten Bauernhäusern und auffälligen, hohen, das Dorf weit überragenden Wehrtürmen. Von den Plattformen dieser Festungstürme wurden die Dörfer von mit Pfeil und Bogen bewaffneten Kämpfern verteidigt. Nach dem Mittagessen in Danba fahren Sie eine kleine gewundene Bergstrasse hinauf zum Dorf Jiaju. Dort bietet sich ein überwältigender Blick auf die verstreut an einem Hang liegenden Gyarong-Bauernhäuser, die bunt bemalt und mit Schnitzwerk verziert sind.

Am **13. Tag** fahren Sie über das Dorf Rilong (3150 m) zum Wolong Panda-Reservat. Rilong liegt zu Füssen des Gebirgszuges Siguniang Shan (Vier Jungfrauen), dessen höchster Gipfel der Yao Mei Feng (6.250 m) ist.

Am Morgen des **14. Tages** Besichtigung im Panda-Reservat Wolong (2200 m). In Wolong können Sie mehr als 20 Pandas in der Aufzuchtstation sehen. Außerdem gibt es im Reservat über 4.000

verschiedene Pflanzenarten, 50 Arten von Wildtieren, 300 Arten von Vögeln und 29 Arten von seltenen Tieren, die teilweise vom Aussterben bedroht sind. Die grossen Bambuswälder und verschiedenartigen Pflanzen geben Ihnen einen Einblick in die bezaubernde, teilweise unberührte Natur, die das Herz eines jeden Naturliebhabers höher schlagen lässt. Danach Weiterfahrt nach Dujiangyan (700 m). In Dujiangyan werden Sie den taoistischen Tempel der Zwei Könige besichtigen und die vor über 2000 Jahren bebauten Bewässerungsanlage bewundern.

Am Morgen des 15. Tages fliegen Sie von Chengdu nach Beijing, bevor Sie am 16.Tag der Reise zurück nach Deutschland fliegen.

Folgende Leistungen sind im Reisepreis enthalten:

- 14 Übernachtungen in Hotels und Gästehäusern (Landeskat.), Doppelzimmer mit Bad o. Dusche und WC
- Inländische Flüge (economy class, inkl. 20 kg Freigepäck) und Flughafengebühren: Beijing – Chengdu - Beijing
- Sämtliche Transfers, Ausflüge, Überlandfahrten (Jeep für 2 Personen, Bus mit ab 15 Plätzen für ab 6 Personen), Besichtigungen einschliesslich Eintrittsgeldern
- örtliche deutsch- oder englischsprachige Reiseführung

Folgende Leistungen sind nicht im Reisepreis enthalten:

- Flughafengebühren für Flug Beijing - Europa
- Trinkgeld und alle persönliche Ausgaben
- Internationale Flüge Europa - Beijing - Europa

Reisepreise bei Unterbringung im Doppelzimmer in Hotels und Gasthäusern:

Ab 2 Personen:
USD 2279 \$ pro Person

EZ-Zuschlag:
USD 269 \$ pro Person

Charakter der Tour und Anforderungen:

Diese Reise erfordert eine gewisse Belastbarkeit, sowohl in physischer als auch in psychischer Hinsicht. Durch die tagelangen Fahrten in teilweise menschenleeren Gebieten wird der Körper stark beansprucht. Die 5 bis 8-stündigen Fahrtappen pro Tag erfordern viel Ausdauer und Durchhaltevermögen. Bitte haben Sie Verständnis, wenn eines der Fahrzeuge, die extrem hohen Belastungen ausgesetzt sind, einmal vorübergehend "streikt". Der Zustand der örtlichen Strassen (über manche Strecken nicht asphaltiert) ist teilweise nicht gut. Heftige Regenfälle oder Erdbeben können die ohnehin schon mangelhaften Strassen unpassierbar machen. Verzögerungen und eventuelle Routenänderungen sind dann unvermeidbar.

Eine zusätzliche Belastung für den Körper stellt die ungewohnte Höhe dar. Sie halten sich in Regionen über 3000 bzw. über 4000 m Höhe auf und überqueren einen über 5050 m hohen Pass. Dabei darf die Gefahr einer Höhenkrankheit nicht unterschätzt werden. Ein gesundes Herz und ein gesunder Kreislauf werden für diese Tour vorausgesetzt. Bitte konsultieren Sie vor Reisebeginn Ihren Arzt oder Ihre Ärztin und lassen Sie prüfen, ob Sie den genannten Anforderungen gewachsen sind.

Für Personen mit Herz- und Kreislaufproblemen sowie für Personen mit Rückenbeschwerden (z.B. Bandscheibenproblemen) ist diese Reise nicht geeignet.

Übernachtet wird manchmal in landesüblichen Hotels und Gästehäusern. Diese sind teilweise äusserst einfache Unterkünfte, d.h. sie bieten wenig Komfort und sind mit einfachsten sanitären Anlagen ausgestattet, die u.U. ausserhalb des Zimmers liegen. Mit Ausnahme der grossen Städte darf der Service in den Hotels und Gästehäusern nicht am europäischen Standard gemessen werden. In

den Gästehäusern können Doppelzimmer nicht garantiert werden, Übernachtung in Mehrbettzimmern ist möglich. Die Küche ist für europäische Geschmacksnerven ungewohnt und die hygienischen Bedingungen sind auch "anders".

Klima und Ausrüstung:

In Amdo (das ehemalige Osttibet) ist das Klima durch den Einfluss des Monsuns, der durch die Durchbruchstäler nach Norden eindringen kann, regenreicher und, je nach Höhenlage, milder als in Zentral- und Westtibet. Da Sie sich während dieser Reise jedoch überwiegend in höheren Lagen aufhalten, benötigen Sie sowohl leichte als auch warme, wind- und regenfeste Kleidung sowie guten Halt bietende Schuhe.

Wichtiger Hinweis:

Weite Teile Chinas/Tibets stehen erst am Anfang Ihrer touristischen Entwicklung. Abenteuergeist und die Bereitschaft, sich einfachen Verhältnissen anzupassen, auf Komfort wo nötig zu verzichten sowie Kameradschaft und Gemeinschaftsgeist werden von allem Mitreisenden erwartet. Flugverzögerungen, ungünstige Witterungs- und Verkehrsverhältnisse sowie andere Faktoren können zu Programmänderungen führen. Sie sollten dann in der Lage sein, Improvisationen sowie sonstige Unwägbarkeiten in Kauf zu nehmen und in kritischen Situationen mit Geduld, Flexibilität und Toleranz reagieren. Besichtigungen sind teils von der Willkür der lokalen Administration abhängig. Feiertage, überraschende Restaurierungsarbeiten etc. können trotz sorgfältiger Planung und Abstimmung mit Behörden zu nicht vorhersehbaren Schliessungen von Besichtigungsobjekten führen. Selbstverständlich ist es das Ziel Ihres Reiseleiters oder Ihrer Reiseleiterin und der lokalen Reisebüros, sämtliche Programmpunkte

Änderung vorbehalten

Aufgrund unvorhersehbarer Ereignisse kann es zu Programm- bzw. Routenänderungen führen. Solche Änderungen müssen akzeptiert werden. Wenn Sie das Unbekannte lockt und auch für Unvorhergesehenes Verständnis haben, dann ist dies die richtige Reise für Sie!

Reiseveranstalter: Fa. Sichuan New Oriental International Travel Co., Ltd. | China Tibet Adventure Tour