

Bhutan: Jhomolhari-Naro Trek

18tägige Trekkingtour ins Reich der Yakhirten
mittel

Der Jhomolhari-Naro-Trek in eine Kombination aus dem klassischen Jhomolhari- und dem Druk-Path-Trek, der über insgesamt sechs Pässe führt, von wo aus Du immer wieder mit atemberaubenden Blicken auf die Bergwelt Bhutans belohnt wirst.



Als Individualreise zum selbst gewählten Reiseterrmin

Beste Reisezeit: März-Mai & Oktober-Dezember

Preis bei 1-2 Personen: auf [Anfrage](#)

Preis bei 3-6 Personen: 4.590 EUR/Person

Preis bei 7-10 Personen: 4.290 EUR/Person

Preis ab 10 Personen: auf [Anfrage](#)

Während der Jhomolhari-Abschnitt populär, weil auch wunderschön, ist, ist der zweite Abschnitt nur wenig begangen, weil noch wenig bekannt. Im Prinzip folgt die Route einem Hirtenweg durch einsame Gegenden. Ein abwechslungsreicher Mix also, der dir unvergessliche Momente schenken wird.

Die Trekkingtour durchquert beeindruckende Landschaften und führt hinauf auf sechs hohen Pässe, du campierst zu Füßen heiliger Berge und begegnest unterwegs Yakhirten mit ihren grimmig dreinschauenden Tieren. Im langsamen Gehen nimmst du die herrliche Natur mit seinen Grünschattierungen, die Geräusche der sichtbaren und unsichtbaren Tierwelt wahr, lauscht der Stille, die dein steter Begleiter auf der Reise ist. Und dann wieder terrassierte Felder mit freundlich lachenden Menschen, die dir zuwinken und Kuzuzangpo La - den bhutanischen Gruß - zurufen.



Bitte beachte!

Tourencharakter: Keine alpinen Schwierigkeiten. Gute Kondition und Trittsicherheit erforderlich. Gehzeiten bis 8 Stunden pro Tag. Auf- und Abstiege bis zu 1.200m pro Tag.

- [Detailprogramm](#)
- [Preise und Termine](#)
- [Leistungen](#)
- [Als Individualreise](#)

Detailprogramm

Tag 1
Abflug von zu Hause

Tag 2

Das Land des friedlichen Drachen

Langsam gleitet die Maschine der Drukair über ein Mosaik aus Reisfeldern in das enge Parotal und man hat fast das Gefühl, dass die Flügel die Berge streifen. Doch Dank des Geschicks der einheimischen Piloten landen wir schliesslich sicher auf dem kleinen Flughafen des Landes. Die Szenerie ist bereits atemberaubend und wir fühlen uns als wären wir in einer anderen Welt. Nach Ankunft herzliche Begrüßung durch unseren Reiseleiter, der uns am Ausgang in Empfang nimmt. Unser Fahrer bringt dich erstmal zum nahegelegenen Hotel. Je nach Ankunftszeit unternehmen wir noch erste Besichtigungen im Tal wie z.B. einen Besuch im mächtigen Paro Dzong mit seinem schönen Innenhof und im kleinen Kichu Lhakhang, wo sich bereits tolle Fotomotive finden.
Übernachtung in Paro

Tag 3

Über den höchsten Pass des Landes

Gleich am Morgen fahren wir die 35 km lange und vor allem kurvenreiche Straße hinauf zum Chele La - der mit 3988 m als höchster befahrbarer Pass Bhutans gilt. Bei klarem Wetter reicht die Sicht bis zu den schneebedeckten Gipfeln des Jhomolhari Massivs, das zu den höchsten Bergen Bhutans zählt. Vom Pass geht es dann hinunter ins Haa-Tal, das 2700 m über dem Meeresspiegel liegt. Um die Fahrzeit abzukürzen und sich schon mal im Wandern zu üben, gehts auf dem „Haa Valley View Trail“ in ca. eine Stunde zum Städtchen Haa hinab. Das Haa-Tal war für Touristen bis 2002 unzugänglich und auch heute sind es nur wenige, die hierher kommen, was die Ursprünglichkeit des Ortes und dessen Bewohner bewahrt. In Haa werden hauptsächlich Buchweizen und Gerste angebaut, aus denen lokale Spezialitäten wie Hontoe (gefüllte Teigtaschen aus Buchweizen) zubereitet werden. Von der Lodge aus gehts dann erstmal gemütlich entlang des Flusses Haa Chhu zum Dorf Yangthang. In etwa 1,5 Stunden erreichen wir die kleine Häuseransammlung, in der die Uhren noch etwas langsamer ticken. Übernachtung in Haa



Am höchsten Pass Bhutans, dem Chele La

Tag 4

Das mystische Tal der Wächter

Auch heute geht es wieder hoch hinauf. Wir fahren zu einem Kloster, das nur selten von Touristen besucht wird. Vom Tal aus nicht zu sehen, befindet es sich hinter einem der drei heiligen Berge an eine Felswand klebend. Mit dem Auto fahren wir bis zu einem kleinen Plateau, wo sich ein paar Häuser befinden und wir unsere Wanderung starten. Nach ca. 20 Minuten durch einen märchenhaften Wald gelangen wir hinüber zu dem Felsenkloster. Von dort aus geht es dann nach einem kurzen Anstieg bis zu einem alten Chorten. Hier zweigt ein Pfad ab, der durch den Bergwald in ca. 1 Std. hinunter ins Tal führt und entlang des Flusses erreichen wir dann wieder den Ort Haa. Wir schlendern etwas durch den Ort, der noch seinen ursprünglichen Charme bewahrt hat und dann gehts zurück in unsere Lodge, wo uns im Garten eine Tasse Tee erwartet. Wer Lust hat kann die Umgebung noch etwas auf eigene Faust erkunden. Übernachtung in Haa

Tag 5

Nach Thimphu

Heute geht es entlang des Tales in Richtung Chusum, wo sich ein ehemaliger Gefängnis-Dzong (Dobji Dzong) befindet, zu dem wir noch kurz eine Wanderung unternehmen. An der belebten Kreuzung in Chusom nehmen wir die Straße nach Thimphu und durch wild zerklüftete Schluchten erreichen wir in ca. 1 Std. die Hauptstadt des Landes. Thimphu liegt in einem Talkessel der von hohen Bergen eingerahmt ist und eine 51 m hohe Buddha Statue thront auf einem Hang über der Stadt, die wir noch besuchen werden. Unser Guide zeigt uns am Nachmittag noch einige der interessantesten Sehenswürdigkeiten Thimphus, wie u.a. der Platz am Memorialchorten, wo sich ständig Pilger aufhalten, die ins Gebet versunken die Stupa umrunden. Übernachtung in Thimphu



Reisfelder beim Dzong von Thimphu

Tag 6

Nach Wangdue

Den Vormittag nützen wir noch um hinauf zur Buddha Statue zu fahren, denn dann ist es besonders schön dort oben. Danach besuchen wir noch eine Schule für Handwerkskuenste, genannt Zorig Chusum, und schauen den Schülern etwas über die Schulter. Am Nachmittag geht es dann hinauf zum Dochu La, wo uns 108 Chorten und eine herrliche Aussicht erwarten. Wie eine Perlenkette reihen sich hier in der Ferne die höchsten Berge Bhutans aneinander und bilden die Grenze zu Tibet. In Serpentinaen schlängelt sich die Strasse dann durch lianenbehangenen Mischwald hinunter ins tiefer gelegene Tal von Wangdue Phodrang, wo wir noch einen Spaziergang durch Reisfelder zum kleinen Chimi Lhakhang unternehmen, der auf einer Anhöhe steht. Übernachtung in Wangdue Phodrang

Tag 7

Wandern

Von Wangdue Phodrang geht es erst ein Stück mit dem Auto bis nach einer Biegung der imposante Punakha Dzong ins Blickfeld kommt. Wie ein gestrandetes Schiff liegt das mächtige Gebäude auf einer Landzunge die von zwei klaren Gebirgsflüssen umspült wird. Nach dem Besuch im Dzong geht es ein Stück zu Fuss zur längsten Hängebrücke Bhutans, die den Mo Chhu (Vaterfluss) überspannt. Dort wartet bereits unser Fahrzeug um uns tiefer in das abgelegene Seitental zu bringen. Wieder überqueren wir den Fluss und starten beim kleinen Dorf Samdenkha zu unserer ca. 3 ½ stündigen Wanderung. Vorbei an dem malerischen Dorf geht es erstmal etwas bergauf bis wir das kleine

Kloster Chiligang erreichen. Von nun an geht es bergab. Durch herrlichen Pinienwald mit schönen Ausblicken auf die Umgebung, windet sich der Pfad hinunter ins Tal und schliesslich gelangen wir wieder zum Ausgangspunkt, dem Punakha Dzong zurueck. Wenn noch Zeit bleibt machen wir noch einen Abstecher zu einem kleinen Nonnenkloster. Übernachtung in Wangdue Phodrang

Tag 8

Zurück nach Paro

Über den Dochu La fahren wir am Morgen wieder zurück nach Thimphu und bummeln noch etwas auf eigene Faust durch die Stadt. Am späten Nachmittag geht es dann weiter nach Paro, wo wir unsere Sachen für den Trek vorbereiten. Übernachtung in Paro

Tag 9

Ins Nest des Tigers

Heute erwartet uns eines der Highlights der Reise, die wunderschöne Wanderung hinauf zum Taktshang Kloster (Kloster Tigernest), das sich in einer Höhe von 2.950 Metern auf einem Felsvorsprung über dem Tal erhebt. Von unten kann man kaum den Weg erkennen, der hinüber zum Klosterkomplex führt und die Legende, das Guru Rinpoche hierher „geflogen“ ist, erscheint einem nicht so abwegig. Mehrere Gebäude kleben an dem schwarzen Felsen und ragen ca. 800 m über dem Tal auf. Viele tibetische Heilige kamen hierher, um an diesem hoch spirituellen Ort zu meditieren, allen voran Milarepa bereits im 11. Jahrhundert. Auch hier gilt „der Weg ist das Ziel“ und die ca. 2 stündige Wanderung hinauf zum Kloster zählt mit zu den Schönsten in ganz Bhutan. Gestärkt an diesem spirituellen Ort geht es zur Ruine des Drukyel Dzongs und von dort auf einer holprigen Straße weiter bis nach Sharna, den Ausgangspunkt unseres Treks, wo unsere Trekkingmannschaft bereits das Camp in einem schönen Wäldchen für uns vorbereitet hat.



Das Tigernest-Kloster Taktshang

Tag 10

Nach Thangthangka

Durch einen Wald von Kiefern, Ahorn, Eichen und Rhododendren geht es weiter flussaufwärts durch den Jigme Dorji National Park vorbei an Chorten und über kleine Brücken. Ca. 2 Std. sind es bis zum Steinhaus Shing Karapa (3.100 m) auf einer Lichtung. Bald danach erreichen wir die Abzweigung zum Tremo La, dem alten Handelsweg zwischen Tibet und Bhutan. Schließlich kommen wir zu einer Lichtung namens Thongo Samba. (3.250 m). Etwa die halbe Strecke ist bereits geschafft. Nach einiger Zeit geht es über eine Brücke und man kommt zu einem alten Chorten und von hier aus zweigt eine Route ab ins Soi Yaksa Valley. Heute können wir den ersten Blick auf Jhomolhari (7314 m) werfen, die Herrin der Götterberge und heiligsten Berg des Landes. Die schneebedeckte Kuppel taucht plötzlich auf, wie aus dem Nichts. Das Lager errichten wir in Thangthangkha auf 3.630 m. Gehzeit ca. 7 - 8 Std./22 km/Aufstieg 685 m

Tag 11

Nach Jangothang

Am Morgen zeigt sich uns der 7000er Chomolhari (Jhomolhari) in all seiner Pracht und vorbei an den ersten Yakherden, die friedlich auf den Wiesen am Fluss grasen, Manimauern und vereinzelt kleinen Bauernhäusern geht es zum Fuße des Jhomolhari-Massivs, wo unsere Begleiter vor der Ruine eines verlassenen Forts das Lager aufschlagen. Yakzucht gehört zur Lebensgrundlage der hier ansässigen Bewohner. Aus Yakmilch wird außerdem Käse und Butter hergestellt. Steinerner Chorten umgeben das Lager und ein kleiner Bach durchquert den Lagerplatz in Jangothang auf 4.040 m.

Gehzeit ca. 5 - 6 Std; Aufstieg 550 m, Abstieg 100 m.

Tag 12

Hohe Berge

Am Morgen können wir den Sonnenaufgang direkt von Ihrem Zelt aus genießen. Entspannungstag im Lager mit der Möglichkeit zu Ausflügen zu einem hochgelegenen See bzw. zum Aufstieg einer der vorgelagerten Gipfel mit Blick auf Jhomolhari (7314m) und Jichu Drake (6989m).

Tag 13

Nach Lingzhi

Wir verlassen dieses herrliche Hochtal, überqueren den Paro Chhu und steigen auf zum ersten Pass NyileLa (Sleepy Pass) mit 4890m wo Gebetsfahnen rumflattern. Sie überschreiten die Baumgrenze und betreten ein in Ost-West-Richtung verlaufendes Gletschertal. Nachdem Sie einige Zeit am Bergrücken entlanggewandert sind, können Sie nach einem kurzen Anstieg einen ersten Blick auf Tserim Kang (6789m) und das vor Ihnen liegende Lingshi werfen. Sie lassen den Ort allerdings links liegen und folgen dem Grat nach links zu einem keinen Armeeposten und weiter ins Mo Chhu Tal, wo Sie Ihr Lager aufschlagen. Kleine Yak-Karawanen kommen schon mal am Lager vorbei, da die Bewohner von Lingshi von hier aus ihre Waren aus Thimphu hochbringen.

Gehzeit ca. 7 Std. Aufstieg 820 m, Abstieg 910 m.



Am Trek

Tag 14

Über den Yele La

Heute starten wir sehr früh, denn es liegt ein langer Trekkingtag vor Ihnen. Nachdem wir einige Zeit in dem Hochtal entlang gewandert sind, geht es vorbei an einigen kleinen Bergseen und weidenden Yaks hinauf zum Yele La (4.950 m). Der Weg windet sich zwischen teilweise großen Felsen bis zur Passhöhe hinauf, dort erwartet uns dann allerdings ein herrlicher Ausblick auf die umliegenden Berge. Der Abstieg ist aufgrund des herumliegenden Gerölles mit etwas Vorsicht zu genießen. Wir folgen dem Weg hinunter nach Shodu entlang des Thimphu Chhu, zweigen dann aber ab um ins Camp in Walethang (4.160 m) zu gelangen.

Gehzeit 8 Stunden. Aufstieg 940 m, Abstieg 870 m.

Tag 15

Nach Gangtsa

Und wieder heißt es einen Pass zu überqueren. Der heutige Tag startet mit einem ca. 3-stündigen stetigen Aufstieg auf einem alten Yakhirten-Pfad zum Ledi La (4.700 m) und unberührte Wildnis umgibt uns. An den Ufern eines kleinen Sees folgen wir einem guten Trail der dann zwischen hoch aufragenden Felsen zu unserem nächsten Camp (Gang-tsa 3.800 m) bei einem Unterstand von Yakhirten führt.

Aufstieg 550 m, Abstieg 900 m. Gehzeit ca. 7 - 8 Std.

Tag 16

Zum heiligen See

Wir folgen dem Tal flussabwärts und überqueren den Tango Chari Chhu, dank einer neuen Brücke ist das nun ohne Probleme möglich. Entlang eines Bergrückens geht es dann in ein weiteres Tal. Ein gemütlicher Aufstieg führt uns durch Pinienwald und über Geröll zum Heiligen See von Jigmelangtsho (3.880 m) wo wir campen.

Gehzeit ca. 6 - 7 Std.

Tag 17

Der letzte Pass

Noch einmal heißt es ein paar Pässe zu überqueren und zwar auf der trad. Route des Druk Path Trek, der wir heute folgen. Erst geht es über den Yusa La (4.380 m) und wieder etwas bergab um dann den Dung Tsho La (4.300 m) zu überschreiten. Immer wieder ergeben sich tolle Ausblicke auf die umgebende Landschaft und vereinzelt kreuzen Yaks unseren Weg. Unser Camp errichten wir auf einer Hochebene, genannt Labana auf 4.100 m Höhe. Gehzeit ca. 6 Stunden

Tag 18

Geschafft!

Die letzte Etappe des Treks führt uns über den letzten Pass (Labana 4.200 m) von wo aus sich ein herrlicher Blick auf die schneebedeckten Gipfel an der Grenze zu Tibet ergibt. Sogar der höchste Berg von Bhutan, der Gangkhar Phuensum (7.570 m) ist in der Ferne sichtbar. Wir erreichen schließlich den Klosterkomplex von Phajoding und unter uns liegt bereits Thimphu. Auf einem schönen Pfad durch gemischten Bergwald erreichen wir das kleine Kloster Choekhortse von dort ist es nicht mehr weit bis zum Radiotower, wo unser Fahrzeug wartet.

Geschafft! Während wir zurück nach Paro fahren, lassen wir nochmals die herrliche Landschaft an uns vorbeiziehen und dann gehst im Hotel unter die wohlverdiente Dusche. Wer Lust hat kann nochmal durch Paro bummeln um ein letztes Souvenir zu erstehen oder den Tag gemütlich ausklingen lassen und die Sachen packen für die Heimreise. Übernachtung in Paro

Tag 19

Goodbye Bhutan

Transfer zum Flughafen und Rückflug nach Delhi. Abholung und Transfer in ein flughafennahes Hotel bis zum Weiterflug nach Hause.

Tag 20

Flug nach Hause

Preise und Termine

Eckdaten für Jhomolhari-Naro-Trek als **Individualreise**:

- Beste Reisezeit: **März-Mai & Oktober-Dezember**
- Preis bei 1-2 Personen: auf [Anfrage](#)
- Preis bei 3-6 Personen: **4.590 EUR/Person**
- Preis bei 7-10 Personen: **4.290 EUR/Person**
- Preis ab 10 Personen: auf [Anfrage](#)
- EZZ: **390 EUR**

Leistungen

- Services ab/bis Delhi
- Zimmer in flughafennahem Hotel in Delhi
- Unterkünfte in Standardhotels / Unterbringung im Doppelzimmer
- Zeltlager während der Trekkingtage
- Reiseleitung durch erfahrenen englischsprachigen Guide aus Bhutan
- Vollpension in Bhutan
- Sämtliche Fahrten/Transfers lt. Programm
- Alle Eintritte und Permits inkl. Visum für Bhutan
- Begleitmannschaft während des Trekking
- Abgaben an das Department of Tourism lt. staatlicher Regelung

Nicht inkludiert

- Flüge nach Delhi und Paro (können gerne vermittelt werden)
- Reiseversicherung
- Trinkgelder
- Getränke
- Visum für Indien

- Impfungen
- Schlafsack
- Zusätzliche Kosten, die durch Krankheit, Unfall, Routenänderung aufgrund von höherer Gewalt usw. entstehen
- Zusatzkosten, die durch Flugausfälle oder -verschiebungen entstehen

Als Individualreise

Die Terminwahl überliegt Dir, gerne sind wir aber behilflich den für Dich passenden Zeitraum zu finden.

Selbstverständlich kannst Du die Reise auch an Deine Bedürfnisse anpassen lassen: **verlängern, verkürzen oder verändern!** Wir sind für (fast) alles offen.

Gerne bieten wir die Reise auch für **Einzelreisende** an. Wir bitten jedoch um Einverständnis, dass wir unter Umständen zur Hauptreisezeit davon absehen müssen.

Zur Reiseanmeldung

Diese Reise könnte dich auch interessieren



Land der Berge und erleuchteter Buddha

Kulturreise mit Dagala-Trek

Diese außergewöhnliche Wander- und Kulturreise richtet sich an die NaturliebhaberInnen da draußen und führt sie ins Zauberland Bhutans, in die wunderschönen Täler von Paro, Haa und Punakha. Komm mit auf Wanderungen zu ursprünglichen Dörfern und in Orte voller Spiritualität.

Preise & Termine unter diesem [Link](#)

Wenn du Fragen zu dieser Reise hast, schreib uns einfach:

Name (Pflichtfeld)

E-Mail-Adresse (Pflichtfeld)

Telefonnummer

Betreff

Nachricht

*Ich stimme zu, dass meine eingegebenen Daten für den Zeitraum der Bearbeitung - nämlich zur Beantwortung meiner Anfrage und Information über angefragte Produkte und Services - gespeichert und verarbeitet werden. Meine Daten werden nicht länger als drei Monate gespeichert. Und sollte die Bearbeitung meines Anliegens insgesamt länger dauern, so werden meine Daten spätestens mit Abschluss der Bearbeitung gelöscht.

Senden