

Über den Himalaya

Trekking vom Tsomoriri über den Parang La (5.600m) nach Spiti
mittel - fordernd



Lake Tsomoriri (c) Barbara Esser

Wir verbinden in diesem Programm die Höhepunkte gleich zweier indischer Himalaya-Staaten: Ladakh und Himachal Pradesh mit Spiti. Von Delhi aus geht es direkt in die Himalaya-Stadt Leh, wo Sie die ersten drei Nächte zur Akklimatisierung mit einem ausgiebigen Sightseeing beginnen. Dann geht es schon höher hinaus - über den 5.300m hohen Chang La - im Taxi/Bus bis zum türkis-blauen Grenzsee **Pangong**. Der zum größten Teil schon in China gelegene See liegt bereits auf über 4.500m und bereitet somit optimal auf das anschließende Trekking über den Parang-Pass nach Spiti vor.

Das **zehntägige Trekking** ist anspruchsvoll, aber überaus reizvoll und verbindet die zwei wohl schönsten tibetisch-buddhistischen Regionen Indiens: Ladakh & Spiti

Weiter geht es über das grüne **Lahaul-Valley** nach Kullu, und am Ende der Tour noch nach **Dharamsala** in die bedeutendste Ansiedlung der tibetischen Exilgemeinde. McLeod Ganj ist darüber hinaus auch der Sitz Seiner Heiligkeit des Dalai Lama.



Gruppenreise: Ladakh, Spiti & mehr

Preis: **2.090 EUR** (inkl. Flug Dharamsala-Delhi)

Termin: **05. September-27. September 2020**

Status: **verfügbar**



Als Individualreise: Wähle deinen Wunschtermin!

Beste Reisezeit: August-September

Preis für 1 Person: auf [Anfrage](#)

Preis für 2-3 Personen: 2.290 EUR/person (inkl. Flug Dharamsala-Delhi)

Preis ab 4 Personen: 2.090 EUR/Person (inkl. Flug Dharamsala-Delhi)

Preis ab 8 Personen: auf [Anfrage](#)

Eine eindrucksvolle Reise, die die schönsten Plätze des tibetischen Buddhismus mit einem eindrucksvollen Trekking verbindet.

Höhepunkte auf einen Blick

- Der tiefblaue Tsomoriri-See
- Einblicke ins Leben der Nomaden
- Querung des 5.600m hohen Parang-Pass
- Entdecke Himachal Pradesh: Spiti, Manali & das tibetische Exil in McLeod Ganj

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

Detailprogramm

Tag 1

Abflug von zu Hause

Tag 2

Ankunft in Delhi und Weiterflug nach Leh

In Delhi angekommen werden Sie je nach Weiterflug zum anderen Terminal gebracht oder Sie bleiben am selben Terminal und gehen nur einen Stock höher. Der Flug über den Himalaya und die Landung in Leh ist ein Abenteuer für sich und selbst wenn Sie müde von der langen Anreise sind, wird Sie dieses Erlebnis schnell wachrütteln. In Leh erwartet Sie bereits Ihr Guide am Flughafen und bringt Sie in Ihre Unterkunft, in der Sie sich am ersten Tag zur besseren Akklimatisierung NUR entspannen. (Bewusst haben wir am ersten Tag keine Aktivitäten eingeplant, da dies für die Anpassung an die Höhe unbedingt erforderlich ist!) F,M,-

Tag 3

Im Fokus: Leh

Der erste Sightseeing-Tag ist zur Gänze Leh gewidmet. Auf den ersten Blick erscheint die Hauptstadt Ladakhs chaotisch und wenig reizvoll, doch wenn man genauer hinblickt, entdeckt man viele spannende Seiten. Sie besuchen das zentrale Stadtkloster - die Gonpa Soma -, den Basar von Leh mit seinen Marktfrauen, die frisches Gemüse aus ihren Gärten verkaufen und den Polo-Platz, wo lange vor den Briten bereits Polo gespielt wurde. Nach dem Mittagessen im Hotel bleibt etwas Zeit, um sich auszuspannen, denn der zweite Teil des Programms beginnt erst am späteren Nachmittag. Im Auto geht es hoch zum Tsemo-Kloster, dann zu Fuß vorbei an grünen Feldern und schönen ladakhischen Häusern, lachenden Kindern und freundlichen Leh-pas (die Einwohner Lehns) ins versteckte Kloster Samkhar. Den Abschluss des Tages bildet die in den 80er Jahren errichtete Shanti-Stupa, von der aus man ganz Leh und das Industal überblickt. F,M,-

Tag 4

Mönche & Nonnen

Nach dem Frühstück geht es nach Hemis, wo ein verstecktes Kloster steht, das zu den reichsten Klöstern Ladakhs zählt. Wir lassen uns ausgiebig Zeit und erkunden das geschichtsträchtige Kloster, bevor wir im kontrastreichen Nonnenkloster Nyerma zu Mittag essen und Einblicke in das Leben der Nonnen Ladakhs bekommen. Zu Fuß wandern wir dann in das benachbarte Kloster Thikse, das ob seiner exponierten Lage und der eindrucksvollen Architektur sicherlich zu den schönsten Klöstern Ladakhs zählt. In jedem Fall dürfte es das meistfotografierteste sein. Am späten Nachmittag bringen wir Sie zurück ins bereits vertraute Gästehaus in Leh. F,M,-

Tag 5

Grenzsee

Nach einem zeitigen Frühstück geht es in den Osten Ladakhs, an die Grenze zu Tibet. Zuerst aber queren wir den 5.300m hohen Chang-Pass (in unseren bequemen Taxis/Bus). Wir betreten den Changthang, die Fortsetzung des tibetischen Hochplateaus auf tibetischem Boden und kommen schließlich - nach einer rund 5-stündigen Fahrt - am Pangong-See an, der zu zwei Drittel bereits in Tibet liegt. Weil der See auch bereits auf 4.500m Höhe liegt, bereitet uns die Nacht am Pangong auch optimal auf das Trekking vor. Nächtigung im Hotel (sehr simpel!) oder Deluxe Camp. F,M,A



Der Pangong-See bereitet optimal auf die Höhe beim Trekking vor

Tag 6

Salzsee

Es geht retour über den Chang La für kurze Zeit ins Industal. Doch dann wird abgebogen und Sie fahren hoch zum nächsten hohen Pass, dem Taglang La (5.400m) bevor es hinunter zum wilden Salzsee Tsokar geht, wo wir das Nachtlager auf ca. 4.500m aufschlagen. F,M,A

Tag 7

Das Trekking beginnt

Vom Tsokar ausgehend fahren wir in ca. 1 Std. nach Numa, wo wir das Trekking beginnen und bis Thaktsago trekken. Camp auf 4.750m. Gehzeit: ca. 4 Stunden. F,M,A

Tag 8

Trekking nach Zozogong

Trekking nach Zozogong über den Thelekong La 5020m in ca. 6-7 Stunden und Camp auf 4800m. F,M,A

Tag 9

Trekking nach Thargang

Trekking nach Thargang in 5-6 Stunden und Camp auf 4750m. F,M,A

Tag 10

Trekking nach Latho

Trekking nach Latho Yokma 4660m in ca. 4-5 Stunden. F,M,A

Tag 11

Trekking nach Kiangdam

Trekking nach Kiangdam 4536m in ca. 5 Stunden. F,M,A



Die Kiang (Wildesel) sind im Changthang weit verbreitet

Tag 12

Trekking nach Norbu Sumda

Trekking nach Nurbu Sumdo 4520m via Chumik Shalde in ca. 4-5 Stunden. F,M,A

Tag 13

Trekking nach Katpa Buzak

Trekking nach Katpa Buzak 4625m in ca. 5 Stunden. F,M,A

Tag 14

Trekking nach Tharang Yokma

Trekking nach Tarang Yokma in ca. 5-6 Stunden und Camp auf 4700m.. F,M,A

Tag 15

Trekking zum Parang La Basecamp

Trekking ins Parang La Basecamp 5050m in ca. 5-6 Stunden (Querung des Parang-Flusses am Weg).
F,M,A

Tag 16

Trekking nach Tangltak über den Parang La

Trekking nach Thaltak 4600m über den Parang La (5580m) in ca 9-10 hours.

Achtung: Dieser Tag ist lang und anstrengend, jedoch kann im Notfall ein anderes Lager gewählt werden. F,M,A

Tag 17

Trekking nach Kibber

Unsere Trekkingtour endet nach einer gut 3stündigen Wanderung auf einer Höhe von 4.120m. Die Taxis/Bus warten bereits in Kibber und bringen uns in die Hauptstadt von Spiti, nach Kaza.

Besichtigung des Klosters Kyi am Weg. Nächtigung im Gästehaus. F,M,A

Die Region in der das Trekking stattfindet

Tag 18

Sightseeing & Losar

Wir sehen uns heute einige Höhepunkte von Spiti an und fahren anschließend nach Losar.

Nächtigung im Gästehaus. F,M,A

Tag 19

Zwischenstopp Manali

Wir fahren über den Kunzomla 4550m nach Manali. Entlang des Chandra Flusses ins Lahaul-Tal bevor wir das fruchtbare Kullu-Tal erreichen und den Rothang Pass mit 3.986m queren (der während der Monsunzeit immer wieder stark verschlammt ist - hier kann es zu längeren Wartezeiten kommen!).

Nächtigung im Hotel. F,-,A

Tag 20

Little Tibet

Wir fahren heute nochmals ca. 4-5 Stunden und kommen dann endlich in der größten tibetischen Exilgemeinde der Welt an. McLeod Ganj ist auch Sitz Seiner Heiligkeit des Dalai Lama. Wir beziehen ein nettes kleines Hotel. F,-,-

Tag 21

Tee mit dem Dalai Lama?

Das wird es wohl leider nicht, trotzdem wird der heutige Sightseeing-Tag viel mit dem höchsten religiösen Würdenträger der Tibeter zu tun haben. Am Abend feiern wird den Abschluss der Tour mit einem schmackhaften Abendessen. F,-,A

Tag 22

Flug nach Delhi

Am Nachmittag fliegen wir nach Delhi und je nach Ankunftszeit bleiben Sie gleich am Flughafen für

den Weiterflug nach Hause oder es geht für ein paar Stunden Rast in ein Flughafennahes Hotel. F,-,-

Tag 23

Flug nach Hause

Preise und Termine

Eckdaten auf einen Blick für die **Gruppenreise:**

Preis: **2.090 EUR (inkl. Flug Dharamsala-Delhi)**

Termin: **05. September-27. September 2020**

Min/Max TN: **4/10**

EZZ: **250 EUR**

Status: **verfügbar**

Eckdaten auf einen Blick für die **Individualreise:**

- Beste Reisezeit: **August-September**
- Preis für 1 Person: auf **Anfrage**
- Preis für 2-3 Personen: **2.290 EUR/Person** (inkl. Flug Dharamsala-Delhi)
- Preis ab 4 Personen: **2.090 EUR/Person** (inkl. Flug Dharamsala-Delhi)
- Preis ab 8 Personen: auf **Anfrage**
- EZZ: 250 EUR

Bei Reisen ausserhalb der Hauptreisezeit (Juli und August) bieten wir die Reise mit einem Nachlass von -5% auf den Reisepreis an!

Leistungen

- Services ab/bis Delhi
- Unterkünfte in Gästehäusern/Standardhotels/Deluxe Camps/Camp mit Verpflegung lt. Detailprogramm / Unterbringung im Doppelzimmer/Doppelzelt
- Reiseleitung durch englischsprachigen Guide
- Campingequipment exkl. Schlafsack
- Koch, Helfer, Pferde am Trek
- Sämtliche Fahrten/Transfers lt. Programm
- Alle Eintritte und Permits

- Ab 2020: Inklusive Flug Dharamsala-Delhi

Nicht inkludiert

- Flüge (auf Wunsch können wir Ihnen gerne entsprechende Flüge vermitteln, was besonders für die Strecke Dharamsala-Delhi empfohlen wird)
- Versicherungen (eine Reiseversicherung abzuschließen wird empfohlen)
- Trinkgelder
- Getränke
- Visum für Indien
- Impfungen
- Zusätzliche Kosten, die durch Krankheit, Unfall, Routenänderung aufgrund von höherer Gewalt usw. Entstehen
- Zusatzkosten, die durch Flugausfälle oder -verschiebungen entstehen

Als Individualreise

Die Terminwahl obliegt 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

Das solltest du vor der Reise lesen

- [Allgemeine Infos über Ladakh](#)
- [10 Regeln für Ladakh](#): Um (ungewollte) kulturelle Missverständnisse zu vermeiden
- [Das Wetter in Ladakh](#)
- [Unsere Top 10 Restaurants in Leh und Tipps rund ums Essen](#)

- [Tipps zur Höhenanpassung](#)
- [Unsere Pack- und Medikamentenliste](#)
- [Infos rund ums Visum für Indien](#)
- [Reiseversicherung](#)
- [Unsere Reisebedingungen](#)
- [Karten, Bücher und Links](#)
- [Häufig gestellte Fragen](#)
- Noch mehr Infos über Ladakh auf der Homepage der [Ladakh-Gesellschaft](#)

Diese Reise könnte dich auch interessieren



[Ladakh: Der Himmel der Nomaden](#)

Atemberaubendes Trekking im Changthang (Nomadenland Ladakhs) mit Besteigung eines 6000ers (kann auch ohne Besteigung absolviert werden); ab 4 TN
Reise auch individuell ab 1-2 Personen buchbar
Termine und Preise findest du auf der zugehörigen Seite



Plätze verfügbar

Wenn du Fragen zu dieser Reise hast, kannst du uns hier schreiben

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