

# Bauern & Nomaden

14 Tage Trekking in Markha & Changthang

mittel

Diese Trekkingtour führt anfangs durch das bekannte Markha-Valley, biegt dann vor der Hochebene Nimaling nach rechts ab und führt über den 5.000m hohen Pass Kongmaru-La ins Nomadenland Changthang. Dort ändert sich die Landschaft. Während die Täler im Markha-Valley noch tiefer und niedriger sind und man sich von Dorf zu Dorf bewegt, wird es in Ruphsu-Kharnak weiter, weicher, und die Dörfer werden ersetzt durch nomadische Ansiedelungen im Changthang, die je nach Jahreszeit bewohnt oder leerstehend sind.

Die Tour kombiniert auf eine attraktive Weise zwei Lebenswelten, zwei Landschaften, zwei Seiten. Spannend und entspannend, atemberaubend und beruhigend, wild und weich, beides zugleich.

## Lass dich von den zwei Gesichtern Ladakhs verzaubern: Markha & Changthang

### Die Höhepunkte auf einen Blick

- Wanderungen durch das berühmte und schöne Markha-Valley
- Begegnung mit Bauern und Nomaden
- Abwechslungsreiche Landschaft mit sehr hohen Pässen im Changthang
- Die Weiten des Nomadenlands

### Die Eckdaten auf einen Blick

- Beste Reisezeit Juli - September
- Ab 1 Person
- Preis: auf Anfrage
- Dauer: 14 Tage

# Detailprogramm

Tag 1

Chilling - Skyu

Fahrt nach Chilling und trek nach Skyu in ungefähr 3 Stunden. Nächtigung im Camp

Tag 2

Trekking nach Markha

(3.800m), 6-7 Stunden

Tag 3

Trekking nach Tamachan

(4.100m), 5 Stunden

Tag 4

Ins Basislager des Zalong Karpo La

5-6 Stunden



Vom fruchtbaren Markha-Valley geht es in die Weiten des Changthang

Tag 5

Über den Zalungkarpo La

Trek nach Sogra (4.200m) via Zalungkarpo la (5.200m), 6-7 Stunden

Tag 6

Trekking nach Dat

(4.300m), 5-6 Stunden

Tag 7

Über den Yar La

Trek nach Lungmoche (4.600m) via Yar la (4,950m), 7-8 Stunden



Nomadenmädchen (c) Barbara Esser

Tag 8

Trekking nach Zhabuk

Tag 9

Trek und Fahrt nach Numa via Narbus

Tag 10

Trekking ins Barma La Basislager

(5.100m), 4-5 Stunden

Tag 11

Über den Barma La

Trek nach Rachung Karu via Barma la (5.800m), 6-7 Stunden



Am Tsomoriri (c) Markus Brixle

Tag 12

Über zwei Pässe

Trek nach Gyama via Kyamayuri la (5.420m) und Kartse la (5.390m), 6-7 Stunden

Tag 13

Auf die Alm der Nomaden

Trek nach Korzok Phu via Yarlung Ngyau la (5.440m), 5-6 Stunden

Tag 14

Trek nach Korzok und Fahrt nach Leh

Die Region in der das Trekking stattfindet

---

Da es sich hier um ein reines Trekkingpaket handelt, ist unbedingt in Eigenregie oder in Absprache

mit uns auf eine Akklimatisierung im Vorfeld Rücksicht zu nehmen. Wir raten in jedem Fall zu 3 Tagen in/um Leh vor Trekkingstart.

Bei Interesse nimm mit uns Kontakt auf: [daniela@gesar-travel.com](mailto:daniela@gesar-travel.com) oder [tashi@gesar-travel.com](mailto:tashi@gesar-travel.com)

### **Wichtiger Hinweis zu dieser Tour**

Bitte beachte die große Höhe in der das Trekking stattfindet! Die Tour beginnt zwar auf „gemäßigten“ Höhen im Markha-Valley und steigert sich sukzessive, dennoch kann es höhenbedingt zu Anpassungsschwierigkeiten kommen. Beachte unsere [Hinweise zur Höhenanpassung!](#)

### **Leistungen**

- Reiseleitung durch englischsprachigen lokalen Guide
- Trekkingsupport mit Koch/Helfer/Pferden
- Camping-Equipment exkl. Schlafsack
- Alle Eintritte und Permits

### **Nicht inkludiert**

- Reiseversicherung
- Trinkgelder
- Getränke, ausser Tee/Wasser/Kaffee
- 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

Zur Reiseanmeldung

## 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