



## Abenteuer Tibet-Bahn

Unterwegs auf der höchstgelegenen Eisenbahnlinie der Welt

Mit dem technischen Meisterwerk Lhasabahn, der höchstgelegenen Eisenbahnlinie der Welt, fahren Sie nach Tibet. Als Höhepunkt durchqueren Sie während mehreren Tagen das «Dach der Welt» und erhalten Einblick in das einfache Leben in der kargen tibetischen Hochebene. Auf der nepalesischen Seite erwarten Sie üppig grüne Hochtäler, die das Auge erfreuen.

### AUF EINEN BLICK

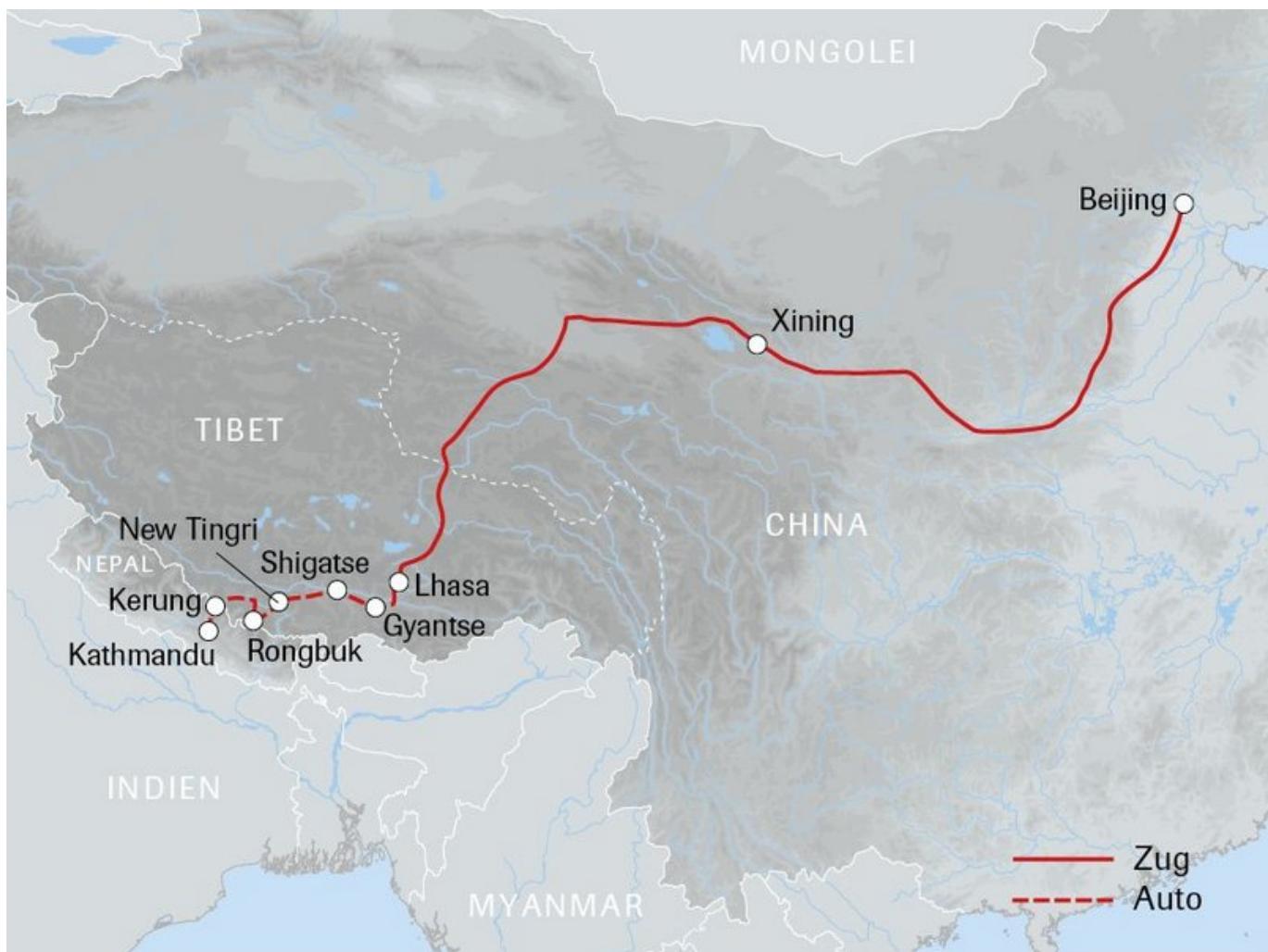
- |  |                           |
|--|---------------------------|
| An Ihrem Wunschdatum buchbar             | ab CHF 4'900.-            |
| China / Nepal                            | Individualreise           |
| Individualreise                          |                           |
| • Höchstgelegene Eisenbahnlinie der Welt |                           |
|  | • Die goldene Stadt Lhasa |
|  | • Tibetische Hochebene    |
|  | • Hochtäler von Nepal     |



## Reisedaten

Diese Individualreise ist an Ihrem Wunschdatum buchbar.  
Wir beraten Sie gerne zur besten Reisezeit und Verfügbarkeit der Unterkünfte.

## Reiseroute





## Reiseprogramm

### **1. Tag: Abfahrt in Peking**

Transfer zum Bahnhof in [Peking](#) und Fahrt mit dem Zug Richtung Xining. Übernachtung im Zug.

*Inbegriffene Mahlzeiten: ohne Mahlzeiten*

### **2. Tag: Richtung Südwesten**

Vormittags Ankunft in Xining. Ausflug zum Museum für traditionelle tibetische Medizin. Anschliessend Zugfahrt nach [Lhasa](#). Übernachtung im Zug.

*Inbegriffene Mahlzeiten: ohne Mahlzeiten*

### **3. Tag: Ankunft in der goldenen Stadt Lhasa**

Ab Golmud fahren Sie auf der eigentlichen Strecke der Lhasabahn. Sie fahren am höchsten Bahnhof der Welt auf 5068 Meter vorbei nach Lhasa. Ankunft am Mittag und Transfer zum Hotel.

Übernachtung in Lhasa.

*Inbegriffene Mahlzeiten: Mittagessen*

### **4. Tag: Der Potala-Palast und Besuch einer Handwerkstatt für Räucherwerke**

Am Morgen besichtigen Sie den imposanten Potala-Palast sowie die traditionelle Barkhor-Strasse.

Am Nachmittag folgt der Besuch des bedeutenden Jokhang Tempels. Anschliessend erhalten Sie in einer Handwerksstätte Einblick in die Herstellung traditioneller tibetischer Räucherwerke und fertigen unter Anleitung ein eigenes Exemplar an. Übernachtung in Lhasa.

*Inbegriffene Mahlzeiten: Frühstück, Mittagessen*

### **5. Tag: Pa Bang Kar Tempel und Sera-Kloster**

Am Morgen besuchen Sie den Pa Bang Kar Tempel, einen der ältesten Tempel Lhasas und vermutlich Ursprungsort der tibetischen Schrift. Von dort aus unternehmen Sie eine Wanderung zum rund 9 km entfernten Sera-Kloster, welches Sie im Anschluss besichtigen. Rückfahrt nach Lhasa und Besuch einer traditionellen Handwerksstätte für Teppichknüpfkunst. Übernachtung in Lhasa.

*Inbegriffene Mahlzeiten: Frühstück, Mittagessen*

### **6. Tag: Yamdrok Tso**

Heute beginnt die Reise Richtung Nepal. Nach einigen Stunden Autofahrt geniessen Sie vom Kamba-La-Pass einen herrlichen Ausblick auf den heiligen See Yamdrok Tso. Übernachtung in Gyantse.

*Inbegriffene Mahlzeiten: Frühstück, Mittagessen, Abendessen*

### **7. Tag: Kumbum Chörten und der Tashilunpo**

Besuch des beeindruckenden Kumbum Chörten. Anschliessend Weiterfahrt nach Shigatse und Besichtigung des bedeutenden Tashilhunpo-Klosters, Sitz des Panchen Lama. Übernachtung in Shigatse.

*Inbegriffene Mahlzeiten: Frühstück, Mittagessen, Abendessen*

### **8. Tag: Kloster Sakya und New Tingri**

Auf der heutigen Etappe nach New Tingri (Shekar) machen Sie einen Abstecher zum Kloster Sakya. Danach überqueren Sie den Gyatso-La-Pass auf 5520 m ü. M. Übernachtung in einem einfachen Gasthaus in New Tingri.

*Inbegriffene Mahlzeiten: Frühstück, Mittagessen, Abendessen*

### **9. Tag: Rongbuk**

Fahrt zum Rongbuk Kloster. Bei klarem Wetter ist der Blick auf den 8844m hohen Mount Everest



unvergesslich. Bei schönem Wetter eignet sich die Region zudem für eine kurze Wanderung in der Umgebung des Klosters. Übernachtung in einem sehr einfachen Gasthaus in der Nähe des Klosters.  
*Inbegriffene Mahlzeiten: Frühstück, Mittagessen, Abendessen*

### **10. Tag: Über den Himalaya**

Wieder auf der Hauptstrasse, nehmen Sie die letzten hohen Pässe in Angriff. Die lange Tagesetappe bringt Sie in die Grenzregion zu Nepal. Übernachtung in einem sehr einfachen Gasthaus in Kerung.  
*Inbegriffene Mahlzeiten: Frühstück, Mittagessen, Abendessen*

### **11. Tag: Nach Nepal**

Kurz nach Kerung überqueren Sie die Grenze zu Nepal, wo Sie von Ihrer nepalesischen Reiseleitung erwartet werden. Sie fahren durch die üppig grüne Südseite des Himalaya in Richtung Hauptstadt Kathmandu. Das heutige Ziel ist ein Bauernhof in der Nähe von Kathmandu, in welchem Sie übernachten.

*Inbegriffene Mahlzeiten: Frühstück, Abendessen*

### **12. Tag: Kathmandu**

Frühstück auf dem Bauernhof. Anschliessend unternehmen Sie eine Wanderung im Shivapuri Nagarjun Nationalpark. Nach der Wanderung, Transfer nach Kathmandu. Übernachtung in Kathmandu.

*Inbegriffene Mahlzeiten: Frühstück, Lunchbox*

### **13. Tag: Kathmandu**

Nach dem Frühstück Individuelle Weiterreise oder Verlängerung Ihres Aufenthaltes in Kathmandu.

*Inbegriffene Mahlzeiten: Frühstück*

## **Programm- und Preisänderungen vorbehalten**

### **Im Preis inbegriffen**

- Englisch sprechende Reiseleitung in Xining sowie ab Tag 4 bis Tag 11 (bis Grenze Nepal)
- Englisch sprechende Reiseleitung in Nepal Tag 12 für die Wanderung
- Bahnfahrt Peking-Xining-Lhasa in Hard-Klasse im 4-Bett-Abteil
- 6 Übernachtungen in Mittelklassehotels, 3 Übernachtungen in einfachen Gasthäusern, 1 Übernachtung auf einem Bauernhof inkl. Frühstück
- 14 Hauptmahlzeiten
- Transfers und Überlandfahrten
- Besichtigungen und Eintritte gemäss Programm
- Sonderbewilligung Tibet  
Beitrag zu Klima- und Naturschutz (CHF 25.00)



## Im Preis nicht inbegriffen

- Anschlussreise ab/bis Schweiz
- Visagebühren
- Getränke
- Trinkgelder und persönliche Auslagen
- Versicherungen

## Preise pro Person

- Doppelzimmer ab CHF 4'900.-
- Einzelzimmerzuschlag ab CHF 3'920.-

Die Preise sind Richtpreise und können je nach Reisezeit variieren.

## Hinweise

Tibet war einst auf dem Landweg kaum erreichbar – der Weg zu beschwerlich, die Pässe zu hoch und die Distanzen zu gross. Mit der Lhasabahn ist die abgeschiedene Gegend am Fusse des Himalayas der Welt ein Stück näher gekommen und lädt Sie zu einem Besuch ein.

### Tibet-Bahn

Informationen zur Tibet-Bahn finden Sie [hier](#).

### Politische Lage

Aufgrund der politischen Lage im Tibet, erlässt die chinesische Regierung immer wieder neue Einreisebestimmungen, schränkt das Reisen ein oder sperrt das ganze Gebiet für Touristen. Bitte informieren Sie sich vor der Planung Ihrer Reise über die aktuelle Lage und Bestimmungen bei Ship'N'Train Travel. Kurzfristige Programmänderungen vorbehalten.

### Beste Reisezeit und Lage von Tibet

Die beste Reisezeit ist zwischen Mai und Oktober. Tibet liegt auf einer Hochebene.

### Gesundheit

In Höhen über 2800 Metern sollten Sie grosse Anstrengungen meiden, viel Wasser trinken und auf Warnsignale Ihres Körpers achten. Wie der Einzelne auf grosse Höhen reagiert, lässt sich kaum voraussagen. Wir empfehlen Ihnen, vor der Abreise Ihren Hausarzt zu konsultieren.

### Überlandfahrten

Ausdauer für lange Überlandfahrten ist wichtig. Die Tagesetappen zwischen den einzelnen Orten können auch einmal bis zu acht Stunden dauern.

### Unterkunft

Komfort und Infrastruktur entsprechen oft nicht westlichem Standard (vor allem ausserhalb von Lhasa). Nicht jede Unterkunft verfügt über warmes Wasser oder eine Heizung. Im Winter kann es im Tibet sehr kalt werden. Wir empfehlen daher zusätzlich einen eigenen Schlafsack mitzunehmen.

