

# TIBET



## HÖHEPUNKTE DER REISE

Auf der höchstgelegenen Bahnstrecke der Welt fahren Sie von Xining nach Lhasa und lassen die spektakuläre Bergwelt des Himalayas an sich vorbeiziehen. Kreisende Gebetsmühlen, flatternde Gebetsfahnen und flackernde Butterlampen, debattierende Mönche im Klosterhof und zottelige Yaks, die im Schatten schneebedeckter Siebentausender grasen - Szenen vom Dach der Welt!



## TIBET – MIT DER BAHN AUF DAS DACH DER WELT



### Reiseprogramm

#### Tag 1 | Abflug

Nonstopflug vom gebuchten Flughafen nach Peking.

#### Tag 2 | Ankunft in Peking

Nach der Ankunft in Peking erwartet Sie die örtliche Reiseleitung am Flughafen und bringt Sie zu Ihrem Hotel. Der Rest des Tages ist programmfrei. Von Ihrem zentralgelegenen Hotel sind viele interessante Orte wie „Wangfujing-Straße“ und „Platz des Himmelsfriedens“ zu Fuß zu erreichen.

#### Tag 3 | Xining: Treffpunkt von drei Religionen

Sie fliegen weiter nach Xining, Hauptstadt der Provinz Qinghai: Willkommen in Osttibet! An dieser Nahtstelle dreier Lebenswelten treffen tibetisch-lamaistische, chinesische und islamische Kultur aufeinander. Sie besuchen zunächst das lamaistische Kloster Kumbum. Im Gegensatz zu den Klöstern des tibetischen Hochlandes können Sie hier starke chinesische Einflüsse in der Architektur ausmachen. Im Kontrast dazu steht die Moschee von Xining. Nun ist es endlich soweit: Die erste Etappe Ihrer rund 2.000 km langen Reise mit der Tibetbahn beginnt. Die Nachtfahrt führt quer durch die Provinz Qinghai (1.Klasse, 4 Personen-Abteil).

#### Tag 4 | An Bord einer Bahnlegende

Der Himmelsweg, wie die Einheimischen die



Lhasa-Bahn nennen, ist eine Ansammlung von Superlativen. Was es damit auf sich hat, werden Sie heute am sprichwörtlich eigenen Leib erfahren. Draußen am Fenster zieht eine manchmal unwirklich und beeindruckend schöne Landschaft vorbei, die Sie auf die nächsten Tage einstimmen wird. Der Tangula-Pass ist mit 5.072 m Höhe der weltweit höchste Punkt, über den eine Eisenbahnstrecke führt. Atmen Sie tief durch, lehnen Sie sich zurück und genießen Sie die grandiosen Ausblicke, bis Sie am Spätnachmittag in Lhasa einrollen!

#### Tag 5 | Lhasa - höchste Heiligtümer

Längst wohnt der Dalai Lama nicht mehr im Potala-Palast. Doch an Faszination hat sein Winterpalast deswegen kein bisschen verloren. Hoch über der Stadt thront der Potala als Manifestation des mystischen, tantrischen Buddhismus. Golden erhebt sich sein Dach schwebend über Lhasa, umspinnen von hauchzarten Wolken. Hinter seinen Mauern: Tausende Stupas, Heiligtümer und Kostbarkeiten. Am Nachmittag wandeln Sie weiter auf den Spuren des 14. Dalai Lama und besuchen den Norbulingka, seinen Sommerpalast. In ihm verbrachte er seine schönsten und seine schwersten Stunden.

#### Tag 6 | Jokhang, Drepung und Sera

Vom belebten Barkhor-Platz aus betreten Sie das Nationalheiligtum Tibets, den Jokhang-Tempel. Hier erleben Sie die tiefe Religiosität der Tibeter. In der Umgebung



von Lhasa erkunden Sie zwei weitere bedeutende Klosteranlagen der Gelugpa aus dem frühen 15. Jh. Das Kloster Drepung war als ehemalige Residenz der Dalai Lamas stets das politische Zentrum der Gelugpa. In der Klosteruniversität Sera sollten Sie Ihr Augenmerk besonders auf die tantrische Fakultät und auf die große Versammlungshalle richten.

#### Tag 7 | Die spektakuläre Passstraße nach Shigatse

Auf der Busfahrt nach Gyantse überqueren Sie die Pässe Kampa La und Karo La auf rund 5.000 m Höhe. Spektakuläre Ausblicke auf die Bergwelt des Himalaya machen diese Fahrt zu einem überwältigenden Erlebnis. Weidende Yaks und Nomaden begleiten Sie. Immer wieder bleibt Zeit für Stopps zum Luftholen, Genießen, Beinevertreten und Erleben. Vom Kampa La blicken Sie auf den türkisblau schimmernden Yamdrok-See, der in der Ferne von den Gletschern des heiligen Berges Nöjin Kangsa überragt wird. Himmel und Erde scheinen sich in ihm wie in einem riesigen Spiegel zu vereinen. Nach der Ankunft in der früheren Handelsstadt Gyantse besichtigen Sie das Kloster Pälkhor Chöde. Berühmt ist vor allem der Kumbum, der einzige heute noch existierende begehbare Reliquienschrein. Weiterfahrt nach Shigatse.

#### Tag 8 | In die Region Tsang

In Shigatse, der zweitgrößten Stadt Tibets, besuchen Sie das Kloster Tashilhunpo, der Sitz des Panchen Lama. Neben dem Dalai





Lama war er der ranghöchste Würdenträger der Gelugpa, der „Tugend-Schule“. Wegen der Kopfbedeckungen ihrer Anhänger auch als „Gelbmützenschule“ bezeichnet, entwickelte sich diese Lehrrichtung seit dem 17. Jh. zur vorherrschenden religiösen und politischen Kraft Tibets. Schon aus der Ferne glitzert Ihnen golden das Tashilunpo-Kloster entgegen, fromm umwandeln Pilger die Mauern der Residenz des Panchen Lama. Beim Fluss Yarlung biegen Sie ab Richtung Norden und zurück nach Lhasa. Die Straße führt über weite Strecken entlang des Flusses Tsangpo. Von den Tibetern als „Fluss, der vom Himmel kommt“ verehrt, fließt er später als Brahmaputra durch die tiefste Schlucht des Himalaya in Richtung Indien.

### Tag 9 | Lhasa - Peking

Nutzen Sie den freien Vormittag für einen individuellen Bummel durch die Altstadt. Schauen Sie noch einmal über den Markt. Zum Mittagessen treffen Sie sich wieder und fahren zum Flughafen. Sie fliegen von Lhasa zurück nach Peking (ggf. mit Zwischenstopp). Gegen Mitternacht Rückflug nach Deutschland.

### Tag 10 | Heimreise

Verarbeiten Sie die vielen Eindrücke auf dem Rückflug und lassen Sie die intensiven Erlebnisse dieser einzigartigen Reise noch einmal Revue passieren. Ankunft am Morgen in Deutschland und individuelle Heimreise.



### Individuelle Verlängerung in Peking

Für alle Teilnehmer, die zum ersten Mal in China sind, empfehlen wir ein Anschlussprogramm in Peking.

### Tag 9 | Beginn der Verlängerung

Ankunft in Peking und Transfer zum Hotel. Übernachtung in Peking.

### Tag 10 | Himmelstempel

Im Himmelstempel öffnen sich die Tore zum alten China. Wie war das noch mal mit Yin und Yang? Eines ist sicher: Die ewigen Gegensätze des Seins werden Ihnen in Beijing, der Stadt der Kontraste, rund um die Uhr begegnen. Anschließend gehen Sie zum Platz des Himmlischen Friedens. Kaiserpalast: Zwischen den Hallen und Höfen der Verbotenen Stadt lebten und liebten die Söhne des Himmels. Sie tauchen ein in die Kaiserwelt. Normalen Sterblichen war es bei Todesstrafe verboten, den Palast ohne Genehmigung zu betreten, und erst seit 1949 sind Besichtigungen möglich.

### Tag 11 | Die Große Mauer

Mit der Seilbahn schweben oder lieber kraxeln? Das entscheiden Sie am Vormittag. Wie auch immer Sie auf die Große Mauer gelangen - der Blick von oben ist einfach grandios! Erkunden Sie das gewaltige Bauwerk nach Lust und Laune. Sie besuchen die Festung Badaling, inmitten einer eindrucksvollen Gebirgsgegend. Die Große Mauer



erstreckt sich über 5755 km vom Gelben Meer bis zur Wüste Gobi. Die ersten Befestigungen sind mehr als 2000 Jahre alt. Sie galt als eines der Weltwunder und ist, vom Mond aus betrachtet, das einzig erkennbare Bauwerk auf unserem Planeten. Anschließend besuchen Sie die Ming-Gräber und die Seelenallee. Durch einen Besuch der olympischen Stätten gelangen Sie zurück in die Gegenwart: Vogelnest, Wasserwürfel & Co. kennen Sie sicher aus dem Fernsehen.

### Tag 12 | Paläste

Der Vormittag ist frei. Nachmittags besuchen Sie den Sommerpalast. Zwischen Pavillons, Pagoden und Palasttheater erweckt der Reiseleiter die Geschichte der letzten Kaiser zum Leben. Zu den sehenswerten Bauten gehören ein fast 1 km langer, holzüberdachter Wandelgang, der „Palast der Freude und des langen Lebens“, die 17-Bogen-Brücke und das ungewöhnliche Marmorschiff. Nach einem gemeinsamen Abendessen fahren Sie zum Flughafen.

### Tag 13 | Heimflug

Gegen Mitternacht Rückflug nach Deutschland. Ankunft am Morgen und individuelle Heimreise. Änderungen im Programmablauf bleiben vorbehalten.

Es gelten die Allgemeinen Reisebedingungen des Reiseveranstalters.







### Eingeschlossene Leistungen:

- Linienflüge vom gebuchten Flughafen nach Peking und zurück inkl. Bordverpflegung
- Inlandsflüge Peking-Xining und Lhasa-Peking in der Economy-Class
- Alle Flughafen und Flugsicherheitsgebühren sowie aktuelle Kerosinzuschläge
- Rundreise in landestypischen Reisebussen, andere Verkehrsmittel laut Programm
- 6 Übernachtungen/Frühstück in Peking (5 Sterne), Lhasa und Shigatse (4 Sterne), Unterbringung in Doppelzimmern mit Bad/WC, Klimaanlage und Telefon
- Halbpension am 3. Tag und vom 5. bis 9. Tag Vollpension
- Bahnfahrt in der 1. Klasse/4-Bettabteil von Xining nach Lhasa
- Deutsch sprechende Reiseleitung
- Reiserücktrittskostenversicherung
- Reisepreissicherungsschein
- Reiseführer zur Reisevorbereitung

### Nicht eingeschlossene Leistungen:

- Visabesorgung

### Eingeschlossene Leistungen Anschlussprogramm:

- Transfers in Peking
- 3 Übernachtungen/Frühstück in Peking in einem 5-Sterne-Hotel, Unterbringung in Doppelzimmern mit Bad/WC, Klimaanlage und Telefon
- Deutsch sprechende Reiseleitung
- Besichtigung inkl. Eintrittsgelder gemäß Programm
- 2 Mittagessen und 1 Abendessen

**Mindestteilnehmerzahl Tibet:** 10 Personen

**Mindestteilnehmerzahl Anschlussprogramm:** 7 Personen



**REISEVERANSTALTER: REISEDienstBARTSCH GMBH**  
 Neichener Heide 18 • D-53604 Bad Honnef  
 Telefon (0 22 24) 98 98 98 • Fax (0 22 24) 98 98 94  
 info@rdb-reisen.de • www.rdb-reisen.de

