

## LADAKH: Lamayuru Trek und Besteigung des Stok Kangri Trekkingtour durch Zaskar mit Besteigung des Stok Kangri (6121 m)

Trekkingreise durch das landschaftlich einmalige Zaskar. Nach der Besichtigung von Leh und den vielen umliegenden buddhistischen Klöstern wandern wir auf abgelegenen Wegen von Lamayuru durch die weite, karge Berglandschaft des Nordindischen Himalaya. Unser Trek führt uns über mehrere Pässe und vorbei an vielen kleinen, ursprünglichen Dörfern. Hier erleben wir tibetische Kultur in unverfälschter Form.

Den alpinistischen Höhepunkt der Tour bildet die Besteigung des 6000ers Stok Kangri, von dessen Gipfel aus wir ein unvergleichbares Panorama über die Gebirgsketten von Ladakh und Zaskar genießen können.

Am Ende der Reise Fahrt nach Agra mit Besuch des Taj Mahal und Fatehpur Sikri.



### Reiseablauf

#### 1 Tag: Ankunft in Indien

Individuelle Ankunft in Neu-Delhi und Transfer zu unserem Hotel. Am Nachmittag bleibt Zeit ein paar Sehenswürdigkeiten der indischen Hauptstadt zu entdecken. Bei einem gemeinsamen Abendessen werden die letzten Details der Reise besprochen.

#### 2 – 5 Tag: Flug nach Leh und Akklimatisierung

Mit einer kleinen Maschine fliegen wir nach Leh, der Hauptstadt von Ladakh und Zaskar. Die kleine Stadt liegt auf ca. 3500 Metern am Rande einer grünen, fruchtbaren Gebirgsoase inmitten der kahlen und trockenen Berglandschaft Nordindiens. Die gesamte Region Ladakh ist stark von tibetischem Buddhismus geprägt und wir haben Zeit, die kleine Stadt auf eigene Faust zu erkunden.

Aufgrund der großen Höhe von Ladakh sind die ersten Tage der Reise eine wichtige Zeit zur Höhenakklimatisierung. Wir verbringen die kommenden Tage in und um Leh mit Besichtigungen der großen buddhistischen Klöster, der Altstadt von Leh und weiteren kulturellen Höhepunkten.

Nach der landschaftlich beeindruckenden Fahrt durch das fruchtbare Indus-Tal und der Besichtigung von mehreren Klosteranlagen, die teilweise burgähnlich an den kahlen Berghängen thronen, erreichen wir nach einer Zwischenübernachtung in Alchi das Dorf Lamayuru und sein großes Kloster.

Am 5. Tag der Reise unternehmen wir eine erste Wanderung von Lamayuru über den Prinkti La bis in die Nähe des Ausgangspunkts unserer Trekkingtour in Hinju, wo wir auch auf unsere Begleitmannschaft treffen werden.

#### 6 – 12 Tag: Trekkingtour durch Zaskar von Lamayuru ins Stok-Kangri-Basislager

Die erste Woche unserer Trekkingtour führt uns durch die unvergleichlich schöne Berglandschaft von Ladakh und Zaskar. Die karge Gebirgswelt mit beeindruckenden Fels- und Steinformationen ähnelt einer Hochgebirgswüste, die in starkem Kontrast zu den fruchtbaren, grünen Oasen der kleinen Dörfer steht.



an denen wir regelmäßig vorbeikommen. Oftmals bauen wir unsere Zeltlager in der Nähe von Dörfern auf, so haben wir Kontakt mit den sehr liebenswerten und freundlichen Ladakhi.

Die Einwohner von Zaskar und Ladakh stammen aus Tibet und halten ihre buddhistische Kultur und Tradition nach wie vor aufrecht.

Wir werden im „Land der hohen Pässe“, wie Zaskar auch genannt wird, mehrere Pässe queren: Konzke La (4950 m), Dundunchen La (4800 m), Ganda La (5000 m) und genießen von diesen Aussichtspunkten die Ausblicke auf die weite und beeindruckende Bergwelt Nordindiens.

Nach dem letzten Pass der Tour (Stok La, 4880 m) erreichen wir das Basislager des Stok Kangri.

*Begleitet werden wir von einem kleinen Team, das sich um die Lager und Verpflegung kümmern wird. Die Ausrüstung wird von einer kleinen einheimischen Mauleselkarawane übernommen. Zusätzlich werden wir von einem Koch und einem Bergführer begleitet.*

### **13 – 15 Tag: Besteigung des Stok Kangri**

Nach einem wohlverdienten Rasttag im Basislager besteigen wir in einem langen Tag den 6137 Meter hohen Stok Kangri.

Die Besteigung beginnt in den frühen Morgenstunden und im Schein unserer Stirnlampen. Bald erreichen wir den anfänglich flachen Gletscher und steigen an mehreren Spaltenzonen vorbei über Eis- und Firnfelder.

Der letzte Aufschwung vom südöstlichen Sattel bis zum Gipfel führt über steiles und oftmals gefrorenes Schottergelände. Am Gipfel erwartet uns ein Panoramablick der Extraklasse über die unendlich scheinende Bergwelt des Indischen Himalayas. Bei perfektem Wetter können sogar die entfernten 8000er des Karakorum erblickt werden...

Nach einer ausgiebigen Gipfelrast steigen wir bis in das Basislager ab und verbringen eine letzte Zeltnacht in der beeindruckenden Berglandschaft des Indischen Himalayas.

Am letzten Tag unserer Tour steigen wir durch eine beeindruckende Schlucht bis in das kleine Dorf Stok ab. Hier verabschieden wir uns von unserer Mannschaft und fahren nach Leh zurück, wo ein gemütliches Hotelzimmer und eine erste Dusche auf uns warten.

### **16 Tag: Freier Tag in Leh**

Der heutige Tag in Leh steht zur freien Verfügung. Bei schlechtem Wetter am geplanten Gipfeltag kann auf diesen Puffertag zurückgegriffen werden, um einen zweiten Gipfelversuch zu starten.

### **17 Tag: Rückflug nach Delhi und Fahrt zum Taj Mahal in Agra**

Am Vormittag Flug von Leh zurück in die indische Hauptstadt Delhi und Fahrt nach Agra. Am Nachmittag besichtigen wir die berühmten Sehenswürdigkeiten der Stadt, Höhepunkt ist das herrliche Taj Mahal, im Abendlicht ein Schauspiel der Extraklasse.

*Dieser Ausflug ist fakultativ und kann bei Buchung auf Wunsch gestrichen werden.*

### **18 Tag: Fatehpur Sikri und Heimflug oder Weiterreise**

Am Vormittag haben wir Zeit die ehemalige Mogul-Hauptstadt Fatehpur Sikri zu besichtigen, ebenfalls ein beeindruckendes UNESCO-Weltkulturerbe. Am Nachmittag Rückfahrt nach Delhi. Am Abend je nach Flugverbindung Transfer zum Flughafen und Heimflug oder Weiterreise.

### **19 Tag: Flug und Ankunft in Europa**

***Gerne kann Ihr Aufenthalt in Indien individuell verlängert werden.***

## Reisedetails

**Beste Reisezeit: Juli bis September**

**Reisedauer:** 19 Tage

**Trekkingdauer:** 10 Tage

**Fixtermin und Preis:**

06.07. – 24.07.2020  € 2.990,- pro Teilnehmer

28.07. – 15.08.2020  € 2.990,- pro Teilnehmer

**Teilnehmer:** 2 – 10 Personen

*Reisepreis Schweiz: ca. CHF 3.590,-*

**Schwierigkeit: mittel bis anspruchsvoll**

Gehzeiten von 6 bis 7 Std. pro Tag. Aufstiege bis zu 1000 Hm pro Tag.

**Stok-Kangri-Besteigung:** Am Gipfeltag 1100 Hm im An- und Abstieg auf teils steilem, schotterdurchsetztem Gelände. Schwindelfreiheit und gute Trittsicherheit Voraussetzung. Erfahrung mit Steigeisen von Vorteil.

**Leistungen:**

- Ab 6 Teilnehmern zusätzliche Reiseleitung durch österreichischen Berg(Wander)Führer
- Reiseleitung und Bergführung durch einheimischen Climbing Sherpa und Bergführer am Trek
- Trekkingmannschaft (inkl. Koch, Mauleselführer und Maulesel)
- Besteigungsgebühren Stok Kangri sowie alle weiteren Permits und Gebühren
- Notfall-Sauerstoff
- Während der Tour Übernachtung in geräumigen Zelten – 2 Teilnehmer im 3-Personen-Zelt
- Vollpension ab/bis Leh, in Delhi nur Frühstück
- Übernachtungen in den Städten in guten Mittelklassehotels (3\* indischer Standard)
- Flug Delhi – Leh – Delhi
- Alle nötigen Fahrten, Transfers, Flughafentransfers laut Programm
- Besichtigungen in Leh und Agra mit einheimischem Reiseleiter (englischsprachig) und Eintrittsgebühren laut Detailprogramm

**Nicht enthaltene Leistungen:**

- Flug nach Indien – *Gerne machen wir Ihnen ein Komplettangebot!*
- Visum für Indien (derzeit ca. € 80,-)
- Mahlzeiten (Mittagessen und Abendessen) in Delhi
- Evtl. Besichtigungen und Eintrittsgebühren in Delhi
- Getränke und persönliche Ausgaben
- Trinkgelder
- Einzelzimmerzuschlag: € 220,-
- Einzelzelt gegen Aufpreis möglich



## **LADAKH: Lamayuru Trek und Stok Kangri Besteigung** Trekkingtour durch Zaskar und Besteigung des leichten 6000er Stok Kangri (6120 m)



### **Detailprogramm**

#### **1 Tag: Ankunft in Indien**

Ankunft in Neu-Delhi in den frühen Morgenstunden und Transfer zu unserem Hotel, wo die Zimmer für uns bereitstehen. Nach einem späten Frühstück bleibt Zeit, ein paar Sehenswürdigkeiten der indischen Hauptstadt zu entdecken. Bei einem gemeinsamen Abendessen mit unserem Reiseleiter werden die letzten Details der Reise besprochen.

(A)

#### **2 Tag: Flug nach Leh**

In aller Früh fliegen wir mit einer kleinen Maschine von Delhi nach Leh, der Hauptstadt von Ladakh. Die kleine Stadt liegt auf ca. 3500 Metern am Rande einer grünen und fruchtbaren Gebirgsoase inmitten der kahlen und trockenen Berglandschaft Nordindiens.

Die gesamte Region Ladakh ist stark von tibetischem Buddhismus geprägt, und wir haben heute Zeit, die kleine Stadt auf eigene Faust zu erkunden. Aufgrund der großen Höhe von 3500 Metern sind die ersten Tage der Reise eine wichtige Zeit zur Höhenakklimatisierung.

(F, M, A)

#### **3 Tag: Akklimatisierung und Besichtigungen in Leh**

Den heutigen Akklimatisierungstag verbringen wir mit Besichtigungen der Altstadt von Leh sowie dem Besuch von den großen buddhistischen Klöstern in der näheren Umgebung von Leh.

Übernachtung in einem Hotel in Leh.

(F, M, A)

#### **4 Tag: Besuch von Bago und Alchi**

Wir fahren am Leh-Srinagar-Highway nach Westen durch beeindruckende Berglandschaft: Die Kontraste zwischen dem kargen, wüstenhaften Gebirge und dem immer wieder grünen, teils üppig bewachsenen Flusslauf des Indus bringen uns ins Staunen. Nach ca. 40 km erreichen wir Bago, wo wir das alte verfallene Kloster und die nach wie vor gut erhaltene Buddha-Statue besichtigen werden.

Weiter geht es heute noch nach Alchi, wo wir den großen Klosterkomplex besuchen werden.

Übernachtung in einem Hotel in Alchi.

Fahrt ca. 40 km, 1 Std. (F, M, A)



**5 Tag: Fahrt nach Lamayuru und Wanderung nach Wanla**

Heute fahren wir weiter nach Lamayuru (ca. 2,5 Std.), wo wir die örtliche Gompa besichtigen werden. Anschließend wandern wir über den Prinkti La (3730 m) bis zur kleinen Ortschaft Wanla. Dort wartet wiederum unser Fahrzeug und bringt uns binnen einer Stunde nach Hinju (ca. 3700 m), dem Ausgangspunkt unserer Trekkingtour.

Hier treffen wir auf unsere örtliche Mannschaft, die uns mit ihren Mauleseln die nächsten Tage begleiten wird.

*Fahrtzeit: 3,5 Std., Aufstieg: ca. 200 Hm, Abstieg: ca. 600 Hm, Gehzeit: 3 - 4 Std. (F, M, A)*

**6 Tag: Start der Trekkingtour über den Konzke La nach Sumda**

Nach der Akklimatisierung in den ersten Tagen unserer Reise können wir unsere Trekkingtour in Angriff nehmen und queren heute schon den ersten der vier Pässe unserer Tour. Der Konzke La mit ca. 4950 Meter ist einer der relativ niedrigen Pässe im Zaskar, dem „Land der hohen Pässe“.

Nach dem langen Anstieg steigen wir zum Chumdo-Fluss ab, wo wir unser nächstes Lager aufbauen werden.

*Aufstieg: ca. 1000 Hm, Abstieg: ca. 650 Hm, Gehzeit: ca. 6 Std. (F, M, A)*

**7 Tag: Zum Basislager des Dundunchen La**

Eine etwas kürzere Etappe, die nach der gestrigen ersten Herausforderung Möglichkeit zur Erholung bietet, führt uns über einen kleinen Pass bis zum Lager am Fuße des Dundunchen La, den wir morgen überqueren werden.

*Aufstieg: ca. 500 Hm, Abstieg: ca. 600 Hm, Gehzeit: ca. 4 Std. (F, M, A)*



**8 Tag: Über den Dundunchen La nach Chilling**

Ein relativ kurzer Anstieg führt uns auf die Passhöhe des Dundunchen (ca. 4800 m). Hier haben wir Zeit die Aussicht und das grandiose Panorama zu genießen, vor dem wir den langen Abstieg bis zum Dorf Chilling (ca. 3250 m) in Angriff nehmen.

*Aufstieg: ca. 600 Hm, Abstieg: ca. 1500Hm, Gehzeit: ca. 5 - 6 Std. (F, M, A)*

**9 Tag: Am Zaskar-Fluss und in das Stok-Gebirge**

Eine abwechslungsreiche Etappe führt uns heute am Zaskar-Fluss und später am Markhu-Fluss stromaufwärts in Richtung Südosten bis wir nach ca. drei Stunden die bewässerten Felder und Obstbauplantagen des kleinen Dorfes Skiu (ca. 3400 m) erreichen.

Hier beginnen wir den langen Anstieg in Richtung Ganda La nach Norden in die beeindruckende Bergkette des Stok, südlich von Leh und dem Indus Tal gelegen. Auf der kleinen Hochalm von Shingo (ca. 4150 m) unterhalb des Ganda La bauen wir unser Nachlager auf.

*Aufstieg: ca. 900 Hm, Gehzeit: ca. 6-7 Std. (F, M, A)*

### **10 Tag: Der hohe Ganda La**

Heute steht mit der Überschreitung des Ganda La (4974 m) eine längere Etappe am Programm. In den frühen Morgenstunden ist die Passhöhe schnell erreicht, von hier aus eröffnet sich uns der Blick nach Norden und auf die weitere Tagesetappe. Vom Ganda La aus steigen wir knapp 700 Höhenmeter ab bis oberhalb des kleinen Dorfes Rumbak (4280 m). Hier bauen wir unser Nachtlager auf.

*Aufstieg: ca. 850 Hm, Abstieg: ca. 700 Hm, ca. 6 Std. (F, M, A)*

### **11 Tag: Zum Basislager des Stok La**

Wir verlassen unser Lager und wandern weiter nach Osten in Richtung des Stok La, unseres letzten Passes, den wir morgen überschreiten werden. Knapp unterhalb des Stok La bauen wir unser Lager auf ca. 4500 Metern auf.

*Aufstieg: ca. 400 Hm, Abstieg ca. 100 Hm, ca. 5 - 6 Std. (F, M, A)*

### **12 Tag: Über den Stok La in das Basislager des Stok Kangri**

Der Stok La ist der letzte Pass der Tour. Wir steigen auf den 4880 m hohen Pass auf, von dem sich nochmals weite Ausblicke vom Stok Kangri bis zum Karakorum bieten. Anschließend steigen wir über die Hochalm Smankarmo bis in das Basislager des Stok Kangri bei Yarlas. Hier auf ca. 5000 Meter wird das Basislager für die Besteigung des Stok Kangri aufgebaut.

*Aufstieg: ca. 1000 Hm, Abstieg: ca. 500 Hm, ca. 6 - 7 Std. (F, M, A)*



### **13 Tag: Rasttag im Basislager**

Der heutige Tag dient als Rasttag vor der Besteigung des Stok Kangri, bzw. kann dieser Tag im Falle von schlechtem Wetter auch schon im Vorfeld verplant werden. Zeit, die Ausrüstung für die Gipfelbesteigung nochmals zu sortieren. Auch kleinere Ausflüge können auf eigene Faust unternommen werden.

*(F, M, A)*

### **14 Tag: Besteigung des Stok Kangri**

In den frühen Morgenstunden starten wir in die lange Besteigung des Stok Kangri. Nach ca. zwei Stunden Gehzeit im Schein der Stirnlampen erreichen wir das vorgeschobene Basislager. Hier betreten wir bald den flachen Gletscher. Vorbei an mehreren großen Spaltenzonen führt der Aufstieg danach in etwas steileres Gelände, bis wir nach einem steilen Firnfeld den südöstlichen Sattel erreichen.

Von hier geht es auf teils vereisten Schotter- und Geröllhängen bis zum 6137 Meter hohen Gipfel des Stok Kangri, der nach tibetisch-buddhistischer Tradition mit unzähligen Gebetsfahnen markiert ist.

Vom Gipfel aus bietet sich ein 360° umfassendes Panorama über die unendlich weite Bergwelt des Indischen Himalayas: Unzählige Bergketten, kahle Täler und vergletscherte Gipfel! Im Westen dominiert das beeindruckende Kun-Nun-Massiv den Horizont. Bei perfekten Bedingungen können sogar die 8000er des Karakorum erkannt werden – wahrlich ein unvergesslicher Anblick, der für den langen und anstrengenden Anstieg belohnt.



Wir steigen am gleichen Weg wieder bis ins Basislager ab, wo eine wohlverdiente, etwas verspätete Mittagsmahlzeit wartet.

*Aufstieg: ca. 1100 Hm, Abstieg: ca. 1100 Hm, Gehzeit: ca. 8 - 10 Std. (F, M, A)*

#### **15 Tag: Abstieg nach Stok und Ende der Bergtour**

Wir verlassen das Basislager und steigen ab bis zum Dörfchen Stok (3600 m). Der Weg führt durch eine teils enge Schlucht, vorbei an beeindruckenden Sandstein Formationen. Wir erreichen Stok am frühen Nachmittag und beenden unsere Bergtour. Rasch ist die Begleitmannschaft verabschiedet und bald schon fahren wir zurück nach Leh. In Leh beziehen wir wieder unser gemütliches Hotel.

*Abstieg: ca. 1400 Hm, Gehzeit: ca. 4 Std. (F, M, A)*

#### **16 Tag: Freier Tag in Leh**

Der heutige Tag in Leh steht zur freien Verfügung.

Bei schlechtem Wetter am geplanten Gipfeltag kann auf diesen Puffertag zurückgegriffen werden, um einen zweiten Gipfelversuch zu starten.

*(F, M, A)*

#### **17 Tag: Rückflug nach Delhi und Fahrt nach Agra**

Am Vormittag Flug von Leh in die indische Hauptstadt Delhi. Wir werden am Flughafen abgeholt und fahren mit einem privaten Minibus in ca. 4 Stunden nach Agra. Am Nachmittag besuchen wir die berühmten Sehenswürdigkeiten von Agra: das rote Fort (UNESCO Weltkulturerbe) und als Höhepunkt das Taj Mahal (UNESCO Weltkulturerbe), im Abendlicht ein Schauspiel ohne Seinesgleichen!

*Hotelübernachtung Agra, (F)*

#### **18 Tag: Fatehpur Sikri und Rückfahrt nach Delhi**

Nach einem gemütlichen Frühstück fahren wir nach Fatehpur Sikri, einem weiteren UNESCO Weltkulturerbe. Die ehemalige Hauptstadt des Mogul Reiches wurde im 16. Jahrhundert erbaut und ist nach wie vor in seinem vollen Glanz erhalten.

Wir haben Zeit durch die weitläufige und architektonisch beeindruckende Anlage zu streifen.

Am Nachmittag fahren wir nach Delhi zurück und bald schon heißt es Abschiednehmen von Indien.

In einem Hotel nahe dem Flughafen können wir uns vor dem Heimflug frisch machen. Nach einem letzten indischen Abendessen heißt es Abschied nehmen und je nach Flugverbindung geht es gegen Mitternacht zum Indira-Gandhi-Flughafen.

*(F)*

*Auf Wunsch kann der Ausflug nach Agra individuell gestrichen werden. Dies muss uns spätestens bei Buchung bekannt gegeben werden. Auf Grund der Wetterverhältnisse in Ladakh kann es auch in der Hauptsaison zu Flugverzögerungen bzw. Ausfällen kommen. Deshalb ist dieser Puffertag vor dem internationalen Flug von Delhi nach Europa wichtig. Statt der Fahrt nach Indien kann z.B. ein Entspannungsaufenthalt in Delhi organisiert werden.*

#### **19 Tag: Flug und Ankunft in Europa**

*Mahlzeiten: F: Frühstück*

*M: Mittagessen*

*A: Abendessen*

***Gerne kann Ihr Aufenthalt in Indien verlängert werden.***