

LADAKH Familienreise – Rafting, Kulturprogramm und Trekking

Himalaya-Abenteuer in Nordindien



Inhalt

| | |
|---|----|
| Programmübersicht, Termine und Preise | 2 |
| Unsere Leistungen | 3 |
| Schwierigkeitsbewertung | 4 |
| Höhenakklimatisierung | 4 |
| Voraussetzung und Vorbereitung | 4 |
| Komfort-Bewertung | 5 |
| Ein typischer Trekkingtag in Ladakh | 5 |
| Ausführliches Detailprogramm | 6 |
| Ausrüstungsliste | 9 |
| Länderinformation | 10 |
| Wichtige Reiseinformationen, Geld, usw. | 11 |
| Visum, Buchung und Zahlungsmodalitäten | 12 |

Höhepunkte der Reise

- Sightseeing in Delhi - Einheimische, deutschsprachige Reiseleiter in Delhi
- Flug nach Leh und Besichtigungen der buddhistischen Klöster von Shey, Thiksey und Lamayuru.
- Spannendes Rafting am Indus, einem der längsten Flüsse Asiens.
- Vier Tage Trekking im Ripchar Tal – von Lamayuru nach Chilling über zwei aussichtsreiche Pässe. Die Tour führt durch das landschaftlich beeindruckende Zaskar, das durch seine karge, minerale Bergwelt besticht. Wir passieren regelmäßig kleine Dörfer entlang der Trekkingtour und können mit den freundlichen Einwohnern in Kontakt treten.
- Anschließend Fahrt von Leh über den Khardung La in das malerische Nubra-Tal. Hier erleben wir Sanddünen, Kamele und Balti-Dörfer inmitten der Bergwelt von Ladakh.
- Nach dem Rückflug nach Delhi Besichtigung des UNESCO-Weltkulturerbe Taj Mahal in Agra.
- Besuch eines Elefanten-Pflegeheims, wo die sanften Riesen aus der Nähe beobachtet werden können.

| TAG | PROGRAMM |
|-----|--|
| 1 | Ankunft in Indien und Besichtigung von Delhi |
| 2 | Flug nach Leh |
| 3 | Besichtigungen um Leh |
| 4 | Wanderung durch Leh und Besichtigungen |
| 5 | Raftingtour von Phey nach Nimo, Weiterfahrt nach Lamayuru |
| 6 | Besuch von Lamayuru und Start in die Trekkingtour |
| 7 | Trek über den Konzke La nach Sumda |
| 8 | Zum Basislager des Dundunchen La |
| 9 | Über den Dundunchen La nach Chilling, Rückfahrt nach Leh |
| 10 | Fahrt von Leh über den Khardung La ins Nubra Tal |
| 11 | Tagesausflug im Nubra Tal zum Balti-Dorf Turtuk |
| 12 | Rückfahrt nach Leh |
| 13 | Rückflug nach Delhi und Fahrt nach Agra |
| 14 | Ausflug Elephant Conservation Centre, Rückfahrt nach Delhi |
| 15 | Heimflug und Ankunft in Europa oder Reiseverlängerung |



Preise

| ANZAHL PERSONEN | PREIS |
|--------------------------|------------|
| 2 Erwachsene + 1 Kind* | € 6.550,- |
| 2 Erwachsene + 2 Kinder* | € 9.950,- |
| 4 Erwachsene + 3 Kinder* | € 14.950,- |

*Kindertarif bei Übernachtung im Familienzimmer

Gerne machen wir ein Angebot je nach Gruppenzusammensetzung!

Die Preise gelten ab/bis Bishkek (exkl. Internationaler Flug)
 Gerne bieten wir Ihnen ein Komplettpaket an, inkl. internationalem Flug ab Ihrem Wunschflughafen!

Frühbucherrabatt pro Person: € 50,- bei Buchungen, die spätestens 6 Monate vor Reisebeginn bei uns einlangen.

Wissenswertes

- Beste Reisezeit: Juli bis September
- Individuelle Familienreise für Kinder ab 10 Jahren inkl. Vollpension
- Reiseleitung und Bergführung durch einheimischen Bergführer am Trek
- 9 Tage Zelt-Trekkingtour mit Übernachtungen in Zelten mit Vollverpflegung
- Übernachtungen in den Städten Delhi, Leh und Agra in gemütlichen Hotels

Flüge kompensieren

Über die Organisation **atmosfair** können Flüge CO₂ kompensiert werden. Ganz einfach auf www.atmosfair.de Emissionen berechnen und zum Klimaschutz beitragen.

nachdenken • klimabewusst reisen



! Bitte beachten!

Diese Reise kann individuell zu Ihrem Wunschtermin organisiert und durchgeführt werden. Je nach Größe Ihrer Gruppe wird der Preis angepasst. Kontaktieren Sie uns!

Reiseleitung und einheimische Mannschaft

- Einheimische, deutschsprachige Reiseleiter in Delhi und Agra
- Einheimische, englischsprachige Reiseleitung und Bergführer in Ladakh
- Trekkingmannschaft (inkl. Koch am Ripchar-Trek, Mauleselführer und Maulesel für den Lastentransport)
Unsere Mannschaften werden fair und landestypisch bezahlt, gut ausgerüstet und versichert. Wir legen großen Wert auf unsere Mannschaften und das gute Miteinander im Laufe einer Reise.

Unterkunft und Verpflegung

- Übernachtungen in Delhi und in Leh im Hotel auf Basis Doppelzimmer bzw. Dreibettzimmer
- Während der Trekkingtour Übernachtung in geräumigen Zelten – 2 Teilnehmer im 3-Personen-Zelt von CLEARSKIES inkl. Schaumstoff-Matratze (siehe Detailprogramm).
- Übernachtung in Lamayuru im einfachen Kloster-Gasthaus
- Übernachtungen im Nubra-Tal in sauberem, einfachem Hotel bzw. Familienpensionen
- Übernachtungen in Agra im Hotel auf Basis B&B
- Vollpension während der Trekkingtouren, in Leh und im Nubra-Tal
- Weitere Mahlzeiten laut Detailprogramm.

Transporte und Transfers

- Alle Transporte und Flughafentransfers laut Reiseprogramm.

Besichtigungen und Aktivitäten

- Rafting an Tag 5 (ca. 2 bis 3 Stunden)
- Kamelreiten im Nubra-Tal (ca. 15 bis 20 Minuten)
- Eintrittsgebühren Sehenswürdigkeiten in Leh und Agra



Im Preis nicht enthaltene Kosten

- Internationaler Flug nach Indien
Gerne bieten wir Ihnen ein Gesamtpaket an, inklusive individueller Flugreise ab Ihrem Wunschflughafen!
- Inlandsflüge Delhi - Leh - Delhi
Die Inlandsflüge werden von uns gebucht, Preis je nach Reisezeitraum – gerne machen wir Ihnen ein Komplettangebot
- Visum: ca. € 50,-
Das Visum für Indien muss in jedem Fall vor Abreise aus einem deutschsprachigen Land beantragt werden. Die Ausstellung erfolgt entweder vorab bei einem Konsulat oder bei der Einreise in Indien. Wir empfehlen die kostengünstigere und einfachere Beantragung des „e-Tourist Visa“
- Reiseversicherung
Sie können eine Reise- und/oder Stornoversicherung (Reiserücktrittsversicherung) über CLEARSKIES abschließen, gerne beraten wir Sie hierzu persönlich und machen Ihnen ein individuelles Angebot.
- Getränke, einzelne Mahlzeiten (siehe Detailprogramm)
- Persönliche Ausgaben
- Trinkgelder
- Anfallende Kosten bei Programmänderungen
- Einzelzimmerzuschlag, Einzelzelt
- Alle weiteren Kosten die nicht unter „Inklusive Leistungen“ aufgezählt sind.



ALPINTECHNISCH: leicht



Keine alpinen Schwierigkeiten, gute Trittsicherheit und Schwindelfreiheit erforderlich. Unsere Tour verläuft größtenteils auf guten Wanderwegen sowie kleineren alpinen Steigen ohne alpine Schwierigkeiten.

KONDITIONELL: mittel



Aufstiege bis ca. 1000 Höhenmeter am Tag, meistens weniger. Abstiege bis max. 1500 Höhenmeter am Tag, meist weniger. Die Gehzeiten können bis zu 6 Stunden am Tag betragen, die meisten Etappen der Tour sind kürzer. Etwas längere Etappen wechseln mit kürzeren Etappen ab, im Zuge derer man regenerieren kann. Gute Kondition ist erforderlich und wird vorausgesetzt. Unser Kulturprogramm inklusive einiger Besichtigungs-Spaziergänge im Vorfeld der Trekkingtour bietet eine gute Gelegenheit, um sich allmählich einzustimmen.



Höhenakklimatisierung

Im Verlauf dieser Tour verbringen wir einige Tage auf Höhen von über 4000 Metern. Die größten Schlafhöhen erreichen wir im Basislager des Dundunchen La auf ca. 4200 Metern, den höchsten Punkt zu Fuß erreichen wir am Konzke La mit 4950 Metern und im Auto am höchsten befahrbaren Pass der Welt, dem Khardung La mit 5596 Metern. Die Tage zu Beginn der Reise im relativ hoch gelegenen Leh (3500 m) ermöglichen uns eine ideale Akklimatisierung für die weitere Steigerung der Höhe im Verlauf der Tour. Die Trekkingtour ist nur mit entsprechend guter Höhenakklimatisierung möglich und sinnvoll.

Bitte unterstützen Sie Ihren Körper bei diesem wichtigen Prozess, indem Sie:

- die Reise gesund und ausgeruht antreten,
- in den Tagen bei und nach Samagaon unnötige Anstrengungen vermeiden,
- entsprechend langsam gehen, vor allem im Aufstieg,
- viel Flüssigkeit (Wasser) aufnehmen,
- den Anweisungen und dem Rat unserer Guides (ladakhi oder österreichisch) vertrauen und folgen!



Voraussetzung und Vorbereitung

Diese Tour ist ideal für sportliche Familien, die im Alpenraum gewöhnt sind, Tagestouren mit bis zu 1000 Höhenmetern zu unternehmen und auch vor längeren Touren mit 1200 Höhenmetern nicht zurückschrecken. Sie unternehmen regelmäßig Wandertouren und Bergtouren als Familie. Erfahrung mit Höhen um 4000 Meter ist hilfreich, aber keine Voraussetzung.

Am besten können Sie sich mit regelmäßigen Ausflügen vorbereiten: Radfahren, lange Bergwandertouren mit normalem Tagesgepäck (evtl. auch Rucksack für die Kinder) bereiten Sie am besten auf diese Tour vor.

Kulturschock Ladakh

Bitte beachten Sie, dass die Region Ladakh sehr arm ist! Die gesamte Infrastruktur des Landes kann nicht mit Europa verglichen werden. Auch gibt es starke kulturelle Unterschiede, die bei einer erstmaligen Reise nach Ladakh durchaus überraschend, bzw. fordernd sein können. Wir erwarten von unseren Mitreisenden Offenheit und Toleranz gegenüber der fremden Kultur und den Religionen Ladakhs und auch entsprechende Gelassenheit, falls Umstände und (zeitliche) Abläufe in Ladakh nicht den europäischen Vorstellungen entsprechen, bzw. schwer nachvollziehbar sind.



Der CLEARSKIES-Duffelbag

Die einzige Trekkingtasche in unserem unverwechselbaren Königsblau!

€ 119,- | € 99,-*

*Sonderpreis für Clearskies Kunden
Preise inkl. 20% MWSt. zzgl. Versand

In **Neu-Delhi, Leh** und **Agra** schlafen wir in guten Mittelklasse-**Hotels** (Landeskategorie 2-3*). Alle Zimmer bieten ein Badezimmer mit WC und Dusche/Bad. Das Hotel in Delhi liegt in unmittelbarer Nähe des Flughafens, um die frühmorgendliche An- und Abreise zu erleichtern.

Auf den **Trekkingtouren** übernachten **2 Teilnehmer im 3-Personen-Zelt**. Die doppelwandigen Kuppelzelte werden von CLEARSKIES, bzw. unserem lokalen Partner zur Verfügung gestellt, bieten 2 separate Eingänge, jeweils mit Apside und genügend Platz für 2 Teilnehmer sowie deren Gepäck, das in den Apsiden verstaut werden kann. Ein entsprechender Schlafsack, sowie eine Schlafmatte (siehe Ausrüstungsliste), werden benötigt. Neben den Schlafzelten für die Teilnehmer haben wir ein Gruppenzelt, in dem die Mahlzeiten eingenommen werden, ein Toilettenzelt und natürlich auch die benötigten Zelte für unsere einheimische Mannschaft mit dabei.

In Lamayuru übernachten wir in einem einfachen **Klostergasthaus**. Im Nubratol übernachten wir in **einfachen, sauberen Hotels bzw. Familienpensionen**.

Die **Mahlzeiten** auf der Trekkingtour werden in Gasthäusern bzw. Speisezelten eingenommen. Auf der Speisekarte stehen hauptsächlich vegetarische Gerichte auf Basis von Reis, Nudeln oder Kartoffeln in verschiedensten Variationen. Das Essen ist an den westlichen Gaumen angepasst und meist schmackhaft, sättigend und hygienisch zubereitet. Auf Grund der nichtexistenten Kühlkette ist der Konsum von Fleisch nicht unproblematisch, wir raten daher davon ab! Eine eigene Küchenmannschaft inkl. Koch kümmert sich hervorragend um unser Wohl! Bei bestimmten Etappen (z.B. Passquerungen) wird ein einfaches Lunchpaket eingepackt und entlang der Strecke verzehrt. Snacks, Schokolade, Riegel usw. sind nicht inkludiert und müssen von den Teilnehmern selbst mitgebracht, bzw. können zum Teil vor Ort gekauft werden.

Gerne können wir vegetarische Verpflegung bieten. Bitte um entsprechenden Hinweis bei der Buchung.

Ein typischer Trekkingtag in Ladakh

Am morgen gegen 6 Uhr 30 wird aufgestanden und die Tasche gepackt. Das Hauptgepäck, welches von der Mannschaft bzw. den Mauleseln übernommen wird, bringen Sie schon fertig gepackt zum Frühstück. Unser Gepäck wird aufgeladen, die kleine Mauleselkarawane kann sich schon auf den Weg machen, während die Gruppe frühstückt. Nach dem Frühstück, so gegen 8 Uhr, starten wir in die Tagesetappe. Am Vormittag planen wir 2 bis 3 Stunden Gehzeit, regelmäßig mit kurzen Trink- und Fotopausen unterbrochen, auch um die gewaltige Landschaft zu genießen. Sind spezielle Besichtigungen (z.B. Klöster) oder ein Gipfel eingeplant, haben wir entsprechend Zeit für den Besuch, oder eine Rast.

Am Nachmittag wandern wir wiederum 2 bis 3 Stunden bis zu unserem nächsten Lagerplatz. Hier wartet meist schon unsere Mannschaft, oftmals ist das Gruppenzelt schon aufgebaut. Die Schlafzelte der Teilnehmer werden gemeinsam, mit Hilfe unserer Mannschaft aufgebaut. Dies hat auch den großen Vorteil, dass jeder seinen Zeltplatz selbst auswählen kann. Der restliche Nachmittag steht zur freien Verfügung.

Je nach Ankunft in unserem Lager gibt es auch Tee/Kaffee sowie ein paar kleine Snacks. Meistens befinden sich unsere Lager an, bzw. in der Nähe von Bächen, in denen man sich waschen kann. Bitte benutzen Sie hierfür biologisch abbaubare Seife.

Am Abend, gegen 18 Uhr, wird gemeinsam Abend gegessen und gemeinsam etwas Zeit verbracht, bevor es in die Zelte und in die Schlafsäcke geht.

Je nach Tagesetappe und Gegebenheiten kann dieser Zeitplan natürlich abweichen.



Tag 1: Ankunft in Indien und Weiterflug nach Leh

Ankunft in Neu-Delhi in den frühen Morgenstunden und Transfer zu unserem Hotel, wo bereits Zimmer für uns bereitstehen. Hier haben wir Gelegenheit, uns einige Stunden zu entspannen, bevor wir am Nachmittag die interessantesten Sehenswürdigkeiten der indischen Hauptstadt während einer Stadtrundfahrt zusammen mit unserem deutschsprachigen Reiseleiter kennenlernen.

Bei einem gemeinsamen Abendessen mit unserem Reiseleiter werden die letzten Details der Reise besprochen.

| | | |
|---|--------------|---------------|
| 🏠 | ÜBERNACHTUNG | Delhi - HOTEL |
| 🍴 | VERPFLEGUNG | F A |
| F: Frühstück M: Mittagessen A: Abendessen | | |

Tag 2: Flug nach Leh

In aller Früh fliegen wir mit einer kleinen Maschine von Delhi nach Leh, in die 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. 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.

Während der ersten Tage in großer Höhe empfehlen wir unseren Teilnehmern, alles etwas langsamer und gelassener anzugehen. Nur so bekommt unser Körper die entsprechende Ruhe, die zur optimalen Höhenakklimatisierung benötigt wird. Wichtig ist ebenfalls eine erhöhte Flüssigkeitszufuhr. Unsere Guides sind Experten in der Materie und werden Ihnen mit gutem Rat und Tipps zur Seite stehen.

| | | |
|----|--------------|----------------------|
| ✈️ | FLUG | 1,5 Std |
| 🏠 | ÜBERNACHTUNG | Leh (3500 m) - HOTEL |
| 🍴 | VERPFLEGUNG | F M A |

Tag 3: Besichtigungen um Leh

Im Zuge eines Tagesausfluges besuchen wir ein paar der schönsten und kulturell wichtigsten Klöster in der näheren Umgebung von Leh im Indus-Tal.

Eine 20-minütige Fahrt bringt uns nach Shey, ehemalige Hauptstadt von Ladakh in vorbuddhistischen Zeiten. Wir besichtigen die Ruinen der Altstadt und der Burg, oberhalb des heutigen Dorfes. Obwohl die meisten Gebäude heute verfallen sind, gibt es zwei schöne Tempel mit interessanten Malereien sowie einer großen, aus dem 17. Jahrhundert stammenden Buddhastatue zu bewundern.

Unsere nächste Station ist die große Klosteranlage Thiksey. Auf einem Hügel erbaut und dem berühmten Potala-Palast in Lhasa nachempfunden, können wir auch hier schöne Malereien, eine alte Bibliothek sowie eine drei Stockwerke hohe Buddhastatue bewundern. Beeindruckend ist auch der Blick vom Dach des Klosters, der weit über das Indus-Tal und die umliegenden Bergketten des indischen Himalayas reicht.

Das Rotmützenkloster Stakna bildet die letzte Station unseres heutigen Ausfluges. Alleine aufgrund seiner Bauweise und seines Standortes auf dem Gipfel eines Felshügels ist das Kloster von Stakna („Tiger Nase“) sehenswert! Auch hier haben wir Zeit, das Kloster zu besichtigen und die Mönche bei ihren Tagesabläufen zu beobachten. Am späten Nachmittag queren wir zu unserem Hotel in Leh zurück.

| | | |
|---|--------------|----------------------|
| 🚗 | FAHRT | 40 min |
| 🏠 | ÜBERNACHTUNG | Leh (3500 m) - HOTEL |
| 🍴 | VERPFLEGUNG | F M A |

Tag 4: Wanderung durch Leh und Besichtigungen

Wir wandern von der Shanti-Stupa aus durch Leh mit seinen verschiedenen Stadtteilen und erleben das Stadtleben der Ladakhi. Wir besuchen ein Esel-Tierheim, den Palast von Leh und können auch das traditionelle Brotbacken beobachten.

Die restliche Zeit des Tages steht zur freien Verfügung.

| | | |
|---|--------------|----------------------|
| 🕒 | GEHZEIT | 3 Std |
| 🏠 | ÜBERNACHTUNG | Leh (3500 m) - HOTEL |
| 🍴 | VERPFLEGUNG | F M A |



Tag 5: Rafting-Tour von Phey nach Nimo und Weiterfahrt nach Lamayuru

Heute erleben wir bei einer sanften Rafting-Fahrt (Stufe 2 bis 3 für etwa 2 1/2 bis 3 Stunden) am Indus die beeindruckende Bergwelt von Ladakh aus einer ganz neuen Perspektive! Die Kontraste zwischen dem kargen, wüstenhaften Gebirge und den immer wieder grünen, teils üppig bewachsenen Ufern des Indus bringen uns ins Staunen. Gegen Mittag erreichen wir die kleine Ortschaft Nimo, wo wir das Rafting-Abenteuer beenden. Nach dem Mittagessen geht es auf dem Leh-Srinagar Highway weiter nach Westen bis nach Lamayuru. In diesem großen Klosterkomplex werden wir im einfachen Gästehaus des Klosters übernachten.

| | | |
|---|--------------|------------------------------|
|  | FAHRT | ca. 100 km, 3 -4 Std |
|  | ÜBERNACHTUNG | Lamayuru (3510 m) - GASTHAUS |
|  | VERPFLEGUNG | F M A |

Tag 6: Besuch von Lamayuru und Start in die Trekkingtour

Heute besichtigen wir die große Klosteranlage von Lamayuru. Das sagenumwobene Lamayuru ist einer der ältesten Klosterkomplexe von Ladakh und liegt sehr dramatisch umgeben von karger, mondähnlicher Berglandschaft. Nach einem kurzen Mittagessen starten wir mit einer ersten Halbtagesetappe in unsere Trekkingtour. Wir wandern heute über den Prinkti La (3730 m) bis zur kleinen Ortschaft Wanla, einem Zentrum der Holzschnitzerei. Dort warten wiederum unsere Fahrzeuge und bringen uns binnen einer Stunde nach Hinju (ca. 3700 m). Hier treffen wir auf unsere örtliche Mannschaft, die uns mit ihren Mauleseln die nächsten Tage begleiten wird.

| | | |
|---|---------------------|----------------------------|
|  | FAHRT | 1 Std |
|  | HÖHENMETER AUFSTIEG | 200 m |
|  | HÖHENMETER ABSTIEG | 600 m |
|  | GEHZEIT | 4 Std |
|  | ÜBERNACHTUNG | Wanla (3260 m) - ZELTLAGER |
|  | VERPFLEGUNG | F M A |

Tag 7: Trek über den Konzke La nach Sumda

Nach der ausgiebigen Akklimatisierung in den ersten Tagen unserer Reise können wir heute schon den ersten Pass unserer Tour queren. Der Konzke La mit ca. 4950 Metern ist ein vergleichsweise niedriger Pass im Zaskar, dem „Land der hohen Pässe“. Nach dem langen Anstieg steigen wir zum Chumdo-Fluss ab, wo wir unser nächstes Lager aufschlagen werden.

| | | |
|---|---------------------|--------------------|
|  | HÖHENMETER AUFSTIEG | 1000 m |
|  | HÖHENMETER ABSTIEG | 650 m |
|  | GEHZEIT | ca. 7 Std |
|  | ÜBERNACHTUNG | Chumdo - ZELTLAGER |
|  | VERPFLEGUNG | F M A |

Tag 8: Zum Basislager des Dundunchen La

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

| | | |
|---|---------------------|------------------------------|
|  | HÖHENMETER AUFSTIEG | 500 m |
|  | HÖHENMETER ABSTIEG | 600 m |
|  | GEHZEIT | 6 Std |
|  | ÜBERNACHTUNG | Dundunchen La BC - ZELTLAGER |
|  | VERPFLEGUNG | F M A |

Tag 9: Über den Dundunchen La nach Chilling und Rückfahrt nach Leh

Ein relativ kurzer Anstieg führt uns auf die Passhöhe des Dundunchen (ca. 4850 m). Hier haben wir Zeit, die Aussicht und das grandiose Panorama zu genießen, bevor wir den langen Abstieg bis zum Dorf Chilling (ca. 3180 m) in Angriff nehmen. Die vor einigen Jahrhunderten von Nepal zugezogenen Einwohner halten die Tradition der Metallarbeit nach wie vor am Leben – Chilling ist das einzige Dorf Ladakhs, in dem Töpfe, Pfannen und weitere Utensilien aus Metall hergestellt werden. In Chilling beenden wir unsere Trekkingtour und fahren innerhalb von ca. 2,5 Stunden wieder zurück nach Leh.

| | | |
|---|---------------------|----------------------|
|  | FAHRT | 2,5 Std |
|  | HÖHENMETER AUFSTIEG | 600 m |
|  | HÖHENMETER ABSTIEG | 1500 m |
|  | GEHZEIT | 6 Std |
|  | ÜBERNACHTUNG | Leh (3500 m) - HOTEL |
|  | VERPFLEGUNG | F M |

Tag 10: Fahrt von Leh über den Khardung La ins Nubra Tal

Über den weltweit höchsten befahrbaren Pass Khardung La (5596 m) geht es heute in das Nubra Tal nördlich von Leh. Schnell gewinnen wir an Höhe und haben immer wieder beeindruckende Tiefblicke auf die Oase von Leh. Auch die Ausblicke auf die Stok-Kette und die weiteren Gebirgszüge im Süden von Ladakh sind einmalig. An der Passhöhe können wir das Panorama nochmals in Ruhe genießen, bis wir genauso rasch und steil in das Nubra-Tal hinabfahren, die 7000 Meter hohe Kette des Saser-Massivs vor unseren Augen. Bald öffnet sich das Tal, wir passieren das Dorf Khardung und die Militärsiedlung Khalsar, bevor wir den überraschend breiten Talboden erreichen.

| | | |
|---|--------------|-------------------------|
|  | FAHRT | 130 km, 3 -4 Std |
|  | ÜBERNACHTUNG | Hundar (3160 m) - HOTEL |
|  | VERPFLEGUNG | F M A |



Tag 10: Fahrt von Leh über den Khardung La ins Nubra Tal (Forts.)

In Deskit haben wir Gelegenheit, das örtliche (Gelbmützen-)Kloster zu besichtigen und vor allem die riesige Statue des Guru Rinpoche zu bewundern. Am Nachmittag erreichen wir das Dorf Hundar, wo wir die berühmten Sanddünen besichtigen werden. Es kommt Sahara-Feeling auf! Wir haben sogar die Möglichkeit, auf einen Kamel durch die Dünen zu reiten (ca. 20 Minuten). Wir quartieren uns in einem einfachen Hotel ein.

Tag 11: Tagesausflug im Nubra Tal zum Balti-Dorf Turtuk

Der heutige Tagesausflug nach Westen zum Balti-Dorf Turtuk ermöglicht es uns, die einmaligen Landschaften des Nubra-Tales zu entdecken und zu genießen. Nach ca. 1,5 Std. Fahrt erreichen wir das Dorf, inmitten einer schönen kleinen Oase gelegen. Die Einwohner von Turtuk sind Balti, der kulturelle Unterschied ist auch optisch erkennbar. Wir haben Zeit, das Dorf und die Umgebung zu erkunden. Nach dem Besuch fahren wir zurück nach Hundar.

Tag 12: Rückfahrt nach Leh

Mit unserem Auto fahren wir auf schon bekannter Straße wieder zurück nach Leh, wo wir am frühen Nachmittag eintreffen. Der restliche Nachmittag steht zur freien Verfügung. Am Abend lassen wir bei einem gemeinsamen Abschiedsabendessen die Höhepunkte unserer Reise nochmals Revue passieren.

Tag 13: 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 andersgleichen!

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 Agra kann z. B. ein Aufenthalt in Delhi organisiert werden.

Tag 14: Ausflug zum Elephant Conservation Centre und Rückfahrt nach Delhi

Nach einem gemütlichen Frühstück fahren wir zu einem Elephant Conservation Centre. Bei einer Führung durch das Pflegezentrum können wir die geretteten Elefanten beobachten. Sie haben dort die Gelegenheit, die Elefanten zu füttern, beim Schlammbad zu beobachten und interessante Details zu den gutmütigen Riesen zu erfahren. Nach einem Mittagessen im Conservation Center fahren wir nach Delhi zurück und bald schon geht unsere spannende Reise in Indien dem Ende zu. In einem Hotel nahe dem Flughafen können wir uns vor dem Heimflug frisch machen und je nach Flugverbindung geht es gegen Mitternacht zum Indira-Gandhi-Flughafen.

Tag 15: Flug und Ankunft in Europa

| | | |
|---|--------------|-------------------------|
|  | FAHRT | 3 Std |
|  | ÜBERNACHTUNG | Hundar (3160 m) - HOTEL |
|  | VERPFLEGUNG | F M A |

| | | |
|---|--------------|----------------------|
|  | FAHRT | 140 km, ca. 4 Std |
|  | ÜBERNACHTUNG | Leh (3500 m) - HOTEL |
|  | VERPFLEGUNG | F M A |

| | | |
|---|--------------|-------------------|
|  | FLUG | 1,5 Std |
|  | FAHRT | 225 km, ca. 4 Std |
|  | ÜBERNACHTUNG | Agra - HOTEL |
|  | VERPFLEGUNG | F |

| | | |
|---|--------------|------------------------|
|  | FAHRT | 140 km, ca. 4 Std |
|  | ÜBERNACHTUNG | Delhi - HALBTAGS-HOTEL |
|  | VERPFLEGUNG | F M |



Schlafsack/Gepäck

- Schlafsack mit Komfortbereich min. -12°C
- Schlafmatte z.B. *ThermaRest*
- Tagesrucksack (Vol. 30 - 40 Liter, für Kinder auch leichter) z.B. *Gregory Zulu 40* oder *Gregory Jade 38* (mit integrierter Regenhülle)
- Seesack oder Rucksack zum Transportieren der persönlichen Ausrüstung (Träger) z.B. *CLEARSKIES Duffle Bag (85 Liter)*
- Kleine Reisetasche
Kann in Leh im Hotel deponiert werden
- Wanderstöcke (teleskopisch)

Schuhe

- Bergschuhe mit fester Profilsohle (knöchelhoch)
- Turnschuhe oder andere Freizeitschuhe bzw. Badeschlappen

Bekleidung

- Regen- und windfester Anorak (Goretex)
- Regenschutz: Rucksackhülle, Regenschirm, evtl. Regenponcho oder Überhose
- Warme Bekleidung (z.B. Fleecejacke oder -pullover) evtl. leichter Daunenanorak oder PrimaLoft Anorak
- Zweckmäßige Wander- und Bergkleidung (u. a. lange Hose)
- Thermo-Unterwäsche
- Mütze, Handschuhe
- Halstuch oder Schlauchtuch („Buff“) als Mundschutz vor Staub und kalter Luft

Ein paar Tipps

- **Reisegepäck in Leh**
Sie können während der Trekkingtour in unserem Hotel in Leh eine Reisetasche bzw. sonstiges Gepäck für die Tage nach der Trekkingtour deponieren.
- **Geschenke für Einheimische**
Als Gastgeschenke eignen sich erfahrungsgemäß z.B. Taschenmesser, Stirn-/Taschenlampen, warme Kleidung, nicht mehr gebrauchte Anoraks, Fleecejacken, Bergschuhe, usw.
- **Bettelnde Kinder**
Wir wollen die einheimischen Kinder nicht zu Bettlern erziehen daher bitten wir Sie, weder Süßigkeiten noch Stifte u. dgl. an die Kinder entlang des Treks zu verteilen!
- **Bekleidungstipp**
Auch wenn die Ladakhi Touristen mit kurzen Hosen gewöhnt sind, empfehlen wir Ihnen, Ihre Schultern und Knie bedeckt zu halten.

Persönliche Hygiene/Medikamente

- Persönliche Medikamente und erste Hilfe
- Impfschutz überprüfen (siehe „Gesundheitsinformation“)
- Kulturbbeutel und Handtuch
- Klopapier (1 Rolle)
- Evtl. Handdesinfektionsgel
- Feuchttücher
- Wasserentkeimungstabletten (z.B. Micropur, Aqua Mira, o.ä.)

Sonstiges

- Sonnenschutz (z.B. LSF +30, für Kinder +50)
- Sonnenbrille, Sonnenhut
- Taschenlampe oder Stirnlampe
- Taschenmesser (bitte nicht im Handgepäck!)
- Fotoapparat
- Speicherkarten für Fotoapparat, Ersatzbatterien, Ersatzakkus
- Ladegerät, Powerbank
- Evtl. Höhenmesser, Kompass
z.B. *CASIO ProTrek PRW-2500 (Solarbetrieb, Weltzeit usw.)*
- 2 Trinkflaschen (je Vol. 1 Liter), evtl. Thermosflasche
- Müsliriegel, Nüsse, oder ähnliches als Kraftfutter

! Bitte beachten!

Pro Teilnehmer werden ca. 12 kg bis 15 kg von der Mannschaft (Maulesel) übernommen.

Erfahrungsgemäß haben viele Teilnehmer zu viel Ausrüstung (die nicht gebraucht wird) dabei! Bitte versuchen Sie, Ihre Ausrüstung auf ein Minimum zu reduzieren.

! Bitte beachten!

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 Agra kann z.B. ein Entspannungsaufenthalt in Delhi organisiert werden.

Geografie / Landschaft

Ladakh gehört zu den Bundesstaaten Jammu und Kaschmir im Norden von Indien. Im Nordwesten grenzt die Region an Pakistan, im Norden an die chinesische Provinz Sinkiang und im Osten an Tibet. Früher war Ladakh ein unabhängiges buddhistisches Königreich. Die Nähe zu Tibet zeigt sich bis heute in der kulturellen Prägung des Landes, weshalb die Region auch als „Klein-Tibet“ bezeichnet wird.

Ladakh erstreckt sich zwischen dem Karakorum und dem Himalaya, die gesamte Region liegt sehr hoch, selbst die Talböden liegen im Schnitt auf einer Höhe von ca. 3000 Metern. Der höchste Gipfel Ladakhs ist der Saser Kangri mit 7670 Metern. Der Stok Kangri gehört zum indischen Himalaya und ist aufgrund seiner guten Erreichbarkeit ein lohnendes Tourenziel. Der Himalaya ist die Ursache für das trockene Klima in Ladakh, da die Gebirgskette den Monsunregen abhält. Die Landschaft ist karg, es gibt sehr wenig Baumbewuchs, dafür aber zahlreiche Blütenpflanzen. Mithilfe von künstlicher Bewässerung werden in Ladakh Oasen geschaffen, in denen Gemüse und Obst gezogen wird. Die zahlreichen Klöster bieten einen eindrucksvollen Einblick in die Kunst der Selbstversorgung der Ladakhis, die der kargen Landschaft trotz. Exportiert werden Aprikosen sowie die kostbare Kaschmirwolle der Kaschmirziegen.

Wichtige Wasserquellen in der Hochgebirgswüste Ladakhs sind Gletscherbäche und der Indus, der seinen Ursprung in Tibet hat und sich in Ladakh mit dem Zaskar und dem Shyok vereint. Der Klimawandel und die damit verbundene Gletscherschmelze stellt für die ladakhische Bevölkerung somit eine nicht unwesentliche Bedrohung dar.

Klima / Trekkingwetter

Das Klima in Ladakh ist sehr extrem – geprägt von sehr heißen, kurzen Sommern in den Monaten Juni, Juli und August, langen und kalten Wintern und einem ganzjährig trockenen Klima. Die Zeit von Juli bis September ist optimal für Trekkingreisen. Während dieser Phase erreichen die Temperaturen in Tallagen bis zu 30°, in der Nacht können sie aber radikal sinken. Im Gebirge können die Temperaturen dann auch bis an die 0-Grad-Grenze heranreichen, was eine entsprechende Ausrüstung notwendig macht. Die Himalaya-Region Nordindiens hat jedoch den Vorteil, im Sommer nicht wie andere Himalaya-Regionen von den starken Monsunregenfällen betroffen zu sein.

In Delhi, dem Ankunftsort für diese Reise, ist mit schwülen und heißen Temperaturen um die 30° zu rechnen. Auch in Agra sind ähnliche Wetterverhältnisse zu erwarten.

Unsere Ausrüstungsliste liefert weitere gute Tipps für das Reisegepäck.

Klimatabelle Leh (3500 m)

| | JAN | FEB | MAR | APR | MAI | JUN | JUL | AUG | SEP | OKT | NOV | DEZ |
|----------------------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| TEMPERATUR MAX. (°C) | -5 | -2 | 6 | 12 | 17 | 21 | 25 | 24 | 21 | 14 | 8 | 2 |
| TEMPERATUR MIN. (°C) | -14 | -12 | -6 | -1 | 3 | 7 | 10 | 10 | 5 | -1 | -7 | -11 |
| SONNENSTUNDEN | 6 | 7 | 6 | 8 | 8 | 9 | 10 | 9 | 9 | 8 | 8 | 7 |
| REGENTAGE | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 0 | 1 | 1 | 1 | 0 | 1 | 1 |
| NIEDERSCHLAG (MM) | 11 | 12 | 14 | 15 | 19 | 27 | 33 | 41 | 12 | 3 | 9 | 10 |

Gesundheitsinformationen / Impfungen

Impfungen sind derzeit für Indien nicht vorgeschrieben. Empfehlenswert sind wie bei den meisten Fernreisen Impfungen gegen Tetanus, Diphtherie, Typhus, Polio und Hepatitis A u. B. Außer in Höhenlagen über ca. 1500 Meter besteht in Indien ganzjährig ein mittleres Übertragungsrisiko für Malariaerkrankungen.



Gesundheitsinformationen / Impfungen (Forts.)

Wir empfehlen sich ausreichend vor Stechmücken zu schützen (lange Bekleidung, Insektenschutzmittel, Moskitonetze bzw. Klimaanlage) sowie die Mitnahme eines verschreibungspflichtigen Malariamittels zur Notfalltherapie.

In die Reiseapotheke gehören jedenfalls Medikamente gegen Durchfall, Antibiotika, Lotion gegen Insekten und ein gutes, höhentaugliches Sonnenschutzmittel (SSF 30+).

Bitte denken Sie auch an Verbandszeug und nehmen Sie Ihr persönliches Erste-Hilfe-Set mit. Beachten Sie bitte, dass die medizinische Versorgung in Indien dürftig ist und berücksichtigen Sie das bitte bei Ihrem Versicherungsschutz während der Reise.

Bitte lassen Sie sich in jedem Fall von Ihrem Arzt beraten.

Trinkwasser

Trinken Sie nur abgekochtes/desinfiziertes Wasser bzw. Mineralwasser.

In Kathmandu kann Mineralwasser gekauft werden. Achten Sie beim Kauf von Mineralwasser darauf, dass der Verschluss intakt ist. Auf der Trekkingtour empfehlen wir, das Wasser mittels Entkeimungsmittel (z.B. Micropur) zu behandeln.

Wir bitten unsere Teilnehmer auf dem Trek kein Mineralwasser zu kaufen!

Um der zunehmenden Müllproblematik in den Bergregionen des Himalayas gegenzusteuern, bitten wir unsere Kunden, während der Trekkingtour auf den Kauf von Mineralwasser in PET-Flaschen zu verzichten und normales Bach- bzw. Brunnenwasser zu entkeimen... Wir danken für Ihren Beitrag.

Bitte trinken Sie niemals Wasser aus dem Wasserhahn, ohne es vorher zu entkeimen (Micropur). Zähneputzen mit unbehandeltem Wasser stellt in der Regel kein Problem dar.

Sprache

Amtssprachen in Indien sind Hindi und Englisch. Es werden außerdem noch zahlreiche andere Sprachen gesprochen, diese untergliedern sich in weitere zahllose Dialekte. Die ladakhische Sprache gehört zu den tibetischen Sprachen. Mit Englisch kann man sich fast überall verständigen.

Zeitverschiebung

Die Zeitverschiebung in Indien beträgt + 4h30' gegenüber MEZ. Es gibt in Indien keine Sommerzeit.

Währung

Offizielle Währung in Indien ist die Indische Rupie mit dem derzeitigen Kurs von ca. 1€ = 79,- INR (Stand: Dezember 2019).

Geld

Da Kreditkarten oder Reiseschecks nicht überall akzeptiert werden, sollte man die Reisespesen in US-\$ oder Euro mitführen und umwechseln. Beide Währungen werden gleichermaßen akzeptiert und gewechselt.

Bitte beachten Sie, dass Ihre Euro- oder Dollar-Banknoten nicht beschriftet oder eingerissen sein sollten, da sie sonst unter Umständen in Indien nicht akzeptiert werden.

Wechseln sollte man am Besten in Delhi oder Leh bei autorisierten Stellen (Banken und Wechselstuben), da hier der Kurs besser ist als zum Beispiel am Flughafen.

Entlang der Trekkingtour kann nur selten und wenn, dann zu schlechteren Kursen Geld gewechselt werden.

Am 15.12.2014 trat das GeoControl Schutzprogramm für Bankomatkarten in Kraft. Für Bargeldbehebung außerhalb Europas muss Ihre Bankomatkarte daher freigeschaltet werden! Bitte nehmen Sie Kontakt mit Ihrer Bank auf und lassen Sie Ihre Bankomatkarte freischalten, wenn Sie diese im Ausland verwenden möchten.

Auf der Trekkingtour benötigt man ebenfalls Kleingeld! Nehmen Sie ein paar kleine Rupien-scheine mit (NPR 50/100,-).



Das Visum für Indien muss in jedem Fall vor Abreise aus Österreich, Deutschland oder der Schweiz beantragt werden. Wir empfehlen die kostengünstige und einfache Beantragung des „e-Tourist Visa“. Für das Visum fallen etwa € 50,- an. Bitte beachten Sie, dass Ihr Reisepass mindestens 6 Monate nach Rückreisedatum gültig sein muss. Bei Buchung erhalten Sie alle nötigen Unterlagen und Informationen für Ihren Visumsantrag.

Für bestimmte Reisen, zum Beispiel mit längerem Aufenthalt in Indien, muss das Visum in Österreich beantragt und ausgestellt werden.



Buchung und Zahlungsmodalitäten

Buchung der Reise

Für eine Buchung dieser Reise bitten wir Sie, das entsprechende Formular auf unserer Webseite auszufüllen. Gerne können Sie auch in unserem Büro anrufen...

Nach Eingang Ihrer Buchung erhalten Sie so rasch wie möglich eine entsprechende Buchungsbestätigung sowie die Rechnung über die Anzahlung der Reise (20%).

Diese Anzahlung ist umgehend zu begleichen.

Sollten Sie Ihre Internationale **Flugreise** ebenfalls über CLEARSKIES buchen, so werden Ihnen die entsprechenden Kosten sofort in Rechnung gestellt.

Ebenso wird eine eventuelle **Reiseversicherung**, die Sie über CLEARSKIES abschließen, sofort in Rechnung gestellt.

Die Restzahlung der Reise ist innerhalb von 20 Tagen vor Abreise fällig. Wir senden Ihnen rechtzeitig eine entsprechende Rechnung, sowie alle wichtigen, letzten Infos vor Ihrer Abreise zu.

Bezahlung

Spesenfreie Banküberweisung: Sie erhalten mit der Rechnung unsere Kontodaten und können die Zahlung spesenfrei durchführen.

Kunden aus der **Schweiz** können unsere CHF-Kontoverbindung in der BTV Staad (Schweiz) spesenfrei nutzen.

Kreditkartenzahlung: Die **Bezahlung Ihrer Reise mit Kreditkarte** ist prinzipiell möglich. Bitte beachten Sie, dass hier teilweise Spesen entstehen können. Bitte kontaktieren Sie uns diesbezüglich telefonisch.

