



## INDIEN

Ladakh – Berge und Klöster

Reisenummer: 103102

Reisedauer: 16 Tage

---

**Tourcharakter + Voraussetzungen:** (\*\*\*\*) anspruchsvolle Trekkingtour, max. Höhe 5640m am Berg, 4900m am Paß, Gehzeiten 4 - 9 Stunden. Sie müssen eine gute Gesundheit und Kondition haben, denn schon die Höhe in Leh 3500m ist „nicht ohne“. Die ersten Tage dienen so auch der Akklimatisation. Wir besichtigen die kulturellen Sehenswürdigkeiten im Industal, bevor wir dann in die Berge gehen. In relativ kurzer Zeit erreichen wir Höhen um 5000m, außerdem muß ab und zu mal ein Fluß durchquert werden. Für all die Anstrengungen und Mühen entlohnt eine wunderbare Landschaft mit herrlichen Gipfeln und ... sehen Sie selber.

**Gipfelmöglichkeiten:** Larsi Peak 5640m / Stock Ri 5050m

**Impfhinweise:** [www.crm.de](http://www.crm.de)

**Reisedokumente:** Reisepaß (ACHTUNG: Gültigkeit prüfen) & Visum

---

### Kurzübersicht der Reise:

1.Tag: Flug nach Delhi			Hotel Hans Plaza
2.Tag: Ankunft in Delhi / Besichtigungen		F/	Hotel Hans Plaza
3.Tag: Flug nach Leh	3500m	F/M/A	Hotel Himalayan Retreat
4.Tag: Leh - Besichtigungen	3500m	F/M/A	Hotel Himalayan Retreat
5.Tag: Hemis – Tikse – Shey - Leh	3500m	F/M/A	Hotel Himalayan Retreat
6.Tag: Spituk – Zinchen	3500m	F/M/A	Zeltcamp
7.Tag: Rumbagh	4100m	F/M/A	Zeltcamp
8.Tag: Stok La - Manikabo	4300m/4900m	F/M/A	Zeltcamp
9.Tag: Larsi „Basislager“	4750m	F/M/A	Zeltcamp
10.Tag: Larsi Peak	4750m/5640m	F/M/A	Zeltcamp
11.Tag: Reservetag		F/M/A	Zeltcamp
12.Tag: Manikabo – Stok / Fahrt nach Leh	3500m	F/M/A	Hotel Himalayan Retreat
13.Tag: Leh zur freien Verfügung	3500m	F/M/A	Hotel Himalayan Retreat
14.Tag: Flug nach Delhi		F/	Hotel Hans Plaza
15.Tag: Delhi Besichtigungen / Flughafentransfer & Rückflug		F/	
16.Tag: Ankunft			

---



HENKALAYA Reisen GmbH & Co.KG

Michael Henkel \* Hollerstück 4 \* 35232 Friedensdorf

Tel: 06466 912970 \* Fax: 06466 912972 \* Tel. PRIVAT: 06466 7342

email: [henkalaya@t-online.de](mailto:henkalaya@t-online.de) \* homepage: [www.henkalaya.de](http://www.henkalaya.de)

**Reisepreis pro Person & Termine bei 6-10 Personen für 2021:**

1990,-- Euro = 05.06. / 19.06. / 03.07. / 10.07. / 17.07. / 24.07. / 31.07. / 07.08. / 14.08. / 21.08. / 28.08. / 11.09.

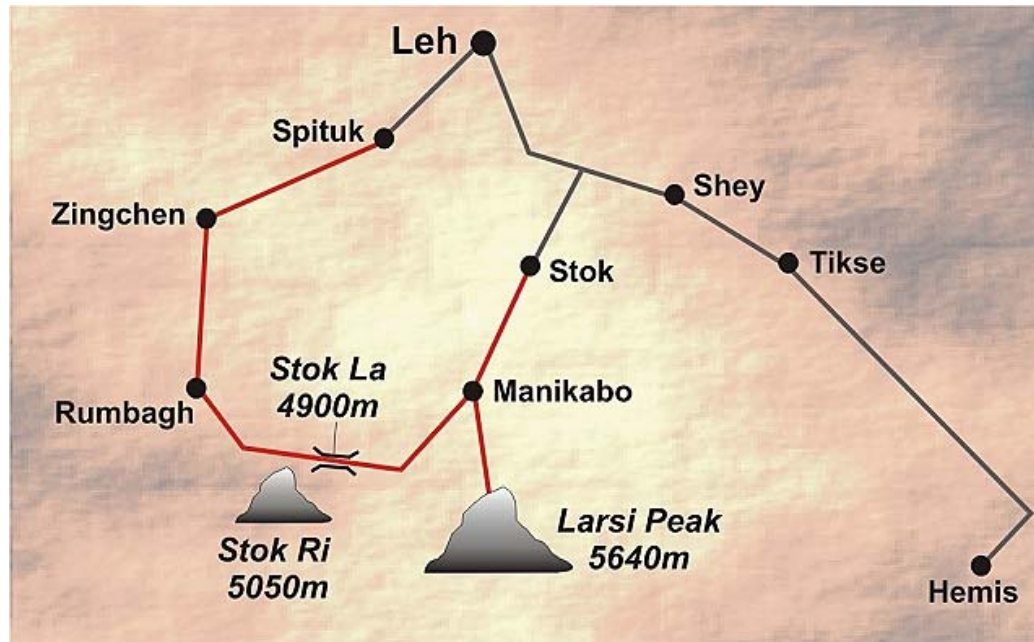
Durchführung auch ab 2-5 Personen auf Anfrage  
\*\*\* WEITERE INDIVIDUELLE TERMINE auf Anfrage möglich. \*\*\*

**Eingeschlossene Leistungen:**

- ✓ Flüge in Indien mit lokaler Airline in der Economy Klasse
- ✓ Unterbringung im Doppelzimmer in den aufgeführten Unterkünften, unter Berücksichtigung der Verfügbarkeit, oder in vergleichbaren.
- ✓ Mahlzeiten laut Programm / F=Frühstück / M=Mittagessen / A=Abendessen
- ✓ alle Transfers, Fahrten und Besichtigungen, Eintrittsgelder, Trekkingpermit, Gebühren
- ✓ Lokale, englisch sprachige Reiseleitung/Fahrer, Besichtigungen mit lokalem, deutschsprachigem Reiseführer in Delhi, sonst englischsprachig
- ✓ Lokale, englisch sprachige Trekkingmannschaft / Führer, Träger, Koch, Hilfspersonal.
- ✓ Zeltunterbringung beim Trekking im 2-Personenzelt
- ✓ Essenzelt, Toilettenzelt, Tische, Stühle, Geschirr
- ✓ 15 Kg Freigeepäck für die Trekkingtour

**Nicht eingeschlossen:**

- Versicherungen / Flughafengebühren / Einzelzimmer-zelt 390,-- Euro
- Fremdleistungen, optionale-fakultative Leistungen
- Internationale Flüge. Auf Wunsch/Anfrage können wir Ihnen entsprechende Flüge ab/an Ihrem Wunschflughafen & gewünschter Fluggesellschaft vermitteln



**1.Tag: Flug nach Delhi**

**Hotel Hans Plaza**

**2.Tag: Ankunft in Delhi / Besichtigungen**

**F/ Hotel Hans Plaza**

Am Flughafen werden wir abgeholt und fahren in unser Hotel. **Delhi**, die Hauptstadt Indiens mit ihrer tausendjährigen Geschichte, ist auch die Stadt mit den meisten Sehenswürdigkeiten. Die Stadt teilt sich in zwei Stadtteile, Alt- und Neu-Delhi. Am Morgen werden wir am Hotel abgeholt und sind unterwegs auf Besichtigungstour durch Alt-Delhi. Besonders beeindruckend ist das Rote Fort, dessen gewaltige Mauern schon von weitem sichtbar sind. Im Fort gibt es wunderschöne Gebäude und Gärten, die wir durchstreifen. Aber auch die Händler sind hier anzutreffen. Kurz hinter dem Haupteingang befinden sich schöne, kleine Läden mit allerlei Souvenirs und Kunsthandwerk. Nach dem Besuch im Roten Fort, begeben wir uns zur nahen Jama Mashjid Moschee, die wir besichtigen. Wieder ganz in der Nähe befindet sich der Bazar von Chandni Chowk. Allerlei Gewürze und vieles mehr wird hier angeboten.

**3.Tag: Flug nach Leh**

**3500m**

**F/M/A Hotel Himalayan Retreat**

Am Hotel werden wir sehr früh abgeholt und fahren zum nationalen Flughafen. Delhi erwacht - der Flughafen ist nur für Inlandsflüge und auch um diese Uhrzeit bereits gut gefüllt.

**Flug Delhi - Leh 3500m**, der Hauptstadt Ladakhs, im Industal gelegen. Der Flug über den Himalaya ist schon ein phantastisches Erlebnis. Nach der Ankunft in unserer Unterkunft steht der Tag zur freien Verfügung. Wir wollen uns aufgrund der Höhe langsam akklimatisieren.

Herrlicher Ausblick auf die Berge. Spannender Anflug auf Leh, das Flugzeug schraubt sich in mehreren Kurven herunter. Ganz im Norden Indiens liegt das bergige Ladakh, Land der Gompas (Klöster) und der Lamas, Heimat des Yak und der wilden Esel. Die Provinzhauptstadt Leh befindet sich in 3500 m Höhe in den Karakorum-Bergen direkt an der dreifachen Kreuzung der historischen Seidenstraße und nur sieben Kilometer vom Indus entfernt. Der sieben Stockwerke hohe und in Stein gehauene königliche Palast erinnert an den Potala-Palast in Lhasa, Tibet. Für uns völlig unerwartet ist der immense Fahrzeugverkehr. So winden sich neben Taxen, Lastwagen, Armeetrucks und Motorrädern auch Privatwagen durch die viel zu engen Straßen. Jede Menge Souvenirshops, Internetcafés und Gasthäuser. Die Leute sind freundlich und immer wieder der Ruf „Julley“ (Willkommen).

**4.Tag: Leh - Besichtigungen**

**3500m**

**F/M/A Hotel Himalayan Retreat**

Heute sind wir unterwegs auf Besichtigungstour und besuchen die Sangkar Gompa, die Shanti Stupa und das Tsemo Castle (Victory Tower), das auf einem Bergrücken hoch über dem Tal steht. Am Nachmittag sind wir dann in Leh und können uns auf dem Markt und in den Gassen etwas umsehen.

Aber immer langsam, denn die Höhe von 3500m kann in den ersten 1-2 Tagen Probleme machen, der Körper muß sich erst langsam an die dünnere Luft gewöhnen. Nicht umsonst ist Leh eine der höchstgelegenen ständig bewohnten Städte der Welt.

**5.Tag: Hemis – Tikse – Shey - Leh**

**3500m**

**F/M/A Hotel Himalayan Retreat**

**Zeit für Besichtigungen in Leh und im Industal.** Die Klöster Hemis, Tikse und Shey Gompa gehören natürlich auch dazu.

Wir fahren nach **Hemis**, 45 km südöstlich von Leh. Es ist mit 500 Mönchen sowohl das größte als auch das reichste Kloster von Ladakh. Schätzungsweise ¼ aller in Ladakh kultivierten Äcker sind im Besitz des Hemis-Klosters. Das Kloster Hemis ist bekannt für seine Maskentänze. Es besitzt den größten Thanka Ladakhs, der nur alle 12 Jahre einmal beim Maskenfest ausgerollt wird. Hierzu kommen Touristen aus der ganzen Welt.

Rückfahrt entlang des Indus nach **Tikse**, ca. 19 km südöstlich von Leh. Die Lage des dortigen Klosters ist sicherlich die interessanteste im ganzen Industal. Auf einem Hügel in der weitläufigen Indusebene erbaut, gleicht Tikse einer Miniaturausgabe des Potala in Lhasa. Unzählige weiße Chörten säumen den Weg vom Shey dorthin. Von der Vorderseite bietet der Anblick des Kloster Ästhetik pur.

Vor der Ankunft in Leh noch Besichtigung des Königspalastes von **Shey**, ca. 16 km südöstlich von Leh. Wir besichtigen die Ruinen des Shey-Palastes. Von hier oben genießt man eine grandiose Aussicht auf die sumpfige Grasfläche der Indusebene. Shey war die Hauptstadt der ersten Herrscher von Ladakh, bis dann im 15. Jahrhundert der Regierungssitz nach Leh verlegt wurde. Shey blieb jedoch Nebenresidenz der Monarchen.

**6.Tag: Spituk – Zinchen 3500m F/M/A Zeltcamp**

Nach dem Frühstück verlassen wir Leh und fahren (ca. 1 Stunde) nach Spituk, dem Ausgangspunkt für unsere Trekkingtour. Das Gepäck wird auf die Tragtiere verteilt und wir starten unsere erste Etappe. Der Pfad führt uns hinauf in das Bergmassiv, welches das Markha Tal vom Indus Tal trennt. Gehen wir langsam und gewöhnen uns ein. Im kleinen Dorf Zinchen 3500m erreichen wir heute unser Tagesziel.

**Während unserer Tour müssen wir Flüsse & Bäche überqueren – teils auf Brücken, aber auch „durch“ die Flüsse - also ganz WICHTIG – ein Paar Schuhe EXTRA (ev. Trekkingsandalen) mitnehmen.**

↑ 100m ↓ 100m ⌚ ca. 5 Stunden

**7.Tag: Rumbagh 4100m F/M/A Zeltcamp**

Wir folgen dem Jingchan Gebirgsbach, den wir einige Male durchqueren müssen und erreichen die Ortschaft **Rumbagh 4100m**. Seit Jahrhunderten wird in einer kleinen Wassermühle die hier angebaute Gerste gemahlen.

↑ 600m ⌚ ca. 6 Stunden

**8.Tag: Stok La - Manikabo 4300m/4900m F/M/A Zeltcamp**

Es geht wieder aufwärts, der Stok Paß mit 4900 Metern ist zu nehmen. Steigen wir langsam auf und genießen die herrliche Aussicht. Nach einer Rast am Pass beginnen wir mit dem Abstieg. Die Zelte stehen in **Manikabo 4300m**.

↑ 1100m ↓ 900m ⌚ ca. 6 Stunden

**9.Tag: Larsi „Basislager“ 4750m F/M/A Zeltcamp**

Langsam, langsam, aber stetig geht es bergan. Die Flora ist prächtig, Edelweiß leuchten uns entgegen. Das Ziel ist ein Lagerplatz in **Larsi 4750m**. Hier ist die Umgebung schon wesentlich karger. Geröllhänge liegen im Kontrast zu den umliegenden Bergen und den entfernten Eisriesen. Wir wollen uns langsam akklimatisieren und können am Nachmittag wieder etwas weiter aufsteigen – aber wichtig ist, daß wir uns Zeit nehmen.

↑ 500m ↓ 50m ⌚ ca. 3-4 Stunden

**10.Tag: Larsi Peak 4750m/5640m F/M/A Zeltcamp**

Wenn alles gut geht, dann erreichen wir heute den Gipfel des **Larsi Peak 5640m**. Geröllhänge erschweren den sonst technisch unschwierigen Aufstieg. Trotzdem wird es anstrengend, dann die dünnere Luft macht sich bemerkbar. Nach der Gipfelrast mit faszinierendem Panoramablick auf die uns umgebenden Gipfel, steigen wir ab zum Lager in Larsi – hier ist die Luft wieder „dicker“.

↑ 890 ↓ 890m ⌚ ca. 7–8 Stunden

**11.Tag: Reservetag F/M/A Zeltcamp**

Dieser Tag kann individuell in Absprache der Gruppe mit dem Guide für das Trekking eingeplant werden.

**12.Tag: Manikabo – Stok / Fahrt nach Leh 3500m F/M/A Hotel Himalayan Retreat**

Wir steigen ab und erreichen die **Manikabo Alm 4300m**. Weiter führt der Weg durch ein kleines Flussbett hinunter nach **Stok 3600m**. Hier werden wir abgeholt und fahren wieder zurück nach Leh.

↑ 50m ↓ 1200m ⌚ ca. 4 Stunden

**13.Tag: Leh zur freien Verfügung 3500m F/M/A Hotel Himalayan Retreat**

Unternehmen wir einen Bummel durch Leh und/oder ruhen uns ...

## INDIEN

**Ladakh – Berge und Klöster**

**Reisennummer: 103102**

**Reisedauer: 16 Tage**

---

**14.Tag: Flug nach Delhi**

**F/**

**Hotel Hans Plaza**

Am Hotel werden wir abgeholt und fahren zum Flughafen in Leh. **Flug Leh – Delhi.**

Noch einmal haben wir eine herrliche Aussicht auf die Berge.

In Delhi werden wir wieder am Flughafen abgeholt und fahren in unser Hotel.

Der weitere Tag steht zur freien Verfügung.

---

**15.Tag: Delhi Besichtigungen / Flughafentransfer & Rückflug**

**F/**

Heute unternehmen wir eine **Besichtigungstour durch Neu-Delhi.** „New Delhi“ wurde von den britischen Architekten Lutyens und Sir Herbert Baker 1931 symmetrisch als Gartenstadt angelegt. Hier, zwischen den Gräbern und Mausoleen, Erinnerungsstätten edler Herrscher und Könige, ist Delhi so, wie es von den Briten gestaltet wurde: breite Prachtstraßen, unberührte Gärten, weit verstreute Sommerhäuser im Kolonialstil und schattige Alleen. Der Rajpath Boulevard zieht sich vom Fuße des Indischen Tors am imposanten Parlamentsgebäude vorbei, schnurgerade bis hin zu den wichtigen Toren des Rahtrapati-Bhawan Palastes, der königlichen Residenz früherer Vizekönige und nun des Präsidenten von Indien. Wir besuchen HumayunsTomb, Qutab Minar, das India Gate und den Präsidenten Palast. Letzte Möglichkeit für Einkäufe.

Am Abend erfolgt der **Flughafentransfer und Rückflug.**

***Die Reise kann auch verlängert werden.  
So z.B. mit der „Golden Triangle Tour“ Delhi – Agra – Jaipur.  
Bitte fragen Sie an, wir beraten Sie gerne.***

---

**16.Tag: Ankunft**

---