



## Individualreisen

Ihr Trekking führt auf einer angenehmen Route durch die Seitentäler des Indus-Tales. Sie übernachten bei Gastfamilien, die Ihnen einen einmaligen Einblick in ihre reiche Kultur und das traditionelle Leben der Ladakhis gewähren. Sie haben genügend Zeit für unvergessliche Begegnungen mit der lokalen Bevölkerung.

### HÖHEPUNKTE

- Übernachtung in Privathäusern von Gastfamilien
- Tiefer Einblick in das ladakhische Leben
- Einfache Route über den 4900 Meter hohen Ganda-La Pass
- Jahrhundertalte Klöster im Industal

### UNSER KOMMENTAR

Bei keiner anderen Individualreise haben Sie einen so tiefen Einblick ins ladakhische Leben. „Guesthouse-Trekking“ ist in Ladakh noch völlig in den Kinderschuhen, seien Sie auf einfachste Unterkünfte vorbereitet.

## TREKKING ZU GASTFAMILIEN

### 1. Tag: Individuelle Anreise nach Leh, Ladakh

Sie werden am Flughafen in Leh abgeholt und fahren ins Guesthouse. Zeit zur freien Verfügung und Akklimatisation.

### 2. Tag: Im Indus-Tal

Für eine optimale Akklimatisation gehen wir die ersten Tage geruhsam an. Wir besuchen das 1000-jährige Kloster Spituk und das Kloster Phyang. Phyang ist ein typisches ladakhisches Dorf inmitten grüner Gerstfelder.

### 3. Tag: UNESCO-Weltkulturerbe Alchi

Die Klosteranlage von Alchi wurde von der UNESCO zum Weltkulturerbe erklärt. Die Tempel liegen nicht, wie die meisten Klöster in Ladakh, majestätisch auf einer Bergspitze, sondern unscheinbar im Dorf zwischen Bäumen und Feldern. Auf unserer Weiterfahrt besuchen wir die Nonnen eines der wenigen Frauenklöster in Ladakh und das abgelegene Kloster Ridzong. Am Abend kehren wir zurück nach Leh.

### 4. Tag: Gebet im Kloster Thikse

Im Kloster Thikse sitzen wir mit den Mönchen in der grossen Versammlungshalle und lauschen ihrem Morgengebet. Ein Spaziergang den grünen Feldern im Industal entlang bringt uns nach Shey, dem ehemaligen Sitz der Könige von Ladakh.

### 5.–6. Tag: Aufstieg

Fahrt nach Zingchen und weiter zu Fuss ins Dorf Rumbak, wo wir bei einer Familie übernachten. Am nächsten Tag wegen der Akklimatisation kurze Etappe zum einzigen Haus in Yurutse.

### 7.–9. Tag: Über den Pass nach Chilling

Weiterweg über den 4900 Meter hohen Ganda La Pass ins Markhatal und während drei Tagen bis zum Dorf Chilling am Zanskar-Fluss.

In diesem Dorf wohnen die Meister der ladakhischen Kupfer- und Goldschmiedekunst. Übernachtungen in Shingo, Kaya und Chilling.

### 10.–11. Tag: Rückfahrt nach Leh und Weiterreise

Fahrt nach Leh, wo Sie noch Zeit für letzte Einkäufe und Besichtigungen haben. Im Laufe des nächsten Tages Fahrt zum Flughafen.

**Das individuelle Anschlussprogramm Tsomoriri passt gut zu dieser Reise, siehe Seite 21.**

**Detailprogramme und Infos unter [www.himalayatours.ch](http://www.himalayatours.ch) oder per Post bestellen.**

### INFOS

**2 - 3 Personen 11 Tage CHF 1240.-**  
**Ab 4 Personen 11 Tage CHF 1100.-**

Ideale Reisezeit von Juni bis Oktober

#### Zuschläge

- Einzelzimmer in Leh CHF 110.-
- Privatreise bei nur 1 Person CHF 480.-

#### Inkl.

- Alle Überlandfahrten und Anknüpftransfers
- 5 Übernachtungen in einfachem Guesthouse im Doppelzimmer in Leh, 5 Übernachtungen in Familienhäusern auf dem Trekking, sehr einfacher Standard
- Vollpension während des Trekkings, Zimmer/Frühstück in Leh
- Lokale englischsprachige Reiseleitung ab/bis Leh

#### Exkl.

- An- und Weiterreise nach/von Leh
- Trinkgelder
- Persönliche Auslagen
- Indien-visum

#### Anforderungen und Hinweise

- Leichtes bis mittelschweres Trekking, gute Kondition, 5 Tagesetappen von 2-6 Stunden in Höhen bis 4900 Meter.
- Unser Gepäck tragen wir selber! Schlafsack empfehlenswert.
- Flexibilität und Einfühlungsvermögen.
- Sehr einfache Unterkünfte auf dem Trekking.
- Gerne nehmen wir Ihre Flugbuchung entsprechend Ihren Wünschen vor (Flüge nicht inkl.)

Programmänderungen vorbehalten