



TIBET/NEPAL

MTB EXPEDITION LHASA – KATHMANDU

Die einmalige Herausforderung! Wer hat nicht schon davon geträumt, mit dem Mountainbike den Himalaya vom geheimnisvollen Tibet bis ins legendäre Königreich Nepal zu überqueren?

Höhepunkte

Von Lhasa nach Kathmandu – eine Bikeexpedition der Superlative: Die anspruchsvolle Tour dauert 25 Tage und führt auf 1000 Streckenkilometern über mehr als 5000 m hohe Pässe. Wir bezwingen den 5220 Meter hohen Lhakpa La Pass, besuchen das Mount Everest Base Camp und genießen ein Downhill von mehr als 3000 Höhenmetern hinunter zur nepalesischen Grenze. Die sowohl sportliche wie kulturelle Herausforderung für konditionell und mental sehr starke BikerInnen

Übersicht & Leistungen

Reiseinfos

Konditions-Level 4

Fahrtechnik-Level 2–3

Teilnehmerzahl: mind. 8, max. 12 Personen

Anmeldeschluss: 5 Wochen vor Reisebeginn

Im Preis inbegriffen:

Linienflug FRA–Kathmandu–FRA,

Flug Kathmandu–Lhasa,

alle Flughafentaxen,

22 kg Gepäck inkl. Bike,

Biketransport auf allen Flügen,

12 Hotelübernachtungen im

Doppelzimmer mit Frühstück,

11 Übernachtungen unterwegs im
Doppelzelt und in einfachen Unterkünften im Doppel- oder Mehrbettzimmer,
8. bis 22. Tag Vollpension,
Begleitfahrzeuge,

Mietzelt,
alle Eintritte,
Bewilligungen und Ausflüge,
alle Transfers,
BAT-Bikeshirt, I
okale- und bike adventure tours-Reiseleitung

Nicht in den Leistungen enthalten

alle nicht aufgeführten Mahlzeiten und Getränke,
Visumgebühren,
oblig. Reiseversicherungen

Termine & Preise

7. September–2. Oktober 2005 4490.–
6. September–1. Oktober 2006 4570.–
Einzelzimmer ab 320.–

Individualreise ab 2 Personen
Diese Reise kann ab zwei Personen auch
individuell gebucht werden.
Bitte fragen Sie an. Tel. 06227/357797 oder per

Gut zu wissen:

Speziell für diese Bikeexpedition braucht es
erfahrene Reiseleiter und zuverlässige Partner
vor Ort. Diese haben wir und zudem 6 Jahre Erfahrung mit Reisen in extremen
Höhenlagen.

Reise im Detail

1. Tag: Linienflug nach Kathmandu
2. Tag: Ankunft im Kathmandu-Tal.
Transfer ins Hotel in Kathmandu.
3. Tag: Nepalesische Sehenswürdigkeiten.
Kathmandu bietet den idealen Einstieg für unsere Tibetreise. Wir besuchen die bedeutendsten
Sehenswürdigkeiten. Übernachtungen im Hotel.

4. Tag: Flug über das Himalayagebirge.

Der Flug von Kathmandu nach Tibet bietet uns bei guter Sicht einen fantastischen Ausblick auf die höchsten Berge der Erde; Mount Everest, Lotse, Makalu. Bustransfer vom Gongkar Airport nach Lhasa. Hotelübernachtung.

5.–7. Tag: Lhasa, das «Land der Götter».

Für die Anhänger des Buddhismus bedeutet Lhasa das «Land der Götter». Lhasa, die verbotene Stadt, war für viele Entdecker aus dem Westen seit je eines der grössten Ziele. Wir besuchen die bedeutendsten Sehenswürdigkeiten von Lhasa: Potala-Palast, Jokhang-Tempel, Barkhor und das Kloster Sera. Diese ersten Tage dienen der Akklimatisation, Lhasa liegt auf 3658 m. Übernachtungen im Hotel.

8.–10. Tag: Im Hochland des Yamdrok Lake.

Unser Bikeabenteuer führt uns zuerst in 3 Tagen nach Gyantse. Auf einer noch asphaltierten Strasse fahren wir mit dem Bus zum Fusse des Khampa-La-Passes (4800 m), den wir gleichentags bezwingen werden. Weiter führt die Strasse am türkisfarbenen Yamdrok- See (4400 m) vorbei, hoch über den Karo-La-Pass (5025 m) durch ein fruchtbares Tal nach Gyantse, wo wir am Nachmittag des dritten Tages ankommen. Wir besuchen die Klosteranlage «Palkohr Chiode» und Gyantses Altstadt. Übernachtungen unterwegs im Zelt, in Gyantse im Hotel.

11.–12. Tag: Gyantse–Shigatse.

Ruhetag in Shigatse. Eine asphaltierte Strasse durch eine weite Ebene führt uns nach Shigatse. Von weit her sehen wir die goldenen Dächer des Klosters «Tashi Lünpo». Dieses Kloster ist der Sitz der zweithöchsten Reinkarnation Tibets, des Panchen Lama. Am folgenden Ruhetag in Shigatse schlendern wir wie die vielen Pilger durch diese eindrückliche Klosteranlage. In der Altstadt besuchen wir den lebhaften Markt. Übernachtung im Hotel.

13.–15. Tag: Auf dem «Dach der Welt».

Während dreier Tage biken wir auf dem «Dach der Welt», wir überqueren den Lhakpa La, der mit seinen 5220 m der höchste Pass unserer Reise ist. Die anschliessende Abfahrt eröffnet uns zum ersten Mal die Sicht auf den Mount Everest. Zwei Zeltnächte, dritte Nacht einfaches Hotel in Shekar.

16.–17. Tag: Zum höchsten Kloster Tibets.

Wir biken von der Hauptstrasse weg Richtung Pang-La- Pass (5200 m). Auf dem Pass angekommen, bietet sich uns ein einmaliger Anblick über die Himalayakette. Nach einem Downhill biken wir weiter hoch Richtung Mount Everest. Die letzten Kilometer trennen uns vom höchsten Berg der Welt –am Nachmittag treffen wir in Rongbuk, dem höchst gelegenen Kloster Tibets, ein. Beide Übernachtungen im Zelt.

18. Tag: Mount Everest Base Camp.

Wir geniessen die fantastische Aussicht auf den höchsten Berg der Erde, unternehmen eine Wanderung zum Base Camp und fahren mit dem Jeep zurück auf die Hauptstrasse und weiter bis Tingri. Übernachtung im Zelt.

19.–21. Tag: Die Himalaya-Überquerung.

Die letzte grosse Herausforderung ist die Überquerung des Doppelpasses La Lung (5050 m). Über 3000 Höhenmeter Downhill erwarten uns nun – ein ultimativer Spass für Liebhaber. Die mondartige Kargheit des tibetischen Hochlandes geht nun in eine feuchte Vegetation über. Am 22. Tag erreichen wir den Grenzort Zhangmu und verlassen Tibet über die «Freundschaftsbrücke». Zwei Übernachtungen im Zelt, eine am 22. Tag in einfacher Unterkunft.

22.–23. Tag: Nepalesische Impressionen.

Die nepalesische Landschaft ist lieblich, es geht vorbei an Reisterrassen und durch lebhafte Dörfer. Wir überqueren den letzten, hohen Pass und verbringen eine Nacht im Dhulikel Resort auf 1600 m – bevor wir stolz über unsere Leistung und um viele unvergessliche Erlebnisse reicher in Kathmandu ankommen.

24. Tag: Kathmandu.

Heute haben wir nochmals Zeit, Kathmandu zu entdecken. Übernachtung und Abschlussfeier im Hotel.

25.–26. Tag: Flug Kathmandu–Frankfurt.

Ankunft am 26. Tag