

15 Tage NEPAL - TIBET

Unterwegs zum „Dach der Welt“

Auf den Spuren des Buddhismus



Lhasa - Potala-Palast



Yamdrok See

Reise-Nr. ÖK NEP-21115

Reiseverlauf (Änderungen vorbehalten):

1. Tag: Flug nach **Kathmandu**.

2. Tag: Ankunft in der Hauptstadt Nepals, **Kathmandu**. Empfang durch einen Vertreter der Agentur am Flughafen und Transfer zum Hotelbezug für 2 Nächte. Zeit zur freien Verfügung.

3. Tag: Besuch des **Paschupatinathtempels**, dem heiligsten aller Hinduschreine. Der Tempel wurde 1979 von der UNESCO zum Weltkulturerbe erklärt. Anschließend geht es nach **Bodhanath**, der weltweit größten Stupa und Zentrum des Buddhismus. Rückkehr zum Hotel.

4. Tag: Transfer zum Flughafen Kathmandu und Flug nach **Lhasa** (3 650 m), Hauptstadt der Autonomen Tibetischen Region, die mehr als 1 300 Jahre alt ist. Empfang durch einen Vertreter der Agentur und Transfer zum Hotel. Zimmerbezug für 3 Nächte. Zeit zur freien Verfügung für einen ersten orientierenden Stadtrundgang.

5. Tag: **Lhasa**. Besuch des berühmten **Potala-Palastes**, dem ehemaligen „Winterpalast“ des Dalai Lama. Er befindet sich auf dem Hügel Dmarpori im Zentrum der Stadt und verfügt über 1 000 Zimmer auf einer Fläche von 41 ha. Weiter geht es am Nachmittag zum Besuch im Norbulinka, früherer „Sommerpalast“ des Dalai Lama, umgeben von einem grünen Garten und beliebt bei den Tibetern, um hier Feste zu feiern. Anschließend Besuch des **Jokhang-Tempels**, der sich in der Altstadt Lhasas befindet. Der Tempel ist das geistige Zentrum Tibets und Pilgerort für viele Tibeter. Anschließend Bummel auf dem geschäftigen **Barkor Freimarkt**, der Jokhang umgibt. Rückkehr zum Hotel.

6. Tag: Ausflug zum **Kloster Nechung**, dem Sitz des Staatsorakels. Anschließend Besuch des **Klosters Drepung**, eines der größten Klöster der Welt, welches der Gelbmützensekte gehört. Von hier aus regierte einst der Dalai Lama, als sich der Potala-Palast noch

im Bau befand. Weiter geht es zum **Sera-Kloster**, in dem u. a. zahlreiche Kulturdenkmäler, Kultgeräte sowie buddhistische Sutras aufbewahrt werden. [Möglichkeit zum Besuch der Mönchs-Debatten gegen 15:00 Uhr.](#) Rückfahrt zum Hotel.

7. Tag: Fahrt nach **Ganden**, dem bedeutendsten und größten Kloster Tibets, zur Besichtigung. Weiterfahrt nach **Tsetang** mit Besichtigung des Ortes. Hotelbezug in Tsetang für 2 Nächte.

8. Tag: Ausflug zum **Samye-Kloster**. Das Kloster befindet sich im Kreis Danang und war das erste vollständige Kloster in der Geschichte des tibetischen Buddhismus. Besichtigung des Klosters und Rückfahrt zum Hotel.

9. Tag: Fahrt über den Karo-La vorbei am **Yamdrok See**, mit beeindruckendem Blick auf die Himalaya-Kette, nach **Gyantse**. Besichtigung der **Kumbhum Stupa** und des **Pelkor Chode Klosters**. Übernachtung in **Gyantse**.

10. Tag: Fahrt über Shalu nach **Xigaze**, einer Kulturstadt mit einer über 500 Jahre langen Geschichte. Südlich von Xigaze befindet sich auch der weltbekannte Qomolangma-Gipfel. Besuch des **Tashlungbo-Klosters**. Besonders sehenswert ist die vergoldete Bronzestatue der buddhistischen Gottheit Maitrejin in der großen Gebetshalle mit einer Größe von 26,7 m. Anschließend Bummel über den **Markt** von Xigaze. Übernachtung in **Xigaze**.

11. Tag: Fahrt über die beiden Pässe Tsoula und Gyatso La (5 220 m) nach **Tingri / Shegar** zur Übernachtung.

12. Tag: Fahrt durch immer üppiger werdende Vegetation nach **Zhangmu** zur Übernachtung.

13. Tag: Fahrt zur tibetisch-nepalesischen Grenze an der Friendship Bridge. Gang über die Brücke nach

Nepal (Nahe der Grenze ist die Straße oftmals durch Erdrutsche verschüttet. Mit einer mehrstündigen Wanderung muss dann gerechnet werden. Das Gepäck kann in diesem Fall von Gepäckträgern transportiert werden (vor Ort zu zahlen.) Weiterfahrt nach **Kathmandu** zur Übernachtung.

14. Tag: Kathmandu. Besuch der nahe gelegenen **Stupa von Swayambhunath**, westlich von Kathmandu gelegen, mit herrlichem Blick auf die Stadt und das Tal. Anschließend Gang über den **Dubar Square**. Am Nachmittag Transfer zum Flughafen Kathmandu und Rückflug nach Deutschland.

15. Tag: Ankunft in Deutschland.