

Indien - Nordindien | Kulturreise

Ladakh: Faszination Klein-Tibet

Reise ins karge und buddhistisch geprägte Ladakh

Jan Feb Mär Apr **Mai** Jun Jul Aug Sep Okt Nov Dez



Reiseübersicht

Ladakh liegt eingebettet zwischen Pakistan und China in einer wilden und kargen Hochgebirgslandschaft mit schneebedeckten Berggipfeln. Klöster prangen adlerhorstartig auf hohen Felsen über den Tälern. Ladakh war lange ein unabhängiges buddhistisches Königreich. Kultur und Religion sind tibetisch geprägt. Mönche, Pilger mit Gebetsmühlen und farbige im Wind flatternde Gebetsfahnen gehören zum Alltagsbild. Über einen der höchsten befahrbaren Gebirgspässe der Welt, den Chang-La, besuchen Sie den blau, grün und türkis glitzernden Pangong Lake. In den Klöstern Ladakhs wird der Lamaismus (Vajrayana-Buddhismus) noch heute in seiner traditionellen Form praktiziert. Maskentänze stellen den Sieg von Guru Padmasambhava, dem Begründer des Vajrayana-Buddhismus, über die Bön-Priester dar.

Reiseprogramm - 9 Tage

Tag 1	Leh
Tag 2	Leh
Tag 3	Leh - Stok - Leh
Tag 4	Leh - Thiksey - Hemis - Pangong Lake
Tag 5	Pangong Lake - Shey - Leh
Tag 6	Leh - Alchi
Tag 7	Tingmosgang - Tia - Lamayuru - Tingmosgham
Tag 8	Tingmosgang - Likir - Basgo - Leh
Tag 9	Leh - Delhi

Detailprogramm

Tag 1

Leh

Die Hauptstadt Ladakhs liegt in 3580m Höhe am Oberlauf des Indus. Vor Jahrhunderten bildete Leh den Karawanenknotenpunkt der Seidenstrasse von China und Lhasa zur indischen Tiefebene. Nach Ihrer Ankunft werden Sie am Flughafen abgeholt und zu Ihrer Unterkunft gebracht. Lassen Sie sich und Ihrem Körper am Rest des Tages genug Zeit, um sich an die Höhe zu gewöhnen.

Tag 2

Leh

Auf einem Spaziergang erkunden Sie das beschauliche Städtchen. Der erste Besuch gilt dem herrlichen Leh Palast aus dem 17. Jahrhundert. Weiter geht es zu LAMO, einer Kunst und Mediengalerie und Plattform lokaler Künstler. Im Munshi House bewundern Sie die Architektur Ladakhs bevor Sie die 500 Stufen zur Shanti Stupa in Angriff nehmen und mit einem grandiosen Blick über die Stadt belohnt werden.



F

Tag 3

Leh - Stok - Leh

Am frühen Morgen geht es nach Stok. Im Dhamma Institut erhalten Sie eine kurze Einführung in Vipassana, eine der ältesten indischen Meditationstechniken. Weiter geht es zum Stok Palast mit dem interessanten Museum. Zu Gast bei einer ladakhischen Familie haben Sie die Gelegenheit Buttertee oder Changbier zu probieren, während Sie die Hausfrau in die Geheimnisse der lokalen Küche einweicht.

Tag 4

Leh - Thiksey - Hemis - Pangong Lake

Heute heisst es früh aufstehen. Im Kloster Thiksey haben Sie die Gelegenheit am Morgengebet der Mönche teilzunehmen. Nach dem anschliessenden Frühstück und einer kurzen Besichtigung geht die Fahrt weiter, am Ufer des Indus entlang nach Hemis, dem grössten und imposantesten Kloster in Ladakh. Nach einer weiteren spektakulären Fahrt über den Chang La Pass (5320m) erreichen Sie schliesslich den Pangong Lake.

Tag 5

Pangong Lake - Shey - Leh

Geniessen Sie einen Morgenspaziergang am Ufer des aussergewöhnlichen Sees. Das kristallklare Wasser schillert in einer unglaublich vielfältigen Palette aus Grün-, Türkis- und Blautönen und ist von schneebedeckten Bergen umgeben. Auf dem Rückweg halten Sie an einem der schönsten Dörfer in Ladakh, Shey. Dort besichtigen Sie einen der ältesten Paläste des Landes, bevor Sie Ihre Fahrt nach Leh fortsetzen.



F

Tag 6

Leh - Alchi

Etwa 70 Kilometer westlich von Leh erreichen Sie Alchi, ein Juwel unter den Klöstern Ladakhs. Die 1000-jährigen



Guesthouse



F / M / A

Tempel beherbergen wertvolles Kulturgut des westlichen Himalayas, beispielsweise hervorragend erhaltene Wandmalereien. Alchi ist aber auch ein freundliches Bauerndorf in einer der fruchtbarsten Gegenden Ladakhs. Das milde Klima erlaubt sogar zwei Aprikosenernten im Jahr.



3100m ü. M.

Tag 7 **Tingmosgang - Tia - Lamayuru - Tingmosgham**

Nach einem typischen ladhaki Frühstück brechen Sie auf in das älteste Dorf der Region. Tia (3,394m) liegt auf einem Hügel und beheimatete ca. 200 Familien in traditionellen Häusern in einem Labyrinth aus Gassen, Tunneln, Strassen und Innenhöfen. Dort beginnt Ihre Wanderung zum Bongbongla (ca. 3 Std) mit faszinierenden Ausblicken über die schöne Landschaft. Auf der Rückfahrt besuchen Sie das Lamayuru Kloster.

Tag 8 **Tingmosgang - Likir - Basgo - Leh**

Auf Ihrem Rückweg nach Leh besuchen Sie das Likir Kloster. Das Originalkloster vom 11. Jhd. fiel einem verheerenden Feuer zu Opfer und wurde im 18. Jhd neu errichtet. Mehrere grosse Buddha Statuen, alte Manuskripte und verschiedene Thankas können hier bewundert werden.

Tag 9 **Leh - Delhi**

Leider ist Ihre Reise im äussersten Norden Indiens bereits wieder vorbei. Bei dem Flug nach Delhi geniessen Sie noch einmal den Blick auf die wunderschöne Hochgebirgswüste, bevor es heisst „Namaste und auf Wiedersehen“.



1.5 Std.



F

Termine & Preise

9 Tage Privatreise

- Datum frei wählbar ab CHF 2'685

Beste Reisezeit

Die beste Reisezeit ist von September bis April. Im Mai ist es sehr heiss, und ab Juni setzt von Süden her der Monsun ein. Winternächte in Rajasthan können kühl sein, tagsüber herrschen angenehme Temperaturen. Genau umgekehrt präsentiert sich die situation in Ladakh / Leh. Durch das Himalaya-Gebirge vor dem Monsun geschützt, herrschen hier von Juni bis September beste Reisebedingungen.

Referenz-Weblink:

<https://www.indien.ch/de/reise/ladakh-faszination-klein-tibet?vehicleType=train&vehicleUrl=zuege>