



- Spektakuläre Überlandfahrt durch das Himalaya Gebirge
- Besuch des ältesten Klosters Tibets – Samye
- Ausführlicher Aufenthalt im Kathmandu-Tal

China mit Tibet und Nepal – Über Land von Lhasa nach Kathmandu 18-Tage-Erlebnisreise

Gewaltige Gebirgslandschaften, traditionsreiche Klöster, eindrucksvolle Begegnungen mit Mönchen und Nomaden – auf der einzigartigen Überlandfahrt auf der alten Handelsstraße von Lhasa nach Kathmandu erwarten uns unvergessliche Reiseerlebnisse. Das Dach der Welt verspricht ein kontrastreiches Abenteuer!

1. Tag: Anreise nach China

Mit viel Vorfreude im Gepäck startet Ihre Reise. Sie fliegen über Beijing nach Lhasa.

2. Tag: Lhasa: Ankunft in Tibet

Schon während des Fluges nach Lhasa können Sie die leuchtenden Gipfel der Siebentausender bestaunen. Nach einer herzlichen Begrüßung durch Ihre Erlebnisreiseleitung gewinnen wir während der gemeinsamen Fahrt zum Hotel erste Eindrücke von der Stadt. Je nach Ankunftszeit können Sie den freien Nachmittag nutzen, um sich langsam an die Höhe von 3.570 Metern zu gewöhnen. Bei einem gemeinsamen Abendessen stimmen wir uns auf die nächsten Tage ein und unsere Reiseleitung erklärt uns, was wir über das Dach der Welt wissen müssen. (A)

3. Tag: Lhasa: Boden der Götter

Der Jokhang-Tempel ist bis heute das religiöse Zentrum des Tibetischen Buddhismus und Ziel tausender tibetischer Pilger. Das Umrunden des Tempels auf dem traditionellen Fußweg, dem Barkhor, soll uns vor einer schlechten Wiedergeburt bewahren. Bis zu seiner Flucht lebte der Dalai Lama im Potala Palast. Wir tauchen ein in die faszinierende Welt mit seinen Meditationshallen, Schreinen und

Chörten. Warum musste er ins Exil? Diese und viele Fragen beantwortet uns unsere Reiseleitung. (F, M, A)

4. Tag: Lhasa: Tag der Klöster

Im Nahe gelegenen Kloster Drepung lebten und studierten einst bis zu 8.000 Mönche. Von hier bietet sich uns ein fantastischer Ausblick auf Lhasa. Im Sera-Kloster lachen uns viele Buddhas an und wir erleben die faszinierende Diskussion der Mönche. (F, M, A)

5. Tag: Von Lhasa nach Tsedang

Am Morgen brechen wir auf in Richtung Tsedang und besuchen unterwegs das Kloster Trandruk Lhakhang. Im ältesten Palast Tibets, dem Yongbulakang Palast, bestaunen wir die sitzenden Statuen und historischen Fresken, die die Geschichte des ersten tibetischen Königs erzählen. 200 km (F, M, A)

6. Tag: Tsedang: Kloster Samye

Zum ältesten Kloster Tibets führt uns der heutige Tagesausflug. Die Gründung des Klosters Samye im 8. Jahrhundert markierte den Beginn der Bestrebungen des tibetischen Königshofes, den Buddhismus als Staatsreligion zu verankern. (F, M, A)

7. Tag: Von Tsedang nach Gyantse

Auf einer der schönsten Panoramastrecken Tibets fahren wir nach Gyantse. Spektakulär ist die Aussicht vom fast 5.000 Meter hohen Pass Kampa La auf den türkis schimmernden Yamdrok-See. Unsere Fahrt führt entlang gewaltiger, von ewigem Eis und Schnee bedeckter Berggipfel bis nach Gyantse, hinunter auf 4.070 Metern Höhe. 280 km (F, M, A)

8. Tag: Von Gyantse nach Shigatse

Heute besichtigen wir den Klosterbezirk Pälkhor Chöde mit dem berühmten Kumbum, einem begehbaren Reliquienschrein. Diese Stupa mit seinen einzigartigen Wandmalereien gehört zu den beeindruckendsten Bauwerken tibetischer Architektur. Eine tibetische Familie gewährt uns unterwegs Einblicke in ihr Reich. Durch die fruchtbare Ebene des Nyangchu-Flusses fahren wir weiter nach Shigatse auf 3.900 Metern Höhe. Unterwegs besuchen wir das Kloster Shalu. 100 km (F, M, A)

9. Tag: Shigatse: beim Panchen Lama

Die zweitgrößte Stadt Tibets wird durch das gewaltige Kloster Tashilhünpo dominiert, den Stammsitz des Panchen Lama (3.850 Meter). Wir erkunden den imposanten Komplex, der eine wahre

Klosterstadt ist. Bei der anschließenden Umrundung der Anlage auf dem Pilgerweg eröffnen sich uns fantastische Ausblicke auf die Stadt. Im Anschluss bleibt Zeit für individuelle Erkundungen in den alten Straßen. (F, M, A)

10. Tag: Von Shigatse nach Shegar

Auf unserer Fahrt begleiten uns die endlose Weite des tibetischen Hochlands und die schneebedeckten Gipfel, die sich gegen den tiefblauen Himmel abzeichnen. Unterwegs laden zottelige Yaks mit ihrem treuherzigen Blick zu einem Fotostopp ein. Wir überqueren den etwa 5.200 Meter hoch gelegenen Jia Tsuo-Pass und erreichen im Laufe des Tages Shegar. Hoffentlich bietet sich uns eine gute Sicht auf die Mutter aller Bergsteigerherzen – den Mount Everest. Je nach Straßenverhältnissen besuchen wir unterwegs das Kloster Sakya. 240 km (F, M, A)

Event-Tipp

Zum Saga-Dawa Fest wird die Geburt, der Tod und die Erleuchtung Buddhas mit vielen Ritualen gefeiert. Mit Glück sehen Sie viele Pilger bei Abreise am 23.05.

11. Tag: Von Shegar nach Kyirong

Am Morgen besuchen wir die alte Festung Shegar Dzong auf 4.050 Metern Höhe. Anschließend fahren wir weiter – von der vegetationsarmen tibetischen Hochlandschaft in die grüne Berglandschaft. Entlang des Shishapangma (8.012 Meter) fahren wir über den Gungtang-Pass (5.236 Meter) und genießen immer wieder atemberaubende Ausblicke auf die schneebedeckten Gipfel des Himalaya Gebirges und auf den Pekutso See (4.590 Meter). An unserem Ziel Kyirong herrscht auf einer Höhe von 2.350 Metern ein sehr mildes und subtropisches Klima. 360 km (F, M, A)

12. Tag: Von Kyirong über Rasuwa Ghadhi nach Kathmandu

Wir verabschieden uns heute von Kyirong und machen uns auf den Weg zum Grenzzort Rasuwa Ghadhi. Hier überqueren Sie zu Fuß die Rasuwa Brücke (circa 100 Meter), welche zugleich den Grenzübergang bildet. Herzlich willkommen in Nepal! Ihre nepalesische Reiseleitung wartet bereits mit Allradfahrzeugen auf Sie. Auf dem holprigen Pasang-Lhanu-Highway geht die Fahrt entlang des Flusses Trisuli nach Kathmandu. Nach langer Fahrtzeit erreichen wir gegen Abend die auf 1.350 Metern Höhe gelegene nepalesische Hauptstadt und

beziehen unser komfortables Hotel. Nach einer heißen Dusche genießen wir ein erstes newarisches Abendessen. 185 km (F, A)

13. Tag: Kathmandu: buddhistisches Erbe

Wir unternehmen einen Ausflug in die ländliche Umgebung nördlich von Kathmandu nach Budhanilkantha. Hier befindet sich eine eindrucksvolle, fünf Meter lange steinerne Statue des liegenden Vishnu. Bereits 642 n. Chr. fand dieses Kultbild Erwähnung. Danach führen zahlreiche Treppen hinauf zum Heiligtum Swayambunath. Von hier aus genießen wir einen faszinierenden Rundblick über das Kathmandu-Tal. Wir besuchen die Altstadt mit dem Durbar-Square mit seinen über 50 Tempeln und Monumenten. Auch ein Marktbesuch darf nicht fehlen! Kommen Sie über Ihren Reiseleiter in Kontakt mit den Einheimischen und eifern Sie ihnen nach beim Feilschen und Handeln. Und wer dann auf den Geschmack von frischem Essen gekommen ist, kann optional an einem Kochkurs teilnehmen. (F, A)

14. Tag: Kathmandu: Königsstadt und traditionelle Dörfer

Auf geht's zur Königsstadt Patan. Wir besuchen den restaurierten Königspalast und schlendern durch die Gassen in die Altstadt. Mittendrin versteckt liegt der Goldene Tempel. Anschließend erwartet uns das bedeutendste hinduistische Heiligtum Nepals und Ziel zahlreicher Pilger: Pashupatinath. Nach der Besichtigung des am heiligen Bagmati-Fluss gelegenen Tempelbezirks gelangen wir über einen Fußweg zur Bodnath-Stupa, der größten Stupa Nepals und Zentrum der Exiltibeter. Südlich von Kathmandu besuchen wir die Dörfer Khokana und Bungamati, deren Erscheinungsbild bis heute durch die im Kathmandu-Tal vorherrschende Newar-Kultur geprägt ist. In Khokana, einem Musterbeispiel mittelalterlicher Siedlungsstruktur, ist die traditionelle Produktion von Senfsamenöl noch immer die wichtigste Einnahmequelle. (F, A)

15. Tag: Kathmandu: Ausflug nach Bhaktapur

Wie Patan war auch Bhaktapur einst eine eigenständige Königsstadt. Paläste, Tempel, Pagoden und prächtige Holzschnitzereien gehören genauso zum Stadtbild wie Ziegen, Hühner und Truthähne, zum Trocknen an den Hauswänden aufgehängte Früchte und

Reisstroh dreschende Frauen. Wir besichtigen den Königspalast, das Goldene Tor, die Nyatapola-Pagode und den Bhairav-Tempel. Durch seine Lage außerhalb der Königsstädte und aufgrund seines Alters ist der Changu Narayan einer der bedeutendsten Tempel im Kathmandu-Tal. Der Nachmittags steht zur freien Verfügung, bevor wir bei einem letzten Abendessen in Nepal unsere Erlebnisse noch einmal Revue passieren lassen. (F, A)

16. Tag: Von Kathmandu nach Chengdu

Wir nehmen Abschied von Nepal und Sie fliegen nach Chengdu, die Hauptstadt der Pandabären. Der Rest des Abend steht zur freien Verfügung. Unsere Reiseleitung gibt gerne Tipps für die Abendgestaltung. Wie wäre es zum Beispiel mit einem Besuch der Sichuanoper? (F, A)

17. Tag: Chengdu: Hauptstadt der Pandabären

Sichuan ist die Heimat der Pandabären! Optional haben wir die Möglichkeit die flauschigen Bären in der Panda Forschungs- und Aufzuchtstation zu beobachten. Wir spazieren durch die gepflegte Anlage und beobachten die drolligen Tiere. Zu ihren Lieblingsbeschäftigungen zählt neben dem Spielen und Faulenzen vor allem der Genuss von köstlichem Bambus. Im Sanxingdui-Museum erfahren wir Spannendes über die zahlreichen Funde der dort gelegenen Ausgrabungsstätte. Bevor wir zum Abendessen gehen, stehen noch einige Zimmer zum Frischmachen im Hotel zur Verfügung. Bei unserem Abschiedessen probieren wir die scharfen Köstlichkeiten der Region, bevor wir zum Flughafen fahren. (F, A)

18. Tag: Willkommen zu Hause

In der Nacht fliegen Sie zurück nach Deutschland.

Flugplan-, Hotel- und Programmänderungen bleiben ausdrücklich vorbehalten.

(F=Frühstück, M=Mittagessen, A=Abendessen)

China mit Tibet und Nepal – Über Land von Lhasa nach Kathmandu

18-Tage-Erlebnisreise

Termine und Preise 2026 in €

Termine/Saison

Pro Person im Doppelzimmer inklusive Flug ab/bis Frankfurt

R 2800514

Im Reisepreis inbegriffen

- Zug zum Flug 1. Klasse*
- Flüge mit Air China in der Economy-Class ab/bis Frankfurt über Beijing bis Lhasa/ab Kathmandu über Chengdu (ggf. zzgl. Flugaufpreis)
- Inlandsflug in der Economy-Class
- Luftverkehrssteuer, Flughafen- und Flugsicherheitsgebühren sowie Tourismussteuer Nepal
- Rundreise/Ausflüge im landestypischen Klein- bzw. Reisebus mit Klimaanlage, Allradfahrzeuge am 12. Tag
- Transfers am An- und Abreisetag
- 15 Übernachtungen in Hotels bzw. Gästehäusern (Bad oder Dusche/WC)
- 15x Frühstück, 9x Mittagessen, 16x Abendessen

* bei Eigenanreise nicht inklusive

Bei Gebeco selbstverständlich

- Deutsch sprechende qualifizierte Gebeco Erlebnisreiseleitung
- Potala in Lhasa
- Jokhang mit Barkhor
- Bedeutendste Klöster der Gelugpa: Drepung, Sera, Tashilhünpo
- Kloster Trandruk Lhakhang in Tsedang und Dzong in Shegar
- Klöster Samye und Trandruk Lhakhang
- Königsstädte Patan und Bhaktapur
- Beantragung der Einreiseerlaubnis für Tibet
- Alle Eintrittsgelder
- Reiseliteratur zur Auswahl

Mehr genießen

Teilnehmerzahl mind. 2 Personen. Preis p. P.

- Kochkurs in Kathmandu (13. Tag) € 45 02
- Pandabären und Sanxingdui-Museum (17. Tag) € 85 03

TA 2800514..

Ihre Hotels

Ort	Nächte/Hotel	Landeskat.
Lhasa	3 Tashi Norta oder Banakshol	★★★★
Tsedang	2 Shamchu Garden oder Tsedang	★★★★
Gyantse	1 Yutuo	★★
Shigatse	2 Shiga Yangcha Grand Hotel	★★★★
Shegar	1 Bebar	★
Kyirong	1 Jilong oder Phuntso Kamsang	★★
Kathmandu	4 Kantipur Temple House	★★★
Chengdu	1 Holiday Inn Express Chengdu Wuhou	★★★★

Mehr Urlaub danach

Von uns für Sie ausgewählte Hotels und Reisebausteine finden Sie unter www.gebeco.de/2010023

Weitere Informationen

Diese Reise auf das Dach der Welt führt Sie in zauberhafte Landschaften in Höhenlagen von über 4.000 Meter. Eine gute körperliche Gesamtkonstitution ist Voraussetzung für diese Reise.

Unterbringung in teilweise einfachen Unterkünften.

Bei Einreise nach Nepal ist ein Visum zu erwerben (zzt. 30 USD). Fahrtage können anstrengend sein, da die Fahrtzeiten über die Pässe lang sind und teilweise nur über holprigen Schotterpisten führen.