

reisen und kultur

privatreise-inspiration

china



Reiseroute

- Tag 1: Ankunft in Kunming
- Tag 2: Kunming
- Tag 3: Kunming → Dali
- Tag 4: Dali → Shaxi
- Tag 5: Shaxi → Lijiang
- Tag 6: Lijiang
- Tag 7: Lijiang → Shangri-La
- Tag 8: Shangri-La
- Tag 9: Shangri-La → Deqen
- Tag 10: Deqen → Benzilan
- Tag 11: Benzilan → Batang
- Tag 12: Batang → Litang
- Tag 13: Litang
- Tag 14: Litang → Tagong
- Tag 15: Tagong → Hailuoguo
- Tag 16: Hailuoguo
- Tag 17: Hailuoguo → Chengdu
- Tag 18: Chengdu
- Tag 19: Abreise ab Chengdu

19 Tage / 18 Nächte
Datum nach Wahl

osttibet - shangri-la

Shangri-la, ein mythischer Ort oder ein verlorenes Paradies: Versteckt und beinahe unerreichbar in einem von Schneebergen umgebenen Tal, deren Bewohner in Frieden leben... Diese mythische Aura umgibt das osttibetische Land der Kham. Hier, weit oben in den Bergen hat sich die Lebensweise wenig verändert. Zu Füssen schwindelerregender Berggipfel auf sattgrünen Hochweiden grasen Yaks und Schafe, deren Hirten mal zu Pferd, mal auf dem Motorrad unterwegs sind. Fernab der auf dem tibetischen Hochplateau dominierenden Gelukpa, treffen Sie hier eine Vielfalt an lamaistischen Schulen, wie die Sakyapa, Nyingmapa oder Kagyüpa, und jedes Tal scheint seine eigene Architektur zu pflegen. Diese Reise führt Sie von den malerischen Dörfern des Yunnan in die Höhen des östlichsten Himalaya. Tiefe Flusstäler des Mekong, Salween und Yangtse, üppige Vegetation und eine religiöse Vielfalt von verschiedenen Schulen des tibetischen Buddhismus erwarten Sie.

Richtpreise pro Person in CHF	Mittelklassehotels	Erstklassehotels
ab 2 Teilnehmer	8'980	9'760
ab 6 Teilnehmer	4'850	5'500
Leistungen	<ul style="list-style-type: none"> - TGV-Zugfahrt Kunming-Dali in 2. Klasse - Transfers und Transporte im Privatauto oder Minibus mit Fahrer - Unterkunft im Doppelzimmer mit Frühstück - 17 Mittagessen - Lokale Reiseleiter - Besichtigungsprogramm inkl. Eintritte - Reisedokumentation 	
Bemerkungen	<ul style="list-style-type: none"> - Für private Gruppe ab 6 Personen: Vorbereitungstreffen Preise April 2025. Nicht inbegriffen sind internationale Flüge, nicht erwähnte Mahlzeiten, Hochsaisonzuschlag. Wünschen Sie eine andere Reiseroute? Gerne beraten wir Sie und kreieren Ihre Wunschreise. 	

REISEN UND KULTUR CRK AG

Bederstrasse 49 - 8002 Zürich - Tel: 044 222 11 66

info@reisen-und-kultur.ch - www.reisen-und-kultur.ch

OSTTIBET – SHANGRI-LA DETAILPROGRAMM

Tag 1	Ankunft Kunming. Transfer zum Hotel, 2 Nächte	Hotel 3/4* oder 4/5*
Tag 2	Kunming , die 'Stadt des ewigen Frühlings', mit ihren malerischen Altstadtgassen, zahlreichen Teehäusern und ihrem bunten Völkergemisch strömt eine ganz besondere Atmosphäre aus. Vom Drachentor (Longmen) blickt man hinunter auf den Dian-See. Auch lohnt es sich, den goldenen Tempel (Jindian), einen der schönsten buddhistischen Tempel Chinas, zu besuchen. Von Kunming aus ist es nicht weit zum Steinwald (Shilin), eine einzigartige Landschaft aus Kalksteinsäulen.	
Tag 3	TGV-Zug: Kunming – Dali, 1 Nacht	Hotel 3/4* oder 4/5*
	Dali , etwa 400 km von Kunming entfernt, ist ein kleines Wunder am Ufer des Erhai-Sees, an der Kreuzung der Burma- und der Tibetstrasse. Der Ort ist in ganz China bekannt für seinen weissen Marmor, die zauberhafte Umgebung – auf der einen Seite das schneebedeckte Cangshan-Gebirge und auf der anderen die tiefblauen Wasser des Erhai-Sees – und die Anmut der Bai-Frauen mit ihren farbenprächtigen Trachten. Zu den wichtigsten Sehenswürdigkeiten gehören die drei weissen Pagoden aus der Tang- und Song-Zeit und die gut erhaltene Stadtmauer.	
Tag 4	Auto: Dali – Shaxi, 1 Nacht	Hotel 3/4* oder 4/5*
	Zwischen Dali und Lijiang liegt das Shaxi-Tal , eine von der Bai-Minorität dominierte Gegend. Das Dorf Sideng war einst Knotenpunkt des Tee- und Pferdehandels zwischen den verschiedenen ethnischen Gruppen der östlichen Himalajaregion. Seit diese Handelsroute aufgegeben wurde, ist es aber ruhig geworden im abgelegenen Shaxi-Tal. Nachdem der einstige Markttort im Jahr 2001 auf die Liste der hundert am meisten gefährdeten Monumente des "World Monuments Fund" aufgenommen wurde, hat ein internationales Wissenschaftsteam unter der Beteiligung der ETH Zürich ein Entwicklungsprojekt initiiert, dessen Ziel es ist, das gefährdete kulturelle und natürliche Erbe von Shaxi und seiner Umgebung zu schützen und ihm neues Leben einzuhauchen. Ausser dem Besuch von Shaxi und der umliegenden Dörfer lohnt sich der Gang zu den buddhistischen Grotten von Shibaoshan.	
Tag 5	Auto: Shaxi – Lijiang, 2 Nächte	Hotel 3/4* oder 4/5*
Tag 6	Nahe Tibet und am Ausgang eines prächtigen Tales gelegen, gehört Lijiang zu Chinas malerischsten traditionellen Dörfern. Seine alten Viertel, seine labyrinth-artigen gepflasterten Gassen, seine alten Holzbauten, und seine Kanäle haben der kleinen, sympathischen Stadt seit 1997 zu einem Eintrag auf der Liste des Weltkulturerbes der UNESCO gereicht. Beachtung findet der Markttort jedoch auch seit geraumer Zeit wegen des hier ansässigen Volkes der Naxi. Aufgrund ihrer ethnischen Besonderheiten wie etwa des umfangreichen Werkes an Sakraltexten oder aber der dominanten Rolle der Frau haben die Naxi insbesondere in jüngerer Zeit das Interesse nationaler wie internationaler Ethnologen auf sich gezogen.	
Tag 7	Auto: Lijiang – Shangri-la, 2 Nächte	Hotel 3/4* oder 4/5*
Tag 8	Zhongdian, das sich heute Shangri-la nennt, ist eine Stadt am Ende der Welt, an der Grenze zu Yunnan und Tibet. Die Altstadt konnte einige schöne tibetanische Holzhäuser mit zwei Stockwerken bewahren, auf den Strassen trifft man Lamas auf Velos und alte traditionell geschmückte Tibetanerinnen. Das Lamaistische Kloster Songzanlin war eines von den dreizehn grossen Lamaklöstern der Gelbmützen-Sekte des tibetischen Buddhismus. Seine stattlichen Ausmasse zeugen von der politischen Grösse, die die Zhongdian-Schule damals besass. Der grosse Saal wurde ab 1982 wieder aufgebaut. Zur Zeit beherbergt das Kloster 600 Mönche, vor seiner Zerstörung aber konnten sich 1600 Mönche im grossen Gebetsaal der 108 Säulen versammeln. Die Gegend liegt unweit des mythischen Königreiches von Shangri-la entfernt und erfährt eine schnelle touristische Entwicklung, was Auswirkungen auf das traditionelle Leben hat und zu einer Umbenennung des Ortsnamens geführt hat.	
Tag 9	Auto: Shangri-la – Dequen, 1 Nacht	Hotel 3/4* oder 4/5*
	Im äussersten Norden der Provinz Yunnan im Grenzgebiet zu Burma, Tibet und Sichuan befindet sich Dequen . Auf einer Höhe vom 3'550 m.ü.M. gelegen, sind 80% seiner Bewohner tibetischen Ursprungs. Diese Region am Fusse des 6'740 Meter hohen Kawakarpo-Bergs wird auch als mythisches Shangri-la bezeichnet. Chinesen reisen von weit her an, um den "Mount Meili" zu bewundern.	
Tag 10	Auto: Dequen – Benzilan, 1 Nacht	Hotel 5*
Tag 11	Auto: Benzilan – Batang, 1 Nacht	Hotel 3/4* oder 4/5*
	Batang liegt verhältnismässig niedrig auf 2740 m.ü.M., ist ausgesprochen fruchtbar und daher dicht besiedelt. Schon vor 1950 siedelten hier neben Tibetern traditionellerweise Chinesen. Heute ist Batang eine moderne chinesische Provinzstadt mit allen zivilisatorischen Einrichtungen. Das bemerkenswerte Kloster Batang Chode wurde wieder aufgebaut und zählt heute etwa 400 Mönche. Jakhiung Rito Pendeling, ein zweites Kloster, befindet sich im etwas höher gelegenen Stadtteil und ist etwas kleiner.	
Tag 12	Auto: Batang – Litang, 2 Nächte	Hotel 3/4* oder 4/5*
Tag 13	Inmitten einer Steppenlandschaft des Hochplateaus auf einer Höhe von 4'000m ü.M. liegt Litang . Jahrhunderte lang führte die Handelsroute der Salz- und Teekarawanen aus Tibet durch diese Region, und Litang war ein wichtiger Markttort. Auch heute liegt die Stadt auf der Kreuzung von wichtigen Strassen. So werden Waren, aber auch Ideen und Neuigkeiten ausgetauscht. Das Kloster von Litang, Ganden Thubchen Choerkholing, war der Geburtsort des 7. und 10. Dalai Lamas und ist mit seinen rund 1500 Mönchen bis heute sehr einflussreich. Die lebendige Stadt wird während der ersten Augustwoche zum regelrechten Fest- und Rummelplatz. Von weit her reisen nomadisierende Tibeter an, um sich zu treffen und ihre Kräfte und Künste bei Reit-, Tanz- und Gesangswettkämpfen zu messen.	
Tag 14	Auto: Litang – Tagong, 1 Nacht	Hotel 3*
	Tagong , der "Lieblingsort der Bodhisattvas" umfasst eine weite Hochebene von fruchtbaren Weideland, auf der Schafe und Yaks genüsslich verweilen. Im Hintergrund ragt der imposante Gipfel des 7550m hohen Mt. Gongga oder Yala in die Höhe. Der Legende nach soll die erste Buddhastatue, die als Geschenk für den König Songtsen Gampo nach Tibet gebracht wurde, hier ungewöhnlich schwer geworden sein. Dies um zu signalisieren, dass sie hier bleiben möchte. So wurde ein Tempel errichtet, der heute ein wichtiges Zentrum der Ost-Tibetischen Kham Region geworden ist. Sein Kloster gehört der Sakya Schule an (Orangemützen).	
Tag 15	Auto: Tagong – Hailuoguo, 2 Nächte	Hotel 3/4* oder 4/5*
Tag 16	Der Hailuoguo Gletscher-Waldpark liegt am Fusse des Mt. Gongga, der mit 7556m der höchste Gipfel der Provinz Sichuan ist. Das Naturreservat beherbergt Berggipfel, Gletscher, Primärwälder, Flusstäler, ein Wolkenmeer und heisse Quellen. Auf verschiedenen Wanderwegen und mit einer Gondelbahn gelangt man zum Gletscher.	
Tag 17	Auto: Hailuoguo – Chengdu, 2 Nächte	Hotel 3/4* oder 4/5*
Tag 18	Chengdu ist die Hauptstadt der bevölkerungsreichen Provinz Sichuan, der Reiskammer Chinas. Sie gilt als Lebens-freudigste aller Städte, nicht zuletzt wegen der allseits beliebten Sichuan Küche. Zahlreiche offene Teehäuser laden zum Verweilen ein, und bei einer Tasse Tee lässt sich das Treiben rund herum genüsslich beobachten. Zahlreiche Tempel und Schreine buddhistischer, daoistischer und konfuzianistischer Gesinnung wie der Wenshu, Wuhou, Baoguang, Qingyang zeugen von der grossen kulturhistorischen Vielfalt. Dem berühmten chinesischen Dichter und Denker Du Fu ist ein riesiger Park gewidmet. Im People's Park und in den Gärten der Stadt treffen sich Jung und Alt zu Gesang, Tanz, Qigong, Aerobics und vielen weiteren Freizeitaktivitäten, während die Kunstmuseen und historischen Museen zu Entdeckungen einladen. Doch ist es der Sensationsfund von drei bis fünftausend Jahre alten Bronzemasken in Sanxingdui, ausserhalb von Chengdu, das der Region eine kulturhistorische Bedeutung ähnlich der Terracotta-Armee von Xi'an verleiht. Im 2023 eröffneten Museumsflügel von Sanxingdui sind unzählige gigantische Bronzen sowie feinste Goldschmiedekunstwerke ausgestellt, von denen die meisten über 3000 Jahre alt sind.	
Tag 19	Transfer zum Flughafen. Ende der Leistungen.	

Die Beschreibungen der Städte sind keine Besichtigungsprogramme. Änderungen bleiben ausdrücklich vorbehalten.