

# Himalaya Kultur- & Sherpa-Trekkingreise In den Himalajas von Westbengalen & Sikkim, Indien Mit Teestadt Darjeeling & Taj Mahal in Agra

Reisedatum: Siehe [www.terralaya.com](http://www.terralaya.com) „Gruppenreisen“

- mit 6-tägigem Trekking • 3 – 7 Std. Gehzeit pro Tag • einfach bis mittelschwer • auf zumeist gut ausgebautem Trekkingspfad, z.T. schmale Wegpassagen • ÜN in festen Unterkünften •
  - max. Höhe: 3680 müM •
- Begleitung: Bergführer Hans Immer, Trekking-Guide, Küchenmannschaft/Träger & z.T. Tragtiere, lokale Reiseleitung •

## Einführung:

Die Reise führt Sie in die östlichen Himalayas zwischen Bhutan und Nepal.

Im ersten Teil der Reise tauchen Sie in die Welt der Teegärten ein: Sie unternehmen eine Wanderung durch die weitläufigen Teegärten, picknicken am Fluss Rangit, besichtigen die Teeverarbeitungsanlage, degustieren verschiedene Teesorten und entspannen sich in der idyllischer Umgebung des luxuriösen Tea Estates.

Frisch gestärkt und von der Anreise ausgehruht begeben sie anschliessend auf das 6-tägige Sherpa-Trekking das Sie auf den Singelela-Berggrat zur indisch-nepalesischen Grenze führt. Mit etwas Wetterglück geniessen Sie eine prächtige Panoramasicht auf die Himalajas von Nepal mit Mt. Everest, Makalu und Lhotse über Mt. Khanchenjunga in Sikkim bis hin zum Gebirge Chomolhari in Bhutan.

Kulturell begegnen Sie in dieser Bergregion vor allem dem Volk der Sherpas. Das Trekking eignet sich für Teilnehmer, die auf einer für die Himalayas weniger extremen Höhe (zwischen 2000 und 3600 müM) und ohne Zeltübernachtungen unterwegs sein wollen. Sie übernachten in festen, einfachen Unterkünften und wandern täglich ca. 3 – 6 Std.

Nach dem Trekking entdecken Sie die Teestadt Darjeeling mit uns.

Anschliessend besuchen Sie mit Helen Kämpf das sagenumworbene ehemalige Königreich Sikkim. Begegnen Sie dem buddhistischen Erbe des kleinen Himalajastaats, besuchen Sie tibetisch-buddhistische Tempel und farbenfrohe Märkte. Erleben Sie eine reichhaltige Vegetation im Spannungsfeld zwischen Sikkim's Schutzpatron, dem Mt. Khanchendzonga und tiefen, zerfurchten Tälern.

Abschliessend unternehmen Sie einen Ausflug zum weltberühmten Taj Mahal in Agra.

## Reiseprogramm:

### Tag 1: Zürich -Delhi

Abflug Zürich Flughafen mit Swiss um 12:45

Ankunft in Delhi um 23:55

Gepäckabnahme und Transfer zum Hotel in Flughafennähe.

Übernachtung im Hotel.

### Tag 2: Delhi - Bagdogra - Weiterreise zu den Teegärten von Darjeeling

Nach dem Frühstück, um ca. 08:30 Uhr Transfer zum Flughafen.

Abflug ab Delhi mit Air India um ca. 11:00 Uhr

Ankunft in Bagdogra um ca. 12:55 Uhr

Landschaftlich abwechslungsreiche Fahrt vom Flachland Westbengalens dem Fluss Tista entlang und schliesslich zum Heritage Hotel in Darjeeling oder im Teegarten.

Übernachtung im Heritage Hotel. A.

**Tag 3: Rund um den Tee**

Tauchen Sie heute ein in die Welt der Teeplantagen: Begegnen Sie den Teeplückerinnen, degustieren Sie verschiedene Teesorten, besichtigen Sie die Teeverarbeitungsstätte wo auch heute noch viel in Handarbeit erledigt wird – und unternehmen Sie eine optionale Wanderung (ca. 1.5 Std) durch die schöne Teegartenlandschaft hinunter zum Pick-Nick an den Ufern des Flusses Rangit. Rückfahrt im Jeep. Übernachtung im Heritage Hotel im Teegarten oder in Darjeeling. F/M/A.

**Tag 4: Start Sherpa Trekking: Darjeeling – Dorthrey, ca. 1950 m - Tonglu, 3070 m**

*Fahrt: 45 km in ca. 3 Std. Trek: 9 km in ca. 3 – 4 Std.*

Eine abwechslungsreiche Fahrt führt Sie zu einem Dorf unweit der Nepalesischen Grenze. Unterwegs besuchen Sie das alte Kloster Ghoom mit seiner schönen Buddha Statue. Das Dorf Dorthrey ist der Ausgangspunkt Ihres Trekkings. Hier treffen Sie auf Ihre Trekkingmannschaft und steigen durch dichten Rhododendronwald auf zum Bergkamm. Bei gutem Wetter geniessen Sie bereits Aussicht auf den dritthöchsten Berg der Welt, Mt. Khangchendzonga. Wegen der hohen Feuchtigkeit während der Regenzeit, dominieren hier Wälder deren Bäume mit viel Moos und Flechten behangen sind. Nach ca. 3 – 4 Std. erreichen Sie die auf einer Hügelkuppe liegende Alp, wo Sie übernachten.

Übernachtung im Berghaus. F/M/A.

**Tag 5: Tonglu 3070 m – Kalpokhari 3180 m**

*Trek: 15 km in 5 – 6 Std.*

Nachdem Sie am Morgen noch einmal das Panorama genossen haben, geht es weiter. Sie können das vor Ihnen liegende Himalaja-Gebirge Sikkims bewundern. Allem voran natürlich den Grenzberg zu Nepal, den Mt. Kangchendzonga mit 8'598 m. Westlich davon liegt der Rathong, 6'679 m, die Kabru Südspitze, 7'317m und die Nordspitze, 7'338 m sowie der Taglung, 7'349 m. Bei gutem Wetter können Sie in weiter Entfernung das Himalaja-Gebirge Bhutans, mit diversen hohen Bergen sehen. Unterwegs besuchen Sie ein typisches Sherpa-Dorf mit Steinhäusern. Nachdem Sie den Grenzpass Gairibas, 2'621 m erreicht haben, führt der Weg hinauf nach Kalpokhari, 3'108 m, wo sich ein kleiner See befindet.

Übernachtung im Berghaus. F/M/A.

**Tag 6: Kalpokhari, 3180 m – Sandakphu, 3630 m**

*Trek 8 km in ca. 4 – 5 Std.*

Die heutige Wanderung beinhaltet einen kontinuierlichen Aufstieg entlang des Singelela-Berggrats mit prächtiger Bergsicht auf die Schneeberge Nepals. Sie wandern durch Fichtenwald zum Dorf Sandakphu, von wo man fantastische Aussicht auf die Everest-Region im Westen und den bhutanesischen Himalaja im Osten geniessen kann. Die Schlussteigung ist zwar etwas anstrengend, lohnt sich aber sehr.

Übernachtung im Berghaus. F/M/A.

**Tag 7: Sandakphu, 3630 m – Phalut, 3600 m**

*Trek 21 km in ca. 6 – 7 Std.*

Auf der heutigen Königsetappe wandern Sie auf dem Grat nordwärts entlang einer Jeepstige über Sabargram, 3500 m nach Phalut, 3600 m. Ein Teil der Wanderung führt durch ein Naturreservat mit dichtem Dschungel und grossartiger Biodiversität. Linker Hand breitet sich Nepal aus und rechts liegt Indien mit der Region um Darjeeling sowie Sikkim. Den ganzen Tag haben Sie das prächtige Panorama vor Augen. Was für eine Etappe!

Übernachtung im Berghaus. F/M/A.

**Tag 8: Phalut, 3600 m – Gorkey 2300 m - Ramam 2560 m**

*Trek 22 km in ca. 6 – 7 Std.*

Noch in der Dunkelheit steigen Sie frühmorgens zum Dreiländereck zwischen Nepal, Sikkim und Indien hinauf. Wenn das Wetter mitspielt, werden Sie einen überwältigenden Sonnenaufgang erleben. Vor Ihnen erstreckt sich die ganze Himalaja-Kette von Nepal bis nach Bhutan. Unmittelbar vor Ihnen thront der Mt. Khangchendzonga. Nun geht es auf einem Süd-Ostkamm und durch eine herrlich bewaldete wilde Landschaft hinunter nach Gorkey, 2'300 m. Dieses Seitental ist reich an Bambuswäldern und bietet ein Habitat für zahlreiche seltene Vogelarten. Am Nachmittag steht Ihnen ein relativ leichter Aufstieg nach Rammam, 2'560 m, dem Tagesziel, bevor. Rammam ist wiederum ein typisches Sherpa-Dorf mit schöner Aussicht auf die Hügel im Süden, Richtung Indischer Ebene.

Übernachtung im Berghaus. F/M/A.

**Tag 9: Ende Trekking: Ramam – Sepi 2050 m - Darjeeling**

*Trek: 12 km in ca. 4 Std.; Fahrt: 85 km in ca. 4 – 5 Std.*

Die heutige Wanderroute führt Sie durch Kulturlandschaften zum Dorf Sepi wo Ihr Fahrzeug auf Sie wartet.

Eine landschaftlich interessante Fahrt durch abgelegene Gebiete des ländlichen Darjeelings bringt Sie abschliessend zum Hotel in Darjeeling.

Übernachtung im Hotel. F/M/A.

**Tag 10: Darjeeling - Sikkim, Pelling, 1900 m**

*Fahrt: ca. 6 - 7 Std.*

Weiterreise in eine abgelegene Region Westsikkims.

Die Hotel-Ortschaft Pelling liegt auf einem Bergrücken und verdankt ihren Beliebtheitsgrad bei indischen Touristen dem schönen Ausblick auf den Mt. Khangchendzonga. Außerdem gibt es hier das bekannte Kloster Pemayangtse zu besichtigen. Mit seiner einmaligen, aus Holz geschnitzten Architektur bildet es den Höhepunkt des heutigen Tages. Unweit davon spazieren Sie in ca. 20 Min zu den Ruinen des ehemaligen königlichen Hauptsitzes Sikkims. Beim Kloster Sanga Chöling, das Sie optional besuchen können, erwartet Sie bei gutem Wetter eine atemberaubende Aussicht auf den Mt. Khangchendzonga und die grüne Berg- und Hügellwelt Sikkims.

Übernachtung in Sikkimesischer Lodge, unterhalb von Pelling. *F/A/M*

**Tag 11: Mystischer Wunschsee / Pelling – Yoksum, 1800 m**

*Fahrt: ca. 3 Std; Wanderung: ca. 2 - 3 Std*

Weiterreise zum mit bunten Gebetsfahnen geschmückten Khecheopalri-See, der auch als Wunschsee bekannt ist. Guru Padmasambhava, der Lehrmeister, der den Buddhismus in Tibet etablierte, soll hier meditiert haben. Der See gilt sowohl den Buddhisten als auch den Hindus als heilig. Optional besteht die Möglichkeit, eine Wanderung auf einem zum Teil steil durch Kardamomfelder absteigenden Pfad hinunter in ein Seitental zu machen. Dieses Tal beheimatet eine abgelegene Ureinwohner-Siedlung. Nach Erreichen der Passstraße, können Sie das letzte Stück der heutigen Etappe bis zum Bergdorf Yoksum fahrend zurücklegen.

Übernachtung im Hotel. *F/M/A*

**Tag 12: Pelling – Tashiding - Rumtek**

*Fahrt: ca. 6,5 Std*

Weiterreise zum Dorf Tashiding, von wo aus Sie auf eine Anhöhe wandern. Sie sind umgeben von zahlreichen heiligen Schreinen und Tempeln. Dieser idyllische und friedliche Kraftort ist mit zahlreichen bunten Gebetsfahnen und mit in Stein gemeißelten Mantras dekoriert. Mit etwas Glück treffen Sie den Steinmetz oder erleben eine der vielen Zeremonien, die hier an speziellen Tagen durchgeführt werden. Dann geht die Reise weiter nach Ostsikkim.

Übernachtung im Bamboo Retreat Hotel. *F/M/A*

**Tag 13: Sikkims Ureinwohner & Klosterkultur**

*Fahrt: Ca. 40 min.; Wanderung: ca. 1.5 Std*

Sie spazieren über terrassierte Felder zu einer Ureinwohner-Siedlung und besichtigen ein nach tibetischem Vorbild im Jahr 2001 gebautes Kloster mit aktiver Klosterschule. Im Innern des farbenprächtigen Klosters erzählen die Wandmalereien von wichtigen Ereignissen im Leben des Buddhas. Das weltoffene Kloster unterhält auch eine aktive Mönchsschule; oft kann man die jungen Mönche beim Auswendiglernen des Tibetischen Alphabets oder beim Rezitieren von Mantras, "heiliger Gebete", antreffen. Eventuell bietet sich die Gelegenheit, einer Gebetszeremonie beizuwohnen. Nachmittags geht es auf Entdeckungsreise durch das Kloster Rumtek. Es wurde vor über 50 Jahren vom Gründer der Kagyu-Schule des tibetischen Buddhismus erbaut, dem 16. Karmapa aus Tibet. *Übernachtung im Bamboo Retreat Hotel. F/M/A*

**Tag 14: Rumtek – Gangtok – Rumtek**

*Fahrt: Ca. 1.5 Std.*

Stadtbesichtigung Gangtoks, der Hauptstadt Sikkims. Auf den Spuren der Vergangenheit besuchen Sie Gangtoks ältestes Kloster, die königliche Palastkappelle, das Tibetologie-Museum, Sikkims grössten buddhistischen Schrein sowie die Handwerksstätte. Je nach Wetter, können Sie von verschiedenen Aussichtspunkten den Blick auf die Stadt und die Bergwelt rund herum geniessen. Auf den verkehrsfreien Einkaufsmeilen Gangtoks können Sie den Tag ausklingen lassen. Abends Rückfahrt nach Rumtek. *Übernachtung im Bamboo Retreat Hotel. F/M/A*

**Tag 15: Rumtek – Bagdogra - Delhi - Agra**

*Fahrt: Ca. 4.5 + 3 Std.*

Rückreise zum Flughafen Bagdogra und Inlandflug nach Delhi. In Delhi Weiterreise nach Agra.

Übernachtung im Hotel Radisson oder ähnlich. *F.*



...bridging cultures since 1999

**Tag 16: Agra, Agra Fort & Fatepur Sikri – Delhi**

Um 06:00 Uhr Abfahrt zum Sonnenaufgang beim weltberühmten Taj Mahal. Rückfahrt zum Hotel zum Frühstück.

Um 09:30 Uhr Transfer in eine ländliche Gegend zum Spaziergang durch ein typisches Dorf. Schauen Sie zu wie Gewürztee auf traditionelle Art und Weise zubereitet, besuchen Sie den Töpfer, die Dorfschule und erhalten Sie Einblicke in das bäuerliche Leben der Menschen auf dem Lande. Nachmittags besuchen Sie in Agra das aus rotem Sandstein gefertigte „Agra Fort“ aus dem 16. Jahrhundert und auf dem Rückweg Fatehpur Sikri, die ehemalige Hauptstadt des Mogulreiches.

Abends Rückfahrt nach Delhi direkt zum Flughafen.

Im Flughafen kann man in der Plaza Premium Lounge Massagen oder ein Ruhezimmer buchen.

Check-in drei Stunden vor Abflug, um 23:00 Uhr

**Tag 17: Delhi – Flughafen nach Zürich**

Abflug ab Delhi mit Swiss um 02:05 Uhr

Ankunft in Zürich um 06:25 Uhr.

Für weitere Informationen zu dieser Reise kontaktieren Sie uns unter: [info@sikkim.ch](mailto:info@sikkim.ch) oder Tel: +41 79 937 33 20, Helen Kämpf, Terralaya Consulting, 5105 Auenstein, AG, Schweiz.