



# Indo Vacations®

(Spezialisten für Indienreisen)

## "Ladakh und Nubra Tal"- Reise (20 Tage):

TAG	TERMINE	REISEROUTE
Tag 01		<b>Flug nach Delhi</b> Gegen Mitternacht Ankunft in <b>Delhi</b> , der kosmopolitischen Metropole und Hauptstadt Indiens. Unser Mitarbeiter erwartet Sie am Flughafen und bringt Sie zum Hotel.
Tag 02		<b>Delhi - Leh (Per Flug)</b> Am Morgen bringt uns ein kurzer Flug in die Hauptstadt Ladakhs, nach <b>Leh</b> . Leh, aufgrund seiner Höhenlage (3500 m) auch "Dach der Welt" genannt, ist historisch als Knotenpunkt für den Handel auf der Alten Seidenstraße von Bedeutung. Den restlichen Tag über nehmen wir uns die Zeit, um uns an die Höhenlage zu gewöhnen.
Tag 03		<b>Leh - Spitul - Leh</b> Heute fahren wir zum Kloster <b>Spituk</b> . Dieses Kloster gilt als das Hauptkloster der Gelugpa-Sekte (Gelbmützen) in Ladakh. Es wird von zahlreichen Mönchen bewohnt und ist reich an <b>Thangkass</b> , Brokatseiden, rituellem Bedarf und Götterstatuen. Anschließend geht es das <b>Indus-Tal</b> ein Stück abwärts und wir fahren dann in ein fruchtbares Seitental zum <b>Kloster Phyang</b> . Durch die Tor-Chörten bummeln wir zum Klosterhof und besichtigen die Gebets- und Versammlungshallen. Dieses Kloster gehört zu den Rotmützen-Orden (Kargyüpa). Nach der Besichtigung fahren wir zurück nach Leh. Am Nachmittag wandern wir durch den Ortsteil Changspa zur modernen, 1985 vom Dalai Lama eingeweihten Shanti-Stupa, der auf einem Hügel liegt. Von hier bietet sich uns ein toller Blick auf Leh und die umliegenden Berge. Auf dem Rückweg spazieren wir über den Basar und Markt von Leh.
Tag 04		<b>Leh - Thiksey - Hemis - Götsang - Leh</b> Heute fahren wir flussaufwärts zum Indus Tal. Wir fahren zunächst zum <b>Kloster Thiksey</b> . Dieses Kloster gehört der Sekte der Gelbmützen. Besonders eindrucksvoll sind hier die Gebetshallen aus dem 15. Jh. und die riesige Figur des sitzenden Maitreya (der zukünftige <b>Buddha</b> ). Nach der Besichtigung von Thiksey fahren wir weiter nach <b>Hemis</b> (rund 50 km). Hemis ist der Hauptsitz der bhutanesischen Dukpa Kargyüpa-Schule.  Hemis ist der größte Klosterkomplex in <b>Ladakh</b> und beherbergt zeitweise mehrere 100 Mönche und ist berühmt für die dreitägigen Tscham-Mysterienspiele (Tanzdrama), die während des bekannten Hemis Festes stattfinden. Von hier aus wandern wir weiter ca. 1 Stunde hinauf zum Götsang (3.900 m). Dieser Gompa ist einer der ruhigen Meditations-Gompa. Auf dem Rückweg nach Leh besichtigen wir die alten Chörtengruppen der <b>Mon</b> und die „Kristallburg“ <b>Shey</b> , die frühere Residenz der Ladakh-Könige aus der Yarklun-Dynastie. Nach Verlegung des Machtzentrums um 1470 blieb der Palast Nebenresidenz, Privattempel und Sitz des Staatsorakels.
Tag 05		<b>Leh - Stok - Leh</b> Heute fahren wir nach <b>Stok</b> . Das kleine Dorf Stok liegt ca. 14 km südlich von Leh. Der weiße, mehrgeschossige Königspalast von Stok liegt am Rand eines großen Schwemmlandtrichters. Die historische Residenz wird nur noch von der

	<p>Witwe des 1974 verstorbenen Königs und ihrem Personal bewohnt. In den kleinen Museumsräumen ist das alte Inventar und kostbarer Schmuck aus dem Königshaus der Namgyal-Dynastie von Ladakh ausgestellt. Vom Dach des Palastes kann man eine schöne Aussicht über das <b>Indus-Tal</b> genießen. Auf dem Rückweg besichtigen wir das Tibetan-SOS-Kinder-Dorf in Choglamsar. Wir können uns die Unterkünfte und Schulräume anschauen. Der Nachmittag steht Ihnen zur freien Verfügung. Es lässt sich die Gelegenheit nutzen, das Trekkinggepäck für die nächsten Tage vorzubereiten. Es besteht die Möglichkeit, Ihre Sachen im Hotel in Leh zu lassen, damit ist das Gepäck in den nächsten Tagen etwas leichter.</p>
<b>Tag 06</b>	<p><b>Leh – Nurla</b>  Heute fahren wir den Fluss abwärts auf der Straße von Leh-Kargil. Unterwegs machen wir mehrere Fotostopps. Wir genießen den Ausblick vom Zusammenfluss des <b>Zanskar</b> mit dem Indus, wo sich die verschiedenfarbigen Wassermassen mischen. In Nimu bewundern wir die fruchtbare Talau mit Feldern und Obstbäumen. In Basgo sind es die Burg- und Tempelbauten die einen schönen Blick bieten.  Über das Großdorf Saspol, das bekannt für seine reichen Aprikosen- und Apfelernten ist, führt uns ein Weg zu der Oase Alchi. Das Kloster von <b>Alchi</b> aus dem 11.Jh. bietet schöne holzgeschnitzte Türrahmen, herrliche Wandmalereien und überlebensgroße Statuen von Bodhisattvas (Träger des Erleuchtungsbewusstseins). Anschließend geht es entlang des Indus bis nach Nurla (100 km).</p>
<b>Tag 07</b>	<p><b>Nurla - Lamayuru - Tingmogang</b>  Heute morgen fahren wir über die Indus-Brücke aus dem Haupttal hinaus nach <b>Lamayuru</b>. Dieser Ort liegt auf einer Höhe von 3.600 m. Bevor wir uns auf den Weg zum Kloster machen, bewundern wir die Erosionsformen des "Moonland" (So wird die Landschaft von Ladakh benannt). Das Kloster Lamayuru gehört wie Phyang zu der buddistischen Sekte der Rotmützen und geht auf das 11. Jh. zurück. Im Klosterdorf lebt eine der größten Gemeinden von Ladakh (etwa 100 Mönche). Das Hauptgebäude ist reich geschmückt.   Dieses Kloster trägt auch den Namen Tharpa Ling, was „Platz der Freiheit" bedeutet. Am Nachmittag fahren wir zurück ins Indus-Tal und biegen hinter Nurla auf eine Piste ins Seitental von Tingmogang. Dieser Ort liegt an einer Höhe von 3.300 m und wird auch <b>Themisgang</b> genannt. Dieser Ort hat viele Aprikosen-, Apfel- und Walnussbäume und zählt daher zu den reichsten Orten in Ladakh. Tingmogang (oder Themisgang ) war bis ins 15. Jh. Königsresidenz von anderen Teilen von Ladakh. Auf dem Dorf gibt es einen Maitreya- und Avalokiteshvara-Tempel zu besuchen.</p>
<b>Tag 08</b>	<p><b>Tingmogang - Hemis Shubatan</b>  In Tingmogang leben in einem Nebenkloster etwa 30 Nonnen. Von Tingmogang aus brechen wir zu unserem Trekking auf, das durch die Südausläufer der Ladakh-Kette nach Osten bis Nimu führt und fünf Tage dauert. Durch Felder und an Bächen entlang geht es zum Ort Ang und dann durch arides Gelände zum 3.800 m hohen Ngapitse La. Nach einem kurzem Abstieg kommen wir zu einer kleinen Quelle und begegnen dem nächsten Pass, Rongti La (ca. 3.800 m). Dieser Pass (La) wird durch zwei Chörten markiert. Wir erreichen unseren Lagerplatz bei Shukpachen ( 3.670 m). Dies ist mit rund 100 Häusern eines der größten Dörfer Ladakhs. Bis wir unseren Lagerplatz in Schukpachen erreicht haben, sind wir ca. 5 Stunden unterwegs.</p>
<b>Tag 09</b>	<p><b>Hemis Shubatan (Shukpachen) - Yangthang</b>  Der heutige Weg führt über ein Trockental und vorbei an mehreren langen Mani-Mauern, leicht bergauf zum Sermanchan Pass (ca. 3.980 m). Von hier aus bieten sich schöne Tiefblicke in die Täler. Nach einem ca. 3-stündigen Fussmarsch erreichen wir unser Lager in der Nähe des Dorfes Yangthang. Der Nachmittag steht Ihnen zum Ausruhen frei. Auf Wunsch kann es einen langen Ausflug zum Kloster Rizong geplant werden. Das <b>Kloster Rizong</b> („einsamer</p>

		Ort" gilt als Erleuchtungskloster) liegt an einer Höhe von 3.400 m. Unsere Wanderung zum Rizong auf schmalen Pfaden am Uletokpo-Fluss entlang dauert ca. 4-5 Stunden, bis wir zurück sind.
<b>Tag 10</b>		<p><b>Yangthang - Likir</b></p> <p>Durch die grüne reizvolle Landschaft wandern wir etwas ansteigend über den Charatse Pass (3.760 m) und dann leicht bergab zum Wiesen-Rastplatz von Sumdo. Bis zu diesem Ort benötigen wir ca. 2 Stunden. Danach geht es auf einer Schotterstraße über den Pobe La (3.600 m) durch eine wüstenhafte Gebirgslandschaft bis zum Dorf <b>Likir</b> (3.500 m). Bis zum Dorf Likir sind wir ca. 2 Stunden unterwegs. Im Dorf wohnt ein bekannter Thanga Maler, der sich auf jeden Besuch freut. Nach der Mittagspause unternehmen wir Spaziergänge durch Gerstenfelder und erreichen bald das Kloster Likir.</p> <p>Die Hauptattraktion im bekannten Kloster vom Likhir sind die Versammlungsräume der alten Gompa, die heute etwa über 50 Gelbmützen-Mönche beherbergten. Das kleine Museum ist auch ein Besuch wert, hier sehen wir die Gebrauchsgegenstände und schöne Thangkas.</p> <p>Nach der Exkursion kehren wir zu unserem Lager zurück, wo das frisch vorbereitete Abendessen und unser Team die Gruppe erwartet.</p>
<b>Tag 11</b>		<p><b>Likir - Ney</b></p> <p>Von Likhir erreichen wir die Piste bis zur Straße am Indus und dann anschließend durch eine fantastische Wüstenlandschaft erreichen wir das Dorf Ney (3.700 m). Das Dorf liegt in einem tiefen Einschnitt des Indus-Tals. Hier errichten wir unsere Zelte auf einer großen Wiese. Am Nachmittag machen wir einen Abstecher zu den interessanten Ruinen von Basgo. Heute sind wir ca. 4 Stunden unterwegs.</p>
<b>Tag 12</b>		<p><b>Ney - Nimu - Leh</b></p> <p>Heute verlassen wir Ney. Durch das wüstenhafte Gelände queren einige trockene Flusstäler. Dann steigen wir ein enges Bachtal ab und erreichen das Dorf Pilling. An der Straße bei Nimu erreichen wir unser Trekkingziel. Heute werden wir uns bei unserer Begleitmannschaft bedankend, uns verabschieden und anschließend zu unserer Unterkunft nach Leh fahren.</p>
<b>Tag 13</b>		<p><b>Leh</b></p> <p>Der Vormittag steht heute zur freien Verfügung. Sie können sich nach dem Trekking etwas erholen. Am Nachmittag fahren wir zum Gartenkloster Sankar. Dieses Kloster ist das jüngste Zweigkloster der Gelugpa Sekte in Ladakh. Anschließend ist ein Bummel durch die Altstadt von Leh vorgesehen.</p>
<b>Tag 14</b>		<p><b>Leh - Sumur (ca. 140 km, 7 Stunden)</b></p> <p>Heute beginnen wir unsere viertägige Exkursion ins das <b>Nubra-Tal</b>. Wenn wir mit dem Wetter Glück haben, ist die Fahrt heute ein landschaftlicher Höhepunkt. Das Nubra-Tal liegt nördlich von Leh zwischen der Ladakh- und der Karakorum-Kette. Der Name "Nubra Tal" bedeutet „Garten“ und trifft auf die Bezeichnung völlig zu, im Gegensatz zu der Landschaft von Ladakh. Man sieht die Gruppen von Weiden und Pappeln, Rosenbäumen und Dornengebüschen. Das Nubra-Tal hatte in der Vergangenheit durch seine Lage an der Karawanenstraße zwischen Leh und Zentralasien eine besondere Bedeutung. Der Kernbereich des Nubra-Tals ist das 10 km breite Mündungsdelta des, aus dem Norden kommenden Nubra, der in den den Shyok mündet.</p> <p>Die Felder werden hier von den umliegenden Gletscherbächen bewässert. Von Leh aus geht die abenteuerliche Fahrt über den <b>Khardung Pass (5.606 m)</b>, Dieser Pass gilt einer der höchsten befahrbaren Pässe der Erde. Hier machen wir eine kurze Pause und genießen den herrlichen Blick, den dieser Pass zu bieten hat. Anschließend folgen wir dem Lauf des Khardung Rong abwärts. Der weitere Weg führt uns zu unserem Quartier (ein fest eingerichtetes Camp mit Bambushütten), wo wir unsere nächste drei Nächte verbringen werden.</p>

Tag 15		<p><b>Sumur</b>  Heute machen wir eine Exkursion ins Shyok-Tal und besichtigen die Orte Deskit und <b>Hundar</b> (3.200 m). Das <b>Dorf Deskit</b> ist das Verwaltungszentrum dieser Region. Das Kloster (Gompa) vom Dorf Deskit beherbergt ca. 80 Mönche. Das Kloster ist mit knapp 600 Jahren das älteste Kloster des Nubra-Tals und wird von dem Hauptkloster <b>Thiksey</b> verwaltet. Die Hauptattraktionen sind die Gravuren auf den Mani-Mauern und die schönen Chörten am Weg zu diesem Kloster. Vom Kloster aus bieten sich herrliche Blicke ins Tal.  Anschließend geht es zur anderen Siedlung der Nubra-Region. Wir fahren weiter abwärts und erreichen das Dorf Hundar. Dieses Dorf wird von ca. 200 Familien bewohnt. Hier besichtigen wir eine Fluss-Gompa, die über 550 Jahre alt ist. Diese Gompa wird von dem Hauptkloster von Thiksey verwaltet. Die Chörten und die Mani-Steine bereiten hier eine einmalige Stimmung. Die Objekte aus Tibet in den beiden Tempelräumen sind wirklich sehenswert.</p>
Tag 16		<p><b>Sumur</b>  Heute steht die Besichtigung der heißen, heilkräftigen Quellen von <b>Panamik</b> im <b>Nubra-Tal</b> auf dem Programm. Wir fahren ein Stück talaufwärts bis zur Brücke über den Nubra-Fluss im Dorf Taksha. Wir wandern entlang dem Nubra-Fluss und durchqueren eine kleine Schlucht und steigen bergauf.  Wir sind während der Wanderung ca. 5 Stunden unterwegs und anschließend fahren wir wieder zurück nach Sumur.</p>
Tag 17		<p><b>Sumur - Leh</b>  Heute haben wir eine lange Fahrt von uns. Wir fahren erst von Sumur hinauf zum <b>Khardung La</b> (2.350 m Höhendifferenz) und dann hinunter nach Leh. Die Fahrt dauert ca. 7 Stunden. Der restliche Tag in Leh steht zur freien Verfügung.</p>
Tag 18		<p><b>Leh</b>  Der heutige Tag ist als Puffertag vorgesehen, falls im Zweifelsfall der Flug nicht wie geplant stattfinden kann. Es geht zu einer letzten Besichtigung einer alten Burg in Leh.</p>
Tag 19		<p><b>Leh - Delhi (per Flug)</b>  Vormittags Flug von Leh nach Delhi. Der Rest des Tages steht für Sie zur freien Verfügung (weitere Besichtigungen, Shopping etc.).</p>
Tag 20		<p><b>Delhi</b>  Am Vormittag sehen wir uns in Old Delhi die große Freitagsmoschee und das <b>Rote Fort</b> mit seinen Palästen, Audienzhallen und Pavillons an; die Bauten entstanden im 17. Jh. zur Zeit des Mogulkaisers Shahjahan. Eine Rikscha-Fahrt oder ein Spaziergang in der geschäftigen Altstadt zum Chandni Chowk rundet unseren Besuch ab. Nachmittags besichtigen wir den, 1939 von Gandhi eingeweihten Lakshmi-Narayan-Tempel, das <b>Grabmal des Mogulherrschers Humayun</b> (16. Jh.) und den <b>Qutb Minar-Komplex</b> mit den ältesten moslemischen Bauten Delhis aus dem 12.-14. Jahrhundert. Nach unserem gemeinsamen Abschlussessen im Hotel werden wir pünktlich zum Abflug zum Flughafen gebracht, insofern der Flug schon heute in der Nacht geht.</p>