schulz aktiv reisen

Dem Besonderen auf der Spur.

seit 2014 unser Klassiker

TIBET · CHINA

Übers Dach der Welt bis zum heiligen Berg Kailash

25 Tage Wander- und Kulturreise: Lhasa, Everest und versunkene Königreiche

GRUPPENREISE	AKTIVITÄTEN	ANFORDERUNGEN	REISECODE
8–12 Reisende	• Erlebnisreise • Wandern oder Trekking • Tierbeobachtung	4 von 5	TIB04

- ✓ Zu Fuß rund um den heiligsten Berg Tibets: bei dreitägiger Kailash-Kora
- ✓ Wandern, Genießen und mehr Erfahren zwischen Klosterkultur und Himalaya
- ✓ Geheimnisvolle Königreiche Guge und Shangshung im fernen Westtibet
- ✓ Unvergessliche Begegnungen mit einem Volk voller Glaube, Stärke und Würde

Die Reise im Überblick

Aktuelle Situation in Nepal und Tibet

Am 26. August löste ein gewaltiger Eis- und Felsabbruch im Himalaya eine verheerende Sturzflut aus. Besonders im Raum Rasuwa (Nepal) und am Grenzübertritt nach Tibet wurden Dörfer, Straßen und Brücken schwer beschädigt. Die Rettungsarbeiten laufen weiterhin unter schwierigen Bedingungen. Unsere Gedanken und unser tiefes Mitgefühl sind bei den Menschen vor Ort, die von der Katastrophe betroffen sind.

Was bedeutet das für Ihre Reise? Die gute Nachricht: Ihre Reiseroute ist von den Zerstörungen nicht betroffen. Auch wenn von weiteren Überschwemmungen und starken Niederschläge in Nepal berichtet wird, ist dies kein Grund zur Sorge. Während der Monsunzeit (Juni bis September) können diese stets regional auftreten. Gerade jetzt ist Ihre Reise besonders wertvoll: Der Tourismus ist für viele Menschen im Himalaya eine wichtige Lebensgrundlage und unterstützt die lokale Bevölkerung beim Wiederaufbau.

Bei Fragen oder Unsicherheiten sind wir jederzeit gerne für Sie da.

Grund zum Jubeln: Visafreiheit für 2026 verlängert und Vorschau 2027
Deutsche Staatsangehörige können zu touristischen Zwecken weiterhin bis zu 30 Tage visumsfrei nach China einreisen. Die Regelung gilt bis voraussichtlich 31. Dezember 2026. Für Sie und Ihren Tibettraum bedeutet das ganz konkret: weniger bürokratischer Aufwand, geringere Kosten und mehr Flexibilität. Ob die Regelung für 2027 erneut verlängert wird, wissen wir aktuell nicht. Wir bleiben dran und informieren Sie, sobald die chinesischen Behörden Neuigkeiten veröffentlichen.

Wo der Himalaya den Himmel küsst und die Seele zur Ruhe kommt

Wer einmal vom heiligen Berg Kailash gehört hat, trägt ihn fortan im Herzen: Für unzählige Pilger verschiedenster Religionen gilt er als Zentrum des Universums. Auch für Sie wird die dreitägige Umrundung des Kailash aufgrund des unerschöpflichen Wissens von Christian Hertel, dem Kopf und Geist all unserer Tibetreisen, weit mehr sein als ein Trekking. Es erwartet Sie eine Pilgerreise in eine Welt, in der Glaube, Natur und Mensch im Einklang schwingen. Gleichzeitig eröffnet sich ein Tibet von unvergleichlicher Schönheit – ein Land, das jede Vorstellung übertrifft: endlose Weite, tiefblaue Seen und strahlend weiße Eisriesen, als hätte jemand die Welt neu gezeichnet.

Kartenskizze der Reiseroute (nicht maßstabsgetreu).

Vom Sitz der Götter in Lhasa durch die grandiose Landschaft des Dachs der Welt

Schon beim ersten Blick auf den Potala-Palast spürt man, dass Lhasa nicht nur ein Reiseziel ist, sondern ein lang gehegter Traum. In der klaren Höhenluft erkunden Sie den Jokhang-Tempel und erleben das geschäftige Treiben der Pilger auf den Straßen der Altstadt. Immer wieder begegnen Ihnen Menschen, deren Glaube jede ihrer Geste durchdringt. Weiter westwärts führt Ihre Route vorbei am türkisblauen Yamdrok-See nach

Gyantse und Shigatse. Dort umrunden Sie das Tashilhunpo-Kloster auf der traditionellen Kora, bevor sich am Pang La-Pass ein spektakulärer Blick auf sechs 8.000er des Himalayas eröffnet. Zwischendurch bleibt immer wieder Zeit, die Landschaft wandernd und staunend zu genießen.

Königreiche Guge und Shangshung im fernen Westtibet bis zum Weltenberg Kailash

Zwischen uralten Ruinen und windgegerbten Felsen erwacht Geschichte zum Leben: In den Tälern von Guge und Shangshung folgen Sie den Spuren längst vergessener Königreiche. Neben fantastischen Landschaften erwarten Sie ganz besondere Begegnungen mit Tibetern: ihre Ruhe, ihre Würde, ihr unerschütterlicher Glaube, der in jeder Geste und in jedem Blick lebendig wird. Ihre Gesichter sind gezeichnet vom schweren Leben auf über 4.000 Metern und der tibetischen Geschichte. Nach zwei Wochen sanfter Akklimatisation startet der Höhepunkt der Reise: Ihre Umrundung des Kailash. Und vielleicht stellen Sie – wie schon der Yogi Milarepa vor rund 1.000 Jahren – fest, dass kein Ort wundervoller ist als dieser.

Reisedaten auf einen Blick

Reisecode	**TIB04**
Reisedauer	**25 Tage**
Reiseländer	**Tibet · China**
Reiseart	**Gruppenreise, 8–12 Reisende**
Aktivitäten	**Erlebnisreise, Wandern oder Trekking**
Nebenaktivität	**Tierbeobachtung**
Unterkünfte	**Hotels und Pensionen, Übernachtung in freier Natur**
Anforderungen	**4 von 5**
Veranstalter	**Kooperationspartner**

Anforderungen: 4 von 5

- Eine gute Kondition ist für Wanderungen und das 3-tägige Kailash-Trekking mit dem Tagesrucksack über den Dölma-La-Pass (5.636 m) erforderlich.
- Zu Beginn der Tour sorgen leichte Aktivitäten, ein sehr gut durchdachter Reiseverlauf und Touren mit allmählicher Höhenanpassung für eine sehr gute Akklimatisation.
- Trekking- und Höhenerfahrungen sind von Vorteil und empfehlenswert, aber keine Bedingung.
- Auf den Überlandfahrten werden teils größere Tagesetappen zurückgelegt, die jedoch durch zahlreiche Stopps regelmäßig unterbrochen werden können.
- Wir empfehlen gut eingelaufenes und festes Trekkingschuhwerk für die teils sehr steinigen Wege.
- Ein eigener Schlafsack (Komfortbereich: –7 °C) und eine Isomatte (gestellt wird nur eine sehr dünne 5-Millimeter-Schaumstoffmatte) ist mitzubringen. Auf Anfrage und je nach Verfügbarkeit können diese auch vor Ort gemietet werden.

Reiseverlauf

1. Tag

Abflug nach Chengdu

Sie fliegen bequem per Direktflug von Frankfurt nach Chengdu. Auf Wunsch organisieren wir gerne Rail&Fly-Tickets, passende Anschlussflüge sowie Abflüge von anderen Flughäfen.

2. Tag

Flug nach Lhasa und Begrüßung mit Pilgerrunde auf dem Barkhor

Nach Ihrer frühen Ankunft in Chengdu fliegen Sie über das tibetische Hochplateau und landen auf dem „Dach der Welt“. Auf der Fahrt nach Lhasa genießen Sie die faszinierende Landschaft des Yarlung-Tals und überqueren den Brahmaputra. Am Nachmittag erreichen Sie Lhasa (3.600 m) und beziehen Ihr Hotel in der Altstadt. Beim Rundgang um den Jokhang-Tempel erleben Sie den Geist der „Stadt der Götter“, bevor Sie den Tag bei einem tibetischen Begrüßungsessen ausklingen lassen.

> Fahrt: ca. 1 h · Übernachtung in Hotel im Einzel- oder Doppelzimmer mit privatem Bad. · Mahlzeiten: Abendessen

3. Tag

Altstadt von Lhasa und Besichtigung des Jokhang-Tempels

Zu Fuß erkunden Sie die engen Gassen rund um den Barkhor und beobachten Pilger bei ihren eindrucksvollen Ritualen. Ziel Ihres Rundgangs ist der Jokhang-Tempel, das spirituelle Zentrum Tibets mit seiner heiligsten Buddha-Statue. Im Inneren erleben Sie den Duft von Yakbutter, murmelnde Mantras und tiefe Gläubigkeit – ein unvergesslicher Moment. Am Nachmittag bleibt Zeit für eigene Entdeckungen in Lhasas Altstadt – gehen Sie es ruhig an, auf 3.600 m Höhe.

> Übernachtung in Hotel im Einzel- oder Doppelzimmer mit privatem Bad. · Mahlzeiten: Frühstück, Mittagessen

4. Tag

Besichtigung des Potala-Palastes in Lhasa

Heute besuchen Sie eines der größten Architekturwunder der Welt: den Potala-Palast auf dem Marpo Ri, dem „Roten Berg“. Das imposante Wahrzeichen Lhasas begeistert mit prächtigen Mandalas, Wandmalereien und buddhistischen Heiligtümern. Mit Ihrem Guide entdecken Sie die spirituelle Bedeutung dieses Ortes, spazieren anschließend entlang des Pilgerweges und entspannen im Park hinter dem Palast bei einem tibetischen Mittagessen im Teehaus. Der Nachmittag steht Ihnen zur freien Verfügung.

> Übernachtung in Hotel im Einzel- oder Doppelzimmer mit privatem Bad. · Mahlzeiten: Frühstück, Mittagessen

5. Tag

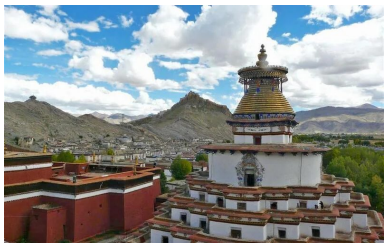
Besuch des Klosters Drak Yerpa östlich von Lhasa

Sie unternehmen einen Ausflug östlich von Lhasa zum abgelegenen Kloster Drak Yerpa. Im Gegensatz zu den bekannten Klöstern Ganden und Sera genießen Sie hier Ruhe und eine friedvolle Atmosphäre. Entlang der Berghänge besuchen Sie Höhlen, in denen einst bedeutende Meister des tibetischen Buddhismus meditierten. Auf etwa 4.400 Metern erleben Sie einen neuen Höhenreiz, wobei Sie am Abend ein letztes Mal im für tibetische Verhältnisse „tiefen“ Lhasa zu Bett gehen.

> Fahrt: ca. 2 h; Wanderung: ca. 2 h, +/–200 Hm • Übernachtung in Hotel im Einzel- oder Doppelzimmer mit privatem Bad. • Mahlzeiten: Frühstück, Mittagessen

6. Tag

Zum malerischen See Yamdrok-Tso und zur Stupa Kumbum in Gyantse



Früh am Morgen fahren Sie auf dem Friendship Highway von Lhasa nach Shigatse. Vom Khamba La-Pass (4.794 m) aus genießen Sie einen herrlichen Blick auf den malerischen Yamdrok-Tso und können am Seeufer wandern. Weiter geht es über den Karo La-Pass (5.000 m), bevor Sie Gyantse mit seiner historischen Festung und dem berühmten Pelkhor-Kloster erreichen. Durch fruchtbare Täler geht es schließlich weiter nach Shigatse.

> Fahrt: ca. 6–7 h • Übernachtung in Hotel im Einzel- oder Doppelzimmer mit privatem Bad. • Mahlzeiten: Frühstück, Mittagessen

7. Tag

Shigatse, Tashilhunpo-Kloster und Himalaya-Panorama

Der Höhepunkt von Shigatse ist das Tashilhunpo-Kloster, traditioneller Sitz des Panchen Lamas, mit prächtigen Hallen, Statuen und Wandmalereien. Nach der Besichtigung fahren Sie ins Everest-Gebiet: über den Gyatso La (5.248 m) und Pang La eröffnen sich spektakuläre Ausblicke auf sechs 8.000er von Kanchenjunga bis Shishapangma. Ihre Fahrt endet in Tashi Dzom (4.080 m), auch Peruche genannt, wo Sie in einem einfachen Gasthaus übernachten.

> Fahrt: ca. 5 h; Wanderung: ca. 1 h, +/–150 Hm • Übernachtung in Pension im Einzel- oder Doppelzimmer mit Gemeinschaftsbad. • Mahlzeiten: Frühstück, Mittagessen, Abendessen

8. Tag

Zur Nordflanke des Mount Everest und Übernachtung am Rongbuk-Kloster

Nach einem tibetischen Frühstück brechen Sie auf zur Nordflanke des Everest. Wenn Sie möchten, können Sie das Rongbuk-Kloster besuchen, von dem der höchste Berg der Erde bereits sichtbar ist. Sie übernachten in einem stationären Gemeinschaftszelt nahe des Klosters (5.000 m), wo Sie abends am warmen Ofen Reiseerlebnisse austauschen können. Bei Höhenunverträglichkeit ist gegen geringen Aufpreis auch eine Rückkehr nach Tashi Dzom möglich.

> Fahrt: ca. 1 h
> Übernachtung im Gemeinschaftszelt mit einfachen externen Sanitäreinrichtungen. • Übernachtung im Zelt mit ohne Bad. • Mahlzeiten: Frühstück, Mittagessen, Abendessen

9. Tag

Sonnenaufgang am Mount Everest und Zeltübernachtung am Peikutso-See

Pünktlich zum Sonnenaufgang verlassen Sie Ihr Zelt und genießen die Nordflanke des „Qomolongma“ (8.848 m), wie ihn die Einheimischen nennen. Sie haben Zeit, um den Berg ausgiebig in allen Lichtverhältnissen zu bestaunen. Nach einem letzten Blick auf Everest, Cho Oyu und weitere Gipfel fahren Sie nach Tingri, dann über abgelegene Pisten westwärts. Unterwegs erscheinen das Langtang-Himal und Shishapangma. Ihr Tagesziel ist der See Peikutso mit grandiosen Ausblicken auf die umliegende Bergwelt.

> Fahrt: ca. 5 h · Übernachtung im Zelt mit ohne Bad. · Mahlzeiten: Frühstück, Mittagessen, Abendessen

10. Tag

Weiterreise über das tibetische Hochland und die Sanddünen von Paryang

Ihre Reise führt Sie weiter nach Westtibet, dass eine überraschend vielfältige Tierwelt bietet – vielleicht entdecken Sie Yaks, Antilopen, Füchse oder Schwarzhalskraniche. Linker Hand begleitet Sie der Yarlung-Fluss (Brahmaputra), dessen Quelle nahe der Route liegt. Bei Paryang richten Sie Ihr Nachtlager ein, umgeben von grasenden Yaks, saftig grünen Wiesen, Sanddünen und den schneebedeckten Gipfeln des nepalesischen Himalayas.

> Fahrt: ca. 7 h · Übernachtung im Zelt mit ohne Bad. · Mahlzeiten: Frühstück, Abendessen

11. Tag

Tiefblauer Manasarovar-See am Fuß des heiligen Gurla Mandata (7.694 m)

Nach Ihrer Weiterfahrt erreichen Sie eine der schönsten Regionen Tibets, den heiligen Kailash und den Manasarovar-See am Fuße des Gurla Mandata (7.694 m). Der höchstgelegene Süßwassersee der Welt (4.560 m) bildet zusammen mit dem Raksastal ein Naturmandala, in dessen Zentrum sich der Kailash befindet. Sie schlagen Ihr Camp an den Ufern auf, können die Umgebung erkunden, zur Chiu Gompa aufsteigen oder optional in den heißen Quellen baden.

> Fahrt: ca. 6 h · Übernachtung in Hütte mit Gemeinschaftsbad. · Mahlzeiten: Frühstück, Abendessen

12. Tag

Tirthapuri, Sutlej-Fluss und Ankunft im mystischen Garuda-Tal

Heute fahren Sie ins mystische Garuda-Tal. Sie folgen zunächst der Hauptroute westwärts, biegen dann zum Sutlej ab, dem westlichen Fluss des Naturmandalas. In Thirtapuri (4.330 m), dem Eingang zum Garuda-Tal, erkunden Sie heilige Stätten des Guru Rinpoche und Yeshe Tsogyel zu Fuß. Anschließend geht es tiefer ins Tal, zum Bön-Kloster Gurugyam, bevor Sie weiter entlang des Sutlej nach Kyhunglung fahren.

> Fahrt: ca. 3–4 h; Wanderung: ca. 1–2 h, +/–50 Hm · Übernachtung im Zelt mit ohne Bad. · Mahlzeiten: Frühstück, Mittagessen, Abendessen

13. Tag

Das sagenumwobene Königreich Shangshung

Riesige Chörten markieren den Eingang zu Ihrem heutigen Ziel: die buddhistischen Höhlen im Kyhunglung-Canyon, einer der interessantesten Orte Westtibets. Forscher vermuten, dass Kyhunglung einst Hauptstadt des über 2.000 Jahre alten Shangshung-Königreiches war, das sich von Nordchina bis Pakistan und von Ladakh bis Lhasa erstreckte. Nutzen Sie den Tag, die Ruinen auf eigene Faust zu erkunden. Ihr Camp bietet dafür eine optimale Umgebung.

> Wanderung: ca. 3 h, +/−150 Hm • Übernachtung im Zelt. • Mahlzeiten: Frühstück, Mittagessen, Abendessen

14. Tag

Sutlej-Canyons und indischer Himalaya: Atemberaubende Landschaften

Eine spektakuläre Fahrt führt zurück auf die Hauptroute zu den schönsten Aussichtspunkten des Sutlej-Canyons. Surreale Landschaften wurden hier über Millionen Jahre von Wind und Wasser geformt. Bei klarem Wetter zeigen sich Nanda Devi (7.816 m) und der markante Kamet. Am späten Nachmittag erreichen Sie Tsaparang im einstigen Guge-Königreich. Der restliche Tag steht Ihnen zur freien Verfügung. Sie übernachten im Gasthaus einer tibetischen Familie.

> Fahrt: ca. 6–7 h • Übernachtung in Pension im Mehrbettzimmer mit Gemeinschaftsbad. • Mahlzeiten: Frühstück, Mittagessen, Abendessen

15. Tag

Wandern durch bizarre Landschaft und Ruinen im Königreich Guge

Heute besuchen Sie die über 900 Jahre alten Ruinen des versunkenen Königreichs Guge. In der einstigen Hauptstadt entdecken Sie Tempel, Festungsmauern, den Sommerpalast und beeindruckende Wandmalereien, Meisterwerke buddhistischer Ikonenkunst. Eine kurze, leichte Wanderung durch eine Schlucht führt Sie zurück zu Ihrem Gasthaus, das in die einzigartige Schluchtenlandschaft eingebettet ist.

> Wanderung: ca. 4 h, +/−300 Hm • Übernachtung in Pension im Mehrbettzimmer mit Gemeinschaftsbad. • Mahlzeiten: Frühstück, Mittagessen, Abendessen

16. Tag

Vom Königreich Guge bis nach Darchen

Am Morgen startet Ihre Fahrt ostwärts nach Darchen (4.620 m), zum Ausgangspunkt Ihrer Kailash-Umrundung. Am Abend besprechen Sie gemeinsam Ihre bevorstehenden drei Trekkingtage. Sie übernachten in einem einfachen Gasthaus mit externen Duschmöglichkeiten.

> Fahrt: ca. 6–7 h • Übernachtung in Pension im Mehrbettzimmer mit Gemeinschaftsbad. • Mahlzeiten: Frühstück, Mittagessen, Abendessen

17. Tag

Kailash-Kora: Trekking zum Diraphuk-Kloster

Früh reihen Sie sich in den Pilgerstrom ein: Hindus, Buddhisten, Jain und Bön verehren den Kailash. Vom Mani Lakhang in Darchen führt der Weg westwärts durchs Tal des Götterflusses, vorbei an Chörten, Mani-Steinen und dem Tarpoche-Fahnenmast. Durch Schluchten mit Wasserfällen und das Chuku-Kloster erreichen Sie Ihr Lager beim Diraphuk-Kloster, von dem sich die majestätische Nordwand des Kailash in voller Pracht zeigt.

> Wanderung: ca. 7–9 h, 20 km, +450 /–100 Hm
> Übernachtung in einem sehr einfachen Gasthaus (ca. 5.000 m) im Mehrbettzimmer mit externen Toiletten und ohne Duschmöglichkeit. • Übernachtung in Hütte im Mehrbettzimmer mit Gemeinschaftsbad. • Mahlzeiten: Frühstück, Mittagessen, Abendessen

18. Tag

Kailash-Kora: Trekking zum Zutrulphuk-Kloster via Dölma La (5.636 m)

Zum Sonnenaufgang sehen Sie, wie prächtig die Nordwand des Kailash leuchtet – ein Anblick, der für das frühe Aufstehen entschädigt. Nach dem Frühstück startet die längste Etappe Ihrer Umrundung, stets den Berg zu unserer Rechten. Sie steigen auf zum Pass (5.636 m) und wandern vorbei an Shiva Tsal, der Bardo-Stätte der Gläubigen. Yakhörner, Steintürme und Gebetsfahnen zieren den heiligen Ort. Ihr Abstieg führt zum Zutrulphuk-Kloster mit Milarepas Meditationshöhle.

> Wanderung: ca. 9–10 h, 22 km, +720/–880 Hm
> Übernachtung in einem einfachen Gästehaus (4.790 m) im Mehrbettzimmer mit externen Toiletten und ohne Duschmöglichkeit. • Übernachtung in Hütte im Mehrbettzimmer mit Gemeinschaftsbad. • Mahlzeiten: Frühstück, Mittagessen, Abendessen

19. Tag

Kailash-Kora: Letzte Trekkingetappe und Fahrt nach Saga

Heute vollenden Sie Ihre Umrundung des Kailash: auf einer gemütlichen Halbtagestour durch einen märchenhaften Canyon mit kleinen Flussquerungen. Zurück in der Barkha-Ebene eröffnen sich Blicke auf Gurla Mandata sowie auf die Seen Raksastal und Manasarovar, bevor Sie Darchen erreichen. Geistig gestärkt und erschöpft bleibt Zeit für eine Dusche, dann fahren Sie auf einer gut ausgebauten Straße weiter nach Saga.

> Wanderung: ca. 3–4 h, 11 km, –200 Hm; Fahrt: ca. 7–8 h • Übernachtung in Hotel im Einzel- oder Doppelzimmer mit privatem Bad. • Mahlzeiten: Frühstück, Mittagessen

20. Tag

Reise nach Sakya und Spaziergang durch den Nordteil des Klosters

Sie lassen Saga hinter sich und fahren auf einer asphaltierten Strecke bis nach Sakya. Bei zahlreichen Stopps in der beeindruckenden Landschaft können Sie Ihre Beine vertreten und sich so langsam vom tibetischen Hochland verabschieden. Nach der kleinen Stadt Lhatse verlassen Sie den Friendship Highway für einen in vielerlei Hinsicht lohnenswerten Abstecher nach Sakya. Nach Ihrer Ankunft lädt Sie Ihr Reiseleiter zu einem Spaziergang im Nordteil des Sakya-Klosters ein.

> Fahrt: ca. 7–8 h; Wanderung: ca. 1 h, +/–50 Hm • Übernachtung in Hotel im Einzel- oder Doppelzimmer mit privatem Bad. • Mahlzeiten: Frühstück

21. Tag

Kulturelle Schatzkammer im Sakya-Kloster und Fahrt nach Shigatse

Heute tauchen Sie ein in die Welt der „Blumensekte“, einer Hauptströmung des tibetischen Buddhismus. Das Kloster, ursprünglich als Festung gegen die Mongolen erbaut, beherbergt zahlreiche Kulturgüter und blickt auf über 600 Jahre Geschichte zurück. Nach der Besichtigung haben Sie Zeit, das Kloster auf eigene Faust zu erkunden und Souvenirs zu kaufen. Am Abend kehren Sie nach Shigatse zurück und genießen ein gemütliches Abschiedsessen mit dem tibetischen Team.

> Fahrt: ca. 4 h · Übernachtung in Hotel im Einzel- oder Doppelzimmer mit privatem Bad. · Mahlzeiten: Frühstück, Abendessen

22. Tag

Fahrt in den Transhimalaya zum heiligen Qungmoganze (7.048 m)

Wieder auf vier Rädern verlassen Sie die Kailash-Region Richtung Osten. Nach einem kurzen Abschnitt am Yarlung Tsangpo biegen Sie ins abgelegene tibetische Hinterland ab, vorbei an kleinen Dörfern und idyllischer Landschaft. Über den Dongula La (4.834 m) erreichen Sie den geheimen Ort am Fuße des heiligen Qungmoganze (7.048 m). Die Weiterfahrt führt Sie über den Shogu La-Pass (5.259 m) bis kurz vor Yangpachen.

> Fahrt: ca. 6–7 h · Übernachtung in Pension im Einzel- oder Doppelzimmer mit privatem Bad. · Mahlzeiten: Frühstück, Mittagessen

23. Tag

Rückfahrt nach Lhasa, Freizeit und Abschied von Tibet

Nach dem Frühstück kehren Sie nach Lhasa zurück und checken in Ihrem Hotel in der Altstadt ein. Den restlichen Tag gestalten Sie ganz nach Belieben: Umrunden Sie ein letztes Mal den Jokhang auf dem Barkhor, schauen Sie dem Treiben der Gläubigen zu, kaufen Sie letzte Souvenirs oder verweilen Sie an Ihrem Lieblingsplatz. Es bleibt genug Zeit, sich ganz bewusst von Tibet zu verabschieden und den Tag stimmungsvoll ausklingen zu lassen.

> Fahrt: ca. 3 h · Übernachtung in Hotel im Einzel- oder Doppelzimmer mit privatem Bad. · Mahlzeiten: Frühstück

24.–25. Tag

Zum Flughafen Lhasa, Rückflug und Ankunft in der Heimat

Nach einer letzten geruhsamen Nacht im Herzen Tibets treten Sie die Heimreise an. Auf der Fahrt zum Gongkar Airport überqueren Sie nochmals das breite Flussbett des Yarlung Tsangpo (Brahmaputra). Kurz darauf genießen Sie vom Flugzeug aus spektakuläre Ausblicke auf den Himalaya. Ihr Rückflug erfolgt über Peking oder Chengdu. Sie landen am Folgetag an Ihrem Heimatflughafen.

> Fahrt: ca. 1 h · 24. Tag: Mahlzeiten: Frühstück

Leistungen

Leistungen (ab/an Frankfurt am Main Flughafen)

- Flug ab/an Frankfurt am Main inkl. Tax (andere Abflughäfen auf Anfrage)
- Alle Transfers in privaten Fahrzeugen (Van, Kleinbus)
- 9 Übernachtungen in familiär geführten landestypischen 3-Sterne-Hotels im Doppelzimmer mit DU/WC, 8 Übernachtungen in einfachen Gästehäusern im Mehrbettzimmer mit Gemeinschafts-DU/WC, 4 Übernachtungen in 2-Personen-Zelten, 1 Übernachtung in einem Gemeinschaftszelt
- 22x Frühstück, 16x Mittagessen, 14x Abendessen
- Stellung von Zelt, Schaumstoffmatte (5 mm), Kochgeschirr (Teller, Tassen, Besteck)
- 3-tägiges geführtes Trekking um den Kailash sowie Wanderungen und Klosterbesuche laut Reiseverlauf
- Kleiner Tibetisch-Sprachkurs für Interessierte
- Tibet-Permit
- Gebühren und Eintritte laut Reiseverlauf
- Tibetische Begleitmannschaft: Fahrer, Koch und Yakführer
- Einheimische, Englisch sprechende Reiseleitung zu ausgewählten Terminen (siehe Terminkommentar)
- Deutsch sprechende Reiseleitung, bzw. einige Termine mit erfahrenen tibetischen Reiseleiter (englischsprachig mit guten Deutschkenntnissen) ab Tag 2 bis Tag 24

Zusätzlich buchbare Leistungen

- Einzelzimmerzuschlag: 420 EUR
  Hotel- und Zeltnächte (in Gasthäusern nicht möglich)
- Rail&Fly ab allen deutschen Bahnhöfen (2. Klasse): 95 EUR
- Zubringerflüge nach/von Frankfurt am Main: Preis auf Anfrage
- Einzelzeltzuschlag (nur Zeltnächte): 75 EUR
  Wenn Sie in den Unterkünften ein Zimmer teilen, aber im Zelt alleine schlafen möchten, können Sie den Einzelzeltzuschlag zusätzlich buchen. Ansonsten ist dieser bereits im Einzelzimmerzuschlag enthalten. Wenn Sie ein halbes Doppelzimmer buchen und noch keinen Zimmerpartner haben, übernehmen wir diesen Kostenanteil für Sie.
- Verleih Isomatte und Schlafsack
  Auf Anfrage und je nach Verfügbarkeit möglich: Bei der Isomatte handelt es sich um eine 3-4 cm aufblasbare Matte, welche auf eine 5mm dünne Yogamatte gelegt wird.

Zusätzliche Ausgaben vor Ort

- Trinkgelder: pro Person ca. 130 EUR für das tibetische Team inklusive Guides, Fahrer, Koch und Helfer
- Nicht genannte Mahlzeiten und Getränke

Reisetermine, Preise, Einzelzimmerzuschläge und die Verfügbarkeit ändern sich laufend und sind deshalb nicht Teil dieses Dokuments. Den tagesaktuellen Stand finden Sie auf der Reiseseite. **schulz-aktiv-reisen.de/reise/tib04/**

Ihre Reiseleitung

Christian Hertel

Chris ist Vollblut-Asienliebhaber, studierte in Hongkong und spricht neben Chinesisch auch etwas Tibetisch. Seit 2003 bereist Christian buddhistische Kulturen Asiens, u. a. in China, Tibet, Taiwan, Sri Lanka und Thailand. All seine Erfahrung und Kontakte vor Ort bringt er mit auf Reisen ein. Seine größte Hingabe gilt dem tibetischen Kulturkreis, den er durch zahlreiche Touren im Himalaya – sowohl allein als auch mit Reisegruppen – seit über 20 Jahren intensiv erforscht. An der Universität Leipzig vertiefte er sich in die tibetische Schrift und hat eine sehr umfangreiche Kenntnis der tibetischen Kultur und Religion. Ganz besonders schätzt Christian die Herzlichkeit der Tibeter und die unglaubliche Stärke ihres Glaubens. Darüber hinaus bestieg er in Tibet den Mount Kyizi (6204m) und leitete zahlreiche Trekkingtouren. Freuen Sie sich auf eine faszinierende Tour und erkunden Sie mit Chris Orte abseits der üblichen Pfade.

Jack Dhondrup

Seit über 15 Jahren begeistert Jack (tibetischer Name: Dhondrup) als Reiseleiter mit seiner Erfahrung und seiner Leidenschaft für Tibet. Fast ebenso lange begleitet er nahezu alle unsere Reisen durch das Hochland und kennt Land, Kultur und Menschen wie kaum ein anderer. Durch den regelmäßigen Austausch mit Gästen aus dem deutschsprachigen Raum hat er sogar begonnen, mit großer Hingabe Deutsch zu lernen – und kann sich inzwischen gut verständigen. Zudem spricht er Englisch, Tibetisch, Chinesisch sowie etwas Spanisch und Nepali.

Matthias Lienert

Sei es die Magie der hohen Berge oder die tiefe Spiritualität der Menschen - Matthias fasziniert das Umfeld des Himalaya und lässt unsere Reisegäste an seiner Begeisterung teilhaben. Hauptberuflich ist "Matze" Notfallsanitäter und in seiner Freizeit begibt er sich auf Hochtouren und Eiskletterrouten in den Alpen. Fühlen Sie sich mit ihm bestens aufgehoben auf unseren Reisen aufs Dach der Welt, nach Tibet!

Feedback unserer Reisegäste

> Ich bin sehr zufrieden mit der Reise. Matthias war ein toller Reiseleiter. Er ist auf persönliche Wünsche eingegangen und hat viele zusätzliche Erlebnisse ermöglicht. Unser tibetischer Reiseleiter war immer mit Rat und Tat zur Stelle.
>
> **Medea Hollerwöger (September 2025)**

> Ich hatte während der Reise Geburtstag und Matthias Lienert hat für mich eine tibetische Torte besorgt! Der Fahrer und die Köche waren großartig!!!!! Das Hotel in Lhasa ist wunderschön! Aufgrund der Entfernungen waren lange Fahrzeiten zu erwarten, dennoch etwas mehr Gehzeiten dazwischen wären schön gewesen
>
> **Andrea Beer (September 2025)**

Die Reise ist sehr gut vorbereitet. Ich bin selten so zuvorkommend und hilfreich informiert worden! Die Route ist sehr sorgsam gewählt, so dass ich einen umfassenden Eindruck verschiedener Landstriche und Gegenden gewinnen konnte. Kultur und Menschen haben mich tief berührt. Die Runde um den Kailash war das I-Tüpfelchen! Unser Reiseleiter hat uns jeden Wunsch von den Augen abgelesen - sich um unser Wohlbefinden gesorgt. Er hat uns die Kultur und die Schönheit seines Landes wunderbar nähergebracht! Ohne ihn und seine Begleitmannschaft, die zu Freunden geworden sind, wäre es nur halb so schön gewesen! Norbu - the best driver forever - und immer lustig! Tenzing, Puntschu, Nima immer hilfsbereit beim Schleppen und genial beim Kochen, selbst unter widrigen Bedingungen! Durch sie wurde die Reise unvergessen und zum Familienerlebnis.

Gusti Maier (August 2025)

Die Reise war wunderschön. Ich bin dankbar dafür, genau diese Tour erlebt zu haben. Sie hat neue Maßstäbe gesetzt im Hinblick auf Gestaltung, Organisation, Durchführung und Betreuung von und auf Reisen. [...] Sowohl die Auswahl der Reise-Eckpunkte als auch die Ausgewogenheit in der Zusammenstellung von "etwas für den Körper, etwas für die Seele und etwas für den Geist" haben mir sehr gut gefallen. Dazu das "Dream-Team" aus Tibet, das uns super betreute und Chris, der auf seine ganz eigene Art der beste Reiseleiter war, den ich bisher erleben durfte.

R. Tretschok (Juni 2019)

Gut Ding will Weile haben. Dies trifft es genau. Der mehrmalige Versuch nach Tibet zu kommen ist ein voller Erfolg geworden. Wir hatten einen tollen Reiseleiter, dessen Begeisterung für das Land und die Berge auf uns übergesprungen ist. Dank einer super Höhenanpassung haben wir die Kora um den Kailash geschafft und all unser Karma hat dabei für einen strahlend blauen Himmel gesorgt. Vielen Dank auch an das tibetische Team, welches uns liebevoll unterstützte und eine super Verpflegung unter einfachsten Mitteln zauberte und damit zum Gelingen dieser Reise beigetragen hat. Vielen Dank an alle!

B. Thiel (Juni 2019)

In Westtibet erkunden Sie die einstigen Königreiche Guge und Shangshung.

Die burgähnliche Anlage des Potala Palast auf dem Marpo Ri, dem roten Berg.

Hinweise zur Reise

Teilnehmerzahl

mind. 8 bis max. 12 Reisende

Absage bei Nichterreichen der Mindestteilnehmerzahl bis 28 Tage vor Reisebeginn vorbehalten.

Veranstalter

Kooperationspartner

Stand der Reiseinformationen

28.09.2026. Maßgeblich ist die jeweils aktuelle Ausschreibung unter schulz-aktiv-reisen.de/reise/tib04/

Einreisebestimmungen

Deutsche, Österreicher und Schweizer benötigen für die Einreise:

- ein zum Zeitpunkt der Einreise 6 Monate gültiger Reisepass
- für 2026 ist für deutsche und weitere Staatsbürger für 30 Tage kein Touristen-Visum notwendig (Hinweis für 2027: Derzeit ist unklar, ob die Visafreiheit nochmals verlängert wird. Falls nicht, ist mit ca. 200 EUR Visagebühren für die Einreise nach China zu rechnen. Wir unterstützen Sie bei der rechtzeitigen Beantragung und bei den notwendigen Formalitäten.)
- Tibet-Visum (beantragen wir für Sie)

Sie besitzen eine andere Staatsbürgerschaft als die oben genannten? Wir informieren Sie bei Ihrer Reisebuchung über abweichende Bedingungen. Zusätzlich bitten wir Sie, die Einreisebestimmungen für China und Tibet individuell zu prüfen!

Änderungen im Programmablauf

Der Reiseverlauf kann aus klimatischen oder aus wichtigen organisatorischen Gründen abgeändert werden.

Mitnahme von Literatur

Bitte verzichten Sie auf Literatur über den Dalai Lama, seine Schriften sowie Bücher mit seiner Abbildung. Ebenfalls keine in China verbotene Literatur mitführen. Die tibetische Flagge bzw. Abbildungen sind in China strengstens verboten.

Monsun in Tibet

Im Juli und August ist Monsunzeit, wobei die Auswirkungen in Westtibet weniger zu spüren sind. Dennoch ist die Wahrscheinlichkeit höher, dass sich in dieser Zeit wetterbedingte Änderungen vor Ort ergeben.

Häufige Fragen

Sehe ich das Mount Everest-Basislager?

Seit 2018 ist es offiziell nicht mehr gestattet, bis zum Rand des Basislagers zu laufen bzw. zu fahren. Vermutlich wird dies auch in naher Zukunft zum Schutz der Bergexpeditionen nicht mehr möglich sein. Dennoch sehen Sie vom Camp und von der Höhle von Guru Rinpoche aus die gigantische Nordflanke von Everest und Rongbuk-Kloster.

Was ist bei der Mitnahme von Literatur zu beachten ?

Bitte sehen Sie von der Mitnahme von Literatur über den Dalai Lama, von seinen verfassten Schriften sowie von Büchern oder Heften ab, in denen der Dalai Lama abgebildet ist. Zudem raten wir von der Mitnahme von Literatur ab, die in Festlandchina verboten ist. Auch das Mitführen der tibetischen Flagge oder deren Abbildung ist in China strengstens verboten.

Ist Tibet vom Monsun beeinflusst?

Im Juli und August ist Monsunzeit, wobei die Auswirkungen in Westtibet weniger zu spüren sind. Dennoch ist die Wahrscheinlichkeit höher, dass sich in dieser Zeit wetterbedingte Änderungen vor Ort ergeben.

Eindrucksvolle Klosterarchitektur erwartet Sie wie z. B. der Kumbum.

Im Sera Kloster erleben Sie Mönche beim Debattieren.

Wir sind gern für Sie da

PERSÖNLICHE REISEBERATUNG DURCH:

Sophie Kelly

Telefon: 0351 266 25-31

E-Mail: sophie.kelly@schulz-aktiv-reisen.de

Aktuelle Termine, Preise und freie Plätze

Reisetermine, Preise, Einzelzimmerzuschläge und die Verfügbarkeit ändern sich laufend und sind deshalb nicht Teil dieses Dokuments. Den tagesaktuellen Stand finden Sie auf der Reiseseite.

schulz-aktiv-reisen.de/reise/tib04/

Dieses PDF weiterleiten (Link öffnet immer die aktuelle Fassung):
schulz-aktiv-reisen.de/reise/tib04/pdf/

Reiseseite mit Terminen und Preisen

schulz aktiv reisen

Bautzner Str. 39
01099 Dresden
Telefon: +49 351 266255
info@schulz-aktiv-reisen.de
schulz-aktiv-reisen.de

Öffnungszeiten

Mo–Fr 10–13 & 14–17 Uhr

schulz aktiv reisen ist ein Reiseveranstalter für Natur- und Erlebnisreisen in kleinen Gruppen weltweit

schulz aktiv reisen — Dem Besonderen auf der Spur.

Impressum und rechtliche Hinweise. Anbieter dieser Reise und verantwortlich für den Inhalt ist die schulz aktiv reisen, Bautzner Str. 39, 01099 Dresden. Das vollständige Impressum finden Sie unter schulz-aktiv-reisen.de/impressum/, die Datenschutzerklärung unter schulz-aktiv-reisen.de/datenschutz/ und die Allgemeinen Reisebedingungen unter schulz-aktiv-reisen.de/arb/.

Alle Angaben entsprechen dem Stand vom 28.09.2026 und dienen der Information; sie sind kein verbindliches Angebot. Änderungen des Reiseverlaufs aus wetterbedingten, organisatorischen oder örtlichen Gründen bleiben vorbehalten. Maßgeblich für eine Buchung ist ausschließlich die jeweils aktuelle Reiseausschreibung unter schulz-aktiv-reisen.de/reise/tib04/. Bildnachweis: schulz aktiv reisen, sofern nicht anders angegeben. Kartenskizze nicht maßstabsgetreu.