



Natur - Kultur - Erlebnis

Bhutan Discover

Ein Produkt von Sommer Fernreisen GmbH

Ihr Spezialist für Reisen nach Bhutan

Nelkenstrasse 10, 94094 Rothalmünster
Tel. 08533/919161, Fax: 08533/919162
info@sommer-fern.de, www.sommer-fern.de

Jomolhari Trek mit Rahmenprogramm, 14 Tage

1. Tag: Ankunft in Paro und Transfer nach Thimphu, (M/A)

Sie kommen in Paro am Flughafen an und werden dort abgeholt. Anschließend erfolgt der Transfer nach Thimphu (65 km). Je nach zur Verfügung stehender Zeit können Sie noch einige Sehenswürdigkeiten in Thimphu besichtigen und Fotostopps auf dem Weg einlegen.

2. Tag: Tour durch das Thimphu Tal, (F/M/A)



Heute unternehmen Sie eine Tour durch das Thimphu Tal. Hier finden Sie Vorschläge für Besichtigungen, die auf Ihre Wünsche abgestimmt werden können:

Folk Heritage-Museum (Phelchey Toenkhyim): Windmühlen, Haushaltsgegenstände, Steinbäder, Gemüseärten...

Takin Sanctuary: Freigehege in dem Takine (Nationaltier von Bhutan) gehalten werden
Nationales Institut für traditionelle Medizin: Erforschung der traditionellen

Herbalmedizin und anderer Anwendungen.

Zulikha Nonnenkloster: Von diesem größten Nonnenkloster Bhutans aus haben Sie einen guten Blick auf Thimphu sowie den Tashicho Dzong

Kunst und Handwerksschule

Textilmuseum: Einblicke in die Kunst des Webens

Changangkha Lhakhang: Auf einem Bergrücken oberhalb von Thimphu liegt diese Klosterfestung mit gutem Blick auf die Stadt.

3. Tag: Fahrt nach Punakha, (F/M/A)



Von Thimphu aus geht es heute nach Punakha. Dabei überqueren Sie den Dochu La Pass mit 108 Chorten und einer großartigen Aussicht.



Natur - Kultur - Erlebnis

Bhutan Discover

Ein Produkt von Sommer Fernreisen GmbH

Ihr Spezialist für Reisen nach Bhutan

Nelkenstrasse 10, 94094 Rothalmünster
Tel. 08533/919161, Fax: 08533/919162
info@sommer-fern.de, www.sommer-fern.de

4. Tour durch Punakha und Wangdue Phodrang (F/M/A)



In Punakha ist eine der Hauptsehenswürdigkeiten der **Punakha Dzong**, der zwischen zwei Flüssen auf einer Landzunge liegt. Über eine Holzbrücke kommen Sie in den Innenhof des Dzongs, der mit aufwändigen Schnitzereien verziert ist und eine große Gebetshalle beherbergt. Zudem finden sich im Tal viele traditionelle Bauernhöfe im bhutanischen Baustil. Diese können Sie bei einer Wanderung erkunden. Übernachtung in Wangdue Phodrang.

5. Tag: Fahrt nach Paro, (F/M/A)

Durch die beeindruckende Landschaft Bhutans geht es mit einigen Foto- und Besichtigungsstopps zurück nach Paro und Sie können sich auf den Trek vorbereiten, der am nächsten Tag startet.

6. Tag: 1. Trekkingtag: Willkommen auf dem Jomolhari Laya Gasa Trek, (F/M/A)



Shana Dorf nach Thongdozam: 12 km, Trekkingzeit: 4-5 h, Aufstieg: 360 m, Abstieg: 80 m, Höhe des Camps: 3.610 m. ü.d.M.
Der erste Trekkingtag ist relativ einfach und führt in den Jigme Dorji Nationalpark. Sie fahren von ihrem Hotel in das Dorf Shana wo der Trek beginnt. Zuerst folgen wir dem Paro Fluss vorbei an traditionellen Bauernhäusern und Feldern, auf denen verschiedene Gemüsesorten angebaut werden. Nach ungefähr 4-5 h erreichen wir das Camp in Thongdozam.

7. Tag: 2. Trekkingtag: Erster Blick auf den Jomolhari, (F/M/A)



Strecke von Thongdozam nach Jangothang: 15 km, Trekkingzeit: 5-6 h, Aufstieg: 4800 m, Höhe des Camps: 4.080 m. ü.d.M.
Wir folgen dem Paro Fluss und das Tal beginnt sich zu öffnen, umgeben von hohen, teilweise schneebedeckten Gipfeln. In dieser Gegend gibt es einige kleinere Dörfer in denen Yak Hirten wohnen. Der heutige Trekking Tag ist etwas länger und aufgrund der Höhenlage kommen wir langsamer voran. Unser Camp ist in Jangothang bei einer alten Ruine. Von dort haben wir einen ersten Blick auf den **Mount Jomolhari**.



Natur - Kultur - Erlebnis

Bhutan Discover

Ein Produkt von Sommer Fernreisen GmbH

Ihr Spezialist für Reisen nach Bhutan

Nelkenstrasse 10, 94094 Rothalmünster
Tel. 08533/919161, Fax: 08533/919162
info@sommer-fern.de, www.sommer-fern.de

8. Tag: 3. Trekkingtag: Schneebedeckte Gipfel und Yak Herden, (F/M/A)



Basislager am Jangothang: Höhe des Camps: 4.080 m. ü.d.M.

Heute ist ein Erholungs- und Akklimatisierungstag. Vom Basislager **Jangothang** (einem der beeindruckendsten Campingplätze im Himalaya) haben Sie bei guter Sicht Blick auf den **Mt. Jumolhari** und den **Jichu Drake**. In der Nähe gibt es Dörfer der Yak Hirten und mit Forellen gefüllte Seen. Die heiligen schneebedeckten Berge die wir hier sehen, dürfe weder von Bhutan aus, noch von Tibet aus bestiegen werden. Je nach Interesse können Sie eine Wanderung zu

den Gletschern des Jomolhari unternehmen, eines der Dörfer besuchen oder noch etwas weiter zu einem Aussichtspunkt aufsteigen. Übernachtung im Camp.

9. Tag: 4. Tag: Der Weg nach Yaksa, (F/M/A)



Strecke von Jangothang nach Soi Yaksa: 16 km, Trekkingzeit: 7 h, Aufstieg: 810 m, Abstieg: 1090 m, Höhe des Camps 3.800 m ü.d.M.

Der Weg beginnt mit einem steilen Aufstieg und der Überquerung der Brücke zum **Tshophu See** (4.380 m). Nachdem Sie den zweiten Gletschersee passiert haben geht es in ein verstecktes Tal hinab und dann zum **Bonte La Pass** hinauf (4.890 m). An schönen Tage können Sie vom Pass aus den **Kanchenjuga** sehen, den drittgrößten Berg der Welt. Entlang des Weges kommen

Sie an den Unterkünften der Yak Hirten vorbei. Nach dem Mittagessen erfolgt ein langer und steiler Abstieg zum **Yakhirtendorf Soi Yaksa**. Dort Campen Sie auf 3.800 m ü.d.M.

10. Tag: 5. Tag: Überquerung des Takhung La, (F/M/A)



Strecke von Soi Yaksa nach Thongbu Shong: 11 km, Trekkingzeit: 5 h, Aufstieg: 720 m, Abstieg: 340 m, Höhe des Camps: 4.180 m ü.d.M.

Wir beginnen heute mit einem leichten Aufstieg auf der östlichen Seite des **Soi Yaksa Tals**. Von dort aus können Sie den Blick auf die Berge im Norden genießen. Sie überqueren den **Takhung La Pass** (4.520 m ü.d.M.) und dann geht es hinunter in das Thongbushong Tal. Dabei kommen Sie an **Yak Hirten** und deren Unterkünften vorbei. Übernachtung im Camp Tangbushong (4.180 m ü.d.M.)



Natur - Kultur - Erlebnis

Bhutan Discover

Ein Produkt von Sommer Fernreisen GmbH

Ihr Spezialist für Reisen nach Bhutan

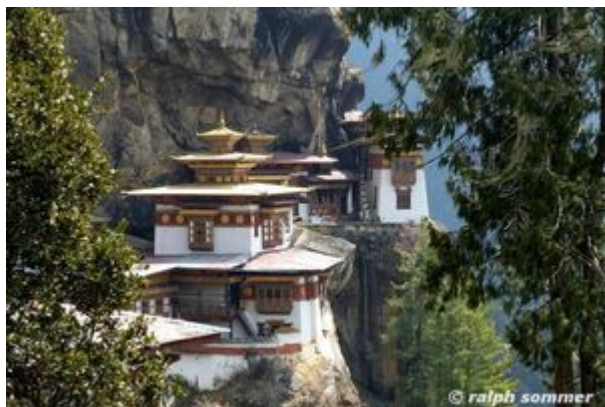
Nelkenstrasse 10, 94094 Rothalmünster
Tel. 08533/919161, Fax: 08533/919162
info@sommer-fern.de, www.sommer-fern.de

11. Tag: 6. Tag: Zurück nach Paro, (F/M/A)

Strecke von Thangbushong nach Gunitsawa: 11 km, Trekkingzeit: 4-5 h, Aufstieg: 200 m, Abstieg: 1.650 m

Wir verlassen das Camp und kommen nach einem kurzen steilen Aufstieg aus dem Tal. Dann geht es einen Rücken entlang zum **Thombu La Pass** (4.380 m ü.d.M.). Von dort aus können wir das Paro Tal im Süden und viele verschiedenen Berggipfel um uns herum sehen. Durch Wald geht es dann den Abstieg hinunter zum Armeestützpunkt in **Gunitsawa**. Dort werden wir abgeholt und fahren dann zum Hotel in Paro.

12. Tag: Tigernestkloster in Paro und Ugyen Tsemo, (F/M/A)



Sie werden heute zum Ausgangspunkt für die Wanderung zum Tigernestkloster Thaktsang gebracht. Sie wandern ca. 1 h bergauf bis Sie zur Cafeteria kommen. Von dort aus haben Sie einen guten Blick auf das Kloster, das auf ca. 1.000 m Höhe oberhalb von Paro an einer Felswand liegt. Von dieser Zwischenstation aus können Sie noch etwa 45 Minuten weiter Bergauf laufen bis zu einem Aussichtspunkt und Chorten. Außerdem können Sie heute den Tempel Ugyen Tsemo besuchen, der auf einem Bergrücken über dem Thaktsang Kloster

liegt. Von hier aus haben Sie einen guten Blick auf das Umland.

13. Tag: Sightseeing in Paro, (F/M/A)



Heute sehen Sie sich die Sehenswürdigkeiten in Paro an. Mögliche Besichtigungspunkte sind:

Rinping Dzong: Eine Klosterfestung die im Jahre 1645 von Shabdrung Nawang Namgyal eingeweiht wurde und später als Bastion gegen die Invasion aus dem Norden diente. Bekannt ist das beeindruckende architektonische Gebäude dafür, dass es ohne Nägel erbaut wurde. Es beherbergt das gigantische Rollbild von Guru Rinpoche (30 x

45 m) das während des Pars Tshechu entrollt wird.

Nationalmuseum: Das Nationalmuseum befindet sich in einem runden Dzong, der früher ein Wachturm war. Hier finden Sie neben den berühmten Briefmarken aus Bhutan aus Reliquien und Kunstgegenstände.

14. Tag: Abreise, (F)

Sie werden zum Flughafen von Paro gebracht.

[Hier kommen Sie zu den Preisen für den Jomolhari Trek mit Rahmenprogramm.](#)