

HIMALAYA

Spiti & Lahaul

**Bike-Pionierreise ins unbekannte Juwel am
Fusse des Himalayas**



Panoramastrasse nach Sarhan
Unberührtes Spiti Tal
Tempelkomplex in Tabo
Buddhistische Klöster & Mönche
Schneebedeckte Himalayagipfel &
Hochgebirgswüsten
Fruchtbares Lahaul Tal
Kunzum La Pass 4500 m.ü.M.
New Delhi

REISEPROGRAMM

Das sagenumwobene Hochtal Spiti gehört zu den abgelegensten Regionen der Erde. Mit dem Mountainbike fahren wir an mächtigen, schneebedeckten Himalayariesen und Hochgebirgswüsten vorbei, die von winzigen grünen Ackerflecken und weiss getünchten Lehmziegelhäuser durchzogen sind. Der Eindruck, dass ein Stück Tibet nach Indien versetzt worden ist täuscht nicht: Das ehemalige westtibetische Königreich Spiti wartet mit wunderbaren tibetischen Klöstern und einem gelebten Buddhismus auf. Das Gebiet war lange Zeit für Touristen nicht zugänglich und hat viel von seiner unberührten Einzigartigkeit und seiner abenteuerlichen Atmosphäre bewahren können. Die Gebetsfahnen auf dem 4500 m.ü.M. liegenden Kuzum La Pass und die anderen hypnotisierenden Eindrücke dieser spektakulären Pionierreise werden wir so schnell nicht vergessen.

1. Tag **Flug nach Delhi**

Wir treffen uns am Nachmittag am Flughafen Zürich zum Check-in. Ein Nachtflug bringt uns nach Delhi, wo wir am Morgen des zweiten Tages ankommen. Flüge ab anderen Flughäfen auf Anfrage.
(Flugdetails siehe Flugplan)

2./3. Tag **Koloniale Geschichte erleben (371**

Mit dem Bus verlassen wir Delhi und fahren über Chandigarh nach Shimla. Schon als die englischen Kolonialherren im Jahre 1819 Shimla entdeckten, schätzten sie die kühle Höhenluft dieser malerischen Hillstation auf 2128 m.ü.M. Auch wir werden uns dem entspannten kolonialen Charme dieses Ortes, von den Engländern liebevoll 'Queen of the Hills' genannt, nicht entziehen können. Wir werfen hier zum ersten Mal einen Blick auf die gewaltige nordwestliche Himalayakette.
Übernachtungen in gutem Hotel, (F)

4. Tag **Durchs indische 'Apfelgebiet' (Bike 64 km, 5 h)**

Zum Einstieg radeln wir durch dichte Pinienwälder und erfreuen uns an den winkenden Händen der gastfreundlichen indischen Landbevölkerung. Die vielen Apfel- und Pfirsichplantagen hätten wir hier nicht erwartet, sehen sie doch aus wie bunte Tupfen im grünen Hügeldickicht. Nachdem wir gut 500 Höhenmeter überwunden haben, erreichen wir das indische Skiparadies Narkanda, ein Rückzugsgebiet für stadtmüde Inder.
Übernachtung in gutem Guesthouse, (F)

5. Tag **Legendenumwobenes Sarhan (Bike 125 km, 7 h)**

Auf angenehm zu fahrenden Bergstrassen durchfahren wir fruchtbare grüne Täler und können uns so perfekt für die noch folgenden Anstrengungen akklimatisieren. Auf dem letzten Teil dieser Etappe winden wir uns auf einer steilen Panoramastrasse hoch nach Sarhan, zur ehemaligen Sommerresidenz der mächtigen

Bushakhar-Könige. Fast von jeder Ecke dieses wunderbaren Bergdorfes können wir das mächtige Massiv des 5155 Metern hohen Bergriesen Shrikanda Mahadev bewundern.

Übernachtung in gutem Hotel, (F)

- 6. Tag Mächtiger Sutley-Fluss (Bike 113 km, 7 h)**
Die Landschaft wird wilder, die Strassen bekunden mehr Mühe, sich an den enger werdenden Talseiten entlang zu schlängeln, uns hingegen verleiht der mächtige Sutley-Fluss zusätzlich Kräfte. In Morang stellen wir unser Lager auf 2276 m.ü.M. direkt am Wasser auf. Nur einige Aprikosenplantagen trennen uns von den robusten Stein- und Holzhäusern, die von der lokalen Bevölkerung, den Kinnauris, mit dicken Schieferdächern gegen die Schneemassen gebaut wurden. Erste Einblicke in den gelebten Buddhismus der Menschen erhalten wir in einer kleinen Gompa, einem Tempel, der hier zu ehren Buddhas erstellt wurde.
Übernachtung im Camp, (F, M, A)
- 7. Tag Eingang zum Spiti-Tal (Bike 56 km, 5 h)**
Begeistert von den grandiosen Aussichten des Kinnaur-Tales geniessen wir die magische Unberührtheit des kleinen Dorfes Puh. Als Kontrast bohrt sich die Bergspitze des Leo Purgyal auf 6770 Metern in den tiefblauen Himmel. Wir besuchen das alte Kloster Tashigang, das ganz in der Nähe des energiegeladenen Zusammenflusses des Sutley und des Spiti erbaut wurde. Nun wissen wir, dass die magische Wüstenlandschaft des Spiti-Tales nach Überschreiten der Brücke beginnt.
Übernachtung im Camp, (F, M, A)
- 8. Tag Kunstschatze in Tabo (Bike 45 km, 5 h)**
Die Luft wird nun bereits merklich dünner. Wir erreichen die kleine Stadt Tabo auf 3050 m.ü.M., die umringt wird von hohen Bergen. Ein kulturelles Highlight erwartet uns am heutigen Tag: Der Tempelkomplex in Tabo gehört zu den wichtigsten tibetisch-buddhistischen Klöstern weltweit und beherbergt wichtige Kunstschatze. Ausserhalb von Tibet konnten bedeutende Manuskripte und farbenprächtige religiöse Rollbilder, sogenannte Thankas, vor der chinesischen Kulturrevolution in Sicherheit gebracht werden. Die vielen mit grossem handwerklichem Geschick angefertigten Statuen Buddhas und seiner Bodhisattvas lassen unsere Augen leuchten und zeigen uns die Einzigartigkeit dieses Ortes.
Übernachtung im Camp, (F, M, A)
- 9. Tag Knackiger Anstieg mit Rundumblick (Bike 47 km, 4 h)**
Das Abenteuer kommt bei dieser Tour bestimmt nicht zu kurz. Nach dem Verlassen von Tabo werden wir von einer Bachüberquerung erwartet. Die Erosionsspur des Sutley hat uns lange den Weg vorgegeben, die Öffnung des Tales gibt uns noch mehr Luft und richtet unsere Blicke auf die ockerfarbenen Berghänge. Das Dankar-Kloster klebt an einem Überhang in schwindelerregenden Höhen.

Bevor wir jedoch den unglaublichen Rundblick über das ganze Spiti-Tal geniessen können, dürfen wir die neun ruppigen Kilometer hoch zu diesem Aussichtspunkt nicht scheuen. An einem lauschigen Platz errichten wir unser Nachtlager auf 3600 m.ü.M.

Übernachtung im Camp, (F, M, A)

- 10. Tag Klosterleben erfahren (Bike 52 km, 5 h)**
Wie hypnotisiert lassen wir die gewaltige Natur auf uns einwirken. In Rangrik leben hunderte jünger Mönche, die im Kloster viel über den Buddhismus lernen und sich in eifrigen Gesprächen dem Sinn des Lebens nähern. Wir kommen auch mit ihnen ins Gespräch und erfahren einiges über das Klosterleben. Bei der Brücke von Rangrik werden wir heute auf einem Campingplatz übernachten.
Übernachtung im Camp, (F, M, A)
- 11. Tag Glänzende Pracht des Himalaya (Bike 50 km, 5 h)**
Die angenehme Teerstrasse stimmt uns nach dem Losfahren versöhnlich, doch die Ruhe währt nicht lange. Nur das spektakulär gelegene Ky-Kloster lässt unseren Blick von der anspruchsvollen Naturstrasse weg gleiten. Die Weite des Tals schafft Platz für Wind. Wir scheinen eine willkommene Angriffsfläche abzugeben. Doch spätestens beim Anblick des einzigartigen Camps sind alle Schindereien vergessen. Von einer Anhöhe blicken wir auf ein Gewirr von mäandrierenden Bächen, die sich ihren Wasserlauf durch ein breites Talbett suchen. Mit Sicherheit hat unsere Begleitcrew spätestens wenn die fast 7000 Meter hohen Eisriesen um uns herum in der Abendsonne glänzen ein Bier zur Hand.
Übernachtung im Camp, (F, M, A)
- 12. Tag Das Dach der Tour (Bike 31 km, 3 h)**
Wir haben noch nicht genug von der dünnen Luft und wagen uns an die ultimative Herausforderung dieser Tour, den Kunzum La Pass (4551 m.ü.M.). Steile Kehren zwingen uns, kleine, ökonomische Gänge zu fahren, stetig arbeiten wir uns der magischen Marke von 4500 m.ü.M. entgegen. Die farbigen Gebetsfahnen erscheinen uns wie Wünsche für das eigene Erreichen des Ziels, in weiser Vorahnung von unbekanntem Wegbereitem platziert. Glückliche und stolz posieren wir neben der Stupa auf dem Passübergang fürs Fotoalbum und lassen unsere besten Wünsche für nachkommende Reisende zurück. Die lange Abfahrt ins Tal macht Adrenalin frei und zwingt uns zu voller Konzentration.
Übernachtung im Camp, (F, M, A)
- 13. Tag Willkommen im Lahaul-Tal (Bike 32 km, 3 h)**
Das Lahaul-Tal begrüßt uns mit saftig grünen Wiesen. Das Dorf Chatru liegt malerisch am Chandra-Fluss und bietet einen erholsamen Rahmen für unser Camp. Das Panorama der umliegenden Berge lässt uns immer noch nicht kalt. Der Abwechslungsreichtum dieser einzigartigen Landschaft macht uns sprachlos.
Übernachtung im Camp, (F, M, A)

14. Tag Der Rothang La Pass als letzte Hürde (Bike 87 km, 7 h)

Der Chandra-Fluss fliesst durchs Lahaul-Tal, meist geradlinig, dann und wann wird er von tiefen Felsarmen gezwungen, einen Umweg zu machen. Wir folgen dem Lauf des Wassers, einmal in rasanter Fahrt abwärts, dann wieder zu einem Kräfte raubenden Umrunden eines Felsvorsprungs gezwungen. Wir hoffen, dass der Regen die Schlammstrasse hoch zum Rothang La Pass auf 3985 m.ü.M nicht allzu sehr ausgewaschen hat. Nach dieser Wetterscheide kommen allmählich wieder Heimatgefühle auf, Manali zeigt sich nämlich in einem vertraut alpinen Kleid.

Übernachtung in gutem Hotel, (F, M, A)

15. Tag Sightseeing in Manali

Manali, das sich am Nordende des Kullu-Tals auf 1950 m.ü.M befindet, ist ein beliebter Höhenkurort bei indischen wie auch westlichen Touristen. Die umliegende Landschaft erinnert uns an die Schweizer Bergwelt. Wir erkunden Manali und besuchen je nach Zeit den Tempel der Göttin Hadimba und die heissen Sulfatquellen von Vaishisht.

Übernachtung in gutem Hotel, (F)

16. Tag Inlandflug nach Delhi (Bus 52 km)

Es ist Zeit zum Abschiednehmen von dieser einmaligen Landschaft, dem mit seinen freundlichen Himalaya-Bewohnern und dem Buddhismus. Im Verlaufe des Tages werden wir zum nächst gelegenen Flughafen von Manali gebracht, der sich im 52 km entfernten Bhuntar befindet. Wir fliegen mit ein bisschen Wehmut aber mit vielen schönen und ergreifenden Erinnerungen an diese einzigartige Biketour in die indische Hauptstadt Delhi.

Übernachtung in gutem Hotel, (F)

17. Tag Sightseeing in Delhi

Wir besuchen die interessantesten Sehenswürdigkeiten in Delhi. (Reserve-tag, falls der Flug am 16. Tag wetterbedingt nicht durchgeführt werden kann.)

Übernachtung im Hotel, (F)

18. Tag Flug von Delhi nach Europa

Nach Mitternacht werden wir zum Flughafen gebracht und ein Nachtflug bringt uns zurück nach Zürich. Wir kommen am frühen Nachmittag des selben Tages im Flughafen Zürich an.

(Flugzeiten siehe Flugplan)

NEU Kombinationstour Bike-Pionierreise Spiti & Lahaul mit der Bike-Expedition von Manali nach Leh (HIM-1/10).

Der Reisepreis für die kombinierte 29-tägige Reise beträgt

CHF 8880.– / € 5920.–

REISEINFOS

- Konditions-Level:** 3
- Fahrtechnik-Level:** 2 – 3
- Strecke:** **Total ca. 700 Kilometer mit ca. 11'000 Höhenmeter in 11 Tages-Etappen.** Etwa 60% der Strecke ist asphaltiert, die restlichen 40% fahren wir auf Schotterstrassen.
- Anforderungen:** Eine Mountainbike-Tour bis auf über 4'500 Meter Höhe erfordert eine gute Kondition und einen guten Gesundheitszustand, sowie eine solide psychische Verfassung. Für die teilweise langen und anstrengenden Bike-Etappen stehen müden Bikern unsere Begleitfahrzeuge zur Verfügung. Bei Bedarf kann jeder Teilnehmer einzelne Etappen oder Teile davon im Fahrzeug zurücklegen. Somit sind die Etappen für jeden, der eine gute Grundkondition hat, sich gut vorbereitet und sich diszipliniert an die Massnahmen zur Höhenanpassung hält, gut zu bewältigen. Das Tempo wird gemütlich sein. Wir veranstalten kein Wettrennen. Wer einmal in einer ähnlich grossen Höhe zu Fuss oder mit dem Bike unterwegs war, der weiss, dass dabei nicht gefragt ist, so schnell wie möglich zu fahren, sondern eher so langsam und damit so ökonomisch wie möglich unterwegs zu sein. Jeder Teilnehmer kann sein Tempo selbst einteilen – es ist genügend Freiraum für Foto-Stopps und sonstige, individuelle Pausen.
- Bike:** Auf diese Reise nimmt jeder Teilnehmer sein eigenes Bike mit. Vor Ort können keine Bikes gemietet werden.
- Teilnehmerzahl:** mind. 10, max. 10 Personen plus Reiseleitung
- Anmeldeschluss:** 8 Wochen vor Reisebeginn (später auf Anfrage)
- Gut zu wissen:** Unsere Reisen werden seit Jahren von einem bewährten lokalen Begeleiterteam (Bikeguide, Fahrer und Küchenmannschaft) unterstützt. Sie stellen unsere Zelt-Camps auf, kochen 2x pro Tag warme Mahlzeiten und kümmern sich mit grossem Einsatz um unser Wohl. Wir müssen uns um nichts kümmern, nur biken und geniessen steht auf unserem Tagesplan.

bike adventure tours

Daten	Preise		EZ-Zuschlag		Reiseleitung
	CHF	€	CHF	€	
SPI-1/10 18. Juli – 4. Aug. 2010	4750.–	3170.–	350.–	235.–	Bea Fischli
SPI-1/11 17. Juli – 3. Aug. 2011	4850.–	3230.–	350.–	235.–	
NEU Kombinationstour Spiti & Lahaul mit HIM-1/10 möglich!					
18. Juli – 15. Aug. 10	8880.–	5920.–	750.–	500.–	
Wir bemühen uns, eine/n ZimmerpartnerIn für Alleinreisende zu finden!					

Im Preis inbegriffen:

- Linienflug Zürich – Delhi – Zürich (andere Flüge auf Anfrage)
- Flughafen-, Sicherheitstaxen & Treibstoffzuschläge (Emirates Airlines CHF 78.–/ € 52.–, Stand Nov. 09)
- Inlandflug Manali – Delhi
- max. 25 kg Freigepäck inkl. Bike mit Verpackung
- Biketransport auf den Flügen (bei Inlandflügen evtl. auf Landweg)
- Bustransfer Delhi – **Shimla**
- 8 Übernachtungen im Hotel oder Guesthouse im Doppelzimmer mit Frühstück
- 8 Übernachtungen im Doppelzelt mit Vollpension (6. bis 14. Tag)
- Begleitfahrzeug und alle Transfers
- alle Eintritte zu Klöstern und Sehenswürdigkeiten, alle im Programm aufgeführten Ausflüge
- BAT-Biketrikot
- erfahrene Begleit- und Küchenmannschaft
- lokale und bike adventure tours-Reiseleitung

Nicht inbegriffen:

- nicht aufgeführten Mahlzeiten und alle Getränke
- Visumgebühren
- Trinkgelder
- oblig. Annullationskosten- und Assistanceversicherung
- evtl. ½ Einzelzimmerzuschlag (siehe AVR B Punkt 3.1)
- evtl. Kleingruppenzuschlag (siehe AVR B Punkt 3.2)

Legende Mahlzeiten: F = Frühstück, M = Mittagessen, A = Abendessen

Visum: Die Visumgebühr für Schweizer beträgt Total CHF 110.65.–, für Österreicher € 50.– und für deutsche Staatsbürger ab € 50.– je nach Bundesland. (Stand Nov. 09).

- Wichtiger Hinweis:** Bei den Inlandflügen von Manali nach Delhi kann es wetterbedingt zu Verspätungen und Annullationen kommen! Deshalb haben wir einen Reservetag (Tag 17) in Delhi eingeplant. Eventuelle Zusatzkosten gehen zu Lasten der TeilnehmerInnen.
- Kombinationstour:** Bike-Pionierreise Spiti & Lahaul kann mit der **Bike-Expedition von Manali nach Leh** (HIM-1/10) kombiniert werden! Mehr Infos finden Sie unter www.bikereisen.ch. Gerne beraten wir Sie auch telefonisch.
Der Reisepreis für die kombinierte, 29-tägige Reise beträgt **CHF 8880.– / € 5920.–**
- Bildergalerie & Buchungsstand:** Zu jeder Reise unter www.bikereisen.ch ersichtlich.

Programmänderungen sind vorbehalten, alle Angaben ohne Gewähr.

Stand, 24.03.2010/do



Beratung & Verkauf

bike adventure tours
Sagistrasse 12
CH-8910 Affoltern am Albis
Tel. +41 (0)44 761 37 65
Fax +41 (0)44 761 98 96
info@bikereisen.ch

Deutschland Vertretung
bike adventure tours Vertretung
Sonja Wolfgramm
Guntramstrasse 29, D-79106 Freiburg
Tel. +49 (0)761 38 44 331
Fax +49 (0)761 38 44 332
info@bike-adventure-tours.de
www.bike-adventure-tours.de