

Tibet & Yunnan

Auf den Spuren des mythischen Shambhala tauchen Sie ein in die faszinierende Welt der Tea Horse Road Expedition

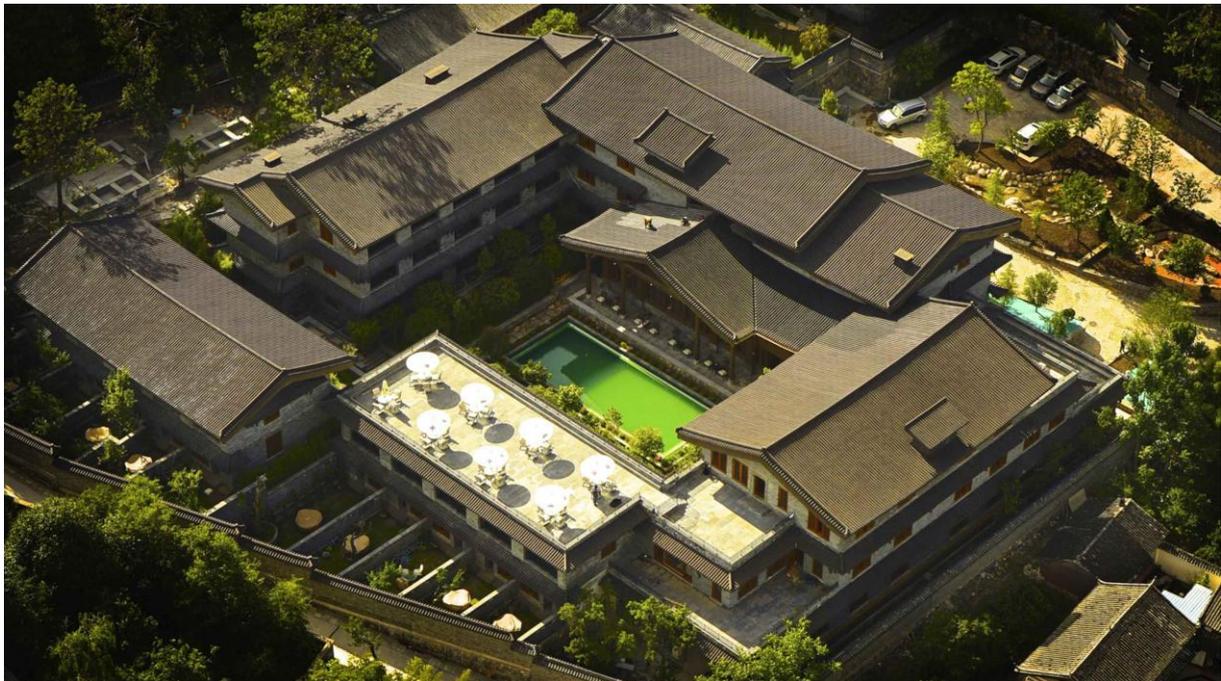
Die Legende besagt, dass in einer anderen Zeit und einem anderen Raum ein Königreich namens Shambhala existiert. Ein ruhiges und friedliches Reich, in dem jeder die Quelle des Glücks kennt, wie Pema Dorjee, Gründer und Vorsitzender von Songtsam, es beschreibt. Diese Expedition verspricht nicht nur eine physische Reise, sondern auch eine spirituelle Entdeckung, die die Seele berührt und den Geist beflügelt.



Diese 16-tägige Expedition entlang der Tea Horse Road bietet nicht nur atemberaubende Landschaften und einzigartige kulturelle Einblicke, sondern auch eine abwechslungsreiche Mischung aus Luxus und Authentizität in den Songtsam Lodges. Jede Unterkunft spiegelt die lokale Architektur und Kultur wider, während moderne Annehmlichkeiten Ihren Komfort gewährleisten. Von den Bergdörfern bis zu den alpinen Seen, von den tibetischen Klöstern bis zu den historischen Stätten von Lhasa bietet diese Reise eine facettenreiche Entdeckung der Schätze dieser Region.

Tag 1 - 2: Lijiang, Songtsam Lodge Lijiang (2.400 m)

Ihre faszinierende Reise durch das Herz von Tibet und China beginnt mit der Ankunft am Flughafen Lijiang Sanyi. Eine kurze, 50-minütige Fahrt bringt Sie zu Ihrem ersten Ziel, der Songtsam Lodge Lijiang. Diese Lodge befindet sich inmitten des kleinen Dorfes Ciman, das von der Naxi-Ethnie bewohnt wird, wo die traditionelle Lebensweise noch immer lebendig ist. Umgeben von Kiefernwäldern und einem idyllischen Birnengarten erwartet Sie diese Lodge mit einer zeitlosen Verbindung von Tradition und Luxus. Hier genießen Sie spektakuläre Ausblicke auf die Altstadt von Lijiang, den majestätischen Jade Dragon Snow Mountain und den malerischen Lashi Lake. Der erste Abend wird mit einem herzlichen Willkommen bei lokalen Snacks und Getränken sowie einem festlichen Willkommensdinner im Hotel eingeleitet.



Die Songtsam Lodge Lijiang, auf einer Höhe von 2.400 Metern gelegen, bietet Ihnen nicht nur Komfort, sondern auch Einblicke in die Kultur der Naxi-Ethnie. Das beeindruckende Design der Lodge spiegelt die Ästhetik eines Naxi-Hofs wider, geschmückt mit exquisiten Hui-Stil Steinskulpturen.

Am zweiten Tag Ihrer Reise besuchen Sie nach einem köstlichen Mittagessen den Wenbi-Berg, wo das Wenfeng-Kloster auf Sie wartet. Dieses Kloster bietet nicht nur spirituelle Erlebnisse, sondern auch eine hervorragende Aussicht auf die Stadt Lijiang und die umliegende Landschaft.



Von den Tälern der Drei Parallelflüsse bis zu den höchsten Berggipfeln ist die Songtsam Yunnan nach Tibet Route speziell für abenteuerlustige Reisende konzipiert. Hier entdecken Sie das lebendige Erbe der Region durch Komfort, Authentizität und einen erleuchteten Entdeckergeist. Die Route erstreckt sich über dramatische Höhen im tibetischen Plateau und umfasst mehrere UNESCO-Welterbestätten, die die kulturelle Vielfalt und die jahrhundertealten Traditionen der hier lebenden Tibeter sowie der 25 ethnischen Minderheiten der Provinz Yunnan widerspiegeln.

Seit Jahrhunderten sind Menschen von der Idee Shambhalas fasziniert, einem mythischen Königreich und buddhistischen reinen Land. Man sagt, dass es den britischen Autor James Hilton zu seinem 1933 veröffentlichten Roman „Der verlorene Horizont“ inspiriert hat, in dem Shambhala als Shangri-La bezeichnet wird – ein paradiesisches Versteck in einem tibetischen Tal.

Übernachtung im Songtsam Lodge Lijiang

Tag 3 - 4: Shangri-La, Songtsam Linka Shangri-La (3.300 m)

Nach einem erholsamen Start in Lijiang führt die Reise weiter nach Shangri-La, einer 2,5-stündigen Fahrt, gespickt mit einem Zwischenstopp an der berühmten Tiger Leaping Gorge. Diese beeindruckende Schlucht, bekannt für ihre dramatische Schönheit, bietet atemberaubende Ausblicke und die Möglichkeit, die natürliche Pracht der Region zu genießen.

Ihre Unterkunft, die Songtsam Linka Shangri-La Lodge, befindet sich eingebettet in friedliche Täler, umgeben von tibetischen Dörfern und Himalaya-Gerstenfeldern. Hier erleben Sie die authentische tibetische Gestaltung der Zimmer, Speiseeinrichtungen und des Spas, die harmonisch mit modernen Annehmlichkeiten kombiniert ist. Die Lodge erstreckt sich über 21 Hektar Hügelland und ist in liebevoll handgebauten Steinstrukturen untergebracht, die von schneebedeckten Bergen umgeben sind.



Am vierten Tag beginnen Sie nach einem Frühstück mit dem Besuch des Songzanlin Monastery, dem größten tibetischen buddhistischen Kloster in der Provinz Yunnan, das manchmal als das „Kleine Potala“ bezeichnet wird. Nach einer Besichtigung des Klosters genießen Sie das Mittagessen in der Lodge und

setzen anschließend Ihre Erkundung fort, indem Sie den Napa Lake besuchen. Dieser Ort ist nicht nur ein ideales Weidegebiet für die Hirten, sondern auch ein Paradies für viele Vogelarten.

Der Tag endet mit einem abendlichen Bummel durch die charmante Altstadt von Shangri-La, wo Sie die Atmosphäre der Region in vollen Zügen genießen können. Sie haben die Möglichkeit, den Guishan Tempel zu besuchen, der für seine riesige Gebetsmühle bekannt ist, bevor Sie ein köstliches Abendessen im Hotel genießen.

Übernachtung im Songtsam Linka Shangri-La

Tag 5 : Meili, Songtsam Lodge Meili (3.600 m)

Die Reise führt Sie entlang des Yangtze River Valley nach Benzilan, wo Sie den atemberaubenden Napa Lake besuchen. Dieser Ort ist sowohl ein ideales Weidegebiet für die Hirten als auch ein Paradies für viele Vogelarten. Nach einem kurzen Halt, um die Schönheit des Sees zu genießen, setzen Sie Ihre Fahrt fort zur Songtsam Benzilan Lodge, wo ein köstliches Mittagessen auf Sie wartet. Diese Lodge bietet nicht nur schmackhafte Speisen, sondern auch eine wunderbare Gelegenheit, die lokale Kultur und die natürliche Schönheit der Umgebung zu erleben.

Nach dem Mittagessen geht die Reise weiter nach Meili, wobei Sie am Dongzhulin Monastery und der Moon Bay of the Jinsha River Halt machen. Das Dongzhulin Monastery, das malerisch über dem schönen Jinsha River thronet, ist zwar nicht sehr bekannt, hat sich jedoch unter den Einheimischen einen Namen gemacht. Die Moon Bay des Jinsha River, eine natürliche Kurve, die durch die Gebirgsketten im Süden entstanden ist, bietet eine beeindruckende Aussicht und ist ein faszinierendes Naturschauspiel.

Nach einem unvergesslichen Tag checken Sie in der Songtsam Lodge Meili ein, die in einem unberührten Dorf gelegen ist, fernab des Massentourismus, und einen atemberaubenden Blick auf die majestätische Meili-Bergkette bietet. In der Lodge erwarten Sie gemütliche Zimmer, ausgestattet mit großen, komfortablen Betten, Sofas und Holzfußböden, die eine warme Atmosphäre schaffen und rustikalen Charme mit modernem Komfort verbinden. Die meisten Zimmer

verfügen über einen behaglichen Kamin und einen atemberaubenden Blick auf den Meili Schneeberg.



Der Abend wird mit Willkommensgetränken und Snacks sowie einem köstlichen Abendessen in der Lodge abgerundet. Dies schafft nicht nur eine einladende Stimmung, sondern bietet auch die perfekte Gelegenheit, den Tag bei guter Gesellschaft und köstlichem Essen ausklingen zu lassen.

Übernachtung im Songtsam Lodge Meili

Tag 6 – 7 : Rumei, Songtsam Lodge Rumei (2.600 m)

Das Erlebnis setzt sich fort, wenn Sie durch schneebedeckte Berge fahren und das Mekong River Valley betreten, wobei Sie offiziell nach Tibet gelangen. Diese atemberaubende Fahrt (ca. 2 Stunden) bietet Ihnen die Gelegenheit, den goldenen Sonnenaufgang über dem Mt. Kawagebo zu erleben (wetterabhängig). Auf dem Weg zu Ihrem Ziel haben Sie die Möglichkeit, die beeindruckenden 1000 Jahre alten Salzfelder am Lancang River zu besichtigen. Hier erfahren Sie mehr über die Geschichte und den Prozess der traditionellen Salzproduktion. Nach diesem faszinierenden Besuch genießen Sie zum Mittagessen die berühmten

Jiajia Nudeln, eine lokale Spezialität, bevor Sie am Hongla- und Lawu-Berg vorbeifahren (ca. 3,5 Stunden).

Ihr Ziel ist die Songtsam Lodge Rumei, die in einem malerischen Tal am Lancang River liegt und einen beeindruckenden Blick auf den natürlichen Fluss und die grünen Terrassen bietet. Die Lodge befindet sich in einem Tal neben dem Dorf Zhuka im Norden und weitläufigen landwirtschaftlichen Flächen im Süden. Die Zimmer der Lodge blicken alle auf den Lancang River und garantieren atemberaubende Ausblicke auf den natürlichen Fluss und die umliegenden grünen Terrassen. Die leuchtenden Farben der Lodge, einschließlich Grün, Gelb, Weiß und Pfauenblau, spiegeln die Farben des Himmels und der umgebenden schneebedeckten Berge wider.



Nach Ihrer Ankunft in der Lodge können Sie sich bei Willkommensgetränken und lokalen Snacks entspannen und den Tag bei einem köstlichen Abendessen inmitten dieser atemberaubenden Landschaft ausklingen lassen.

Am nächsten Tag, nach dem Frühstück, besuchen Sie eine lokale Ranch in einem Nomadendorf auf der Maiba Weide (ca. 1 Stunde Fahrt), um mehr über das Leben der traditionellen tibetischen Hirten zu erfahren. Diese exklusive Erfahrung ist nur für Gäste der Songtsam Lodge reserviert. Hier haben Sie die Gelegenheit, Hunderte von Yaks und Schafen auf der Weide zu sehen und möglicherweise auch tibetische Füchse und andere Wildtiere zu entdecken.



Genießen Sie eine Tasse Yak-Buttertee und ein Picknick-Mittagessen (verfügbar im Sommer), während Sie die schöne Umgebung bewundern. Probieren Sie einige lokale Gerichte und trinken Sie frische Yak-Milch, während Sie mit den Hirten über ihre Liebe zur Natur und ihren nomadischen Lebensstil ins Gespräch kommen.

Übernachtung im Songtsam Lodge Rumei

Tag 8 – 9 : Laigu, Songtsam Lodge Laigu (4.200 m)

Nach einem ausgiebigen Frühstück geht es weiter nach Rawu, wo Sie die Möglichkeit haben, mit den Hirten bei einem Picknick-Mittagessen ins Gespräch zu kommen und mehr über ihren Lebensstil und ihre Traditionen zu erfahren.

Die Fahrt nach Rawu ist eine beeindruckende Reise, die insgesamt 9 bis 10 Stunden in Anspruch nimmt. Auf dem Weg erreichen Sie den höchsten Punkt der Reise am Dongda Mountain Pass (5.130 m, ca. 2 Stunden Fahrt), wo

atemberaubende Ausblicke auf die schneebedeckten Gipfel auf Sie warten. Ein Zwischenstopp auf der Bangda Grassland bietet sich für ein Picknick-Mittagessen an, bevor es am Nachmittag entlang der kurvenreichen “Nu Jiang 72 Turns” weitergeht (ca. 2 Stunden Fahrt).

Nachdem Sie den Anjiula Mountain Pass (4.400 m) überquert haben, kommen Sie rechtzeitig zur Songtsam Lodge Laigu, wo Sie den spektakulären Sonnenuntergang auf der Terrasse genießen können (ca. 2,5 Stunden Fahrt).



Nach der Rückkehr zur Lodge, die sich auf einer Klippe mit Blick auf Gletscher und umgeben von schneebedeckten Bergen und Seen befindet, können Sie sich entspannen. Die hochgelegene Unterkunft nutzt modernste Sauerstoffkonzentrator-Technologie, um eine 24-Stunden-geschlossene Sauerstoffversorgung zu gewährleisten. Die Fußbodenheizung stammt aus Dänemark und die bodentiefen, dreifach verglasten Fenster bieten Wärme und UV-Schutz, während sie gleichzeitig einen atemberaubenden Blick auf den Rawu-See ermöglichen.



Genießen Sie am Nachmittag eine Tasse Tee und freuen Sie sich auf ein Abendessen in dieser besonderen Umgebung, die den perfekten Rahmen für Ihre Erlebnisse bietet.

Am nächsten Morgen haben Sie die Gelegenheit, den majestätischen Sonnenaufgang auf der Terrasse der Lodge zu erleben (wetterabhängig). Nach dem Frühstück geht es weiter zum Duosong Tso, einem heiligen und geheimen See ohne Touristen, wo Sie die unberührte Natur mit Wäldern, blauen Gewässern und schneebedeckten Bergen bewundern können.

Nach dem Mittagessen in der Lodge steht Ihnen der Nachmittag zur freien Verfügung, um sich zu entspannen und nachmittäglichen Tee zu genießen oder, falls Sie sich aktiv fühlen, die alte blaue Laigu-Gletscher zu Fuß zu besuchen (ca. 30 Minuten Fahrt). Am Abend erwartet Sie ein köstliches Abendessen im Hotel.

Übernachtung im Songtsam Lodge Laigu

Tag 10 – 11 : Bome, Songtsam Lodge Bome (2.700 m)

Die Reise führt Sie zunächst zum spiegelglatten Rawu Lake, der von schneebedeckten Bergen umgeben ist und bekannt für sein ruhiges und farbenfrohes Wasser ist. Je nach Jahreszeit variiert die Farbe des Sees zwischen Dunkelblau und Türkis. Nach einem herzhaften Frühstück fahren Sie entlang des Palong Tsangpo River durch dichte Wälder nach Bome (ca. 3 Stunden Fahrt).



In der Songtsam Lodge Bome erwarten Sie nicht nur erstklassige Unterkünfte, sondern auch eine atemberaubende Aussicht auf die unberührte Natur dieser paradiesischen Region. Bome, bekannt als die „Schweizer Alpen Tibets“, liegt in der Nachbarschaft zwischen dem Himalaya und dem Nyenchen Tanglha-Gebirgen im Osten Tibets, wo das Wetter im Winter mild und im Sommer kühl ist. Die Gegend bietet primäre Wälder, schneebedeckte Bergketten, beeindruckende Flüsse, heilige Seen und prächtige Gletscher.



Nach dem Einchecken in die Lodge genießen Sie ein Mittagessen, bevor Sie am Nachmittag den weitläufigen Guxiang Lake erkunden, der sich im Guxiang-Dorf westlich von Bomi befindet. Der Guxiang Lake gehört zu den bekanntesten Süßwasserseen im Südosten Tibets. Aufgrund des milden Klimas und der niedrigen Höhe sind die Kiefern- und Zedernbäume an den Ufern des Sees das ganze Jahr über immergrün.

Höhepunkte der nächsten Tage sind der Besuch des Zhuxi Glacier und des 400 Jahre alten Pulong Temple, die beide in einer Region liegen, die über 300 Arten von Fauna und Flora beherbergt, darunter Fichten- und Tannenbäume. Der Pulong Temple befindet sich am Fuß des Gletschers auf der Nordseite des Berges. Egal zu welcher Jahreszeit Sie besuchen, dieser malerische Ort zeigt stets seine atemberaubende Schönheit.

Nach dem Mittagessen in der Lodge können Sie am Nachmittag einen entspannten Spaziergang zum Spruce Forest unternehmen (ca. 1,5 Stunden), wo Sie die Ruhe und majestätische Schönheit der Natur hautnah erleben können. Den Tag lassen Sie bei einem köstlichen Abendessen in der Lodge ausklingen.

Übernachtung im Songtsam Lodge Bome

Tag 12: BasongTso, Songtsam Linka BasongTso (3.400m)

Nach dem Frühstück brechen Sie in Richtung Lulang auf und überqueren dabei die beeindruckende Tongmai-Brücke – ein Meisterwerk moderner Ingenieurskunst, das spektakuläre Ausblicke auf tiefe Schluchten und reißende Flüsse ermöglicht.

Am Nachmittag, nach dem Mittagessen, unternehmen Sie eine Wanderung in das idyllische Zhaxigang-Dorf, das malerisch am Fuße des majestätischen Jialabailei-Gipfels liegt (Fahrzeit ca. 2,5 Stunden). Das abgelegene Dorf bietet tiefe Einblicke in das traditionelle Leben der lokalen Bevölkerung und besticht durch seine friedvolle Lage, umgeben von unberührter Natur und atemberaubenden Bergpanoramen.

Nach einer landschaftlich reizvollen Fahrt (ca. 3,5 Stunden) checken Sie in die Songtsam Linka BasongTso Lodge ein.



Diese Lodge liegt direkt am Basumtso-See, einem alpinen Gewässer, das von majestätischen Bergen umgeben ist. Das klare Wasser, die schneebedeckten Gipfel, das nahegelegene Kloster und die charmanten Dörfer machen diesen Ort zu einem wahren Paradies.



Übernachtung im Songtsam Linka BasongTso

Tag 13 – 15 : Lhasa, Songtsam Linka Lhasa (3.700m)

Die letzte Etappe führt nach Lhasa, der Hauptstadt Tibets. Hier erwartet Sie die Songtsam Linka Lhasa Lodge am Rande eines alten Parks, die spektakuläre Ausblicke auf den nahegelegenen Potala-Palast bietet, der nur 5 Kilometer entfernt ist. Diese Lodge vereint moderne und traditionelle tibetische Ästhetik. Von den kalkweißen Wänden des Hotels bis zu den indigofarbenen geschnitzten Fenstern und der fischflossenförmigen Fassade spiegeln alle architektonischen Details den großen Respekt vor traditionellen Kunsthandwerkern, der tibetischen Kultur und der alten Weisheit wider. Alle Zimmer bieten eine einzigartige Kombination aus moderner und traditioneller tibetischer Ästhetik, die elegant mit Holzböden, tibetischen Teppichen und handgefertigtem Kupfergeschirr

dekoriert sind. Jedes Zimmer ist zudem mit Sauerstoffkonzentratoren ausgestattet, um die Auswirkungen der Höhenkrankheit zu mildern und einen erholsamen Schlaf zu gewährleisten.



Am 13. Tag besuchen Sie nach dem Frühstück den Basong Tso-Heilsee und das Tsozong Gongba-Kloster, das sich auf der Tashi-Insel inmitten des Sees befindet. Basong Tso ist ein heiliger, türkisfarbener Alpensee, der zur Nyingma-Schule des tibetischen Buddhismus gehört. Nach dem Mittagessen im Hotel setzen Sie Ihre Fahrt über die G318 nach Lhasa fort (4 Stunden) und checken in der Songtsam Linka Lhasa ein, wo Sie mit Willkommensgetränken und lokalen Snacks empfangen werden.

Am 14. Tag erkunden Sie am Morgen den majestätischen Potala-Palast, das ikonische Herz des tibetischen Buddhismus. Nach dem Mittagessen im Hotel besuchen Sie den Jokhang-Tempel, das spirituelle Zentrum Tibets, und schlendern anschließend über die Barkhor-Straße, um das pulsierende Treiben der Pilger zu erleben. Der Tag endet mit einem festlichen Abschiedsessen im Hotel.

Am 15. Tag besichtigen Sie das größte Kloster Tibets, das Drepung-Kloster, gefolgt von einem Besuch des Sera-Klosters, wo Sie die berühmlichen tibetischen Mönchsdebatten (15:00 - 17:00, Montag bis Samstag) erleben können. Abgerundet wird der Tag mit einem Besuch des Norbulingka, dem Sommerpalast von Lhasa, und einem weiteren Abendessen im Hotel.



Übernachtung im Songtsam Linka Lhasa

Tag 16: Flughafen / Heimreise

Heute erfolgt der Transfer zum Flughafen Lhasa Gonggar für Ihre Heimreise. Diese 16-tägige Tea Horse Road Expedition wird Ihnen unvergessliche Erinnerungen an die Schönheit und Kultur dieser faszinierenden Region beschere. Genießen Sie einen letzten Blick auf die beeindruckenden Landschaften, bevor Sie sich auf den Weg zum Flughafen machen. Der Transfer zum Flughafen Lhasa Gonggar ist für Sie organisiert, um sicherzustellen, dass Ihr Rückflug reibungslos verläuft. Die Magie des Himalaya, die geheimnisvollen Klöster und die herzliche Gastfreundschaft dieser Region werden in Ihren Erinnerungen weiterleben.

ENDE DER REISE