

ASIEN ⇨ LADAKH

## Ladakh - Das versteckte Zanskar

---

<b>Tourencharakter</b> 	<b>Reisedauer</b>	22 Tage	<b>Gruppe</b>	4-14 Teilnehmer
Wanderreise  , Wanderreise 	<b>Davon Wandertage</b>	14 Tage		

- Klöster Phuktal, Alchi, Lamayuru und Thiksey
- Wanderungen im westlichen Himalaya
- Jeepfahrt durch die Täler Suru und Padum
- Hochgebirgssee Sapi auf 4.600 m
- Dörfer Lingshed, Karsha und Pipcha
- Blick auf K2, Muztagh Tower und Karakorum

Viele Mythen ranken sich um das ehemalige Königreich Zanskar im westlichen Teil des Himalaya-Massivs. Wir wandern durch dünn besiedelte Landschaften und Dörfer, in denen die Zivilisation ein ferner Traum ist. Die reiche buddhistische Kultur und das traditionelle Leben im ehemaligen Königreich werden uns beim Besuch der verschiedenen Klöster besonders bewusst.

### Zanskar: Zwischen Bergriesen und tief verwurzelter Kultur

Die gewaltig großen Riesen des Himalaya-Gebirges bauen sich in unserem Blickfeld auf. K2, Mustagh Tower und Broad Peak erblicken wir bei passendem Wetter ehrfürchtig, wenn wir zuvor an Felsen und Gebirgsbächen vorbei zu den ruhigen Gewässern des Hochgebirgssee Sapis gewandert sind. Wir sind in Zanskar, einer Region in Ladakh, die einst selbst ein buddhistisches Königreich war und für lange Zeit von jeglicher Außenwelt abgeschnitten war. Heutzutage begeistert die Region mit wunderbar wanderbaren Wanderpfaden, auf denen wir ihre Ursprünglichkeit entdecken.

Es geht durch Schluchten hindurch, an Flüssen entlang und über Weiler hinweg. Kleine, traditionelle Dörfer

liegen auf unserem Weg. Mune besteht aus nur knapp 20 Haushalten. Zanskar, das ist nicht nur beeindruckende Natur, sondern auch ganz viel Kultur. Hier sind sich Buddhismus und Islam ganz nahe. Beide Religionen prägen verschiedene Teile der Region. Wir besuchen auf unseren Wanderungen einige Klöster, wie das Karcha-Kloster, das als das größte in Zanskar gilt. Am beeindruckendsten ist aber das Kloster Phuktal, das sich auf über 3.500 Metern Höhe inmitten der schroffen Felsen befindet und über lange Zeit eine wichtige Pilgerstätte für buddhistische Gelehrte gewesen sein soll.

## Wiege des Weltweitwanderns

Wir sind umgeben von Hügel, Gersten- und Senffeldern, erblicken ein Kloster. All das im kleinen Bergdorf Lingshed. Kaum zu glauben, dass wir hier inmitten der Wiege von Weltweitwandern stehen. 1993 kam Weltweitwandern-Gründer Christian Hlade in das Dorf und beschloss, vor Ort etwas zu verändern. Er schrieb seine Diplomarbeit zur Beendigung seines Architekturstudiums über den Bau einer Solarschule in Lingshed. Das Projekt wurde Realität und, um dieses zu finanzieren wurde Weltweitwandern gegründet. Wir statten der Solarschule einen Besuch ab und sind dabei dem Dorf und seinen Menschen ganz nahe. Heute gibt es auch den Verein „[Friends of Lingshed](#)“, der das Dorf und seine Bewohner:innen unterstützt.

## Unsere langjährigen Partner: Das Ladakh-Team

Seit vielen Jahren arbeiten wir eng mit unserem Ladakh-Team, bestehend aus Issi und Sasi, zusammen. Gemeinsam konzipieren wir unsere Ladakh-Reisen mit viel Liebe zum Detail. Issi ist ein langjähriger Freund von Christian Hlade, dem Gründer von Weltweitwandern, der Ladakh bereits seit 1983 bereist. Issi und Sasi sind unsere zuverlässigen Partner und erfahrenen Local Guides in Ladakh. Unsere Reisen werden in kleinen Gruppen, nachhaltig, nah am Gastland und sehr persönlich durchgeführt.

## Linktipp

Hier geht es zu WWW-Gründer Christian Hlades Reisebericht [Ladakh: Reisen, Wandern und Trekking im Himalaya](#)

## Termine, Preise & Buchung

VON	BIS	PLÄTZE	EZZ	PREIS
01. August 2025	22. August 2025	+	650 €	4.390 €
erste Buchungen sind eingegangen!				
17. Juli 2026	07. August 2026	+	650 €	4.390 €

07. August 2026

28. August 2026



650 €

4.390 €

- ⓘ Diese Reise ist vorangekündigt.
- ⊕ Diese Reise ist noch buchbar.
- ✓ Die Durchführung der Reise ist gesichert.
- ⚠ Bei dieser Reise sind nur noch wenige Plätze frei.
- ⊗ Diese Reise ist ausgebucht/geschlossen.

Diese Reise ist auch buchbar unter:  
[weltweitwandern.at/ixg05](https://weltweitwandern.at/ixg05)

EZZ Einzelzimmerzuschlag

## Geplantes Programm

Mahlzeiten: F = Frühstück / M = Mittagessen/Lunchpaket / A = Abendessen

### 1. Tag: Auf nach Klein-Tibet

Heute fliegen wir zunächst in Richtung Delhi, der Hauptstadt von Indien und erreichen diese im Laufe der Nacht.

### 2. Tag: Flug über den Himalaya & Ruhetag

Nachdem wir alle Einreise- und Zollformalitäten abgeschlossen haben und im Besitz unseres Gepäcks sind, verlassen wir im Dunkeln den Indira Gandhi Flughafen. Am Ausgang werden wir von einem Mitarbeiter aus dem örtlichen Team mit einem Weltweitwandern-Schild begrüßt und spazieren gemeinsam wenige Minuten zum Termin für den Weiterflug nach Leh. Der Zutritt ist nur Personen mit einem Flugticket nach Leh gestattet, das wir vom Mitarbeiter erhalten. Selbstständig betreten wir die Eingangshalle, geben unser Gepäck für den Weiterflug ab, gehen durch die Sicherheitskontrolle und zum Gate für den Abflug. Das Flughafenpersonal können wir bei Fragen oder Unklarheiten gerne ansprechen.

In den frühen Morgenstunden fliegen wir in das gebirgige und trockene Ladakh, das ganz im Kontrast zur feucht-heißen Großstadt Delhi steht. Vom Flugzeug aus haben wir mit ein wenig Glück einen grandiosen Blick auf die gewaltigen Dimensionen des Himalayas. Ähnlich spektakulär ist die Landung in Leh, da die Hauptstadt des ehemaligen Königreichs umringt von hohen Bergen ist. In Leh angekommen, werden wir am Flughafen erwartet und direkt zur Unterkunft gebracht. Dort heißt es entspannen und ausruhen, aufgrund der langen Anreisen und der Höhe von rund 3.500 m. Wer sich an den ersten Tagen der Reise bewusst zurücknimmt, wird mit einer schnelleren Akklimatisierung belohnt, womit die Reise bestens genossen werden kann.

Natürlich kann bereits vorab nach Leh gereist werden, wir haben noch mehr Zeit um den Körper an die Höhe zu gewöhnen und können die multikulturelle Stadt bereits selbstständig etwas erkunden. Auf Anfrage erhalten Sie gerne ein individuelles Angebot.

**Flugdauer: ca. 1,5 Std.****Fahrtzeit: ca. 20 min (ca. 3 km)****Übernachtung: Hotel oder Gästehaus, in Leh auf ca. 3.500 m**

(F/M/A)

### 3. Tag: Leh - Schmelztiegel der Kulturen

Am heutigen Tag erkunden wir gemeinsam mit unserem Guide die Stadt Leh, den Verwaltungssitz von Ladakh. Wir entdecken das bunte Treiben am Bazar und treffen dabei auf Menschen der unterschiedlichsten Kulturen. Dazwischen tummeln sich hupende Jeeps, streunende Hunde und frei laufende Esel und Kühe - tibetisch-buddhistische Ruhe ist hier fremd. Wir spazieren durch die Altstadt und erfahren Wissenswertes zur Geschichte von Leh. Nach einem gemütlichen Mittagessen und einer kleinen Rast, geht unsere Besichtigungstour weiter zum Kloster Samkhar und den beiden wunderbaren Aussichtspunkten Tsemo und Shanti-Stupa.

**Fahrtzeit: ca. 1 Std.****Spaziergang: ca. 3-4 Std. (ca. +/-250 m)****Übernachtung: Hotel oder Gästehaus, in Leh auf ca. 3.500 m**

(F/-/-)

### 4. Tag: Die Klöster und Dörfer des oberen Indus-Tales

Am heutigen Tag besichtigen wir die faszinierenden buddhistischen Klöster und Dörfer des oberen Indus-Tales: Shey, Thiksey und Hemis. Unser Ausflug startet in Hemis, das als eines der reichsten Klöster Ladakhs gilt. Gründe dafür sind die guten Kontakte zur damaligen Königsdynastie und die wenig exponierte Lage, wodurch das Kloster von Plünderungen verschont blieb. Weiter geht es zum Kloster Thiksey, das architektonisch dem Potala-Palast im tibetischen Lhasa nachempfunden ist und auf einer Hügelkuppe liegt. Es stammt aus dem 15. Jahrhundert, ist heute eines der aktivsten Klöster des Landes und so können junge Mönche bei ihrer Ausbildung beobachtet werden. Den Abschluss bildet das Dorf Shey, in dem sich die ersten Könige Ladakhs ansiedelten und das sogar einst Hauptstadt war. Burgruinen, ein Gebetsraum und ein nicht zu besichtigender Palast zeugen davon.

**Fahrtzeit: ca. 2-3 Std. (ca. 70 km)****Spazierwanderung: ca. 1 Std. (ca. +/-230 m)****Übernachtung: Hotel oder Gästehaus, in Leh auf ca. 3.500 m**

(F/M/-)

### 5. Tag: Kloster von Lamayuru und Fotula-Pass (4.000 m)

Am frühen Morgen verlassen wir Leh und brechen in Richtung Zaskar auf. Zunächst fahren wir zum etwa 150 Kilometer südwestlich gelegenen Dorf Kanji. Auf dem Weg dorthin durchqueren wir die malerischen Dörfer des unteren Ladakh entlang des Indus, bis wir den Kontrollposten in Khalatsi erreichen. Nach der Pass- und Genehmigungskontrolle fahren wir die Langru-Schlucht hinauf zum Fotula-Pass (4.000 m). Dabei kommen wir an der berühmten Mondlandschaft und dem Lamayuru-Kloster vorbei, wo wir eine Mittagspause einlegen. Das alte Kloster ist mit verschiedenen buddhistischen Heiligen verbunden, darunter der Gelehrte und Meditierende Lama Naropa, der im 11. Jahrhundert in der Hauptversammlungshalle meditierte. Innerhalb des Klosters gibt es mehrere Tempel, darunter den Singe-Tempel, der aus der Zeit des Lotsawa Rinchenzangpo stammt. Nach dem Besuch setzen wir unsere Fahrt über den Fotula-Pass fort. Wenn es die Zeit erlaubt, machen wir einen Abstecher nach Lchipskayangchan, bevor wir von der Hauptstraße Leh-Srinagar abbiegen. Schließlich erreichen wir die

faszinierende Schlucht mit ihren hoch aufragenden Granitwänden auf dem Weg nach Kanji.

**Fahrtzeit: ca. 4 Std.**

**Wanderung: ca. 1-2 Std. (ca. 6 km, ca. +500/-100 m)**

**Übernachtung: Zelt mit Betten, bei Kanji auf 3.875 m**

(F/M/A)

## 6. Tag: Dorf Kanji mit Apoltum

Heute unternehmen wir einen Ausflug nach Apoltum, dem Sommerdorf der Dorfbewohnerinnen und -bewohner von Kanji. Das Dorf liegt in einem Tal und beherbergt einen kleinen Tempel aus dem 11. Jahrhundert. Hier wird noch traditionelle Landwirtschaft mit Viehzucht betrieben und es gibt alte Bräuche, die in der Umgebung von Leh immer mehr in Vergessenheit geraten. Nachdem wir uns langsam an die Höhe gewöhnt haben, unternehmen wir eine Wanderung zur Spitze eines Passes, der früher die traditionelle Route zwischen Kanji und Wakha war. Die Landschaft beeindruckt vor allem durch seine farbenfrohen Felsformationen. Neben dem Sommerdorf gibt es im Hauptdorf Kanji einen sehr alten Tempel. Auch einige der renovierten Häuser und Stupas der Dorfbewohner sind einen Besuch wert.

**Wanderung: ca. 4-5 Std. (ca. 8 km, ca. +/-500 m)**

**Übernachtung: Zelt mit Betten, bei Kanji auf 3.875 m**

(F/M/A)

## 7. Tag: Auf nach Serzing

Serzing ist ein Dorf und das Tor zu den berühmten buddhistischen Höhlen von Urgyan Dzong. Auf dem Weg dorthin besuchen wir das versteckte Dorf Yokmal Bodhkharbu, wo wir einen kleinen Tempel besichtigen. Dann wandern wir über einen kleinen Pass auf 4.300 m Höhe mit herrlichem Blick auf die Täler Wakha und Bodhkharbu. Wenn alle gut akklimatisiert sind, können wir bis zu 4 Stunden vom oberen Teil des Dorfes Yokmal wandern oder vom Pass ins obere Wakha-Tal hinuntergehen und die schöne Landschaft genießen. Im Wakha-Tal angekommen, besuchen wir den Rgyal-Tempel, der in die Sandhügel gebaut ist und einen Blick auf das malerische Rgyal-Dorf bietet. Anschließend fahren wir über Mulbekh nach Serzing, wo die 9 Meter hohe Maitrya-Buddha-Statue steht, die aus einer einzigen Felswand gemeißelt wurde. Sie überblickt die alte Karawanenroute unterhalb der heutigen Autobahn. Die Datierung der Statue, die zwischen dem 1. und 6. Jahrhundert nach Christus vermutet wird, bleibt unter Gelehrten umstritten. Was sicher ist, wie die leider zerstörten Buddha-Statuen von Bamiyan in Afghanistan, wurden diese unter der Herrschaft der Kuschana-Dynastie erbaut.

**Fahrtzeit: ca. 2 Std.**

**Wanderung: ca. 4-5 Std. (ca. 7,5 km, +400/-800 m)**

**Übernachtung: Zelt mit Betten, bei Serzing auf 3.500 m**

(F/M/A)

## 8. Tag: Einsiedelei Urgyan Dzong

Urgyan Dzong ist eine Einsiedelei in den Bergen und hat große Bedeutung für den Buddhismus im Himalaya. Pilgerinnen und Pilger kommen von weit her, sogar aus Arunachal Pradesh und Bhutan. Es gibt zwei Wege, um

die Einsiedelei zu erreichen - der kürzeste führt durch eine enge Schlucht, während der längere Weg anspruchsvoller ist und um die Einsiedelei herumführt, bevor wir durch die Schlucht zurück zum Camp gehen. Am Nachmittag besuchen wir die buddhistischen und schai-muslimischen Dörfer rund um Serzing und erhalten einen weiteren Einblick in die reiche Kultur der Region.

**Fahrtzeit: ca. 1 Std.**

**Wanderung: ca. 4-5 Std. (ca. 8 km, ca. +/-600 m)**

**Übernachtung: Zelt mit Betten, bei Serzing auf 3.500 m  
(F/M/A)**

## **9. Tag: Hochgebirgssee Sapi mit Blick auf Bergriesen**

Unsere heutige Wanderung führt uns auf einem sanften Pfad zum Hochgebirgssee Sapi auf 4.600 m. Wir marschieren dazu durch ein Tal mit beeindruckenden Felsen auf der rechten Seite, entlang eines rauschenden Gebirgsbachs und durch Wildblumenwiesen. Schließlich erreichen wir den großen und ruhigen See, der am Fuß mehrerer schneebedeckter Gipfel liegt und von einem Gletscher gespeist wird. Bei guten Sichtverhältnissen genießen wir auf rund 4.600 Höhenmeter den Blick auf den Mustagh Tower, Masherbrum, K2, Broad Peak, Chogolisa, Gasherbrum, Sia Kangri und Salto Kangri in der Karakorum-Kette, Pakistan ist zum Greifen nach. Später steigen wieder ab und werden zurück nach Serzing gebracht.

**Fahrtzeit: ca. 1 Std.**

**Wanderung: ca. 5-6 Std. (ca. 15 km, +/-1.200 m)**

**Übernachtung: Zelt mit Betten, bei Serzing auf 3.500 m  
(F/M/A)**

## **10. Tag: Über Kargil nach Panikhar im Suru-Tal**

Die Fahrt nach Panikhar über Kargil dauert etwa 4 Stunden. Panikhar ist ein charmanter Weiler auf 3.300 m Höhe im Suru-Tal im Distrikt Kargil. Diese Region ist ein außergewöhnlicher Schauplatz im Himalaya, umgeben von schneebedeckten Bergen und kristallklaren Flüssen. Aufgrund der Abgeschlossenheit gibt es nur wenige Touristinnen und Touristen, was die Region besonders unberührt macht.

**Fahrtzeit: ca. 4 Std.**

**Wanderung: ca. 1-2 Std. (ca. 5,5 km, +100/-300 m)**

**Übernachtung: Zelt mit Betten, bei Panikhar auf 3.400 m  
(F/M/A)**

## **11. Tag: Über den Pentsi La (4.493 m) nach Padum**

Padum, die Verwaltungsstadt von Zaskar, wurde erst kürzlich zu einem eigenständigen Distrikt erklärt und liegt etwa 140 km von Parkachik entfernt. Rangdum, Heimat eines der ältesten Klöster Ladakhs und des einzigen buddhistischen Klosters im Suru-Tal, das von den muslimischen Shai dominiert wird, ist von atemberaubender Landschaft umgeben, insbesondere von farbenfrohen und einzigartigen Felsformationen. Im Sommer, von Juli bis August, blühen im Tal viele seltene Wildblumen, darunter Edelweiß, Himalaya-Blaumohn und andere hochalpine Pflanzen. Der Pentsi-La-Pass (4.493 m) trennt das Suru-Tal von den Haupttälern des Zaskar-Gebirges und bietet einen spektakulären Blick auf die umliegenden 6.000er-Gipfel, einschließlich des Drangdrung-

Gletschers.. Nach dem Erreichen des Passes steigen wir in Richtung Padum ab und passieren mehrere kleine Zanskari-Dörfer entlang des Stod-Flusses, der bei Padum und Karcha in den Lungnak-Fluss mündet und so den Zanskar-Fluss bildet, einen der größten Nebenflüsse des Indus.

**Fahrtzeit: ca. 4 Std.**

**Wanderung: ca. 5-6 Std. (ca. 17 km, ca. +1.300/-920 m)**

**Übernachtung: einfaches Gästehaus, bei Padum auf 3.600 m**

(F/M/A)

## **12. Tag: Klöster Dzongkhul und Karcha**

Am Morgen fahren wir zum heiligen Dzongkhul-Kloster, dessen Name wörtlich „Festung“ bedeutet, aber auch als „umgeben von Mauern oder Bergen“ interpretiert werden kann. Dieses Kloster, das auf einer Höhle im malerischen Ating-Tal oberhalb des Stod-Flusses erbaut wurde, ist eine wichtige Pilgerstätte für Buddhistinnen und Buddhisten im Himalaya. Hier haben viele Praktizierende, darunter der berühmte Yogi Mahasiddha Naropa, meditiert. Auf dem Rückweg nach Padum besuchen wir das wunderschöne Sani Gonpa, das eine Stupa namens Kanika Chorten beherbergt. Diese Stupa stammt vermutlich aus der Zeit des Kuschan-Herrschers Kanishka (127 bis 151 nach Christus), der ein großer Förderer des Buddhismus war und das vierte buddhistische Konzil in Kaschmir einberief. Am Nachmittag besuchen Sie das Karcha-Kloster, das größte Kloster in Zanskar. Es liegt auf einem abfallenden Hügel, der zum Dorf Karcha hinunterführt, und bietet einen beeindruckenden Blick über das gesamte Tal.

**Fahrtzeit: ca. 4 Std.**

**Wanderung: ca. 4-5 Std. (ca. 12 km, +/-700 m)**

**Übernachtung: einfaches Gästehaus, bei Padum auf 3.600 m**

(F/M/A)

## **13. Tag: Dörfer Cha, Purne, Mune, Raru, Ichar und Dorzong**

Cha und Purne sind zwei Dörfer, die auf beiden Seiten des Tsarap-Flusses liegen. Dieser Fluss entspringt der tiefen Schlucht hinter dem Höhlenkloster Phuktal und fließt in den Lungnak, der in der Nähe von Padum in den Stod-Fluss mündet und den Zanskar bildet. Unsere Route führt uns zunächst mit dem Jeep von Padum nach Cha, wobei wir an den Dörfern Mune, Raru, Ichar und Dorzong vorbeikommen. Auf dem Weg besuchen wir die Klöster Bardan und Mune und unternehmen eine Wanderung zum Dorf Raru.

**Fahrtzeit: ca. 3 Std.**

**Wanderung: ca. 2-3 Std. (ca. 4,5 km, +700/-400 m)**

**Übernachtung: Zelt mit Betten, bei Cha (4.050 m)**

(F/M/A)

## **14. Tag: Höhepunkt Höhlenkloster Phuktal (3.930 m)**

Wir verlassen unser Zeltlager in Cha und wandern ungefähr zwei Stunden zum beeindruckenden Höhlenkloster Phuktal. Aktuell gibt es noch keinen direkten Zugang dorthin, was den besonderen Charme der Abgeschiedenheit und das Gefühl, in der Vergangenheit angekommen zu sein, unterstützt. Der Name Phuktal leitet sich von „Phuk-thar“ ab, was „Höhle der Befreiung“ bedeutet. Es wird angenommen, dass viele berühmte



buddhistische Gelehrte und Yogis in diesen Höhlen meditiert haben. Das Kloster wurde in der Zeit von Changsem Sherab Zangpo gegründet, einem der Hauptschüler von Gyalwa Tshongkhapa, dem Gründer der Gélugpa-Tradition im 14. Jahrhundert.

**Wanderung:** ca. 4-5 Std. (ca. 12 km, +400/-400 m)

**Übernachtung:** Zelt mit Betten, bei Cha (4.050 m)

(F/M/A)

## 15. Tag: Dörfer und Flüsse des Zanskar-Tals

Nach der Ankunft im Dorf Pipcha auf 3710 m, fast gegenüber dem Bardan-Kloster, wandern wir drei bis vier Stunden entlang des Tsarap- oder Lungnak-Flusses zum malerischen Dorf Shila auf 3.615 m. Shila ist ein ruhiges Dorf mit einigen alten, traditionellen Häusern. In den heißen Sommermonaten zieht ein wunderschöner Wasserfall Besucherinnen und Besucher an, die die erfrischende Brise genießen möchten. Anschließend werden wir in das uns bereits bekannte Padum zurück gebracht.

**Fahrtzeit:** ca. 4 Std.

**Wanderung:** ca. 3-4 Std. (ca. +400/-600 m)

**Übernachtung:** einfaches Gästehaus, in Padum (3.600 m)

(F/M/A)

## 16. Tag: Chochokuri-Pass (3.970 m) und Nonnenkloster Zangla

Von Padum aus folgen wir dem Zanskar-Fluss in die Schlucht und dann wieder hinaus über den Chochokuri La auf 3.970 m zum ersten Dorf der Trans-Singela-Region, Yulchung. Wir steigen weiter in Richtung Singela, bis wir die Kreuzung Lingshed-Singela-Padum erreichen. Von hier nehmen wir die Straße nach Lingshed über den Kyupa La auf 4.470 m und passieren das Dorf Skyumpata Gongma, bis wir schließlich Lingshed erreichen. Unterwegs besuchen wir das Stongde-Kloster und das Zangla-Nonnenkloster.

**Fahrtzeit:** ca. 4 Std.

**Wanderung:** ca. 2-3 Std. (ca. 5 km, +650/-400 m)

**Übernachtung:** Zelt mit Bett, bei Lingshed auf 4.050 m

(F/M/A)

## 17. Tag: Lingshed erkunden

Das Dorf Lingshed erstreckt sich über die Hügel, und die meisten Häuser sind von Gersten-, Senf- und Erbsenfeldern umgeben. Oben im Tal befindet sich ein schönes Kloster, in dem etwa 20 Mönche leben. Das Nonnenkloster, das oberhalb des Dorfkerns liegt, beherbergt rund 13 Nonnen, darunter 4 junge Novizinnen. Der Tag wird genutzt, um das Dorf zu erkunden, mit den Dorfbewohnerinnen und Bewohnern ins Gespräch zu kommen und einen kurzen Besuch der Solarherberge zu machen, die von Weltweitwandern-Gründer Christian Halde initiiert wurde. Im Anschluss verlassen wir das Dorf, das so eng mit Weltweitwandern verbunden ist und fahren über den Pass Singe La auf etwas unter 5.000 m, nach Photoksar.

**Fahrtzeit:** ca. 4 Std.

**Wanderung:** ca. 2-3 Std. (ca. 4 km, +1.200/-900 m)

**Übernachtung:** Zelt mit Bett, bei Photoksar



(F/M/A)

## 18. Tag: Sisirla-Pass (4.809 m) und Kloster Alchi

Am Morgen können wir auch einen kurzen Abstecher ins malerische Dorf Machu machen. Dieses Dorf liegt unterhalb eines riesigen Felshügels am Zusammenfluss der Flüsse Singela und Photoksar und erinnert an eine alte Filmkulisse. Je nach Tagesform besteht zudem die Möglichkeit, eine kurze Wanderung vom Sisirla-Pass (4.809 m) zum Dorf Photoksar zu unternehmen. Im Anschluss fahren wir wieder in Richtung Leh und passieren die Dörfer Hanupata, Phanji La und Wanla, wo wir an einem kleinen, aber schönen mittelalterlichen Tempel Halt machen. Ein weiterer Höhepunkt stellt sicher das Kloster von Alchi aus dem 11. Jahrhundert dar, das oft als Juwel des buddhistischen Himalaya bezeichnet wird. Es gilt als ältestes Kloster von Ladakh und verfügt über äußerst gut erhaltene Wandmalereien.

**Fahrtzeit: ca. 4 Std.****Wanderung: ca. 2-3 Std. (ca. 6km, +600/-1.400 m)****Übernachtung: Hotel oder Gästehaus, in Leh auf ca. 3.500 m**

(F/M/A)

## 19. Tag: Freizeit in Leh

Der heutige Tag steht zur freien Verfügung. Wir können Souvenirs kaufen, in einem Tempel zur inneren Mitte finden oder einfach in der Unterkunft die Seele baumeln lassen. Am Abend findet ein gemeinsames Abschiedsessen statt und wir lassen die letzten Tage in Ladakh gemeinsam Revue passieren.

**Übernachtung: Hotel oder Gästehaus, in Leh auf ca. 3.500 m**

(F/-/A)

## 20. Tag: Flug nach Delhi

Heute fliegen wir wieder zurück in die indische Hauptstadt Delhi und werden am dortigen Flughafen von unserem Transferguide zu unserem Hotel gebracht. Dort können wir uns erstmal entspannen oder von dort aus einen Stadtbummel ins Zentrum unternehmen.

**Flugdauer: ca. 1,5 Std.****Übernachtung: Mittelklassehotel, in Delhi**

(F/-/-)

## 21. Tag: Delhi - Quirliges Treiben und Kulturschätze

Am heutigen Vormittag findet unsere Besichtigung von Highlights von Old und New Delhi statt. Dazu gehört unter anderem das Rote Fort und das Gate of India, aber auch ein Spaziergang durch das enge Gassengewirr von Chandni Chowk. Im Anschluss werden wir zurück in unser Hotel gebracht, wir können uns nochmal frisch machen und werden je nach Abflugzeit am Nachmittag, Abend oder in der Nacht zum Flughafen gebracht und reisen in Richtung Europa.

Sollten die Witterungen am Vortag keinen Inlandsflug von Leh nach Delhi zulassen, erreichen wir die Hauptstadt Indiens ggf. erst heute. In diesem Fall dient der Tag als Puffertag und es findet kein Besichtigungsprogramm in

Delhi statt.

(F/-/-)

## 22. Tag: Zurück in der Heimat

Im Laufe des Tages erreichen wir die Heimat und können sicher noch lange von den Erinnerungen der letzten Tage zerren. Um energiegeladen in den Alltag zu starten sind Ruhetage nach der Heimreise empfehlenswert.

Optional besteht die Möglichkeit von Verlängerungstagen in Delhi, beispielsweise kann das Taj Mahal besichtigt werden - gerne kann auf Anfrage ein Angebot weitergeleitet werden.

## Enthaltene Leistungen

- Internationaler Linienflug ab/bis Wien nach Delhi, mit Umstieg, Airline: Etihad Airways, Qatar Airways, Turkish Airlines oder ähnlich, Economy Class, inkl. 23 kg Freigepäck. Weitere Abflughäfen auf Anfrage und ggf. gegen Gebühr.
- Inlandsflug ab/bis Delhi nach Leh, Airline: Spicejet, IndiGo oder ähnlich, Economy Class, inkl. 15 kg Freigepäck und 7 kg Handgepäck
- örtlicher, deutsch- oder englischsprachiger Guide
- 19x Nächtigung in Hotels (indischer Standard), Gästehäusern oder Zelten mit Bett:
  - Leh: 5x Nächtigung, Mittelklassehotel oder Gästehaus, Basis: Doppelzimmer
  - Kanji: 2x Nächtigung, Zelt mit Bett, Basis: Doppelbelegung
  - Serzing: 3x Nächtigung, Zelt mit Bett, Basis: Doppelbelegung
  - Panikhar: 1x Nächtigung, Zelt mit Bett, Basis: Doppelbelegung
  - Padum: 3x Nächtigung, einfaches Gästehaus, Basis: Doppelzimmer
  - Cha: 2x Nächtigung, Zelt mit Bett, Basis: Doppelbelegung
  - Lingshed: 1x Nächtigung, Zelt mit Bett, Basis: Doppelbelegung
  - Photoksar: 1x Nächtigung, Zelt mit Bett, Basis: Doppelbelegung
  - Delhi: 1x Nächtigung, Mittelklassehotel, Basis: Doppelzimmer
  - Verpflegung: 20x Frühstück, 16x Mittagessen (teils auch als Picknick oder Lunchbox möglich), 16x Abendessen
- Campingcrew (Küchenteam, Assistenz) und die Campingausrüstung (Zelte, Bett, Küchenzelt, Sanitärzelt, Besteck usw.)
- Gepäcktransport mittels Jeep
- Transfers vor Ort in Jeeps oder Kleinbussen, lt. Tagesablauf
- alle Touren, Wanderungen und Aktivitäten, lt. Tagesablauf
- Eintrittsgelder, lt. Tagesablauf

## Nicht enthaltene Leistungen

- **Indienvisum:** Kosten für das Visum umgerechnet ca. EUR 25,- pro Person für die Dauer der Gruppenreise. Änderungen durch die indische Regierung jederzeit möglich. Bitte beantragen Sie Ihr Visum erst, nachdem die Reise gesichert ist.
- **Zusatznächte:** Wenn Sie Zusatznächte in Leh und/oder Delhi möchten, informieren Sie Weltweitwandern bitte per Mail (julia.mild@weltweitwandern.com) vor Buchung oder spätestens bei der Anmeldung unter dem Feld "Anmerkungen". Wir prüfen die Möglichkeit und senden Ihnen bei Verfügbarkeit gerne ein unverbindliches Angebot zu.
- **Schlafsack:** Dieser ist selbst mitzunehmen. Wir empfehlen eine Komforttemperatur von -15 Grad Celsius. Reserven für kälteempfindliche Gäste sind sinnvoll.
- **nicht im Tagesablauf angeführte Leistungen:** bspw. weitere Mahlzeiten und Besichtigungen
- **sonstige Ausgaben persönlicher Natur:** bspw. Getränke, Souvenirs, Trinkgelder, Reinigungsservice oder Telefongebühren im Hotel
- **Impfungen, Reiseversicherung, Kosten bei Krankheit, Bergrettung, Änderung der Route durch höhere Gewalt**
- **halbes Doppelzimmer:** im Doppelzimmer stehen entweder ein Doppelbett oder Twin Betten zur Verfügung. Hat sich bis zur Abreise keine gleichgeschlechtliche Person ebenfalls für das halbe Doppelzimmer angemeldet oder hat Ihre Gegenbelegung im Doppelzimmer storniert, erhalten Sie automatisch ein Doppelzimmer zur Alleinbenutzung oder ein Einzelzimmer. In diesem Fall wird der gesamte Einzelzimmerzuschlag in Rechnung gestellt.
- **Einzelzimmerzuschlag, lt. Ausweisung unter "Leistungen" und "Zusatzleistungen/Verlängerungen" bzw. lt. Buchungsmaske.** Wenn Sie ein Einzelzimmer buchen, steht Ihnen ein Einzelzelt bzw. ein Doppelzimmer zur Alleinbenutzung oder ein Einzelzimmer für sämtliche Nächte zur Verfügung.

## Reiseinformationen

### Reiseveranstalter Weltweitwandern

Diese Reise wird von Weltweitwandern veranstaltet.

#### Kontakt

Weltweitwandern GmbH  
Gaswerkstraße 99  
8020 Graz

T: +43 3165835040

E: [info@weltweitwandern.com](mailto:info@weltweitwandern.com)

Für Buchung und Durchführung dieser Reise gelten die [AGB der Weltweitwandern GmbH](#).

## Reisebestimmungen

### Einreisebestimmungen:

- **Reisepass:** Ja, muss mindestens sechs Monate nach Ausreise gültig sein. Ein Notpass wird nicht akzeptiert, da das Visum dann ungültig ist.
- **Visum:** Ja, das Touristenvisum muss selbstständig über die Botschaft oder online beantragt werden. Weltweitwandern-Tipp: Online Beantragung.
  - **Botschaft:** Das Touristenvisum ist spätestens 1 Monat vor Abreise und nachdem der Reisetrip gesichert ist, zu beantragen. Der Antrag erfolgt digital über den „International Visa Service“ (BLS). Details finden Sie bei Ihrer zuständigen Botschaft:
    - **Vertretungsbehörde in Österreich:** Botschaft der Republik Indien, Opern Ring 1, 1010 Wien, Telefon: +43 1 505 8666, <https://eovienna.gov.in/>
    - **Vertretungsbehörde in Deutschland:** Botschaft der Republik Indien, Tiergartenstraße 17, 10785 Berlin, Telefon: +49 30 25795-0, <https://www.indianembassyberlin.gov.in/>
    - **Vertretungsbehörde in der Schweiz:** Botschaft der Republik Indien, Kirchenfeldstrasse 28, 3005 Bern, Tel: +31 31 3501130, <https://www.indembassybern.gov.in/>
  - **Online Antrag:** Das Touristenvisum ist frühestens 26 Tage und spätestens 14 Tage vor Einreise nach Indien zu beantragen. Link zum Online Antrag: <https://indianvisaonline.gov.in/evisa/tvoa.html> Sie erhalten eine detaillierte Ausfüllhilfe für das Visum mit den Buchungs- und Reiseunterlagen.
- **Einreisekarte:** Diese ist spätestens in Leh auszufüllen und fragt u.a. nach der ersten Unterkunft und den Kontaktdaten vor Ort. Die notwendigen Informationen finden Sie in den Reiseunterlagen.

### Weitere wichtige Details zum Visum:

- Das Visum wird nicht genehmigt, wenn Sie innerhalb der letzten 60 Tage vor Einreise bereits in Indien waren.
- Das Touristenvisum muss eigenständig beantragt werden, entweder über die Botschaft oder digital. Die Visa-Kosten für den Aufenthalt während der Gruppenreise belaufen sich auf umgerechnet EUR 25,00 (Änderungen durch die indische Regierung jederzeit vorbehalten).
- Hinweis für Personen die in den Bereichen Film, Medien, Journalismus, Militär, Regierung oder ähnlich arbeiten: Bitte kontaktieren Sie Weltweitwandern vor Beantragung, damit wir Sie über die Visabestimmungen informieren können.
- Weltweitwandern übernimmt keine Haftung, wenn Ihnen das Visum aufgrund von fehlenden, falschen oder unvollständigen Eingaben oder Unterlagen verwehrt wird.

### Links zum Nachlesen:

Mit tagesaktuellen Hinweisen und Details zu Themen wie Einreise und Ausreise, Sicherheit und Kriminalität, Zoll, Gesundheit und Impfungen etc.

## Links der österreichischen Behörden:

- Indien: <https://www.bmeia.gv.at/reise-services/reiseinformation/land/indien/>
- Allgemeine Transitbestimmungen: <https://www.bmeia.gv.at/reise-services/laender/>

## Links der deutschen Behörden:

- Indien: <https://www.auswaertiges-amt.de/de/ReiseUndSicherheit/indiensicherheit/205998>
- Allgemeine Transitbestimmungen:  
<https://www.auswaertiges-amt.de/de/ReiseUndSicherheit/reise-und-sicherheitshinweise>

## Links der schweizerischen Behörden:

- Indien: <https://www.eda.admin.ch/eda/de/home/vertretungen-und-reisehinweise/indien/reisehinweise-fuerindien.html>
- Allgemeine Transitbestimmungen: <https://www.eda.admin.ch/eda/de/home.html#>

## Gesundheit

### Impfungen:

- **Pflichtimpfungen:** Es gibt keine Pflichtimpfungen aus Europa kommend
- **Hinweise und Vorschläge durch das Tropeninstitut:**
  - Basisschutzprogramm für Reisende: Hepatitis A/B, Tetanus, Diphtherie
  - Unter bestimmten Voraussetzungen: Typhus (bei mangelhaften hygienischen Verhältnissen), Tollwut (für Trekkingreisen und bei Aufenthalt in ländlichen Gebieten), Masern (für alle Kinder)

### Hinweise des österreichischen Außenministeriums, für Indien:

- Gastroenteritis, Amöben- und Bazillenruhr, Hepatitis, Typhus, vereinzelt Schweinegrippe und Tollwut treten auf. Zuletzt war mit Jahresanfang 2021 der Ausbruch der Vogelgrippe in 10 Bundesstaaten bestätigt worden. Der direkte Kontakt mit Wildtieren sollte in jedem Fall vermieden werden.
- Auf besonders wirksamen Insektenschutz zur Vermeidung von Tropenkrankheiten (v.a. Malaria, Dengue und Chikunguya) sollte unbedingt geachtet werden

### Sonstige Hinweise:

- **Magen- und Darmerkrankungen** können aufgrund von ungewohntem Essen und unreinem Wasser

hervorgerufen werden. Achten Sie auf die Hinweise Ihres Guides und trinken Sie kein Leitungswasser.

- Bitte führen Sie eine **Reiseapotheke** mit, die regelmäßig benötigte Arzneimittel und Medikamente für gängige Reiseerkrankungen beinhaltet. Wenn Sie auf bestimmte Medikamente angewiesen sind, sollten diese in ausreichender Menge mitgeführt und zur Sicherheit die ärztliche Verschreibung in englischer Sprache eingepackt werden. Bei Fragen wenden Sie sich bitte an eine Apotheke oder ärztliches Personal.
- Vergessen Sie nicht rechtzeitig vor Reisebeginn Ihre **Zahnärztin** oder Ihren **Zahnarzt**
- Wir empfehlen, dass Sie sich rechtzeitig vor Reiseantritt ärztlich in Sachen Impfungen, Höhenverträglichkeit und allgemeinen Gesundheitszustand **beraten lassen**. Tropeninstitute und sonstige reisespezifische Einrichtungen können auch sehr hilfreich sein.
- Nützliche **Links** zu den Themen Reiseimpfungen und Infektionskrankheiten auf Reisen, vom österreichischen Gesundheitsministerium:
  - Reiseimpfungen: <https://www.gesundheit.gv.at/leben/gesundheitsvorsorge/impfungen/reise-indikationsimpfungen/reiseimpfungen.html>
  - Infektionskrankheiten auf Reisen: <https://www.gesundheit.gv.at/leben/gesundheitsvorsorge/reisemedizin/infektionskrankheiten.html>

## Klima

Hohe Gebirgszüge schirmen den Monsun vom Süden her ab. So bekommt Ladakh kaum Niederschläge. Lediglich auf den Bergen gibt es im Winter vermehrt Niederschläge, die in der Form von Schnee das Land in Weiß hüllen. Das Klima ist von extremen Temperaturunterschieden geprägt. Im Winter ist es eisig kalt: Temperaturen bis -40°C in Extremlagen. Im Sommer kann es vergleichsweise heiß werden: tagsüber bis zu +40°C. Auch die tageszeitlichen Temperaturschwankungen sind groß. Die günstigste Reisezeit für Ladakh ist Juni bis September. In diesen Monaten sind die Tagestemperaturen angenehm warm bis doch sehr heiß, am Abend und in der Nacht kann es besonders auf über 4.000m jedoch auch recht kühl (um die 0°C) werden.

In Delhi ist der Sommer hingegen sehr schwül und heiß. Der Monsun ist vorherrschend.

## Rund ums liebe Geld

### Währung:

- Indische Rupien (INR)
- Ein- und Ausfuhr der Landeswährung verboten
- Wechsel von Euro: in städtischen Banken und Wechselstuben möglich - Ihr Guide hilft Ihnen; ebenso am Flughafen (ggf. schlechterer Wechselkurs). Bitte achten Sie auf die Mitnahme von Euroscheinen in guter Qualität (keine Einrisse, Kritzeleien etc.) und bevorzugt werden 10-, 20-, 50- oder 100-Scheine akzeptiert.
- Kartenbehebung und -zahlung:
  - Achten Sie darauf, dass Geo-Control deaktiviert ist, außerdem ist mit Gebühren zu rechnen.
  - Westliche Karten werden ggf. nicht bei allen Bankomaten akzeptiert
  - Bankomaten stehen nur in Delhi und Leh sicher zur Verfügung. In Leh ist der Bankomat oft nur am Morgen mit Geld bestückt, ggf. kann nur ein Maximalbetrag von umgerechnet unter EUR

- 30,00 pro Abhebung erhalten werden und bei Stromausfällen ist eine Behebung ausgeschlossen.
- Touristische Geschäfte und Restaurants erlauben durchaus Kartenzahlung
- Barmittel werden immer akzeptiert, Karten ggf. nicht

## Trinkgeld:

Trinkgeld wird als Form der Anerkennung für die zufriedenstellende Arbeit gesehen. Weiterhin ist das Geben von Trinkgeld eine freiwillige Leistung und obliegt Ihnen. Auf Wunsch unserer Gäste geben wir gerne einen Orientierungsrahmen, der zu keinem Zeitpunkt als verbindlich gesehen werden soll. Sie können nach eigenem Ermessen vorgehen. Hier appellieren wir auch immer an die eigene Intuition, so können Sie den Betrag auch je nach Gruppengröße anpassen.

## Ausgaben vor Ort:

Die Ausgaben vor Ort können je nach Reisegast sehr stark variieren. Planen Sie fixe Ausgaben für Speisen und Getränke, die lt. Ablauf nicht inkludiert sind und für das Trinkgeld ein. Bei den Getränken kann es preisliche Unterschiede geben. Manche Gäste trinken ausschließlich Wasser, Softdrinks, alkoholische Getränke oder ähnlich kosten über mehrere Tage gerechnet deutlich mehr. Darüber hinaus können Souvenirs für umgerechnet wenige Euro, aber auch weitaus teurer und wertiger gekauft werden.

## Generelle Hinweise

### Zeitdifferenz:

Mitteleuropäische Sommerzeit +3,5 Stunden, Mitteleuropäische Winterzeit +4,5 Stunden

### Strom:

220 Volt Netzspannung. Steckdosen des Typs C, D und M werden genutzt. Typ C ist zwar mit Europa kompatibel, die Abdeckung liegt aber nicht bei 100%. Ein Reiseadapter kann Abhilfe schaffen. Stromausfälle sind jederzeit möglich. Beim Zelttrekking steht kein Strom zur Verfügung. Eigene Powerbanks und Solarpaneele sind bei fehlendem Strom hilfreich.

## Versicherung

Es besteht kein Sozialversicherungsabkommen mit Ländern Europas. Der Abschluss einer [Reiseversicherung](#) inklusive Stornoschutz wird empfohlen.

## Höhenanpassung über 2.500 Höhenmeter

Bei einem Aufenthalt auf über 2.500 Höhenmetern verringert sich der Luftdruck und damit wird die Sauerstoffaufnahme im Körper reduziert. Ab dann kann sich in seltenen Fällen die akute Höhenkrankheit (AKH) mit ersten Symptomen wie Kopfschmerzen, Müdigkeit und Appetitlosigkeit zeigen. In Folge können Brechreiz, Orientierungslosigkeit, Atemlosigkeit und Husten auftreten. Es gibt kein Medikament gegen die



Höhenkrankheit, allerdings kann die Krankheit vorgebeugt werden bzw. Symptome bekämpft werden - bspw. durch den sofortigen Abstieg.

**Tipps zur Höhenanpassung:**

- Bewegen Sie sich die ersten 24 Stunden, nachdem Sie auf ca. 3.000 Höhenmeter gelangt sind, möglichst wenig und maximal im Zeitlupentempo.
- Reduzieren Sie Ihr Gehtempo ab ca. 3.000 m auf die Hälfte Ihres normalen Tempos, egal ob beim Wandern oder beim Treppensteigen in der Unterkunft. Selbst wenn der Körper Ihnen Kraft signalisiert, das Schneckentempo bewährt sich.
- Machen Sie ausreichend Pausen.
- Vermeiden Sie Stress und Hektik. Machen Sie sich daher auch keine Sorgen, wenn Sie milde Anpassungssymptome haben - leichte Kopfschmerzen, etwas Übelkeit, Atemlosigkeit, sowie Nasenbluten können vorkommen. Wenn diese Symptome nach wenigen Tagen nicht verschwinden, sprechen Sie unbedingt mit Ihrem Guide - oft hilft bereits ein leichter Abstieg.
- Trinken Sie mehr als Ihr Durstgefühl signalisiert. Als Regel gilt: pro 1.000 Höhenmeter sollte mindestens 1 l Flüssigkeit zu sich genommen werden - in Form von Wasser, Tee, Suppen und Säften. Vermeiden Sie in den ersten Tagen Alkohol und grundsätzlich gekühlte Getränke, diese belasten den Körper und erschweren die Akklimatisierung.
- Verzichten Sie bei flauem Magen auf ungeschältes Obst und Gemüse und essen Sie wenig Fleisch. Essen Sie aber auf alle Fälle ausreichend und vor allem Kohlehydrate.
- Achten Sie bitte auf ausreichend warme Kleidung, tragen Sie beispielsweise ein Halstuch gegen die Kälte und wechseln Sie die Kleidung, wenn Sie schwitzen.
- Schlafen Sie genug und richtig. Schlafen mit erhöhtem Oberkörper ist sehr hilfreich, ebenso wie die gute Belüftung des Raums.
- Vermeiden Sie, wenn irgendwie möglich, die Einnahme von Medikamenten. Anpassungssymptome sind normal und Medikamente verschleiern oft weitere Symptome. Aspirin beispielsweise vermindert die Aufnahme von Sauerstoff, Diamox entwässert und so sind beide sogar kontraproduktiv für den Aufenthalt in der Höhe.
- Sonnenschutz ist wichtig - Sonnenbrille, Kopfbedeckung und Sonnencreme

**Abenteuer Zanskar**

Die Region Zanskar, im abgelegenen Hinterland von Ladakh, ist weiterhin für ihre Ursprünglichkeit bekannt. Lange Zeit gab es keine befestigten Straßen dorthin, weshalb äußere Einflüsse selten waren. Inzwischen hat der Straßenbau Fortschritte gemacht, wodurch sich die Infrastruktur für die Einheimischen deutlich verbessert hat. Dennoch gibt es nur wenige Hauptstraßen, und die Straßenverhältnisse sind oft einfach. Vor Ort werden wir mit Jeeps unterwegs sein, die sich optimal für diese Bedingungen eignen.

Aufgrund der eingeschränkten Erreichbarkeit ist der Tourismus in Zanskar vergleichsweise gering, und es gibt nur wenige feste Unterkünfte. Daher übernachten wir teilweise in Zelten mit festen Betten, die einen guten Komfort bieten und von unserem Team in Fahrzeugen transportiert werden. Ein eigener Schlafsack mit einer

Komforttemperatur von -15 °C sollte mitgebracht werden. Die Gästehäuser und Hotels, in denen wir übernachten, sind einfach ausgestattet.

## **Ein offenes Wort**

Gratulation: Sie möchten eine Reise bei Weltweitwandern buchen, das ist schon mal eine wunderbare Entscheidung! ?

Damit Sie wissen was das heißt, hier noch kurz ein paar offene Worte, über unsere Art zu Reisen: Wir bieten Reisen mit berührenden Begegnungen und Einblicke in die Kultur und Landschaft Ihres Reiseland. Qualität und Luxus definieren wir durch kleine Reisegruppen, möglichst landestypische Quartiere und persönliche Betreuung der Gruppe durch örtlich verwurzelte Guides. Ein gewisses Flair und die Lage einer Unterkunft sind uns wichtiger als EU-genormter Komfort und viele Sterne.

Wer Weltweitwandern bucht, lässt sich offen und respektvoll auf eine andere Kultur und das Reiseland ein - das erfordert Eigenverantwortung und beinhaltet auch unsere Bitte an Sie, dass Sie unsere Informationen aufmerksam durchlesen. Denn jedes Mal, wenn wir ein anderes Land besuchen, betreten wir das Zuhause von anderen Menschen, Tieren, und Pflanzen. Aus diesem Grund ist es wichtig, Land & Leuten mit Respekt und Achtsamkeit zu begegnen. Beachten Sie dazu auch die Do's and Dont's, die Sie im letzten Teil dieses Textes finden.

Wenn Sie bereit sind, sich auf das „Neue“ im Schutz einer bestens organisierten Reise einzulassen, dann sagen wir: Herzlich willkommen als Teil unserer Weltweitwandern-Familie!

Wir laden Sie ein, die folgenden Informationen gut durchzulesen und auf Ihrer Reise zu beherzigen:

## **Was ist bei Weltweitwandern Qualität und Luxus?**

Luxus resultiert bei uns aus der kleinen Reisegruppe, den möglichst landestypischen Unterkünften, einem liebevoll ausgearbeiteten Programm mit ausgewählten Details und die persönliche Betreuung der Gruppe durch unsere lokal verwurzelten Guides.

## **Unsere Kriterien bei der Auswahl der Unterkünfte**

Ein gewisses Flair und eine gute Lage einer Unterkunft sind uns wichtiger als EU-genormter Komfort und viele Sterne. Wir vermeiden so gut es geht internationale Hotel-Ketten oder All-Inclusive-Hotels, da diese in vieler Hinsicht oft nicht unserer Reisephilosophie entsprechen. Wir setzen, sofern möglich, auf landestypische, familiäre Unterkünfte. Hier können die Zimmer unterschiedlichste Ausstattungsmerkmale aufweisen (z. B. mit oder ohne Balkon/Terrasse, Badewanne oder Dusche). Die Zimmer können unterschiedlich groß sein und auch verschiedene Ausblicke haben. Manchmal teilen sich zwei Zimmer einen gemeinsamen Eingang.

Aus ökologischen Gründen gibt es nicht in allen Unterkünften eine tägliche Reinigung. Sollte dies dennoch

gewünscht sein, ein Handtuchwechsel oder eine Müllentleerung erforderlich werden, kann das an der Rezeption gemeldet werden.

Ein Beispiel: In unseren Riad-Hotels in Marrakech sind die Zimmer der Gäste unterschiedlich groß, die Fenster gehen traditionell immer auf den Innenhof und die Stiegen sind schmal und verwinkelt. Dafür wohnt man inmitten der zauberhaften Altstadt in Häusern mit Flair und Geschichte und in Gehweite der schönsten Plätze. Wir bemühen uns immer das bestmögliche für unsere Gäste - unseren Auswahlkriterien entsprechend- zu finden: Manchmal gäbe es vor Ort eventuell noch etwas charmantere Quartiere - diese verlangen aber z.B. Mindestaufenthalte von 1 Woche oder gewähren keine längerfristigen Reservierungen.

### **Gruppenreise**

Sie unternehmen mit Weltweitwandern eine Reise in einer Gruppe. Manche Menschen haben hier Bedenken. „Was ist, wenn ich andere Menschen in der Gruppe unsympathisch finde?“, „Wenn die anderen zu alt / zu jung / zu laut / zu langweilig / zu schnell / zu langsam sind?“

Gleich vorab: Menschen, die bei Weltweitwandern eine Wanderreise buchen sind praktisch immer angenehm, interessiert und offen! Die besten Gruppen sind zudem die, in der es eine gute Mischung aus Jung und Alt und verschiedenen Interessen gibt. Die große gemeinsame Lust am Wandern, an der Natur und an anderen Kulturen ist ohnehin ein starker, gemeinsamer Nenner!

Viele Freundschaften sind schon entstanden und auf unseren Reisen geht's eigentlich immer interessant und oft lustig zu! Für ein gutes Gelingen ist aber unbedingt auch ein gewisses Maß an Geduld und persönlicher Rücksichtnahme von jedem Einzelnen und jeder Einzelnen notwendig.

### **Entspannte Grundeinstellung**

Wer durch ein fremdes Land reisen und eine andere Kultur genießen möchte, benötigt dazu eine entspannte Grundeinstellung. Die Uhren gehen vor Ort zudem häufig viel langsamer als in ihrem Heimatland und manchmal geschehen unerwartete Dinge oder Zwischenfälle. Flexibilität, Geduld und vor allem einen Sinn für Humor sind die Hauptsache. Weltweitwandern bereitet jede Reise gründlich vor, trotzdem gibt es immer wieder unvorhergesehene Überraschungen und auch Pannen, die auch wir nicht im Voraus planen können. Es muss auch vor Ort nicht alles genau so „funktionieren“, wie man sich das im Moment vorstellt. Gerade aus den Bahnen des immer Funktionieren-Müssens darf man auf Reisen einmal herauskommen.

### **Offenheit und respektvolles Verhalten**

Von unseren Reisegästen erwarten wir offenes, respektvolles Auftreten, Wertschätzung des Fremden und den Menschen vor Ort und einen behutsamen Umgang mit der örtlichen Natur. Das Reisen zu fremden Kulturen und in entlegene Gebiete beinhaltet immer auch eine große Eigenverantwortung. Bedenken Sie, dass in vielen unseren Reiseländern kein EU Standard herrscht und stellen Sie sich bitte auf einfache Verhältnisse ein.

## **Tourencharaktere**

Das Spektrum der Reisen bei Weltweitwandern reicht von sehr gemütlichen Spaziergang-Wanderreisen bis zu ganz schön herausfordernden Trekkingtouren, eingeteilt und gut gekennzeichnet mit einer Skala von 1 bis 5. Wenn Sie sich hier Ihrer eigenen Kondition unsicher sind, probieren Sie bitte unbedingt vor Ihrer Reisebuchung zum Beispiel bei Tourencharakter 3 gut aus, was es für Sie heißt, einen mit 6 Stunden angegebenen Wanderweg im Gebirge mit inkludierten Anstiegen von bis 1.000 Meter zu begehen! Planen Sie auch persönliche Leistungsreserven ein für z.B. außergewöhnlich heißes, kaltes oder feuchtes Wetter oder weniger fitte Tage. Unsere Touren beinhalten eine Mischung aus Kultur, Natur und Abenteuer. Zwischendurch kann es auch lange und anstrengende Reisetage geben.

## **Vorbereitung**

Unsere Welt wandelt sich ständig, was Urlauber:innen spannende Möglichkeiten und unvergleichliche Erfahrungen verheißt. Es ist allerdings notwendig, sich gründlich auf eine Reise vorzubereiten – zum Beispiel mit einem oder mehreren der zahlreichen Reiseführer, die zu dem Thema erhältlich sind.

In unseren Reiseunterlagen stellen wir Ihnen wichtige Informationen soweit es geht zusammen. Unsere Packlisten können aber immer nur generelle Empfehlungen sein. Ihre eigenen persönlichen Notwendigkeiten sind individuell verschieden. Machen Sie sich daher bitte immer auch selbst Gedanken, was für Sie in der Wander-Reisezeit wichtig sein könnte. Wie gehen Sie mit Regen, Schnee, Sonne, Wind, Sand um? Was ist für Sie während einer Wanderung, während einer Reise wichtig?

## **Wenn Sie etwas stört**

Wenn Sie etwas stört, sagen Sie es bitte sofort! Wenn Sie zum Beispiel das Gefühl haben, Sie hätten schon wieder etwas weniger oder etwas nicht so Gutes bekommen, sagen Sie es bitte gleich ihrem Guide! Ihr Guide, unsere Partner vor Ort, können Ihnen nur dann helfen und etwas verbessern, wenn Sie auftretende Probleme direkt ansprechen. Nach Ihrer Rückkehr sind Problemlösungen – die vor Ort mit geringem Aufwand beseitigt hätte werden können – dann meist nicht mehr möglich.

Offenheit ist uns wichtig, direkte Rückmeldungen helfen uns und unserem Team vor Ort besser zu werden.

## **Hören Sie bitte auf den Guide**

In den Tagen und Wochen Ihrer Reise ist ihr Guide verantwortlich für Sie. Ihr Guide ist ihr Lotse während der Reise und in einer eventuell fremden Kultur. Wenn er/sie es für nötig hält, ist er/sie der Chef/die Chefin. Wenn er sagt, dass Sie etwas auf keinen Fall tun sollten – oder dass Sie rasten sollten, dann hören Sie bitte auf ihn!

Seien Sie ihm/ihr gegenüber auch rücksichtsvoll.

Ihr Guide ist auch nur ein Mensch. Gönnen Sie ihm/ihr bitte auch Ruhepausen. Guide zu sein ist ein unglaublich vielseitiger, aber auch fordernder Beruf.

„Andere Länder, andere Sitten“ heißt es sprichwörtlich und das nehmen wir uns zu Herzen. Wir wollen auf unseren Reisen sensibel mit den lokalen Gegebenheiten umgehen. Unsere Guides sind diesbezüglich Ihre wichtigsten Ansprechpartner:innen. Sie kennen sich mit lokalen Bräuchen & Sitten sehr gut aus und stehen Ihnen für Fragen gerne zur Verfügung.

## **Hier noch ein paar Dos & Don'ts für Ihre Reise:**

### **Fotografieren**

Fotos sind wichtig, um die wunderbaren Erinnerungen einer Reise festzuhalten. Es gilt aber einige Regeln zu beachten:

- Fragen Sie immer um Erlaubnis, bevor Sie Fotos von Menschen machen! Bevor Sie ein Kind fotografieren, holen Sie im besten Fall die Einwilligung der Eltern ein.
- Achtung: In vielen Ländern ist es verboten religiöse Stätten, militärische Einrichtungen oder Flughäfen zu fotografieren.
- Benutzen Sie keinen Blitz beim Fotografieren von Malereien in Tempeln, Höhlen, etc.

### **Bekleidung**

- Kleiden Sie sich entsprechend den örtlichen Gepflogenheiten!  
Zusätzliche Tipps:
- Überall auf der Welt ist es wichtig, sich beim Besuch religiöser Orte moderat zu kleiden. Röcke oder Hosen sollten über die Knie reichen. Schuhe und Hüte müssen vor dem Eintritt manchmal ausgezogen werden.
- Vielerorts wird es nicht akzeptiert, sich oben ohne zu sonnen oder in Badekleidung durch die Stadt zu flanieren.

### **Zum Schutz der Kinder**

Unsere Jüngsten verdienen den größten Schutz. Selbstverständlich achten auch wir auf unseren Reisen darauf.

- Keine Geschenke oder Geld für bettelnde Kinder. Das fördert das Betteln nur noch mehr und verhindert den Schulbesuch. Wenn Sie armen Menschen in einem Land helfen möchten, dann spenden Sie an seriöse Organisationen wie den von uns unterstützten gemeinnützigen Verein „Weltweitwandern Wirkt!“, der in einigen unserer Reiseländer Bildungs- und Sozialprojekte unterstützt. Diese wissen auch genau, was die Kinder am nötigsten brauchen.
- Kinderrechtsverletzungen finden leider in allen Ländern der Welt statt. Helfen Sie, Kinder in Urlaubsländern vor sexueller Ausbeutung zu schützen. Jede:r Reisende kann helfen, Kinder vor sexueller Ausbeutung auf Reisen und im Tourismus zu schützen. Wer etwas Auffälliges beobachtet -

Verdachtsfälle oder Straftaten -, sollte nicht zögern, dies zu melden: [www.nicht-wegsehen.net](http://www.nicht-wegsehen.net).

## Lokalem dem Vorrang geben

- Probieren Sie lokale Köstlichkeiten, kaufen Sie am lokalen Markt und Geschäften ein.
- Wählen Sie lokale Souvenirs als Mitbringsel für zu Hause. Mit lokalen Gewürzen können Sie z.B. den Geschmack des Urlaubs mit nach Hause nehmen.
- **ACHTUNG:** In einigen Touristenorten werden lebende Tiere und Pflanzen oder exotische Souvenirs zum Verkauf angeboten. Diese sind meist illegal und dürfen nicht gekauft bzw. aus dem Land gebracht werden. Aber auch selbst gesammelte Souvenirs wie Korallen, Muscheln, Vogelfedern etc. sollten nicht mitgenommen werden. Weitere Informationen zu illegalen Souvenirs finden Sie unter: [https://www.bmf.gv.at/dam/bmfgvat/services/publikationen/Artenschutz-Folder\\_12020.pdf](https://www.bmf.gv.at/dam/bmfgvat/services/publikationen/Artenschutz-Folder_12020.pdf)

## Auf die Umwelt schauen

Es ist ein großes Geschenk, dass wir mit unseren Wanderreisen die Schönheit der Natur weltweit genießen dürfen. Wir möchten uns so verhalten, dass dies auch so bleibt und behutsam mit der Umwelt umgehen. Unsere Guides sind Expert:innen für die örtliche Flora & Fauna. Wir bitten Sie, sich an ihre Anweisungen zu halten.

- Wir bleiben auf unseren Wanderungen immer auf den ausgewiesenen Wegen, wenn vorhanden.
- Pflücken Sie keine Pflanzen, sie könnten unter Naturschutz stehen.
- Bitte respektieren Sie die natürlichen Verhaltensmuster der Tiere und stören, berühren oder füttern Sie sie nicht.
- Verwenden Sie auf Reisen so wenig Einwegplastik wie möglich und nehmen Sie Müll, den Sie verursacht haben wieder mit, um ihn (in der Unterkunft, im nächsten Mülleimer, ...) ordnungsgemäß zu entsorgen.
- Wiederverwendbare Wasserflaschen (in ausreichender Größe), Jausendosen und Stofftaschen für Einkäufe gehören zur Grundausstattung.
- Energie- und Wasser sparen gehört zum Programm: Nutzen Sie Klimaanlage nur bei Bedarf, schalten Sie Licht & Wasser bei Nichtbenutzung aus, verwenden Sie Ihre Handtücher wieder.

Gemeinsam machen wir Ihre Reise zu einem besonderen Erlebnis!



## Ihr Kontakt

**Julia Mild**

+43 316 58 35 04 - 28

[julia.mild@weltweitwandern.com](mailto:julia.mild@weltweitwandern.com)