

Rondreis Tibet - Majestueuze Bergen en Heilige Meren - 12 dagen - reiscode TR.02



Vertrekdata : tussen 15 april en 15 november
Beste reistijd : tussen 15 april en 15 november
Start- en eindpunt : Lhasa

Reisbeschrijving

Een prachtige rondreis over 'het dak van de wereld'! Na een vierdaags bezoek aan het mystieke Lhasa trek je dwars door Tibet, aan alle kanten omringd door de adembenemende Himalaya's. Je bezoekt tijdens de reis o.a. het Potala-paleis van de Dalai Lama, de Jokhang tempel, Sera-monastery, de voor Tibetanen heilige meren Yamdrok-tso en Nam-tso, het schilderachtige dorpje Sakya, en nog veel meer. Vanuit het afgelegen Rongbuk maak je een trektocht richting het basiskamp van de Mount Everest. De noordkant van de hoogste berg ter wereld torent hier hoog boven je uit, een indrukwekkende ervaring! Je reist door een uniek landschap. Onderweg kom je over vele passen, door authentieke handelsnederzettingen en langs azuurblauwe meren. Je maakt kennis met de Tibetanen en hun bijzondere cultuur.

Dag tot dag beschrijving

Dag 1: Aankomst in Lhasa (3600m)

Bij aankomst word je opgewacht door je Tibetaanse gids die je tijdens je reis door Tibet zal begeleiden. Je wordt naar je hotel in Lhasa gebracht, in de oude Tibetaanse wijk van Lhasa. Nadat je bent ingecheckt kunt je alvast de omgeving gaan verkennen.

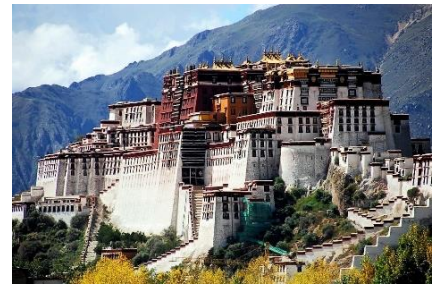
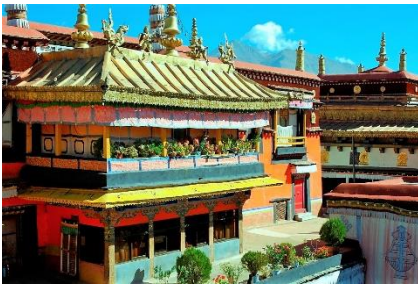
De Tibetaanse wijk van Lhasa is betoverend. Het diepreligieuze leven van de Tibetanen is vol met geuren, kleuren, geluiden en rituelen: jongeren in spijkerbroek die zich al biddend languit over de grond werpen, stoere Khampa-mannen met felgekleurde hoofddoeken en draaiende gebedsmolens, vrouwen met kleurrijke chupa's en ingenieuze kralenvlechten in hun haren, wierook, boterlampjes en jeneverbes-offers, prachtige tempels, monniken in rode gewaden, het geluid van gebeden prevelende pelgrims en de diepe bas van de religieuze hoorns.

Dag 2: Lhasa (3600m)

Een rustig dagje om te wennen aan de hoogte. Of boek onderstaande excursie:

Optioneel 1: Excursie Ganden Monastery

Het Ganden-klooster is samen met het Sera-klooster en het Drepung-klooster één van de drie bekende gelug-kloosters in Tibet. Het klooster is in 1417 opgericht door Tsongkhapa op de top van de berg Wangbur, zo'n 3.800 meter hoog. Het was de eerste van de drie Gelug-kloosters. Het klooster ligt op ongeveer 36 kilometer van Lhasa in een beschermd dal, de Kyi Chu vallei. Binnen in het klooster vindt je de Serdung. Deze bevat de tombe van Tsongkhapa, gemaakt van zilver en goud. Naast deze tombe zijn er nog twee belangrijke bezienswaardigheden in het klooster; de vergaderzaal Tsokchen en de Ngam Cho Khang, een kapel waar Tsongkhapa les heeft gegeven. Vanuit het Ganden-klooster heb je tevens een verbluffend uitzicht over de Kyi Chu vallei. Het klooster werd tot aan de invasie van China bewoond door zo'n 6.000 monniken. Het was daarmee qua bewoners iets kleiner dan het Sera-klooster en het Drepung-klooster. Bespreek het met je gids als je gebruik wilt maken van deze optionele excursie. De prijs hangt af van het aantal deelnemers en kun je ter plaatse voldoen. Richtprijs = 40 USD p.p.



Dag 3: Lhasa (3600m)

Vandaag ontdekt je het beroemde Sera-klooster, Norbulingka en het Drepung-klooster.

Het Sera-klooster staat bekend om haar 'debatterende monniken'. De lessen van de dag worden door de monniken bediscussieerd in de grote tuin van het klooster. Dit gaat gepaard met heftige dialogen, handgeklap en grote gebaren. Heel bijzonder om mee te maken.

Drepung monastery ligt aan de voet van de berg Gambo Utse, 5 kilometer van Lhasa. Het is het belangrijkste klooster van de Gelugpa-stroming binnen het Tibetaans boeddhisme. Met een oppervlakte van 250.000 m² is Drepung het grootste klooster van Tibet, het is qua omvang een dorp op zich. Van veraf zie je grote witte gebouwen en krijg je de indruk dat het klooster uit de berg oprijst, net zoals rijst uit kokend water omhoog borrelt. Vandaar de naam Drepung, wat in het Tibetaans 'een verzameling rijst' betekent. De Tibetaanse pelgrims die langs de boeddhabeelden scharrelen prevelen mantra's en brengen offers van geld en yakboter.

Het Norbulingka paleis was het zomerpaleis van de Dalai Lama. Door de invasie van China in 1950 werden delen van het paleis beschadigd. Dit is gelukkig hersteld. Norbulingka Paleis staat sinds 2001 op de Unesco Werelderfgoedlijst. In het Norbulingka wordt ieder jaar het Sho Dun of 'Yoghurt Festival' gehouden. Heinrich Harrer heeft in Norbulingka de veertiende Dalai Lama, Tenzin Gyato, geholpen met het aanleggen van een kleine bioscoop. Dit is een bekende scène uit de bekende film 'Seven Years in Tibet'.

Dag 4: Lhasa (3600m)

Vandaag breng je lopend een bezoek aan de Jokhang-tempel, de Barkhor-markt en het indrukwekkende Potala-paleis.

Potala. Lhasa wordt gedomineerd door het Potala paleis van de Dalai Lama. Het paleis is hoog tegen een heuvel aangebouwd en is vanuit het oude Tibetaanse centrum goed te zien. In totaal heeft de Potala meer dan duizend kamers. Veel daarvan zijn afgesloten voor bezoekers. Maar een aantal voormalige privévertrekken van de Dalai Lama en enkele prachtige religieuze ruimtes zijn te bezichtigen. De sfeer in de Potala is mysterieus en spiritueel. Toch zul je ook de andere kant ervan zien: de Chinese vlag die boven het paleis wappert en de lege stoel van de Dalai Lama in de gebedshal zijn een confrontatie met de onderdrukking van de Tibetanen.

Jokhang. Het hart van de oude stad is de Jokhang tempel, het belangrijkste bedevaartsoord van Tibet. Vanuit het hele land komen Tibetanen van alle minderheden naar de Jokhang toe. Je komt hier dan ook een bonte mengeling pelgrims tegen. De gelovigen lopen hun kora's (gebedsrondes) om de tempel. Veel Tibetanen lopen niet alleen maar gaan languit op de grond liggen, staan weer op, schuifelen een klein stukje vooruit, heffen hun handen boven het hoofd en voor het hart en gaan weer languit op de grond liggen. Net zolang totdat ze een hele kora hebben volbracht. In de Jokhang hangt een bijzondere sfeer. In het halfduister branden honderden boterlampjes. Prachtige boeddhabeelden en gebedsmolens vullen de ruimte.

Dag 5: Lhasa via Yamdrok Tso naar Gyantse (3980m)

Vandaag start de reis door het indrukwekkende Himalaya-gebergte, over hoge bergpassen, langs kleine dorpjes, gletsjers en verstilde meren. Bij de Simila pas (4300m) en de Kharo La pas (5045m) heb je een prachtig uitzicht. Bij de eerste pas op een grote gletsjer en bij de tweede op een intens blauw meer. Aan het begin van de middag kom je aan bij het immense, onwerelds turkooizen, Yamdrok Tso meer. Vanaf de Khambu La pas (4970m) heb je een



schitterend uitzicht op het voor de Tibetanen heilige Yamdrok Tso meer.

Dag 6: Gyantse naar Shigatse (3850m)

In de ochtend ga je Gyantse verkennen. Het centrum rond de Kumbum-chorten is nog grotendeels Tibetaans. Hoog boven Gyantse torent een indrukwekkende dzong, een oud fort uit de 14e eeuw, boven de stad uit. Je brengt een bezoek aan Pelhor Chode monastery, waar ook de Kumbum staat. De Kumbum is de grootste chorten van Tibet. Binnenin bevinden zich heilige voorwerpen, zoals boeddhabeelden en boeken met eeuwenoude religieuze teksten. Je kunt het bezichtigen als je, met de klok mee, over alle verdiepingen van de Kumbum loopt.

In de middag ga je op weg naar Shigatse. De rit gaat door het grootste landbouwgebied van Tibet. In de namiddag breng je een bezoek aan het Tashi Lhun Po klooster in Shigatse. Het klooster is in 1447 gesticht door de 1^e Dalai Lama. Je kunt het op je gemak bekijken en genieten van de spirituele sfeer. Het is leuk om door de straatjes te slenteren en te zien hoe de monniken leven. Voor het klooster is een grote Tibetaanse bazaar, leuk voor een souvenir.

Dag 7: Shigatse via Sakya naar Shegar (4500m)

Je gaat weer op pad. Het is een mooie tocht vandaag. De omgeving is prachtig: desolaat, droog en typisch Tibetaans. Je reist door karakteristieke dorpjes en komt grote schaaps- en yakkuddes tegen. Terwijl je over 'het dak van de wereld' reist zie je immense besneeuwde bergtoppen aan de horizon verschijnen. Het dorpje Sakya is zeer fotogeniek. Het dorp wordt gedomineerd door de Sakya Gompa, met opvallende kleurstellingen, gebedsmolens en kapelletjes. Het staat bekend om haar oude bibliotheek met duizenden boeddhistische gebedsboeken. Na bezichtiging van Sakya gaat de reis verder naar Shegar.

Dag 8: Shegar naar Rombuk (5050m) – Trekking Everest Base Camp (5200m)

Vandaag is het tijd voor het échte avontuur en verlaat je de bewoonde wereld richting Mount Everest. Onderweg is steeds minder te zien van de Chinese invloed op Tibet. Je reist door afgelegen hoogvlakten en kleine Tibetaanse boerendorpjes. Je passeert enkele van de hoogste bergpassen ter wereld die letterlijk en figuurlijk adembenemend zijn. De typisch Tibetaanse wapperende gebedsvlaggetjes markeren de passen. Hier en daar zie je een herder met zijn yaks. In Rombuk ligt het Rombuk-klooster, het hoogst gelegen klooster ter wereld.

In de middag ga je op pad voor de ca. acht kilometer lange wandeling richting het op 5200 meter hoogte gelegen Everest Base Camp. De Mount Everest is met 8852m de hoogste berg op aarde. In het basiskamp verzamelen zich al jaren de durfals van de wereld, voor de gevaarlijke klim naar de top. De hike is behoorlijk pittig door de hoogte maar je gids past zich uiteraard aan jullie tempo aan. De noordkant van Mount Everest torent hoog boven je uit tijdens de tocht, een zeer indrukwekkende ervaring! De totale hike duurt ca. 2 tot 3 uren.

In Rombuk logeer je in een zeer eenvoudig guesthouse. Verwacht dus geen luxe. Het is er wél gezellig. 's Avonds kun je rond het knapperende haardvuur zitten in het restaurantje.

Dag 9: Rombuk naar Shigatse (3850m)

Vandaag een lange maar mooie reis, terug naar Shigatse. Tip: maak in Shigatse een wandeling door de oude Tibetaanse wijk. Met een béétje geluk word je uitgenodigd voor een kom zoute boterthee.



Dag 10: Shigatse naar Nam-tso (4718m)

Je gaat vandaag naar een van de mooiste plekken van Tibet; het indrukwekkende bergmeer Nam-tso. Het is een van de vier heilige meren van Tibet. Nam-tso wordt omgeven door hoge bergketens en ligt zelf op 4718 meter. Je reist via de Yangpachen hot-springs naar Nam-tso. Als je wilt kun je een duik nemen in het warme bronwater (entree niet bij de prijs inbegrepen). Geef in dat geval even bij je gids aan dat je hier wilt stoppen.

Aangekomen in Nam-tso heb je de tijd aan jezelf. Je kunt naar de oevers van het meer wandelen voor een adembenemend uitzicht over het blauwe water en de witte bergketens op de achtergrond. Rond het meer staan 's zomers de tenten van de semi-nomadische Drokpa's, de oorspronkelijke bewoners van deze streek. Ze kamperen hier om hun yaks te laten grazen.

In de middag kun je, samen met de Tibetaanse pelgrims, een deel van de 18-daagse kora (pelgrimstocht) rondom het meer lopen. Met een beetje geluk mag je binnenkomen in één van de tenten van de Drokpa's en zie je een kudde wilde Blauwschape over de berghellingen trekken. Een bezoek aan de kleine Tashi Do Monastery aan de zuid/oost kant van het meer mag je natuurlijk ook niet overslaan (entree niet bij de prijs inbegrepen). Ga als de avond valt op een steen langs het meer zitten en geniet van de zonsondergang. De besneeuwde pieken van de 7000 meter hoge bergen veranderen prachtig van kleur.

Houdt er rekening mee dat het guesthouse in Nam-tso zeer basic is, sanitaire voorzieningen zijn nauwelijks aanwezig en ook de variatie op de menukaart is niet bijzonder groot.

Dag 11: Nam-tso naar Lhasa (3600m)

De zonsopgang over het Nam-tso meer is een magisch moment, mis hem niet! Na het ontbijt ga je als eerste op pad naar de Tashidor; oude meditatiegrotten die in het verleden door Lama's zijn gebruikt. De grotten worden nog steeds door kluizenaars bewoond. Halverwege de terugreis naar Lhasa bezoek je het Tsurphu-klooster dat spectaculair tegen een klif gebouwd is. Het is de zetel van de Karmapa-sekte. In de namiddag ben je weer terug in Lhasa. Hier kun je genieten van je laatste avond in Tibet!

Dag 12: Vertrek uit Lhasa

Je wordt opgehaald bij je hotel en naar het vliegveld gebracht. Hiermee komt een einde aan je reis, bijzondere ervaringen rijker!

Hotels/Guesthouse

Lhasa - Hotel Yak

Gyantse - Hotel Yeti of Hotel Jianzang

Shigatse - Hotel S.Lhandup

Shegar - Grand Hotel

Rongbuk - Guesthouse A

Namtso - Shanhu Guesthouse



Prijs van deze reis

Aantal reizigers	2 pers.	3 pers.	4 pers.	5-6 pers.	7-10 pers.
Prijs per persoon	€ 2095	€ 1675	€ 1475	€ 1395	€ 1295

Toeslag éénpersoonskamer	€ 330
--------------------------	-------

Prijs inclusief

- Al het vervoer overland zoals genoemd in de reisbeschrijving:
 - dag 1: privé-vervoer vliegveld/treinstation Lhasa – hotel Lhasa
 - dag 3: privé-vervoer tijdens excursies in en rond Lhasa
 - dag 5: privé-vervoer hotel Lhasa – hotel Gyantse
 - dag 6: privé-vervoer hotel Gyantse – hotel Shigatse
 - dag 7: privé-vervoer hotel Shigatse - hotel Shegar
 - dag 8: privé vervoer hotel Shegar - guesthouse Rombuk
 - dag 9: privé-vervoer guesthouse Rombuk – hotel Shigatse
 - dag 10: privé-vervoer hotel Shigatse - guesthouse Nam-tso
 - dag 11: privé-vervoer guesthouse Nam-tso - hotel Lhasa
 - dag 12: privé-vervoer hotel Lhasa – vliegveld Lhasa
- Alle overnachtingen van dag 1 t/m dag 11 in hotels en guesthouses op basis van twee- of driepersoonskamers. Op het platteland van Tibet zijn de voorzieningen zeer basic (denk aan: hurktoilet, koud stromend water, warm water in thermoskan).
- Chauffeur en Engelssprekende Tibetaanse gids in Tibet
- Reispermits voor Tibet
- Toegangsprijs Yamdrok National Park
- Toegangsprijs Everest National Park
- Entree bezienswaardigheden zoals genoemd in de reisbeschrijving
 - Drepung-Nechung monasteries
 - Sera monastery
 - Norbulinka paleis
 - Potala paleis
 - Jokhang tempel
 - Kumbum chorten
 - Pelhor Chode monastery
 - Tashi Lhun Po
 - Sakya gompa
 - Rombuk monastery
 - Tsurphu monastery
- Tijdens de hele reis lokale reisbegeleiding beschikbaar (24/7 per telefoon)
- Garantie SGR
- Garantie Calamiteitenfonds

Prijs exclusief

- Persoonlijke uitgaven (telefoonrekening, wassen kleding, fooi, maaltijden, etc.)
- Slaapzak en handdoek (nodig in de eenvoudige hotels en guesthouses)
- Persoonlijke verzekeringen (o.a. ziektekosten en repatriëring)
- Boekingskosten à € 30 per boeking (inclusief bijdrage Calamiteitenfonds)
- Visum Tibet - NativeTravel verzorgt dit visum voor je à € 135 per persoon
- (Inter)nationale vluchten en/of treintickets
- Alle uitgaven en kosten die niet genoemd staan onder 'prijs inclusief'



Belangrijk om te weten

Reizen via Nepal of China

Je kunt Tibet alleen via Nepal (Kathmandu) of China (Chengdu, Xining of Beijing) binnen reizen. We kunnen uiteraard ook het reisdeel door Nepal of China voor je verzorgen.

Permits Tibet

Je hebt permits nodig om Tibet binnen te mogen reizen. Deze kun je alleen via een erkende reisorganisatie in China of Nepal verkrijgen. NativeTravel verzorgt dit voor je.

Voor het visum zijn er verschillende mogelijkheden

1. Als je via Nepal naar Tibet reist en daarna weer teruggaat naar Nepal wordt het visum voor Tibet door NativeTravel voor je verzorgd. Het is belangrijk dat je minimaal drie werkdagen voor vertrek naar Tibet in Kathmandu (Nepal) aankomt voor de laatste afhandelingen voor de visumprocedure voor Tibet. Je kunt je visum voor Tibet vervolgens ophalen bij ons lokale kantoor in Kathmandu.
2. Als je via Nepal naar Tibet reist en daarna doorreist naar China wordt het visum voor Tibet/China door NativeTravel voor je verzorgd. Om na de Tibetreis de reis door China voort te kunnen zetten hebben we aanvullende informatie nodig over je reisprogramma in China. Het is belangrijk dat je minimaal drie werkdagen voor vertrek naar Tibet in Kathmandu (Nepal) aankomt voor de laatste afhandelingen voor de visumprocedure voor Tibet/China. Je kunt je visum voor Tibet/China vervolgens ophalen bij ons lokale kantoor in Kathmandu. Afhankelijk van je reisroute in China kunnen hier meerkosten aan verbonden zijn.
3. Als je via China naar Tibet reist moet je zelf een visum voor China aanschaffen. Neem voordat je het visum voor China aanvraagt contact met ons op. Het is belangrijk dat je minimaal twee hele werkdagen voor vertrek naar Tibet in Chengdu, Xining of Beijing aankomt voor de laatste afhandelingen voor de visumprocedure voor Tibet. Je kunt je visum voor Tibet vervolgens ophalen bij onze lokale kantoren in Chengdu, Xining of Beijing.

De totale visum- en permitprocedure voor Tibet duurt vijf weken. Dit betekent dat je je reis minimaal zes weken voor aankomst in Tibet geboekt moet hebben.

NB: je hebt (alleen als je via Nepal naar Tibet reist) een digitale pasfoto nodig voor het visum voor Tibet. Het is belangrijk dat je digitale pasfoto het officiële formaat heeft (35mm x 45mm) waarbij 75% van de foto uit het hoofddeel bestaat en de foto een heldere achtergrond heeft. Verder moeten de oren duidelijk zichtbaar zijn en mag je geen sieraden of bril dragen.

Welk visum heb ik nodig	Visum Nepal	Visum Tibet	Visum China
Ik reis vanuit Nepal naar Tibet en ga daarna weer terug naar Nepal	Ja	Ja	Nee
Ik reis vanuit Nepal naar Tibet en ga daarna door naar China	Ja	Ja	Nee
Ik reis vanuit China naar Tibet en ga daarna weer terug naar China	Nee	Ja	Ja
Ik reis vanuit China naar Tibet en ga daarna door naar Nepal	Ja	Ja	Ja

Onze reisbestemmingen liggen buiten de 'westerse wereld', zodat je in contact komt met andere gebruiken, culturen en mentaliteiten. Dat maakt onze reizen extra interessant, maar houd er rekening mee dat sommige dingen anders zijn dan thuis. Eten, hotels, vervoermiddelen en infrastructuur verschillen in nogal wat landen van wat wij in Nederland en België gewend zijn. Je kunt een driesterrenhotel in India niet vergelijken met een Nederlands driesterrenhotel en een bus in Vietnam biedt minder beenruimte dan een Europese touringcar. Als je van tevoren rekening houdt met dit soort zaken, dan zal eventueel oponthoud of ongemak niet vervelend zijn. Houd er rekening mee dat vanwege het avontuurlijke karakter van onze reizen en onvoorziene omstandigheden (een weg kan onbegaanbaar raken, een vervoermiddel kan kapot gaan of een binnenlandse vlucht heeft vertraging) het voor kan komen dat we, ondanks zorgvuldige planning vooraf, toch genoodzaakt zijn een dagindeling of programmaonderdeel aan te passen. Een programmawijziging gebeurt zoveel mogelijk in overleg met de reizigers maar de uiteindelijke beslissing ligt bij de reisbegeleiding.

Op deze overeenkomst is de SGR-garantieregeling van toepassing. Je vindt de voorwaarden op www.sgr.nl/garantieregeling. Op verzoek stuurt SGR deze voorwaarden kosteloos toe. Op deze overeenkomst is eveneens de garantieregeling van Stichting Calamiteitenfonds Reizen van toepassing. Deze voorwaarden vind je op www.calamiteitenfonds.nl/garantieregeling. Op verzoek stuurt SCR deze voorwaarden kosteloos toe.

