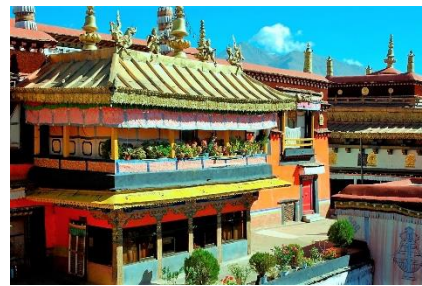


Rondreis Tibet - Land van Bergen en Gebedsvlaggen – 11 dgn – reiscode TR.01



Reisdata	: iedere dag mogelijk tussen 15 april en 15 november
Maximale hoogte	: 5200 meter
Startpunt	: Lhasa (China)
Eindpunt	: Kathmandu (Nepal)

Reisbeschrijving

Vrouwen met draaiende gebedsmolens en ingenieuze kralenvlechters in hun haren, stoere Khampamannen met felgekleurde hoofddoeken, boterlampjes, wapperende gebedsvlaggen, authentieke kloosters en meditatie-grotten, het geluid van mantra's prevelende pelgrims en de diepe bas van de religieuze hoorns. En natuurlijk het overweldigend mooie landschap! Je passeert hoge passen, unieke handelsnederzettingen, oude kloosters en azuurblauwe heilige meren. Natuurlijk ga je ook richting het Everest Base Camp om de hoogste berg ter wereld, de Mount Everest, met eigen ogen te zien. Beleef het zélf.

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. Je kunt 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 kralenvlechters 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)

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

Het Sera-klooster staat bekend om haar 'debieterende 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. Deze werden 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 3: 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 4: Lhasa (3600m)

Ga vandaag zelf op pad of boek onderstaande excursie:

Optioneel 2: 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.

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 Yamdruk Tso. In de middag kom je in Gyantse aan.



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)

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. Hierna gaat de reis verder naar Shegar.

Dag 8: Shegar naar Rongbuk (5050m)

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 Rongbuk ligt het Rombuk-klooster, het hoogst gelegen klooster ter wereld. Je slaapt in een zeer eenvoudig guesthouse. Verwacht dus geen luxe. Het is er wél gezellig. 's Avonds kun je met de andere gasten rond het knapperende haardvuur zitten in het restaurantje.

Dag 9: Rongbuk naar Lower Kyrong (2556m)

Geniet vanochtend van het geweldige uitzicht op de Himalaya. De Mount Everest is met 8852m de hoogste berg op aarde. De noordkant van Mount Everest torent hier hoog boven je uit, een indrukwekkende ervaring!

Via een mooie binnendoor route reis je verder. Zover je kunt kijken zie je de witte toppen van het Himalaya-gebergte. Gebedsvlaggen wapperen in de wind en stapeltjes mani-stenen sieren het woeste landschap. Het eerst deel van de route vandaag is nog typisch Tibetaans; hoog, droog, desolaat en met weinig begroeiing. Vrij plotseling verandert dit. De weg 'valt' naar beneden, het Tibetaanse plateau af. Je komt terecht in een diepe groene vallei met donderende watervallen en rivieren. Je overnacht in het typische grensstadje Kyrong.



Dag 10: Kyrong naar Trishuli (1896m) (Nepal)

Reistijd: ca. 5 tot 7 uren

Je steekt de grens over met Nepal. De route slingert vandaag over hobbelige wegen, door groene jungle, dorpjes en prachtig gebergte. Opeens ben je in een hele andere omgeving. De Himalaya is hier nog steeds hoog maar het gebergte heeft diepere dalen en op de hellingen zie je begroeiing en kleinschalige landbouwveldjes liggen. Een móóie wereld!

Het is leuk om het stadje te verkennen. Behalve boeddhistische invloeden zijn hier ook meerdere hindoetempels. In het centrum vind je een aantal goede restaurants.

Dag 11: Trishuli naar Kathmandu

Reistijd: ca. 3 uren

Je reist door naar Kathmandu, de kleurrijke hoofdstad van Nepal. Hiermee komt er een eind aan deze bijzondere reis. Als je wilt kun je de reis verlengen met een rondreis of trekking door Nepal.

Accommodaties

Lhasa - Hotel Yak

Gyantse - Hotel Yeti of Hotel Jianzang

Shigatse - Hotel Manasarovar of Hotel S.Lhandup

Shegar - Grand Hotel

Rongbuk - Guesthouse A

Kyrong - Hotel Riwu Pema

Trishuli - Hotel Water Tower

Reiscombinatie

Deze reis kan zowel los als in combinatie met een rondreis door China en/of Nepal worden geboekt.

Prijs van deze reis

Aantal reizigers	Prijs per persoon
2 personen	€ 2250
3 personen	€ 1795
4 personen	€ 1550
5-6 personen	€ 1450
7-14 personen	€ 1295

Toeslag éénpersoonskamer	€ 350
---------------------------------	-------

Visum en permits Tibet	€ 135
-------------------------------	-------

Prijs inclusief

- Het vervoer overland in Tibet en Nepal zoals genoemd in de reisbeschrijving:
 - dag 1: privévervoer vliegveld of treinstation Lhasa – hotel Lhasa
 - dag 2: privévervoer tijdens excursies in en rond Lhasa
 - dag 5: privévervoer hotel Lhasa – hotel Gyantse
 - dag 6: privévervoer hotel Gyantse - hotel Shigatse
 - dag 7: privévervoer hotel Shigatse – hotel Shegar
 - dag 8: privévervoer en elektrische bus hotel Shegar - guesthouse Rombuk
 - dag 9: privévervoer guesthouse Rombuk – hotel Kyrong
 - dag 10: privévervoer hotel Kyrong – hotel Trishuli
 - dag 11: privévervoer hotel Trishuli – hotel Kathmandu
- Alle overnachtingen van dag 1 t/m 10 in accommodaties zoals genoemd of gelijkwaardig, op basis van tweepersoonskamers. Op het platteland van Tibet zijn de voorzieningen zeer eenvoudig (hurktoilet, koud water, geen douches, warm water in thermoskannen).
- Eén maal ontbijt (dag 11)
- Visum Tibet – NativeTravel verzorgt dit visum voor je à € 135 per persoon
- Chauffeur en Engelssprekende Tibetaanse gids in Tibet
- Chauffeur in Nepal

- Reispermits voor Tibet
- Excursies 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
- Toegangsprijs Yamdrok National Park
- Toegangsprijs Everest National Park
- Tijdens de hele reis lokale reisbegeleiding beschikbaar (24/7 per telefoon)
- Garantie SGR
- Garantie Calamiteitenfonds

Prijs exclusief

- Persoonlijke uitgaven (telefoonrekening, wassen kleding, fooi, overige maaltijden, etc.)
- Slaapzak en handdoek (nodig in de eenvoudige hotels en guesthouses in Tibet)
- Persoonlijke verzekeringen (o.a. ziektekosten en repatriëring)
- Boekingskosten à € 30 per boeking (inclusief bijdrage Calamiteitenfonds)
- (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.

Vervoermiddel

Afhankelijk van de groepsgrootte reis je per auto (bij 2-6 personen), per minibus (bij 7-11 personen) of per touringcar (bij 12-14 personen).

Verplichte verzekeringen

Zie onder artikel 11 van de algemene voorwaarden waar je reisverzekering minimaal aan moet voldoen.

Permits Tibet

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

Voor het visum voor Tibet zijn er verschillende mogelijkheden:

1. Als je via Nepal naar Tibet reist 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. Je kunt je visum voor Tibet vervolgens ophalen bij ons lokale kantoor in Kathmandu.
2. 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 visum voor Tibet wordt vervolgens afgeleverd bij je hotel in Chengdu, Xining of Beijing.

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 China naar Tibet en ga daarna door naar Nepal	Ja	Ja	Ja

Duur visum- en permitprocedure

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.

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 ruimte 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 onvoorzien 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.

