

WestChina

Adventure Tours

in association with



Hiddenchina.net

Lhasa – Kathmandu

- Reisen Sie vom Zentrum des tibetischen Buddhismus in Lhasa zum Geburtsort des Buddhismus in Nepal
- Gewinnen Sie einen Einblick in die religiöse und spirituelle Lebensweise der Bevölkerung dieses außergewöhnlichen Teils der Erde
- Verbringen Sie eine Nacht im Basislager des Mt. Everest
- Folgen Sie den Pilgerpfaden zu zahlreichen heiligen buddhistischen Stätten, Schreinen, Tempeln, Klöstern und kleinen Dörfern



SPIRITUELLE TOUR VON LHASA NACH KATHMANDU

Diese Tour wird Sie von der Hauptstadt Tibets – dem Zentrum des tibetischen Buddhismus mit dem weltberühmten Potala-Palast und dem Jokhang-Tempel – an die Geburtsstätte des Buddhismus führen: die Hauptstadt Nepals mit den zahlreichen buddhistischen und hinduistischen Tempeln, Palästen und Schreinen, wie z.B. die beiden wichtigsten buddhistischen Stupas “Swayambhounath” und “Bouddhanath” und die zwei berühmten hinduistischen Schreine “Pashupatinath Tempel” und “Changu Narayan”.

Diese Tour wurde speziell für Reisende entworfen, die eine außergewöhnliche religiöse Erfahrung in diesem spirituellen Teil der Welt mit seinen schneebedeckten Bergen, heiligen Stätten und Pilgerpfaden machen möchten.

Auf dieser Reise werden Sie die Aussicht auf die malerischen Bergketten der Region genießen, eine Nacht auf dem Basislager des Mt. Everest verbringen, in der Nähe des ersten buddhistischen Tempels in Tibet und des türkisfarbenen Heiligen Sees (4408m) kampieren und einen Einblick in das religiöse und spirituelle Leben der tibetischen und nepalesischen Bevölkerung gewinnen.

- Beste Reisezeit: Mai – Oktober
- Reiseziele: Lhasa, Samye-Kloster, Yamdrok Tso, Shigatse, Tingri, Rongbu, Basislager Mt. Everest, Zhangmu, Kathmandu
- Dauer: 9 Tage
- Reisestart in: Lhasa
- Reiseende in: Kathmandu
- Gruppengröße: min. 6 pax, max. 10 pax

KURZBESCHREIBUNG

Lhasa ist die traditionelle Hauptstadt von Tibet und die Hauptstadt des tibetischen autonomen Gebiets der Volksrepublik China. Die Stadt ist außerdem der traditionelle Sitz des Dalai Lama. Wörtlich übersetzt bedeutet Lhasa „der Ort der Götter“, obwohl alte tibetische Dokumente und Inschriften darauf hinweisen, dass der Ort einst Rasa genannt wurde, was soviel wie „Stadt der Hofhäuser“ oder auch „Ort der Ziegen“ bedeutet. Mit einer Höhe von 3'650 Metern über Meer ist Lhasa eine der höchstgelegenen Städte der Welt und hat eine Bevölkerung von circa 200'000 Menschen.

Lhasa liegt im sogenannten „Lhasa-Tal“. Die Durchschnittshöhe des Tales beträgt über 3'000 Meter und einige Berge erreichen eine Höhe von 5'500 Metern. Der Kyi (oder Kyi Chu) – ein Nebenfluss des Brahmaputra, fließt durch die Stadt. Die Stadt verfügt über drei konzentrische Pilgerpfade, auf denen die Gläubigen den heiligen Jokhang-Tempel umkreisen. Viele von ihnen legen auf der Strecke Kniefälle hin, um auf diese Weise einen spirituellen Vorteil zu erhalten. Der innerste Pfad – der Nangkor – liegt innerhalb des Jokhang-Tempels und umgibt die heilige Stätte des Jowo Shakyamuni, der heiligsten Statue des tibetischen Buddhismus. Der mittlere Pfad – der Barkor – verläuft durch die Altstadt und umgibt den Jokhang-Tempel und verschiedene Gebäude in seiner Nähe. Der äußerste Pfad – der Lingkor - umkreist die gesamte ursprüngliche Stadt von Lhasa.

Die Hauptstadt Nepals – Kathmandu - ist politisches sowie kulturelles Zentrum und mit Abstand die größte Stadt des Landes. Dementsprechend finden sich hier alle zentralen Institutionen, die Vertretungen vieler Länder und Entwicklungsorganisationen sowie die repräsentativen Bauten der Regierung und des Königshauses, die das Bild der Gesamtstadt prägen. Die Altstadt ist geprägt von hinduistischen Tempeln (u. a. Durbar Marg, Pashupatinath) und buddhistischen Stupas und Heiligtümern (u. a. Bodnath, Swayambunath, Buddhaniikantha).

Die Lage des Kathmandutales im Gebirge sorgte über die Jahrhunderte dafür, dass die Stadt nur zu Fuß erreichbar war und sich das Land von der Außenwelt abgeschlossen halten konnte. Eine erste schwierige und windungsreiche Straße durch den Mahabharat nach Kathmandu, die über mehrere Pässe führte, wurde erst in den 50er Jahren des 20. Jahrhunderts gebaut. Bis in die 70er Jahre war dies die einzige Straßenverbindung mit dem übrigen Land und Indien. Der Hauptverkehr läuft nun über die gut ausgebaute Straße, die ab Naubise dem Trisulital bis Bharatpur folgt. Trotz des Umweges ist diese Strecke deutlich schneller als die kürzere alte Gebirgsstrecke. Ein einziger Erdbeben zwischen Naubise und Kathmandu konnte aber bis vor kurzem nach wie vor die Stadt von der Außenwelt abschneiden. Da es sich bei diesem Straßenabschnitt um den schwierigen Aufstieg zum Kathmandutal handelt, kam das praktisch in jedem Monsun vor. In den letzten Jahren wurde mit japanischer Entwicklungshilfe eine völlig neue Straße östlich von Kathmandu von Dhulikhel nach Kamalamai (Sindhulimadi) gebaut. Dadurch hat das Kathmandutal nun zwei Anbindungen an den Terai und nach Indien. Die auch in der 60er Jahren gebaute Straße von Kathmandu nach Tibet ist dagegen vergleichsweise von geringer Bedeutung, zumal sie im Grenzbereich sehr häufig von Erdbeben unterbrochen ist.

Kathmandu liegt zentral in diesem Talkessel und die Ausläufer der Stadt strecken sich fast bis zum Fuße des Bergringes hin. Sternförmig fließen etwa zehn Flüsse in diesen Kessel hinein. Einer der größten ist der heilige Fluss Bagmati, der das ganze Wasser sammelt und aus dem Tal nach Süden abführt. Kathmandu erstreckt sich an der Nordseite des Bagmati. Der Kernbereich liegt zwischen den Flüssen Vishnumati und Dhobi Khola. An der Südseite des Bagmati liegt die Schwesterstadt Lalitpur (Patan). Kathmandu war eine der drei rivalisierenden Königsstädte des Kathmandutales, neben Patan und Bhaktapur.

TAG 1	LHASA	(L/D)
--------------	--------------	--------------

Bei Ihrer Ankunft am Flughafen werden Sie von unserer Reiseführerin/ unserem Reiseführer abgeholt und ins Hotel gebracht. Die Fahrt vom Flughafen bis zum Hotel wird ungefähr zwei Stunden in Anspruch nehmen. Genießen Sie die Aussicht auf den den Yarlung Tsangpo – den mächtigsten Fluss Tibets – und die schneebedeckten Berge. Wir werden unterwegs einige Pausen einlegen, damit Sie die heiligen Schreine der Umgebung und die malerischen Dörfer fotografieren können.

Der Rest des Nachmittags steht zur freien Verfügung und dient der Akklimatisierung. Ganz in der Nähe des Hotels verläuft der mittlere Pilgerpfad „Barkhor“. Mit einem Spaziergang entlang dieses Pfades könnten Sie einen ersten Einblick in die spirituelle Seite von Lhasa gewinnen. Am Abend steht ein Begrüßungssessen mit einem tibetischen Buffet auf dem Programm, während dem Sie eine tibetische Vorführung verfolgen können.

TAG 2	LHASA (L/D)
--------------	--------------------

Am Morgen werden wir den Potala-Palast besuchen. Ihr tibetischer, englischsprachiger Guide wird Ihnen gerne all Ihre Fragen zum Thema Buddhismus beantworten. Der Potala-Palast war die Hauptresidenz des Dalai Lama, bis der 14. Dalai Lama nach einem misslungenen Aufstand im Jahre 1959 nach Dharamsala in Indien floh.



Die Stätte wurde ursprünglich von König Songtsen Gampo als Ort der Meditation benutzt. Er ließ den ersten Palast im Jahre 637 errichten, der nun Teil der gesamten Anlage ist. Die Konstruktion des heutigen Palasts begann unter dem fünften Dalai Lama Lozang Gyatso im Jahre 1645. Drei Jahre später war der Bau des Potrang Karpo (der Weiße Palast) beendet. In der Folge wurde er vom Dalai Lama als Winterpalast bewohnt. Der Rote Palast Potrang Marpo wurde zwischen 1690 und 1694 hinzugefügt.

Am Nachmittag fahren wir zum Sera-Kloster – einem der drei großen Universitätsklöster der Gelugpa-Schule Tibets (die anderen zwei sind das Ganden-Kloster und das Drepung-Kloster). Das Sera-Kloster wurde im Jahre 1414 von Jamchen Choje (Sakya Yeshe) – einem Schüler des vermeintlich zweiten Buddhas und Lehrer des ersten Dalai Lama Tsong Khapa – gegründet. Wir besuchen die Sutren-Druckerei und beobachten die Mönche beim Rezitieren der Sutren und beim Debattieren.

Am Abend wird Ihr Guide Ihnen bei der Wahl eines der zahlreichen gemütlichen Restaurants in dieser faszinierenden Stadt helfen.

TAG 3	LHASA - SAMYE (B/L/D)
--------------	------------------------------

Am Morgen des heutigen Tages begeben wir uns in das Herz Tibets: den Jokhang-Tempel. Gläubige reisen tage-, wochen- teils sogar monatelang, um den Tempel zu verehren und um Vergebung für ihre Sünden zu beten. Ein tibetischer, englischsprachiger Guide wird uns durch die heiligste aller Anlagen führen und Ihre Fragen beantworten.

Mit dem Bau des Tempels wurde 639 auf Befehl des Königs Songtsen Gampo begonnen. Die Tempelkomplex mit seinen zahlreichen, verzierten Schreinen und Räumen ist seit Jahrhunderten eine buddhistische Wallfahrtsstätte und wurde im Laufe der Zeit auf 25'000 Quadratmeter ausgebaut. In der Haupthalle steht die Buddhastatue "Jowo Shakyamuni"; der vermutlich verehrteste Gegenstand im tibetischen Buddhismus.

Außerdem stehen hier zwei Statuen des Königs Songtsen Gampo und seiner zwei ausländischen Frauen: Prinzessin Wen Cheng (Tochter des Tang-Kaisers Taizong) und Prinzessin Bhrikuti aus Nepal.



Nach dem Mittagessen steht eine Einkaufstour durch die Altstadt auf dem Programm. Auf der Barkhor-Straße um den Jokhang-Tempel wird eine große Auswahl an tibetischen Waren zum Kauf angeboten. Des Weiteren sollten Sie auch den Chongsaikang-Markt um die Ecke besuchen. Auf dem wohl betriebsamsten Markt der Altstadt mit seinen interessanten Verkäufern finden Sie allerlei originelle Artikel.



Anschließend fahren wir drei Stunden zum Samye-Tempel, dem ersten buddhistischen Kloster in Tibet. Dieses Kloster wurde während der Regierungszeit des tibetischen Königs Trisun Detsan in der Mitte des achten Jahrhunderts erbaut und hat somit eine Geschichte von mehr als 1'200 Jahren. Der Tempel liegt am Fuß des Mt. Habort am Nordufer des Yarlung Zangbo-Flusses. In der Anlage sind viele kulturelle Reliquien und historische Artefakte

vorzufinden. Nach Beendigung des Baus bekehrten sich einige Tibeter zum Buddhismus und wurden Mönche, so dass das Samye-Kloster als frühestes buddhistisches Kloster Tibets betrachtet werden kann.

Das Hauptgebäude des Klosters verfügt über eine architektonische Besonderheit: das Erdgeschoss und das erste Stockwerk sind im tibetischen Stil erbaut, der zweite Stock im chinesischen und die dritte Etage im indischen. Wir übernachteten im Gasthaus des Klosters oder kempieren in den Feldern am Ufer des Yagong.

TAG 4 SAMYE - YAMDROK TSO (B/L/D)

Die Schönheit Tibets eröffnet sich einem erst auf einer Reise durch das Land. Am heutigen Tag begeben wir uns zum Heiligen See Yamdrok Tso (4408 m), welcher auf dem südlichen Tibet-Plateau liegt und 72 Kilometer lang ist. Der See wird von mehreren schneebedeckten Bergen umgeben und von zahlreichen kleinen Bächen mit Wasser versorgt, das am westlichen Ende des Sees abfließt.

Genießen Sie die unvergessliche Aussicht auf das türkisfarbene Wasser und die mysteriösen Berge Donang Sangwari (5,340m) und Nojin Gangzang (7,191m) in der Ferne. Dies ist einer der drei heiligen Seen in Tibet. Viele Tibeter sind fest davon überzeugt, dass kein Leben mehr in Tibet existieren würde, sollte der See eines Tages austrocknen. Wir werden um den See wandern und in der Nacht am Ufer des Sees kempieren.

TAG 5 YAMDROK TSO – SHIGATSE (B/L/D)

Die Straße entlang des Yarlung Tsangpo-Flusses führt uns durch eine bezaubernde Landschaft zur zweitgrößten Stadt Tibets – Shigatse mit einer Bevölkerung von circa 80'000 Einwohnern. Bei dieser



Stadt fließen die beiden Flüsse Yarlung Tsangpo (auch Brahmaputra genannt) und Nyangchu zusammen. Shigatse war einst die Hauptstadt der U-Tsang-Provinz. Wir besuchen das Tashilhomo-Kloster, wo Sie die Fiesta-ähnliche Atmosphäre religiöser Aktivitäten spüren und den außergewöhnlichen tibetischen Tanz verfolgen können (nur im Juni und September).

Das historisch und kulturell wichtige Tashilhunpo-Kloster wurde 1447 erbaut. Dabei handelt es sich um den traditionellen Sitz des Panchen Lama, dem zweithöchsten Tulku-Rang der Gelugpa-Schule (ein Tulku ist ein tibetischer Buddhist oder eine andere religiöse Figur, die wissentlich wiedergeboren wird, um ihre oder seine religiösen Aktivitäten weiterhin verfolgen zu können).

Das Kloster wurde ursprünglich vom ersten Dalai Lama Gedun Drub gebaut und durch Spenden des lokalen Adels unterstützt. Während der Zeit des vierten Panchen Lama Lobsang Choekyi Gyaltsen (der erste Panchen Lama, dessen Titel von den mongolischen Herrschern akzeptiert wurde) ist das Kloster ausgiebig erweitert worden. Seither hatten alle Panchen Lama ihren Wohnsitz im Tashilhunpo und haben das Kloster fortschreitend ausgebaut.



Nach der Besichtigung schließen wir uns einer Gruppe Gläubiger an, die den Tempel in Ehrfurcht und Verehrung umkreisen. Der Weg wird uns zu einem kleinen Dorf am Fuße der Berge führen, wo Sie einen Einblick in das Leben der Dorfbewohner und deren neugierigen Kinder gewinnen. Wir übernachten in einem Hotel in Shigatse (2/3-Sterne).

TAG 6 SHIGATSE - TINGRI (B/L/D)

Heute fahren wir in Richtung einer der Durchgangsstädte im südlichen Tibet: Tingri. Unterwegs besichtigen wir den Sakya-Tempel. Sakya ist eine der vier wichtigsten Schulen des tibetischen Buddhismus (die anderen drei sind Nyingma, Kagyu und Gelug) und entstand während der zweiten Übersetzungsphase buddhistischer Schriften von Sanskrit ins Tibetische gegen Ende des 11. Jahrhunderts. Dieser Tempel wurde 1073 von Khon Konchog Gyalpo (1034-1102) erbaut.

Nach der Ankunft in Tingri, welches oft als Basis für Bergsteiger auf dem Weg zum Gipfel des Mt. Everest oder Cho Oyu dient, übernachten wir in einem einfachen, aber sauberen Gasthaus.

TAG 7 TINGRI - RONGBU - BASISLAGER MT. EVEREST (B/L/D)

Der Rongbu-Tempel am Fuße des Mt. Everest ist der höchstgelegene Tempel der Welt und nur 40 Kilometer vom Gipfel des höchsten Berges der Welt entfernt. Deshalb dient er oft als Hauptquartier für Bergsteiger, die den Gipfel von der Nordseite her bezwingen wollen, da der Tempel lediglich acht Kilometer vom Basislager entfernt liegt. Die Nordseite des Qomolangma (der tibetische Name des Mt. Everest) hat 217 Gletscher, darunter ist der Rongbu-Gletscher der größte. Nach dem Mittagessen wandern wir zum Basislager und verbringen dort die Nacht.

TAG 8 BASISLAGER MT. EVEREST - RONGBU - ZHANGMU (B/L/D)

Genießen Sie den Sonnenaufgang und nachdem wir gefrühstückt haben, machen wir uns auf den Rückweg zum Rongbu-Tempel, um anschließend nach Zhangmu zu fahren. Zhangmu, auch bekannt unter dem Namen Kasa, liegt in einem Berghang zehn Kilometer von der „Freundschaftsbrücke“ entfernt, die über den Bhotekoshi (Sun Koshi)-Fluss führt.

Zhangmu ist heutzutage eine wichtige Handelsstadt zwischen Tibet und Nepal, da ein Abkommen zwischen den Regierungen Chinas und Nepals besagt, dass alle Grenzgebietbewohner im Umkreis von 30 Kilometern die Grenze ohne Kontrolle überqueren dürfen. Aus diesem Grund werden Sie auf hunderte chinesischer und nepalesischer Händler treffen, die aufgrund dieses Abkommens ihre Geschäfte im Grenzgebiet verrichten.

Die Stadt ist entlang einer sich windenden Straße gebaut, die von Wohnungen, Shops, Restaurants und Regierungsgebäuden gesäumt ist. Dank des subtropischen Klimas herrscht in der Stadt mit der malerischen Landschaft das ganze Jahr warmes, feuchtes Wetter. Wir übernachten am Ihrem letzten Reisetag in Tibet in einem einfachen, aber sauberen Gasthaus.

TAG 9	ZHANGMU - KATHMANDU (B/L/D)
--------------	------------------------------------

Sie verlassen Zhangmu am Morgen und erreichen nach ein paar Stunden die Grenze zwischen Tibet und Nepal. Nach den Grenzformalitäten wird Sie unser nepalesischer Guide und Fahrer abholen und an das Ziel dieser Reise bringen: Kathmandu.

Kontaktieren Sie uns per [E-Mail](#) für ein maßgeschneidertes Programm.

Unsere anderen Minoritäten Entdeckungs-Touren in China:

[13 Tage Guangxi - Guizhou](#)

PREISE

PREIS PRO PERSON IM DOPPELZIMMER:

AUF ANFRAGE

EINZELZIMMERZUSCHLAG:

AUF ANFRAGE

IM PREIS INBEGRIFFEN:

- Erfahrene Reiseleitung und lokale Tour-Guides für alle Tage, englisch-chinesischsprachig
- Alle Transfers wie im Programm erwähnt
- In den Städten Unterkunft im Doppelzimmer in ausgewählten Hotels wie im Programm erwähnt
- Außerhalb der Städte Unterkunft in einfachen, aber sauberen Gasthäusern wie im Programm erwähnt
- Auf der Trekkingtour stellen wir Ihnen Zelte (Doppelzelt), Karrimat-Campingmatten (oder Matten von gleicher Qualität) und Schlafsäcke zur Verfügung. Wir empfehlen Ihnen allerdings, aus Hygienegründen Ihre eigenen Schlafsäcke mitzubringen.
- Vollpension mit Ausnahme an freien Nachmittagen/Abenden (im Programm als B/L/D Frühstück, Mittagessen, Abendessen beschrieben)
- Alle Eintrittskarten und Aktivitäten wie im Programm erwähnt
- Trekking-Ausrüstung außer persönlicher Kleidung auf der Trekkingtour

Für weitere Informationen besuchen Sie bitte unsere Webseite www.hiddenchina.net

NICHT IM PREIS INBEGRIFFEN:

- Internationale Flüge
- Ausgaben, die vom Kunden selbst verursacht werden, wie z.B. Wäscheservice und Minibar im Hotel, Trinkgelder, etc.
- Alkoholische Getränke und Mahlzeiten, die im Programm nicht erwähnt sind
- persönliche Kleidung auf der Trekkingtour
- Versicherungen (Reiseversicherung, Reiserücktrittsversicherung)
- Rückführungsflug in Notfällen (REGA-Mitgliedschaft wird empfohlen)

VERSICHERUNG IST SACHE DES TEILNEHMERS!

WICHTIGE BEMERKUNG

Reisen in China – vor allem in abgelegene Gebiete – können abenteuerlich sein und bringen ein gewisses Risiko mit sich. Hiddenchina.net gewährleistet, dass wir und unsere Reiseleiter in allen Situationen versuchen, Ihnen den bestmöglichen Komfort zu bieten. Unsere Reiseleiter werden sorgfältig und aufgrund Ihrer Fähigkeiten und Erfahrungen ausgewählt. Allerdings besteht immer die Möglichkeit von unvorhergesehenen Ereignissen. Wir möchten Sie darauf hinweisen, dass eine Reise durch China ein gewisses Mass an Anpassung, Geduld und Toleranz fordert. Außerdem entsprechen die sanitären Einrichtungen in ländlichen Gebieten Chinas nicht den westlichen Vorstellungen. Kunden von Hiddenchina.net bestätigen mit Abschluss eines Vertrags, sich dieser Bedingungen bewusst zu sein und akzeptieren Änderungen im Reiseprogramm, welche gemäß der Umstände auf der Reise notwendig sein, um die Sicherheit und den Komfort der Reiseteilnehmerinnen und Reisetilnehmer sicherzustellen.

ZUSÄTZLICHE INFORMATIONEN FÜR CHINA REISENDE

Reisen in China sind immer ein Abenteuer. Die Dienstleistungsqualität weist enorme Schwankungen auf: von „hervorragend“ bis „katastrophal“ kann alles vorgefunden werden. Selbst wenn man China mit einer bestens organisierten Reisegruppe besucht, muss man sich immer auf gewisse Überraschungen gefasst machen. Vor allem wenn man in entlegene Gebiete reist, nimmt die Dienstleistungsqualität drastisch ab und zusätzlich können Naturereignisse wie Erdbeben, Überschwemmungen und technische Schwierigkeiten wie z.B. Autopannen Probleme verursachen. Ab und zu kann es vorkommen, dass man nachts im Hotel einen Anruf erhält und dem männlichen Gast von einer weiblichen Stimme ein zweideutiger Massageservice angeboten wird. Solche Situationen sollte man am besten mit Humor und Gelassenheit nehmen. Folgende Kapitel geben einige grundsätzliche Hinweise zum Reisen und Leben in China.

GESICHT

„Gesicht“ ist in China enorm wichtig. Die Leute achten stark darauf, anderen Personen „Gesicht zu geben“ (was in etwa dem westlichen Verständnis von Lob und Respekt entspricht) und „das eigene Gesicht nicht zu verlieren“ (dies bedeutet, dass eine Person sich nicht vor anderen blamieren möchte). Die Chinesinnen und Chinesen sind sehr stolz auf ihre Kultur, auf ihr Essen und ihre Traditionen. Diese Tatsache sollte unbedingt respektiert werden, wodurch der Aufenthalt in China bedeutend

erleichtert wird. Jemanden in Verlegenheit zu bringen oder sogar bloßzustellen, ist in China Gesichtsverlust und endet meist für alle beteiligten Parteien nachteilig und in Extremfällen sogar in Streit. Besonders wenn jemand vor Freunden, Kollegen oder sogar der Familie das Gesicht verliert, kann dies negative Auswirkungen nach sich ziehen. Bleiben Sie deshalb immer ruhig und höflich und versuchen Sie zu lächeln. Auf diese Weise eröffnet sich einem in manch einer auswegslos erscheinenden Situation unverhofft die Lösung des Problems. Die Chinesinnen und Chinesen könnten als eher reaktiv bezeichnet werden. Wenn man höflich und freundlich zu anderen Personen ist, sind sie das ebenso. Behandeln Sie jemanden arrogant, unhöflich und von oben herab, werden Sie auch so behandelt. Falls Sie das Gefühl haben, über den Tisch gezogen zu werden, ist Freundlichkeit und Charme meist der beste Ratgeber. Grundsätzlich gibt es in China für jedes Problem eine Lösung. Es liegt an Ihnen, wie effektiv Sie an diese Lösung kommen. Es ist hilfreich, wenn Sie bei einem Problem einen Chinesen oder eine Chinesin fragen: „Stellen Sie sich vor, Sie hätten folgendes Problem (schildern Sie Ihr Problem). Wie würden Sie diese Situation lösen?“.

SICHERHEIT

Besonders die Großstädte können als sehr sicher bezeichnet werden. Da das chinesische Justizsystem nicht gerade zimperlich ist und zudem Chinesen bei Delikten an Ausländern härter bestraft werden, muss man in China höchstens mit Taschendiebstählen rechnen. Auch spät in der Nacht sind die Metropolen bedeutend sicherer als die meisten europäischen Großstädte. Politisch gesehen ist China im Moment sehr stabil, und Reisende können sich in praktisch allen Regionen mehr oder weniger frei bewegen.

GESUNDHEIT

Wenden Sie sich vor einer Chinareise an Ihren Hausarzt. Er wird Sie beraten und - falls nötig - Impfungen verabreichen. Für Reisende nach Südchina empfiehlt es sich, eine Notfallpackung Malaria-Medikamente mitzunehmen. Aufgrund der Vogelgrippe sollten Sie auf Ihrer Reise eine Packung Tamiflu auf sich haben. Obwohl wir unsere Restaurants sehr sorgfältig aussuchen, müssen Sie ab und zu mit Magenbeschwerden rechnen, da es Ihr Magen mit einer Reihe von neuen, unbekanntem Gewürzen, Speisen und Bakterien aufnehmen muss. Nehmen Sie deshalb am besten ein Durchfallmittel mit. Gemäß unserer Erfahrung helfen jedoch Tricks wie Bananen, Tomatensaft und in Hühnersuppe gekochte chinesische Pilze meist besser. Nehmen Sie auf jeden Fall immer genügend Papiertaschentücher mit, da auf öffentlichen Toiletten in China kein Toiletten-Papier zur Verfügung steht! Falls Sie an Allergien oder an einer anderen gesundheitlichen oder körperlichen Beeinträchtigung leiden, die für Sie im Extremfall schwerwiegende Folgen nach sich ziehen könnten, bitten wir Sie, uns vor Beginn der Reise darüber zu informieren, damit wir entsprechende Maßnahmen treffen und unsere Reiseleiter informieren können.

Für Reisende, die sich in höher gelegene Gebiete Chinas (über 3500 m) wie z.B. Tibet, Qinghai, Sichuan und Yunnan begeben, ist es zu empfehlen, Diamox gegen Höhenkrankheit mitzunehmen. Sollten Sie keine Erfahrung mit Reisen in Gebiete über 3500 Meter haben, sollten Sie sich vor der Reise auf jeden Fall an einen Spezialisten wenden, der Sie über die Risiken aufklärt. Auf unseren Touren, die in große Höhen führen, steht immer ein Vorrat an Sauerstoff zur Verfügung. Aus rechtlichen Gründen dürfen wir jedoch keine Medikamente an unsere Gäste verabreichen.

KLIMA

China verfügt praktisch über alle Klimazonen. Vom arktischen Klima bis zum Wüstenklima können fast alle Zonen vorgefunden werden. In Südchina beginnt die Regenzeit etwa Ende Mai oder anfangs Juni und endet im August. Im Winter ist es im Norden meist bitterkalt mit Temperaturen bis zu minus 40 Grad Celsius, während es im südlichen Hainan zur gleichen Zeit um die 25 Grad warm sein kann.

GEPÄCK

Die meisten Airlines erlauben in der Economyklasse 20 kg Gepäck plus ca. 15 kg Handgepäck. Es ist nicht erlaubt, Lebensmittel wie Käse und Fleisch, Pornographie oder „illegale Literatur“ einzuführen. Kontrollieren Sie Ihr Handgepäck auf „gefährliche“ Gegenstände wie Taschenmesser, Nagelfeilen etc. Wenn Sie gerne einkaufen gehen, dann können Sie mit einem Minimum an Gepäck anreisen. Taschen und Koffer können vor Ort zu einem niedrigen Preis gekauft werden.

SHOPPING

Außer importierter Luxusartikel ist mehr oder weniger alles günstiger in China. Vor allem Kleider und Gegenstände des täglichen Bedarfs sind sehr preiswert. Viele Märkte bieten zudem gefälschte Produkte bekannter Marken zu einem lächerlichen Preis und zum Teil in erstaunlicher Qualität an. Jedoch müssen Sie an diesen Orten den Preis meist aushandeln (siehe nächstes Kapitel). Seien Sie jedoch gewarnt, dass Sie sich mit dem Erwerb und der Einfuhr solcher Produkte nach Europa (v.a. Frankreich und Italien) strafbar machen können. Golfliedhaber können ganze Sets ab 120 Euro erstehen, während eine kopierte DVD des neuesten Blockbusters für weniger als einen Euro über den Tisch geht.

Die Kreditkarte setzt sich in China immer mehr durch. An vielen Orten (v.a. in ländlichen Gebieten) kann aber oft nur mit Bargeld bezahlt werden. Nehmen Sie deshalb immer genügend Bargeld mit. In großen Städten kann mittlerweile auch an Geldautomaten Geld bezogen werden. Geld umwechseln können Sie in den meisten Filialen der „Bank of China“. Vergessen Sie bitte nicht, dass Sie dafür Ihren Pass vorzeigen müssen.

FEILSCHEN

Wie oben erwähnt, wird in China viel gefeilscht. Westliche Touristen werden oft als große Dollarzeichen angesehen. Bevor Sie ein Produkt kaufen, sollten Sie sich überlegen, wie viel es Ihnen wert ist. Den vorgeschlagenen Preis können Sie in den meisten Fällen ohne Bedenken auf einen Viertel oder Fünftel drücken. Anschließend kommt es auf Ihr Verhandlungsgeschick an. Haben Sie sich einmal auf einen Preis geeinigt, wird das als Vertragsabschluss gewertet. Wenn Sie zu diesem Zeitpunkt wieder vom Kauf zurücktreten, wird der Verkäufer oder die Verkäuferin Gesicht verlieren.

SPRACHE UND UMGANGSFORMEN

Da nach wie vor die wenigsten Chinesen eine Fremdsprache sprechen, ist es ratsam, immer einen Stadtplan und ein kleines Übersetzungsbuch dabei zu haben, sollten Sie ohne Reisebegleitung unterwegs sein. Die Chinesen sind grundsätzlich sehr freundlich und neugierig gegenüber Ausländern. Sie sind jedoch auch sehr stolz auf ihr Land und ein bisschen egoistisch. Manchmal können sie etwas rüpelhaft erscheinen. Während des ersten Aufenthalts in China muss man sich eventuell zuerst daran

gewöhnen. Für Nichtraucher kann es manchmal hart werden, da in China immer und fast überall geraucht wird. Als westliche Person wird man auch immer wieder (v.a. bei geschäftlichen Treffen) zum Kampftrinken herausgefordert. Eine Verweigerung kommt zwar in den meisten Fällen Gesichtsverlust gleich, aber wenn Sie nicht bereit sind, den harten Weg zu gehen, könnten Sie als Ausrede z.B. ein kleines gesundheitliches Problem angeben, welches es Ihnen nicht erlaubt, größere Mengen Alkohol zu konsumieren.

TRINKGELD

Trinkgelder werden in China nur bei ganz spezifischen Gelegenheiten gegeben: z.B. dem Portier im 5-Sterne-Hotel oder dem Tourguide und dem Fahrer. Im Restaurant und im Taxi werden Trinkgelder als verpönt betrachtet, weil man dadurch demjenigen, dem man ein Trinkgeld geben will, suggeriert: "Ich bin reich und du bist arm", was wiederum Gesichtsverlust gleichkommt. Bei den Reiseleitern ist die Situation etwas anders. Vielfach werden diese sehr schlecht oder gar nicht bezahlt. Sie verdienen ihr Geld oft mit Verträgen auf Kommissionsbasis mit den Souvenirshops, durch die sie ihre Reisegruppen schleusen.

Unsere Philosophie ist, Ihnen gut ausgebildete und hervorragende Reiseleiter zur Verfügung zu stellen, die aufgrund Ihrer Erfahrung und Ihres Wissens so gut bezahlt werden, dass unangenehme Besuche in diesen Touristenfallen gänzlich vermieden werden können. Es liegt an Ihnen, ob und wie viel Trinkgeld Sie Ihrem Reiseleiter geben möchten.

SMALL TALK UND KONVERSATION

Small Talk funktioniert in China nicht viel anders als an anderen Orten auf der Welt. Auch hier gibt es Themen, die sich anbieten und andere, die vermieden werden müssen.

Eines der meist gehörten Grußworte ist "Ni chi fan le ma?", was soviel bedeutet wie "Haben Sie schon gegessen?". Dies weist auf die wichtige Bedeutung des Essens und der Küche in diesem Land hin, da die Nahrungsaufnahme in China einen ganz anderen Stellenwert einnimmt als im Westen. Essen ist folglich immer ein ungefährliches und geeignetes Thema für Small Talk, sofern sie die chinesische Küche nicht Ihrer eigenen unterordnen.

In einigen Fällen könnte es dazu kommen, dass Ihnen sehr direkt private Fragen betreffend Zivilstand und Familie gestellt werden. Die Chinesen sind sehr familienbezogen, deshalb sollten Sie durch solche Fragen nicht in Verlegenheit geraten, weil diese Art von Small Talk zum Alltag gehört. Ab und zu werden Sie auch ganz unverblümt nach Ihrem Gehalt gefragt. Auch dies ist in China normal. Mittlerweile sind auch Haustiere, Kinder oder Reiseerfahrungen ein beliebtes Thema. Vor allem bei geschäftlichen Besuchen ist es sehr wichtig, immer genügend Visitenkarten dabei zu haben. Es kann vorkommen, dass Sie innerhalb einer Woche 100 Visitenkarten austauschen werden.

Themen, die unbedingt vermieden werden sollten, sind alle (innen)politischen Themen wie Kulturrevolution, generelle Kritik am System, Menschenrechte und Meinungsfreiheit. Beachten Sie bitte, dass für die chinesische Bevölkerung Taiwan und Tibet untrennbare Teile Chinas darstellen. Vermeiden Sie es auf jeden Fall, diese Regionen vor Chinesen als selbständige Länder zu bezeichnen, was zu Missgunst oder Verärgerung führen könnte. Heikle Themen sollten aus diesem

Grund nur mit Personen angesprochen werden, die Ihr vollstes Vertrauen genießen und zu denen Sie sich bereits einen Zugang verschaffen konnten. Tasten Sie solche Themen behutsam an. Sollten Sie auf keine Reaktion stoßen, ist es ratsam, das Thema fallen zu lassen.

Chinesen haben eigentlich wenig Berührungsangst. Es kann folglich immer vorkommen, dass Ihnen jemand sehr nahe kommt oder Sie berührt. Dies hat keine sexuelle Beziehung, es handelt sich dabei ganz einfach um ein Zeichen von Sympathie. Fühlen Sie sich dadurch gestört, sollten Sie eine möglichst elegante und diskrete Lösung suchen. Ein kleiner Hustenanfall wirkt manchmal Wunder.

VERKEHR UND TAXI

Das chinesische Verkehrssystem ist im Großen und Ganzen sehr gut ausgebaut, wenn die Verkehrsmittel auch oft überfüllt sind. Jede größere Stadt verfügt über einen Flughafen, es gibt viele Zugverbindungen im ganzen Land (meistens jedoch nur einen Zug pro Tag und Destination) und ein ziemlich effizientes Bussystem. Die öffentlichen Verkehrsmittel sind äußerst preiswert, jedoch ist der Komfort eher niedrig.

In den Städten ist das Taxi das wichtigste Verkehrsmittel. Taxis sind sehr viel preiswerter als in Europa. Die Fahrer sprechen jedoch praktisch kein Englisch, nehmen Sie deshalb immer die Adresse Ihres Zielortes auf Chinesisch mit. Ihr Tourguide oder die Hotelangestellten können Ihnen in diesem Fall helfen. Alle Taxis in den Großstädten haben einen Taximeter. Treffen Sie auf ein Taxi ohne Taximeter, ist es ratsam, den Preis vor dem Besteigen des Autos auszuhandeln. Allerdings kann es vorkommen, dass der Fahrer am Ende der Fahrt versucht, mehr zu verlangen als vereinbart wurde. In diesem Fall sollten Sie in aller Ruhe erklären, dass Sie den vereinbarten Preis bezahlen, nicht mehr und nicht weniger. Beachten Sie bei Fahrern mit Taximeter bitte, dass Schnellstraßengebühren vom Fahrgast bezahlt werden müssen. Diese Gebühr wird zum angezeigten Betrag hinzugefügt. In Peking kostet die Flughafenschnellstraßengebühr für Personenkraftwagen 10 Yuan.

VISUM

Visa können bei den zuständigen Vertretungen der Volksrepublik China beantragt werden. Bitte beachten Sie, dass Sie persönlich bei der Vertretung erscheinen müssen. Die Bearbeitung dauert ungefähr eine Woche. Es können Visa zur einfachen Einreise und Visa zur mehrfachen Einreise, die zwischen 3 Monaten bis zu einem Jahr gültig sind, ausgestellt werden. Ihr Reisepass muss mindestens für die nächsten sechs Monate gültig sein.

NÜTZLICHE DINGE, DIE MAN DABEI HABEN SOLLTE

Fotoapparat oder Digitalkamera (Batterien, Memory Cards und Filme können zu einem tiefen Preis gekauft werden), Mobiltelefon, Taschenmesser, persönliche Medikamente, Notfallapotheke, Deodorant (kaum erhältlich in China), Sonnenbrille, Reiseführer, Höhenmesser, Kompass, GPS für Reisen in Bergregionen, Bank- oder Kreditkarte, Pass mit Visum, Sprachbuch. Gegenstände des täglichen Bedarfs können in China zu fast jeder Uhrzeit und an beinahe allen Orten preiswert gekauft werden.

Für Damen: Tampons sind in China kaum erhältlich.