Neue Wege
Bewusst Reisen



Detailprogramm

Bhutan

Rundreise Bhutan Durchquerung: Bhutan in all seiner Schönheit entdecken

Inhalt

Reisedetails ... 3
Reiseverlauf ... 3
Vorgesehener Reiseverlauf ... 3
Enthaltene Leistungen ... 8
Zusätzliches Entgelt ... 8
Wahlleistungen ... 8
Termine und Preise ... 9
Teilnehmerzahl ... 9
Reisedauer ... 9
Reiseleitung ... 9
Praktische Hinweise ... 10
Atmosfair / Anreise / Transfers ... 10
Einreisebestimmungen / Sicherheit ... 10
Gesundheit und Impfungen ... 11
Mitnahmeempfehlungen ... 12
Währung / Post / Telekommunikation ... 13
Zollbestimmungen ... 14
Wissenswertes ... 14
Versicherung ... 14
Nebenkosten / Trinkgelder ... 14
Umwelt ... 15
Bewusst reisen mit NEUE WEGE ... 15
Zeitverschiebung und Klima ... 15
Sprache und Verständigung ... 16
Religion und Kultur ... 16
Essen und Trinken ... 16
Einkaufen und Souvenirs ... 17
Besondere Verhaltensweisen ... 17
Reiseliteratur ... 18

Reisedetails

Bhutan

Rundreise Bhutan Durchquerung: Bhutan in all seiner Schönheit entdecken

Reiseverlauf

- Unbekanntes Ostbhutan mit den kulturellen Höhepunkten Westbhutans kombiniert
- Bhutanische Kultur und Alltagsleben hautnah erleben
- Im traditionellen Hot Stone Bath entspannen
- Ursprüngliche Klosterfestivals erleben

Eine Bhutan Rundreise von Ost nach West – das ist mehr als eine Reiseroute. Im wenig bereisten Osten beginnt diese Kulturreise durch Bhutan: stille Täler, Klöster wie Gom Kora und Chorten Kora, Dörfer, in denen jahrhundertealte Traditionen noch selbstverständlich gelebt werden. Langsam verschiebt sich die Landschaft, weiten sich die Täler, treten die großen Dzongs in den Blick. Die geführte Bhutan Gruppenreise führt Sie durch das ganze Königreich – von der Berglandschaft Ostbhutans bis zum Tiger's Nest in Paro, das am Ende der Reise erstiegen wird. Ein Land in seiner ganzen Tiefe, von einer Seite zur anderen.

Ihre Unterkünfte

Die Unterkünfte dieser Bhutan Rundreise spiegeln das Land wieder, das Sie durchqueren. In Delhi übernachten Sie in einem komfortablen Hotel in Flughafennähe. In Samdrup Jonkhar erwartet Sie eine einfache Unterkunft – funktional und nah am Leben der Region. In Bhutan selbst begleiten Sie landestypische Mittelklasse-Hotels. Die Hotels fügen sich in ihre Umgebung ein – komfortabel, authentisch und nah an dem, was diese Reise ausmacht.

Verpflegung und Genuß

In Delhi startet der Tag mit einem Frühstück im Hotel – ruhig, bevor die Reise richtig beginnt. In Bhutan ist die Verpflegung durchgehend als Vollpension organisiert: Frühstück, Mittagessen und Abendessen begleiten Sie durch das ganze Königreich. Die bhutanische Küche ist bodenständig und regional geprägt – Reis, Nudeln, Gemüse, würzige Currys und Ema Datshi, der nationale Klassiker aus Chili und Käse.

Geeignet für

Diese Bhutan Rundreise richtet sich an kulturell interessierte Reisende, die ein Land in seiner ganzen Breite kennenlernen möchten – von den stillen, wenig bereisten Tälern des Ostens bis zu den bekannten Klosterburgen des Westens. Sie ist geeignet für Menschen mit Interesse an gelebtem Buddhismus, landestypischen Traditionen und authentischen Begegnungen abseits touristischer Pfade. Einzelne Wanderungen wie der Aufstieg zum Tiger's Nest setzen eine normale Grundkondition voraus.

Klosterfestivals

Ein besonderes Erlebnis dieser Bhutan Rundreise ist der Besuch von einem der traditionellen Klosterfestivals, den sogenannten Tshechus. Diese farbenprächtigen Feste mit rituellen Maskentänzen und Zeremonien gehören zu den lebendigsten Ausdrucksformen des bhutanischen Buddhismus. Je nach Reisetermin besuchen Sie verschiedene Festivals, wie das Domkhar Tshechu oder das bekannte Jakar Tshechu Klosterfestival in Bumthang – ein Moment, der die spirituelle Seele Bhutans unmittelbar erlebbar macht.

Das besondere Erlebnis

Diese Bhutan Rundreise verbindet klassische Kulturhöhepunkte mit ganz persönlichen Begegnungen – Momenten, die näher an den Menschen und ihrem Alltag sind als jede Besichtigung. Sie kochen gemeinsam mit einer bhutanischen Familie und essen am Abend zusammen. Sie sprechen mit einem erfahrenen Mitglied der bhutanischen Gesellschaft über das Konzept des Gross National Happiness – ein Ansatz, der in Bhutan nicht Schlagwort, sondern gelebter Maßstab ist. Sie probieren Gho und Kira an, die nationale Tracht, und entspannen in einem traditionellen Hot Stone Bath nach dem Aufstieg zum Tiger's Nest. Bhutan nicht nur sehen – sondern wirklich kennenlernen.

Vorgesehener Reiseverlauf

Änderungen vorbehalten

1. Tag: Ankunft in Delhi und Weiterreise nach Bhutan

Die Reise beginnt mit der Ankunft in Delhi kurz nach Mitternacht. Nach den Einreiseformalitäten erfolgt ein Transfer zum Flughafenhotel, wo Sie sich einige Stunden ausruhen.

Am nächsten Morgen fliegen weiter nach Guwahati im Osten Indiens, von wo aus die Überlandfahrt nach Bhutan beginnt. Bereits beim Grenzübertritt vom quirligen Indien nach Bhutan spüren Sie den Unterschied – eine Ruhe und Gelassenheit, die Sie die kommenden zwei Wochen begleiten wird.

Übernachtung in Samdrup Jonkhar.
Fahrtzeit:ca 3,5 Stunden (ca. 120 km)

2. Tag: Fahrt durch Ostbhutan nach Trashigang

Aus dem Tiefland Assams führt die heutige Etappe in die tiefen Täler und ersten Ausläufer des Himalaya bis nach Trashigang, dem Zentrum Ostbhutans. Schmale Flusstäler mit steilen Berghängen prägen das Bild – die Dörfer liegen hoch oben, weit über dem Fluss.

Unterwegs durchqueren Sie viele Dörfer und werden so mit der typisch bhutanischen Architektur vertraut.. Die Region ist bekannt für ihre hochwertige Webkunst. Vielleicht ergibt sich bereits heute die Gelegenheit, bei einem Weber einzukehren und einen Einblick in dieses traditionelle Handwerk zu erhalten.

Am Nachmittag erreichen Sie den lebendigen Marktort Trashigang mit seinem Dzong auf einem Felsvorsprung. Ein kurzer Spaziergang führt Sie vom Ort zu Ihrem Hotel, das ruhig etwas außerhalb liegt – ein erster Eindruck des bhutanischen Tempos.

Zwei Übernachtungen in Trashigang.
Fahrtzeit: ca. 7 Stunden (ca. 180 km)
Wanderung: ca. 30 min.



3. Tag: Gom Kora und Chorten Kora - heilige Klöster Ostbhutans

Ein Tagesausflug führt tiefer in die Berge. Hier warten einige der schönsten Tempel Ostbhutans. Der kleine Ort Trashiyangtse lädt zu einem Spaziergang ein. Wenn möglich besuchen wir das National Institute of Zorig Chusum – eine der wenigen Schulen Bhutans, in der die dreizehn traditionellen Kunsthandwerke des Landes gelehrt und bewahrt werden. Der im nepalesischen Stil erbaute Chorten Kora ist dem großen Meister Padmasambhava geweiht – ein beeindruckender Anblick in stiller Umgebung.

Auf dem Rückweg nach Trashigang lohnt der Besuch des Gom Kora Tempels mit seiner besonders andächtigen Atmosphäre. Der Legende nach meditierte Padmasambhava hier in einer Felshöhle, bezwang lokale Dämonen und verwandelte sich in ein Vogelwesen. Noch heute pilgern gläubige Bhutaner aus dem ganzen Land hierher, um die Kora – die rituelle Umrundung des Tempels – zu begehen.

Bei der Reise im März 2027 (7BTG0101) besuchen Sie an diesem Tag das „Gomphukora Festival".

Fahrtzeit: ca. 3 bis 4 Stunden (ca. 110 km)



4. Tag: Über den Kori La-Pass nach Mongar

Eine kürzere Tagesetappe führt von Trashigang nach Mongar auf 1.700 m. Hinter dem kleinen Ort Yadi beginnt der steile Anstieg zum Kori La Pass auf 2.450 m.

Mongar liegt an der traditionellen Verbindungsstrecke zwischen Zentralbhutan und den tiefen Tälern des Ostens. Der Dzong des Ortes stammt aus dem Jahr 1953, wirkt jedoch wesentlich älter – er wurde ganz in traditioneller Bauweise errichtet. Die lokalen Sprachen dieser Region unterscheiden sich grundlegend von den tibetisch geprägten Dialekten Zentral- und Westbhutans – ein stiller Hinweis auf die innere Vielfalt des Landes.

Übernachtung in Mongar.
Fahrt: ca. 3 bis 4 Stunden (ca. 90 km)



5. Tag: Fahrt nach Bumthang, das kulturelle Herz Bhutans

Die heutige Etappe gehört zu den landschaftlich eindrucksvollsten der gesamten Bhutan Rundreise. Die kurvenreiche Straße über den Trumshing La Pass auf 3.750 m führt durch tiefe Schluchten und an fast senkrecht abfallenden Felswänden entlang – besonders zwischen Namling und Sengor wirkt die Strecke wie in den Fels hineingefräst.

Auf der Passhöhe eröffnet sich bei klarem Wetter ein erster Blick auf den Gangkar Puensum, mit 7.541 m Bhutans höchsten und zugleich einen der letzten unbestiegenen Berge der Erde. Der Abstieg führt in die Region Bumthang im Herzen Bhutans. Die vier Täler Bumthangs sind weiter und offener als die engen Schluchten des Ostens

Zwei Übernachtungen in Jakar.
Fahrt: ca. 7 bis 8 Stunden (ca. 200 km)



6. Tag: Klosterwanderung in Bumthang

Bumthang gilt als kulturelles Herzstück Bhutans, und der heutige Tag gibt Ihnen die Zeit, es in Ruhe zu erkunden. Eine lohnenswerte Wanderung verbindet die bedeutendsten Klöster des Chokhor Tals: der Jambay Lhakhang aus dem 7. Jahrhundert, einer der ältesten Tempel Bhutans, und der Kurjey Lhakhang, dessen ältester Teil um eine Höhle erbaut wurde, in der Padmasambhava meditiert haben soll.

Ein Fußweg führt weiter zum kleinen Kloster Tamshing mit den wahrscheinlich ältesten erhaltenen Malereien Bhutans. Den Abschluss bildet der Jakar Dzong mit seinen eindrucksvollen, teils 500 Jahre alten Wandmalereien.

Bei der Reise im Oktober 2026 (6BTG0103) besuchen Sie an diesem Tag das „Jakar Tshechu Festival".
Bei der Reise im April 2027 (7BTG0102) besuchen Sie an diesem Tag das „Domkar Tshechu Festival".
Bei der Reise im Oktober 2027 (7BTG0103) besuchen Sie an diesem Tag das „Tamshing Phala Chhoepa Festival".
Bei der Reise im November 2027 (7BTG0104) besuchen Sie an diesem Tag das „Jakar Tshechu Festival".

Am Abend erwartet Sie als besonderes Highlight ein traditioneller Kochkurs mit anschließendem Abendessen bei einer Landfamilie – eine wunderbare Gelegenheit, die bhutanische Küche kennenzulernen und mit den Gastgebern ins Gespräch zu kommen.

Wanderung ca. 2 bis 3 Stunden



7. Tag: Trongsa - die mächtigste Klosterburg Bhutans

Die Fahrt von Bumthang nach Trongsa führt durch das liebliche Chume Tal hinauf zum Yutong La Pass auf 3.400 m. Auf der Fahrt kommen Sie durch einige bekannte Weberdörfer. Hier bieten die Weber ihre bunten Teppiche und Tücher am Straßenrand zum Verkauf an, die Preise sind etwas günstiger als in den Souvenirläden der Städte.

Trongsa auf 2.250 m war einst das Bindeglied zwischen Ost- und Westbhutan. Der Trongsa Dzong ist die vielleicht eindrucksvollste Klosterburg des ganzen Landes: mächtig von außen, mit verwinkelten Innenhöfen, in denen man sich in eine andere Zeit versetzt fühlt. Mit etwas Glück erleben Sie eine Puja der Mönchsgemeinde.

Ein weiterer Höhepunkt ist der Besuch des Wehrturms Ta Dzong, der hoch über der Burg thront. Heute beherbergt er ein sehenswertes Museum mit bedeutenden Sammlungen zur buddhistischen Kunst Bhutans sowie zur Geschichte der bhutanischen Königsfamilie

Übernachtung in Trongsa.
Fahrt: ca. 2,5 Stunden (ca. 68 km)



8. Tag: Durch die Black Mountains nach Punakha
Die Strecke von Trongsa nach Punakha windet sich durch dichte Wälder und enge Schluchten. Unterwegs passieren Sie den Chendebji Chorten, einen friedvollen Ort mit bunten Gebetsfahnen und langen Mauern aus Gebetssteinen, dessen Augenpaare in alle vier Himmelsrichtungen blicken.

Bei der Reise im September 2026 (6BTG0102) machen Sie an diesem Tag einen Abstecher nach Gangtey und besuchen Sie an diesem Tag das „Gangtey TshechuFestival".

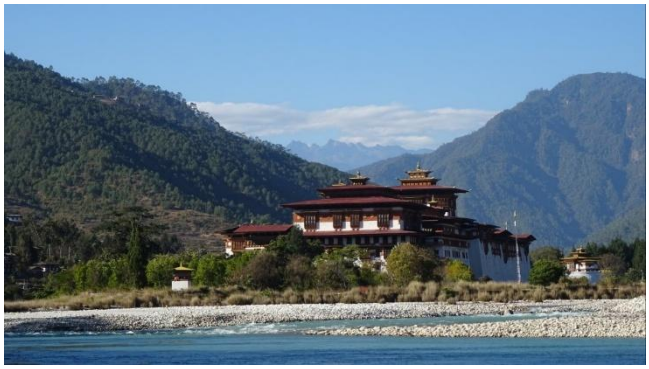
Vom Pele La Pass auf 3.300 m reicht der Blick bei klarem Wetter bis zum heiligen Berg Jomolhari. Die Fahrt ins Tal von Punakha ist landschaftlich besonders reizvoll. Mit etwas Glück treffen Sie auf Goldlanguren hoch oben in den Baumwipfeln, und vielleicht kreuzt sogar ein Bär oder einer der seltenen Tiger Ihren Weg.

Im subtropischen Tal von Punakha erwartet Sie eine kurze Wanderung durch kleine Dörfer und Reisfelder zum Chimi Lhakhang. Der Tempel ist einer der bekanntesten Fruchtbarkeitstempel Bhutans, und viele junge bhutanische Paare bringen hier Opfergaben dar, damit ihr Kinderwunsch erhört wird.

Der Punakha Dzong, erbaut am Zusammenfluss des Pho Chhu und Mo Chhu, gehört zu den schönsten Klosterburgen des ganzen Landes. Alle Könige der Wangchuck-Dynastie wurden hier gekrönt. Bhutans längste Hängebrücke überspannt den Fluss in unmittelbarer Nähe – ein etwas wackeliger, aber lohnender Weg mit weiten Blicken auf den Dzong.

Zwei Übernachtungen in Punakha.

Fahrt: ca. 5 Stunden (ca. 140 km)
Wanderung ca. 1,5 Stunden



9. Tag: Wanderungen im Tal von Punakha
Das fruchtbare Tal von Punakha lädt zu ruhigen Wanderungen ein. Hoch über dem Tal thront der Khamsum Yuelley Namgyal Chorten – ein außergewöhnlicher Tempel über vier Stockwerke, mit weiten Blicken auf die Schneemassive im Norden. Dieser außergewöhnlich schönem Tempel wurde im Auftrag der Mutter des neuen Königs erbaut wurde, um den Segen der Götter auf diesen zu lenken.

Das neu erbaute Nonnenkloster Sangchhen Dorji Lhuendrup ist per Jeep oder zu Fuß erreichbar und bietet einen stillen Ort für einen meditativen Moment mit Panoramablick bis zum Dochu La Pass.

Falls es das Programm erlaubt, nehmen Sie am Abendgebet der Nonnen teil – ein ruhiger, berührender Moment am Ende des Tages.

Wanderung ca. 2 Stunden



10. Tag: Über den Dochu La nach Thimphu
Der Dochu La Pass auf über 3.000 m gilt als schönster Bergpass Bhutans – 108 Chorten auf der Passhöhe verleihen diesem Ort eine stille, eindrucksvolle Atmosphäre. Bei klarem Wetter öffnet sich der Blick auf die schneebedeckten Gipfel an der tibetischen Grenze.

Thimphu, auf 2.350 m gelegen, ist Bhutans Hauptstadt – eine der wenigen Hauptstädte der Welt ohne Ampeln. Trotz stetigem Wachstum wird konsequent auf traditionelle Bauweise geachtet. Oberhalb der Stadt thront der 52 m hohe Buddha Dordenma, eine der größten Buddhastatuen des Himalaya, mit wunderbarem Blick ins Thimphu Tal. Die Anlage ist noch immer nicht ganz fertig gestellt, trotzdem absolut sehenswert. Im Innern der Statue befinden sich mehrere kleine Tempel und abertausende kleiner Buddhafiguren.

Nicht versäumen sollten Sie den National Memorial Chorten und den Trashi Chhoe Dzong, die imposante Klosterburg und Sitz der Regierung und der obersten Mönchsverwaltung.

Am Nachmittag begegnen Sie einem erfahrenen Mitglied der bhutanischen Gesellschaft, das Ihnen Einblicke in Kultur und Philosophie des Landes gibt – darunter das einzigartige Konzept des Gross National Happiness, das in Bhutan nicht Theorie, sondern gelebter Maßstab für politische Entscheidungen ist.

Übernachtung in Thimphu
Fahrt: ca. 2,5 Stunden (ca. 77 km)



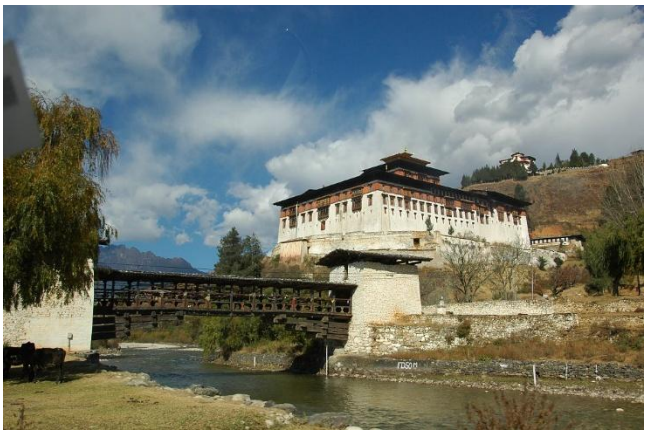
11. Tag: Weiterfahrt nach Paro
Auf Bhutans besten Straßen fahren Sie nach dem Frühstück nach Paro. Einige Kilometer vor dem Ort wartet der Tempel von Drakarpo – einer der heiligsten Orte des Paro Tals. Eine kleine Kora, die Umrundung des Klosters, führt in rund 20 Minuten zu spirituellen Orten und Kultstätten. Viele Bhutaner jeden Alters kommen hierher, um die Kora an mehreren Tagen hintereinander insgesamt 108x zu begehen. Drakarpo ist ein Ort, der einen tiefen Einblick in die Seele Bhutans gewährt.

Anschließend erkunden Sie Paro: Über eine alte Holzbrücke und steile Stufen führt der Weg hinauf zum Paro Dzong. Wie alle Klosterfestungen in Bhutan ist der Dzong sowohl Sitz der Regionalverwaltung als auch Kloster. Paro Dzong ist ein magischer Ort und voller Atmosphäre - und ein Sinnbild für die buddhistische Kultur Bhutans. Nicht umsonst wurden hier Teile des Films "Little Buddha" von Bernardo Bertolucci gedreht.

Der Jangtsa Dumtseg Lhakhang ist einer der ungewöhnlichsten Tempel Bhutans. Der im 15. Jahrhundert erbaute Stupa-Tempel ist als Mandala konzipiert: Drei Stockwerke symbolisieren Hölle, Erde und Himmel und beherbergen eine außergewöhnliche Sammlung buddhistischer Malereien und Ikonographie.

Am Nachmittag lernen Sie mehr über Gho und Kira, die nationale Tracht Bhutans – und haben die Möglichkeit, sie selbst anzuprobieren. Ein heiterer, persönlicher Moment, der die Verbindung zur Kultur auf ganz unmittelbare Weise herstellt.

Zwei Übernachtungen in Paro.
Fahrt: ca., 1,5 Stunden (ca. 65 km)

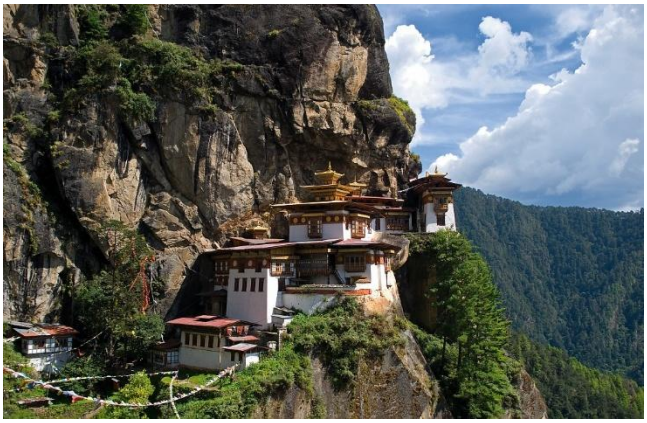


12. Tag: Aufstieg zum Tiger's Nest
Das Taktsang Kloster – das Tiger's Nest – ist der heiligste Ort Bhutans und zugleich der krönende Abschluss dieser Bhutan Rundreise. Spektakulär in eine senkrecht abfallende Felswand gebaut, hoch über dem Paro Tal, ist es ein Ort, dessen Anblick lange nachhallt. Der Aufstieg auf breiten, aber steilen Pfaden dauert etwa eine Stunde bis zur Aussichtsplattform mit Blick hinüber zum Kloster. Der zweite Abschnitt führt über Treppen am Abgrund entlang durch eine schmale Klamm direkt zum Kloster.

Im Anschluss besuchen Sie den Kyichu Lhakhang, einen der ältesten Tempel Bhutans und langjähriges Heimatkloster des bedeutenden Lehrers Dilgo Khyentse Rinpoche.

Am Nachmittag erwartet Sie nach der Wanderung ein Hot Stone Bath – eine traditionelle bhutanische Form der Entspannung, bei der erhitzte Flusssteine das Wasser erwärmen. Eine wohltuende Einkehr nach einem der eindrucksvollsten Tage der Reise.

Wanderzeit ca. 4 Stunden (abhängig von der Besichtigungszeit im Kloster)



13. Tag: Abschied von Bhutan
Am Morgen fliegen Sie von Paro zurück nach Delhi – ein Flug, der selbst zum Erlebnis wird: Auf der rechten Seite reihen sich die höchsten Gipfel der Erde aneinander, vom Kanchenjunga über den Everest bis zur Annapurna. In Delhi werden Sie am Flughafen abgeholt und fahren zu Ihrem Hotel

Übernachtung in Delhi.



14. Tag: Rückflug
Transfer zum Flughafen zum Rückflug.

Enthaltene Leistungen

Linienflug in der Economy Class Delhi – Guwahati (mit Air India oder Indigo) und Paro – Delhi · erforderliche Transfers · Übernachtungen im geteilten Doppelzimmer in landestypischen Hotels der Mittelklasse · Frühstück in Delhi, in Bhutan Vollpension · Programm lt. Reiseverlauf – Änderungen vorbehalten · durchgehend qualifizierte Deutsch sprechende NEUE WEGE Reiseleitung · Eintrittsgelder · erforderliche Permits, Visum für Bhutan · NEUE WEGE Informationsmaterial ·

Zusätzliches Entgelt

Linienflüge ab Deutschland / Österreich / Schweiz nach Delhi · Visumgebühr Indien (ca, 30,00 USD) · Mittag- und Abendessen in Delhi · Getränke · Ausgaben persönlicher Art · Trinkgelder · alle weiteren, nicht aufgeführten Leistungen

Wahlleistungen

· Aufpreis für Einzelzimmer für Reisen in 2026 € 595
· Aufpreis für Einzelzimmer für Reisen in 2027 € 650

· Flüge nach Delhi ab Ihren Wunschflughafen in der Buchungsklasse Ihrer Wahl (Preis auf Anfrage)
· Rail & Fly-Ticket 2. Klasse (Je nach Fluggesellschaft können unterschiedliche Entgelte anfallen)
· Reiseversicherung (Preis auf Anfrage)

Termine und Preise

Reise-Nr.	von	bis	Preis in €
6BTG0101	23.04.26	06.05.26	€ 5.295
6BTG0102	18.09.26	01.10.26	€ 5.295
6BTG0103	15.10.26	28.10.26	€ 5.295
7BTG0101	15.03.27	28.03.27	€ 5.295
7BTG0102	12.04.27	25.04.27	€ 5.295
7BTG0103	06.10.27	19.10.27	€ 5.295
7BTG0104	03.11.27	16.11.27	€ 5.295

* Termin 6BTG0102 mit Gangtey Tshechu Festival am 25.09.26
* Termin 6BTG0103 mit Jakar Tshechu Festival am 20.10.26
* Termin 7BTG0101 mit Gomphukora Festival am 17.03.27
* Termin 7BTG0102 mit Domkar Tshechu Festival am 17.04.27
* Termin 7BTG0103 mit Tamshing Phala Chhoepa Festival am 11.10.27
* Termin 7BTG0104 mit Jakar Tshechu Festival am 08.11.27

Gerne bieten wir Ihnen auf Wunsch Flüge ab dem Flughafen Ihrer Wahl an.

Teilnehmerzahl

Mindestens 4, höchstens 12

Reisedauer

14 Tage

Reiseleitung

Lekden Gyel
Ich wurde 1986 in Bumthang geboren und lebe noch heute dort. Ich liebe meine Heimat, die Natur und das Wandern in den Bergen. Mein Interesse an Fremdsprachen führte dazu, dass ich mir Deutsch während des Corona Shutdowns selbst beibrachte. Es ist für mich ein Geschenk, Ihnen dieses Paradies zeigen zu dürfen.

Praktische Hinweise

Atmosfair / Anreise / Transfers

Anreise

Zielflughafen für Ihre Reise ist Delhi (DEL). Gerne buchen wir Ihnen einen Flug mit einer renommierten Fluggesellschaft in der gewünschten Buchungsklasse, ab Ihrem Wunschflughafen. Neue Wege Reisen haftet nicht für Flugplanänderungen, Verspätungen, etc. und daraus resultierende Programmänderungen. Es gelten die internationalen Bestimmungen der Fluggesellschaften.

atmosfair

Schließen Sie mit uns einen Bund für klimaneutrales Fliegen: Wenn Sie Ihren Flug über uns buchen zahlt NEUE WEGE für jede atmosfair-Buchung die Hälfte des Beitrags. So funktioniert atmosfair: Unter www.atmosfair.de ermitteln Sie mit wenigen Klicks die CO^2-Emission Ihres Fluges. Dieselbe Menge an Kohlendioxid wird in einem atmosfair-finanzierten Projekt an anderer Stelle eingespart, zum Beispiel, indem ein indisches Dorf seinen Dieselgenerator durch eine moderne Solaranlage ersetzt. Wenn Sie atmosfair fliegen, unterstützen Sie diese Projekte mit einer Spende, die sich nach der CO^2-Emission Ihres Fluges richtet. Atmosfair ist vom TÜV zertifiziert und wird laufend kontrolliert. So sind Sie sicher, dass Sie interessante Reisen mit verantwortungsbewusstem Handeln verbinden - wirklich atmosfair! Wenn Sie einen atmosfair-Beitrag leisten möchten, geben Sie dies einfach bei Ihrer Buchung an.



Einreisebestimmungen / Sicherheit

Einreisebestimmungen

Für die Einreise benötigen Sie einen Reisepass, der nach Ausreise noch 6 Monate gültig ist und genügend freie Seiten für die Einträge des Visums hat (jeweils 2 freie Seiten für Bhutan sowie Nepal bzw. Indien, falls benötigt).

Bhutan

Das Visum beantragt Neue Wege im Vorfeld der Reise für Sie. Sie erhalten von uns ein E-Visa (Visa Clearance Form), das Visum wird erst bei der Ankunft am Flughafen von Paro oder in Phuentsholing bzw. Samdrup Jonkhar in den Pass gestempelt. Zur Beantragung des Visums benötigen wir eine Farbkopie Ihres Reisepasses sowie ein Bild, am besten eingescannt per Mail, oder als Farbkopie per Post.

Wichtig: Beim Check-In für den Flug nach Bhutan müssen Sie das E-Visa am Check-In-Schalter der Airline mit vorzeigen.

Bei Anreise über Indien

Die Einreise nach Indien benötigen Sie einen Reisepass, der nach Reiseende noch 6 Monate gültig ist sowie ein eTourist Visa.
Dieses kann online im Verfahren der **Electronic Travel Authorization (ETA)** beantragt werden. Die Beantragung ist bis spätestens 4 Tage vor Einreise möglich; wir empfehlen jedoch, den Antrag **spätestens 14 Tage vor Einreise** zu stellen. Das Visum kann wahlweise für eine einmalige Einreise mit einem Aufenthalt von bis zu 30 Tagen oder für mehrmalige Einreisen mit längeren Aufenthalten und einer Gültigkeit von bis zu 5 Jahren beantragt werden. Die Visumgebühren beginnen bei 10 USD und sind nicht erstattbar. Bitte beachten Sie, dass die Beantragung des Visums in Eigenregie erfolgt.

Zusätzlich ist **ab 72 Stunden vor Einreise** eine **Arrival Card** online auszufüllen: https://indianvisaonline.gov.in/earrival/.
Ausländische Staatsangehörige sind vor der Einreise nach Indien verpflichtet, das **Gesundheitsformular Air Suvidha** online auszufüllen.
Das Formular ist über folgenden Link erreichbar und kann ab **36 Stunden vor Einreise** ausgefüllt werden: https://airsuvidha.civilaviation.gov.in/

Alle hierfür erforderlichen Informationen senden wir Ihnen mit der Buchungsbestätigung zu.

Aktuelle Informationen zur Visumsbeantragung finden Sie auf der offiziellen Website der indischen Behörde für Immigration: indianvisaonline.gov.in
Weitere aktuelle Informationen:
Deutschland: indianembassyberlin.gov.in
Österreich: https://eoivienna.gov.in/
Schweiz: indembassybern.gov.in

Bei Anreise über Nepal:
Für die Einreise nach Nepal benötigt man einen nach Ausreise noch 6 Monate gültigen Reisepass und ein Visum, welches bei der Einreise an Grenzübergangsstellen nach Nepal oder am Flughafen Kathmandu erteilt wird.
Die Visumgebühren betragen (Stand Mai 2026):

Touristenvisum 15 Tage Gültigkeit: 30 USD
Touristenvisum 30 Tage Gültigkeit: 50 USD
Touristenvisum 90 Tage Gültigkeit: 125 USD

Das Visum für Nepal können Sie am Flughafen in Kathmandu beantragen (Visum on Arrival). Hierzu registrieren Sie sich frühestens 15 Tage vor Einreise unter folgendem Link
https://nepaliport.immigration.gov.np/on-arrival/1001

Am Ende drucken Sie sich bitte die Seite aus und nehmen den Antrag mit nach Nepal. Die Visa-Gebühr wird direkt am Flughafenschalter bezahlt (in bar (auch in Euro) oder mit Kreditkarte), wo letztendlich das Visum in den Pass eingetragen und gestempelt wird.

Bitte beachten Sie bei der Beantragung des Visums:
Der Reiter "Select your entry port" bietet ihnen die Flughäfen oder Grenzübergänge an, an denen sie in Nepal einreisen können. Wenn sie in Kathmandu mit dem Flugzeug landen, wählen sie: Tribhuvan International Airport.
Manchmal wird auch nach dem „last port of call" gefragt. Das ist der Flughafen, von dem aus sie nach Kathmandu geflogen sind.

Sicherheitshinweise

Bhutan gilt als sehr sicheres Reiseland. Trotzdem empfiehlt es sich, Geld, Flugtickets und Pass am besten immer am Körper zu tragen (v.a. bei den Vorprogrammen in Nepal oder Indien, Taschendiebstahlgefahr). Eine Kopie der Passinnenseite und des Visums sowie Passfotos und Schecknummern bitte separat aufbewahren. Gepäckstücke nicht unbewacht lassen oder in Hotels Wertgegenstände offen im Zimmer herumliegen lassen.

Aktuelle Informationen zur Sicherheitslage gibt die Homepage des Auswärtigen Amtes:
www.auswaertiges-amt.de/DE/Laenderinformationen/00-SiHi/BhutanSicherheit.html



Gesundheit und Impfungen

Der Gesundheitsdienst des Auswärtigen Amtes empfiehlt generell immer den Schutz gegen Tetanus, Diphtherie, Polio, Influenza, Pertussis und Hepatitis A. Bei Langzeitaufenthalten über vier Wochen oder besonderen Risiken auch Hepatitis B, Japanische Enzephalitis, Tollwut, Typhus und evtl. Cholera.
Aktuelle Informationen finden Sie unter: www.auswaertiges-amt.de/DE/Laenderinformationen/00-SiHi/BhutanSicherheit.html

Vor Ihrer Reise empfiehlt es sich, den Rat eines Tropenarztes einzuholen. Gute Informationen erhalten Sie beim Zentrum für Reisemedizin unter www.crm.de oder beim Tropeninstitut Hamburg unter www.gesundes-reisen.de. Dort finden Sie auch Angaben zur Malariaprophylaxe. Am besten nur Mineralwasser aus gekauften, original verschlossenen Flaschen, oder aufbereitetes Wasser trinken. Absolut tabu sind Eiswürfel in Getränken. Vorsichtshalber kein Speiseeis oder ungeschältes Obst essen. Generell gilt: "Schälen Sie es, kochen Sie es oder vergessen Sie es!" Achten Sie darauf, dass Fleisch und Fisch immer gut durchgebraten sind. So können Sie Durchfälle und viele Tropen- und Infektionskrankheiten vermeiden. Bhutan bietet eine Fülle an vegetarischen Köstlichkeiten, die gekocht sehr empfehlenswert sind.

Wichtige Medikamente

Nehmen Sie bitte Ihre gewohnten Medikamente in ausreichender Menge mit. Sie sollten sich in Absprache mit Ihrem Hausarzt eine kleine Reiseapotheke zusammenstellen. Schützen Sie sich vor zu langer und intensiver Sonneneinstrahlung mit einem leichten Sonnenhut,

einer guten Sonnenbrille und Cremes für die Lippen und Haut. Wichtig sind Medikamente gegen Grippe, Kopfschmerzen, sowie gegen Magen- und Darmverstimmungen. Viele Medikamente sind in den Apotheken in Indien bzw. Kathmandu und auch in Bhutan verfügbar. Häufig sind es Lizenzprodukte, welche günstig in Indien oder Nepal produziert werden. Denken Sie auch an einen ausreichenden Schutz vor Insektenstichen. Wer regelmäßig Medikamente einnehmen muss, unter psychischen oder physischen Krankheiten leidet, sollte vor Abreise seinen Hausarzt konsultieren und Neue Wege Reisen im Vorfeld darüber informieren.

Für Trekkingtouren in die hohen Lagen des Himalya (z.B. Jomolhari Trek, Snowman Trek, u.U. auch Druk Path Trek) gilt:

Von uns erhalten Sie noch einmal wichtige Trekkingtipps unter: https://www.neuewege.com/asien-reisen/wandern-und-trekking/

Hinweise zur Höhenakklimatisation:
Wer ab ca. 3000 m unter starken Kopfschmerzen, die mit Ibuprofen oder ähnlichem Medikament nicht mehr erfolgreich bekämpft werden können, leidet, sollte sich mit dem Reiseleiter abstimmen und gegebenenfalls einen Rasttag einlegen.

Lange Aufenthalte in Höhen über 3.000m sind eine Belastung für den Körper. Voraussetzung für die Trekking Reisen sind eine gute körperliche Verfassung. Durch die große Höhe gibt es heftige Winde, starke Sonneneinstrahlung, kalte Nächte und heiße Tage. Ein allgemeiner Gesundheits- und Fitness Check beim Hausarzt ist angesichts der Höhe vor Reiseantritt empfehlenswert.

Höhenkrankheit:
Kommen zu den Kopfschmerzen Appetitlosigkeit, Übelkeit und starkes Frösteln, so sollte wenn möglich ein Arzt aufgesucht und versucht werden, sich in eine niedrigere Höhe zu begeben (Oft reichen wenige hundert Höhenmeter!!) Generell gilt: Die Höhenkrankheit kann jeder bekommen, ganz gleich, ob professioneller Bergsteiger oder Trekking-Einsteiger.

Weitere Infos finden Sie unter: https://www.neuewege.com/asien-reisen/wandern-und-trekking/#c1024608

Wichtige Regeln:
Viel trinken: mindestens 3 - 4 Liter am Tag! Nur abgekochtes oder desinfiziertes Mineralwasser trinken. Keimfreies Mineralwasser und Softdrinks sind in versiegelten Flaschen erhältlich. Der Tee (Chai) kann problemlos genossen werden.

Wichtige Medikamente für Trekkingreisen in den Himalaya:
Auf einer Trekkingreise befinden Sie sich zum Teil weit entfernt von einer Apotheke oder einem Arzt. Deshalb sollten Sie folgendes mitnehmen: Sonnenschutzmittel für extreme Sonneneinwirkung, Lippencreme, Mittel gegen Erkältungen (Hustensaft, Nasen-Gel), Halsentzündungen, Augeninfektionen, Vitamintabletten, Schmerzmittel (Kopfweh, Fieber), Insektenschutzmittel (Spray), Betadine (zur Wunddesinfektion und zur Wasserdesinfektion- 4 Tropfen pro Liter), Wundcreme für trockene, rissige Haut, Antibiotika-Wundcreme, Salbe für Insektenstiche und Allergien, Pflaster, elastische Binde, sterile Gaze, Mittel gegen Durchfall und Verstopfung (Immodium, Lactoferment), evtl. Mittel zur Vorbeugung der Höhenkrankheit (Diamox oder das Homöopathische Arzneimittel Coca C30), gut verträgliche Antibiotika. Hier empfiehlt sich zur Zusammenstellung einer Liste ein Gespräch mit dem Hausarzt, sodass Sie die passenden Medikamente nicht nur mitnehmen, sondern auch in der entsprechenden Situation in der Lage sind, sie selbstverantwortlich anzuwenden.

Mitnahmeempfehlungen

Gepäck
Am Besten eignen sich eine flexible Reisetasche sowie ein Tagesrucksack für die Utensilien des täglichen Gebrauchs (Kamera, Wasserflasche, Medikamente, Regenjacke, Taschenlampe, etc.).

Kleidung
Leichte Kleidung aus Baumwolle eignet sich für den Tag, Pullover und eine leichte Jacke sind für den Abend angebracht. Im Frühjahr und Spätherbst wird warme Kleidung für die frischen Abende (v.a. in Bumthang und während des Trekkings) empfohlen.
Des weiteren sollte Folgendes mitgenommen werden: Hut, Regenschutz (Goretex und Fleece), lange Hosen (am besten mit Zip, um in eine kurze Hose umzuwandeln), langer Rock, T-Shirts, Hemden, Blusen, Trainings- oder Schlafanzug, dicke Socken für Klosterbesuche, Unterwäsche (u.a. warme, lange Unterhose), Waschlappen, 2 Handtücher.
Für Frauen ist es empfehlenswert, dass sie Kleidung wählen, die keinen Anstoß erregt (keine Shorts, keine großen Ausschnitte oder enge Kleider).

Sandalen und leichte Schuhe für Kathmandu bzw. Delhi. Gute und bequeme Schuhe zum Laufen (z.B. Trekkingstiefel oder leichte Wanderstiefel) sind das richtige Schuhwerk für die Wanderungen und längere Trekkingtouren. Bitte nehmen Sie keine neuen Wanderstiefel mit, sondern gut eingelaufene.

Diverses

Wir empfehlen Ihnen, die folgenden weiteren Sachen aus Deutschland mitzunehmen: alle Toilettenartikel, Medikamente (siehe Liste), Sonnenschutz, Taschenmesser (nicht ins Handgepäck), gute Taschenlampe (Stromausfall), Reservebirne, gute Sonnenbrille, Reservebrille, Notizmaterial, Kugelschreiber, Taschentücher, Schirm oder Regenschutz.
Fotoausrüstung, Filme, Blitzlicht und Batterien. Man kann zwar auch vor Ort Filme kaufen, diese sind allerdings teuer und häufig alt. Für Digitalkameras ausreichend Chips und reichlich Ersatzakkus. Wegen der starken Lichtverhältnisse sind Schwarzweißfilme mit einer geringen Empfindlichkeit zu empfehlen. Farbfilme sollten Sie unterbelichten. Sie sollten sich einen ausreichenden Vorrat mitnehmen, bedenken Sie, dass Bhutan ein wirklich "fotogenes" Land ist.

Spezielle Anforderungen für Trekkingtouren

Ihr Trekkinggepäck (flexible Reisetasche oder Rucksack) sollte möglichst in einem wasserdichten Seesack oder in einer großen Sporttasche (und darin noch einmal in Plastiktüten) verstaut sein.
Ihr großes Gepäck (max. 12-15 kg) wird beim Trekking von Pferden / Ponies getragen (einen Teil Ihres Gepäcks können Sie beim Fahrer zur Aufbewahrung überlassen). Ihren Tagesrucksack tragen Sie selbst und dieser sollte alle Utensilien beinhalten, die Sie während des Tages benötigen. Die Träger gehen tagsüber nicht immer mit der Gruppe, zudem wird das Gepäck verschnürt. Abends haben Sie wieder die Möglichkeit an Ihr großes Gepäck zu gelangen.

Packliste:
- Teleskopwanderstöcke
- Wasserflasche oder Thermosflasche,
- evtl. quadratische Sitzunterlage
- Biologisch abbaubare Seife, Waschmittel aus der Tube, kleines Handtuch
- Tabletten zur Wasserentkeimung (zur Sicherheit)
- Verschließbare Plastiktaschen zum Trockenhalten der Kleidung, Schlasäcke und Medikamente
- Regenkleidung (am besten Poncho), Goretexjacke und Windstopper (Fleece)
- Thermounterwäsche und warme Mütze
- Schlafsack und Schlafsackinlet. Vor Ort kann ebenfalls ein hochwertiger Schlafsack über die Agentur angemietet werden, Kosten US$10 pro Trekkingtag (zahlbar vor Ort). Bitte geben Sie dies vor Reisebeginn mit an.

Die Agentur stellt für die Trekkingtouren Zelte, Schaumatratzen, Küchenzelt und Ausrüstung, Toilettenzelt



Währung / Post / Telekommunikation

Währung

Die Landeswährung in Bhutan ist Ngultrum. Ngultrum ist an die Indische Rupie gebunden (die Rupie ist ebenfalls gültiges Zahlungsmittel). Banknoten sind in den Werten 500, 100, 50, 20, 10, 5, 2 und 1 NU im Umlauf. Münzen in den Nennbeträgen 1 NU sowie 100, 50, 25, 10, 5 und 1 Chhertum. Den tagesaktuellen Kurs können Sie unter www.oanda.com ermitteln. In Bhutan gibt es Geldautomaten, jedoch ist die Nutzung oft wegen technischer Störungen nicht möglich. Kreditkarten werden nur in einigen wenigen Hotels akzeptiert, oft wird ein zusätzlicher Aufschlag von 3-4% als Gebühr berechnet. Bitte führen Sie genügend Euro oder Dollar in bar zum Umtauschen in den Hotels und am Flughafen mit.

Post

Luftpostsendungen nach Bhutan sind bis zu zwei Wochen unterwegs. Sendungen nach Europa brauchen 7-10 Tage. Allerdings haben die Briefmarken einen hohen Sammlerwert und werden nicht selten vom Umschlag entfernt, wodurch sich die Zustellung erheblich verzögern kann.

Telefonieren

Die Ländervorwahl von Bhutan ist +975. Europäische Mobiltarife funktionieren in Bhutan nicht. Wenn Sie Ihr

Handy nutzen möchten, dann am besten mit WhatsApp oder Skype Telefonaten im WLan Bereich der Hotels. Oder Sie kaufen Sich preisgünstig vor Ort eine bhutanische SIM-Karte. Ihr Guide hilft Ihnen hierbei gerne.
Die Vorwahl von Bhutan nach Deutschland: +49, nach Österreich +43 und in die Schweiz +41.



Zollbestimmungen

Zollvorschriften

Seit 2004 ist der Verkauf von Tabakwaren in Bhutan verboten. Pro Person ist die Einfuhr von nicht mehr als 200 Zigaretten erlaubt. Die Zigaretten müssen deklariert werden und es fällt eine Einfuhrsteuer von 200% an, zahlbar am Zoll. Hochwertige Gegenstände (z.B. elektronische Geräte) sind in der Zollerklärung zu erwähnen. In Bhutan verkaufte oder verschenkte Gegenstände müssen verzollt werden. Die Ein- und Ausfuhr von Waffen, Drogen und Tierprodukten ist verboten. Bei Verstoß gegen Zoll- oder Einreisevorschriften droht Festnahme.
Die Einfuhr und Nutzung von Drohnen oder anderen unbemannten Luftfahrzeugen (UAVs) ist in Bhutan gesetzlich streng geregelt. Bei Missachtung kann es bei der Ankunft am Flughafen zur Beschlagnahmung der Geräte sowie zu Geldstrafen kommen.

Weitergehende Zollinformationen zur Einfuhr von Waren erhalten Sie bei der Botschaft Ihres Ziellandes. Nur dort kann Ihnen eine rechtsverbindliche Auskunft gegeben werden.

Wissenswertes

Strom

Die Stromspannung beträgt 220 Volt. Es handelt sich um dreipolige Steckdosen. Meist funktionieren jedoch auch europäische Flachstecker. Nehmen Sie ggf. einen Adapter mit; im Bedarfsfall können eventuell auch an der Rezeption Universalstecker ausgeliehen werden.

Foto

Bitte gehen Sie zurückhaltend mit der Kamera um, v.a. wenn Sie Menschen fotografieren. Sie sollten zuerst um Erlaubnis fragen, die jedoch im Allgemeinen gewährt wird. Ein Ablehnen sollte jedoch unbedingt akzeptiert werden! Falls Sie jemandem versprechen sollten, das Bild zu schicken, dann tun Sie es bitte auch.

In den Innenräumen der Klöster ist das Fotografieren meist nicht erlaubt. Klosterfestivals sind ein ideales Fotomotiv. Da es sich jedoch um für Bhutaner sehr wichtige religiöse Zeremonien handelt, bitten wir Sie, hier besonders rücksichtsvoll vorzugehen. Bitte fragen Sie hier Ihren Reiseleiter um Rat. Eine Tempelspende von einigen Rs. wird i.d.R. erwartet.



Versicherung

Wir empfehlen den Abschluss einer Reise-Rücktritts-kosten-Versicherung. Diese können Sie bei Buchung Ihrer Reise direkt bei uns abschließen. Ein umfangreiches Versicherungspaket mit Reiseabbruch-, Reisekranken-, Reisegepäckversicherung, sowie Medizinischer Notfallhilfe ist ebenfalls buchbar. Beachten Sie, dass ein Abschluss bis spätestens 30 Tage vor Reiseantritt erfolgen muss. Bei kurzfristiger Reisebuchung muss der Abschluss direkt bei Anmeldung erfolgen.

Nebenkosten / Trinkgelder

Ihr bhutanischer Guide und der Fahrer begleiten Sie währen der gesamten Bhutanreise. Generell gilt, dass Trinkgelder freiwillig gegeben werden und die Höhe des Trinkgeldes nach Ihrer Zufriedenheit ausfallen sollte. Als Richtwert empfehlen wir bei einer zweiwöchigen Gruppenreise einen Betrag von EUR 40 – EUR 50 für Ihren bhutanischen Guide und etwas mehr als die Hälfte

davon separat für den Fahrer. Bei einer zweiwöchigen Individualreise empfehlen wir einen Betrag von insgesamt ca. EUR 90 - 120 für den Guide und etwas mehr als die Hälfte entsprechend für den Fahrer.

In den Klöstern ist es Landessitte, beim Besuch eine kleine Spende auf dem Altar zu hinterlassen.

Grundsätzlich sollten Sie immer einige Nguldrum mit sich führen, um kleine Dienstleistungen entsprechend honorieren zu können.

Umwelt

Als nachhaltiger Reiseveranstalter legen wir großen Wert auf Umweltschutz und eine angemessene Nutzung der örtlichen Ressourcen. Auch der Einzelne trägt hier Verantwortung und kann dazu beitragen, seine Reise nachhaltig zu gestalten!
Wasser und Elektrizität sind in vielen Ländern ein knappes Gut. Durch einen sparsamen Umgang mit diesen Ressourcen unterstützen Sie eine nachhaltige Entwicklung. Da die Müllentsorgung in den Gastländern oftmals nicht den deutschen Verhältnissen entspricht, sollten Sie darauf achten, so wenig Müll wie möglich zu produzieren. Hierbei können schon ein paar kleine Schritte sehr hilfreich sein! Die Nutzung von Plastikflaschen kann durch die Mitnahme wiederverwendbarer Trinkflaschen vermieden werden. Diese können mit aufbereitetem Wasser aufgefüllt werden. Wenn Sie Batterien und andere heikle Abfälle nicht vor Ort entsorgen, sondern diese wieder mit nach Deutschland nehmen, vermeiden Sie eine unnötige Belastung des Gastlandes. Beim Einkauf können Sie durch die Mitnahme eines Stoffbeutels den Gebrauch von Plastiktüten umgehen. So können Sie helfen, das Plastikaufkommen zu reduzieren.

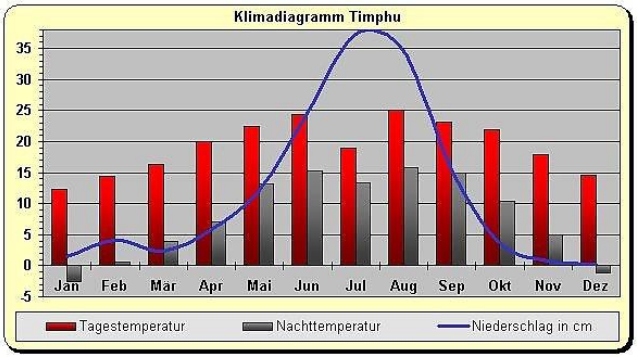


Bewusst reisen mit NEUE WEGE

Mit NEUE WEGE reisen Sie nachhaltig!
Corporate Social Responsibility (CSR) beschreibt die unternehmerische Verantwortung für eine nachhaltige Entwicklung. Diese bezieht sich auf das wirtschaftliche Handeln eines Unternehmens, auf umweltbezogene Aspekte bis hin zu sozialen Beziehungen und Strukturen. Das CSR-Siegel, das von einem unabhängigen Zertifizierungsrat TourCert (Experten aus Tourismus, Wissenschaft, Umwelt, Entwicklung & Politik) vergeben wird, gibt Auskunft über die Wesentlichkeit und Überprüfbarkeit der nachhaltigen Entwicklung bei Touristikunternehmen.
Nachhaltigkeit ist schon seit Firmengründung elementarer Bestandteil der NEUE WEGE Firmenphilosophie. Wir haben die CSR-Initiative ergriffen und geben Ihnen, als verantwortungsvollem Urlaubsgast, Orientierungshilfe und schaffen mehr Transparenz zum Thema Nachhaltigkeit. Für den Erhalt des CSR-Siegels in 2009 hat NEUE WEGE einen Nachhaltigkeitsbericht zur Dokumentation aller CSR-Aktivitäten verfasst. Mit den Re-Zertifizierungen im März 2011 und 2014 unterstreichen wir den kontinuierlichen Verbesserungsprozess in Bezug auf unsere Nachhaltigkeitsziele.
Sehen Sie selbst und lesen Sie mehr im NEUE WEGE Nachhaltigkeitsbericht unter: www.neue-wege.com/nachhaltigkeit

Zeitverschiebung und Klima

Die Zeitverschiebung zwischen Deutschland und Bhutan beträgt im Sommer +4 und im Winter +5 Stunden.
Im Süden ist es tropisch, Richtung Norden und mit ansteigender Höhenlage wird es zunehmend kälter. Tagsüber ist es meist sonnig und klar; vor allem im Winter kann es nachts aber empfindlich kalt werden. Monsun ist zwischen Anfang Juni und September. Bhutan kann zwar das ganze Jahr über bereist werden, doch von Oktober bis November und von März bis Ende Mai sind die besten Urlaubsmonate mit geringer Niederschlagsmenge und angenehmen Temperaturen. Die beste Sicht hat man im Herbst, etwa von Ende September bis Anfang Dezember. In den südlichen Ausläufern des Himalaya ist es auch im Winter nicht sonderlich kalt. Weitere Klimainformationen finden Sie unter: www.iten-online.ch/klima/asien/bhutan/timphu.htm



Sprache und Verständigung

Die Amtssprache Bhutans ist Dzongkha, eine tibeto-birmanische Sprache, die in zahlreichen Dialekten gesprochen wird. Im Süden des Landes ist Nepali weit verbreitet. Englisch wird fast überall verstanden; Ihre Guides sprechen ein ausgezeichnetes und sehr gut verständliches Englisch.



Religion und Kultur

Die Staatsreligion (75%) ist die tantrische Form des Mahayana-Buddhismus. Bhutan ist das einzige Land, welches diesen als Staatsreligion praktiziert. Neben der Philosophie Buddhas hat sich, vor allem durch indische und nepalesische Immigranten, aber auch der Hinduismus (25 %) in Bhutan etabliert.

Die Staatsgründung Bhutans im 17. Jahrhundert durch Shabdrung Nawang Namyal, den Abt eines Drukpa-Kagyü-Klosterordens in Tibet, ist eng mit dem Buddhismus verbunden. Der Bau der Klosterburgen (Dzongs) in Bhutan diente der militärischen Verteidigung gegen den rivalisierenden Gelugpa-Klosterorden, der wiederholt versuchte, seinen machtpolitischen Einfluss auf Bhutan auszudehnen. Unter König Jigme Dorje Wangchuk verloren die Drukpa-Klöster ihren Grundbesitz, den die Regierung an landlose Bauern verteilte. Finanzielle Zuwendungen aus dem Staatshaushalt stellen die Existenz der Klöster sicher. In der Nationalversammlung sind ferner 15 Sitze für Vertreter des Klerus reserviert, die von einem buddhistischen Gremium bestimmt werden. Das spirituelle Oberhaupt des Drukpa-Kagyü-Klosterordens ist der Je Khenpo, er genießt neben dem König eine hohe Stellung im politischen System Bhutans. Neben den Drukpa sind auch die Nyingma-Tradition nach Pema Lingpa und die Drigung-Kagyü-Schule in Bhutan vertreten. Die Königsfamilie von Bhutan stammt von Pema Lingpa ab.

Besondere Höhepunkte sind die regionalen **Klosterfestivals**, genannt "Tsechus". Die bekanntesten Festivals sind in Thimphu und Paro. Aber besonders die kleineren Festivals in der Region Bumthang sind oft sehr reizvoll und noch weniger besucht.
Eine umfassende **Übersicht** mit den schönsten und wichtigsten Klosterfestivals in Bhutan finden Sie auf unserer Website unter **www.bhutan-reise.com/bhutan/festivals+in+bhutan**



Essen und Trinken

Reis ist das Grundnahrungsmittel, dazu gibt es Linsen oder scharfes Gemüsecurry. In Bumthang wird viel Buchweizen in der lokalen Küche verwendet. Im ganzen Land verbreitet ist Ema Datse, ein Gemüse mit scharfen Chillischoten in einer Käsesauce. Omelettes, Käse, Schweine- und Yakfleisch, manchmal auch Hühnerfleisch stehen ebenfalls auf der Speisekarte. Dazu trinkt man süßen Tee, an Festtagen mit Yakbutter, oder Fruchtsaft. Aus Getreide gebrauter Chang und Temka haben einen niedrigen Alkoholgehalt, der destillierte Arak ist dagegen recht stark.

Beliebte Ausflugsorte im Tal von Bumthang sind die Swiss Cottage und die Swiss Bakery. Hier gibt es selbst gebrautes Weizenbier (Panda Beer), Käse nach Schweizer Art und leckere Kuchen und Süßgebäck.

Einkaufen und Souvenirs

Fast alle Geschäfte haben täglich außer dienstags 09.00 - 20.00 Uhr geöffnet. Besonderes Highlight ist der Besuch eines Wochenmarkts (meist an den Wochenenden). Der bekannteste Wochenmarkt ist in Thimphu, aber auch die regionalen Märkte sind sehr lohnenswert. Thimphu, aber auch die Städte des Ostens, sind hervorragende Orte, um hochwertige Souvenirs aus Bhutan einzukaufen.

Einkaufen in Bhutan ist bunt und voller Vielfalt. Sehr beliebt sind landestypische Malereien,sowie Kunsthandwerk aus Holz.
Nehmen Sie sich ein Stück Bhutan mit nach Hause für Ihre nächste Meditations-Einheit - die bunten Rollenbilder Thangkas sind als Hilfsmittel zur Meditation eine einmalige Erinnerung an Ihre Reise. Auch für Tee-Liebhaber gibt es in Bhutan eine große Auswahl an traditionellen Sorten. Neben Schwarztee, Chai und Kardamom-Tee gibt es auch Kräutermischungen, die als medizinische Tees mit stark reinigenden Eigenschaften verkauft werden.

Besondere Verhaltensweisen

Begegnen Sie den Menschen offen. Wenn man auch in schwierigeren Situationen mit einem Lächeln Freundlichkeit anbietet, wird man umso mehr mit Herzlichkeit empfangen.

Bei Betreten von Wohnhäusern sind die Schuhe an der Schwelle auszuziehen. Schuhe gelten als unrein. Beim Sitzen müssen die Füße so platziert werden, dass die Fußsohlen auf niemanden und auf keinen Altar oder religiöse Bilder zeigen, denn das wäre eine Beleidigung. Wenn Sie auf ein Objekt oder eine Person zeigen, deuten Sie bitte nicht mit dem Finger, sondern mit der geöffneten ganzen Hand. Wie in ganz Asien gilt die linke Hand als unrein. Bitte nutzen Sie zur Begrüßung und beim Essen immer die rechte Hand. Öffentliche Zärtlichkeiten unter Paaren sind absolut verpönt. Unter Bhutanern wäre selbst das Händchenhalten eine Sensation. Küssen gilt als unerhörte Schamlosigkeit.

Bhutan ist ein Land mit einem offiziellen Dress Code. Die Menschen tragen hier meist die offizielle Tracht und legen Wert auf saubere Kleidung. Verletzen Sie bitte den Sittenkodex des Gastlandes nicht durch unangemessene Kleidung. Dies kann bei Frauen bereits durch knappe Shorts, enge T-Shirts und unbedeckte Schultern geschehen. Auch die Männer werden gebeten, sich nicht mit nacktem Oberkörper oder Shorts zu zeigen. Vor allem bei den Klosterbesuchen sollte man darauf achten, die Kleidung anzupassen! Für die Einheimischen ist beim Besuch eines Klosters das Tragen eines rituellen Schales Pflicht. Dieser gibt den sozialen Stand des Besuchers an. Touristen werden gebeten, in den Klöstern und Dzongs angemessene Kleidung zu tragen (langärmliches Hemd und lange Hose oder Rock). Bei offiziellen Einladungen schätzen Bhutaner ebenfalls eine etwas formellere Kleidung der Besucher.



Reiseliteratur

Wir empfehlen dringend, sich für die Reise einzulesen und sich auf Besichtigungen mit Reiseliteratur vorzubereiten. Über Bhutan gibt es sehr viele Bücher und Publikationen. Eine kleine Auswahl interessanter Bücher ist hier aufgelistet. Die Bücher sind in jeder Buchhandlung zu bestellen.

Verschiedene Reiseführer

Unterwegs im Himalaya-Königreich, Andreas von Heßberg
Reiseführer Bhutan
Trescher-Reiseführer (2019)
ISBN-10 : 3897944502

Bradley Mayhew, Lindsay Brown:
Bhutan: Country Guide.
Lonely Planet (2020)
ISBN-10: 1787013480

Pommaret, Francoise:
Bhutan.
Edition Temmen (2013).
ISBN-10: 386108810X

Linda, Leaming, Ursula Bischoff:
Das glücklichste Land der Welt: Mein Leben in Bhutan.
NG Taschenbuch (2013).
ISBN-10: 3492404723

Matthieu Ricard, Annette Wiethüchter:
Bhutan: Buddhistische Kultur und spiritueller Alltag im Reich der Könige.
Knesebeck Verlag (2009).
ISBN-10: 3868730451

Gruber, Ulrich:
Nepal: Sikkim und Bhutan.
BLV Verlagsgesellschaft (2007).
ISBN-10: 340514583X

Uitz, Martin:
Einlass ins Reich des Donnerdrachens. Verborgenes Bhutan.
Picus Verlag (2006).
ISBN-10: 385452921X

Peissel, Michel:
Zu Fuß durchs Mittelalter. Wunderland Bhutan.
Sierra Taschenbuch (2001).
ISBN-10: 3894051280

Literatur zum tibetischen Buddhismus:

Schuhmann, Hans Wolfgang:
Buddhismus: Stifter, Schulen und Systeme
Diederichs (2005)
ISBN-10: 3720526526

Govinda, Anagarika:
Grundlagen tibetischer Mystik.
Aquamarin (2008).
ISBN-10: 3894274697

Govinda, Anagarika:
Lebendiger Buddhismus im Abendland.
O. W. Barth (1994).
ISBN-10: 3502612331

Downman, Keith:
Der heilige Narr.
O. W. Barth (2010).
ISBN-10: 342629141X

Rinpoche, Kalu:
Den Pfad des Buddha gehen.
O. W. Barth (2001)
ISBN-10: 3502623406

Rinpoche, Bokar:
Der Tod und die Kunst des Sterbens im Tibetischen Buddhismus.
Kagyü-Dharma-Verlag (1992).
ISBN-10: 3892330131

Trungpa, Chogyam:
Das Herz des Buddha.
O. W. Barth (1993).
ISBN-10: 350265610X

Pema Chödrön:
Es ist nie zu spät. Ein aktueller Reiseführer für den Weg des Bodhisattva.
Arbor Verlag (2007)
ISBN-10: 3936855374

Deeg, Max:

Das Lotos-Sutra. Übersetzung von Max Deeg.
Wissenschaftliche Buchgesellschaft (2009)
ISBN-10: 3534230205



Belletristik

Leaming, Linda:
Das glücklichste Land der Welt: Mein Leben in Bhutan.
NG Taschenbuch (2013).
ISBN-10: 3492404723

Das, Britta:
Königreich in den Wolken. Bhutan, ein Jahr in der Bergwelt des Himalaja.
Sierra Taschenbuch (2001).
ISBN-10: 3894051361

Christian Schicklgruber, Francoise Pommaret:
Bhutan: Festung der Götter.
Haupt Verlag. (1997)
ISBN-10: 3258057931

Nestroy, Harald N.:
Bhutan.
Hirmer Verlag (2009).
ISBN-10: 3898232891

Franz Binder, Winfried Rode:
Bhutan: Königreich des Donnerdrachen.
Edition Panorama (2012).
ISBN-10: 3777491403

Ricard, Matthieu:
Himalaya - Wege des Buddhismus: Bhutan - Tibet - Meditationen.
Knesebeck Verlag (2012).
ISBN-10: 3868734325

Weitere Literatur

.

Studienkreis für Tourismus und Entwicklung
Buddhismus Verstehen – Sympathie Magazin. (Broschüre)

Ihre persönliche Beratung



Barbara Hofbauer
Produktmanagerin Asien
b.hofbauer@neuewege.com
+49 89 413250- 536



Wolfgang Keller
Produktmanager Asien
w.keller@neuewege.com
+49 2226 1588-201

Neue Wege
Bewusst Reisen

NEUE WEGE GmbH
Am Getreidespeicher 11 , 53359 Rheinbach
+49 (0)2226 1588-00
info@neuewege.com

@neuewegereisen
www.neuewege.com

TravelForTomorrow TourCert Certified