Neue Wege
Bewusst Reisen



Detailprogramm

Bhutan

Kultur- und Wanderreise: Auf den Spuren des tibetischen Buddhismus

Inhalt

Reisedetails ... 3
Reiseverlauf ... 3
Vorgesehener Reiseverlauf ... 4
Enthaltene Leistungen ... 9
Zusätzliches Entgelt ... 9
Wahlleistungen ... 9
Termine und Preise ... 9
Teilnehmerzahl ... 9
Reisedauer ... 9
Reiseleitung ... Fehler! Textmarke nicht definiert.
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 ... 15
Religion und Kultur ... 16
Essen und Trinken ... 16
Einkaufen und Souvenirs ... 16
Besondere Verhaltensweisen ... 17
Reiseliteratur ... 18
Ihre Reisenotizen ... 20

Reisedetails

Bhutan
Kultur- und Wanderreise: Auf den Spuren des tibetischen Buddhismus

Reiseverlauf

- Tageswanderungen durch die Berge Bhutans
- Eine Übernachtung in der Bergstille im Zeltcamp
- Besuch idyllischer Klöster abseits der Hauptrouten
- Bhutans Kultur und Alltagsleben erleben

Bhutan ist ein wahres Paradies für wanderinteressierte Menschen mit einem Interesse an buddhistischer Kultur. Sie entdecken Sie achtsam und im langsamen Tempo ein idyllisches Königreich und wahres Kleinod im Himalaya. Hier, in den Tälern und auf den Pässen Bhutans, wird die Kultur des tibetischen Buddhismus inständig gelebt und erlebt. Sie begegnen Mönchen, Pilgern, Bauern und tauchen ein in eine Welt, die für uns genauso faszinierend wie auch lehrreich ist. Natürlich dürfen die bekannten Sehenswürdigkeiten und Klosterburgen Bhutans nicht fehlen.
Und auch die Wanderung zum bekanntesten Kloster Bhutans ist außergewöhnlich. Sie nehmen sich hier zwei Tage Zeit, erleben spektakuläre Ausblicke und übernachten hoch über dem Paro Tal.

Ihre Unterkünfte
In Delhi übernachten Sie in einem Hotel in Flughafennähe. In Bhutan übernachten Sie in Mittelklassehotels, die traditionelle bhutanische Bauweise mit zeitgemäßem Komfort verbinden. Ein ganz anderes Erlebnis erwartet Sie im fest installierten Zeltcamp unterhalb des Bumdra-Klosters: Auf 3.700 Metern schlafen Sie in stationären Zelten mit soliden Betten und warmen Decken, umgeben von Gebetsfahnen und mit weitem Blick über die Bergketten.

Verpflegung und Genuß
In den Hotels in Bhutan erwartet Sie eine Kombination aus bhutanischer und internationaler Küche. Die Gerichte werden meist mit regionalen Zutaten frisch zubereitet. Ein besonderes Erlebnis ist der traditionelle Kochkurs mit einer Familie im Phobjikha-Tal: Sie lernen die Zubereitung landestypischer Speisen kennen und essen anschließend gemeinsam. Während des Bumdra-Treks versorgt Sie ein Küchenteam im Bergcamp mit herzhaften Mahlzeiten. So erleben Sie die kulinarische Bandbreite Bhutans authentisch und abwechslungsreich.

Geeignet für
Diese Reise richtet sich an Wanderinteressierte mit normaler Kondition, die Kultur und Natur miteinander verbinden möchten. Die Gehzeiten bei den Wanderungen liegen bei etwa zwei bis sechs Stunden, sodass auch Einsteigerinnen und Einsteiger ohne Hochgebirgserfahrung gut teilnehmen können. Besonders geeignet ist das Angebot für Menschen, die sich für gelebten Buddhismus interessieren und authentische Einblicke in die bhutanische Lebensweise suchen. Der Bumdra Trek führt zu einem Zeltcamp auf 3.700 Metern Höhe, optional besteht die Möglichkeit, den etwa 4.000 Meter hohen Bumdra Peak zu erwandern.

Klosterfestivals
Einer der Höhepunkte der Reise ist die Teilnahme an einem der farbenprächtigen Klosterfestivals (Tshechus) des Landes. Jeder der Reisetermine beinhaltet die Teilnahme an einem der Festivals. Mit rituellen Maskentänzen und jahrhundertealten Zeremonien zählen diese farbenprächtigen Feste zu den lebendigsten Ausdrucksformen des bhutanischen Buddhismus – ein Moment, in dem sich Ihnen die spirituelle Tiefe Bhutans unmittelbar erschließt.

Das besondere Erlebnis
Diese Bhutan-Rundreise führt Sie auf zahlreichen Wanderungen durch Täler, Bergwälder und zu abgelegenen Klöstern. Auf dem Mo Chhu-Fluss gleiten Sie bei einer ruhigen Rafting-Tour bis zum Punakha Dzong, und nach dem Abstieg von Taktsang entspannen Sie in einem traditionellen Hot Stone Bath.
Zusätzlich erleben Sie das Alltagsleben hautnah - Sie kochen gemeinsam mit einer Bauernfamilie und teilen anschließend das Abendessen. Im Gespräch mit einem erfahrenen Mitglied der bhutanischen Gesellschaft erfahren Sie, warum das Gross National Happiness hier kein Schlagwort, sondern gelebter Maßstab politischen Handelns ist. Erleben Sie Momente, die näher an den Menschen und ihrem Alltag sind als jede Besichtigung.

Vorgesehener Reiseverlauf

Änderungen vorbehalten

1. Tag: Ankunft in Delhi

Nach Ihrer Ankunft am Flughafen Delhi werden Sie zum Hotel in Flughafennähe gebracht. Der restliche Tag steht Ihnen zur freien Verfügung – erholen Sie sich von Ihrer Anreise.

Übernachtung in Delhi

2. Tag: Panoramaflug ins Himalaya-Königreich

Am frühen Morgen fliegen Sie mit Druk Air oder Bhutan Airlines von Delhi nach Paro (Flugzeit ca. 2 Stunden. Der Flug entlang der höchsten Berge der Welt ist bereits ein Erlebnis für sich.

In Paro empfängt Sie Ihre Reiseleitung traditionell mit einem herzlichen „Kuzo Zangpo La". Das Tal liegt eingebettet zwischen kleine Reisfelder, auf denen der typische rote bhutanische Reis wächst. Je nach Ankunftszeit führt Sie das erste Besichtigungsprogramm am Nachmittag zum imposanten Paro Dzong aus dem Jahr 1646 mit seinen kunstvollen Mandalas und Schnitzereien. Der Paro Dzong bildete auch einen der Schauplätze für Bernardo Bertuluccis bekannten Film "Little Buddha". Der darüberliegende Ta Dzong, einst Wachturm der Burg, beherbergt heute das Nationalmuseum mit seiner beeindruckenden Thangkha-Sammlung.

Übernachtung in Paro.



3. Tag: Fahrt ins ruhige Phobjikha-Tal

Am frühen Morgen führt die Fahrt über die Hauptstadt Thimphu zum legendären Dochu La Pass auf 3.000 Metern Höhe. An klaren Tagen, besonders morgens, eröffnet sich ein atemberaubender Blick auf die Himalaya-Kette – Sechs- und Siebentausender reihen sich aneinander wie eine endlose Kette. Die 108 Stupas an der Passhöhe verleihen diesem Ort eine besonders eindrucksvolle, spirituelle Atmosphäre. Weiter geht es durch die dichten Wälder und engen Schluchten der Schwarzen Berge – eine landschaftlich besonders reizvolle Strecke. Mit etwas Glück entdecken Sie hoch in den Baumkronen graue Languren und verschiedene Vogelarten.

Das entlegene Tal abseits des „Bhutan Highways" ist Winter Nistplatz der seltenen Schwarzhalskraniche, die in Bhutan als heilige Vögel und als Sinnbild für Langlebigkeit verehrt werden. Die Nistzeit ist von November bis März.

Fahrzeit etwa fünf Stunden.

Zwei Übernachtungen im stillen Tal.



4. Tag: Wanderung durchs Phobjikha-Tal

Eine entspannte und leichte Wanderung führt Sie durch das weite Phobjikha-Tal in die Nähe der Nistplätze der Schwarzhalskraniche und zum zentral gelegenen Gangtey-Kloster. Unterwegs begegnen Sie mit Sicherheit Bauern bei ihrer täglichen Arbeit, und wenn sich die Gelegenheit ergibt, besuchen Sie eines der traditionellen Bauernhäuser und erhalten authentische Einblicke ins ländliche Leben Bhutans. Ihre Reiseleitung schlägt gerne weitere Optionen für Ihre Wanderung vor.

Bei den Reisen im November 2026 (6BTG0803) und im November 2027 (7BTG0803) besuchen Sie an diesem Tag das „Crane Festival".

Bei der Reise im Oktober 2027 (7BTG0802) besuchen Sie an diesem Tag das „Gangtey 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 etwa drei bis vier Stunden



5. Tag: Bumthang – das spirituelle Herz Bhutans
Am Morgen führt die Reise weiter nach Zentralbhutan ins legendäre Bumthang-Tal, auch als Herzland Bhutans bekannt. Die vier Täler von Bumthang sind eng verknüpft mit dem Leben und Wirken des Guru Rinpoche, einem der großen spirituellen Führer des Buddhismus. In der gesamten Region finden Sie heilige Meditationshöhlen, besondere Wirkungsstätten und heilige Reliquien sowie eine Vielzahl alter und prächtiger Klöster, die nur darauf warten, von Ihnen entdeckt zu werden.
Ein Besuch des Jakar Dzong sollte nicht fehlen. Die Gebetshallen dieser 1549 erbauten und mehrfach restaurierten Klosterfestung liegen etwas versteckt im großen Gebäude, haben aber sehr schöne Malereien, von denen einige etwa 500 Jahre alt sind.

Fahrzeit etwa vier bis fünf Stunden.

Zwei Übernachtungen in Bumthang



6. Tag: Klösterwanderung in Bumthang

Auf einer leichten und relativ ebenen Wanderung entdecken Sie die schönsten Klöster des Tals. Zunächst erreichen Sie das sehr sehenswerte Jambay Lakhang aus dem 7. Jahrhundert, eines der ältesten und heiligsten Klöster des Landes. Nicht weit davon liegt Kurjey Lhakhang, eine Anlage aus drei Tempeln, von denen der älteste im 17. Jahrhundert erbaut wurde. Der Ort gilt als besonders heilig, da hier Padmasambhava, der Begründer des tibetischen Buddhismus, in einer Höhle meditierte. Die Meditationshöhle mit dem Abdruck des meditierenden Padmasambhava ist zugänglich und bildet den heiligsten Teil des Tempels.

Von Kurjey führt ein etwa 30-minütiger Fußweg zur anderen Flussseite zum recht kleinen, aber sehr schönen Tamshing-Kloster aus dem Jahr 1501 mit den wohl ältesten erhaltenen Malereien Bhutans. Einen Umweg lohnt auch der Besuch des kleinen Tangbi Klosters, das in einem Seitental gelegen ist. Nur wenige Besucher "verirren" sich hierhin, der Empfang durch die Mönche ist daher umso freundlicher.

Ein Geheimtipp führt Sie noch weiter: die Wanderung zum kleinen Tempel von Shukdra. Hier befindet sich die Meditationshöhle des Guru Rinpoche, in der er einst Kraft schöpfte, um die lokale Gottheit Sheling Karpo zu unterwerfen. Der Ausblick über das Tal von hier oben ist atemberaubend.

Am Ende dieses Tages werden Sie begeistert sein von den vielen wunderbaren Eindrücken der Kunst aus unterschiedlichen Epochen.

Wanderungen etwa vier bis fünf Stunden



7. Tag: Trongsa - die mächtigste Klosterburg Bhutans
Die Fahrt von Bumthang nach Trongsa führt durch das liebliche Chume Tal hinauf auf 3400m zum Yutong La-Pass und anschließend nach Trongsa. Unterwegs passieren Sie einige bekannte Weberdörfer, wo die Weber

ihre bunten Teppiche und Schals am Straßenrand zum Verkauf anbieten – die Preise sind etwas günstiger als in den Souvenirläden der Städte.

Der Nachmittag ist dem grandiosen Trongsa Dzong gewidmet, der nicht nur von außen mit seiner Macht beeindruckt, sondern auch im Inneren mit seiner Architektur begeistert. Mit etwas Glück wohnen Sie einer Puja der Mönchsgemeinde bei, und in den verwinkelten Innenhöfen des Dzongs fühlen Sie sich wirklich wie in eine andere Zeit versetzt. Wer möchte, kann noch zum Ta Dzong hinaufsteigen und den wunderbaren Blick auf die Burg genießen. Im Wehrturm ist ein sehenswertes Museum über buddhistische Kunst untergebracht.

Bei der Reise im September 2026 (6BTG0802) fahren Sie an dem Tag weiter nach Punakha, um das Klosterfest am nächsten Tag zu besuchen.

Fahrzeit etwa drei Stunden.

Übernachtung in Trongsa.



8. Tag: Durch Bergwälder ins Punakha-Tal
Die Fahrt führt durch spektakuläre Bergwälder ins tief gelegene, subtropische Punakha-Tal.
Eine interessante kleine Wanderung nahe Punakha bringt Sie zum Chimi Lhakhang. Durch kleine Dörfer und Reisfelder erreichen Sie den Tempel, der dem „Heiligen Irren" Lama Drukpa Kunley gewidmet ist. Viele junge bhutanische Paare bringen hier Opfergaben dar, damit ihr Kinderwunsch erhört wird.
Am Nachmittag besichtigen Sie den imposanten Punakha Dzong aus dem 17. Jahrhundert, malerisch auf einer Insel am Zusammenfluss von Mo Chhu und Pho Chhu gelegen. Der Dzong ist die einzige Burg Bhutans, die im Tal und nicht auf einem dominierenden Hügel erbaut wurde.

Die Burg ist noch immer von besonderer Bedeutung, da alle Könige der derzeitigen Wangchuck-Dynastie hier gekrönt wurden.

Bei der Reise im September 2026 (6BTG0802) besuchen Sie an diesem Tag das Klosterfest in Wangdiphodrang.

Fahrzeit etwa zwei bis drei Stunden,
Wanderung etwa eine Stunde.

Zwei Übernachtungen in Punakha.



9. Tag: Wanderungen im Punakha-Tal
Das Tal von Punakha mit seinen Reisfeldern und grünen Berghängen ist ein Paradies für Wanderungen. Ein besonders lohnendes Ziel ist der Khamsum Yuelley Namgyal Chorten, der hoch über dem Tal thront und über vier Stockwerke begangen werden kann. Von hier haben Sie einen herrlichen Blick auf die Schneemassive im Norden Bhutans. Dieser außergewöhnlich schöne Tempel wurde im Auftrag der Mutter des neuen Königs erbaut, um die Segnungen der Götter auf ihn zu lenken.

Anschließend begeben Sie sich auf eine etwa einstündige Rafting-Tour auf dem Mo Chhu, dem „Mutterfluss". Bhutan zählt zu den landschaftlich schönsten und ruhigsten Rafting-Zielen der Welt – ideal sowohl für Naturliebhaber als auch für Abenteuerlustige. Die geruhsame Bootsfahrt führt Sie bis zum spektakulären Punakha Dzong.

Am Nachmittag beginnt Ihre zweite Wanderung nahe der Hängebrücke, die sich über den Mo Chhu Fluss spannt. Der alte Pilgerweg steigt sanft an durch üppige Pinienwälder, vorbei an stillen Bauernhöfen und über sonnenbeschienene Hänge, von denen aus sich immer wieder neue Perspektiven auf das Tal und den Punakha Dzong eröffnen. Der Jiligang-Tempel, oft auch Cat Peak

genannt, liegt auf etwa 1.830 Metern und bietet weitläufige Ausblicke über das gesamte Tal.

Bei der Reise im Februar 2027 (7BTG0801) besuchen Sie an diesem Tag das „Punakha Tshechu Festival".

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

Wanderungen etwa vier bis fünf Stunden.



10. Tag: Dochu La Pass und Thimphu
Am frühen Morgen Aufbruch zur Fahrt zum Dochu La Pass auf etwa 3.000 Metern. Vom Pass aus können Sie auf einer schönen Route durch alte und märchenhaft wirkende Rhododendronwälder etwa anderthalb Stunden bis zum Kloster Lungchuzekha auf 3.550 Metern aufsteigen. Wenn die Ausblicke vom Dochu La bereits atemberaubend waren, ist das Panorama hier oben noch spektakulärer. Fast ganz Bhutan liegt vor Ihnen. In einer kleinen Zeremonie hängen Sie an diesem Ort Gebetsfahnen auf.

Nach dem Abstieg fahren Sie in etwa einer Stunde hinunter nach Thimphu, die Hauptstadt Bhutans. In der Stadt ist zunächst die Besichtigung des Memorial Chörten vorgesehen. Der Tashichho Dzong ist der Sitz des Königs und der Regierung und eine gewaltige Burganlage.

Besonders lohnenswert ist auch die Fahrt bzw. kleine Wanderung zum Buddha Point oberhalb Thimphus. Der riesige Buddha (die größte Statue Bhutans und eine der größten Buddha Statuen des Himalaya Raumes) thront mächtig über dem Thimphu Tal und bietet wundervolle Blicke auf Bhutans Hauptstadt.

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.

Wanderung etwas drei bis vier Stunden
Fahrzeit etwa zwei Stunden

Übernachtung in Thimphu



11. Tag: Von Thimphu nach Paro
Auf Bhutans besten Straßen fahren Sie nach dem Frühstück nach Paro, der letzten Station Ihrer Bhutanreise.

Hier beginnen Sie eine Wanderung entlang des historischen Trans Bhutan Trail, einem alten Verbindungsweg, der einst das gesamte Königreich durchzog. Vom Kloster Girikha Lhakhang aus führt der Pfad durch üppige Pinienwälder und über sanfte Hügel, immer wieder öffnen sich faszinierende Ausblicke auf das weite, grüne Paro-Tal mit seinen Reisfeldern und verstreuten Gehöften. Nach etwa drei Stunden erreichen Sie das kleine Dorf Shari, wo Sie abgeholt werden.

Anschließend besuchen Sie Dumtse Lhakhang, eines der bedeutsamsten und ältesten Klöster des Landes. Im 15. Jahrhundert erbaut, fällt der Tempel durch seinen außergewöhnlichen Baustil auf – die Form eines achteckigen Chörten ist in Bhutan nahezu einzigartig.

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.

Später bleibt Zeit, durch Paro zu schlendern und vielleicht das eine oder andere Andenken zu entdecken – handgewebte Textilien, traditionelle Masken oder duftende Räucherstäbchen erinnern später an diese besondere Reise.

Fahrzeit etwa anderthalb Stunden
Wanderung etwa drei Stunden.

Übernachtung in Paro



12. Tag: Bumdra Trek – zu den Bergklöstern
Das Tiger's Nest Kloster, Taktsang Gompa, ist Höhepunkt jeder Bhutanreise und meist über eine leichte Halbtagestour erreichbar. Nur wenige Besuchende wandern jedoch in die Bergwälder oberhalb von Taktsang und besuchen die vielen schönen Klöster und heiligen Orte rund um Taktsang. Auf dieser besonderen Route verbringen Sie eine Nacht in einem fest installierten Zeltcamp mit stationären Zelten, die mit guten Betten und Decken ausgestattet sind. Die Atmosphäre und Ruhe am Berg ist wirklich einzigartig.

Vor dem Sang Choekor Buddhist College auf 2.800 Metern warten Ihre Guides mit Ausrüstung und Ponys.
Nach den ersten zwei Stunden recht steilem Aufstieg durch Bergwälder erreichen Sie eine mit Gebetsfahnen geschmückte Lichtung mit weiten Ausblicken. Hoch über Ihnen liegt der Chhoe Tse Lhakhang, den Sie nach weiteren 60 – 90 Minuten erreichen. Von hier schweift der Blick von Paro bis zu den Eisriesen der Himalayakette. Nach einer weiteren Stunde durch uralte Bergwälder erreichen Sie Ihren Rastplatz bei den zahlreichen Chörten und Gebetsfahnen unterhalb des Klosters Bumdra (3.700m).

Obwohl die Aussichten von hier oben bereits atemberaubend sind, empfiehlt sich nach dem Mittagessen ein weiterer Aufstieg zur nördlich gelegenen Bergspitze mit Panoramablick, bevor das Küchenteam Sie mit einem traditionellen Dinner zurück im Camp erwartet.

Gehzeit etwa vier Stunden zum Camp, optional zwei bis drei Stunden für den Abstecher zum Gipfel.

Übernachtung im Zeltcamp



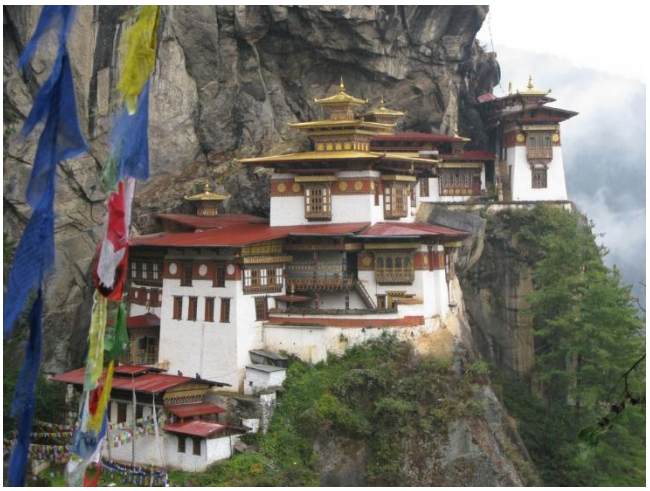
13. Tag: Tiger's Nest – das berühmteste Kloster Bhutans
Nach einem herzhaften Frühstück führt die Wanderung durch die Wälder zum weltberühmten Taktsang-Kloster, dem Tiger's Nest. Zunächst hängen Sie in einem kleinen Ritual eigene Gebetsfahnen auf und bitten um den Erfolg Ihrer Trekkingtour.

Der schmale Mönchspfad führt Sie bergab, bis die Dächer des Zangto Pelri Lhakhang durch die Baumkronen sichtbar werden. Hoch über dem Taktsang-Kloster gelegen, bietet dieses Heiligtum außergewöhnliche Ausblicke auf Bhutans berühmtestes Kloster. Nach einer weiteren Stunde erreichen Sie schließlich das legendäre Kloster Taktsang selbst, wo seit Jahrhunderten die größten spirituellen Meister des Himalaya meditieren und das Gegenstand unzähliger Legenden ist.
Von Taktsang aus geht der Weg in ca. 1.5 Stunden in das Tal, wo Ihr Fahrzeug wartet.

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.

Gehzeit etwa drei Stunden, dann etwa anderthalb Stunden Abstieg ins Tal.

Letzte Übernachtung in Paro.



14. Tag: Rückflug nach Delhi
Am Morgen Transfer zum Flughafen und Flug zurück nach Delhi. Nach Ihrer Ankunft werden Sie zu Ihrem Hotel in Flughafennähe gebracht,

Übernachtung in Delhi



15. Tag: Rückflug nach Deutschland
Je nach Flugzeit erfolgt in der Nacht oder am frühen Morgen der Transfer zum Flughafen Delhi. Von hier treten Sie Ihre Heimreise an.

Enthaltene Leistungen

Flüge Delhi – Paro – Delhi in der Economy Class· erforderliche Transfers · Übernachtungen im geteilten Doppelzimmer in landestypischen Hotels der Mittelklasse, im Zelt beim Trekking · Vollpension in Bhutan · Programm laut Reiseverlauf – Änderungen vorbehalten · Eintrittsgelder · Deutschsprechende, bhutanische Reiseleitung · erforderliche Permits, Visum für Bhutan · NEUE WEGE Informationsmaterial

Zusätzliches Entgelt

Linienflug nach Delhi · Visagebühr für Indien (ca. US$30) · Verpflegung in Indien · Getränke · Ausgaben persönlicher Art wie Trinkgelder, Telefonkosten, Souvenirs, etc. · alle weiteren, nicht aufgeführten Leistungen

Wahlleistungen

· Aufpreis für Einzelzimmer € 595
· Flug nach Delhi ab Ihrem 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 €
5BTG0804	06.11.25	19.11.25	€ 5.590
6BTG0801	24.04.26	07.05.26	€ 5.490
6BTG0802	13.09.26	27.09.26	€ 5.490
6BTG0803	08.11.26	22.11.26	€ 5.490
7BTG0801	08.02.27	22.02.27	€ 5.490
7BTG0802	10.10.27	24.10.27	€ 5.490
7BTG0803	08.11.27	22.11.27	€ 5.490

Termin 6BTG0802: inkl. Besuch des Wangdue Tshechu Festivals am 20.09.2026
Termin 6BTG0803: inkl. Besuch des Black Necked Crain Festivals am 11.11.2026
Termin 7BTG0801: inkl. Besuch des Punakha Tshechu Festivals am 16.02.2027
Termin 7BTG0802: inkl. Besuch des Gangtey Tshechu Festivals am 13.10.2027
Termin 7BTG0803: inkl. Besuch des Black Necked Crain Festivals am 11.11.2027

Gerne bieten wir Ihnen einen Flug nach Delhi ab dem Flughafen Ihrer Wahl an.

Teilnehmerzahl

Mindestens 4, höchstens 14

Reisedauer

15 Tage

Praktische Hinweise

Atmosfair / Anreise / Transfers

Anreise

Zielflughafen für Ihre Reise ist Delhi (DEL). Gerne buchen wir Ihnen einen Flug mit der Lufthansa in der gewünschten Buchungsklasse ab Ihrem Wunschflughafen nach Delhi. Bitte beachten Sie, dass NEUE WEGE nicht für Flugplanänderungen, Verspätungen, etc. und daraus resultierende Programmänderungen haftet. Es gelten die internationalen Bestimmungen der Fluggesellschaften.

Sie fliegen mit der Druk Air oder Bhutan Airlines in der Economy-Class ab Delhi nach Paro. Dieser Flug ist Teil der Reiseleistungen und wird von NEUE WEGE arrangiert.

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, Badekleidung (für das Hot Stone Bath). 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, Teleskopwanderstöcke.
Für 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 bzw. im Hotel in Paro 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.



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. Da es sich um britische dreipolige Steckdosen handelt, sollten Sie einen Welt-Adapter mitnehmen. In den meisten Hotels funktionieren europäische Flachstecker und im Bedarfsfall können 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. 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 Guide und der Fahrer begleiten Sie währen der ganzen 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 Reise einen Betrag von EUR 100 – EUR 120 für Ihren Guide und etwas mehr als die Hälfte davon separat für den Fahrer pro Reiseteilnehmer.

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.



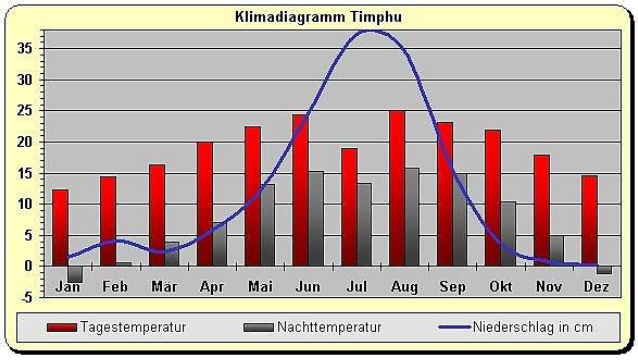
Bewusst reisen mit NEUE WEGE

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.



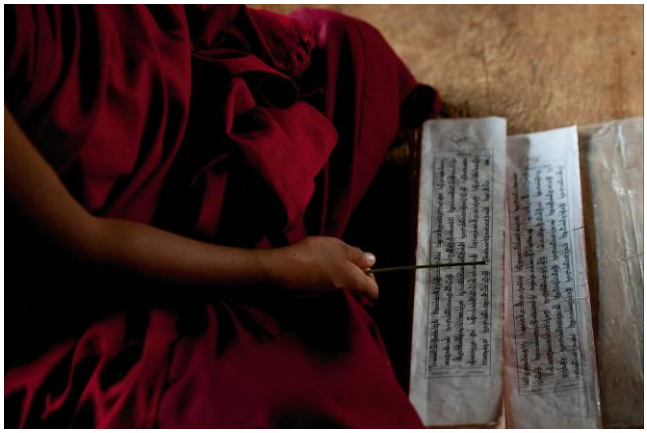
Religion und Kultur

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 Reisenotizen

Ihre persönliche Beratung



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



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

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

@neuewegereisen

www.neuewege.com