Tibet | Wander-/Trekkingreise, Kulturreise

Treking zum heiligen Berg Mt. Kawa Karpo – Osttibet

Heiliger Berg an der Wasserscheide von Mekongs und Salween

20x 14x 3

Jan	Feb	Mär	Apr	Mai	Jun	Jul	Aug	Sep	Okt	Nov	Dez

Copyright 2026 **Himalaya**, by TCTT GmbH, Seefeldstr. 128, CH-8008 Zürich | PDF generiert am 06.06.2026 01:29:46

Reiseübersicht

Im Zentrum dieser 26-tägigen Reise steht die Kora (Umrundung) des schneebedeckten Gipfels des Mt. Mt. Kawa Karpo (6‘740 m) mit seinen schneebedeckten Gipfeln [man umrundet den Berg und nicht die Gipfel] im südlichen Kham. Dieser Berg wird mit einer der wichtigsten historischen Figuren Tibets in Verbindung gebracht: mMit dem eigentlichen Begründer des tibetischen Buddhismus, Padmasambhava (tib. Guru Rinpoche).

Programmübersicht

1./2. Tag: Flug von Zürich nach Kunming **3. Tag:** Flug nach Gyeltang **4. Tag:** Gyeltang **5. Tag:** Fahrt nach Dechen **6. Tag:** Fahrt zum Ausgangspunkt der Mt. Kawa Karpo Umrundung und Start des Trekkkings **7. – 19. Tag:** Trekkking um den Mt. Kawa Karpo **20. Tag:** Fahrt nach Gyeltang **21. Tag:** Gyeltang **22./23 Tag:** Rückflug nach Zürich

Die genauen Etappen und die Routenplanung für 2022 ist in Bearbeitung.

Reiseprogramm - 23 Tage

Tag 1-23 Treking zum heiligen Berg Mt. Kawa Karpo – Osttibet

Copyright 2026 **Himalaya**, by TCTT GmbH, Seefeldstr. 128, CH-8008 Zürich | PDF generiert am 06.06.2026 01:29:46

Detailprogramm

Tag 1-23 Treking zum heiligen Berg Mt. Kawa Karpo – Osttibet

Der Kawa Karpo liegt an der Wasserscheide der beiden grossen Flüsse Salween und Mekong im Südosten Tibets und ist umgeben von einer der weltweit vielfältigsten Biosphären. Auf dieser Reise erhalten wir einen tiefen Einblick in das Leben und die Kultur der Tibeter des südlichen Kham, und wir werden überrascht von der fruchtbaren und grünen Hochlandschaft.

Unsere Reise beginnt in Gyeltang. Dies ist die der südlichst gelegene tibetischen Stadt Tibets und eine historischer Karawanserei. Dort werden wir uns akklimatisieren und die Stadt und ihre Umgebung erkunden. Auffallen wird uns, wie sehr die Holzhäuser den Chalets in den Schweizer Bergen ähneln!.

Mit unseren Fahrzeugen fahren wir anschliessend Richtung Norden und überqueren dabei den oberen Flusslauf des Yangtsze. Vorbei an vielen spannenden und eindrücklichen Landschaften erreichen wir schliesslich die Stadt Dechen (Jol), am Fusse des Kawa-Karpo-Gebirgeszugs.

Wir finden uns inmitten einer semi-tropischen Landschaft wieder, und werfen einen ersten Blick auf den Kawa Karpo. In den nächsten Tagen folgen wir dem alten Pilgerpfad und lassen die üppig bewachsene, fruchtbare Gegend auf uns wirken. Der höchste Pass auf dieserm spannenden Trekking-Tour ist der Sho La mit seinen 4‘815 m.

20 Übernachtungen in Hotel, Gasthäuser und Zelten

20 Übernachtungen in Hotel, Gasthäuser und Zelten

F / M / A

14 Tage / 5-8 Std.

1./2. Tag: Flug von Zürich nach Kunming oder Chengdu

Flug nach Kunming ode Chengdu je nach Fluglösung.

3. Tag: Flug nach Gyeltang

Nach Ihrer Ankunft im tibetischen Hochland statten Sie gemäss traditionellem tibetischen Brauchtum dem wichtigsten Tempel im Ort, dem Ganden Sungtseling, einen Besuch ab.

4. Tag: Gyeltang

Beobachten Sie heute das quirlige Markttreiben und flanieren Sie durch die Gassen der malerischen Stadt. Dieser Tag dient Ihnen auch zur Akklimatisierung.

5. Tag: Fahrt nach Dechen

Morgens brechen Sie zur Fahrt nach Dechen auf, dem Ausgangspunkt für die Kora-Umrundung des Kawa KarpoGebirges, der erhaben über dem Dorf aufragt. Speziell an diesem Tag werden wir über die Topographie dieses Gebietes staunen. Nachdem Sie einen über 4000 m hohen Pass überquert haben, führt Sie die Strasse tief hinunter ins Tal zum Yangtze Fluss, wo sogar Zitrusfrüchte gedeihen.

Copyright 2026 **Himalaya**, by TCTT GmbH, Seefeldstr. 128, CH-8008 Zürich | PDF generiert am 06.06.2026 01:29:46

6. Tag: Fahrt nach Lamtsa (1900 m) und Trekking nach Lungdre (2480 m)

Heute fahren Sie ca. 2½ Stunden am Ufer des Mekong entlang nach Lamtsa, wo Sie die Umrundung beginnen. Sie überqueren eine Brücke und besichtigen die geweihte Stupa Dreshing Thang (1950 m), die direkt am Mekong liegt. Hier, so meinen die tibetischen Pilger, liegt der Schlüssel für die Wahlfahrt um den Kawa Karpao. Abenteurer können es den Khampas nachmachen, und sich an der alten Eisenkette über den Mekong hangeln. Anschliessend wandern Sie weiter westwärts der Salween-Mekong -Wasserscheide entlang. Übernachtung im Dorf Lungdre, entweder im Zelt oder bei Einheimischen.

2½ Stunden Fahrt, 4½ Stunden Treck

7. Tag: Von Lungdre (2480 m) nach Lungnak (3300 m)

Sie wandern weiter den Ausläufern des Mekong entlang, die die Wasserscheide hier durchziehen. Dabei kommen Sie durch das Dorf Chushag (2900 m), wo Sie eine westliche Richtung einschlagen und dann den Asel Gyalam (3100 m) erklimmen. Der Weg führt Sie durch eine der ursprünglichsten und noch unberührten alpinen Wälder; unterwegs werden Sie tibetische Pilger treffen, die aus allen erdenklichen Gegenden Tibets stammen. Übernachtung im Zelt in Lungnak.

7 Stunden Treck

8. Tag: Von Lungnak (3300 m) zum Dokhela Pass (3500 m)

Bevor Sie den Dokhela-Pass in Angriff nehmen, durchwandern Sie die Ebenen Langshi Thang (3340 m) und die Mendrel Thang, die auch die Mandala-Ebene genannt wird. Auch heute wieder bezaubern die Ausläufer des Mekong und die Bergwälder. Übernachtung im Zelt.

5-6 Stunden Treck

9. Tag: Vom Dokhela Pass (3500 m) zur Tsasokthang Ebene (3630 m)

Heute stellen Sie sich dem herausfordernden Aufstieg auf einen der höchsten Pässe bei dieser Umrundung. Der steile und sich schlangenförmig windende Weg ist wegen seiner Sagen und Legenden berühmt bei tibetischen Pilgern und Khampas, die hier früher mit ihren Handelskarawanen entlang gezogen sindzogen. Nach der Überquerung des Passes gelangen sie in ein botanisches Paradies; Botaniker aus aller Welt kommen hierher, um die seltenen Spezies zu sammeln. Übernachtung im Zelt.

6-7 Stunden Treck

10. Tag: Von Tsasokthang (3630 m) nach Chunathang (2460 m)

Auf 3340 m kommen Sie durch Trangche und überqueren dann einen mittleren Pass, den Lho Oesel, von wo Sie einen atemberaubenden Blick auf den majestätischen

Copyright 2026 **Himalaya**, by TCTT GmbH, Seefeldstr. 128, CH-8008 Zürich | PDF generiert am 06.06.2026 01:29:46

Kawa Karpo werfen können. Danach geht es weiter nach Lho Du-be. Übernachtung im Zelt.

7 Stunden Treck

11. Tag: Von Chunathang (2460 m) nach Aben (2290 m)

Sie wandern etwa 8 Stunden lang westwärts zum Shingkhang La Pass (3740 m) und gelangen dann zum Dorf Aben,. den ganzen Tag über lassen Sie den Khawa Karpo nicht aus den Augen Auf dem felsigen Gelände, das nun vor Ihnen liegt, wurden von Pilgern Steinhaufen errichtet, die stellvertretend für Sangdo Pelri stehen, den Ort, an dem Padmasambhava lebte. Der Salween ist nun nicht mehr weit. Übernachtung im Zelt.

8 Stunden Treck

12. Tag: Von Aben (2290 m) zu den heissen Quellen von Chudrol (1770 m)

Für Tausende von Pilgern sind die heissen Quellen in der Nähe von Chudrol, auch Khandroma Tsokshong genannt, eine wichtige Wasserstelle bei ihrer Umrundung des Kawa Karpo. Der Treck dorthin ist angenehm und lehrreich: Blick auf den Salween, heisse Quellen allerorten, schöne Steingravuren von buddhistischen Göttern und Mantras. Allerdings wurden während der Kulturrevolution einige der besonders alten Steinplatten zerstört. Unterwegs besichtigen wir die Höhlen von Aben, wo buddhistische Pilger sich mich dem Gedanken an das Sterben vertraut machen, um nach dem Tod den „Zwischenzustand“ leichter zu durchlaufen. Sie übernachten bei den heissen Quellen von Chudrol in Zelten.

6 Stunden Treck

13. Tag: Von Chudrol (1770 m) nach Zinak (2300 m)

Am Dem Salween entlang führt Sie heute der Treck durch Drana, und Sie erreichen Zinak, wo Sie einen Mani Tempel besichtigen, den zahlreiche Pilger aufsuchen. Sie übernachten im Tempel, unterhalten sich mit den Pilgern und Dorfbewohnern, singen und essen mit ihnen gemeinsam. Übernachtung bei Einheimischen.

7-8 Stunden Treck

14. Tag: Von Zinak (2300 m) nach Gebu (2340 m)

Heute lassen Sie den Salween hinter sich und wandern westwärts in Richtung Mekong, um dann nördlich den Thangthoe La Pass auf 3552 m zu überqueren. Dann steigen sie wieder nach Radha auf 2320 m ab. Der Weg windet sich an einem der grössten Ausläufer des Salween entlang, am sagenumwobenen Tsa Yuchu. In Gebu, wo Sie heute übernachten, haben Sie bereits die Hälfte de Kora vollbracht. Übernachtung im Zelt oder bei Einheimischen. Wenn es der zeitliche Ablauf erlaubt, kann in Gebu eine ganztägige Ruhepause eingelegt werden.

Copyright 2026 **Himalaya**, by TCTT GmbH, Seefeldstr. 128, CH-8008 Zürich | PDF generiert am 06.06.2026 01:29:46

7-8 Stunden Treck

15. Tag: Von Gebu (2340 m) nach Thakor Chonyi (4100 m)

Einmal mehr steht heute eine steile und schwierige Passüberquerung an; heute es geht es über den Thakor Chonyi (4100 m). Sie zelten auf einer Hochebene, die unterhalb des Passes liegt und im Abendlicht einen atemberaubenden Ausblick auf die Berge und Täler gewährt.

16. Tag: Von Thakor Chonyi (4100 m) nach Gaptsa Chukha (3090 m)

Wieder geht es über einen Pass, dieses Mal ist es der Gabtsa La auf 4300 m Höhe, und Sie gelangen in das Dorf Gabtsa Chukha am Tsa Yuchu Fluss, wo Sie sich in einem Mani Tempel wieder unter die Pilger begeben können. Damit der Anblick des Flusses und der umgebenden Berge unvergesslich bleibt, übernachten wir hier.

6-7 Stunden Treck

17. Tag: Von Gabtsa Chukha (3090 m) nach Mechog Panggang (4200 m)

Ladho, wo Sie am Mittag rasten, ist einer der wichtigsten Orte für Pilger und die einstigen Handelskarawanen der Khampas. Die ehemalige Karawanenroute ist von malerischen tibetischen Dörfern gesäumt. Am Nachmittag trecken Sie nach Mechog Panggang am Fusse des Shola-Passes. Bei gutem Wetter haben Sie hier eine der besten Aussichten auf den gesamten Kawa- Karpa -Gebirgszug. Dieser Platz gehört ist einer zu den der schönsten auf der gesamten Kora, und auch früher schon ruhten sich hier die Karawanen aus, um sich für den letzten und gefürchteten Shola-Pass zu rüsten. Übernachtung im Zelt.

7 Stunden Treck

18. Tag: Von Mechog Panggang (4200 m) über den Shola (4815 m) nach Chuzom (3460 m)

Vor Ihnen liegt heute der berüchtigte Shola-Pass auf 4815 m, der früher die Karawanen im Winter monatelang im Schnee festhielt. Die Pilger glauben, dass seine Überquerung einem Sieg über die r Überwindung der eigenen geistigen und emotionalen Unzulänglichkeiten Hürden gleichkommt. Dann steigen Sie nach Duglung Thang (4250 m) ab (4250 m) und erreichen Chuzom, wo Sie in der Nähe eines Ausläufers des Mekong Ihre Zelte aufschlagen.

7-8 Stunden Treck

19. Tag: Von Chuzom (3460 m) nach Menri Shoe (2060 m) und Fahrt nach Dechen

An diesem letzten Tag der Kora-Umrundung treffen Sie in der Nähe von Shachu Ka auf den Mekong und wandern dann weiter nach Menri Shoe, wo Sie abgeholt und nach Dechen gefahren werden. Übernachtung im Hotel in Dechen.

Copyright 2026 **Himalaya**, by TCTT GmbH, Seefeldstr. 128, CH-8008 Zürich | PDF generiert am 06.06.2026 01:29:46

4½ Stunden Treck, 3 Stunden Fahrt

20. Tag: Fahrt von Dechen nach Gyeltang

Auf der Fahrt zurück nach Gyeltang besichtigen wir das Dondupling Kloster – das im Stil eines tibetischen Forts, eines Dzong, errichtet wurde – und wir besuchen tibetische Kunsthandwerker im Dorf Gonjo am Yangtse, die sich auf Holzschnitzereien spezialisiert haben. Wenn Sie Gyeltang früh am Tag erreichen, haben Sie die Möglichkeit, über den Markt von Gyeltang zu schlendern. Es besteht auch die Gelegenheit zu einer Führung durch ein traditionelles tibetisches Krankenhaus. Übernachtung im Hotel.

21. Tag: Gyeltang

Dieser Tag steht Ihnen zur freien Verfügung. Erkunden Sie die Umgebung von Gyeltang. Übernachtung im Hotel.

21./23.Tag: Rückreise nach Zürich

Heute heisst es von Tibet Abschied nehmen. Am Morgen erfolgt der Transfer zu Flughafen.

Programmänderungen: Die exakten Etappen und die Routenplanung für 2022/23 ist in Bearbeitung.

Copyright 2026 **Himalaya**, by TCTT GmbH, Seefeldstr. 128, CH-8008 Zürich | PDF generiert am 06.06.2026 01:29:46

Termine & Preise

23 Tage Privatreise

- Datum frei wählbar Auf Anfrage

Ihr Bonus

Als Tibetischer Inhaber von TCTT kann ich mit guten Gewissen sagen: Niemand kennt Tibet so gut wie wir! Seit 20 Jahren führen wir Reisen in die abgelegensten Gebiete durch. Unser lokelen Tourleader sind langjährige tibestische Freunde die Ihnen die Türen und Zelte zu den Herzen der einheimischen öffnen.
Kommen Sie mit uns und erleben sie das wahre Tibet. Diese Reise haben wir übrigens 2002 das erste mal durchgeführt!

Back to my Roots

Reiseanforderungen

Eine Reise zum Kawa Karpo gehört zu den eindrücklichsten Erlebnissen. Sie bewegen sich auf Höhen bis 5000 m ü.M., was eine gute Kondition und einen gesunden Kreislauf erfordert. Diese Reise verlangt von allen TeilnehmerInnen Flexibilität, Toleranz und Teamgeist.
Konsultieren Sie im Zweifelsfall Ihren Arzt

Referenz-Weblink:
https://www.himalaya.ch/de/reise/treking-zum-heiligen-berg-mt.-kawa-karpo-osttibet?vehicleType=train&vehicleUrl=zuege

Copyright 2026 **Himalaya**, by TCTT GmbH, Seefeldstr. 128, CH-8008 Zürich | PDF generiert am 06.06.2026 01:29:46