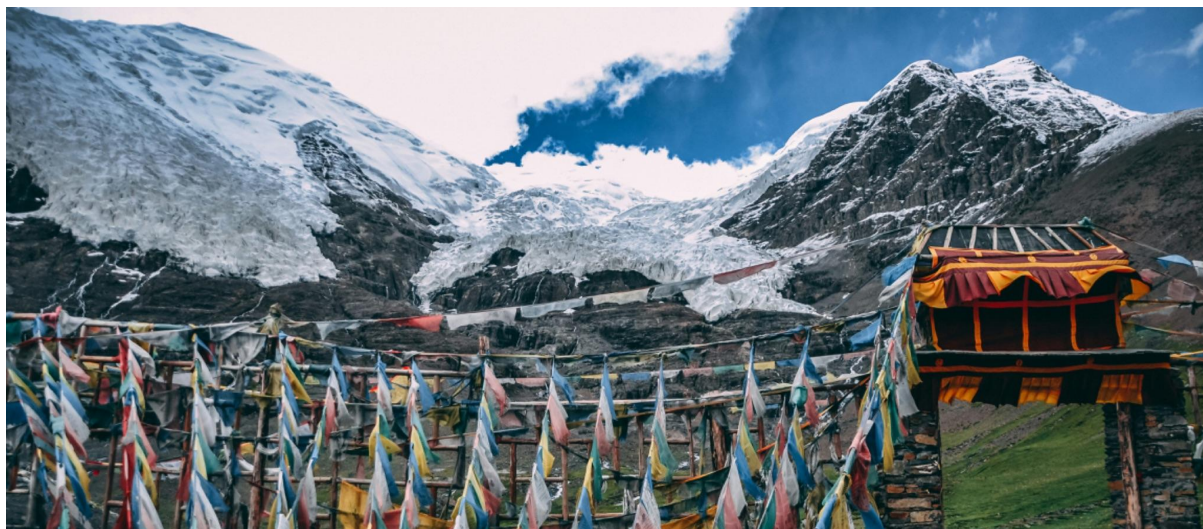


Rejseprogram - Tibet, 12 dage



Dagsprogram

Dag 1 Eventyret begynder

I flyver med Etihad Airways fra København om morgenen med et passende stop i Abu Dhabi. Der er god plads ombord og mange underholdningsmuligheder. På sædets private videoskærm kan I vælge mellem mange film, musikprogrammer og spil. Der er to gratis måltider på flyveturen. Næste morgen lander I i Beijings helt nye internationale lufthavn ved Daxing, som er en hel oplevelse i sig selv. Det er verdens største lufthavnsbygning, og når den kommer op på fuld kapacitet mellem 120-200 mio. passagerer, bliver det verdens travleste lufthavn.

Dag 2 Ankomst til Beijing og middag

I kører til Beijing centrum og får allerede her et godt indtryk af denne spændende by. Efterfølgende kan I vælge mellem at deltage i dagens udflugt eller blive kørt til hotellet (NB. Tjek ind er officielt kl. 15.00 men muligvis før)

Dagens udflugt vil tage jer til på Den Himmelske Freds Plads. Det er verdens største plads. Her ligger blandt andet Parlamentet og Maos Mausoleum, der knytter sig til den kommunistiske æra, men også de gamle kejserlige bygninger såsom frontportene og Den Himmelske Freds Port, som er berømt med Maos store portræt. Herefter tager I til Himlens Tempel. Templet er Beijings vartegn og et af de smukkeste og mest besøgte templer i Asien. Et arkitektonisk pragteksemplar, der viste at Ming dynastiet gjorde Kina til et af verdens fremmeligste lande.

Om aftenen skal I stifte bekendtskab med det kinesiske køkken og nyde en velkomstmiddag sammen. Rejselederen vil også holde et informationsmøde.

Dag 3

Den Forbudte by og kejserlige sommerpalads

I skal se Den Forbudte By med dens efter sigende 9.999½ rum. Verdens største kejserlige palads blev bygget 1406-1420. Herfra har 24 kejsere regeret Riget i Midten, indtil den sidste kejser, Puyi, blev tvunget til at forlade Den Forbudte By i starten af 1900-tallet. Herefter tager I til den fantastiske have, hvor I finder det kejserlige Sommerpalads, templer, pavilloner, dekorerede korridorer og mange små haver. Her hører I blandt andet den spændende historie om enkekejserinde Cixi. Er der tid til det, besøger I en silkefabrik, hvor I kan lære om denne kinesiske opfindelse og se processen fra Silkelarve til de flotte færdige stoffer.

(Dagens udflugt er en del af udflugtspakken Beijing)

Sidst på eftermiddagen er det tid til at tage fly til Xining på Det Tibetanske Plateau.

Dag 4

Kumbum klostret og på toget til Tibet

Xining er hovedstad i Qinghai-provinsen og ligger i godt 2 kilometers højde, så her begynder jeres tilvænning til højderne. I denne by skal I se Kumbum-klostret, som er et af de seks store klostre af Gelupa-skolen. Klostret fra 1577 er bl.a. kendt for sine fine yaksmør-figurer, som er en del af den religiøse praksis. Herefter starter en af verdens mest fantastiske togture på verdens højest beliggende jernbane.



Dag 5

Shangri la ekspresen til Lhasa

Nu begynder landskabet for alvor at ændre sig - og blive barskt, som man kan forestille sig Tibet. Turen går over broer og bjergpas, gennem tunneller boret gennem sten og is. Over tundra, permafrost og snebjerge. Er man opmærksom, kan man se nomader på træk med deres yakokser, vilde tibetanske æsler eller den truede tibetanske antilope. Nogle vil også få øje på rovfugle. Togturens højdepunkt er Tanggula passet i 5.072 meters højde. Toget er designet til at køre i højderne med ekstra ilt, der tilføres gennem ventilationsanlægget. Midt på aftenen ankommer I til Lhasa, og I indkvarteres

på jeres hotel, hvor I ligeledes spiser sen aftensmad. I skal bo i den gamle tibetanske bydel, der er ligger i området omkring det helligste tempel i Tibet, Jokhang-templet. Her er bare det at gå uden for hotellet en stor oplevelse. Der sidder munke på gaden og synger bønner. Her sælges yak-smør, grøntsager, tibetansk håndværk og alverdens andre ting og sager på den hellige vej, der løber rundt om templet.

Dag 6

Dalai Lamas sommerpalads og munkedebat i Sera klostret

I besøger den 14. Dalai Lamas sommerpalads, Norbulinka og går en tur gennem parken. Her har forskellige Dalai Lamaer nydt parken, dyrene og blomsterne, som er en kontrast til det mere det mørke og lidt dystre Potala. Efter frokost skal I også se Sera-klostret fra 1400-tallet, som er en af Lhasas tre store Gelugpa-klostre. Om muligt så overværer I munkenes farvestrålende debatter i klostergården. Børn eller andre sjæle med hang til mareridt kan blive velsignet af Hayagriva-beskytteren, som siges at beskytte mod dårlige drømme, og den nyligt velsignede går derfra med symbolsk sortsværtet næse.



Dag 7

Jokhang templet og Potala paladset

I dag får I en af turens allerstørste spirituelle oplevelser i Tibets helligste tempel, Jokhang-templet fra 600-tallet. Her befinder sig en statue af den historiske Buddha, som siges at være omkring 2500 år gammel og samtidig den mest vellignende, da den er lavet kort tid efter hans død af en, der kendte ham. Mængder af mantra-summende pilgrimme gør oplevelsen på dette stemningsfyldte sted komplet.

Den røde bakke eller Marpo Ri, som den hedder på tibetansk, var hjemsted for den tibetanske regering indtil 1959. Her ligger det majestætiske Potala Palads, der er forbundet med den 14. Dalai Lama, idet han boede her og regerede Tibet fra sin solskinslejlighed øverst oppe. I tager den fascinerende labyrintagtige vej gennem paladset op og ned ad gamle trapper og mørke gange. Det er et fantastisk byggeri med flere end 1000 værelser fordelt på 13 etager. Et af de mest imponerende rum indeholder de forskellige Dalai Lamaers gravstupaer, hvoraf den største er lavet af 3.721 kilo guld.

Dag 8

Bjergpas og den turkisblå Yamdruk sø

I dag starter jeres køretur længere ind i Himalaya-bjergene. Det er et fantastisk spændende landskab, der møder jer. I kører op mod første bjergpas, hvorfra der i klart vejr er en fantastisk udsigt over Yamdruk søens klare, turkisblå vand og snebjerge i baggrunden. Det er en af Tibets

allerhelligste søer og med sine 4.488 meter over havet samtidig en af verdens højest beliggende. Videre går det gennem det fantastiske bjerglandskab til Gyantse, hvor I skal se Kumbum stupaen med de karakteristiske fire øjne, der skuer ud mod de fire verdenshjørner. Det er Tibets største stupa. I kører herefter til Shigatse, der er Tibets andenstørste by.

Dag 9

Shigatse og Tashilumpu klostret

Shigatse er traditionelt forbundet med Panchen Lama, som er Tibets anden vigtigste Lama efter Dalai Lama. Han holder til i Tashilumpuklostret, som er et af de seks store Gelugpa-klostre. Det er det bedst bevarede klostre og huser bl.a. verdens største forgyldte statue. Turen går videre fra Shigatse til Lhasa. I kører på den nyligt konstruerede "Friendship highway", der går fra Katmandu i Nepal til Lhasa. Hovedvejen løber langs Yarlung Tsangpo, som er Tibets største flod. Længere nede af dens løb hedder den Brahmaputra i Indien, og er en af de mange store floder, der har sit udspring i Himalayas bjerge. Hvis tiden tillader det, stopper I ved en landsby og ser, hvordan folk bor. Om aftenen vil I spise traditionel tibetansk mad.



Dag 10

Langs Yalung floden og over Det Tibetanske Plateau

I kører til Tibets eneste lufthavn godt en times kørsel uden for Lhasa. Det meste af tiden køres langs Lhasa og Yarlung floderne. Er man heldig at sidde ved vinduet i flyet, vil man kunne se flyet stige til vejs i et nærmest uendeligt sneklædt bjerglandskab. Efter et par timers flyvning ender højplateauet, og I lander tilbage i Beijing om eftermiddagen. Frokost indtages på flyet.

Om aftenen mødes I til et brag af en kulinarisk afslutning på dette eventyr. Peking And er en af Kinas nationalretter - og altid en stor kulinarisk oplevelse (afslutningsmiddag).

Dag 11

Den Kinesiske Mur

Højdepunktet på enhver Kina rejse er for de fleste at stå på Den Kinesiske Mur. Muren er et af de største vidundere i verden og blev erklæret bevaringsværdig af UNESCO i 1987. Som en gigantisk drage snor Den Store Mur sig over 6.350 kilometer op og ned på tværs af bjerge, ørkener, græsområder og sletter fra Øst- til Vestkina. Det er et storslået og imponerende syn. Muren blev bygget for mere end 2.000 år siden.

(Dagens udflugt er en del af udflugtspakken Beijing)

Først på aftenen kører I til lufthavnen, hvor I flyver et par timer efter.



Dag 12

Efter en oplevelse for livet går turen retur til Danmark

I flyver retur til Danmark, hvor I sætter fødderne på jorden om morgenen. 12-dages eventyr er ved at få en ende, og I ankommer til Danmark med rygsækken fuld af oplevelser. Der vil helt sikkert være mange flotte billeder at sortere i og mange historier at fortælle venner og bekendte. En tur til Tibet vil uden tvivl være en af de største rejseoplevelser nogensinde.

Togturen

Rundreisen er via verdens højeste jernbane ind i Tibet nordøst fra. Turen tager godt et døgn, og I overnatter i toget i 4-6 mands kupeer, hvor der er en seng til hver foruden dyne, lagen, hovedpude. Vi forsøger altid at få 4 mands kupeer, som er de bedste, men hvis det er umuligt, tager vi de næstbedste, som er 6 mands kupeer. Der er en madvogn, hvor der serveres kinesiske retter. Man kan også købe øl og sodavand. Der findes kogende vand, men man skal selv medbringe sit eget krus, samt Nescafé eller te.

Der findes toiletter i begge ender af hver togvogn, men det er en god ide at medbringe sit eget toiletpapir. Man må ikke ryge i kupeerne eller på gangene dog gerne imellem vognene (Dog forbydes rygning helt de sidste 12 timer om natten, da toget trykkomprimeres som et fly). Al jeres bagage skal med ind til jeres pladser i toget, hvor der er mulighed for at placere dem under sengen eller på hylder over midtergangen. Toget er designet til at køre i højderne med ekstra ilt, der tilføres gennem ventilationsanlægget.

Specielle forhold - helbred

På grund af de store højder og det specielle lufttryk i Himalaya og i Tibet skal I tage jer i agt for bl.a. højdesyge. Man bør ikke deltage i turen, hvis man har hjerte/karsygdomme,

vejrtrækningsproblemer eller migræne. Det tilrådes, at henvende sig til egen læge for at tjekke om man kan opholde sig i højder på op til 5.000 meter. I sover ikke på steder, der ligger 3800 meter over havet.

På nogle af dagene i Tibet har I længere køreture på veje, der ikke er af bedste kvalitet.

Toiletforholdene i Tibet er ikke altid de bedste. I skal være forberedt på at kunne klare sine fornødenheder "bag en busk", når I f. eks. kører på øde strækninger. På hotellerne kan der forekomme kinesiske (stå) toiletter, men for det meste er der vestlige toiletter.

Rejsen inkluderer:

- Fly fra Kastrup med Etihad Airways
- To måltider ombord
- Håndbagage og indchecket bagage
- 12 dages spændende program på de nævnte udflugter
- Køretur på verdens højest, beliggende jernbane til Lhasa
- Indenrigsflyvninger
- Potala Paladset og resten af Tibets ikoniske bygningsværker
- Køretur i Tibets bjerge til Yamdruk søen og byerne Gyantze og Shigatse
- Alle entréer på de nævnte udflugter
- Morgenmad alle dage
- Velkomstmiddag
- Frokost på dag 4, 6, 7, 8 og 9
- Middag på dag 2 (velkomstmiddag) og på dag 5, 8, 9 og på dag 11 (afskedsmiddag)
- Middag med Peking And
- Et glas øl, vand eller sodavand til de inkluderede måltider
- Dansk rejseleder
- Kinesisk lokalguide i Beijing
- Tibetansk lokalguide i Tibet
- Overnatninger på gode hoteller
- Visum til Tibet

Ikke inkluderet i rejsen:

- Forsikring (afbestillings- og rejseforsikring)
- Ekstra drikkevarer til måltiderne
- Drikkepenge, beregn ca.: 300 kr.
- Udflugtspakke Beijing: Den Himmelske Fredsplads, Den Forbudte by, Sommer Palads, Himlens tempel og Den Kinesiske Mur. Tre dagsudflugter med frokost: 1.575 kr.

Hoteller

I skal bo på følgende hoteller:

- Beijing: Capital hotel 5-stjernet
- Xining: Shanxiao Zhenpin hotel 4-stjernet
- Lasha: Banak Shol eller et tilsvarende
- Shigatse: Tashi Chauta eller et tilsvarende

Der tages forbehold for ændring af hotel til samme standard.



