

Lhasa - Kathmandu

Sept. 2006

Reisebericht von Klaus Hausmann

Lange hatte ich darauf hin gefiebert und mich vorbereitet sowohl konditionell als auch bzgl. meiner Ausrüstung. Am 21.09.2006 war es endlich soweit. Wir fliegen ab München. Der Flug nach Kathmandu in Nepal dauert ca. 9h.



Kathmandu, die Hauptstadt Nepals und hat ca. 1.5 Mio Einwohner. Es ist eine sehr lebhafteste Stadt, die Straßen sind überfüllt mit Autos, Mopeds, Fahrrädern und Fußgängern, aber es herrscht trotzdem keine Hektik. Nach unserer Ankunft aus München hatten wir einen Tag Zeit, die Sehenswürdigkeiten von Kathmandu zu besichtigen.



Hier sind wir in Thamel, dem Touristen und Einkaufsviertel Kathmandus. Neben unzähligen Souvenirläden gibt es Buchhandlungen, Boutiquen, Kneipen und Internet Cafés.



Der Bodnath-Stupa aus dem 14. Jahrhundert.



Stupas sind Denkmäler, Symbole für den Buddha und den Buddhismus. Wie bei anderen Denkmälern und Tempeln, laufen auch hier die Gläubigen im Uhrzeigersinn betend drum herum und drehen dabei die Gebetstrommeln. Die überdimensionale Gebetstrommel steht in einem kleinen Tempel direkt neben dem Stupa. Wie in jedem Tempel stößt man hier auf viele bunte mit viel Gold verzierte Buddhas.

Stupas sind Denkmäler, Symbole für den Buddha und den Buddhismus. Wie bei

anderen Denkmälern und Tempeln, laufen auch hier die Gläubigen im Uhrzeigersinn

betend drum herum und drehen dabei die Gebetstrommeln. Die überdimensionale Gebetstrommel steht in einem kleinen Tempel direkt neben dem Stupa. Wie in jedem Tempel stößt man hier auf viele bunte mit viel Gold verzierte Buddhas.



Pashupatinath bedeutet „Herr der Tiere“ und ist hier in Nepal eine der wichtigsten Tempelstätten des Hinduismus. Hier wird Shiva als Pashupati verehrt. Die Tempelanlage liegt am heiligen Fluss Bagmati, etwa 6 km

östlich von Kathmandu. Der eigentliche Tempel ist nur für Hindus zugänglich, der äußere Tempelbezirk darf von jedermann betreten werden. Der Bagmati teilt die Anlage in zwei große Bereiche. Am linken Ufer liegen der Pashupatinath-Tempel und die Verbrennungsstätten. Dieser Ort hat für viele Gläubige besondere Bedeutung, es gilt als erstrebenswert, seine Leiche hier verbrennen zu lassen

Geplant war eigentlich, per Flugzeug von Kathmandu nach Lhasa zu fliegen. Der Flug war jedoch überbucht und so wurde kurzfristig ein Transfer mit dem Auto organisiert. Diese Fahrt nach Lhasa war bereits das erste Abenteuer. Die meiste Zeit regnete es. Langsame Busse, überladene LKWs und andere Hindernisse ließen uns nur langsam vorankommen. Mehrmals wurden wir von Maoisten gestoppt, die von uns Wegzoll verlangten.



Aufgrund des Regenwetters waren die Straßen kaum befahrbar. Die Fahrt mit dem Auto dauert 3 Tage, die als Akklimatisierung in Lhasa geplant waren. Nun konnten wir uns langsam während der Autofahrt akklimatisieren und hatten dann immer noch einen Tag für Besichtigungen in Lhasa.

Angekommen an der Grenze zu Tibet. Über diesen Grenzübergang dürfen keine Fahrzeuge fahren. D.h. alle Güter müssen umgeladen werden.



Eine Schar von meist Frauen transportiert unsere Ausrüstung vom nepalesischen LKW über die Grenze zu dem chinesischen LKW. Auf beiden Seiten der Grenze herrscht asiatische Hektik. Es ist wie in einem Bienenstock aber trotzdem irgendwie ruhig und gelassen.





Der tibetische Grenzort heißt Zhangmu. Hier müssen wir übernachten, um am nächsten Tag den Einreisestempel auf unser Visum zu bekommen.



Das ist unser Konvoi, 2 Jeeps und der LKW. Auf dem LKW befindet sich jetzt nach dem Umladen die gesamte Ausrüstung, Verpflegung und unsere Räder.

Heute fahren wir fast 500km bis wir nach 12h um Mitternacht in Shigatse ankommen. In der kleinen Ortschaft Nyalam machen wir Mittagspause, es gibt einen großen Teller Reis mit Gemüse und heißen Tee. Jetzt sind wir in China. Am nächsten Tag geht es weiter nach Lhasa. Noch ca. 250km aber zum Glück alles auf geteilter Straße.

Lhasa ist die Hauptstadt Tibets und hat ca. 500.000 Einwohnern. Obwohl hier auch viel Verkehr auf den Straßen herrscht, ist alles sehr entspannt.



Der im Zentrum stehende Jokhang-Tempel stellt für die Tibeter den Mittelpunkt der Welt und das Zentrum des Universums dar. Jeder Tibeter muss mindestens einmal in seinem Leben hierher gepilgert sein. Zu hunderten laufen die Pilger - wie immer im Uhrzeigersinn - um die Tempelanlage herum.



Die beiden qualmenden Öfen sind Riesenräucherstäbchen und entsprechend duftet es hier. Dem Rauch wird im Buddhismus reinigende Wirkung zugesprochen.

Vor dem Haupteingang des Tempels praktizieren die Buddhisten Niederwerfungen ungeachtet der fotografierenden Touristen tief versunken in ihrem Gebet.

Im Inneren des Tempels gibt es wieder viele Buddhas zu besichtigen. Leider darf man hier nicht fotografieren. Von der Terrasse aus hat man einen schönen Blick über den Platz vor dem Tempel mit dem Potala Palast im Hintergrund.



Potala Palast

Der Potala Palast war der Sitz der Regierung Tibets und die offizielle Residenz des Dalai Lama.



Am späten Nachmittag kamen endlich die Bikes und wir waren alle gespannt, ob sie den Transport über die holprigen Straßen ohne Schaden überstanden haben. Außer ein paar Schrammen und einer leicht verbogenen Bremsscheibe gab es keine Schäden und wir konnten mit dem Schrauben anfangen. Morgen sollte es los gehen.



Endlich, ich glaube alle waren jetzt etwas angespannt und erleichtert zugleich. Irgendwie ein gutes Gefühl, jetzt beginnt das Abenteuer. Nachdem LKW und Jeep beladen waren, fahren wir im Konvoi durch die Stadt, machen noch das obligatorische Foto vor dem Potala und dann geht es raus aus dem Getümmel der Großstadt.



Wir rollen gemütlich durch eine herbstliche Landschaft das wir bereits auf 3600m Höhe sind davon merken wir heute nichts. Zu sehr sind wir alle angespannt. Heute fahren wir 80km zunächst entlang des Flusses Tsangpo. Mit 2900km Länge gehört er zu den größten Flüssen Asiens. Um das Blut dünn zu halten und Höhenproblemen vorzubeugen müssen wir viel trinken. Mindestens 5 Liter Wasser pro Tag und entsprechend oft mussten wir Pinkelpausen einlegen.



Am Nachmittag erreichten wir unseren ersten Lagerplatz. Die Zelte wurden bereits aufgebaut und es gab den traditionellen 5-Uhr Tee – am Abend dann unser allabendliches Candellight-Dinner.

Am zweiten Tag war der erste Pass zu bewältigen. Es war sehr anstrengend, weil es ohne Einzufahren gleich bergauf ging. Von 3600m auf 4800m auf einer Distanz von 20km. Die Straße ist geteert und führt in Serpentinaen der Berg hinauf.



Jetzt merke ich deutlich die Höhe, ich komme nur langsam voran und muss immer häufiger Pausen einlegen. Für die 1200hm benötige ich ca. 4 Stunden, doppelt so lang wie unter normalen Bedingungen.

Geschafft, 4800m hoch. Der Blick auf die andere Seite, der sich jetzt öffnet ist unglaublich. Das türkisfarbige Wasser des Yamdrok-Sees liegt unter uns. Ein unvergesslicher Anblick, der kaum in Worte zu fassen ist. Es gibt blaue Himmel, aber kein vergleichbares Blau. Es ist fast unwirklich, irgendwie erscheint alles wie ein wunderbarer Traum.



Auch die Tibeter haben erkannt, dass dies ein anziehender Ort ist und verkaufen Souvenirs an die Reisenden. Es ist wie ein kleiner Markt hier oben und das auf 4800m Höhe. Es weht ein kühler Wind, aber das Thermometer zeigt 24°C in der Sonne.



Gibt es einen schöneren Ort, um zu meditieren?

Nach einer ausgiebigen Pause mit Milchtee und tibetischen Keksen fahren wir weiter, es folgt ein Downhill auf breiter Straße zu dem 300m tiefer liegenden Yamdrok See. Direkt am See schlagen wir unser zweites Lager auf. Auf Gesellschaft mussten wir nicht lange warten. Wen die Sonne unter ging, wurde es recht frisch. Immerhin sind wir hier auf 4500m.



Lager 2 am Yamdrok See

Wir starten die dritte Etappe, zunächst fahren wir eine Weile entlang des Sees. Als wir unterwegs diesen Billardtisch sehen, ist eine kurze Pause angesagt.



Dieses Gefährt ist unter der Landbevölkerung eine Art Volkswagen, zumindest treffen wir unterwegs sehr oft auf dieses Fahrzeug.





Und dieses Ding ist ein Wasserkocher. Die beiden Blechflügel wirken als Parabolspiegel, mit dem die Sonnenstrahlen auf den Topf gebündelt werden – mega genial.

Ein paar Höhenmeter müssen wir noch machen, bis wir am Fuße des nächsten Passes unser Lager aufschlagen. Wir haben angenehme 16°C, da kann man sogar mal zum Füsse waschen in den Bach steigen.



Auf unserer vierten Etappe erreichen wir die Schneegrenze auf 5000m – mit 8°C ist es nicht gerade gemütlich hier. Vom Pass Karo-La fahren wir auf Schotter 1000hm abwärts bis nach Gyantse.

An mehreren Stellen dieser Etappe wird die Straße erneuert. Wenn ein Baufahrzeug entgegenkommt hält man besser für einen Moment die Luft an, um nicht eine volle Ladung Staub zu schlucken. Meine Gletscherbrille schützte mich hier nicht nur vor der intensiven Sonnenstrahlung, sondern auch vor dem aufgewirbelten Staub.



Karo-La Pass auf 5000m



1Abfahrt vom Karo-La Pass

Angekommen in Gyantse. Der LKW mit unserem Gepäck ist noch unterwegs. Eine gute Gelegenheit verbrauchte Mineralien aufzufüllen.





Gyantse ist die dritt größte Stadt Tibets. Das Kloster ist berühmt für sein Kumbum die größte Stupa Tibets. Sie hat 4 Stockwerke mit 108 Kapellen und über 10.000 Wandbildern. In den verschiedenen Tempeln befinden sich riesige Buddhas, überall brennen Butterkerzen und vor den Statuen liegen Geldscheine als Opfergabe der Gläubigen.

Auf der fünften Etappe von Gyantse nach Shegatse können wir uns etwas erholen. Heute haben wir keinen Pass zu überwinden. Wir fahren 100km fast nur auf geteeter Straße und Gegenwind haben wir heute auch nicht.





Mittagspause

Es ist sehr heiß heute, wir sind ja auch nur auf 4000m, im Schatten der Bäume lässt es sich aushalten. Unser Koch überrascht uns täglich mit neuen Gerichten und das alles nur mit einem Gaskocher.

Die Gegend, durch die wir fahren, wird die Kornkammer Tibets genannt da hier sehr viel Hochlandgerste angebaut wird. Jetzt ist gerade Erntezeit und man sieht viele Menschen auf dem Feld arbeiten.



Nach einem so heißen Tag schmeckt das Bier besonders gut. Abends gibt es wieder leckeres tibetisches Essen. Zum Glück haben wir unsere einheimischen Guides, die uns bezüglich des Essens immer gut beraten und auch gleich das Bestellen übernehmen.



gegessen wird natürlich mit Stäbchen

Heute haben wir 75km und 500hm zu absolvieren und das bei heftigem Gegenwind. Die 75km werden zur Qual und manchmal kann man dabei die wunderschöne Landschaft wegen des schmerzenden Hinterteils nicht wirklich genießen. Aber jetzt gibt es kein Zurück mehr und die 600km, die noch vor uns liegen, werden wir auch schaffen.



Mittagspause, es dauert nicht lange bis wir Gesellschaft bekommen. Die Leute sind sehr nett. Sie schauen uns meist stumm beim Essen zu und nehmen unsere leeren Wasserflaschen.





Weiter geht es die endlose Straße entlang. Die Sonne brennt heute wieder ziemlich heiß und der Wind bläst erbarmungslos natürlich immer von vorn. Trotzdem, es ist ein überwältigendes Gefühl durch diese Weite zu fahren.

Ein neuer Tag. 95km und 700hm liegen vor uns. Wenn wir durch Ortschaften fahren werden wir immer wieder von Kindern bejubelt. Die Erwachsenen schauen eher skeptisch mit gemischten Gefühlen glaube ich. Ich würde gern wissen was sie über uns denken.



Am Fuße des Lakpa Passes schlagen wir unser fünftes Lager auf. Mittlerweile sind wir beim Aufbau der Zelte ein eingespieltes Team. Auch das Aus- und Einpacken des Seesacks geht immer besser.



Am nächsten Morgen werden wir von einer Herde Yaks geweckt, die scheinbar nervös an unserem Lager vorbeirennen. Der vor uns liegende Lakpa La liegt auf 5200m. 20km und 1000hm bis zum Pass. Es geht zwar auf geteuerter Straße aber mit immer stärker werdendem Gegenwind. Für uns alle war dies die anstrengendste Etappe.



Oben auf dem Pass konnte man sich vor Wind kaum auf dem Rad halten.

Wer jetzt dachte es geht bergab mit Rückenwind, der hat weit gefehlt. Der Wind kam wieder von vorn. Das Rad einfach laufen lassen war nicht möglich. Die Straße war dazu noch sehr holprig und staubig, Bumpy-Road nennen es die Guides. Am besten ging es noch auf der seitlichen Mauer zu fahren. War aber nicht ganz ungefährlich wegen des Windes, dem Schotter und ausgesetzten Stellen. Eine uns entgegenkommende Singlereisende ist mit ihrem Rad von dieser Mauer gestürzt 2m tief in eine trockene Regenwassergrube und hat sich arg am Kopf verletzt. Als wir vorbeifuhren wurde sie von anderen Touristen bereits versorgt.

Irgendwie sind wir dann doch in Shegar angekommen. So faszinierend wie die Landschaft, ist das Hotel leider nicht. Nach 2 Zeltnächten hatten wir uns auf eine warme Dusche gefreut. Es ist ein Hotel der Kategorie einfach und aus dem Duschkopf tröpfelt nur kaltes Wasser. – na ja, wozu waschen.



Heute ist Kaiserwetter und kein Wind obwohl er vorhergesagt war. Es ist traumhaft. Es sind zwar nur 6°C aber durch die trockene Luft ist die Kälte nicht unangenehm. Heute fahren wir über den Pang-La Pass., Von dort werden wir das erste Mal den Mt. Everest sehen.



Für das Gebiet um den Mount Everest benötigt man ein eigenes Permit. Ab hier geht es auch wieder steil bergauf. Bevor wir den höchsten Berg der Erde das erste Mal sehen können müssen wir den Pang-La Pass überschreiten. Die Straße schlängelt sich den Berg hinauf, bis oben sind es 60 Kehren.



diese Art Fahrzeuge sind hier weit verbreitet



Der Pass ist erreicht – fast 5200m und das Thermometer zeigt 18°C in der Sonne

Das ist er nun – der Berg der Berge. Von hier aus hat man Blick auf den Himalaya Hauptkamm und kann einige 8000er erkennen. – Cho Oyo, Makaru, Lhoze, und Mount Everest. Das faszinierende hier oben ist der klare Blick, der alles so nah wirken lässt.



Nun folgt eine rasante Abfahrt auf schwierigem Untergrund und immer wieder der Blick zum Mount Everest.



Wie beim Anstieg haben wir auch jetzt wieder unzählige Kehren bis ins Tal. Auf dieser Bumpy Road muss man entweder langsam oder sehr schnell fahren, mit einer Federgabel ist man hier klar im Vorteil.



10.Tag heute Morgen ist unser Zeltplatz geflutet. Zum Glück steht nur das Speisezelt unter Wasser. Frühstück wird trotz kühlen Temperaturen auf der „Terrasse“ mit Everest Blick.

Heute fahren wir zum Mount Everest, dem Höhepunkt unserer Tour

Es sind nur 30km aber 800hm und die Straße hat extremes Wellblechprofil. Ab und zu kommen Touristen Jeeps entgegen bzw. überholen uns. Da heißt es wieder Luft anhalten, bis die Staubwolke vorbeigezogen ist.



Die 30km kommen mir unendlich vor, die letzten Serpentinien sind noch mal ziemlich steil und dann öffnet sich der Blick...



Mount Everest

Es ist unbeschreiblich. Obwohl ich wusste, dass ich hier stehen werde brauche ich eine Weile, um die Eindrücke zu realisieren. Nach den Strapazen der letzten Tage stehe ich nun direkt vor dem Mount Everest, es ist gigantisch. Dieser Anblick ging uns allen sehr nah.

Neben dem Kloster Rongbuk auf 5000m wurde unser Lager aufgebaut, von hier sind es noch 8km bis zum Everest Base Camp. Hier dürfen keine Autos mehr fahren. Die Touristen werden per Pferdekutsche zum Camp gefahren. Wir haben unsere Bikes benutzt. Noch einmal 200hm aufwärts.



Das Everest Base Camp hatte ich mir irgendwie anders vorgestellt. Hier herrscht der Kommerz. Souvenirläden und Mini-Hotels. Ich glaube wirkliche Bergsteiger gibt es hier nicht. Ein weiteres Basislager befindet sich weiter oben 2 Tagesmärsche durch das Rongbuktal.

In der Nacht wird es sehr kühl. Am Morgen beim Frühstück haben wir -4°C . Zähneputzen fällt aus, unser Wasser ist eingefroren. Aber der Berg zeigt sich heute wieder von seiner schönsten Seite.



Die letzten beiden Tage hatte ich starke Schmerzen im Knie, so dass ich beschloss heute einen Ruhetag einzulegen und mit dem Auto mit zu fahren. Ich entschloss mich im LKW einzusteigen da dieser normalerweise früher als der Jeep am nächsten Lager war.

Als wir unterwegs waren habe ich mich geärgert. Diese Etappe war die bisher Abwechslungsreichste. Mehrere Bäche mussten durchquert werden, es war welliges Gelände, wo es nicht immer nur bergauf ging. Der Weg führte entlang eines Flusses durch eine wunderschöne Schlucht und über eine riesige Steinmoräne wie mir die anderen dann später erzählten.



Aber die Fahrt mit dem LKW war auch ereignisreich. Als der Weg immer feuchter wurde blieb unser LKW in einem Schlammloch hängen. Während dem Versuch den LKW wieder flott zu bekommen, erreichte uns die Nachricht, dass unser Jeep beim Überqueren einer Brücke in den Fluss gestürzt ist. Fahrer und Beifahrer waren ok, aber das Auto war Schrott. Da hatte ich noch mal Glück im Unglück. Genauso gut hätte ich in dem Jeep sitzen können. – Es dauerte 2-3 Stunden bis der LKW wieder frei war, so hatte ich etwas Zeit zum Fotografieren.



vorbeiziehende Händler mit ihren Yaks



immer wieder grandiose Landschaften



Unser Lager vor Tingri, es sieht zwar so aus, aber es hat nicht geregnet.

12.Etappe, heute wird unerwartet ein langer und anstrengender Tag. – Bis zur Mittagspause waren es 40km in der Ebene – bis dahin noch easy. Für den Nachmittag waren noch mal 35 km und ein paar Höhenmeter geplant. Als wir an der Stelle ankamen, bei der wir das Lager erwartet hatten, war da aber nichts. Die Mannschaft war noch 15km weiter über den nächsten 5000er Pass gefahren. Zum Glück hatte ich noch ein paar Power Gels.



Endlich war unser Lager in Sicht. Bis der Letzte ankam war es bereits dunkel. Direkt neben unserem Zeltplatz campierten Nomaden mit einer Herde Schafe.



Es war wieder recht frisch in der Nacht, am Morgen ist es -1°C wir sind auf 4900m. Wir starten zur letzten Etappe in Tibet. Die letzten Höhenmeter hoch zur 2.Hälfte des Doppelpasses Lalung-Leh. Mittlerweile merkt man die Höhe nicht mehr. Keine Kopfschmerzen, kein Schwindel und sich die Kräfte einzuteilen hat man auch gelernt.



5200m auf dem Dach der Welt

Einmal mehr werden wir mit einem grandiosen Ausblick belohnt.



Ungeduldig aber auch mit etwas Wehmut sehen wir dem nächsten Streckenabschnitt entgegen. Jetzt heißt es Abschied nehmen von den majestätischen Bergen und der unendlichen Weite der tibetischen Hochebene.

70km und 3000hm bergab, das lässt jedes Biker Herz höherschlagen. Die Freude wurde allerdings etwas getrübt. Wie angekündigt hatten wir für etwa 40km starken Gegenwind. Das Tal, in dem wir abwärtsfahren, wirkte wie ein Kamin, der dafür sorgte, dass wir auch bergab noch kräftig strampeln mussten.





Als das Tal enger wurde hörte der Wind auf und man konnte in den Leerlauf schalten.



In Zhangmu wurde noch mal übernachtet und nach den Grenzformalitäten ging es weiter das Tal hinab bis auf 800m ü. Meereshöhe.

Diese Strecke sind wir vor 2 Wochen mit dem Auto gefahren. Heute können wir dieses grüne Tal bei schönstem Wetter vom Fahrrad aus genießen. Es geht fast immer leicht bergab. Ein wunderschöner Ausklang dieser Tour. Übernachtung in einer komfortablen Lodge mit warmer Dusche, sauberen Betten und gutem Essen.

Nach einem gemütlichen Frühstück starten wir zur letzten Etappe. Noch ca. 40km bis Katmandu. Unterwegs machen wir noch einen Kultur-Stopp in Bhaktapur. So richtig Lust auf Klöster und Tempel hat keiner mehr. Wir gehen lieber in aller Ruhe einen Tee trinken und rollen dann gemütlich Richtung Katmandu. Völlig entspannt fahren wir zurück in die pulsierende Großstadt. Zurück in eine andere Welt