



# Von Lhasa nach Kathmandu

Mit Claude Marthaler im Himalaya



**Claude Marthaler umrundete in den letzten sieben Jahren mit dem Bike die Welt und war dabei eine lange Zeit auch in Tibet und Nepal unterwegs. Mit seiner Erfahrung verspricht diese Leserreise, die VELOPLUS in Zusammenarbeit mit Mountain Trails anbietet, eine Expedition mit philosophischem Tiefgang zu werden. Die Reise findet vom 11. September bis 3. Oktober 2003 statt.**

Nach wie vor zählt Tibet zu den geheimnisvollsten Ländern dieser Erde. Allgegenwärtig ist hier die alte buddhistische Kultur mit ihren Klöstern, Mönchen, Göttern und Dämonen. Unterwegs von Lhasa nach Kathmandu ziehen wir vorbei an uralten Klosteranlagen und Einsiedeleien. Yak- und Schafherden weiden auf der Hochebene und immer wieder tauchen grossartige Gebirgslandschaften in der Ferne auf! Über hochgelegene Pässe (dreimal über 5000 m) und vorbei am höchsten Berg der Welt – dem Mount Everest (8848 m) – erreichen wir schliesslich die fruchtbaren Täler Nepals, wo in Kathmandu diese unvergessliche Reise zu Ende geht. Die ersten sechs Tage sind für die Anreise, den Flug via Kathmandu über die Himalaya-Kette nach Lhasa und zum Kennenlernen der Hauptstadt Tibets und der Umgebung geplant. Am siebten Tag startet unsere Reise Richtung Nepal. Innert vier Tagen erreichen wir über drei hohe Pässe, den Khamba La (4794 m), den Karo La (5015 m) und den Simi La (4330 m) die historisch wichtige Stadt Gyantse, wo wir das berühmte Kloster besuchen. Am 15. Tag erreichen wir den höchsten Pass der Reise, den 5220 m hohen Lhakpa La. Von

der Passhöhe sehen wir auf die Achttausender Cho Oyu, Lhatse und Mount Everest. Am Thang La (5050 m) beginnt am 17. Tag der längste Downhill der Welt (4500 Höhenmeter auf einer Länge von 145 km), den wir in drei Tagesetappen aufteilen. Am 20. Tag erreichen wir Kathmandu. Die letzten zwei Tage haben wir voll für Besichtigungen der Hauptstadt Nepals zur Verfügung. Am 23. Tag fliegen wir zurück.

## Anforderungen

In den 23 Tagen der Reise sind 14 Etappen mit total 950 km. Die Tour verlangt eine sehr gute Kondition und ist technisch leicht. Die Tour ist auf 8–12 Teilnehmer/innen beschränkt.

## Kosten und Leistungen

Im Preis von Fr. 6590.– (Einzelzimmerzuschlag Fr. 540.–) inbegriffen sind die Flüge inkl. Bike, Flughafentaxen und Visas für Nepal und Tibet, Begleitfahrzeug, 21 Übernachtungen im Zelt (9) oder Mittelklasshotel (12), Vollpension, Führung durch Claude Marthaler, unterstützt durch örtliche Führer und Begleitmannschaft. Es ist möglich, die Reise auszudehnen und ab dem 15. Tag einen Abstecher zum Everest Base Camp (Ausgangspunkt der meisten Mt. Everest Expeditionen) zu unternehmen. Dadurch verlängert sich die Reise um fünf Tage oder eine Woche (Details und Preise auf Anfrage).



## Anmeldung

- Ich melde mich definitiv für die Reise von Lhasa nach Kathmandu, vom 11. 9.–3.10. 2003 an.  
 Ich bin interessiert und wünsche zunächst weitere Informationen.

Name: \_\_\_\_\_ Vorname: \_\_\_\_\_

Strasse/Nr.: \_\_\_\_\_ Telefon P/G: \_\_\_\_\_

PLZ/Ort: \_\_\_\_\_ Fax/E-Mail: \_\_\_\_\_

**Talon einsenden oder faxen an:** mountain trails, 6354 Vitznau, Telefon 041 390 28 01, Fax 041 390 28 02, E-Mail: info@mountaintrails.ch

# 7 Jahre mit dem Fahrrad um die Welt

Claude Marthaler, der Leiter der Leserreise von Lhasa nach Kathmandu, ist 42 Jahre alt und wohnt in Genf. 1988 zog es ihn erstmals für drei Jahre nach Asien. Von 1994 bis 2001 umrundete er dann in sieben Jahren die Welt mit dem Fahrrad. 122'000 Kilometer führten ihn durch 60 Länder. Weitere Infos: [www.redfish.com/yak](http://www.redfish.com/yak)

In seinem Buch «Durchgedreht» berichtet Claude auf unvergleichliche Art von seinen sieben Jahren im Sattel. Claude versteht es, uns nicht nur die Härten und Strapazen dieser Reise vor Augen zu führen, sondern auch sein einsames Nomadenleben zu schildern. Mit sehr viel Beobachtungsgabe erzählt er von den Menschen und Kulturen, die ihm begegnet sind.

Art. 319.180 Buch «Durchgedreht», 315 Seiten  
Art. 321.012 Sechs Postkarten mit Bildern von Claudes Reise

Fr. 30.–  
Fr. 4.80



## Live-Diashow von Claude Marthaler

**7 Jahre mit dem Fahrrad um die Welt.**  
60 Länder – 4 Kontinente – 122'000 Kilometer.

Eine hervorragende Gelegenheit, die Reise von Claude mitzerleben, ist der Besuch eines seiner Diavorträge. Zur Zeit finden in verschiedenen Schweizer Städten Diavorfürungen statt. Der Veranstaltungskalender und der Vorverkauf ist unter [www.explora.ch](http://www.explora.ch) zu finden.

### Tourplan (Beginn immer 20.00 Uhr)

03.12.02	Luzern, Schüür	06.02.03	Wetzikon, Aula Kantonsschule
04.12.02	Lyss, Weisses Kreuz	08.02.03	Jona, Hotel Kreuz
05.12.02	Burgdorf, Aula Gsteighof	12.02.03	Schaffhausen, Kulturzentrum Kammgarn
06.12.02	Olten, Stadttheater	15.02.03	Zürich, Volkshaus (16.00 und 20.00 Uhr)
10.12.02	Lenzburg, Aula Berufsschule	21.02.03	Thun, Schadausaal
11.12.02	Bern, Hotel-Restaurant Jardin	22.02.03	Frauenfeld, Eisenwerk
12.12.02	Zürich, Volkshaus	25.02.03	Uster, Stadthofsaal
13.12.02	Baden, Saal Roter Turm	05.03.03	Wil SG, Tonhalle
14.12.02	Aarau, Saalbau Aarau (16.00 und 20.00 Uhr)	07.03.03	Buchs SG, Aula BZB
19.01.03	Basel, Volkshaus (18.00 Uhr)	08.03.03	St. Gallen, Kirchengemeindehaus St. Mangen
24.01.03	Regensdorf, Schulhaus Pächterried	11.03.03	Chur, Tittthof
28.01.03	Liestal, Hotel Engel	19.03.03	Stans, Pestalozzisaal
30.01.03	Winterthur, Hotel Römertor	20.03.03	Cham, Lorzensaal
31.01.03	Basel, Stadtcasino	21.03.03	Altdorf, Uristiersaal/Dätwyler AG
02.02.03	Bern, Kursaal Arena (18.00 Uhr)	25.03.03	Sursee, Kantonsschule Sursee
04.02.03	Wallisellen, Doktorhaus	28.03.03	Schwyz, Mythen-Forum
		02.04.03	Luzern, Verkehrshaus

## UNSERE REISEN 2003/2004

**Fahrtechnik-Kurse**

**Weekend-Touren**

**Transalp**

**Provence Bikewoche**

**Mallorca-Inselcross**

**TransSardinien**

**Island-Durchquerung**

**Marokko Atlasrunde**

**Südafrika Highlights**

**Indien Transhimalaya**

**Tibet/Nepal Transhimalaya**

**USA Hot-Spots**

**USA Rocky Mountains**

**Trans Canada Trail**

## INFOS & KATALOG 2003/2004

mountain trails

Postfach

6354 Vitznau

Tel.: 041 390 28 01

Fax: 041 390 28 02

E-Mail: [info@mountaintrails.ch](mailto:info@mountaintrails.ch)

**mountain trails**

*touren & trips für mountainbiker*



*www.mountaintrails.ch*