

Bhutan: Luxus Wellness Reise zu Dir Selbst! 7 Nächte/8 Tage



Kuzuzangpo La- Hallo und willkommen im Land des Donnerdrachen

Das Königreich Bhutan liegt hoch im Himalaya. Im Norden grenzt es an Tibet in China und im Süden an Indien.

Das Dach der Erde ist etwa so gross wie die Schweiz (46.000 Quadratkilometer) und hat ca. 700.000 Einwohner. Das Land besteht aus 20 Distrikten und die Höhe liegt zwischen 1500 und 7000 Metern. Im Allgemeinen finden Leben und Bewegungen in Höhenzonen von 2000 bis 4000 Metern statt. Bhutan ist wirklich mit spektakulären Landschaften und sanften Menschen gesegnet und ist das einzige Land der Welt, das einen negativen Kohlenstoffausstoß hat. Wir sind sehr stolz darauf, weiterhin weltweit führend in Sachen Nachhaltigkeit zu sein und nachhaltig zu wachsen. Deshalb wird der Erfolg in Bhutan nicht finanziell gemessen, sondern am Bruttonationalglücksindex. Der britische Autor, der Shangri-La (Paradies auf Erden) erwähnt hat, da man annimmt, dass es sich um einen fiktiven Ort handelt. Vielleicht hat er über Bhutan geschrieben? Für viele, die nach Bhutan gereist sind, ist es zu ihrem eigenen Shangri-La geworden. Um Ihre Erfahrung in diesem wirklich einzigartigen Land weiter zu verbessern, empfehlen wir unseren Kunden als Übernachtungsorte. Wir bieten traditionelle bhutanische Gastfreundschaft und verbessern Ihr Bhutan-Reiseerlebnis. Tauchen Sie ein in die Kultur und die feinste Gastfreundschaft, die das Land zu bieten hat, und lassen Sie sich verwöhnen.

Tag 1: Ankunft und Verjüngung in Thimphu

- Herzlicher traditioneller Empfang am Flughafen Paro mit einer Zeremonie des weißen Schals.
- Privater Transfer nach Thimphu mit malerischer Aussicht. (Mit dem Auto ca. 90 Min. 55 Km.)
- Begrüßungsgetränk im Terma Linca Hotel oder Thimphu Deluxe.
- Express-Check-in mit einem leichten Bio-Mittagessen, das im Hotel serviert wird und Zutaten aus der Region enthält.
- **Nachmittag:** 90-minütige Kräutermassage mit einheimischen bhutanischen Kräutern.
- **Abends:** Intimes Willkommensdinner mit authentischer bhutanischer Küche, gepaart mit lokalem Wein oder Craft-Bier, veranstaltet von einem Kulturexperten, um die Traditionen Bhutans vorzustellen.

Inbegriffen in Tag 1: Reiseleiter, Auto und Fahrer, Weißer Schal, Trinkwasser auf dem Weg, Mittagessen, Übernachtung im Hotel Terma Linca oder Thimphu DeLuxe beide 4 Sterne, Abendessen und Kulturexperte, Therapiesitzung 90 Minuten



Tag 2: Natur, Achtsamkeit & lokale Köstlichkeiten

- **Frühstück:** im Hotel
- **Morgens:** Geführte Besichtigung des Großen Buddha Dordenma und Durchführung einer kurzen Meditationssitzung. (Fahrzeit 20 ca. 20 Min.)
- **Mittags:** Sanftes Waldbaden und eine geführte Naturwanderung nach dem Bad.
- **Mittagessen:** Mittagessen in einem der lokalen Restaurants.
- **Nachmittag:** Besuch des Motithang Takin Reservats und des majestätischen Thimphu Dzong. Fahrzeit ca. 30 Min)
- **Abends:** Schlendern Sie über die Kunsthandwerksmärkte von Thimphu, gefolgt von einem Gourmet-Abendessen in der Innenstadt.

In Tag 2 inbegriffen: Frühstück, Reiseleiter, Auto & Fahrer, Trinkwasser auf dem Weg, Besuch von Buddha Dordenma, Waldbaden & Naturwanderung, Mittagessen, Übernachtung im Hotel, Tour zum Takin Preserve und Thimphu Dzong, Besuch des Kunsthandwerksmarktes und Abendessen

Tag 3: Kulturelle Immersion & ganzheitliches Heilen

- **Morgens nach dem Frühstück: Stille Morgenwanderung zum Tango oder Cheri Kloster:** Eine Wanderung in Stille, um das Bewusstsein zu vertiefen und innere Ruhe zu erfahren.
- **Mittagessen:** Traditionelles bhutanisches Bauernhaus-Essen.
- **Nachmittag:** Freie Zeit, um die lokalen Märkte zu erkunden oder eine Kräutertee-Verkostung zu genießen.
- **Früher Abend:** Traditionelles bhutanisches Yoga & Atemarbeit, eine Sitzung mit einem bhutanischen Wellness-Praktiker, der Yoga und Vajrayana buddhistische Atemtechniken integriert.
- **Abendessen:** Kulinarische Themenreise mit einer Fusion aus bhutanischen und indischen Aromen im Hotel.

In Tag 3 inbegriffen: Frühstück, Morgenwanderung, Reiseleiter, Auto & Fahrer, Mittagessen auf dem Bauernhof, Trinkwasser auf dem Weg, Kräutertee-Sitzung, bhutanisches Yoga und Atemtechniken von Spezialisten, Übernachtung im Hotel, Themenabendessen



Tag 4: Ruhiger Übergang nach Paro

- **Morgens:** Frühstück und Check-out in Thimphu. (Transfer nach Paro mit dem Auto ca. 90 Min. 55 KM)
- **Mittag:** Geführte Besichtigung des Kunsthandwerksmarktes und der Kunsthandwerksbetriebe von Paro.
- **Mittagessen:** Authentisches Bauerhaus-Essen in einem traditionellen bhutanischen Stil.
- **Nachmittag:** Freizeit zur freien Verfügung oder Besuch eines Bogenschießstandes.
- **Abends:** BBQ-Dinner im Freien (Wetter bedingt) mit kulturellem Geschichtenerzählen unter den Sternen.

In Tag 4 inbegriffen: Frühstück, Reiseleiter, Trinkwasser auf dem Weg, Besuch des Kunsthandwerksmarktes und der Kunsthandwerksläden, Mittagessen, Besuch der Bogenschießanlage oder Freizeit, BBQ-Abendessen bei schönem Wetter, Übernachtung im Hotel und Geschichtenerzählen.



Tag 5: Chele La Pass & Haa Valley Abenteuer

- **Früher Morgen nach dem Frühstück:** Fahrt bei Sonnenaufgang zum Chele La Pass für atemberaubende Ausblicke auf den Himalaya.
- **Mittag:** Erkundung des Haa-Tals mit kulturellem Eintauchen in ein örtliches Kloster. (Gesamt Fahrzeit ca. 5 Stunden)
- **Mittagessen:** Malerisches Picknick mit Bio-Gerichten aus dem Haa-Tal, insbesondere Buchweizenknödel und Nudeln.
- **Abends:** Rückkehr nach Paro für einen entspannenden Saunagang.
- **Abendessen:** Gemütliches Abendessen im Hotel mit saisonalen Produkten aus der Region.

In Tag 5 inbegriffen: Frühstück, Reiseleiter, Auto & Fahrer, Ausflug ins Haa-Tal, Klosterbesuch, Picknick-Mittagessen, Saunagang und Abendessen, Übernachtung im Hotel und Trinkwasser auf dem Weg.

Tag 6: Spirituelle Pilgerreise zum Tigernest

- **Frühmorgens:** Frühstück, gefolgt von einer geführten Wanderung zum Tigernest-Kloster. Fahrzeit ca. 60 Min.)
- **Auf halber Strecke:** Erfrischungen im Halfway Café mit optionalem Aufstieg mit dem Pony.
- **Mittagessen:** Picknick-Essen mit Panoramablick auf die Berge.
- **Nachmittag:** Besuch des Nationalmuseums von Bhutan für ein aufschlussreiches kulturelles Erlebnis.
- **Hot Stone Bath Therapy:** Erleben Sie Bhutans traditionelles Heisse Steine-Bad, das mit Heilkräutern angereichert ist.
- **Abendessen:** Thematisches kulinarisches Erlebnis im Hotel, bei dem das kulinarische Erbe Bhutans gefeiert wird.

In Tag 6 inbegriffen: Frühstück, Auto & Fahrer, Reiseleiter, Trinkwasser auf dem Weg, Besuch des Tigernest-Tempels und Eintritt, Erfrischungen im Halfway-Café, Mittagessen im Picknick-Stil, Eintritt in das Nationalmuseum und Tour, Heisses -Stein Bad und Abendessen, Übernachtung im Hotel.



Tag 7: Spirituelle Besinnung & Wellness-Genuss

- **Morgens:** Besuch von Jangtsa Dumtseg Lhakhang und Kyichu Lhakhang und leichte Butterlampe für eine sehr erfolgreiche Reise und auch für das zukünftige Wohlbefinden. (Lenkzeit App 2 Stunden)
- **Mittagessen:** Bhutanesisches Gourmet-Essen in einer malerischen Umgebung.
- **Nachmittag:** 120-minütige Tiefenentspannungs-Aromatherapie-Sitzung
- **Abends:** Abschiedsessen mit bhutanischer Live-Volksmusik und einem Wellness-Paket mit bhutanischem Weihrauch, Kräutertee und einem personalisierten Wellness-Tagebuch.

In Tag 7 inbegriffen: Frühstück, Reiseleiter, Auto und Fahrer, Eintritt in beide Klöster, Butterlampe, Trinkwasser auf dem Weg, Mittagessen, 120 Minuten Aromatherapie, Live-Volksmusik und Abendessen, Abschiedsgeschenk bestehend aus Räucherstäbchen, Kräutertee, personalisiertem Wellness-Tagebuch, Übernachtung im Hotel.

Tag 8: Abschied von Bhutan, Transfer zum Flughafen Paro

- **Morgens:** Gemütliches Frühstück und abschließende Reflexionen über die Reise (abhängig von der Flugzeit).
- **Check-Out:** Transfer zum Flughafen Paro mit einer herzlichen Verabschiedung von Bhutanern.

In Tag 8 inbegriffen: Gemütliches Frühstück, Transfer zum Flughafen und Verabschiedung von Ihrem Reiseleiter und Fahrer und vielen schönen Erinnerungen, die Ihnen ein Leben lang in Erinnerung bleiben werden.





Bildnachweis: Bhutan Department of Tourism und Studio Khonsu @Adam Slama

In den oben genannten Reisepreisen ist Folgendes nicht enthalten:

- Einzelzimmerzuschlag von USD 49/Zimmer/Nacht (optional)
- Flugpreise von und nach Bhutan
- Reiseversicherung (erforderlich)
- Andere persönliche Ausgaben wie Auslandsgespräche, Wäscherei, alkoholische Getränke, Souvenirs
- Trinkgelder für Fahrer und Reiseleiter
- Alles, was nicht im Tourprogramm aufgeführt ist
- Pony bis zur Raststätte auf halber Strecke am Tigers Nest US 30 pro Pony

Preise:

Basis pro Person und Doppelbelegung

*Nebensaison: Juli & 25. August, Januar und 26. Februar: **Fragen Sie nach dem Preis***

*Reguläre Saison: März, April, Mai, Juni, Sept, Okt & Nov 26: **Fragen Sie nach dem Preis***

Zahlung:

50% zum Zeitpunkt der Buchung

50% 30 Tage vor Ankunft in Bhutan

Stornierungsbedingungen:
Rückerstattung

30 Tage vor Reiseantritt keine

45 Tage vor Reiseantritt 25% Rückerstattung
Rückerstattung

60 Tage vor Reiseantritt 50%

61 + Tage vor Reiseantritt volle Rückerstattung

Mindestalter für diese Reise: 18 Jahre

REISEPLAN

Kann sich je nach Wetter- und Straßenbedingungen nach Ermessen des Reiseleiters ändern.
Geeignete Alternativen werden zur Verfügung gestellt.



Für weitere Informationen wenden Sie sich bitte an:

Hauptsitz:

Himalaya-Ökopfade

Kawang zur Lam, Kawajangsa

Thimphu, 11001 Bhutan

Telefon: +975-17721043

E-Mail: hello@himalayan-ecotrails.com

SCAN ME



Europäisches Büro:

Bierhausstrasse 28

1712 Tifers, Schweiz

Telefon: +41 76-792-2427

E-Mail: hello@himalayan-ecotrails.com



Unser Partner Keksconsulting KLG

