NATURETOURS
NATUR KULTUR TREKKING

Pamir Highway und Pik Lenin

Eindrückliche Zweiländerkombination durch Tadschikistan und Kirgistan durch den Pamir

Unsere Reise führt durch das Pamirgebirge, eine fast unberührte Ecke Zentralasiens. Schroffe Täler überragt von weissen Schneebergen wechseln sich ab mit den kargen, sanften Weiten des Pamir-Hochlands. Bei Begegnungen mit den Bewohner*innen der wilden Schluchten, fruchtbaren Tälern und grossen Weidegebieten der Hochflächen, spüren wir die herzliche Gastfreundschaft. Wir halten Ausschau nach den eisbedeckten Bergriesen mit einigen 6000ern, besuchen heisse Quellen und steigen auf ins Basislager des Pik Lenin.

AUF EINEN BLICK

Trekking

ab CHF 5'490.-

Trekkinglevel 1: moderat bis mittel

Gruppenreise (4-14 Teilnehmer*innen)

- Zwei hochinteressante Länder Zentralasiens in einer Reise: Tadschikistan und Kirgistan
- Unberührte Dörfer in Tadschikistan entlang der afghanischen Grenze
- Herzliche Begegnungen und Übernachtungen bei einheimischen Pamiri-Familien
- Karge Hochebenen mit Blick auf die Piks Lenin, Engels und Marx
- Grenzübertritt nach Kirgistan nahe des 3920 Meter hoch gelegenen Karakul-Sees

Reisedaten

Reiseprogramm

1. Tag: Anreise (-)
Flug nach Dushanbe, der Hauptstadt Tadschikistans.

2. Tag: Dushanbe (F/M/A)
Ankunft in den frühen Morgenstunden. Assalom aleikum! Wir lassen uns Zeit anzukommen und können uns für einige Stunden hinlegen, um anschliessend einige Sehenswürdigkeiten der Hauptstadt Tadschikistans zu besichtigen. Das Gurminj-Museum (eine kleine Sammlung von teils sehr alten Musikinstrumenten) und das Antiquitäten-Museum mit wunderbaren buddhistischen Kunstwerken aus den verlorenen Städten des Kushan-Reiches gehören ebenso zum Programm wie die Besichtigung der nun grössten Buddha-Statue in Zentralasien (nach der Zerstörung der Buddha-Statuen von Bamiyan in Afghanistan).
Übernachtung im Hotel in Dushanbe (710 m)

3. Tag: Fahrt ins Pamir-Gebirge (F/M/A)
In geländegängigen 4x4-Landcruisern starten wir unsere abenteuerliche Reise. Wir fahren Richtung Pamir-Gebirge (abhängig von den Strassen und den Wetterbedingungen entweder via Kulob oder via Tawildara und Khaburabad-Pass). Auffallend ist die konservativere Kleidung der Menschen auf dem Lande. Ihre Gastfreundschaft ist aber weiterhin von grosser Herzlichkeit geprägt. Nach Überquerung des Khaburabad-Passes (3252 m) ändern sich Landschaft und Leute erneut. Die Menschen gehören der Gruppe der Badakhshani an mit ihrer eigenen Sprache. In der Pamirregion sind sieben verschiedene Sprachen vertreten. Unser Reiseziel ist Kalai-Khumb, am Fluss Panj auf einer Höhe von 1200 Meter gelegen. Im Gegensatz zu den schroffen, kargen Bergtälern besänftigen hier oasenähnliche Dörfer mit ihren grünen Gärten das Bild.
Übernachtung im Hotel in Kalai-Khumb (1200 m)
Fahrzeit ca. 5 bis 6 Std.

4. Tag: Entlang der Grenze zu Afghanistan (F/M/A)
Die Strasse führt uns entlang des mächtigen Panj-Flusses, dem 1200 Kilometer langen Grenzfluss zwischen Tadschikistan und Afghanistan. Dabei wechseln sich sanfte, grüne Hügel mit schroffen Schluchten ab. Während des ganzen Tages können wir die unterschiedlichen Lebensstile der Afghan*innen und der «tadschikischen Pamiri» bestaunen. Beeindruckt sind wir von den Anstrengungen der Afghan*innen auf ihrem Ufer den ersten «Highway» der Gegend ohne Hilfe von Maschinen zu erbauen. Khorog, das administrative Zentrum der Tadschikischen Pamirregion liegt auf 2300 Meter in einem tiefen Tal am Zusammenfluss der Flüsse Panj und Ghunt, dramatisch eingerahmt von hohen Bergspitzen. Nicht weit von Khorog entfernt befinden sich die berühmten heissen Mineralquellen von Garm-Chasma sowie die Rubine-Minen von Khu i Lal, wo schon im 14. Jahrhundert die wertvollen Edelsteine abgebaut wurden. Die Weiterreise nach Ishkashim ist angenehm. Ishkashim ist eine kleine Stadt an der Mündung des Wakhan. Hier endete im 19. Jahrhundert das «Grosse Spiel» (der historische Konflikt zwischen Grossbritannien und Russland um die Vorherrschaft in Zentralasien). Wir folgen dem Fluss weiter nordwärts und werden mit eindrücklichen Aussichten auf die Shachdara-Kette zu unserer linken und dem Hindukusch zur rechten Seite belohnt. Zahlreiche Gipfel erreichen eine Höhe von 6000 Metern. Wenn wir in der glücklichen Lage sind, es die politische Situation erlaubt und wir nicht erst zu später Stunde am Samstag in Ishkashim ankommen, können wir über den afghanisch-tadschikischen Grenz-Markt auf einer Insel im Fluss schlendern. Ein Visum ist hierfür nicht erforderlich. Die Übernachtung bei Familien ist ein unvergessliches Erlebnis. Ihre Herzlichkeit wird uns begeistern.
Übernachtung im Gästehaus in Ishkashim (2500 m)
Fahrzeit ca 7 bis 8 Std.

5. Tag: Wakhan-Korridor (F/M/A)
Unterwegs besuchen wir eines der ältesten Forts der Seidenstrasse. Der Legende nach ist das Fort Kha-Kha nach einem Volkshelden benannt, einem König der dunkelhäutigen Feueranbeter aus dem 4. Jahrhundert. Weiter besichtigen wir das Museum von Sufi Muborakkadami, Theologe, Dichter und Reisender, welcher 1910 starb. Neben seinem Haus steht eine Steinsäule, welche er als Sonnenkalender benutzte. Besuche der Stupa in Vrang, den heiligen, heissen Quellen von Bibi-Fatima-Zahra, den Ruinen des Yamchun-Fort, welches diese Region der Seidenstrasse überwachte, runden diesen Tag ab. Wir fahren nach Langar/Hissor im Gebiet von Zong. Ein weiteres Mal dürfen wir uns auf eine Unterkunft bei einheimischen Familien freuen.
Übernachtung im Gästehaus in Langar/Hissor (2900 m)
Fahrzeit ca. 5 Std.

6. Tag: Trekking-Start Richtung Pik Engels (F/M/A)
Heute starten wir unser Trekking mit dem Aufstieg Richtung Pik Engels (6510 m). Der Pik Engels ist der dritthöchste Berg in der Schachdarakette im Südwesten des Pamirgebirges. Unterwegs können wir zahlreiche Petroglyphen bestaunen. Unser Zeltlager befindet sich auf einer grünen Hochebene der berühmten Engelswiese auf knapp 4000 Meter. Das wunderbare Panorama mit der Südwand des Pik Engels auf der einen und den afghanischen Hindukush-Bergen auf der anderen Seite lässt uns die Strapazen des 5 bis 6-stündigen Trekkings vergessen. Zudem belohnt uns während der Nacht ein einmaliger Sternenhimmel.
Übernachtung im Zelt auf der Engelswiese (3950 m)
Wanderzeit ca. 5 bis 6 Std.

7. Tag: Trekking in der Gegend des Pik Engels (F/M/A)
Den ganzen Tag über erkunden wir die Gegend am Fuss des Pik Engels. Wir steigen bis 4500 Meter auf, von wo wir die Aussicht auf den Pik Karl Marx (6723 m) und den «Pik Moskovskaya Pravda-Berge» (6075 m) geniessen. Übernachtung im Zelt Richtung Engels Peak.
Übernachtung im Zelt Richtung Engels Peak (3950 m)
Wanderzeit ca. 5 bis 6 Std.

8. Tag: Abstieg ins Tal (F/M/A)
Wir verlassen die Engelswiese und wandern vorerst auf demselben Weg zurück wie wir hochgestiegen sind. Später führt der Weg durch ein enges Tal und entlang einem alten Wasserkanal meist steil runter zum Dorf Langar. Wir befinden uns wieder auf angenehmer Höhe von 2900 Meter und freuen uns auf die erneute Gastfreundschaft in derselben Familienunterkunft in Langar/Hissor.
Übernachtung im Gästehaus in Langar/Hissor (2900 m)
Fahrzeit ca. 1 Std. / Wanderzeit ca. 4 bis 5 Std.

9. Tag: Weiterfahrt über mehrere Pässe auf das Hochplateau des Pamir (F/M/A)
Welch ein Glück diese faszinierende Landschaft erkunden zu dürfen! Wir fahren über den Kargush-Pass (4344 m) nach Alichur und weiter über den Naziatash-Pass (4137 m). Heute verlassen wir die üppigen Täler des Wakhan und fahren in eine steinige, karge Gegend, welche nicht minder dramatisch ist. So haben wir den Pamir-Highway erwartet. Die Strasse zwischen Khorog und Osh wurde 1931 vervollständigt.
Übernachtung im Zelt in Bashgumbez (3880 m)
Fahrzeit ca. 4 bis 5 Std.

10. Tag: Trekking von Bashgumbez zum Ak Zoo-See (F/M/A)
Die nächsten drei Tage sind wir wieder zu Fuss unterwegs, geniessen die wunderbare und unberührte Natur und übernachten in Zelten. Unser Begleitteam bereitet alles für unsere Ankunft im Lager vor. Unsere erste Etappe führt entlang der Karaseki-Schlucht zum Ak Zoo-See (Koluchkul),

einem der höchst gelegenen Seen im Pamir.
Übernachtung im Zelt in der Nähe des Sees Ak Zoo (4180 m)
Wanderzeit ca. 7 Std.

11. Tag: Trekking nach Kenshibez (F/M/A)
Wir lassen den See hinter uns und wandern im südlichen Teil des Alichor-Gebirge durch eine Halbwüste nach Kenshibez, wo wir die Nacht verbringen. Die Ansicht des Nachthimmels ist überwältigend, die Milchstrasse kann als heller, leuchtender Streifen bestaunt werden.
Übernachtung im Zelt in Kenshibez (4350 m)
Wanderzeit ca. 7 Std.

12. Tag: Trekking über den Bel Aryk-Pass zum Zorkul-See (F/M/A)
Nach einem frühen Start, nehmen wir den Bel Aryk-Pass (4800 m) in Angriff. Bei gutem Wetter bietet sich ein fantastischer Ausblick zu den Vakhan-Bergen in Afghanistan. Abstieg zum Zorkul-See wo wir unsere Zelte aufstellen.
Übernachtung im Zelt beim Zorkul-See (4115 m)
Wanderzeit ca. 7 Std.

13. Tag: Auf der Pamir-Hochstrasse zum bezaubernden Karakul-See (F/M/A)
Fahrt nach Karakul via Murghab. Erneut folgen wir der Pamir-Hochstrasse. Die kahle Gegend fasziniert mit ihrer reinen Schönheit. Der Ausblick auf Berge und Gletscher bei der Weiterfahrt zum Ak-Baital-Pass ist atemberaubend. Dies war der höchste Passübergang der früheren UdSSR. In dieser ariden Landschaft versteckt sich die unbeschreibliche Schönheit des Karakul-Sees, entstanden vor Millionen vor Jahren. Wir übernachten bei einer Gastfamilie in Karakul.
Übernachtung bei einer Gastfamilie in Karakul (4233 m)
Fahrzeit ca. 7 Std.

14. Tag: Über die Grenze nach Kirgistan (F/M/A)
Heute reisen wir über die Pässe Kyzyl-Art und Taldyk nach Kirgistan. Der letzte tadschikische Checkpoint befindet sich auf dem Kyzyl-Art-Pass. Neun Kilometer nach dem tadschikischen Checkpunkt erreichen wir bei Bordobo die Grenze. Nach Beenden der Grenzformalitäten und dem Wechsel von Fahrzeugen und Fahrer*in geht unsere Reise weiter zu unserer Jurtenunterkunft in Tulpar Kol. Den Rest des Tages lassen wir im Jurtencamp gemütlich ausklingen.
Übernachtung im Jurtencamp in Tulpar Kol (3600 m)
Fahrzeit ca. 4 bis 5 Std.

15. Tag: Zum Basislager des Pik Lenin (F/M/A)
Heute haben wir die Wahl, ob wir eine kürzere oder längere Wanderung unternehmen möchten oder ganz einfach den Tag im Jurtencamp entspannt verbringen wollen.
Option 1: Fahrt von Tulpar Kol zum Basislager des Pik Lenin (Fahrzeit ca. 1.5 Std.). Erfahrene Bergsteiger*innen können ins erste Lager auf 4250 Meter aufsteigen und auf demselben Weg zurück zum Basislager wandern (Wanderzeit ca. 6 Std.). Fahrt zurück zum Jurtencamp.
Option 2: Gemütliche Wanderung ab dem Jurtencamp zu einem Aussichtspunkt auf 3800 Meter, mit Ausblick zum Pik Lenin, mit 7139 Meter zweithöchster Berg in Kirgistan. Anschliessend führt die Wanderung vorbei an lokalen Schafhirten, welche den ganzen Sommer über in dieser Gegend anzutreffen sind, bis zum Basislager des Pik Lenin auf 3600 Meter. (Wanderzeit ca. 4 bis 5 Std.). Rückfahrt zum Jurtencamp.
Übernachtung im Jurtencamp in Tulpar Kol (3600 m)
Wanderzeit ca. 4 bis 5 Std. oder ca. 6 Std. (optional)

16. Tag: Fahrt nach Osh, der «südlichen Hauptstadt» Kirgistans (F/M/A)
Wir fahren ins Dorf Gulcho und kommen in den Genuss, die Herzlichkeit der Kirgis*innen bei einem

Mittagessen bei einer Familie aus der Kichi-Alai-Schlucht zu erleben. Anschliessend fahren wir nach Osh, zur zweitgrössten Stadt Kirgistans, im Fergana Tal gelegen. Sie wird oft als die Hauptstadt des Südens Kirgistans bezeichnet. Sie ist die älteste Stadt im Land. Man schätzt ihr Bestehen auf über 3000 Jahre. Die Bevölkerung von Osh ist ethnisch durchmischt mit Kirgisen, Usbeken, Russen, Tadschiken und weiteren kleineren ethnischen Minderheiten. Besuch des Heiligen Berges «Suleiman» im Zentrum der Stadt. Die Legende erzählt, dass König Salomon die Gegend des Fergana-Tales hier überquert und sich auf diesem Berg ausgeruht hatte.
Übernachtung im Hotel in Osh (800 m)
Fahrzeit ca. 6 bis 7 Std.

17. Tag: Flug nach Bischkek und Stadtbesichtigung (F/M/A)
Am Vormittag fliegen wir in etwa einer Stunde nach Bischkek. Auf einer geführten Stadtrundfahrt erfahren wir viel interessantes über die junge Hauptstadt, die stark von sowjetischer Architektur geprägt ist. Auch besuchen wir den grossen und farbenfrohen Zentralmarkt "Osh-Bazar" und das Manas Monument mit dem dazugehörenden Park. Bei einem gemütlichen Abschiedsnachtessen lassen wir nochmals die eindrücklichen Erlebnisse der vergangenen Tage auf uns wirken.
Übernachtung im Hotel in Bischkek (800 m)
Fahrzeit ca. 1 Std.

18. Tag: Rückflug in die Schweiz (-)
Frühmorgens Fahrt zum Flughafen und Rückreise.

Hinweise: F = Frühstück, M = Mittagessen, A = Abendessen

Programm-, Unterkunfts- und Preisänderungen vorbehalten

NATURETOURS
NATUR KULTUR TREKKING

Reiseroute

Im Preis inbegriffen

- Flüge Zürich – Dushanbe und Bischkek – Zürich in Economy-Klasse
- Inlandflug Osh – Bischkek in Economy-Klasse
- Flughafentaxen und Treibstoffzuschlag
- Alle Transfers und Überlandfahrten in Tadschikistan im 4x4-Landcruiser und in Kirgistan im Minibus
- Übernachtungen gemäss Programm in Hotels im Doppelzimmer, in Gästehäusern oder sehr einfachen Familienunterkünften im Doppelzimmer (4 Nächte, keine Einzelzimmer möglich), in Jurten (2 Nächte, 4er-Belegung) und im Zweierzelt (6 Nächte)
- Allgemeine Campingausrüstung
- Ausflüge, Wanderungen und Aktivitäten gemäss Programm
- Zusätzliches Reitpferd für Notfälle, 6. bis 8. Tag und 10. bis 12. Tag
- Umfangreiche Notfallapotheke
- Vollpension während der ganzen Reise
- Schweizer Reiseleitung und lokales Begleitteam
- Bewilligungen, Gebühren und Eintritte
- Vorbereitungstreffen
- Trekkingtasche mit Rollen

Im Preis nicht inbegriffen

- Flugaufpreis je nach Verfügbarkeit
- Nicht erwähnte Mahlzeiten und Getränke
- Trinkgelder

Preise

- Preis pro Person bei 8-14 Personen CHF 5'490.-
- Zuschlag Kleingruppe 6-7 Personen CHF 300.-
- Zuschlag Kleingruppe 4-5 Personen CHF 550.-
- Zuschlag Einzelbelegung in Hotels und im Zelt CHF 220.-

Hinweise

Geführte Trekkingreise mit Schweizer Reiseleitung und lokalem Begleitteam.

Mittelschweres Trekking, gute Kondition, 3 Tagesetappen von 4 bis 6 Stunden und 3 Tagesetappen von 7 Stunden, Auswahl einer optionalen Wanderung von 3 bis 4 Stunden oder bis zu 6 Stunden in Höhen bis 4980 Meter. 7 längere Überlandfahrten auf zum Teil schlechten Strassen.Das Hauptgepäck wird während dem Trekking in Tadschikistan von Tragtieren und dem Begleitteam transportiert. Den Tagesrucksack tragen wir selbst.

Wir bewegen uns in einem von äusseren Einflüssen weitgehend verschont gebliebenen, sehr sensiblen Gebiet. Die Reise verlangt deshalb Offenheit, Toleranz und Improvisationsfreudigkeit.