

Mongolei



Altai: Nomaden, Heiler und Schamanen begegnen: 21 Tage • 7. - 29. Juni und 27. Juli - 17. August 2019

Diese Reise führt Sie durch vielfältige Regionen und Landschaften der Mongolei und zu den verschiedenen Kulturen des Landes - bis zu persönlichen Begegnungen mit einem Heiler und zwei Schamaninnen (eine im Altai). Erfahren Sie etwas über die ursprünglichste Religion der Menschheit hautnah - den Schamanismus. Eine besonders mit diesem Thema vertraute Reiseleiterin wird Sie begleiten. Sie besuchen heilige Plätze und bekommen Einblick in die traditionelle mongolische Medizin. Wanderungen im Hoch-Altai führen zu faszinierenden Bergen und wilden Flusstälern. Sie besuchen einige der schönsten Gegenden des Altai. Übernachtet wird vorwiegend in Zelten mitten in der Natur, gekocht wird unterwegs. Die Nächte verbringen wir in Ger- oder Jurten-Camps, im Hotel und auch bei Familien.

Wer an die Mongolei denkt, stellt sich oft endlos scheinende Steppen, Pferde und Nomaden vor, weiße Jurten unter blauem Himmel. Wer einmal in der Mongolei war, weiß, dass jede Vorstellung durch die Wirklichkeit übertroffen wird.

Ein Reisetilnehmer beschreibt: "Die Bilder hinterließen einen unwiederbringlichen "Eindruck", fast wie ein echter Druck auf meinen Körper."

Die Mongolei ist das dünnst besiedelte Land unserer Erde und gleichzeitig das mit den meisten Sonnenstunden! Hier sind wir -auch wenn wir natürlich zahlende Besucher sind- trotzdem noch echte Gäste.

Die landschaftliche Vielfalt der Mongolei ist überraschend und faszinierend. Genießen Sie die Weite und die wundervoll klare Luft, den Duft von Salbei und Wermut, die Nähe zur Natur!



Tel.: +49 (0)8382 - 944 803
info@begegnungs-reisen.de
www.begegnungs-reisen.de



Höhepunkte

- Nationalpark Hustai Nuru mit den Przewalski Pferden
- Kharkhorin, Kloster Erdene Zuu



Preis: ab 3253,- Euro im DZ, Aufpreis EZ in Hotel und Ger 320,- Euro, mind. 3 - max. 8 Teilnehmer

Leistungen: Rundreise in geländegängigen Fahrzeugen (voraussichtlich Toyota Landcruiser), fachkundige, mongolische, deutsch-sprechende Reiseleitung, alle Transfers ab und bis Ulaanbataar, inklusiv von und zum Flughafen, Inlandsflug von Altai zurück nach Ulaanbataar, Übernachtungen laut Programm, in Hotel, Jurte, Zelt, bei Familien (einfach aber gemütlich), alle Mahlzeiten, alle Aktivitäten und Eintritte inkl. 1 Tag Reiten, Zelte und Campingausrüstung, Isomatte.

Nicht inklusive: Internationaler Flug nach Ulaanbataar, den wir gerne für Sie besorgen, warmer Schlafsack, Aufpreis beim Inlandsflug für Gepäck über 10 kg, kg 2-3 Euro, Trinkgelder für Fahrer, Koch und Reiseleiter.

- Besuch von Nomadenfamilien und Adlerjägerfamilien
- Wanderungen im Altai
- Trad. mongolische Medizin
- Besuch einer Schamanin im Altai
- Tsagaan Nur, Vulkan Khorgo

Reiseroute: Nomaden, Heilern, Schamanen begegnen

21-tägige Reise in das Altaigebirge: 7. - 29. Juni und 27. Juli - 17. August 2019

Änderungen sind möglich, sie werden den aktuellen Gegebenheiten und teilweise dem Wetter angepaßt.

Tag 1: Anreisetag

Z.B. ab Berlin oder Frankfurt mit der MIAT

Tag 2: Ulaanbataar - Nationalpark Hustai Nuruu

Morgens am Flughafen in Ulaanbaatar werden Sie abgeholt und zuerst gibt es ein Frühstück, entweder als Picknick oder in einem Restaurant in der Stadt.

Anschließend Fahrt zum Hustai Nuruu Nationalpark (ca. 110 km). Der Nationalpark beherbergt unter anderem Przewalski Pferde, das sind uralte Wildpferde, die in der Mongolei ihre ursprüngliche Heimat haben.

Am Abend beobachten wir die Przewalski Pferde an den Wasserstellen. Sie wurden hier vor mehr als 10 Jahren wieder erfolgreich ausgewildert. Sie erfahren im Projekt-Haus viel über diese besonderen Pferde und ihre Geschichte.

Wir treffen eine Schamanin und ihren Sohn, sie werden für uns ein kleines Ritual zur Begrüßung und für eine gute, sichere Reise abhalten. Abendessen.

Übernachtung im Ger bei einer Nomadenfamilie.

3. Tag: Hustai Nuruu - Khogno Khaan

Fahrt Richtung Khar Khorin, ca. 190 km Fahrt mit Zwischenstopp am Khognoo Khaan, einem heiligen Felsengebiet. Wir machen einen Ausflug zu dem heiligen Platz, der eine sehr wichtige Stätte für die Rituale der Nomaden ist. Dann besuchen wir eine Familie, bei der wir reiten können. Außerdem werden wir hier etwas über die Herstellung des traditionellen Airags, der vergorenen Stutenmilch, erfahren und können den Airag natürlich auch probieren. Weiterfahrt nach Kharkhorin, Abendessen und Übernachtung im Ger-Camp.

4. Tag: Khar Khorin und Erdene Zuu

Khar-Khorin - die ehemalige Hauptstadt des mongolischen Großreiches liegt unmittelbar am Ufer des großen Orkhon Flusses in einem weit auslaufenden Tal. Ausgiebiger Besuch des beeindruckenden buddhistischen Klosters Erdene Zuu mit verschiedenen Tempeln. Es ist eines der bedeutendsten in der Mongolei und hat eine sehr reiche Reliquien-Sammlung und viele buddhistische Kunstwerke.

Das Kloster wurde auf den Ruinen der alten Hauptstadt errichtet. Über die Geschichte des Ortes und die Ausgrabungen

kann man sich im Museum in Kharkhorin informieren. Übernachtung im Ger Camp.

5. und 6. Tag: Über Tsetserleg zum Khorgo Vulkan und Terkhiin Tsagaan Nuur

Heute fahren wir über die Provinzstadt Tsetserleg zum Vulkan Khorgo.

Wanderung zum See und zum Krater. Besuch des ethnografischen Museums in Tsetserleg. Es befindet sich im einst sehr bedeutenden Kloster "Zayiin Gegeenii Sum", das 1586 gegründet wurde. Einkaufsmöglichkeit auf dem Markt und Mittagessen.

Unser Tagesziel ist der Vulkan Khorgo, der in einer faszinierenden Landschaft in der Nähe des Sees Terkhiin Tsagaan Nuur (Weißer See) liegt. Hier können wir die schöne Gegend genießen. Ein Reitausflug in die herrliche Umgebung ist geplant (je nach Interesse reiten oder wandern). Am Tag 5 wandern wir auf den Vulkankrater (ca. 3 km, Kraterwanderung ca. 1 Stunde), von wo aus wir einen herrlichen Rundblick in die ursprüngliche, von vulkanischen Aktivitäten geprägten Landschaft haben. Zwei Übernachtungen im gemütlichen Ger Camp.

7. Tag: Über Tosontsengel zum Ider Fluss

Wir setzen unsere Reise in Richtung Altai fort und kommen heute an den Ider. Dieser Fluss ist der längste der Mongolei und einer der Quellflüsse der Selenga. Er entspringt im Khangai Gebirge, am heiligen Berg Otgon Tenger. Die kleine Stadt Tosontsengel liegt malerisch in einer Ebene zwischen Bergen in unmittelbarer Nähe des Ider. Zeltübernachtung.

8. Tag: Mongol Els/Zavhan Aimag

Zwischen dem Khangaigebirge und dem Altai liegt das große mongolische Becken. Wir reisen durch eine interessante Region mit wenig Infrastruktur, die besonders dünn besiedelt ist.

Salzseen, Gebirge und große Sandgebiete sind kontrastreich und faszinierend. Am Abend kommen wir an der Sanddüne an und schlagen am Fluss Zavkhan unser Zeltlager auf.

Übernachtung im Zelt.

9. Tag: Wandertag an der Sanddüne

Frühstück unter freiem Himmel und dann Wanderung zu einem grandiosen Sandkrater mitten in einer unendlichen scheinenden Dünenlandschaft. Mehr als





100 Meter geht es hinunter, wo eine Quelle aus dem Sand entspringt, der Mu-hartiin Gol. Unten ist es grün und hier wachsen Sträucher, Tiere kommen zum Trinken hier herunter. Eine ganz besonders faszinierende Stimmung.
Übernachtung im Zelt am Fluss Zavkhan.

10. Tag: Reise nach Khovd

Wir erreichen Khovd am Nachmittag, die Hauptstadt der Provinz Khovd im Altai. Hier haben wir Zeit zum Ausruhen und können die Gegend erkunden. Abendessen und Übernachtung in einem sehr einfachen, altrussisch angehauchten Hotel.

Falls wir früh genug ankommen, besuchen wir schon heute das Krankenhaus der traditionellen mongolischen Medizin.

11. Tag: Khovd - Traditionelle Mongolische Medizin

Besuch bei einem Arzt, der Traditionelle Mongolische Medizin und Schulmedizin studiert hat. Wir besuchen das kleine Krankenhaus in Khovd, falls wir das nicht am Nachmittag des Vortages gemacht haben. Hier erfahren wir viel über die Traditionelle mongolische Medizin, die der Tibetischen und Chinesischen Medizin ähnlich ist. Einzelsitzungen bei dem Heiler sind möglich.

Übernachtung im Zelt am See Tolbo.

12. Tag: Altai - Oelgii - Tsengel

Auf einer Höhe von 1988 m ü.M. liegt die Provinzhauptstadt des Altai-Aimag, Oelgii - im äußersten Westen der Mongolei. In Oelgii sind hauptsächlich Kasachen zu Hause. Wir lernen ihre islamisch geprägte Kultur näher kennen. Eine Besonderheit ist die Jahrhunderte alte traditionelle Jagd mit Adlern. Mittagessen in Oelgii.

Wir müssen uns hier bei der Grenzpolizei anmelden und eine Genehmigung holen. Das kann etwas dauern, während der Zeit können Sie Kaffee trinken, den Markt oder eine Bibliothek besuchen. Dann geht die Reise weiter und abends kommen wir in Tsengel an. Tsengel ist die westlichste Stadt der Mongolei, ca. 70 km von Oelgii entfernt. Sie liegt außerhalb des Nationalparks Tavan Bogd und ist sehr einfach, ohne viel Infrastruktur.

Die hier lebenden Familien stellen Filz her und verarbeiten ihn zu Kleidung und Schuhen. Wir besuchen eine dieser Familien, die auf traditionelle Weise

Filzwaren herstellen.

Übernachtung bei einer Familie (nettes Haus, gutes Essen und fröhliche Atmosphäre).

13. Tag: Aufbruch in den Hoch-Altai

Bei der Fahrt über den Khovd-Fluss bis zum See Khurgan bekommen wir den großen Altai zu spüren. Unwegsamen Straßen, hohe Berge mit Schneegipfeln, typische Vegetation (sibirische Lärche), bunte Steine, Quellen, Bäche, den Fluss ... Natur und Abenteuer pur! Man spürt, wie winzig man selbst vor dem Altai ist.

Zeltübernachtung im Lärchenwald am rauschenden Bergfluss (hier ist ein warmer Schlafsack erforderlich und warme Schlafkleidung, Mütze, wollene Unterwäsche!). Dies ist einer der schönsten Plätze zum Campen und wir richten uns gleich für 2 Nächte ein. Zum Wärmen gibt es ein Feuer.

14. Tag: Hoch-Altai

Wanderung durch den Wald zum Turgenwasserfall. Besuch bei einer kasachischen Adlerjäger-Familie. Hier können Sie erleben, wie die Adler mit der Familie leben - sie wachsen hier auf, werden trainiert und wirklich wie ein Familienmitglied behandelt - sehr geachtet und wertgeschätzt. Die uralte Kunst, mit den Adlern zu jagen, ist für die Menschen des Altai eine Methode, sich zu ernähren, denn die Gegend ist sehr karg und das Klima sehr rauh.

Übernachtung in unserem Camp im Zelt.

15. Tag: Fahrt zum Khoton See

Wanderung am Khoton See - immer begleitet von einem beeindruckenden Bergpanorama. Der Khoton Nuur ist ein großer Hochgebirgssee, ein sehr schöner Ort zum Wandern, man hat von dort einen herrlichen Blick auf den Pass des Ikh Tuergen, der unmittelbar an der chinesischen Grenze liegt. Der Khoton Nuur liegt etwa 2 km vom See Khurgan entfernt. Hier leben Kasachen und Tuwiner.

Übernachtung im Zelt.

16. Tag: Shiveet Berg

Der Shiveet Berg ist ein heiliger Berg der Tuwa in Tsengel genauso wie der Zengel-Hairchan (Hairchan heißt "Der Heilige"). Wir fahren von den beiden Seen nördlich über den Pass Richtung Zagaangol (weißer



Fluss, ein Gletscherfluss), das Zuhause der Schamanin, die wir hier im Altai besuchen. Am Berg Shiveet besichtigen wir uralte Felszeichnungen.

Abends wird die Schamanin für uns ein Ritual abhalten.

Übernachtung im Zelt.

17. Tag: Bei der Schamanin

Wir werden heute wandern oder relaxen, während dessen Einzeltermine bei der Schamanin möglich sind. Wir genießen die beeindruckende Landschaft und die Ruhe, die uns hier umgibt, eine Gegend, die zur Besinnung einlädt.

Übernachtung im Zelt.

18. Tag: Fahrt nach Tsengel

Je nach Flugplan, der erst im späten Frühjahr festgelegt wird, kann es sein, daß wir schon heute nach Ulaanbaatar fliegen. Geplant ist, auf der Fahrt nach Tsengel unterwegs eine Nomadenfamilie zu besuchen und noch mehr über das Leben der Menschen im Altai zu erfahren.

Am Spätnachmittag kommen wir in Tsengel an und unternehmen einen kleinen Ausflug zur Kamelhalsschlucht. Übernachtung bei der Familie.

19. Tag: Fahrt nach Oelgii und Flug nach Ulaanbaatar

Rückfahrt zur Provinzhauptstadt Oelgii im Altai. Inlandsflug nach Ulaanbaatar. Der Nachmittag steht zur freien Verfügung zum Ausruhen, Bummeln und Einkaufen, Museumsbesuch oder zu individuellem Restaurantbesuch.

Übernachtung im Hotel.

20. Tag: Ulaanbaatar

Freizeit mit verschiedenen Möglichkeiten, mit - und ohne mongolische Begleitung. Wir empfehlen den buddhistischen Gandan-Kloster-Komplex zu besuchen, dem wichtigsten buddhistischen Zentrum hier. Außerdem ist das Nationalmuseum ein Muss, um über die Geschichte und Gegenwart der Mongolei viel zu erfahren, mit sehr guten Ausstellungen und Erläuterungen.

Einkaufen (Markt, Museen, Einkaufen, Kaschmir-Kleidung, Buddhisten Markt, etc.. - gerne mit einem Guide)

Abends gemeinsames Abschiedessen und traditionelles mongolisches Konzert. Übernachtung im Hotel.

21. Tag: Morgens Abreise nach Europa

Transfer Flughafen und Heimreise.



Weitere Mongolei-Angebote 2019:

MENSCHEN BEGEGNEN:

ZU GAST BEI NOMADEN UND MEDITATION IM BUDDHISTISCHEN KLOSTER speziell für Menschen, die ganz wenig Auto fahren möchten, 16 Tage, **Juni bis August** individuell, 2795,- Euro, 2-6 TN

Mongolei Kompakt - nur 10 Tage: DIE MONGOLEI KENNENLERNEN - JEEP - RUNDREISE MIT DEM BERÜHMTEN NADAAM NATIONALFESTIVAL 10 Tage: **06. - 16. Juli 2019** weitere Termine auf Wunsch. 1723,- Euro, ab 3 -max.12 TN

NOMADEN DER TAIGA - ZU GAST BEI RENTIERNOMADEN DER MONGOLEI 21 Tage: **1. - 22.07.2018**, 3420,- Euro, 4-8 TN

MONGOLEI - ZU GAST BEI KASACHEN UND TUWA-NOMADEN IM ALTAI, mit Adlerjägerfestival, 15 Tage, **29.09. - 14.10. 2018**, 3120,- Euro, 2-8 TN

MONGOLEI - KHUVSGULSEE, DER KLEINE BRUDER DES BAIKAL 14 Tage: **16. - 29.07. 2018**, 2250,- Euro, 5-10 TN

SCHAMANEN DER MONGOLEI 15 Tage: **Juni bis August** individuell, 2300,- Euro, Aufpreis ab 2 P. 250,- Euro, 3-8 TN, Besuch eines Schamanentreffens, Termin mit Besuch des Nadaams im Juli möglich

MONGOLEI UND RUSSLAND: KULTURELLE BEGEGNUNGEN UND NATURSCHÄTZE DER MONGOLEI UND DES BAIKALSEES, 23 Tage, **Juli und August** individuell, 3865,- Euro, 8-12 TN

WANDERN:

WANDERREISE zum Kennenlernen der Mongolei mit vielen Begegnungen mit Nomaden, 18 Tage: **Juni bis August** individuell, 2340,- Euro, Aufpreis 2 P. 250,- Euro, 3-8 TN, Termin mit Nadaam möglich

YAK-TREKKING - BEI YAKZÜCHTERN ZU BESUCH 18 Tage: **25.06. - 15.07.** und **02. - 19.08. 2018**, 2750,- Euro, 4-8 TN

REITEN:

ALTAI - REITREKKING UND ZU GAST BEI KASACHEN UND TUWA 23 Tage: **Juli und August** individuell, 3730,- Euro, 2-8 TN

MONGOLISCHE NOMADEN - DUFT DER MUTTER ERDE / REITREKKING 21 Tage: **15.07. - 05.08.2018**, 3200,- Euro, Aufpreis für 2 Personen 300,- Euro, 2-6 TN