

Luxus Wellness Reise Bhutan – Reise Ihres Lebens 7 Nächte/8 Tage



Kuzuzangpo La – Willkommen im Land des Donnerdrachen

Das Königreich Bhutan liegt hoch oben im majestätischen Himalaya-Gebirge und grenzt im Norden an Tibet (China) und im Süden an Indien. Ein Land auf dem Dach der Welt – etwa so gross wie die Schweiz (46.000 km²) – und doch nur rund 700.000 Einwohner. Bhutan ist in 20 Distrikte unterteilt, die sich zwischen 1.500 und 7.000 Metern über dem Meeresspiegel erstrecken. Das Leben spielt sich vor allem zwischen 2.000 und 4.000 Metern ab – in Zonen, in denen Natur und Kultur im Gleichgewicht sind.

Bhutan ist gesegnet mit atemberaubenden Landschaften, aufrichtigen Menschen und einem einzigartigen Selbstverständnis: Es ist das einzige Land der Welt mit einer negativen CO₂-Bilanz. Wir sind stolz darauf, ein globaler Vorreiter in Sachen Nachhaltigkeit zu sein, und Erfolg wird nicht in Geld, sondern in Bruttonationalglück gemessen.

Viele Reisende sehen in Bhutan das wahre "Shangri-La" – diesen mythischen Ort voller Frieden und innerer Klarheit. Wer in dieses Kleinod reist, findet oft sein eigenes paradiesisches Gefühl des Ankommens. Um Ihre Erfahrung in diesem außergewöhnlichen Land zu vertiefen, haben wir für Sie eine exklusive Reise zusammengestellt, die authentische Gastfreundschaft, kulturelle Tiefe und regeneratives Wohlbefinden vereint. Genießen Sie die feinste bhutanische Küche, traditionelle Heilbehandlungen und Momente tiefer Achtsamkeit in Resorts, die Land und Seele gleichermaßen berühren.

Tag 1: Bangkok – Paro Ankunft und Regeneration in Thimphu

Frühmorgens Flug von Bangkok mit Druk Air nach Paro.

Am Flughafen Paro erwartet Sie ein traditioneller bhutanischer Empfang – mit der symbolischen Zeremonie des weißen Schals, die Ihrer Reise Glück und Schutz bringt.

Ihr privater Transfer bringt Sie entlang der malerischen Berglandschaft nach **Thimphu** (ca. 90 min. / 55 km). Im Hotel **Terma Linca** oder **Thimphu Deluxe** werden Sie mit einem Begrüßungsgetränk begrüßt.

Nach einem leichten, biologischen Mittagessen – zubereitet mit lokalen Zutaten – genießen Sie **am Nachmittag eine 90-minütige Kräutermassage** mit einheimischen Heilpflanzen.

Am Abend erleben Sie ein **intimes Willkommensdinner** mit authentischer bhutanischer Küche, begleitet von lokalem Wein oder Craft-Bier. Ein Kulturexperte führt Sie in die Traditionen des Landes ein und stimmt Sie auf die kommenden Tage ein.

Inbegriffen an Tag 1:

Reiseleiter, privater Fahrer, Trinkwasser auf dem Weg, weißer Willkommensschal, Mittagessen, 90-minütige Kräutertherapie, Abendessen mit Kulturexperte, Übernachtung im *Hotel Terma Linca* oder *Thimphu Deluxe* (beide 4 ★).



Tag 2: Natur, Achtsamkeit und lokale Köstlichkeiten

Nach dem Frühstück im Hotel führt Sie Ihre Reise zum **Großen Buddha Dordenma**, wo Sie eine kurze Meditation mit Blick über das Tal genießen (Fahrzeit ca. 20 Minuten).

Eine geführte **Waldbadewanderung** stärkt Ihre Sinne und verbindet Sie mit der Energie der bhutanesischen Natur. Mittags erwartet Sie ein lokales Restaurant mit regionalen Spezialitäten.

Am Nachmittag besuchen Sie das **Motithang Takin Sanctuary** – Heimat des sagenumwobenen Nationaltieres – sowie den majestätischen **Thimphu Dzong** (Fahrzeit ca. 30 Minuten).

Der Abend endet mit einem **Bummel über den Kunst- und Kunstmarkt** und einem Gourmet-Dinner in der Stadt.

An Tag 2 inbegriffen:

Frühstück, Reiseleiter, Fahrer, Trinkwasser, Besuch von Buddha Dordenma, Waldbad- und Naturführer, Mittagessen, Besuch des Takin Conservation Area und des Dzong, Marktbesuch, Abendessen, Übernachtung in *Terma Linca* oder *Thimphu Deluxe*.

Tag 3: Kulturelles Eintauchen & ganzheitliches Wohlbefinden

1. Der Tag beginnt mit einer **stillen Morgenwanderung** zum **Tango- oder Cheri-Kloster** – ein meditativer Aufstieg, der innere Ruhe und Bewusstheit schenkt.
2. Mittagessen in einem traditionellen Gasthaus oder Bauernhof.
3. Am Nachmittag haben Sie Zeit für eigene Entdeckungen auf dem Markt oder eine **Verkostung traditioneller Kräutertees**.
4. Am frühen Abend gibt es eine **Yoga- und Atemstunde mit einem bhutanesischen Wellness-Praktiker**, der Techniken des Vajrayana-Buddhismus integriert.
5. Genießen Sie zum Abschluss ein **thematisches Abendessen** mit einer feinen Mischung aus bhutanischen und indischen Aromen.

6. **An Tag 3 inbegriffen:**

Frühstück, Wanderung mit Guide, Fahrer, Trinkwasser, Mittagessen auf dem Bauernhof, Kräutertee-Session, Yoga & Atemtechnik, Themenabendessen, Übernachtung in *Terma Linka* oder *Thimphu De Luxe*.



Tag 4: Sanfter Übergang nach Paro

Nach dem Frühstück Check-out und Fahrt nach **Paro** (ca. 90 Min. / 55 km).

Unterwegs besuchen Sie **Kunsthandwerksmärkte und Werkstätten lokaler Künstler**. Mittagessen im Rahmen eines **Farm-to-Table-Erlebnisses** in einem traditionellen bhutanischen Haus.

Der Nachmittag steht zur freien Verfügung - oder Sie versuchen sich im **Bogenschießen**, dem Nationalsport Bhutans.

Genießen Sie am Abend ein **BBQ im Freien unter dem Sternenhimmel** mit kulturellem Geschichtenerzählen.

An Tag 4 inbegriffen:

Frühstück, Reiseleiter, Trinkwasser, Besuch des Marktes und der Workshops, Mittagessen, Bogenschießen/Freizeit, BBQ-Abendessen (wetterabhängig), Geschichtenerzählen, Übernachtung im *Tashi Namgay Resort*.



Tag 5: Chele La Pass & Haa Valley Abenteuer

Früh am Morgen fahren Sie zum **Chele La Pass**, wo Sie bei Sonnenaufgang einen atemberaubenden Blick auf das Himalaya-Gebirge genießen können.

Dann geht es weiter ins **Haa-Tal** – mit kulturellem Einblick in ein örtliches Kloster. (Gesamtfahrzeit ca. 5 Stunden)

Mittags erwartet Sie ein **Panorama-Picknick** mit Spezialitäten aus dem Haa-Tal, wie Buchweizenknödel und hausgemachter Pasta.

Am Abend kehren Sie nach Paro zurück und **entspannen sich bei einem traditionellen Saunagang**.

An Tag 5 inbegriffen:

Frühstück, Reiseleiter, Fahrer, Ausflug ins Haa-Tal, Klosterbesuch, Picknick-Mittagessen, Saunagang, Abendessen, Übernachtung im *Tashi Namgay Resort*.

Tag 6: Spirituelle Reise zum Tigernest Tempel

Nach dem Frühstück fahren Sie zu einer der berühmtesten Sehenswürdigkeiten Bhutans: dem **Taktsang-Kloster ("Tigernest")** – ein spirituelles Symbol der Achtsamkeit. Fahrt ca. 60 Min.)

Unterwegs machen Sie eine Pause im **Halfway Café** - wer möchte, kann sich den Ritt auf dem Pony aussuchen.

Mittagessen als Picknick mit atemberaubendem Blick auf das Paro-Tal.

Am Nachmittag besuchen Sie das **Nationalmuseum von Bhutan** , um einen tieferen kulturellen Einblick zu erhalten.

Danach Entspannung pur: Hot-Stone-Bad **mit Heilkräutern**, eine der ältesten Kurtraditionen des Landes.

Am Abend gibt es ein Themendinner im Resort, das von der kulinarischen Geschichte Bhutans inspiriert ist.

An Tag 6 inbegriffen:

Frühstück, Fahrer & Guide, Trinkwasser, Eintritt in das Tigernest, Erfrischungen im Halfway Café, Picknick-Mittagessen, Eintritt & Führung durch das Nationalmuseum, Hot-Stone-Bad, Abendessen, Übernachtung im *Tashi Namgay Resort*.



Tag 7: Spirituelle Reflexion & Wohlbefinden Finale

Besuch der Tempel von **Yangtse Duntseg Lhakhang** und **Kyichu Lhakhang** – zwei der ältesten und heiligsten Orte in Bhutan. Hier zündet man eine **Butterlampe** als Symbol für Wissen und Glück an. (Fahrzeit ca. 2 Stunden)

Mittagessen in einem ausgewählten Restaurant mit Panoramablick. Genießen Sie am Nachmittag eine **120-minütige Aromatherapie-Massage zur Tiefenentspannung**.

Am Abend ein festliches **Abschiedsdinner mit Live-Volksmusik** – und ein liebevolles **Wellness-Geschenkeset** mit Räucherstäbchen, Kräutertee und persönlichem Wohlfühl-Journal.

An Tag 7 inbegriffen:

Frühstück, Reiseleiter, Fahrer, Eintrittsgelder & Butterlampe, Trinkwasser, Mittagessen, 120 min Aromatherapie, Volksmusik, Abschiedsgeschenk, Abendessen, Übernachtung im *Tashi Namgay Resort*.

Tag 8: Abschied von Bhutan, Transfer zum Flughafen Paro

Gemütliches Frühstück und Zeit für letzte Eindrücke und stille Besinnung. Anschließend Transfer zum **Flughafen Paro** – in Begleitung Ihres Reiseleiters und Fahrers, der sich mit einem herzlichen "Tashi Delek" von Ihnen verabschiedet.

An Tag 8 inklusive:

Frühstück, Transfer zum Flughafen, Verabschiedung durch Reiseleiter & Fahrer – und viele bleibende Erinnerungen an eine Reise Ihres Lebens.

Photo credit: Bhutan Department of Tourism and Studio Khonsu @Adam Slama



Im Preis inbegriffen sind:

- 7 Nächte in angegebenen Hotels oder in gleicher Kategorie
- Flug: Bangkok – Paro – Bangkok (Preis Stand 25.03.26)
- Alle Mahlzeiten wie angegeben
- Visa Gebühr und tägliche Nachhaltigkeits-Gebühr
- Snacks und Wasser und Kaffee und Teel unterwegs
- Fahrer und Auto mit Benzin
- Reiseleiter
- Alle Eintritte in Museen und Attraktionen
- Alle Wellness Anwendungen wie beschrieben
- Geschenkset und Butterlampe

Die oben genannten Reisepreise sind exklusive:

1. Einzelzimmerzuschlag von CHF 60/Zimmer/Nacht (optional)
2. Reiseversicherung (erforderlich)
3. Andere persönliche Ausgaben wie Auslandsgespräche, Wäscherei, alkoholische Getränke, Souvenirs
4. Trinkgelder für Fahrer und Guide
5. Alles, was nicht im Tourprogramm aufgeführt ist
6. Pony bis zur Raststätte auf halber Strecke am Tigers Nest US 30 pro Pony

Preise pro Person ab CHF

1 Person	2 Personen	3 Personen	4 Personen
6'250.00	5'650.00	5'480.00	5'350
inklusive Einzelzimmer	EZ Zuschlag 420 pro Zimmer	EZ Zuschlag 420 pro Zimmer	EZ Zuschlag 420 pro Zimmer

*Nebensaison: Juli & 25. August, Januar und 26. Februar: **Preis wie in der Tabelle oben***

*Reguläre Saison: März, April, Mai, Juni, Sept, Okt & Nov 26: **Zuschlag pro Person CHF 140.00***

REISEVERLAUF

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

WICHTIG:

Wenn wir in abgelegene und abgelegene Gebiete reisen, gibt es viele Variablen, die außerhalb unserer Kontrolle liegen, wie z. B. Wetterbedingungen, Erdbeben, Straßensituationen und andere Bedingungen höherer Gewalt. Zu den Umständen, die als "höhere Gewalt" gelten, gehören alle Ereignisse, die wir oder der Erbringer der betreffenden Dienstleistung(en) auch bei aller gebotenen Sorgfalt nicht vorhersehen oder verhindern konnten, wie z. B. Naturkatastrophen, Brand- und Gesundheitsrisiken, höhere Gewalt, unvermeidbare und unvorhersehbare technische Probleme beim Transport/Flug aus Gründen, die außerhalb unserer Kontrolle oder der unserer Lieferanten liegen, geschlossene oder überlastete Flughäfen und andere tatsächliche oder potenzielle widrige Wetterbedingungen sowie andere ähnliche Ereignisse. In solchen Situationen könnten wir gezwungen sein, die Reiseroute zu ändern.

Gerbairtours GmbH – Sägemoos 3 – 3632 Niederstocken – Tel. 033 341 24 69
E-Mail: info@gerbairtours.ch – www.gerbairtours.ch