



**cyberXtours**

... den Fuß in der Welt

Erweitert &  
ZWEITE AUFLAGE  
Aktualisiert

VON PEKING NACH LHASA  
**Asien**

**REISEN MIT DER TIBET-BAHN**

**JETZT!**  
230g für den Rucksack



+++ Detailkarten +++

+++ viele Farb- und S/W- Fotos +++



+++ T. Abbady, R. Falbe, M.C. Schall +++





Abbady / Falbe / Schall

# REISEN MIT DER TIBET-BAHN

**cyberXtours**  
...den Fuß in der Welt



Bibliografische Information der Deutschen Bibliothek: Die Deutsche Bibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.ddb.de> abrufbar.

Tarek Abbady / Ralf Falbe / M.C. Schall

# Reisen mit der Tibet-Bahn

**ISBN 978-3-940777-03-4**

1. Auflage, Januar 2008

2. Auflage, August 2008

**cybertours-x Verlag**

Genslerstraße 25 c

D-22307 Hamburg

[www.cybertours-x.de](http://www.cybertours-x.de)

[verlag@cybertours-x.de](mailto:verlag@cybertours-x.de)

© 2008 by M.C. Schall

© 2008 by cybertours-x Verlag



Das Werk „Reisen mit der Tibet-Bahn“ einschließlich aller seiner Einzelteile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtsgesetzes ohne Zustimmung des oder der Rechteinhaber/s ist unzulässig. Dies gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen und die Einspeicherung und Verarbeitung in Datenverarbeitungssystemen zwecks kommerzieller Nutzung. Alle Angaben wurden sorgfältig recherchiert. Verlag und Autor können jedoch für Vollständigkeit und Richtigkeit keine Gewähr übernehmen.

Cover © : S.A. Köhler; cybertours-x

Fotos © : M.C. Schall, T. Abbady, R. Falbe

Redaktion : A. Wackler

Layout, Satz & Karten : M. Neuhaus, cybertours-x

Überarbeitung 2. Auflage : S.A. Köhler, cybertours-x

Herstellung : FINIDR s.r.o.

Danke : Frank Geißler aus Mühlacker  
und alle hilfreichen Geister...

...TRAVELLING?





# INHALTSVERZEICHNIS\*

<b>Kartenverzeichnis</b>	<b>8</b>
<b>Fotoalbum</b>	<b>9</b>
<b>Land und Leute</b>	<b>55</b>
Geschichte	56
Bevölkerung	63
Geographisches	65
Sprache	67
Religion	67
Festtage	70
<b>Die Tibet-Bahn</b>	<b>73</b>
Geschichte	74
Streckenführung	75
Züge	77
Fahrpläne und Fahrkarten	78
<b>Reiserouten</b>	<b>81</b>
Peking	82
Schanghai	98
Guangzhou	108
Kunming	117
Chengdu	121
Xi'an	131
Lanzhou	135
Xining	140
Golmud	143
Lhasa	145
Xigase	158
Gyantse	165
Zedang	168
Bayi	170
Nagqu	172
Gar	174
Qamdo	178

**Reisevorbereitung 183**

Reisezeit	184
Anreise	184
Zoll	185
Botschaften und Konsulate	185
Geld	185
Budget	185
Verkehrsverbindungen	186
Unterkunft	187
Post	187
Telefonieren	187
Internet	187
Elektrizität	187
Zeitverschiebung	187
Medien	187
Einkaufen	188
Gesundheit	188
Sicherheit	189
Drogen	191
Karten	191
Ich packe meinen Koffer	192
Fotografieren	192
Adressen	193
Sprachführer	193
Anzeige	194

**Anhang 195**

Autoren	196
Legende Kartensymbole	197
Pressestimmen zum Verlagsprogramm	198
Der Verlag online...	200
Ende	202



## KARTENVERZEICHNIS \*

Übersichtskarte China Umschlag Innenseite (vorn)	
Streckenführung der Tibet-Bahn	76
Flugverbindungen nach Lhasa	77
Peking	84
Schanghai	100
Guangzhou	110
Kunming	116
Chengdu	122
Xi'an	130
Lanzhou Ost & West	137
Xining	141
Golmud	142
Lhasa	146
Xigase	158
Gyantse	164
Übersichtskarte Tibet Umschlag Innenseite (hinten)	

...FOTOALBUM 







Vorherige Seite: Herbststimmung // Litiang   
Ernte in Tibet   
Kloster am See // Litiang   
Am Waschstein... 





△ *Sonnenaufgang // Himalaja*

▽ *Mit Gebetswimpeln geschmücktes Kloster // Kangding*





Weite Hügellandschaft // südlich von Amdo  $\triangle$   
Auf dem Weg nach Lhasa // Damxung  $\nabla$







Tibeter ○







*Bauersfrau mit Kindern // Tibet* ▲  
*Buddhistische Gebetsmühlen* ◁  
*Yak (Grunzochse)* ▽







*Straßenszene//Lhasa* ▲  
*Pottala Palast //Lhasa* ◀  
*Schulfest //Lhasa* ▼



