



## Mit allen Sinnen über Stock und Stein

### 16 Tage Berg Tochal – Demavand 5671m. und Kultur im Iran.

Das persische Großreich und seine Kultur haben ihre Wiege im Iran. Ein Land, in dem der Islam die bestimmende Religion ist und die den Alltag und das Leben der Menschen bestimmt. Auf dieser Reise besichtigen Sie mit einem deutschsprachigen Stadtführer zum Auftakt die quirlige Hauptstadt und Millionenmetropole Teheran, die Sie mit 12 Mio. Einwohnern, Museen und Palästen beeindruckt und auf die Tour einstimmen wird. Nach dem kulturellen Auftakt besteigen Sie in 2 Tagen den Hausberg von Teheran, den 3.961 Meter hohen Mount Tochal. Während des Aufstiegs wie auch am Gipfel genießt man einen atemberaubenden Blick auf Teheran und mit etwas Glück und gutem Wetter auch den höchsten Berg des Landes, den 5.671 Meter hohen Damavand. Danach fahren Sie weiter in Richtung Norden, denn Ihr nächstes Ziel ist die Besteigung des Alam-Kouh im Alborz-Gebirge. Größer können die Gegensätze nicht sein. Sie wandern gemütlich durch das Khoram-Dasht-Tal und schlagen für 3 Tage Ihr Camp auf einer schönen Blumenwiese auf. Je nach Reisezeit umrahmt von einigen, teilweise noch schneebedeckten Viertausendern. Hier genießen Sie die absolute Ruhe, glasklare Luft sowie die karge und faszinierende Bergwelt. Mit etwas Glück sieht man hier noch ein intaktes Wildleben mit Bären, Leoparden, Steinböcken und Widdern. Vom Basislager aus starten Sie zu einer Eingetour auf den nahen 4.256 Meter hohen Lashgarak und über die technisch leichte Südroute erreichen Sie einen Tag später den Gipfel des 4.850 Meter hohen Alam-Kouh. Bei gutem Wetter sieht man von hier bereits die zuckerhutförmige Spitze des Damavand. Über eine landschaftlich reizvolle Route fahren Sie anschließend zum Kaspischen Meer. Hier haben Sie die Gelegenheit zu einem erfrischenden Bad im größten Binnengewässer der Erde. Traumhaft warme Wassertemperaturen laden zum Entspannen ein. Weiter geht die Reise in den östlichen Teil des Alborz-Gebirges bis zum Bergdorf Reyneh am Fuße des 5.671 Meter hohen Damavand. Der Name Damavand bedeutet im Persischen „frostiger Berg“. Er ist ein Vulkan, aber seit ca. 150 Jahren inaktiv. Bestens akklimatisiert und an die Höhe angepasst, startet der letzte bergsteigerische Höhepunkt. Mit ständigem Blick in Richtung Gipfel führt diese technisch leichte, landschaftlich sehr reizvolle Südroute durch herrlich duftende Gebirgswiesen und vorbei an schwefelhaltigen Gesteinsbrocken bis zum Dach des Iran und Orients. Genießen Sie den 360° Rundumblick vom Dach Irans. Zum Abschluss der Reise erleben Sie weitere kulturelle Höhepunkte des Irans. Per Flieger geht es nach Shiraz. Lassen Sie sich fesseln von der Stadt der Dichter Saadi und Hafiz, von der antiken Stadt Persepolis, inmitten eines 2500 Jahre alten Kulturdenkmals, sowie von den Gräbern der Achämeniden-Könige. Spannend geht es weiter bei der Fahrt nach Isfahan, eine Stadt, die auch gern als achtetes Weltwunder bezeichnet wird. Vom großen Platz „Meydan-e Imam“ starten Sie die Besichtigungstour und sehen Moscheen, Paläste, prachtvolle Kirchen,

Brücken und Sie trinken Tee in den vielen gemütlichen Teehäusern. Eine Reise, die Sie noch lange in Erinnerung behalten werden!



**1 Tag Anreise von Deutschland nach Tehran bei Turkische airlines:** Sie werden von Ihrem Reiseleiter (deutsch-spr.) am flughafen in Tehran in emfang genommen. Zusammen fahren Sie zum Hotel. Überneachtung .

**2 Tag Tehran :** entdecken Sie bei ganztägigen Stadtbesichtigungen die moderne Metropole Teheran, die zu Füßen des Tochal-Berges 3960 m liegt. Mit ca. 15 Mio. Einwohnern zählt die Stadt mit zu den größten Städten Asiens. Seit 1788 mit der Machtergreifung der Qadjaren wur-de sie zur Hauptstadt gewählt. Heute konzentriert sich hier die Wirtschaft, Verkehr, Verwaltung und Kultur des Landes. Ihre Bedeutung verdankt sie in erster Linie der Lage am alten Handelsweg von Mesopotamien nach Zentralasien. Die vielen unterschiedlichen Kulturen, wie die der Muslimi-schen Iraner, Kurden, Türken, Juden, Armenier und Assyrer leben hier friedlich miteinander. Der Dialekt prägt das moderne Persisch. Im Gegensatz zu den klassischen Städten wie Isfahan, Hama-dan oder Yazd tritt Teheran erst spät ins Licht der Geschichte. Nur wenige Bauten haben die Mo-dernisierung der Großstadt durch Reza Shah überlebt. Dennoch lohnt eine Besichtigung der Paläste vergangener Dynastien, Museen und Parks. Auf dem Programm stehen der Golestan Palast, das Nationalmuseum inkl. Juwelen Museum und Azadi Turm. Übernachtung im Hotel.(F\_A)

**3 Tag Tehran - Shirpala Berg haus :** Heute nachdem fruhstuck im Hotel , wir fahren nach nord viertel von statd " Darband" liegt auf 1800 m und danach Wanderung wir zur Berghütte Shir Pala 2750 m. Aufstieg 950 m ;Gehzeit 4-5 Std. Übernachtung Berghütte" Shir Pala" (FMA)

**4 Tag shirpala Berghutte - Tochal Gipfel:** Fruh morgen wir wandern auf Gipfel von Tochal Berg 3960 m und von dort genissen wir herrliche blick auf Metropole . Nach eine pause auf Gipfel wir steigen ab auf 3750 m . Von dort wir nehmen seil bahn runter zu statd . Tehran seilbahn ist einer von laengste Gondel in der welt.nach eine pause in eine lokale tea haus wir fahren weiter zu Demvand Dorf Reyne 1900 m. Dort wir ubernachten in ein einfache Gast haus .(FMA) ubernachtung in Lokale Gast haus oder Hutte.80 km Auto fahrt

**5 Tag Reyne - Bargah Sevom:** Goosfand-sara-Bargah-Sevon-Hütte Fahrt nach Gusfandara, 3030 m, das letzte Stück mit dem LKW (30 km/1 h). Dann beginnt der Anstieg zur neu erbauten Hütte, 4260 m, unweit der Biwak Schachtel Bargah-e Sevom. Mulis besorgen den Gepäcktransport. Zwei Nächte dient Ihnen die

einfache Hütte als Quartier. Wer will, unternimmt noch eine Akklimatisationstour bis auf 4500 Meter. Sie genießen den weiten Rundblick ins Land. Hm  $\uparrow$ 1230 Gz 4 h [F/M/A] Von Polur aus fahren wir auf holpriger Piste bis nach Goosfand-sara ,einer kleinen Moschee, schließlich Übernachtung in der neu errichteten Bargah-Sevon-Hütte im Schlaflsaal; Fahrzeit ca.1 Std. ;Gehzeit ca.4 Std.; Aufstieg 1.200m; Übernachtung einfache Berghütte oder zelt (FMA)



**6 Tag Gipfel Tag:** Gipfel des Damavand Aufsteigen (5-6 Std.)und Absteigen (3 Std.)nach unsere Berghütte; Gehzeit 8-9 Std.;Aufstieg 1.500m;Abstieg1.500m;( die Besteigung beginnt schon im Morgengrauen. Der Anstieg ist technisch nicht besonders schwierig, verlangt aber ein Höchstmaß an Kondition und Ausdauer. Schließlich stehen Sie auf dem höchsten Punkt des Iran und des gesamten Orient. An oberster Spitze findet sich eine Gedenktafel. Nach Umwanderung des Gipfelkraters (ca. 15 Minuten) erfolgt der Abstieg zur Hütte, wo Sie noch einmal übernachten. Hm  $\uparrow\downarrow$ 1410 Gz 9–10 h Übernachtung einfache Berghütte oder Zelt (FMA)

**7 Tag Teheran** Hinunterwandern zur Moschee Goosfand-sara und Rückfahrt nach Teheran, im Hotel ausruhen und danach am Nachmittag Bummeln über die große Basar von Teheran; Fahrzeit ca. 3 Std.; Gehzeit 2-3 Std.; Abstieg 1200m;( FMA)

**8 Tag Tehran -Qom-Kashan:** Am frühen Morgen verlassen wir Teheran in Richtung Qom und erreichen die Stadt nach ca. 150 km. Sie ist die Hauptstadt der gleichnamigen Provinz Ghom. Qom hat über 1.000.000 Einwohner und ist eine der heiligen Städte der Schia. Der Schrein der Fatima Masuma ist ein bedeutender Wallfahrtsort und dominiert mit seiner goldnen Kuppel das bild der stadt. iter in Richtung Kashan.Das persische Wort für „Fliese“, kāšī, leitet sich vom Namen der Stadt ab. Die Stadt beherbergte im Mittelalter eine bedeutende Keramikindustrie. Sie ist eine Oasenstadt am Nordrand der Salzwüste Dasht-e-Kavir gelegen. Sehenswert sind verschiedene Herrenhäuser und einer der ältesten und berühmtesten Gärten des Iran, der ‚Bagh-e-Fin‘. Agabozorg Moschee , Amir Sultan Bade haus und wenn wir zeit haben gibt auch moeglichkeit schoene bazar zu sehen. .(F-A)



**9 -10 Tag Kashan –Isfahan:** Isfahan Von Schah Abbas I. im Jahre 1598 zur Metropole des alten Persien erhoben, glänzt Isfahan mit berühmtesten Beispielen islamischer Baukunst. Bewundernd stehen Sie vor der armenischen Vank-Kathedrale und am safawidischen Vierzig-Säulen-Palast, besuchen den Kaiserplatz mit seinen doppelstöckigen Arkaden, staunen über die 33- Bogen-Brücke über den Fluss Zayandeh Rud und genießen die Zeit am Madan-e Imam, dem „schönsten Platz der Welt“. Beim gemeinsamen Abschiedsessen lassen Sie die Eindrücke dieser großen Iran-Reise noch einmal Revue passieren. Besichtigung von Isfahan. Nachmittags haben wir Zeit zum den Bazar zu besuchen. Abends Spaziergang über die beleuchtete Brücke von Isfahan. 220 km. Übernachtung Hotel in Isfahan. F/-/A

**11 -12 Tag Isfahan Yazd:** Wir erreichen die Oasenstadt Nain, ein weltweit bekanntes Zentrum erlesener Teppichknüpferei. Hier besichtigen wir eine der ältesten Moscheen im Iran, Nach dem Besuch fahren wir in die Stadt der Zoroastrier nach Yazd. Hier erfahren wir mehr über den Glauben der Zoroastrier beim Besuch der Feuer tempel und Turm des Schweigens und auch eine wunder schoene Jamme-Moschee. In Yazd genießen wir auch besondere orientische altstad architektur mit schoene wind turmen . Dolat abad Garten mit hoechste wind turm der welt 2 Hotelübernachtungen in Yazd. 325 . (2x FA)

**13 Tag Yazd –Persepolice:** das nächste Highlight zieht uns magisch an. Gegen Mittag erreichen wir Pasargad, die Hauptstadt des Achämenidenreiches unter Cyrus dem Großen. Wir besichtigen das berühmte Grabmal . Heute wir übernachten in einer hotel mit blick auf antike Persepolice .390 km (F-A)

**14 Persepolice – Shiraz:**Staunen wir über 2.500 Jahre alte Säulen und Reliefs, die von Macht und Reichtum der achämenidischen Herrscher zeugen. Unser Reiseleiter führt uns zum Frühlingspalast und zur Nekropolis, wo wir die Felsengräber der achämenidischen Könige bestaunen können. Danach liegt wieder ein Stück Busfahrt vor uns, bis wir am Abend Schiras , die Heimatstadt der Dichter und der persischen Poesie, erreichen. 75 km (F-A) übernachtung in schiraz

**15 Tag Shiraz Persische Gärten und Paläste :** Heute erkunden wir ganztägig Schiras per pedes und mit dem Bus. Wir wandeln auf den Spuren des einheimischen Dichters Hafiz und eine schoene paradise Garten Baghe- Eram besuchen wir die Nasirmolk-Moschee, die auch als „Rote Moschee“ bekannt ist und besuchen im Anschluss den Ali Ebn-e-Hamzah-Schrein, der uns mit seinem verspiegelten Gewölbe beeindruckt. Nach der Besichtigung fahren wir mit dem Bus zum Basar: Riesig ist das Angebot an kostbaren Teppichen, Gewürzen und Gold glitzerndem Schmuck. Auch finden sich hier kleine Essensläden, wenn uns mittags der Hunger überkommt. Direkt neben dem Basar erreichen wir die badehaus von Karimkhan. Ein Spaziergang zur Karim Khan-Zitadelle und deren Besichtigung von außen beschließt unser Tagesprogramm Übernachtung in Schiras (F-A).

**16 Tag. Transfer zum Flughafen** und Rückflug über Istanbul zurück in die Heimat.

### **Im Preis enthaltene Leistungen**

- Alle Transfers, Besichtigungsfahrten, alle Eintritte laut Programm
- Alle Hotelübernachtungen im DZ in 3\* Häusern laut Programm. ½ DZ während der Trekking- und Bergtour in einfachen Gästehäusern, Zelten oder sehr einfachen Berghütten
- Alle Flüge
- Damavand Permit ca. 50 US-Dollar
- Begleitmannschaft: beim Trekking mit Koch, Tragetiere
- Verpflegung (siehe Mahlzeiten an den einzelnen Tagen)
- Trinkwasser während der gesamten Tour
- Deutsch sprechender örtlicher von Reiseleiter(Kulturguide)
- Englisch sprechender Berg- und Trekkingguide
- Erforderliche Einladung für das Visum

### **Nicht enthaltene Leistungen**

- Getränke und nicht im Programm enthaltene Mahlzeiten
- Persönliche Ausgaben
- Individuelle Aktivitäten
- Visumgebühren
- Übergepäck
- Einzelzimmer und Einzelzeltzuschlag.

### **Änderungen des Programms vorbehalten**