

Mit dem Fahrrad zum heiligsten Berg der Erde

Kilometertabelle Saga-Rongbuk

Die folgende Kilometertabelle beschreibt detailliert die Strecke von Saga über den Shortcut vorbei am Paiko Tso zum Friendship Highway 318 und dann weiter über Tingri und eine Seitenstraße zum Everest Basislager am Rongbuk Kloster im August 2004. Sie beruht auf den folgenden vier Kilometertabellen, dem Buch Tibet Overland und meinen eigenen Beobachtungen:

- <http://www.adserballe.com/tibet2001timetable.htm>
- <http://users.pandora.be/mario.brackeva/nl/RoadbookTibet.htm>
- http://himalayacycling.pedalglobal.net/tour3_main.html
- <http://www.raize.ch/Reisen/velo-urasien/profil-yecheng-tibet-kathmandu.htm>

Hinweis: Die Kilometertabelle ist nach bestem Wissen und Gewissen erstellt worden! Allerdings kann und will ich keine Garantie für die Richtigkeit geben. Gerade in China ändert sich im Moment eine Menge. Z.B. waren auf der Strecke von Kudi nach Mazar Bauarbeiten im Gange, so dass die Straßenverhältnisse 2005 viel besser sein dürften, als sie es bei mir waren. Bei den Kilometerangaben handelt es sich um ungefähre Angaben. Die Höhenangaben hab ich von Raize übernommen. Bei den orange hinterlegten Tabellenzellen hab ich übernachtet. Die Buchstaben **W,B,L** in der Spalte "Infrastruktur" steht für Wasser, Bett - sprich Übernachtungsmöglichkeit - und Lebensmittel.

Die ganze Tabelle gibts hier natürlich als PDF: [Kilometertabelle als PDF](#)

Kilometer abs.	Tageskilometer	Kilometer rel.	Beschreibung	Infrastruktur	Höhe	Anmerkungen	Straße
2091	-	-	Saga	W,B,L	4440	Weiter geht es die Hauptstraße bergab - an einer Tankstelle rechts weg in Richtung Fähre über den Brahmaputra; bloß nicht nach links abbiegen - da ist nämlich ein fieser Checkpoint!	Gute Straße
2095	-	4	Fähre über den Brahmaputra	W	4420	-	
2106	-	11	Dorf	W,L	-	Kleines Dorf	Straße ist nun vergleichbar mit einem Feldweg - da sie aber meist nur von Jeeps hergenommen wird
2118	-	12	Pang La	-	4730	Letzten 2km sehr steil!	gibt es weniger Waschbrett!
2122	-	4	Dorf	W,L	4520	Kleiner Laden bzw. Restaurant	
2130	-	8	Paß	-	4800	Der letzte Kilometer läßt sich fahren - die 4-5km davor lassen sich gerade noch schieben - super anstrengend!	Steil und der Straßenbelag ist besch... - äh Moment mal welcher

							Straßenbelag eigentlich?
2135	-	5	Lodu Loney Tso	W	4645	Ob das Wasser aus dem Lodu Loney trinkbar ist weiß ich nicht, aber es gibt entlang bzw. vor dem See einige Bächleins, die aber ausgetrocknet sein können; einige Nomadenzelte am See	Straße ist ganz annehmbar!
2145	54	10	Lagerplatz	W	-	Lagerplatz an einem Wasserkanälchen, das von den Bergen rechts der Straße herabkommt; die Wasserangaben im Tibet Overland sind etwas sehr vage!	
2163	-	18	Road Repair Station	-	4675	-	Wieder vermehrt Wellblech und kein Feldweg mehr
2170	25	7	Abzweig in Richtung Friendship Highway/Lagerplatz	W!	4825	Hier heißt es bei Kilometermarker 66 die Augen offen halten! Ich bin hier nämlich verleitet durch die (neue?) gute Straße mal schnell über den 5150m hohen Ma La nach Zongga Zong gefahren! Am gleichen Tag wieder zurück waren das ca. 60km extra - ich war ziemlich kaputt am Abend :-)! Die wirkliche Straße sieht man linker Hand auf einen Kamm hochlaufen. Allerdings gibt es viele Jeeptrails dorthin - den Besten zwischen km 66 und 69 aussuchen! Mein Lagerplatz war wegen dem Ausflug nach Zongga Zong auch nicht direkt beim Marker 66, sondern am Anfang des Paßanstieges zum Ma La - hier gibt es auch ein kleines Bächlein. Die Aussicht vom Ma La ist aber trotzdem ziemlich cool nebenbei!	
2177	-	7	Kleiner Paß	-	4885	Nach dem Paß gehts durch eine enge Schlucht in Richtung Paiko Tso; in der Schlucht gibt es Wasser!	Wieder Feldweg - aber ganz ok!
2186	-	9	Paiko Tso	W	4535	Die Straße klettert aus der Schlucht raus und geht dann runter zum See - wunderbare Blicke auf den See, die Shishapangma und den Kambachen!	
2198	-	12	Haus	W,L	4560	Kleines Restaurant, Bachkreuzung, Wasser ist bis zum Friendship Highway kein Problem mehr!	Schlechte Straße - sandige Abschnitte, viel Geröll bis zum Friendship Highway
2228	58	30	Shishapangma Nationalpark Center(Selung?)	W,B,L	4645	Schöne Blicke auf den Cho Oyu (geradeaus) und auf die Shishapangma; in dem "Nationalpark Center" kann man ganz gut übernachten - Leute sind nett! Das Dorf, dass man laut	

						Tibet Overland 16km vor Selung passieren soll liegt im Süden, aber man fährt eigentlich daran vorbei!	
2248	-	20	Brücke	W	4610	Von hier kann man die Rampe zum Lalung La am Friendship Highway schon sehen - rechts halten - Secondary Roads! ACHTUNG: Das Roadbook von pedalglobal.net ist hier ein bisschen komisch!	
2258	-	10	Friendship Highway 318!!!	-	4550	Jetzt fängt der Urlaub an, aber leider ist jetzt auch das "wilde" Tibet vorbei! Kilometermarker 5265/66	Straße ganz gut!
Ab hier wird nicht mehr jedes Steinchen und Bächlein aufgelistet, da dies im "Tibet Overland" im fast 100m-Raster zu Genüge gemacht wurde! Die folgenden Kilometer- und Höhenangaben stammen bis auf den Shortcut von Dingri nach Rongbuk aus dem Tibet Overland.							
2268	40	10	Sumo	W,B,L	4430	Nettes Guesthouse	Gute Piste
2330	62	62	Dingri	W,B,L	4250	Hab gleich das erste Guesthouse auf der linken Seite etwas außerhalb genommen - tolle Blicke aus der Gaststube auf Cho Oyu und Everest!	Vor Dingri ist sogar ein Stück geteert!
2332	-	2	Abzweig zum Everest Basecamp und Rongbuk Kloster via Lamna La	-	4250	Großes Schild - ab hier beginnt eine Trekkingroute zum Rongbuk Kloster, aber mit ein bisschen Zähnezusammenbeissen läßt sich die Strecke ganz gut machen! Man muß einige Teile kurz vor dem Lamna La schieben, dafür gibts eine tolle Landschaft und nur einen kleinen Teil doppelt! Hier eine Karte der Strecke! Die folgenden Kilometerangaben bis zur Stichstraße Tashi Dzom - Rongbuk sind Ungefährangaben - die Gesamtstrecke stimmt aber!	Feldweg ganz ok!
2345	-	13	Lunglang	W,L	-	Hier wird eine Gebühr für den Everest Nationalpark fällig :-)	
2357	-	12	Anstieg zum Lamna La beginnt	-	-	So ab Kilometer 25 wird der Weg dann echt ätzend - ein großes Geröllfeld gilt es zu queren und einen ziemlich steilen Anstieg zu schieben!	Trekkingroute sag ich nur!
2369	-	12	Lamna La	-	5060	Der Lamna La besteht aus einem Doppelpaß - hinter dem ersten Aufschwung gehts erst nochmal 1km runter und dann auf den höchsten Punkt. Dazwischen in dem Tal gibt es nochmal richtig fließend Wasser.	
2371	-	2	Lagerplatz	W	-	Hinter dem Paß sieht es nicht so toll aus mit Wasser - kleine Wasserlöcher gibt es aber!	Ab dem Paß ist der Weg wieder ganz passabel bis zur

2381	-	10	Zompra	W	-	Dorf am Wegrand	Hauptstraße und geht immer bergab.
2386	-	5	Highway nach Rongbuk	W	4360	Über eine Brücke gehts auf den Highway - hier heißt es nochmal ein bisschen schieben!	
2402	31	16	Rongbuk Kloster	W,B,L	4825	Back in Touriland! Hier gibts alles - sogar Pedale! Nochmals vielen Dank an den Fahrradguide aus Nepal (Exodus Company), der mir die Dinger verkauft hat! Bei mir hatte sich nämlich das linke Pedal zerlegt!	Richtig ätzende Straße - Waschbrett vom feinsten!
2410	-	8	Everest Basislager	W,B,L	5020	Ein paar feste Zelte in denen man gut essen kann! Trotz des Verbotsschildes an einer Hauswand sollte man eine Wanderung entlang des Rongbuk Gletschers ins vorgeschobene Basislager unternehmen - super schokoladig :-)	
2418	16	8	Rongbuk Kloster	W,B,L	4825	-	



© [Wolfgang Dressel 2005](#)