



# HIMALAYA – MORIRI LAKE

## Über den höchsten Singletrail der Welt!

Diese Tour im West-Himalaya bedeutet Biken in einer neuen Dimension! Aufgrund der aussergewöhnlichen Höhe und der abgelegenen Singletrails gehört diese Reise zum Moririsee in Ladakh zu den spektakulärsten überhaupt. Nur wenige Biker haben hier ihre Reifenspuren hinterlassen. Wir biken tagelang entlang von Trails auf über 5000 Meter – ein einzigartiges Bike-Erlebnis!

Um in diesen Höhen sportlich aktiv zu sein, brauchen wir eine seriöse Akklimation. Am Ausgangsort unserer Singletrail-Tour warten die Lasttiere auf unser Gepäck. Hier verlassen wir den besiedelten Teil von Ladakh. Für zehn Tage biken wir fernab von Strassen auf Trekking- und Wanderpfaden. Zehn Pässe über 4600 Meter liegen vor uns. Auf gewissen Abschnitten bewegen wir uns auf mehr als 5000 Metern über Meer! Unser persönlicher Everest dieser Tour liegt auf 5450 m ü.M. Bis dahin sind wir bestens akklimatisiert. Der Flow der Wege und die Schönheit der Landschaft machen jeden Schweisstropfen vergessen. Und wenn du die Herausforderung annehmen willst, fährst du sogar noch auf einen 6000er Berg....

### 1. Tag **Linienflug Zürich-Delhi**

Wir treffen uns in der Abflughalle am Flughafen Zürich zum gemeinsamen rund siebenstündigen Flug nach New Delhi. Damit du ausgeruht ankommst, fliegen wir wenn immer möglich nonstop mit Swiss.

### 2. Tag **Inlandflug Delhi-Leh**

Am frühen Morgen fliegen wir weiter zu unserem Ausgangspunkt nach Leh. Der Flug ist spektakulär, die klare Luft und der Blick auf den verschneiten, endlosen Himalaya wecken die Vorfreude aufs Biken. Wir befinden uns auf 3600 Metern über Meer! Bereits das Hochsteigen einiger Treppenstufen bringt uns ausser Atem. Darum verbringen wir den Tag vorwiegend mit Ausruhen im Garten unseres komfortablen Hotels. Die Aussicht auf die vergletscherten Stok-Berge ist überwältigend! Noch vor dem Nachtessen machen wir unsere Mountainbikes startklar.

### 3. Tag **Akklimatisation in Leh**

Nach einem späten Start in den Tag beginnen wir mit leichten Aktivitäten wie einer Stadtbesichtigung. Unser Akklimationsprogramm empfiehlt dir, den Tag ruhig angehen zu lassen. Am Nachmittag spazieren wir zu einem schönen Aussichtspunkt über der Stadt Leh. Wir geniessen die tolle Aussicht und die Ruhe. Über uns flattern die Gebetsfahnen – ein erstes hübsches Fotosujet.

### 4. Tag **Einfahrtour/Akklimatisierungstag in Leh, 25 km/600 Hm**

Nach einem leichten Frühstück machen wir uns bereit für eine lockere Einfahrtour. Zwischen den trockenen, braunen Bergen sind die grünen Felder des Indus-Tals willkommene Farbtupfer in der Landschaft. In den Dörfern treffen wir auf freundlich grüssende Menschen. Mit einfachen Geräten arbeiten sie auf den Feldern und ernten im kurzen Sommer die Lebensgrundlage für den langen Winter. In einem individuellen, ruhigen Rhythmus und mit ruhigem Puls geht's auf angenehmer Steigung bergauf. Auf genau 4000 m ü.M. machen wir Rast, bevor wir abfahren und unseren Kreis beim Hotel schliessen.

### 5. Tag **Akklimatisationstour Indus Valley, 20 km/560 Hm**

Die ersten Kilometer überbrücken wir mit unseren Begleitfahrzeugen. Langsam gewöhnen wir uns an die Höhe. Nach einem lockeren Start steuern wir bald in ein Seitental des Indus. Die karge Landschaft hat ihren ganz besonderen, spröden Reiz. Wir kurbeln immer schön aerob auf einer Piste ohne Verkehr. Da und dort ziehen wir uns die ersten Meter Singletrails rein. Stolz posieren wir auf dem ersten Pass – es werden bis zum Schluss noch ganz viele dazukommen. Gegen Abend erreichen wir unseren Etappenort auf 3700 m ü.M. Das erste Camp. Der erste Abend unter freiem Himmel im Garten vor dem Zelt – Ohne Handys und Fernseher, dafür mit tollen Menschen.

### 6. Tag **Akklimatisationstour Indus Valley, 50 km/ 1280 Hm (mit Abkürzung 43 km/800 Hm)**

Die erste Nacht im Zelt war eine kleine Umstellung, aber dank der Hilfsbereitschaft unseres Begleitteams wurde das zu einem grossartigen Erlebnis. Heute fahren wir bis zum Indus hinunter und überqueren dabei vier Pässe. Doch nur der letzte ist mit einer etwas mehr als einstündigen Tragepassage eine echte Herausforderung. Wir gehen es gemächlich an, denn wir befinden uns noch immer in der Akklimationsphase. Wir fahren auf flüssigen Singletrails. Da und dort ist auch unsere Fahrtechnik gefordert. Wer möchte, kann diese Etappe abkürzen.





## 7. Tag Lamayuru, Transfer nach Leh, 35 km/700 Hm

Auf 3000 m ü.M. können wir uns bestens akklimatisieren. Darum hast du letzte Nacht wahrscheinlich auch ausgezeichnet geschlafen. Heute starten wir zu einem ersten Formtest auf der Fotu La Passtrasse hinauf nach Lamayuru. Die Landschaft könnte hier bizarrer und eindrücklicher kaum sein. Man wähnt sich in einer Mondlandschaft, immer wieder unterbrochen durch die grünen Oasen der Dörfer. Der sanfte Aufstieg ermöglicht jedem von uns, einen angenehmen Rhythmus anzuschlagen. Schon bald finden wir uns vor einem der ältesten Klöster Ladakhs. Unter fachkundiger Führung unternehmen wir einen Rundgang durch Räucherstäbchen-schwangere Luft und eindrückliche Räume. Mit etwas Glück können wir einer Zeremonie der Mönche beiwohnen. Auf der Abfahrt fahren wir mitten hinein in die anfangs beschriebene Mondlandschaft und knipsen tolle Bilder. Nach einer heissen Stärkung aus der Küche im Camp verladen wir die Bikes und fahren mit dem Bus rund 100 km zurück nach Leh ins Hotel..

## 8. Tag Jeeptransfer und Halbtages-Biketour, 31 km/800 Hm

Nach einem kurzen Jeeptransfer biken wir durch eine eindrückliche Schlucht. Man sagt, hier trifft die Indisch-Australische auf die Eurasische Kontinentalplatte. Nicht nur für Geologen ist diese Gegend grossartig. Wir staunen. Die Strasse windet sich um rote und violette Felsen und folgt dem Lauf eines reissenden Baches. Schon bald nachdem uns die Schlucht ausgespuckt hat, erreichen wir den Ausgangspunkt unseres Singletrail-Abenteuers. Wir geniessen das einzigartige Abendlicht in unserem Base-Camp. Die Sonne verabschiedet sich in sanftem Orange hinter den Hügeln. Emsig treiben die Hirten ihre Yaks zurück ins Dorf. Die Spannung in der Gruppe steigt: Morgen starten wir zur höchsten Singletrail-Tour der Welt! Schlafhöhe 4200 Meter.

## 9. Tag Fahrt zum Camp 1, 15 km/500 Hm

Heute ist ein grosser Tag. Am frühen Morgen sind die Horsemen mit den Pferden angekommen. Nach einem herzlichen Willkommen beginnst du, die Ausrüstung und unser Gepäck aufzuladen. Endlich geht es los. Vom Dorf aus fahren wir ein flaches Tal hoch, die Trails hier sind leicht. In drei Stunden erreichen wir unser Ziel. Wer möchte, erklimmt nach einem kleinen Imbiss und Tee zu Fuss den Hügel über dem Camp und geniess die Aussicht auf die Gletscher und die unvergleichliche Landschaft. Schlafhöhe 4600 Meter.

## 10. Tag Camp 2, 20 km/1100 Hm

Nach einer langen Vorbereitung und Vorfreude gehen wir heute auf den wohl extremsten Mountainbike-Tag unseres Lebens. Vom Camp fahren wir bis knapp unter die Passhöhe auf 5200 Meter. Je nach Akklimatisationsstatus und Fitnesslevel werden einige nur zum Durchatmen anhalten. Der Uphill bis zum Pass ist komplett fahrbar. Es folgt ein herrlicher Höhenrouten auf über 5000 Meter. Allein an diesem Tag überqueren wir vier Pässe über 5000 Meter, doch nur der letzte ist eine wirkliche Herausforderung. Auch dieser ist mit einer cleveren Linie und guter Fahrtechnik wiederum komplett fahrbar. Die nun folgende Abfahrt verwöhnt uns mit sehr viel Flow. Der Trail legt sich sanft an Hügel und in trockene Bachläufe. Einige von uns messen Spitzengeschwindigkeiten von 50 km/h! Schlafhöhe 5000 Meter.

## 11. Tag Camp 3, 19 km/100 Hm (Zusatz-Runde: 20 km/300 Hm)

Zu Beginn fahren wir auf der Fortsetzung des Trails vom Vortag. Ein grossartiger Trail: mal flüssig, mal knifflig, und das alles in einer atemberaubenden Landschaft. Schon bald finden wir uns in einer weiten Ebene, in deren Mitte ein türkisblauer See glänzt. Der Kontrast könnte stärker nicht sein – weisse Schneeberge, braune, sanfte Hügel und blaues Wasser. Bis die Pferde kommen, bleibt genügend Zeit für einen Abstecher auf einen Aussichtspunkt über dem Tal. Schon bald verschwinden einige von uns auf einen Trail hinter dem nächsten Hügel. Zurück bleibt nur eine Staubwolke. Unser heutiges Camp liegt traumhaft schön an einem See. Schlafhöhe 4600 Meter.

## 12. Tag Camp 4, 19 km/550 Hm

Den schönen Zeltplatz am Ufer des Sees müssen wir leider verlassen. Mitten in dieser Hochgebirgsarena treffen wir auf Kiangs, tibetische Wildesel. Der Aufstieg ist ausnahmslos fahrbar, auch wenn der eine oder andere von uns die Federgabel in die Tiefe versenkt, um einige Meter mehr im Sattel zu bleiben. Unser handtuchbreiter Weg legt sich sanft an den Hang und verliert sich am Horizont. Auf der Passhöhe schießen wir fantastische Fotos mit der tief unter uns liegenden Hochebene, dem lieblichen See und dem blauen Himmel, den wir vielleicht je gesehen haben. Nach einer einmal mehr tollen Abfahrt passieren wir ein Nomaden-Camp. Die Nomaden werden sich über unseren Besuch in einem ihrer Zelte freuen. Schlafhöhe 4970 Meter.





## 13. Tag Camp 5, 17 km/700 Hm

Heute liegt unser längster Aufstieg vor uns. Die Passhöhe erkennen wir schon vom Camp aus. Nach einer weiteren sehr flüssigen Abfahrt kommen wir in ein weites, einsames Tal. Hier sind wiederum oft Nomaden mit ihren Tieren anzutreffen. Es ist keine Eile angesagt. Wir lassen unsere treuen Tragtiere an uns vorbeiziehen und liegen noch etwas in der Sonne, bevor wir den zweiten Pass in Angriff nehmen. Schlafhöhe 5170 Meter.

## 14. Tag Karzok/Moriri Lake, 21 km/300 Hm

Auf 5450 Meter über Meer erreichen wir unseren höchsten Pass und die längste Abfahrt der Tour. Der Downhill, der nach unserer Heldentat auf uns wartet, erinnert alle an eine klassische Abfahrt in den Alpen. Technisch schwierig, doch auf dem ganzen Weg fahrbar. Am Moririsee liegen wir uns glücklich in den Armen. Wir sind eine ausserordentliche und grossartige Biketour gefahren! Schlafhöhe 4600 Meter.

## 15. Tag Bustransfer Karzok-Leh

Stolz über unsere Leistung schauen wir noch einmal zu unserem letzten Pass hoch, bevor wir die Jeeps besteigen und 215 Kilometer nach Leh zurückfahren. Die Fahrt über einen hohen Pass und schliesslich dem jungen Indus folgend ist äusserst abwechslungsreich. Für einmal können wir die Landschaft gemütlich und ohne Anstrengung aus dem Auto geniessen.

## 16. Tag Ruhetag in Leh

Nach unserem einmaligen Singletrail-Abenteuer dürfen wir in Leh stolz einen Ruhetag einlegen und die Beine hochlagern. Der Hotelgarten lädt ein zum Lesen, Sonne tanken oder Schlafen. Wer will, kann heute mit dem Bike den höchsten befahrbaren Pass der Welt bezwingen. Die Passstrasse ist technisch einfach und windet sich in endlosen Kehren den Berghängen entlang. Die Verlockung besteht heute nicht in der Strecke, sondern im Ziel.

## 17. Tag Inlandflug Leh-Delhi

Am frühen Morgen fliegen wir die spektakuläre Strecke über den Himalaya zurück nach Delhi. Die pulsierende Hauptstadt des bevölkerungsreichsten Landes der Erde empfängt uns mit Hitze und Gehupe.

## 18. Tag Reservetag Delhi

Geniesse noch einmal das Gewühl der pulsierenden indischen Hauptstadt. Jetzt ist ausreichend Zeit für Shopping und Sightseeing. Nach einer langen Zeit der Entbehrung geniessen wir an der Hotelbar einige Drinks bei Chillout-Musik.

## 19. Tag Flug Delhi-Zürich

Kurz nach Mitternacht verlassen wir Indien und treffen am Morgen in Zürich ein. (Programmänderung vorbehalten).

Reisedaten	Anzahl Tage	Preis in CHF	EZ-Zuschlag total CHF
11.07.2026 –29.07.2026	19	4690.-	420.-

Beachte die aktuelle Verfügbarkeit von Plätzen auf [www.mountainbikereisen.ch](http://www.mountainbikereisen.ch)

### Einreise

Pass muss mind. 6 Monate über das Rückreisedatum gültig sein. Zudem benötigen Reisende ein Visum, welches frühestens 30 Tage, spätestens 4 Tage vor Abreise eingeholt werden muss.

### Landessprache/Zeitverschiebung

Hindi & Englisch/+3,5 Stunden.





## Klima

Die Himalaya-Kette weist auf einige hundert Kilometer Distanz alle Klimazonen der Erde auf. Der Fuss des Himalayas liegt in der tropischen Savannenzone, und Leh weist im Sommer ein trockenes Hochlandklima auf. Tagsüber haben wir angenehme Temperaturen mit bis 30 Grad, nachts kann es kalt werden. Im Sommer fällt nur selten Regen. Unsere langjährigen Erfahrungen zeigen, dass von Juli bis September beständiges Wetter herrscht.

## Strecke und Anforderungen

Konditionell: anspruchsvoll  
Technisch: anspruchsvoll

Lasse dich nicht von den relativ kurzen Tages-Etappen täuschen. 20 km Singletrails auf über 4500 Metern über Meer sind auch für ambitionierte Biker ein gutes und ausgefülltes Tagwerk. Wir lassen uns Zeit, um uns an die ungewohnte Höhe zu gewöhnen. Halte dich unbedingt an die Anweisungen deines Reiseleiters und vermeide jegliche Überanstrengung.

## Sicherheit

Deine Sicherheit steht an erster Stelle. Als ältester Veranstalter von Mountainbike-Reisen organisieren wir bereits seit 1986 anspruchsvolle Reisen und Expeditionen in den Himalaya. Damit du mit Spass und ohne Einschränkungen sicher in diesen ungewohnten Höhen biken kannst, sind alle unsere Himalaya-Reisen von A-Z durchdacht. Deiner Planung und Durchführung erfolgen auf der Grundlage von neuesten, international anerkannten höhenmedizinischen Grundsätzen und Erkenntnissen. Bei einem Reisevorbereitungstreffen geben wir dir schon Zuhause wertvolle Tipps für die bevorstehende Reise. Unsere Himalaya-Guides sind von namhaften Höhenmedizinern ausgebildet, welche der Schweizerischen Gesellschaft für Gebirgsmedizin (SGGM) angehören. Zudem werden unsere Reisen wenn immer möglich von einem Arzt begleitet. Bei Notfällen stehen unsere Team-Ärzte Dieter Cadosch und Catharina Schreiber am Kantonsspital Aarau und am Universitätsspital Salzburg rund um die Uhr zur Verfügung. mountainbike-reisen.ch garantiert für strenge interne Richtlinien und Standards in allen sicherheitsrelevanten Bereichen.

## Ausrüstung

Gewartetes Mountainbike, Bikeschuhe und Helm (Tragepflicht). Nach deiner Anmeldung bekommst du von uns eine detaillierte Ausrüstungsliste.

## Ersatzteile und Werkzeuge

Auf unseren Touren haben wir eine umfangreiche Werkzeugkiste mit Ersatzteilen dabei.

## Unterkunft und Verpflegung

In Leh und in Delhi übernachten wir in ausgezeichneten Hotels. Während unseren Zeltübernachtungen stehen dir Doppelzelte zur Einzelbenützung zur Verfügung. An jedem Etappenort stellen wir ein mobiles Toiletten-Zelt mit Sitzmöglichkeit auf. Zudem kannst du jeden Tag im Duschzelt duschen. Wir campieren an sehr schönen Plätzen. Das Kochteam sorgt für eine ausgewogene, abwechslungsreiche und äusserst reichhaltige Verpflegung. Neben Brot, Kartoffeln, Reis und Pasta stehen jeden Tag Früchte und verschiedene Gemüse auf dem Menüplan. Die Kochkünste unseres Teams lassen keine Wünsche offen! Unser Team sorgt dafür, dass du dich aufs Biken konzentrieren kannst. Wenn du im Camp ankommst, ist dein Zelt in der Regel bereits aufgestellt und ein Imbiss und heisser Tee stehen bereit.

## Begleitbus/Begleitpferde

Das Besondere an unserer Reise ist die Logistik. Da wir nach der Akklimatisationstour weit abseits von Strassen praktisch ausschliesslich auf Singeltrails unterwegs sind, werden wir von rund 14 Tragepferden begleitet. Diese Karawane transportiert dein Gepäck, die Zelte, Küche, Wasser und Nahrungsmittel.

## Begleitmannschaft

Seit mehr als 37 Jahren werden wir ab New Delhi vom selben Team begleitet. Es kennt die Strecke und die schönsten Lagerplätze. Zusammen mit deinem Schweizer Guide bist du professionell und sicher begleitet.

## Treffpunkt

Vormittag am Flughafen Zürich

## Gruppengrösse

8 bis max. 10 Personen





## Im Preis inbegriffen

- Inlandflug Delhi-Leh-Delhi
- Flughafen-, Treibstoffgebühren und alle Taxen
- Alle Transfers
- Alle nötigen Permits
- Alle Eintritte, Gebühren und Steuern
- 7 Hotelübernachtungen im DZ in Delhi und Leh
- 10 Zeltübernachtungen im Zweierzelt zur Einzelnutzung
- Camping-Ausrüstung wie grosszügige Schlafmatratze, Esszelt mit Stühlen und Tischen, WC- und Duschzelt
- Während der ganzen Reise Vollpension
- Guide von mountainbikereisen.ch
- Einheimisches Begleiteteam mit Köchen etc.
- Gepäcktransport mit Begleitfahrzeugen und Pferden
- Reitpferde für Notfälle
- Technischer Support mit Werkzeugkoffer und einer Auswahl an Ersatzteilen
- Gut ausgerüsteter Medikamentenkoffer
- Vorbereitungstreffen (ohne Verpflegung)

## Im Preis nicht inbegriffen

- Flug Zürich-Delhi-Zürich (ab CHF 1000.-)
- Flugbuchungsgebühren (CHF 80.-\*)
- Biketransport auf int. Flügen \*\*
- Allfälliges Gepäck-Übergewicht auf Langstrecken- und Inlandflügen
- Kosten für Visum (E-Visum USD 25.-)
- 1 Mittagessen am Ruhetag in Delhi
- Tischgetränke
- Fakultative Trinkgelder an das Begleiteteam

\* Bei Flugbuchung durch uns

\*\*Turkish Airlines 340.-, Swiss 480.-, (Änderung vorbehalten)

## Teilnehmertreff

Etwa einen Monat vor Abreise treffen wir uns zu einem Informationstag. Hier können wir uns persönlich kennenlernen und die wichtigsten Fragen gemeinsam klären. Die Einladung bekommst du mit der Buchungsbestätigung.

## Mögliche Leitung:

Diether Cadosch, Christian Keller, Thomas Zeltner, Nik Zippert

