

Japan | Wander-/Trekkingreise, Kulturreise

Mountain Spirits Tohoku

Dramatische Gipfel und wohltuende heissse Quellen des Nordens. Mit 6 Wandertagen von 2-6 Stunden pro Tag

Jan Feb Mär Apr Mai Jun Jul Aug Sep Okt Nov Dez



Reiseübersicht

Unsere Reise führt uns von Tokio aus in den Norden, in eine Landschaft reich an Spiritualität und Tradition. Obwohl abseits der etablierten Touristenrouten, konkurrieren die Sehenswürdigkeiten Nordjapans in ihrer Schönheit und atmosphärischen Pracht mit jedem anderen Ort im Land. Wir besuchen sowohl die bekannteren, prächtigen Ziele wie den UNESCO-Weltkulturerbe-Schrein Toshogu in Nikko und Dewa Sanzan, als auch die entlegensten heißen Quellen und wunderschönen Nationalparks der Region. Wir machen atemberaubende Spaziergänge durch die wunderschöne Landschaft in den Oze-Wetlands, dem Mount Gas-san und dem Tono-Tal.

Der japanische Dichter Matsuo Basho reiste im 17. Jahrhundert durch diese Region, eine Reise, die später als "Die schmale Strasse ins Hinterland" veröffentlicht wurde. Wir werden einige der Orte besuchen, die seine berühmten Haiku-Gedichte inspiriert haben. Unsere kleine Gruppe übernachtet in traditionellen Ryokan und Minshuku-Inns auf dem Land - immer mit wunderbarem Service und regionaler Küche, die aus frischen, lokalen Zutaten zubereitet wird. Natürliche heiße Quellenbäder sind Höhepunkte unserer Reise. In Tochio in der Nähe von Oze verfügt unser Ryokan über Open-Air-Bäder neben einem rauschenden Fluss, während das 300 Jahre alte Tsuru-no-yu Ryokan in Nyuto in der Nähe des Lake Tazawako acht Bäder hat, einige mit dem berühmten milchig-weißen Quellwasser. Die Tour beginnt und endet in Tokio, mit Zeit für Sightseeing und Einkäufe.

Programmübersicht

- Tag 1: Treffen in Tokio
- Tag 2: Sightseeing in Tokio
- Tag 3: Nikko
- Tag 4: Oze-Feuchtgebiet
- Tag 5: Wandern im Oze-Feuchtgebiet
- Tag 6: Dewa Sanzan
- Tag 7: Berg Gassan
- Tag 8: Kakunodate und Nyuto Onsen
- Tag 9: Nyuto Onsen
- Tag 10: Tono-Tal
- Tag 11: Rückkehr nach Tokio
- Tag 12: Tokio
- Tag 13: Ende der Tour

Höhepunkte

- Erkunden Sie das wunderschöne alte **Yanaka-Viertel** in **Tōkyō**
- Bewundern Sie den prächtigen **Tōshōgū-Schrein** in **Nikkō**
- Wandern Sie durch das wunderschöne **Oze-Moor**
- Entspannen Sie in einem heißen Quellbad in einem bezaubernden traditionellen Gasthaus
- Übernachten Sie in Tempelunterkünften an den drei heiligen Gipfeln des **Dewa Sanzan**
- Entdecken Sie die Folklore des **Tōno-Tals**

Reiseprogramm - 13 Tage

Tag 1-13 Detailprogramm

Detailprogramm

Tag 1-13

Detailprogramm

Wandern Täglich 2 bis 5 Stunden auf breiten Pfaden und Bergwegen mit einigen moderaten Anstiegen.



Hotel

Unterkünfte gemäss
Programm

Tag 1: Treffen in Tokio

Westliches Hotel | Willkommensdinner

Treffen Sie Ihren Reiseleiter und die anderen Gruppenmitglieder am Abend im Hotel in der Innenstadt von Tokio. Es erwartet Sie ein Willkommensdinner in einem nahegelegenen örtlichen Restaurant.

Tag 2: Sightseeing in Tokio

Westliches Hotel | Frühstück

Unser erster voller Tag in Japan wird mit einer Stadtführung durch Tokio verbracht. Wir beginnen im historischen Viertel Yanaka, schlendern vorbei an kleinen Tempeln, Geschäften und traditionellen Häusern. Weiter geht es nach Asakusa, wo wir den ältesten Tempel Tokios, Senso-ji, besuchen. Von Asakusa aus machen wir eine Bootsfahrt auf dem Sumida-Fluss zu den historischen Hama-Rikyu-Gärten mit den imposanten Wolkenkratzern im Shiodome-Viertel im Hintergrund.

Tag 3: Nikko

5,6 km | 2 Stunden | Ryokan (traditionelle japanische Herberge) | Frühstück, Abendessen

Heute fahren wir mit dem Zug nach Nikko, zwei Stunden nördlich von Tokio. Die Wälder und Berge von Nikko sind seit 1.200 Jahren heilig für die Japaner, und hier liess sich 1617 der Shogun Tokugawa Ieyasu im Toshogu-Schrein begraben. Diese prächtig verzierten Gebäude stehen heute auf der Liste der UNESCO-Weltkulturerbestätten, und wir machen eine geführte Wanderung zu den Haupt-Schreinstrukturen. Danach entspannen wir uns in unserer Herberge, die entlang eines kleinen Flusstals liegt, und geniessen ein opulentes Abendessen mit japanischer Küche, serviert vom freundlichen Ryokan-Personal.

Tag 4: Oze-Feuchtgebiet

14,5 km | 4 Stunden | Auf 300 m / 985 ft | Ab 200 m / 655 ft | Yamagoya (Berglodge) | Frühstück, Abendessen

Eine zweistündige Wanderung führt uns in das Hochgebirgs-Moorland im Nikko-Nationalpark. Diese wunderschöne Gegend ist ein Refugium für Wildblumen und Pflanzen. Wir übernachten in einer freundlichen Berghütte am Ufer des Ozenuma-Sees.

Wir fahren zwei Stunden auf einer Serie von Bergstrassen zum Ausgangspunkt unserer Wanderung in das Oze-Feuchtgebiet.



Tag 5: Wandern im Oze-Feuchtgebiet

16 km / 10 mi | 6 Stunden | Auf 250 m / 820 ft | Ab 150 m / 490 ft | Onsen ryokan (Herberge mit heissen Quellen) | Frühstück, Abendessen

Vom Oze-Moorland aus gelangen wir über Holzstege in das Ozegahara-Gebiet. Wir setzen unsere Wanderung am nördlichen Rand des Moors fort, wo uns ein Bus durch ein langes Tal zum Okutadami-See bringt, wo wir eine Bootsfahrt auf die andere Seite unternehmen. Eine weitere kurze Busfahrt bringt uns nach Tochiomata Onsen, wo wir in einem schönen traditionellen Ryokan übernachten und in den Aussen-Heisswasserbädern entspannen.

Tag 6: Dewa Sanzan

Haguro (wenn wir in Unterkünften am Fuss des Berges übernachten, werden wir diese Stufen morgen stattdessen gehen) | Shukubo (Tempelunterkunft) | Frühstück, Abendessen

Wir machen uns auf den Weg zu Dewa Sanzan (Drei Gipfel von Dewa), dem Zuhause des Shugendo, einer Mischung aus dem einheimischen Shinto-Glauben und dem Buddhismus. Bergasketen, die als Yamabushi bekannt sind, sind immer noch mit ihren Muschelhörnern zu sehen, die sie benutzen, um die Geister zu rufen.

Wir besuchen auch den Gyokusen-ji-Tempel, der angeblich 1251 vom Zen-Mönch Ryonen Homyo Zenji gegründet wurde. Wir nehmen uns einen friedlichen Moment Zeit, um die Aussicht auf den Garten zu geniessen, während wir an der Teezeremonie teilnehmen. Vom Gyokusen-ji-Tempel aus begeben wir uns zu einer schönen Shukubo-Tempelunterkunft, in der wir heute Nacht übernachten. Das Abendessen ist eine Mahlzeit der Shojin-Ryori, der vegetarischen buddhistischen Küche.

Tag 7: Berg Gassan

9,5 km / 6 Meilen | 4,5 Stunden | Auf 600 m / 2.000 ft | Ab 600 m / 2.000 ft | Shukubo (Tempelunterkunft) | Frühstück, Abendessen

Ein örtlicher Bus bringt uns zum Start unserer Wanderung auf den Berg Gassan. Der höchste der drei heiligen Berge, Gassan, ist grösstenteils das ganze Jahr über mit tiefem Schnee bedeckt. Der Berg wird offiziell jedes Jahr bei einer Zeremonie im Shinto-Schrein auf dem Gipfel eröffnet, den wir nach einem zweieinhalbstündigen Aufstieg erreichen werden. Entlang der Wanderung gibt es schöne kleine Teiche, die durch das schmelzende Schnee und eine Vielzahl von alpinen Blumen entstanden sind.

Nach einem Picknick kehren wir auf demselben Weg den Berg hinunter und fahren zum Eingang des Berges Haguro. Wir gehen eine wunderschöne Treppe mit 2.446 Stufen durch riesige Zedern bis zum Gipfel hinauf. Am Gipfel tragen Pilger in ihren weissen Mänteln den Dewa Sanzan-Schrein mit seinem massiven Reetdach, den wir besuchen, bevor wir zu unserer Shukubo-Unterkunft zum

Abendessen zurückkehren.

Nach dem Abendessen besteht die Möglichkeit, ein nahegelegenes Naturthermalbad zu besuchen.

Tag 8: Kakunodate und Nyuto Onsen

Onsen ryokan (Herberge mit heissen Quellen) | Frühstück, Abendessen

Heute verlassen wir das Gebiet Dewa Sanzan. Unser erster Halt ist Kakunodate, eine ehemalige Feudalstadt mit gut erhaltenen Samurai-Residenzen. Wir spazieren durch das ehemalige Samurai-Viertel und haben die Möglichkeit, eines der eleganten Samurai-Häuser zu besichtigen, bevor wir im Händlerviertel ankommen. Schliesslich setzen wir unsere Reise nach Nyuto Onsen fort, einem Kurort, in dem jede heisse Quelle ihre eigene einzigartige Wasserquelle hat. Wir checken in unsere schöne Ryokan mit heissen Quellen ein und abends speisen wir um den traditionellen versenkten Irori-Herd.

Tag 9: Nyuto Onsen

9,5 km / 6 mi | 5 Stunden | Auf 600 m / 2.000 ft | Ab 600 m / 2.000 ft | Onsen ryokan (Herberge mit heissen Quellen) | Frühstück, Abendessen

Nach dem Frühstück machen wir uns auf den Weg entlang eines Pfades, der zum Mount Nyuto hinaufführt und spektakuläre Ausblicke auf die umliegenden Berge und den Tazawa-See im Süden bietet. Die Länge des Spaziergangs und die Route werden vor Ort je nach Wetterbedingungen festgelegt. Diejenigen, die einen entspannteren Tag wünschen, können in den heissen Quellen verweilen oder einige kurze Spaziergänge im Tal unternehmen.

Tag 10: Tono-Tal

Gästehaus | Frühstück, Abendessen

Heute fahren wir auf der Strasse nach Tono, das in Japan für seine reiche Folklore bekannt ist. Diese ländliche Gemeinschaft in einem breiten grünen Tal ist stolz auf ihre Volkserzählungen, die Figuren wie Kappa, kindgrosse Wesen, die in oder in der Nähe von Flüssen leben, umfassen. Die Einheimischen sind stolz auf ihre Kultur und Mythen und haben hart daran gearbeitet, sie zu bewahren.

Tag 11: Rückkehr nach Tokio

Radfahren: 25 km / 16 mi | 2 Stunden | Auf Vernachlässigbar | Ab Vernachlässigbar | Westliches Hotel | Abendessen, Frühstück

Am Morgen mieten wir Fahrräder und fahren gemütlich entlang der ruhigen Landstrassen des weiten Tono-Tals. Je nach Jahreszeit können wir die Reisernte beobachten. Nach dem Mittagessen nehmen wir den örtlichen Zug nach Shin-Hanamaki und fahren mit dem Shinkansen zurück nach Tokio, wo wir am frühen Abend ankommen.

Tag 12: Tokio

Westliches Hotel | Abschiedsabendessen

Heute haben Sie einen freien Tag in Tokio, um zu shoppen, ein Museum zu besuchen oder einfach durch die Stadt zu schlendern. Am Abend gibt es ein Abschiedsabendessen mit Ihrem Reiseleiter in einem örtlichen Restaurant.

Tag 13: Ende der Tour

Frühstück

Die Tour endet heute nach dem Frühstück. Ihr Reiseleiter steht Ihnen zur Verfügung, um Unterstützung und Ratschläge für die Weiterreise zum Flughafen bei Heimflügen oder zur Fortsetzung Ihrer Reise in Japan zu bieten.

Termine & Preise

13 Tage Gruppenreise

- 18.08.2024 - 30.08.2024 ab CHF 4'820
- 01.07.2025 - 13.07.2025 ab CHF 5'125
- 15.08.2025 - 27.08.2025 ab CHF 5'125

Auch als Privatreise durchführbar

- Datum frei wählbar Auf Anfrage

Reise-Charakter dieser Reise

Mit maximal 13 Personen in jeder Gruppe gewährleisten unsere Touren, dass Sie die volle Aufmerksamkeit Ihres lokalen Reiseleiters erhalten, der seine eigene Leidenschaft für Japan mit Ihnen von Herzen teilt. Egal, ob es um Traditionen, Essen, Gesellschaft oder Geschichte geht, lernen Sie gemeinsam mit Ihren Mitreisenden und der Unterstützung unserer voll lizenzierten, zweisprachigen Reiseleiter das wahre Japan "hinteren Kulissen" kennen.

Unsere sorgfältig ausgearbeiteten Reiserouten ermutigen Sie dazu, Japan aus nächster Nähe kennenzulernen. Sie reisen wie die Einheimischen mit Hilfe der öffentlichen Verkehrsmittel und knüpfen Kontakte zu den Menschen, die Sie unterwegs treffen. Der Gepäcktransport ist mit Japans Hands Free Delivery Service ein Kinderspiel, so dass Sie mehr Zeit haben, die Sehenswürdigkeiten zu genießen.

Diese geführten Kleingruppenreisen finden das ganze Jahr über zu festen Terminen statt, die sorgfältig ausgewählt werden, um das beste Erlebnis für die jeweilige Saison zu bieten. Sollten unsere Termine jedoch nicht mit Ihrem Zeitplan übereinstimmen, lassen Sie es uns wissen, und wir können eine private Reise ausarbeiten, die besser zu Ihren Plänen passt. Egal, ob Sie an einer festen Tour teilnehmen oder eine eigene Tour mit Ihren Freunden zusammenstellen, eine Reise mit einem unserer Reiseleiter ist eine grossartige Möglichkeit, Japan von einer ganz anderen Seite zu entdecken.

Referenz-Weblink:

<https://www.fernerosten.ch/de/reise/mountain-spirits-tohoku>