



Mongolië Tavan Bogd

"Tavan Bogd" betekent letterlijk "De Vijf Heiligen". Het is een reeks van sneeuw bedekte bergen, de hoogste in Mongolië, die behoren tot het Altai gebergte. Geografisch gezien het meest afgelegen deel van Mongolië met werkelijk ongerepte natuur, een overvloed aan wilde dieren en interessant cultureel erfgoed. De uitzichten worden gedomineerd door permanente gletsjers, bergrivieren en weelderige alpenweiden waar grote kuddes yaks, geiten en schapen grazen. De cultuur van de plaatselijke nomaden is authentiek en rijk. Het gebied staat ook bekend als een schatkamer van de menselijke geschiedenis met vele oude graven en rotskunst. Deze wandelreis omvat al het bovenstaande en zal "onvergetelijk" worden.

- ervaar echte wildernis
- zie de hoogste toppen van Mongolië
- authentieke nomadische cultuur
- reis in een internationale groep

Tavan Bogd Nationaal Park

Vanaf Ulaanbaatar vliegen we naar Ulgy, een stad in West-Mongolië. In 2 dagen rijden we naar het Tavan Bogd Nationaal Park, waar we 3 dagen zullen wandelen en de Malchin piek beklimmen. Onderweg naar Tavan Bogd Nationaal Park kunnen we nog genieten van een van de grootste en rijkste rotstekeningcomplexen in Azië in de Baga Oigor vallei. Dit rotstekeningencomplex staat op de UNESCO Werelderfgoedlijst.

Mt. Shiveet

Vervolgens wandelen we verder naar Mt. Shiveet, een lokale heilige berg. Hier kunnen we de wilde berggeiten (Capra Ibex) spotten. De kans dat we ze zien is zeer groot, het vereist wel wat klimmen en we moeten ons goed schuilhouden. We gaan terug naar de bewoonde wereld en vanaf Ulgy vliegen we weer terug naar Ulaanbaatar.

Je reist in een internationaal gezelschap.

Bekijk [hier de foto`s](#) (externe link).

Het gaat hier om een avontuurlijke reis. Er zijn diverse factoren die onderweg onze reisplannen kunnen beïnvloeden, hoe goed de reis ook is voorbereid. Onderstaande reisbeschrijving geeft de hoofdlijnen van de reis weer. De lokale gids kan zich genooddaakt zien om tijdens de reis verschuivingen in het geplande programma aan te brengen.

dag 1 en 2 Amsterdam naar Ulaanbaatar

Op dag 2 komen we aan in Ulaanbaatar (UB), de hoofdstad van Mongolië. Eerst worden we naar ons hotel gebracht. In de middag is er een begeleide rondleiding door de stad om ons kennis te laten maken met de hoogtepunten van de stad: de Gandan Tempel - het belangrijkste boeddhistische centrum van de stad, op het centrale plein van de stad zien we een groot standbeeld van Dzjenghis Khan, we bezoeken het Zaisan Memorial, een verhoogde heuvel aan de rand van de stad dat een panoramisch uitzicht over UB biedt. Ook bezoeken we een of twee van de volgende musea; het Nationaal Museum over de geschiedenis van Mongolië van de vroege mens tot de moderne tijd, het Dinosaurius Museum met een unieke collectie fossielen van dinosaurussen, het Chojin Lama museum met boeddhistische kunst en religieuze maskers. Het Winterpaleis van Bogd Khan met zeldzame beelden van boeddhistische goden en persoonlijke gebruiksvoorwerpen van deze laatste theocratische heerser van Mongolië is ook het overwegen waard. Een avond folk show met muziek, zang en "throat singing" zal worden gevolgd door een welkomstdiner.

(diner, hotel)

dag 3 vlucht naar Ulgy en rijden naar Baga Oigor

Transfer naar de luchthaven UB voor een vlucht naar Ulgy, een stad in West-Mongolië. Bij aankomst ontmoeten we ons supportteam en rijden we richting Tavan Bogd Nationaal Park. We reizen eerst door bergachtige woestijn en vervolgens door V-vormige valleien voordat we aankomen in de Baga Oigor vallei, de thuisbasis van een van de grootste en rijkste rotstekeningcomplexen in Azië en geregistreerd op de UNESCO Werelderfgoedlijst. Het rotstekeningcomplex is 15 km lang en 500 meter breed en dateert uit Steen- en Bronstijd. De afbeeldingen tonen wilde en gedomesticeerde dieren en taferelen van het menselijk leven zoals de jacht, huisdieren, aanbidding etc. Hier zetten we ons tenten op. Uiteraard is er gelegenheid om de rotstekeningen te bekijken. We keren terug naar ons kamp voor het diner en overnachting. (ontbijt, lunch, diner, tent)

dag 4 naar Tavan Bogd Nationaal Park

Nog een halve dag reizen we door bergvalleien, berghellingen bedekt met weelderig gras worden afgewisseld met steile berghellingen die volledig bedekt zijn met puin. Rond lunchtijd komen we aan bij de ingang van Tavan Bogd Nationaal Park. Dit is het beginpunt van onze wandeltocht. De rest van de dag doen we het rustig aan en kun je omgeving van het kamp ontdekken. 's Avonds komen de lokale herders met hun kamelen naar ons kamp. De kamelen zullen de bagage en voedsel voor de komende dagen vervoeren. (ontbijt, lunch, diner, tent)

dag 5 naar Tavan Bogd basiskamp

Twee derde van de trekking route is een geleidelijke, maar voortdurende stijging in het hooggebergte met af en toe moerassen en een paar smalle beken die we moeten oversteken. Halverwege de route hebben we prachtig zicht op de besneeuwde bergen en enorme gletsjers. Rond de lunch worden we door de kamelen ingehaald, zij lopen door naar het volgende kamp. Zodat de kok alvast met zijn werkzaamheden kan beginnen. Vannacht kamperen we op 3000 meter met een indrukwekkend uitzicht op de hoogste toppen van de Tavan Bogd bergketen en Potanin gletsjer. (ontbijt, lunch, diner, tent)

dag 6 klim naar Malchin peak 4051 meter

Ons doel van vandaag is een van de lagere en makkelijkere peaks van de omgeving. Alhoewel niet technisch zal de route naar de top en terug toch 7 tot 9 uur duren. We wandelen eerst een uur langs de Potanin gletsjermorene. Voordat we verder de berg op gaan. Het pad is grotendeels over puin. Eenmaal op top kunnen we genieten van een spectaculair uitzicht op de gletsjers, de bergketen loopt door aan de andere kant van de grens. De route is afhankelijk van de conditie van de groep en het weer. Als alternatief kunnen we een over een makkelijkere route wandelen tot een lagere richel, waar je ook een mooi uitzicht hebt. We overnachten weer in tenten. (ontbijt, lunch, diner, tent)

dag 7 naar de uitgang van Tavan Bogd Nationaal Park

Deze keer is het een makkelijke wandeling bergaf, hoewel onderbroken door een paar moerassen en iets langer dan de heenweg. Opnieuw wordt de bagage gedragen door kamelen. Het witte rivierdal wordt gebruikt als zomerweide door een kleine gemeenschap van Tuvan herders wiens voorouders afstammen van de Turken. Na een steile afdaling naar de rivieroever, komen we aan op onze kampeerplaats naast de rivier. Dit is een aangewezen kampeerplaats. Geniet van een welverdiende rust en maak een praatje met andere reizigers die mogelijk ook op deze plek kamperen. (ontbijt, lunch, diner, tent)

dag 8 naar Mt. Shiveet, lokale heilige berg

Een gemakkelijke ochtendwandeling om een Tuvan familie te bezoeken, hoogstwaarschijnlijk die van een van de kameelherders die ons de afgelopen dagen op de trektocht vergezelden. Tuvans, ook wel bekend als Uriankhai, is een etnische groep van Turkse afkomst die zich historisch altijd in zuidelijk Siberië heeft verplaatst. Traditioneel beoefenden deze nomaden het sjamanisme - een verering van voorouders en de natuurlijke geesten. Vandaag de dag is hun geloof sterk vermengd met het Tibetaanse boeddhisme. We gebruiken de uitnodiging om meer te weten te komen over hun manier van leven en om te genieten van eten en drinken. Na het bezoek wandelen we naar Mt. Shiveet en klimmen naar zijn brede top met als doel wilde berggeiten (Capra Ibex) te spotten. Het zien van deze berggeiten is bijna gegarandeerd, maar het vereist een beetje klimmen en verbergen. Een minder zware wandeling rond de voet van de heilige berg laat je oude rotstekeningen zien met fascinerende taferelen van jagen door verre bewoners van de Altai-regio. We keren terug naar ons kamp voor diner en overnachting. (ontbijt, lunch, diner, tent)

dag 9 de terugreis naar Ulgy

De terugreis naar Ulgy duurt ongeveer 7 uur. Onderweg stoppen we echter nog bij een Kazachse familie die een oud vorm van jagen beoefend met steenarenden. De ooit bijna vergeten traditie was is bewaard gebleven door de Kazachse minderheid in Mongolië en vandaag wordt het actief nieuw leven ingeblazen, er zijn zelfs vrouwen die hun geluk beproeven in het trainen van arenden. Jagen wordt het meest gedaan in de winter, maar toch kun je meer te weten komen over deze vorm van jagen. Rond diner tijd arriveren we in Ulgy, waar we ons vestigen in een hotel. We sluiten de dag af met een traditioneel Kazachse diner begeleid door muziek en liedjes. (ontbijt, lunch, diner, hotel)

dag 10 vlucht naar Ulaanbaatar

Na het ontbijt transfer naar de luchthaven van Ulgy voor de vlucht naar Ulaanbaatar. Bij aankomst transfer naar het hotel. De rest van de dag is vrij te besteden. In de avond verzamelen we voor een afscheidsdiner. (ontbijt, diner, hotel)

dag 11 en 12 Ulaanbaatar vrij te besteden dagen

Geniet van twee vrije dagen in Ulaanbaatar, een perfecte kans om te ontspannen na je trekkingavontuur. Ontdek de levendige mix van traditionele cultuur en modern leven in de stad op je eigen tempo. Je kunt een lokale markt bezoeken of deelnemen aan optionele excursies binnen of buiten de stad. (ontbijt, hotel)

dag 13 Ulaanbaatar naar Amsterdam

Transfer naar de luchthaven voor de vlucht terug naar huis. (ontbijt)

Data

Heen	Terug	Prijs	Ticket vanaf
16 jun 2025	28 jun 2025	€ 2325	€ 1510
Boeken Optie			
28 jun 2025	10 jul 2025	€ 2325	€ 1545
Boeken Optie			
12 jul 2025	24 jul 2025	€ 2325	€ 1745
Boeken Optie			
11 aug 2025	23 aug 2025	€ 2325	€ 1745
Boeken Optie			

Bij de reissom inbegrepen

- * de vermelde reissom is op basis van een individuele boeking (in de hotels eenpersoonskamer en eenpersoonstent), indien je met 2 personen boekt en een hotelkamer en tent deelt dan is de reissom € 2195,-- per persoon (boek je alleen en je wilt een kamer en tent delen dan kunnen we proberen te bemiddelen als 2 alleenreizenden uit de groep willen delen)
- * alle accommodatie: hotel overnachtingen Ulaanbaatar en Ulgy, 6 nachten tent
- * luchthaven transfers (indien vlucht via ons geboekt)
- * 3 maaltijden per dag en drinkwater (uitgezonderd lunch op dag 2, 10, 11 en 12 en diner dag 11 en 12)
- * kampeeruitrusting, kookgerei, bord en bestek
- * alle groepsvervoer
- * binnenlandse vluchten Ulaanbaatar-Ulgy v.v.
- * entree genoemde bezienswaardigheden, nationaal park
- * Engelssprekende gids, kok, lastdierdrijvers
- * lastdieren voor bagage vervoer
- * reserveringskosten
- * bijdrage Reisgarantieregeling VZR Garant

Niet bij de reissom inbegrepen

- * retourvlucht Amsterdam – Ulaanbaatar (deze kan wel via ons geboekt worden)
- * visum € 76,-- (in 2024 en 2025 geen visum nodig met Nederlands of Belgisch paspoort)
- * wijzigingskosten € 35,--
- * vaccinaties, reis- en annuleringsverzekering
- * lunch dag 2, 10, 11 en 12, diner dag 11 en 12
- * overbagage binnenlandse vluchten
- * vervoer naar en van Schiphol
- * uitgaven van persoonlijke aard, souvenirs, frisdranken en alcoholica
- * fooien lokale staf (± € 40,--)
- * excursies wanneer niet vermeld in de dag-tot-dag beschrijving of aangegeven als facultatief

Aantal deelnemers

Minimum aantal deelnemers: 4

Maximum aantal deelnemers: 12

Deze reis wordt begeleid door een Engelssprekende lokale gids, je reist in een internationale groep.

Reisdocumenten

Tot en met 31 december 2025 hebben Nederlandse reizigers geen visum nodig om Mongolië in te reizen voor toeristische doeleinden bij maximaal verblijf van 30 dagen.

Je paspoort moet nog **minimaal een half jaar** geldig zijn na vertrek uit Mongolië.

Tijdsverschil

Het tijdsverschil met Mongolië is in onze zomertijd 6 uur. Het is in Mongolië later dan in Nederland.

Geld

De Mongoolse munteenheid is de Tögrök. Je kunt bij banken en wisselkantoren euro's wisselen. In Ulaanbaatar kun je ook pinnen.

Je hebt geld nodig voor 2 lunches (overige maaltijden zijn inclusief), drankjes, andere persoonlijke uitgaven en fooien.

Reis je buiten Europa, stel dan je bankpas in voor gebruik buiten Europa. Informeer bij je bank hoe je dit kunt instellen.

Voor de actuele wisselkoers [klik hier](#). (Oanda.com)

Vaccinaties

Voor officiële adviezen kun je terecht bij de GGD of bij je huisarts. Er zijn geen vaccinaties verplicht. Aanbevolen worden: DTP, Havrix (tegen geelzucht = Hepatitis A). Eventueel Tekenencefalitis en buiktyfus (vaccinatieadvies is persoonsgebonden).

Lijst van persoonlijke medicijnen

- * 1 Ciproxine antibiotica kuur bij bacteriële darminfecties
- * 1 Augmentin of amoxycyline antibiotica kuur bij luchtweginfecties + algemeen breedspectrum
- * azaron, lidocaïne-zalf bij insectenbeten
- * sterilon/betadine-iodium voor wondontsmetting
- * leukoplast 2nd skin bij blaarpreventie
- * sporttape
- * hansaplast bij wondjes
- * paracetamol als pijnstiller
- * insectenafweermiddel
- * zonnebrandolie/crème minimaal factor 30
- * zovirax bij koortslip
- * rekverband, knieband bij knieproblemen
- * Arnica of SRL bij spierpijn, kneuzingen
- * ORS tegen uitdroging bij diarree
- * strepsils bij keelpijn
- * reddingsdeken

De antibioticakuren (ciproxin en augmentin) en lidocaïne-zalf zijn op recept via je huisarts te verkrijgen. Informeer bij je ziektekosten verzekeraar naar een eventuele vergoeding.

Over de uitrusting

Schoenen

Wij raden bergwandelschoenen aan met een stevige profielzool. Het is belangrijk dat je schoenen erg goed zitten, omdat je er elke dag uren op moet lopen. Wanneer je nieuwe schoenen moet kopen, verdient het aanbeveling om ½ tot 1 maat groter te kopen dan je werkelijke maat. (Pas ze met een paar extra sokken). Je voeten hebben namelijk de neiging om op te zetten, als je wat langer op een dag loopt. Daar komt nog bij dat je bergaf niet met je tenen in de knel komt. Als je nieuwe schoenen moet kopen, loop ze dan goed in. Ook moet je soms door beekjes waden, loop je door nat gras, over modderige paden en soms door sneeuw, dus een redelijke mate van waterdichtheid is handig. Een goede profielzool geeft je beter grip op de wat steilere paden. Daarnaast raden wij aan om bijvoorbeeld stevige sandalen mee te nemen (Teva of snel drogende gympen) voor doorwadingen en voor 's avonds in het kamp.

Slaapzak

De nachttemperaturen in juli en augustus kunnen uiteenlopen van 15 graden tot - 5 graden onder nul op grotere hoogte.

(Dag)rugzak

Je kunt je bagage laten dragen tot 12 kg. Tijdens een deel van de trek wordt de bagage vervoerd met kamelen. Je kunt je spullen in een plunjezak of grote stevige rugzak of tas doen. Voor de spullen die je tijdens het lopen nodig hebt volstaat een dagrugzak. We adviseren een dagrugzak met een inhoud van ± 35 liter (of meer).

Zitlap

Neem zelf een goede zitlap mee voor pauzes onderweg.

Toiletartikelen

Reis licht. Neem liever geen grote verpakkingen toiletartikelen mee. Er zijn plastic flesjes te koop waar je shampoo, zeep, zonnebrandcrème etc in kunt over doen. De ervaring leert dat je toch niet iedere dag je haar kunt wassen en zonnebrand crème heb je alleen nodig voor onbedekte huid.

Paklijst

- ~ bergwandelschoenen B/C
- ~ slaapzak
- ~ lakenzak
- ~ slaapmatje
- ~ donsjack of een warm winddicht jack
- ~ regenpak
- ~ lange broek (bijv. trainingsbroek, fleece)
- ~ korte broek
- ~ enkele T-shirts/blouses
- ~ ondergoed
- ~ badpak, zwembroek (ook handig wanneer je je wast in de rivier)
- ~ warme trui
- ~ sokken, waarvan min. drie paar afgestemd op de bergschoenen
- ~ maillot/lange onderbroek/pyjamabroek
- ~ sandalen (i.v.m. rivieroversteken)
- ~ lichte gympen of slippers voor `s avonds
- ~ handdoek
- ~ wanten of handschoenen
- ~ sjaal
- ~ veldfles
- ~ zaklamp / hoofdlamp
- ~ toiletartikelen
- ~ medicijnen (zie afzonderlijk lijstje hierna)
- ~ zonnebril/gletsjerbril
- ~ iets voor op je hoofd tegen zon en stof, en kou: muts en/of hoed
- ~ plastic (vuilnis)zakken, o.a. om de inhoud van rug-/plunjezak in te verpakken i.v.m. regen of een rivieroversteek
- ~ hangslotje om plunjezak af te sluiten.
- ~ wasmiddel (biologisch afbreekbaar)
- ~ dagrugzak
- ~ moneybelt of halstasje voor bescheiden:
- paspoort (moet na terugkomst nog een half jaar geldig zijn)
- vliegticket
- geld
- inentingsboekje
- verzekeringsbewijs + alarmnummer

N.B. Maak van alle belangrijke papieren kopieën en bewaar exemplaren thuis en onderweg, apart van de originelen.

Verzekering

Nunatak stelt een adequate reisverzekering verplicht. Een annuleringsverzekering raden we sterk aan. Niet alleen vóór de reis geeft deze verzekering dekking maar ook bijvoorbeeld bij vertrekvertraging of bij vroegtijdig moeten afbreken van de reis. Beide soorten verzekeringen kun je via ons afsluiten. Indien de reisverzekering wordt afgesloten via derden dan willen we graag voor vertrek de volgende gegevens van je ontvangen: verzekeringsmaatschappij, polisnummer, alarmnummer. Mocht zich tijdens de reis een probleem voordoen dan kunnen de reisleiding en Nunatak snel handelen.

Categorie 3

De lichtere treks, waarin soms een zware dag zit waarop je méér moet stijgen (soms > 1000 meter) en langer moet lopen (soms > 6 uur). Gemiddelde looptijd per dag bedraagt ongeveer 5 uur. Na een zware dag is er een lichte dag of een rustdag.