

Viktors Farmor

WORLDWIDE EXPEDITIONS



Kina: Sichuan og Yunnan

Kina ad andre veje - blandt bjerge, minoriteter og tibetanske traditioner

Kina: Sichuan og Yunnan

Opdag Kinas stemningsfulde provinser: Fra Sichuans kæmpepandaer og farverige operatraditioner til Yunnans højsletter med tibetanske klostre og minoriteter. Vi ser dybe floddale, terrasserede bjergskråninger, sneklædte tinder og møder Yi-, Naxi- og Bai-folkets levende kulturarv.



5 gode grunde til at rejse til Sichuan og Yunnan med Viktors Farmor:

- Opdag Sichuans højdepunkter: Pandacenter, farvestrålende Face-Changing Opera og verdens største Buddha-statue i Leshan
- Udforsk tibetansk kultur i Yunnan med besøg i Shangri-La med klosterliv, bjerglandskaber og lokal thangka-kunst
- Oplev Naxi- og Bai-folkets traditioner – fra ritualer og skriftkultur til håndværk og te-ceremoni
- Nyd storslået natur og landskaber med sneklædte bjerge, Yangtze-floden og Stenskovene
- Få kulturarv på tværs af dynastier: Fra Ming-arkitektur og gamle klosterbiblioteker til Dongba-skrift og batikmetoder

Dagsprogram

Dag 1 Afrejse mod Kina

Vi flyver fra København med mellemlanding mod Chengdu.

Måltider: Der serveres mad i flyet

Dag 2 Ankomst til Sichuan med opera

Vi ankommer om eftermiddagen til Chengdu, hovedstaden i Sichuan-provinsen, som er kendt som "den himmelske stat" og også hjembyen for kæmpepandaen.

Efter indkvartering ser vi lidt på byen, og efter aftensmaden oplever vi "Sichuan Face-Changing Opera". Sichuan-opera er et operadrama, hvor maskerne er det vigtigste element. Den specielle operaform i Chengdu er kendt i hele Kina og har flere elementer fra cirkus, f.eks. akrobatik, tryllekunst og klovne. Det bliver en festlig og meget anderledes velkomst til Sichuan.

Måltider: Aftensmad

Overnatning: Chengdu

Dag 3 Heldagsudflugt til Buddha-statuen i Leshan

Vi tager på en malerisk køretur langs Chengdu-Leshan Highway, hvor bakkerne er prydet med bugtende risterrasser. De bølgende marker, omhyggeligt gravet ind i landskabet, illustrerer livet på landet i Sichuan - en fredfyldt optakt til dagens kulturelle fordybelse. Efter et par timers kørsel kommer vi til Leshan, hvor vi går om bord på en båd.

Endemålet er den gigantiske Buddha-statue. Når vi kommer sejlene dertil, får vi det bedste indtryk af hele figuren. Efter en kort sejltur med mulighed for at tage de bedste fotos, går vi i land, og de næste ca. 1½ time går med en vandring til foden af statuen og tilbage til udgangspunktet.

Statuen er udskåret i en sandstensklippe og ligger

hvor tre floder løber sammen. Den Store Buddha blev konstrueret i år 713 for at velsigne bådsmandene og beskytte dem mod de hurtige og farlige strømhvirvler i floden. På trods af at den er over 1.300 år gammel, er den velbevaret takket være et smart vandafløbssystem, der er lagt ind i selve kroppen for at forhindre forvitring.

Vi kører tilbage til Chengdu og nyder en Sichuan hotpot til aftensmad. Det er en traditionel kinesisk ret, der har en historie på over 1.000 år. Den er en specialitet fra Sichuan-provinsen, der er kendt for sin krydrede mad.

Måltider: Morgenmad, frokost og aftensmad

Overnatning: Chengdu

Dag 4 Panda Research Center, tehus i park med aktiviteter og mod Shangri-La

Om formiddagen besøger vi "Chengdu Giant Panda Breeding and Research Base", som er et forsknings- og avlscenter for de berømte kæmpepandaer. Her oplever vi pandaerne i deres hjemlige element: Bambusskoven.

Giant Panda Museum ligger også her, og det er verdens eneste museum, der fokuserer på den kritisk truede kæmpepanda.

Vilde pandaer lever i fjerntliggende, bjergrige områder i det centrale Kina. Her ligger de høje bambusskove, som er kølige og våde – ligesom pandaer kan lide det. De kan bevæge sig så højt som ca. 3.900 meter for at finde deres mad på højere skrån timer i sommersæsonen.

Der er kun omkring 1.000 kæmpepandaer tilbage i naturen. Måske lever ca. 100 pandaer i zoologiske haver. Meget af det, vi ved om pandaer, kommer fra studier af zoo-dyrene, fordi de vilde pandaer er sjældne og sky.

Kæmpepandaen har en umættelig appetit på bambus. Et typisk dyr spiser halvdelen af døgnet. Det kræver 12,5 kg bambus at tilfredsstille det daglige kostbehov. De ses ofte spise i en afslappet siddende stilling med bagbenene strakt ud foran sig. De kan virke stillesiddende, men de er dygtige

til at klatre i træer og habile svømmere.

Efter frokost går vi på opdagelse i Renmin Park, Folkets park, som ligger midt i Chengdu. Her oplever vi, hvordan de lokale samles til seriøs tedrinking, øver sig i Tai Chi, danser, synger og hygges sammen. Vi oplever også det berømte ægteskabsmarked, hvor forældre viser oplysninger frem om deres ugifte børn i håb om at finde en partner til dem

Sidst på eftermiddagen tager vi fly til Shangri-La, hvor vi indkvarteres. Det ligger i hjertet af Hengduan-bjergene, mellem Yunnan, Sichuan og Tibet.

Bemærk: I Shangri-La indkvarteres gruppen på to forskellige hoteller.

Måltider: Morgenmad, frokost og aftensmad

Overnatning: Shangri-La

Dag 5 Shangri-La med sneklædte bjergtinder og tibetanske munke

I dag oplever vi det sted, som er udødeliggjort i så mange fortællinger og bøger, ikke mindst James Hiltons roman "Tabte Horisonter" fra 1933. Den er en filosofisk roman om tro og religion, civilisation. Shangri-La er et fiktivt sted i bjergene i Tibet. Romanens handling er henlagt til Shangri-La, og begrebet er siden blevet en betegnelse for uberørte, skjulte steder med en lykkelig befolkning. I dag hedder amtet officielt Shangri-La.

Landet rundt om Shangri-La kaldes "Uendelighedens Land", og man forstår hurtigt hvorfor. Mellem snedækkede bjergtinder ligger spejlblanke søer og endeløse græsstepper.

Vi er omkring 3.400 meter over havets overflade, og heroppe lever tibetanerne. Vi besøger Ganden Songzanlin-klosteret, som er det største tibetanske, buddhistiske klosterkompleks i Yunnan-provinsen. Her lever munkene stadig, som de har gjort i århundreder, og er vi heldige, får vi mulighed for at hilse på et par af dem. Skriftrullerne, som er gemt af vejen i smukt dekorerede skabe, er ofte over 1.000 år gamle og bruges stadig, når der er

bønnemøder.

Vi nyder udsigten over Napa-søen, der ligger meget smukt på plateauet. Langs søen ligger der tibetanske landsbyer. Vi tager os tid til at besøge en af landsbyerne.

Hvis der bliver tid, går vi også en tur i den gamle bydel med Guishan-templet og de store bedehjul.

Måltider: Morgenmad, frokost og aftensmad

Overnatning: Shangri-La

Dag 6 Thangka i Shangri-La og kulturshow i Lijiang

Vi starter dagen med et møde med en lokal thangka-mester, der giver et indblik i den traditionelle, tibetanske og buddhistiske malerkunst. Vi hører om symbolikken bag motiverne og får lov at se, hvordan de præcise linjer og farver bygges op. Vi får en introduktion til et vigtigt element i den tibetanske kultur.

Herefter starter vi vores køretur på den berømte Tibetan Highway, som er en vej, der fører hele vejen til Lhasa.

Der bliver flere gode fotopauser ved Yangtze-floden, der er verdens tredjelængste flod. Den strækker sig over 6.300 kilometer fra det tibetanske højland til Shanghai.

Vores endemål er Lijiang, som ligger i en smuk dal ved Jade Dragon Snow Mountain.

Efter aftensmaden oplever vi "Lijiang Eternal Love", som er et udendørs kulturshow med dans, musik og lyseffekter, der fortæller Naxi-folkets legender og Lijiangs historie. Forestillingen kombinerer flotte kostumer og dynamiske scener i en imponerende naturkulisse og giver et stemningsfuldt indblik i lokal kultur.

Måltider: Morgenmad, frokost og aftensmad

Overnatning: Lijiang

Dag 7 Li- og Naxi-folket i Lijiang

I dag besøger vi landsbyen Wenhai Xuehua, hvor vi får et indblik i hverdagslivet hos Yi-folket i Lijiang-området. Her møder vi landsbyens Bimo – en traditionel religiøs specialist – og får mulighed for at overvære et ritual, der giver et indblik i de lokale traditioner.

Yi-folket er kendt for deres udsøgte kostumer, som er pyntet med indviklede broderier og farverige mønstre. De traditionelle Yi-huse er bygget i en unik bygningstil, der blander træ, sten og ler.

Vi kører herefter tilbage til Lijiang. I den nordlige ende af den gamle bydel besøger vi Black Dragon Pool Park, som er omgivet af gangbroer, pile- og kastanjetræer og er den mest kendte og besøgte park i Lijiang.

Her ligger "De Fem Fønix Pavillon", som er et lille tempelkompleks bygget ved foden af Elephant Hill. Den treetagers pavillon er en fredfyldt og meget smukt proportioneret struktur, og billedet af pavillonen er det mest ikoniske billede fra Lijiang. Den blev bygget af Ming-dynastiet omkring år 1600 og fungerede som villa og familietempel for Mu-høvdingen. Mu-familien var den regerende familie i Lijiang.

Naxi-kulturen er stadig en dominerende kultur i byen. Vi besøger Dongba Research Institute, hvor vi får et indblik i Naxi-folkets unikke skrift, ritualer og kulturtraditioner. Her ser vi eksempler på den gamle Dongba-piktogramskrift, hører om dens betydning og lærer om instituttets arbejde med at bevare kulturarven.

Naxi-minoriteten har en helt speciel kultur. De trivedes i Yunnan i århundreder, og deres komplekse, men fascinerende Dongba-kultur er bevis på det. Dongba-kultur refererer primært til det skrevne sprog, skulptur, kunstværk og arkitektur relateret til Naxi-religionen, kendt som Dongba. Ifølge Naxi-legenden kom lærdommene først til Yunnan fra en shaman fra det østlige Tibet ved

navn Dongba Shilo.

Måltider: Morgenmad, frokost og aftensmad

Overnatning: Lijiang

Dag 8 Broderi, te-ceremoni og fritid i Lijiangs gamle bydel

Vi starter dagen i den gamle by Baisha, hvor vi får en introduktion til Naxi-folkets kultur efterfulgt af et møde med en lokal kunsthåndværker, der fortæller om broderiets historie og betydning. Derefter demonstreres de traditionelle teknikker og de symbolbærende mønstre, som kendetegner den unikke kunstform.

Senere på dagen får vi et indtryk af den gamle bydel i Lijiang, som byder på gammel Naxi-arkitektur og et særligt vandsystem. Bydelen er udpeget som bevaringsområde på UNESCO's verdensarvsliste.

Her deltager vi i en te-ceremoni. En lokal vært viser, hvordan te brygges efter traditionelle teknikker. Vi ser de langsomme og præcise bevægelser, hører om teens oprindelse og betydning og smager flere infusioner, hver med sin egen duft og nuance. Oplevelsen giver et fint indblik i den lokale tekultur.

Vi har resten af dagen fri på egen hånd til at udforske mere af Lijiangs gamle bydel.

Måltider: Morgenmad, frokost og aftensmad

Overnatning: Lijiang

Dag 9 Mod Dali med De Tre Pagoder og tid på egen hånd

Vi forlader Lijiang og sætter kursen mod Dali, der ligger mellem Cangshan-bjergkæden og den store Erhai-sø. Den flotte køretur tager 4-5 timer inklusiv gode fotostops.

Vel fremme i Dali oplever vi de meget berømte Tre Pagoder, som er områdets vartegn og udødeliggjort i utallige film og kunstværker. Pagoderne stammer fra det 9. århundrede under Song-dynastiet. Det er et symbol på byens historie og samtidig en slags

fortegnelse over buddhismens udvikling i området.

Efter besøget tager vi ind til den muromkransede gamle bydel. Dali er kendt som den flotteste by i Yunnan og kaldes ofte for Den hvide by. Navnet stammer fra Bai-minoritetens hvide klædedragter og hvidkalkede huse. Der findes stadig mange flotte eksempler de ældgamle, hvide huse i Dali.

Der bliver tid på egen hånd til at nyde Dalis mange stemningsfulde gader og stræder, inden vi samles til aftensmaden.

Måltider: Morgenmad, frokost og aftensmad

Overnatning: Dali

Dag 10 Minoritetslandsbyer og aftenfly til Kunming

Efter tidlig morgenmad kører vi ud til Xizhou Village, der er en af de bedst bevarede gamle byer og med et levende og meget farverigt morgenmarked.

Yunnans etniske markeder er altid fyldt med mennesker, ofte iklædt deres traditionelle, farverige klæder, og med mange boder, der sælger friske råvarer, tekstiler, kød, traditionel kinesisk medicin, lokale delikatesser, dagligvarer, blomster og fugle og meget mere.

Den spændende gamle bydel i Xizhou har den typiske arkitektur for minoriteten Bai. Her er mere end 100 smukt bevarede traditionelle huse, der dateres til Ming-dynastiet. Det, der virkelig gør Xizhou dragende, er landsbyens autenticitet. I modsætning til mange kommercialiserede byer forbliver Xizhou levende med lokalt dagligliv og traditionelt håndværk.

Efter besøget på markedet slentrer vi en tur langs gaderne, forbi de smukke Bai-boliger med traditionelt håndværk.

Vi spiser frokost på en restaurant i de små gader, hvor vi ser, hvordan der arbejdes med indfarvning af tekstiler med tie- og dye-teknik. Det berømte traditionelle batik-håndværk har lokalbefolkningen praktiseret i over tusind år, og vi har mulighed for at observere hele processen. Batik er et traditionelt

håndværk, der går tilbage til slutningen af Ming-dynastiet og begyndelsen af Qing-dynastiet. Det materiale, der oprindeligt blev brugt, var hvidt bomuldsstof med blå farve, men i dag er der kommet flere valgmuligheder, både i farver og design.

Vi tager aftenfly til Kunming, som er hovedstaden i Yunnan-provinsen. Byen er kendt som "Forårsbyen", da den nydes for sit milde klima året rundt. Kunming ligger i ca. 2.000 meters højde og har i lange perioder i den kinesiske historie været knudepunkt for handel og troppebevægelser.

Måltider: Morgenmad, frokost og aftensmad

Overnatning: Kunming

Dag 11 Dagstur til Stenskovent med smukke klippeformationer

Ikke langt fra Kunming ligger Stenskovent, som er et imponerende og meget specielt landskab. Her er tusindvis af smalle, fantastisk formede klippesøjler spredt over et område på mere end 100 kvadratkilometer.

Vi vandrer mellem de fascinerende stenformationer og oplever et næsten overjordisk landskab. Området er meget stort, og vi bruger god tid på naturoplevelserne langs de mange forskellige stier og smukke klippeformationer.

Måltider: Morgenmad, frokost og aftensmad

Overnatning: Kunming

Dag 12 Fossilmuseet i Kunming og den gamle bydel

Vi starter dagen med at besøge Yunnan Nationalities Museum, der giver et overskueligt indblik i provinsens mange etniske grupper. Udstillingerne viser traditionelle dragter, kunsthåndværk og hverdagsgenstande, som giver et informativt billede af regionens kulturelle mangfoldighed.

Herefter besøger vi fossilmuseet i Kunming, hvor vi ser dinosaurfossiler opdaget i Yunnan. Heraf over

60 dinosaurskeletfossiler og ca. 30 fodaftryksfossiler fra Xiyang Township nær Kunming.

Om aftenen spiser vi en dejlig afskedsmiddag sammen.

Måltider: Morgenmad, frokost og aftensmad

Overnatning: Kunming

Dag 13 Hjemrejse begynder

Vi kører til lufthavnen og tager morgenflyet fra Kunming. Vi ankommer i København sidst på eftermiddagen.

Måltider: Morgenmadsboks

Information om rejsen

Prisen inkluderer

- Fly København – Chengdu og retur Kunming-København
- Indenrigsfly i Kina Chengdu - Shangri-La og Dali - Kunming
- Indkvartering på hoteller i delt dobbeltværelse
- **Helpension**
- Al transport i komfortable køretøjer ifølge program
- Alle entréer og udflugter nævnt i programmet
- Engelsktalende lokalguide
- Dansk rejseleder
- Alle skatter og afgifter
- Drikkepenge til guider og chauffører (ca. 400 kr.)

[Ingen hokus pokus: Se vores prispolitik her](#)

Prisen inkluderer ikke

- Eneværelsestillæg (Fra 2,190 kr.)
- Rejse- og afbestillingsforsikring

[Husk at læse de generelle handelsbetingelser her](#)

Datoer og priser

Dato	Pris	Rejseleder
16. September - 28. September 2026	22,990.000 kr.	(Afventer rejseleder)
12. May - 24. May 2027	22,990.000 kr.	Frode Z. Olsen

Dette dokument er genereret den 5/1/2026

Viktors Farmor tager forbehold for ændringer i pris, dato eller program.

Se altid www.viktorsfarmor.dk for opdaterede informationer.

Her kan du også læse vores handelsbetingelser, prispolitik og se praktiske oplysninger om din rejse.

Viktors Farmor
WORLDWIDE EXPEDITIONS