



**HOVEDSIDE**



**REISERUTEN**



**DELTAKERE**



**SPONSORER**

#### Fakta om Tibet



Tibet er en administrativ region av Kina og ligger i Himalaya sørvest i landet. Historisk var Tibet en egen stat styrt av et presteskap, men kom på 1700-tallet under kinesisk overhøyhet. Etter revolter i 1959 ble landet okkupert av kinesiske tropper.

#### Hovedstad:

Lhasa

#### Innbyggertall:

2,2 millioner

#### Språk:

Tibetansk som er en del av den sino-burmesiske språkgruppen, som igjen er en undergruppe av de kinesiske språk.

#### Valuta:

Renminbi

#### Klima:

Tørt klima. Temperaturen avhenger av høyden. Mest nedbør fra mai til september.

#### Grenser til:

### Velkommen

Velkommen til de offisielle nettsidene for den norske Tibet 2000-ekspedisjonen fra Xining til Lhasa!

Sommeren 2000 vil en ekspedisjon, ledet av tidligere verdensmester på skøyter, Lasse Efskind, sykle fra Xining til Lhasa. Distansen på 2000 kilometer skal sykles på litt over to uker. Dette tilsvarer et gjennomsnitt på nesten 150 km per dag, i en høyde på 3400 - 4800 meter.

På disse sidene vil du finne mer informasjon om ekspedisjonen, og relatert informasjon. Vi håper at du vil finne noe som interesserer deg, og at du vil støtte oss våre ved å besøke sponsorsiden vår.

### Lhasa - det forgjettede mål!

Vi har nådd målet for sykkelprosjektet: Lhasa i Tibet. Noen av oss klarte å sykle hele veien, alle mesteparten av veien. Mangt kunne vært gjort annerledes, men vi er likevel stolte over at vi har klart det. (3.8.2000)

[Les hele saken](#)

### Mål i sikte!

Det var 13 slitne men forventningsfulle ryttere som tidlig på morgenen presset i seg en emmen kinesisk frokost ved de varme kildene nær Damxung. Dette ville bli den siste og avgjørende sykkeldagen de siste 160 km inn mot Lhasa. (30.7.2000)

[Les hele saken](#)

### -Vi har erobret Himalaya

DAMXUNG(VG NETT) Vi er igjen mil etter mil! Fra den lille byen Amdo den 25., derfra til Nagqu den 26., og i dag 18 mil til en varm kilde nær Damxung. (28.7.2000)

[Les hele saken](#)



Tibet har grenser mot Burma, India, Bhutan Nepal.

### Største fjell:

Mount Everest. På grensen til Nepal.

### Filmer om Tibet:

Syv år i Tibet (1998) med Brad Pitt, Kundun (1998) av Martin Scorsese, Lost Horizon (1937)

## Kjøkken og kokk i full fyr

TUOTUO-HEYAN (VG NETT) En oljelekkasje på kjøkkenet sørget for at middagen ble av det dramatiske slaget. (26.7.2000)

[Les hele saken](#)

## Himmelens tak er nådd!

(VG NETT) Jeg starter opp denne rapporten der jeg slapp rytterne idet de red inn i soloppgangen. Vår første erobring er i ferd med å bli til virkelighet: Kunlun passet på 4800m. (22.7.2000)



[Les hele saken](#)

## På veg mot himlens tak

Veien snor seg som en tynn kinesisk orm. Vi er på vei fra byen Golmod på vei opp til "himmelems tak" - Tibetplatåen. Vi er ennå bare på 3500m. Alle er kortpustet i bakkene, men uten høydesyke. (21.7.2000)

[Les hele saken](#)

## Munker og asketer

(VG NETT) Vi har møtt en forsmak på Tibet, endel gule munkers - eller gule «hatter», som er den dominerende munkeorden. (19.7.2000)

[Les hele saken](#)

## Rapport om en sykkelulykke.

På vår andre sykkel dag på vei til Tibet, ennå langt inne i Kina på vei til saltsjøen Chaka, møtte vi grusveien. En kampesteinete anleggsvei mesteparten av de 15 milene etappen var på. Stekende sol gjorde ikke omstendighetene enklere. (19.7.2000)

[Les hele saken](#)

## Bakgrunn om Xining og Qinghai

(VG NETT) Østre Tibet inkluderer Amdoor, et gress- steppe område nær starten av elvene Yellow, Min og Jialiang i nordøst. Amdoor er den regionen det har vært størst kontakt med kulturer fra nabo områdene. Dette preger den kulturelle sammensetningen i sletteområdene. (19.7.2000)

[Les hele saken](#)

## Flatt og ensformig langs Gobi-ørkenen

(VG NETT) Dagens etappe, 145 km i utkanten av Gobi-ørkenen, har vært den flateste og kjedeligste etappen på langt. Nesten

ikke et menneske å se, bortsett fra stedet vi stoppet for å spise lunsj. (19.7.2000)

[Les hele saken](#)

### Lang etappe til Nomhom

(VG NETT) På mandagens lange etappe fikk vi for første gang oppleve sandstorm. Men vi trosset den og syklet samlet de siste milene inn til Nomhom (18.7.2000)



[Les hele saken](#)

### Turen mot Dulan - et mareritt

(VG NETT) Dårlige veier, kokende hett og sterk ørkenvind gjorde at bare seks ryttere greide å fullføre turen til Dulan på sykkel. Resten av gjengen måtte ty til følgebussen det siste stykket. (18.7.2000)



[Les hele saken](#)

### Etappe på røff veg

CHAKA (VG NETT): Dagens rute var preget av vegarbeid. Kineserene graver opp hele vegen for å (kanskje) bygge en ny. (16.7.2000)



[Les hele saken](#)

### - Over all forventning

ZHANGFANG (VG NETT) Vi er i gang. Første dag med sykling gikk over all forventning, med en snittfart på 21 km/t. (14.7.2000)



[Les hele saken](#)

### Klarer vi brasene?

XINING(VG NETT) En optimistisk veltrimmet gjeng har kommet velberget med sykler og seg selv via Beijing til Xining som er provinshovedstad i Qinghai. (14.7.2000)

[Les hele saken](#)



## Sykler på verdens tak

Sykkeltur i Danmark holder ikke lenger. I sommer skal det sykles i 4000 meters høyde til Tibet! Du kan følge hele turen her på VG Nett. (14.7.2000)

[Les hele saken](#)

Henvendelser om denne tjenesten rettes til [Webmaster](#).

Redaktør: [Terje Jansson](#) / Direktør: [Roar Holther](#)

Ansvarlig redaktør [Bernt Olufsen](#), administrerende direktør [Aslak Ona](#)

© 2000 Verdens Gang AS

\*\*



[HOVEDSIDE](#)

[REISERUTEN](#)

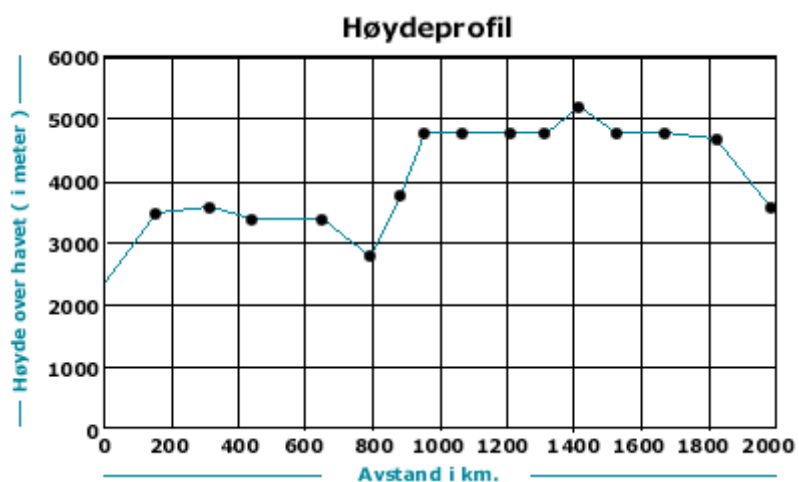
[DELTAKERE](#)

[SPONSORER](#)

**Fakta om Tibet**

Tibet er en administrativ region av Kina og ligger i Himalaya sørvest i landet. Historisk var Tibet en egen stat styrt av et presteskap, men kom på 1700-tallet under kinesisk overhøyhet. Etter revolter i 1959 ble landet okkupert av kinesiske tropper.

**Hovedstad:** Lhasa



### Oversikt over reiseruten

Avgang fra Oslo 12. juli, med retur 3. august.

Dag	Høyde (m)	Distanse (km)	Fra-til	Reisebeskrivelse
1, 2	-	-	Oslo-Beijing-Xining	Reise fra Oslo via Beijing til Xining.
3	2400-3500	150	Xining-Zhangfang	Sykkelturen starter. Over Riyeshan (Sol-Måne-fjellet). Dette er et meget viktig punkt på Silkeveien.
4	3600	160	Zhangfang-Chaka	Passerer innsjøen Qinghai. Dette er den største innsjøen med saltvann i Kina. Fugler.
5	3400	130	Chaka-Dulan	Passerer den salte innsjøen Chaka. Den inneholder nok salt for forbruk til det kinesiske



**Innbyggertall:**

2,2 millioner

**Språk:**

Tibetansk som er en del av den sino-burmesiske språkgruppen, som igjen er en undergruppe av de kinesiske språk.

**Valuta:**

Renminbi

**Klima:**

Tørt klima. Temperaturen avhenger av høyden. Mest nedbør fra mai til september.

**Grenser til:**

Tibet har grenser mot Burma, India, Bhutan Nepal.

**Største fjell:**

Mount Everest. På grensen til Nepal.

**Filmer om Tibet:**

Syv år i Tibet (1998) med Brad Pitt, Kundun (1998) av Martin Scorsese, Lost Horizon (1937)

				for forbruket til det kinesiske folket (1,2 milliarder) i 80 år!
6	3400	210	Dulan-Nomhon	Turen går rundt Qaidam med ørken- og sumplandskap.
7	2800	145	Nomhon-Golmud	Golmud er den eneste byen mellom Xining og Lhasa.
8	????	90	Golmud-Nachitai	Ferden går langs Golmud-elven. Dette blir en kort dag, pga. stigningen.
9	4800	70	Nachitai-Kunlunshan-passet	Vi skal over Kunlunshan-fjellet. En av Kinas hoved-fjellkjeder. Et nasjonalsymbol.
10	4800	0	Kunlunshan-passet	HVILEDAG
11	4800	110	Kunslanshan-Wudaoliang	Dette er begynnelsen av Yangste-elven, den lengste elven i Kina.
12	4800	150	Wudaoliang-Tuotuo Heyan Bridge	Det er en "is-skog" langs en lang del av strekningen.
13	4800	100	Tuotuo Heyan-Yanshiping	
14	5200	100	Yanshiping-Toudaoban	Vi passerer over Tanggula-fjellet, det høyeste punktet på turen! Grensen mellom Quinghai-provinsen og Tibet.
15	4800	110	Toudaoban-Amdo	Gressland, villhester/-esler og <i>ibex</i> .
16	4800	140	Amdo-Nagqu	Små, vakre innsjøer. Nagqu Tibetan Medicine Hospital.
17	4700	160	Nagqu-Danxiong	Gressland. Bafouta.
18	3600	160	Dangxiong-Lhasa	Underjordiske varme kilder i Yangbajing.
19	-	-	Lhasa	Sightseeing i Lhasa: Jokhang-palasset, Potala-palasset. Barkor markeds plass.
20	-	-	Lhasa	Besøk på et lokalt sykehus.
21	-	-	Lhasa	Drepung-kloster, Sera-kloster.
22	-	-	Lhasa-Beijing	Avslutningsbankett i keiserparken i Beihai.
23	-	-	Beijing-Oslo	Hjemme!

Henvendelser om denne tjenesten rettes til [Webmaster](#).

Redaktør: [Terje Jansson](#) / Direktør: [Roar Holther](#)

Ansvarlig redaktør [Bernt Olufsen](#), administrerende direktør [Aslak Ona](#)

© 2000 Verdens Gang AS

\*\*



HOVEDSIDE

REISERUTEN

DELTAKERE

SPONSORER

Fakta om Tibet

Tibet er en administrativ region av Kina og ligger i Himalaya sørvest i landet. Historisk var Tibet en egen stat styrt av et presteskap, men kom på 1700-tallet under kinesisk overhøyhet. Etter revolter i 1959 ble landet okkupert av kinesiske tropper.

**Hovedstad:** Lhasa

**Innbyggertall:** 2,2 millioner

**Språk:** Tibetansk som er en del av den sino-burmesiske språkgruppen, som igjen er en undergruppe av de kinesiske språk.

**Valuta:** Renminbi

**Klima:** Tørt klima. Temperaturen avhenger av høyden. Mest nedbør fra mai til september.

**Grenser til:** Tibet har grenser mot Burma, India, Bhutan Nepal.

**Største fjell:** Mount Everest. På grensen til Nepal.

**Filmer om Tibet:**  
[Syv år i Tibet](#) (1998) med Brad Pitt, [Kundun](#) (1998) av Martin Scorsese, [Lost Horizon](#) (1937)



## Deltakerne

### Inge Vidar Bråten

51 år (52 når vi kommer hjem). Født Rena, Østerdalen. Nå bosted Jessheim. Gift med Marit. To sønner 20 og 23 år. Yrke: Konsulent, trener, manager, kommentator m.m. Har 18 år i skoleverket. Helårstrener i langrenn fire år. Tidligere aktiv idrettsutøver, fram til -83. Fikk påmelding til Birkebeinerrittet på sykkel på 50 års-dagen (-98). Siden bitt av sykkelbasillen. Liker utfordringer. Investering med tanke på mitt yrke som lederutvikler.

### Lasse Efskind

Født i 44, fredsbarn - som ble krigersk i politikk og idrett: guttekyndis på skøyter, juniormester og senere verdensrekord på 500 og 1000m. Rabulist og radikaler med <<Soldatens lille røde bok>> og idrettsromanen <<Trylleringen>>, formann i Norsk Studentunion og han satt i det første styret for Universitetet i Tromsø. Hans utdanning har også fulgt to spor: siv.ing. fra NTH og senere lege og kirurg. Et år var han geriljalege for frigjøringsbevegelsen i El Salvador, senere for PLO. Som maler og forfatter har han også prøvd seg i de senere årene, dessuten satt i sving en rekke sykkel-prosjekter, bl.a. <<Jorda rundt på 80 dager>> (ble bok). I 98 syklet han <<Maos lange marsj>> i Kina sammen med en del av den samme gjengen som nå tar seg i kast med Himalayas tak til Tibet.

### Per Hasvold

Født: 28.02.1965. Gift med Gry Andersen, to barn; Sondre (snart 16) og Hanna (7).

Jobb: Områdeleder for Framtidslaboratoriet ved Nasjonalt Senter for Telemedisin siden 01.02.2000. Leder oppbygging av lab for å fremskaffe kunnskap om teknologi og organisasjonsutvikling innen helsevesenet med utgangspunkt i løsninger som ligger 2 - 5 år inn i fremtiden.

Har tidligere jobbet ved Nasjonalt Senter for Telemedisin siden 16.04.1995 som utvikler og spesialkonsulent i en rekke ulike prosjekter nasjonalt og internasjonalt.

Utdanning: Har for tiden permisjon fra doktorgradsstudier ved Universitetet i Oslo, Institutt for Informatikk. Der han jobber med innføring av kroppsbårne datamaskiner i helsevesenet. Sivilingeniør innen fysikk; elektronikk og måleteknikk, utdannet ved Universitetet i Tromsø 1991.

Sykkelerfaring: Terrengsykling siden

Birkebeineren,  
Grand Raid Cristalp  
Kraftprøven  
(landevei,  
Finnsnes-Tromsø).

Har i tillegg syklet til toppen av Mt.

Aragatz i Armenia

1995. Deltatt i Savalen-Oppdal, og Troms



Anny Hauglid - 35 år -intensivsykepleier - trebarnsmor og sykkel som sin store hobby.Har deltatt i den store styrkeprøven, Trondheim - Oslo ni ganger, og har vunnet tre ganger. Har beste notering i kvinneklassen med 15t 28min. Var også med på sykkelturen Mao's lange marsj i Kina 1998.

### **Trond Arne Helgestad**

53 år  
Yrke: Tannlege  
Tidl. turer: 13x styrkeprøven  
2 ganger Paris-Brest-Paris  
Mosjonist

### **Terje Lund**

Terje Lund er 46 år, bosatt i Oslo. Han har syklet mye siden 18-års alderen, da han tok sin første langtur fra Danmark til sør-Italia. En annen ungdomstur gikk fra Kirkenes til Oslo. Han var aktiv turritt-syklist i Sportsklubben Rye fra ca 75-85, men har så hatt en 15 års pause fra konkurransesykling. I denne tiden har sykkelen vært et viktig transportmiddel, året rundt. Deltok i 99 i Styrkeprøven og Birkebeineren. Har trappet opp treningen etter dette, og var med på Ryes ekspresslag som tok lag-seieren i Trondheim -Oslo nylig med 14t. 06min. Av utdanning er Terje lege, spesialist i psykiatri og i barne- og ungdomspsykiatri.

### **Einar Skåre**

Alder: 54 år.  
Yrke: Postmann  
Bor i Nittedal. Flyttet fra Stryn i 1963. Prøver å holde seg i form ved å gå på ski, orientering, løping og sykling. Er glad i å reise, oppleve nye steder og kulturer og ha en aktiv ferie. Sykkelerfaring: Birkebeinerrittet. Har syklet Bardufoss-Trondheim og diverse ferier på sykkel.

### **Inge Nessiøy**

42 år  
Sivilstand: gift, to døtre  
Yrke: almenpraktiserende lege, Jessheim  
Tidl. tur: Trondheim-Oslo  
Bakgrunn: Friidrettsutøver, mellom- og langdistanseløp

### **Harald Orderud**

47 år - født og oppvokst på Sørumsand - bor der fortsatt med kone, en datter og to katter - yrke; selger Mercedes-Benz hos Juul Gulbrandsen AS i Oslo. Er med i prosjektgruppa Tibet 2000 - for øvrig vært engasjert innen idrettsarbeid i mange år - fattet interesse for sykling i -96, deltatt flere ganger Trondheim-Oslo samt andre sykkelritt som Birkebeiner'n, Skarverittet og andre landeveisritt. Er medlem i Ullensaker Cykleklubb. Var også med på den lange sykkelturen i Kina -98 - " Mao's lange marsj". Etter denne turen vokste eventyrlysten, og nye utfordringer er alltid spennende.

### **Inger Ridderstolpe**

29. des. 1971. Hun er født og oppvokst i Stockholm. Hun har syklet siden 1998, først og fremst landeveis sykling. Hun har deltatt i Tjejtrampet tre ganger, og alle gangene til medaljetid. (d.v.s. seierstid + 50%). Inger hører til et nettverk som heter [BimBo-Bikers](#), som er til for at syklende jenter i Stockholmsregionen skal kunne finne en treningskompis som ligger på samme nivå som en selv. Hun regner med at hun vil sykle deler av strekningen Xining- Lhasa, og kan ellers fungere som tolk og Kina-kjenner, da hun har magistergrad i kinesisk fra Universitetet i Stockholm. Hun har i tillegg bodd og studert i Kina.



### **Helge Robertsen**

50 år og fra Porsgrunn.

Lærer ved Klosterskogen vg. skole (yrkesfaglig, elektro).

Gift med Haldis Marie Røland. 3 barn 29 , 26, 17 år. Driver

med sykkel og turaktiviteter (gjerne litt ekstremtur)

Gjennomført til nå:

Sykkel:

De fleste tradisjonelle turløpene i Norge. Trondheim- Oslo 3 ganger. Paris -Brest -Paris 3 ganger,1200km (1991, 1995, 1999). Norkapp- Lindesnes (som tur alene i 1990) 12 dager. Norsjøveien Porsgrunn - Stavanger (alene i 1995). Tursyklet over Korsika og gjennom Provence i Frankrike.

Annen turaktivitet :

Gått på ski over Nordspitsbergen på Svalbard (12 dager).

Besteget Newtontoppen og Perriertoppen på Svalbard (15 dagers skitur med

klatring). Padlet Lofoten i kajakk (Fra Stokmarknes til sydenden av

Lofotveggen). Besteget Svolvæргеita. Besteget Norges fineste fjell; Stetind.

Besteget Mont-Blanc (4800m). Besteget Kilimanjaro (5900m).

### **Øystein Rohlf**

Alder: 60 år, fra Oslo, medlem i I.K.Hero. Ungkar. Har jobbet hos Baker Hansen i 39 år.

Syklet siden 1964. Var med i Styrkeprøven fra starten i 1967, og fullførte i år for 34. gang på rad, hvorav 5 ganger t/r Oslo-Trondheim.

Har ellers syklet Nordkapp-Lindesnes på Guinness-rekord i 1984 med klubben, men rekorden er slått mange ganger siden da.

Organiserte i 1989 en 21 dagers sykkelstur fra San Francisco til Wasington D.C. (500 mil), sammen med 14 likesinnede fra hele landet.

Har kjørt Paris-Brest-Paris (1200 km) 4 ganger. Har også de siste 5 årene hatt turer med kamerater i Pyreneene, Alpene og Dolomittene og Skottland/England på offroad-sykkel med full oppakning. Har overvært 22 verdensmesterskap i sykling, bl.a. i Venezuela, Japan, USA og Canada. Var i Kina i 1998 i 2 uker.

Syklet i 10 dager fra Beijing til Xian. Dette var en rolig tur, ca. 10 mil om dagen, med masse interessante opplevelser, som besøk på skoler, private hjem, sykehus og diverse templer.

### **Bjørn Stenberg**

Født 19 nov. 1972. Han er født og oppvokst i Stockholm. Har syklet siden 1995.

De første årene mest mountainbike. I 1997 syklet han "Vätternrudan" (300 km.)

på 13 timer. Han har sittet lenge i styret for sykkelklubben [Yeti](#) og er fortsatt

webmaster for klubben. I år syklet han "Vätternrundan" på 10:02 og han sykler

nå oftest landeveis sykling sammen med [CK Valhall](#) i Stockholm. Bjørn fikk høre

om turen via en e-post liste og han vil være med på utfordringen å sykle så langt så høyt over havet.

### **Asbjørn Sterri**

Yrke: økonomi-regnskap

Tidl tur: Den lange sykkelmarsjen i Kina 1998

Bakgrunn: Tidl. aktiv syklist

Interesser: Musikk, kunst og friluftsliv

### **Kari Seem**

Alder: 46 år

Yrke: "Postmann", ansatt i Posten Norge BA, Internasjonal post. Utflytta

nordtrønder som har jobbet i Oslo siden 1976. Har i alle år drevet fysisk trening

og deltatt aktivt i friidrett, langrenn og orientering, men har liten erfaring med

sykling. Det eneste er Bardufoss - Trondheim på 10 dager og diverse ferieturer

på sykkel.

Henvendelser om denne tjenesten rettes til [Webmaster](#).

Redaktør: [Terje Jansson](#) / Direktør: [Roar Holther](#)

Ansvarlig redaktør [Bernt Olufsen](#), administrerende direktør [Aslak Ona](#)

© 2000 Verdens Gang AS





**HOVEDSIDE**



**REISERUTEN**



**DELTAKERE**



**SPONSORER**

### Fakta om Tibet



Tibet er en administrativ region av Kina og ligger i Himalaya sørvest i landet. Historisk var Tibet en egen stat styrt av et presteskap, men kom på 1700-tallet under kinesisk overhøyhet. Etter revolter i 1959 ble landet okkupert av kinesiske tropper.

#### Hovedstad:

Lhasa

#### Innbyggertall:

2,2 millioner

#### Språk:

Tibetansk som er en del av den sino-burmesiske språkgruppen, som igjen er en undergruppe av de kinesiske språk.

#### Valuta:

Renminbi

#### Klima:

Tørt klima. Temperaturen avhenger av høyden. Mest nedbør fra mai til september.

#### Grenser til:

Tibet har grenser mot Burma, India, Bhutan Nepal.

**Vi har nådd målet for sykkelprosjektet: Lhasa i Tibet. Noen av oss klarte å sykle hele veien, alle mesteparten av veien. Mangt kunne vært gjort annerledes, men vi er likevel stolte over at vi har klart det.**

Veien var målet, men opplevels en av folk og kultur i selve Lhasa var også et viktig delmål.



Er folket så kuet

**MAL:** Endelig kunne vi se det fantastiske Potale-tempelet med egne øyne. Foto: Reuters

som vestlig presse vil ha det til? Hvor sterkt grep har kineserne på Tibet?

Dessverre må spørsmålene fremdeles bli flere enn svarene etter tre dager i Lhasa. Men en antydning kan jeg gi ved å beskrive besøket til Tibets største kloster Drepung med 600 munk.

### Mao

Klosteret var under restaurering etter tydelig å ha blitt rasert på 70-tallet under kulturrevolusjonen. Vi ble vist falmete veggmalier av Mao og slagord fra kulturrevolusjonen, behendig bevart for å minne om hendelsene. Samtidig er det klart at de i dag har en slags regulert religionsfrihet - i den forstand at rammene for virksomheten begrenses og separatistisk politikk ikke blir tillatt blandet inn.

Vi ble fortalt at det skulle være en stor messe kl.12 - gjettt hvorfor: til ære for en stor amerikansk sponsor som hadde kommet med blanke sedler!

**Største fjell:**

Mount Everest. På grensen til Nepal.

**Filmer om Tibet:**

Syv år i Tibet (1998) med Brad Pitt, Kundun (1998) av Martin Scorsese, Lost Horizon (1937)

Munkene gjorde også stor kommers på turismen. Selve messen var mye mumling og fnising, tydelig satt i scene for alle oss som svirret rundt og måtte betale for hvert bilde vi tok.

Dette illustrerer bedre enn noe hvordan de gule hattene (som buddhist-ordenen til Dalai Lama kalles) skvises mellom de tre stormaktene: Kina, USA og mammon.

**Potala palasset**

For øvrig har vi vandret i turiststrømmene gjennom det vakre Potala palasset og flere andre templer, med en engasjert og troende tibetaner som guide. Vi har stirret inn i de stoiske ansiktene til alle generasjoner av lamaer fra 400 tallet fram til i dag, spesielt den 5. lama som grunnla de gule hattene. Vi har forstått at de tre "gifter" i livet er "ærgjerrighet, uvitenhet og sjalusi", men at lidenskap og engasjement på den rette måten er akseptert, og at det gjennom munkenes "kunnskapshierarki" kan føre fram til en "topposisjon". Ingenting går i arv, som våre gamle fyrstedømmer - der "reinkarneres det", tolket på vår måte: utpekes det etter beste skjønn.

Ellers går munkene og mange eldre rundt i gatene og snurrer på en slags karusell de har i hånden, mens de mumler Tibets mantra: "om mani padme hum".

**TV og Internett**

Apropos gatene: de domineres av kinesisk virksomhet og kinesere. Tibetanerne innrømmer at det er kineserne som forstår seg best på teknologi, ingeniørkunst og handel. De er "den nye tid" som ingen kan unngå på sikt. Moderne butikker med TV og Internett ligger side om side med eksotisk torghandel og folkeliv.

Alternativet for klostrenes og fjellfolkets Tibet kan ikke være isolasjon. Men hvem skal lære dem den teknologiske verdens pluss og minus? Desverre har jeg ingen ideell partner å anbefale.

"Selvstendighet" er i den forstand en tapt illusjon. Respekten for de myke verdiene blir viktig å holde i hevd, men det myke kan aldri forlange ikke å bli omformet til en viss grad.

Noen av oss fikk også besøke sykehuset for tradisjonell Tibetansk medisin: "medisinsk thanka til de fire medisinske tantras", som deres grunnbok sier. Det er tydelig at folk i stor grad velger tradisjonell medisin for kroniske sykdommer, men vestlig/kinesisk medisin for akutte lidelser. Urtemedisiner, mye diagnostikk og klinisk visdom inngår i den tradisjonelle delen. De har også røntgen, ultralyd og noen lab-prøver. Kombinert med omsorg og pleie og gode leveråd, er dette et tilbud som man ikke skal hovre over i den sosiale sammenheng det tilbys. Hygienen virket også mye bedre enn jeg har opplevd den f.eks. i Midtøsten eller India. På den annen side så jeg brudd som ble behandlet på en måte som ville gitt avskjed på grått papir i Norge.

### Tusen inntrykk

Vi forlater Tibet med tusen inntrykk og tusen ubesvarte spørsmål. Jeg har også en halv hodeskalle i bagasjen, visstnok brukt av munkene som vinbeger og for å minne om dette livets forgjengelighet. Å være eller ikke være i tiden - blir det store spørsmål for Tibet.

(av:lasse 2.8.00)

---

Henvendelser om denne tjenesten rettes til [Webmaster](#).  
 Redaktør: [Terje Jansson](#) / Direktør: [Roar Holther](#)  
 Ansvarlig redaktør [Bernt Olufsen](#), administrerende direktør [Aslak Ona](#)  
 © 2000 Verdens Gang AS

\*\*



	<b>HOVEDSIDE</b>
	<b>REISERUTEN</b>
	<b>DELTAKERE</b>
	<b>SPONSORER</b>
<b>Fakta om Tibet</b>	
	
<p>Tibet er en administrativ region av Kina og ligger i Himalaya sørvest i landet. Historisk var Tibet en egen stat styrt av et presteskap, men kom på 1700-tallet under kinesisk overhøyhet. Etter revolter i 1959 ble landet okkupert av kinesiske tropper.</p>	
<b>Hovedstad:</b>	Lhasa
<b>Innbyggertall:</b>	2,2 millioner
<b>Språk:</b>	Tibetansk som er en del av den sino-burmesiske språkgruppen, som igjen er en undergruppe av de kinesiske språk.
<b>Valuta:</b>	Renminbi
<b>Klima:</b>	Tørt klima. Temperaturen avhenger av høyden. Mest nedbør fra mai til september.
<b>Grenser til:</b>	Tibet har grenser mot Burma, India, Bhutan Nepal.
<b>Største fjell:</b>	Mount Everest. På grensen til Nepal.
<b>Filmer om Tibet:</b>	Syv år i Tibet (1998) med Brad Pitt, <u>Kundun</u> (1998) av Martin Scorsese, <u>Lost Horizon</u> (1937)

Det var 13 slitne men forventningsfulle ryttere som tidlig på morgenen presset i seg en emmen kinesisk frokost ved de varme kildene nær Damxung. Dette ville bli den siste og avgjørende sykkel dagen de siste 160 km inn mot Lhasa.

Hotellet burde vært et bra utgangspunkt, der det var bygget oppå noen varme kilder med bad. Men alt var skitt og palmene av plast.



Syklingen var over. Vi hadde greid det, noen fullstendig, andre med litt hjelp av følgebussen. Men alle følte vi oss som et felles team og seieren var kollektiv. Vi er den første gruppen som på 14 dager har syklet fra Xining til Lhasa, i alt cirka 2000 kilometer, mesteparten av tiden i en høyde på over 4500m. Foto: Tibet 2000

Vårt skitne sykkel tøy klebet seg til kroppene. Det var bare et par varmegrader i lufta, men en sol med brennende hete hadde alt lyst opp fjellspissene rundt.

Noen av dem var mektige Himalaya-rugger på 7000m; vakre der de tronet i sol og ringer av skyer. Vi klarte oss mer enn nok med våre 4500m.

Vi visste at over 100 km. var annleggsvei. Følgebussen fikk ikke kjøre gjennom og måtte ta en omkjøringsvei som ikke kunne sykles. Men etter endel diplomati hadde vi fått lov til å bli fulgt av den lille bilen.

### Solgte urtemedisin

De første 50 km gikk som ventet fint. Asfalt og en kald forventningsfull morgen. Vi passerte et lite fjellpass på nær 5000m. Ved et stopp der kom noen tibetanere. De solgte utremedisiner, spesielt mot kvinnelige hormonproblemer.

Anny ville ikke ha, men Hu Ying kjøpte en hel plastpose. Tibetanske barn i dette distriktet har ikke skolegang, fikk jeg nå vite. De har forsøkt i større landsbyer og med en slags heste-skole der opplæring av ridning kombineres med alfabetisering.

Men stort sett har ikke dette slått gjennom her på de frie viddene. Men TV har slått gjennom og generatorene durer jamt. Så storsamfunnet sniker seg nok innpå.

### **Biltrøbbel**

Vi syklet videre. Snart kom anleggsveien. Den kastet seg på oss med de underligste omkjøringer over elvefar og sandbanker. Bilen fikk mer trøbbel enn oss. Det elektriske anlegget fikk frest seg i ellevannet og bilen måtte stadig dyttes igang av spreke syklistene.

Nedover bakke gikk det - det var en hjelp - over 1000 meter i fall ned til «lavlandet» på 3600m ved Lhasa. Noen av de sprekeste rytterne syntes dette var en spennende offroad-løype. Vi andre bare ristet i sammenføyningene og kjørte oss til stadighet fast.

Endel småskader og mange ufrivillige bad, men ingen store skader.

### **Vakkert**

Dalen vi kjørte nedover var vakker og helt forskjellig fra det åpne slettelandskapet med Jak og sau. Her var det åkerbruk i en trang dal med høye fjellsider på begge kanter. I bunn gikk en fossende elv med vann som skummamelk. Og tusener av veiarbeidere klorte seg som maur langs veikantene.

Mange hakket stein eller skuffet sand, men de hadde også tyngre maskinelt veiutstyr. En merkelig blanding, kanskje effektiv i deres forutsetning? Et par ganger dundret det kraftig rett etter at vi hadde passert. Det var sprengninger med etterfølgende ras av stein ned i veibanen.

Ying mente vi var mer enn heldige som passerte i forkant og derfor slapp å vente i timevis på oppryddingen. Uansett, det hele gikk over all forventning og ved 6-tiden suste vi inn i smulere farvann, så og si, det vil si på asfaltvei.

Snart nådde vi vårt avtalt stevnemøte med bussen, som sliten av omkjøring spydde ut mørk diesel, men humret glad og fulgte oss trofast de siste milene.

Veien var nå omkranset av en endeløs alle av trær - og av kinesere. Vi ble med en gang slått av at det var mer kinesere enn tibetanere å se langs veien, dessuten mange militære.

Følgebilen gjorde et lite fotostop ved monometet for veien mellom Xining og Lhasa, en ruvende monolitt. Deretter svinget vi inn til all vestlig luksus på Lhasa Hotel, tidligere Holiday Inn.

### **Blodslit**

Syklingen var over - vi hadde greidd det, noen fullstendig, andre med litt hjelp av følgebussen. Men alle følte vi oss som et felles team - og seieren var kollektiv. Vi er den første gruppen som på 14 dager har syklet fra Xining til Lhasa, ialt ca. 2000km, mesteparten av tiden i en høyde på over 4500m.

Vi vil ikke legge skjul på at vi er stolte! Vi vil ikke legge skjul på at det har kostet blodslit. Vi vil ikke underslå at det har blitt en helt spesiell opplevelse av både natur og folk - som det trengs lang tid til å bearbeide og å forstå.

---

Henvendelser om denne tjenesten rettes til [Webmaster](#).

Redaktør: [Terje Jansson](#) / Direktør: [Roar Holther](#)

Ansvarlig redaktør [Bernt Olufsen](#), administrerende direktør [Aslak Ona](#)

© 2000 Verdens Gang AS

\*\*



	<b><u>HOVEDSIDE</u></b>
	<b><u>REISERUTEN</u></b>
	<b><u>DELTAKERE</u></b>
	<b><u>SPONSORER</u></b>

**Fakta om Tibet**



Tibet er en administrativ region av Kina og ligger i Himalaya sørvest i landet. Historisk var Tibet en egen stat styrt av et presteskap, men kom på 1700-tallet under kinesisk overhøyhet. Etter revolter i 1959 ble landet okkupert av kinesiske tropper.

**Hovedstad:** Lhasa

**Innbyggertall:** 2,2 millioner

**Språk:** Tibetansk som er en del av den sino-burmesiske språkgruppen, som igjen er en undergruppe av de kinesiske språk.

**Valuta:** Renminbi

**Klima:** Tørt klima. Temperaturen avhenger av høyden. Mest nedbør fra mai til september.

**Grenser til:** Tibet har grenser mot Burma, India, Bhutan Nepal.

**Største fjell:** Mount Everest. På grensen til Nepal.

**Filmer om Tibet:** Syv år i Tibet (1998) med Brad Pitt, Kundun (1998) av Martin Scorsese, Lost Horizon (1937)

**DAMXUNG(VG NETT)** Vi er igang igjen mil etter mil! Fra den lille byen Amdo den 25., derfra til Nagqu den 26., og i dag 18 mil til en varm kilde nær Damxung.

Det har vært tre harde sykkeldager. Mange har stresset for å gjennomføre fullt ut, endel



**MONUMENTALT:**De 8 pagodene symboliserer de 8 fasene i Buddhas liv. Foto: Inger Ridderstolpe

skjult konkurranseånd har våknet opp, og gleden med selve turen forsvinner. Man sitter på sykkelen og ønsker seg ferdig med dagens etappe og gruer seg til morgendagen. Noen tar bare to timer av gangen, psykisk sett. Andre prøver å drømme seg vekk. Av og til slettes alle tanker samtidig som man krystallvåkent observerer omgivelsene det blir som om sykkelen er vårt mantra -det utslettende repiterende ordet-som setter en i transe.

## Heftige fjell

Men omgivelsene trenger seg likevel på: et stadig grønnere gresslandskap og stadig spissere fjell rundt. Endel skikkelige spir som man har sett fra Himalaya-ekspedisjoner før. Vi sniker oss mellom fjellene, med flere pass rundt 5000m. Jeg tenker: mellom himmel og jord er det nå bare passet. Og tanken letter et øyeblikk, før den setter seg sammen med meg tungt på sykkelen igjen. Stort sett ligger vi på 4500 til 4800m. Fremdeles ingen med alvorlig høydesyke. Det er unikt.

## Tibetanske

Folk blir mer og mer tibetanske i klesdrakt og antall. Kineserne er mest i byene. Tibetannerne gjeter sine buskaper av Jak og sauer, ofte til hest over de enorme gressviddene. De er dette landets cowboys. Gårdene er lave hus av leire og mur

rundt. Grått og lite inntagende. Barna her, har de skolegang selv om det formelt sikkert er obligatorisk. Og hva lærer de? Sitt eget språk?

### **Som troll av eske**

Tibetanerne dukker opp som troll av eske når vi har tissepauser. De tigger, klår. Vi føler oss usikre. Det virker som om de ikke har noen stolthet på dette området i sterk kontrast til kineserne. Jeg husker fra sykkelturen i hjertet av Kina i 98 - aldri tiggende og man følte seg rimelig trygg for småkriminalitet. Her er følelsen desverre den motsatte. Kommer tilbake til om inntrykket forsterker seg eller ikke.

Idag stoppet vi ved noen brune klokkeliknende steinbygg, 8 etter hverandre midt på fjellvidda. Det var pagoder ble vi fortalt der hver klokke representerte en fase av G. Buddhas liv. Foran lå det mange skrifttavler, noen knust. Dessuten mange Jak-horn og skaller. Hva vet vi om buddhistisk tradisjon? I allefall virker ikke dette mer absurd enn et kristent bønnested.

### **Hygiene -problem**

Hygiene er et kjempeproblem. Spesielt for meg med ansiktsskaden.

Men i Nagqu hadde hotellet litt standard: karbad med vann fra kl21. Se for deg meg senke legemet solsvidd og skittent i badet - så tar jeg fram den eneste litterære boken jeg har med : Nietzsches Zarathustra. Den samme boken hadde jeg også med på en endeløs togreise gjennom Sibir som skøyteløper på vei til landskamp i 60-årene. En absurd assosiasjon. Og jeg blir opp ,ikke høyden, men avgrunnen skremmer. Det kan passe på oss her og nå. For vi har erobret høyden og Himalaya , ingen tvil om det. Men vi frykter det uforutsette, ulykkene , alt som kan bringe oss ned i avgrunnen. For de fleste er avgrunnen å bomme på den avgjørende siste-etappen i morgen. Pga. 10 mil veiarbeide og kjøreforbud for følgebussen, blir dette helt spesielt.

Følg med i neste rapport!



\*\*

[HOVEDSIDE](#)[REISERUTEN](#)[DELTAKERE](#)[SPONSORER](#)**Fakta om Tibet**

Tibet er en administrativ region av Kina og ligger i Himalaya sørvest i landet. Historisk var Tibet en egen stat styrt av et presteskap, men kom på 1700-tallet under kinesisk overhøyhet. Etter revolter i 1959 ble landet okkupert av kinesiske tropper.

**Hovedstad:**

Lhasa

**Innbyggertall:**

2,2 millioner

**Språk:**

Tibetansk som er en del av den sino-burmesiske språkgruppen, som igjen er en undergruppe av de kinesiske språk.

**Valuta:**

Renminbi

**Klima:**

Tørt klima. Temperaturen avhenger av høyden. Mest nedbør fra mai til september.

**Grenser til:**

**TUOTUO-HEYAN (VG NETT)** En oljelekkasje på kjøkkenet sørget for at middagen ble av det dramatiske slaget.

Vi ankom Tuotuo-heyan lørdag ettermiddag. Inngangen til dette stedet var å krysse den første broen over Yangtsekiang-elven. Starten av denne store og viktige elven er bare 25-30 km lengre nordover.



**ROMERIKSTRIOEN VED BRUA:** Inge Bråthen, Inge Nessiøy og Harald Orderud ved den første broen over Yangste. Utspringet av denne elven ansees av mange å være sivilisasjonens vugge.

**Middagsdrama**

Etter at vi hadde etablert oss på overnattingsstedet, skulle vi samles for å spise middag. Mens vi sitter og venter på at maten skal bli ferdig, skjer det en eksplosjon på kjøkkenet!

Hele kjøkkenet, inklusive kokken, sto i fyr og flamme. De som satt nærmest, fikk kastet en jakke over kokken og dempet omfanget av skadene.

Dessverre fikk kokken en del kraftig forbrenninger i ansiktet og på overkroppen. Siden vi har leger med i gruppen, tilbød vi oss å hjelpe, men kokken ble kjørt til det lokale militærpsykehuset i full fart.

Vi evakuerte stedet snarest! Vi fikk senere greie på at årsaken til brannen var at det brukes olje under

Tibet har grenser mot Burma, India, Bhutan Nepal.

### Største fjell:

Mount Everest. På grensen til Nepal.

### Filmer om Tibet:

Syv år i Tibet (1998) med Brad Pitt, Kundun (1998) av Martin Scorsese, Lost Horizon (1937)

trykk på kjøkkenene, og at en lekkasje fra dette systemet var årsak til brannen.

Vi fant et nytt sted å spise og ble mette denne kvelden også.

### Hviledag

Før vi tok kvelden denne dagen, ble vi enige om at neste dag skulle brukes til hvile. Tilstanden for alle er nå slik at behovet for en hviledag absolutt er til stede.

Hviledagen ble brukt til å vaske tøy, lese en god bok og hvile.

### Mandag 24:

Etter en hviledag hadde vi en etappe på 150 km foran oss. Dette var en endring på programmet som vi valgte å gå for fordi etappen skulle være lett, og da skulle vi komme fram til Wenquan med sine varme kilder.



**KUNNING AV YAK-SMØR:** Her ser vi den eldste av søstrene kinne yak-smør til teen. Foto: Inger Ridderstolpe

### Yak-butter-tea

Denne dagen spiste vi lunsj hjemme hos to tibetanske søstre. Disse to bodde på en åpen slette i en to-roms leirhytte. Jentene (26 og 28 år) var utrolig imøtekommende og hyggelige. Hjemmet deres var veldig rent og pyntet.

Vi ble invitert inn og servert Yak-butter-tea. Vi må være ærlige å innrømme at de fleste var skeptiske til å drikke

denne teen. Smaken beskrives av Inge Bråthen som beskt, gammalt setersmør (noe han kjenner godt fra sin oppvekst i Østerdalen).

Begge søstrene var dyktige håndarbeidere og gjestene bladde opp hundrelapper for selv uferdige verk.

De satte tydelig pris på besøket, og for oss var det en positiv opplevelse i en ellers så tøff sykkelhverdag.

## Varme kilder

Overnatting denne kvelden i Wenquan var i en militærleir. Etter forhandlinger fra vår reiseleder fikk vi overnatte i hus istedenfor å måtte sove i bussen. Toppen av flagget i leieren vaiet på nøyaktig 5000 moh. Militært område betyr ingen fotografering og begrenset bevegelsesfrihet.

Etter en forholdsvis spartansk middag skulle vi oppleve å få bade i varme kilder med 60 graders vann. Skepsisen ble stor da stedet så ut som en kommunal fyllingsplass. Gentlemanen, som vi gutta er, lot vi damene få rangen...

De kom begeistret tilbake og fortalte at de hadde fått skvettet litt vann på kroppen.

## Naken tilbake

Så var det guttas tur! (Skepsisen ble ikke mindre da førstemann kom tilbake naken - til skrekkblandet fryd for de som ventet i bussen!)

Romeriksgjengen fikk temperert vannet og senket sine legemer i det fortsatt (svært) varme kildevannet, 5000 moh. Tibetansk romerbad på sitt enkleste.



I BADET: Inge, Inge, Harald, Einar og Øystein nyter det tibetanske romerbadet. Foto: Per Hasvold

All smøring forsvant fra kroppen, noe enkelte fikk føle dagen etter.

Etter denne opplevelsen, var det klart for en god natts søvn.

## Tirsdag 25:

I morges ble vi vekket av reveljen 07:00. Selv om værutsiktene var dårlige kvelden før, var været nå helt topp. Men vesentlig kjøligere enn det vi har hatt tidligere. Høstbuksene ble funnet fram.

Dagens etappe skulle ta oss over det beryktede

Tangula Shankou på over 5 200 moh og inn i Tibet. Dette er trolig den høyeste farbare bilvei i verden. Ved frokosten var stemningen til å ta og føle på: Hvem ville være først? Ville alle klare å sykle over toppen?

Ca. 45 km lå foran oss mot toppen. Det var konsentrert stemning i feltet. I denne høyden er det 50% av det oksygenet en har på nivå med Oslo.

Belastningen på utøverne er derfor veldig stor. Ingen har før syklet på denne måten i denne høyden. Hvilken belastning dette er på kroppen, vet vi lite om. (Inge Bråthen ville satt en utøver som hadde gjort noe lignende på 2000 meters høyde ut av landslaget på ski med en gang!)

### **Endelig i Tibet!**

Vi var usikre på hvor langt det egentlig var til toppen. På forhånd var vi enige om at den siste biten opp til topps skulle hver enkelt få kjøre i sitt eget tempo.

Da vi ante at toppen kunne være i nærheten ble det sprekk i feltet. Overaskelsen ble veldig stor da det viste seg at fra bruddet kom til toppen var det 17 Km! Til tross for dette ble alles mål om å nå toppen oppfylt.

Tangula Shankou markerer også grensen mellom Qinghai-provinsen og Tibet.

### **Flere overaskelser i vente**

Etter all fotografering og gratulasjoner bestemte vi oss for å dra et stykke ned i dalen for å spise lunsj. Vi spiste lunsj i det fri på 5000 moh, omgitt av en fauna som kunne minne om det vi kan oppleve på en norsk setervoll på 1500 moh. Det var også spesielt å se nomadene ha sine horder av Yak og sau på beite i denne høyden.

Nå skulle vi bare trille nedover til neste overnattingssted etter en fantastisk dag. Overaskelsen var stor da veien på nytt vendte mot himmelen! Etter 3 miles hard klatring befant vi oss igjen på 5200 meters høyde.

Spørsmålet var da: Er det flere pass i vente denne

dagen?

Fra dette passet gikk veien i slynger nedover mot Amdo der vi ble møtt av nysgjerrige tibetanere. Helge må brettes ut etter hver etappe, fordi sykkelen ble ødelagt og han sykler nå på en alt for liten sykkel.

På grunn av høyden er det faktisk en kraftanstrengelse å gå opp trappene. De fleste har måttet ta en liten pustepause i trappa opp til tredje etasje!

Det gjenstår noen lange etapper igjen, men Lhasa nærmer seg. Følg med!

Henvendelser om denne tjenesten rettes til [Webmaster](#).

Redaktør: [Terje Jansson](#) / Direktør: [Roar Holther](#)

Ansvarlig redaktør [Bernt Olufsen](#), administrerende direktør [Aslak Ona](#)

© 2000 Verdens Gang AS

\*\*



**(VG NETT) Jeg starter opp denne rapporten der jeg slapp rytterne idet de red inn i soloppgangen. Vår første erobring er i ferd med å bli til virkelighet: Kunlun passet på 4800m.**

*Av LASSE EFSKIND*

Etter noen dager med heller ensformig og het ørken-sykling beveget sykkelrytterne seg nå i medvind og i mer medgjørlig temperatur, selvom det skaper problemer at luften er relativt kald mens sola er het.



Glade gutter på himmelens tak. Foto: VG NETT

Dessuten er vårt energiuttak strupet pga. høyden. Det gjør at jeg nå

tallet under kinesisk overhøyhet. Etter revolter i 1959 ble landet okkupert av kinesiske tropper.

#### Hovedstad:

Lhasa

#### Innbyggertall:

2,2 millioner

#### Språk:

Tibetansk som er en del av den sino-burmesiske språkgruppen, som igjen er en undergruppe av de kinesiske språk.

#### Valuta:

Renminbi

#### Klima:

Tørt klima. Temperaturen avhenger av høyden. Mest nedbør fra mai til september.

#### Grenser til:

Tibet har grenser mot Burma, India, Bhutan Nepal.

#### Største fjell:

Mount Everest. På grensen til Nepal.

#### Filmer om Tibet:

Syv år i Tibet (1998) med Brad Pitt, Kundun (1998) av Martin Scorsese, Lost Horizon (1937)

må ha på to sykkeltrøyer med glidelås foran, og i fart stadig justere dem opp og ned slik at kjølingen blir passe. Tankene må jo la seg underholde, og jeg får en kanskje litt sær assosiasjon: den gangen for lenge siden da vi gutta justerte glidelåsen på jenta opp og ned, helst ned, ettersom temperaturen tillot det.

Akk, alt endrer seg.

Vi nådde Kunlun passet uten store vansker. Stadig mer tungpustne, men uten at noen har kollapset, og utrolig nok: ingen har høydesyke!

Nesten alle spiser Diamox og Albyl. Tror det må ha effekt. Passet er starten på selve platået som veksler mellom 4500 og 5200m. Vi skal være i denne høyden over en uke.

Landskapet rundt oss er et kupert morenelandskap. Bare litt grønt i søkkene, men en grumsete fjellelv fulgte veien. Ingen trær, ikke engang busker. Men blomster i dotter som klorer seg fast til morenen. Fra dypet av min dårlig oksygenerte skalle spratt det opp en diktlinje: la de små blomster komme til meg, for jeg vet ikke hva ugress er.

En god del dyr var det også langs veien: Yak-oksene, som kan minne litt om små moskus. Tibetanske rådyr så vi stadig i elegant firsprang. Mindre elegante, men mange flere var sauene, en mer langbeint variant enn vår.

Vi ble også angrepet av løshunder. Bitt i leggene er en alvorlig sak pga. Rabies muligheten. Men følgebussen handlet raskt og fikk svingt mellom og lå på hornet.



Denne sykkelen krever nok litt mekking før den er klar til bruk igjen.  
Foto: VG NETT

Turen inn mot Wudao Liang der vi skulle overnatte, ble dryg. Iallemfall for meg. Man tenker med Odd Børretzen: hva gjør jeg egentlig her, langt fra folk? Men svaret er også ala Børretzen: noen ganger er det allright - også denne turen.

Det begynte imidlertid langt fra allright da vi kom fram. Først må jeg fortelle at det var et evig rot med depot for syklene over natta. Våre guider hadde funnet ut at vi da kunne kjøre fram 9 mil og neste morgen tilbake, slik at vi fikk to overnattinger på samme sted, og mer ro. Vi aksepterte det. Men ingen fant noe depot til tross for utallige optimistiske uttalelser. Etter noen mil ble gruppa lei og irritert, satte alle syklene på busstaket (og skulle kjøres tilbake dit neste morgen).

Det var meningen å innkvartere oss i en militærstasjon. Alt var tilsynelatende greit da vi pakket ut. Så kom militærsjefen og sa at en eller annen boss kom dit i morgen tidlig så vi måtte ut straks! Militæret har mange stasjoner langs veien.

Våre følelser for den røde arme ble vel ikke mer hengivne etter dette.

Men det var et hotell over gata, og bussen svingte oss dit. Da skjedde den materielle katastrofen: Syklene buttet i en inngangsportal av betong med en falmet rød stjerne på. Et brak! Vi så forvridd hjul og rammer. Alt ble raskt tatt ned. Det var 6 sykler som var skadet, tre som totalhavarert.

Noen ganger er alt helt håpløst. Men neste morgen mekket vi og vurderte litt lysere. Følg med så får du se hva som hendte. Alt fra fin sykling til restaurant-brann følger!

---

Henvendelser om denne tjenesten rettes til [Webmaster](#).  
 Redaktør: [Terje Jansson](#) / Direktør: [Roar Holther](#)  
 Ansvarlig redaktør [Bernt Olufsen](#), administrerende direktør [Aslak Ona](#)  
 © 2000 Verdens Gang AS

\*\*



**Veien snor seg som en tynn kinesisk orm. Vi er på vei fra byen Golmod på vei opp til "himmelems tak" - Tibetplataen. Vi er ennå bare**


**REISERUTEN**


**DELTAKERE**


**SPONSORER**

**Fakta om Tibet**



Tibet er en administrativ region av Kina og ligger i Himalaya sørvest i landet. Historisk var Tibet en egen stat styrt av et presteskap, men kom på 1700-tallet under kinesisk overhøyhet. Etter revolter i 1959 ble landet okkupert av kinesiske tropper.

**Hovedstad:** Lhasa

**Innbyggertall:** 2,2 millioner

**Språk:** Tibetansk som er en del av den sino-burmesiske språkgruppen, som igjen er en undergruppe av de kinesiske språk.

**Valuta:** Renminbi

**Klima:** Tørt klima. Temperaturen avhenger av høyden. Mest nedbør fra mai til september.

**Grenser til:** Tibet har grenser mot Burma, India, Bhutan Nepal.

**Største fjell:** Mount Everest. På grensen til Nepal.

**Filmer om Tibet:** Syv år i Tibet (1998) med Brad Pitt, Kundun (1998) av Martin Scorsese, Lost Horizon (1937)

på 3500m. Alle er kortpustet i bakkene, men uten høydesyke.



... Foto: 0

Se for dere et kobbelt av 15 syklistene i slanke spesialklær, off-roadsyklar, solbriller og hjelmer - med en følgebuss som oser diesel og en mindre følgebil med stadige hakk i giringen.

Landskapet er ørkenaktig med dirrende hete, brune og kalkhvite fjell på begge kanter. En elv går brun av slam, og forsyner seg grådig med mer på vei nedover. Til tross for vann så er det ørken.

Det som slår meg er den enorme kontrasten mellom oss og landskapet omkring oss. Vi kunne like gjerne landet med et romskip lengre nede.

Rundt en sving får vi øye på tre kvinner i munkelignende men enkle brune og gule kledninger. All sin bagasje har de på en trillekjærre. Vi vet hva dette er: munkene på vei til Lhasa. De kaster seg ned på veien, og skal tilbakelegge hele strekningen på den måten kast for kast. Hele sykkelkoblet stanser og begynner å fotografere.

Snart bukter sykkelkilden seg oppover på nytt. Heten slår mot og høyden stjeler kreftene. Slitne kommer vi til et lite sted som heter Nachitai, der vi planlegger å overnatte. Det ligger midtveis i bakkene opp til Kunlunpasset på 4800m.

En ny kontrast møter oss: en kald og ren vannkilde.



Det velter opp. Og over er bygget et fint lite tempeltak med kinesiske drager og benker rundt kilden til å sitte på. Vannet fosser videre gjennom to løvehoder. Der kastet "isbaderne" seg straks uti. Et sjokk for den opphetete kroppen, men etter hvert en god svale.

Senere ble vi inkvartert på et fengsel av en militærkaserne: harde stålsenger og en hjemmemekka pære i taket. Natta bød på torden og troperegn. Men om morgenen smilte kalkfjellene til oss i lav sol.

Vi opplever alltid virkeligheten sterkere ved å bli konfrontert med kontrastene. For oss gjelder det ikke bare det vi ser rundt oss, men også vår indre utfordring med sykling, uvant mat og den store høyden.

Det var forventningsfulle ryttere som i soloppgangen red sine sykler oppover mot Kunlung passet mot himmelens tak.

---

Henvendelser om denne tjenesten rettes til [Webmaster](#).  
Redaktør: [Terje Jansson](#) / Direktør: [Roar Holther](#)  
Ansvarlig redaktør [Bernt Olufsen](#), administrerende direktør [Aslak Ona](#)  
© 2000 Verdens Gang AS

\*\*



	<b>HOVEDSIDE</b>
	<b>REISERUTEN</b>
	<b>DELTAKERE</b>
	<b>SPONSORER</b>
<b>Fakta om Tibet</b>	
	
Tibet er en administrativ region av Kina og ligger i Himalaya sørvest i landet. Historisk var Tibet en egen stat styrt av et presteskap, men kom på 1700-tallet under kinesisk overhøyhet. Etter revolter i 1959 ble landet okkupert av kinesiske tropper.	
<b>Hovedstad:</b>	Lhasa
<b>Innbyggertall:</b>	2,2 millioner
<b>Språk:</b>	Tibetansk som er en del av den sino-burmesiske språkgruppen, som igjen er en undergruppe av de kinesiske språk.
<b>Valuta:</b>	Renminbi
<b>Klima:</b>	Tørt klima. Temperaturen avhenger av høyden. Mest nedbør fra mai til september.
<b>Grenser til:</b>	Tibet har grenser mot Burma, India, Bhutan Nepal.
<b>Største fjell:</b>	Mount Everest. På grensen til Nepal.
<b>Filmer om Tibet:</b>	Syv år i Tibet (1998) med Brad Pitt, <u>Kundun</u> (1998) av Martin Scorsese, <u>Lost Horizon</u> (1937)

**(VG NETT) Vi har møtt en forsmak på Tibet, endel gule munkere – eller gule «hatter», som er den dominerende munkeorden.**

Munkeguttene så rene ut og smilte åpent. De var ved en anledning tydelig interessert i Annys pupper som akkurat da holdt på å sprette ut av en for oppkneppet sykkeltrøye.



**MUNKER:** Munkene vi møtte var åpne og smilende og tittet på jentene med nysgjerrige blikk. Foto: 0

Her har en smilende og tolerant holdning til de kulturelle forskjellene. Så lenge det ikke går på nasjonalismen løs, er det også fri religionsutøvelse.

Langs veien suste vi forbi to underlige skapninger som kastet seg pladask forover og hadde noen store flate votter på hendene til beskyttelse. En trillekjærre med litt pikkpakk som sto parkert rett ved mens de drev sin gymnastikk. Senere forsto jeg at dette var buddhistiske pilgrim�er på vei til Lhasa i Tibet. De kan bruke flere år, og går slik kast i kast hele veien. Både buddhistiske munkere og andre kan gjøre dette.

Religion kan få en merkelig makt over folk. Vi i vest har vært opptatt av Tibets munkere, både fordi noe ved et slikt tilbaketrukket liv kan bli en kontrast for mange, og fordi USA har bestemt seg for å «frigjøre» Tibet gjennom de gule hattene. Så regner jeg vel med de vil henge korset og tornekronen på dem etterpå.

I tillegg til sykling har vi en ambisjon om å prate med munkere i flere klostre i Tibet for å danne oss et mer begrunnet syn på dette ømtåelige spørsmålet.

\*\*



	<a href="#">HOVEDSIDE</a>
	<a href="#">REISERUTEN</a>
	<a href="#">DELTAKERE</a>
	<a href="#">SPONSORER</a>
<b>Fakta om Tibet</b>	
	
Tibet er en administrativ region av Kina og ligger i Himalaya sørvest i landet. Historisk var Tibet en egen stat styrt av et presteskap, men kom på 1700-tallet under kinesisk overhøyhet. Etter revolter i 1959 ble landet okkupert av kinesiske tropper.	
<b>Hovedstad:</b>	Lhasa
<b>Innbyggertall:</b>	2,2 millioner
<b>Språk:</b>	Tibetansk som er en del av den sino-burmesiske språkgruppen, som igjen er en undergruppe av de kinesiske språk.
<b>Valuta:</b>	Renminbi
<b>Klima:</b>	Tørt klima. Temperaturen avhenger av høyden. Mest nedbør fra mai til september.

På vår andre sykkeldag på vei til Tibet, ennå langt inne i Kina på vei til saltsjøen Chaka, møtte vi grusveien. En kampesteinete anleggsvei mesteparten av de 15 milene etappen var på. Stekende sol gjorde ikke omstendighetene enklere.

Jeg var både utmattet, solsvidd og ut av veskebalanse da jeg omsider kom tumlende inn til bygrensen ved Chaka. Endel av rytterne var allerede kommet og ventet på etternølerne.



**SKADET:** Lasse fikk store skader i ansiktet etter en luftetur over sykkelstyret. Her er han plastret etter at han har sydd omkring 30 sting på seg selv. Foto: 0

Jeg bremsset hardt og ukonsentrert med forbremsen, sykkelstyre vippet - de som så på sa at jeg hadde rene Wirkola-stilen med hodet først rett ned i grusen og med henda på baklomma. Det svartnet. Katastrofefølelse.

### Store skader i ansiktet

Noen løsnet føttene mine fra pedalene og helte vann i ansiktet mitt. Overleppa var kløvd med sår helt opp til nesa. Underleppa var kløvd i tre og antakelig vrent nedover og revet løs fra tennene. Men kjeve, tenner og nakke virket bra - bare en fortann løs. Tunga hadde fått et besøk av en tann tvers gjennom seg. Hjelmen som hadde sprukket i sammenstøtet hadde tatt av for noe.

nedbør fra mai til september.

#### Grenser til:

Tibet har grenser mot Burma, India, Bhutan Nepal.

#### Største fjell:

Mount Everest. På grensen til Nepal.

#### Filmer om Tibet:

[Syv år i Tibet](#) (1998) med Brad Pitt, [Kundun](#) (1998) av Martin Scorsese, [Lost Horizon](#) (1937)

Hudskadene måtte renses og sys. Den saken var klinkende klar.

Alliert med vår legekoffert, en tolk, en annen lege og en intensivsykepleier (som begge er med i gruppa), bar det avsted til det lokale sykehus. Mens min skepsis vokste, og kirurgen i meg visket meg et ord i øret.

Jeg bestemte meg for å forsøke å sy selv, via speil. Tilsvarende skader har jeg jo sydd mange ganger. Men til nå hadde ikke anledningen bydd seg til å sy seg selv.

#### Bra team

Vi fikk et enkelt, men rent rom, en benk, en lampe som en pleier holdt, og et passende speil. Deres sterile skadesett var like bra som vårt og sterilere, men flergangsprøyter og nåler til å tre hoppet vi over. Den andre legen, Inge Nessiøy satte bedøvelsen, mens intensivsykepleier Anny Haugli assisterte. Et bra team, selv ute av væskebalanse og med diaretendens!

Det tok sin tid, men bedøvelsen satt og jeg lærte meg å tenke speilvendt med nål og knuter. Til slutt ble resultatet omtrent som jeg hadde stått på andre siden - tror jeg. Over tredve små sting alt i alt.

Etterpå har det gått bedre enn noen ville håpe. Antibiotika og en høyde der bakterier ikke trives, gjør at det gror. Etter halvannen døgn i bussen er jeg tilbake og sykler. Men det er forbannet besværlig å spise og drikke, og utseende med hevelse og plastring skremmer nok selv en kineser på flatmark.

Det kunne gått værre.

---

Henvendelser om denne tjenesten rettes til [Webmaster](#).

Redaktør: [Terje Jansson](#) / Direktør: [Roar Holther](#)

Ansvarlig redaktør [Bernt Olufsen](#), administrerende direktør [Aslak Ona](#)

© 2000 Verdens Gang AS

\*\*





**HOVEDSIDE**



**REISERUTEN**



**DELTAKERE**



**SPONSORER**

### Fakta om Tibet



Tibet er en administrativ region av Kina og ligger i Himalaya sørvest i landet. Historisk var Tibet en egen stat styrt av et presteskap, men kom på 1700-tallet under kinesisk overhøyhet. Etter revolter i 1959 ble landet okkupert av kinesiske tropper.

#### Hovedstad:

Lhasa

#### Innbyggertall:

2,2 millioner

#### Språk:

Tibetansk som er en del av den sino-burmesiske språkgruppen, som igjen er en undergruppe av de kinesiske språk.

#### Valuta:

Renminbi

#### Klima:

Tørt klima. Temperaturen avhenger av høyden. Mest nedbør fra mai til september.

#### Grenser til:

Tibet har grenser mot Burma, India, Bhutan Nepal.

#### Største fjell:

Mount Everest. På grensen til Nepal.

**(VG NETT) Østre Tibet inkluderer Amdoor, et gress- steppe område nær starten av elvene Yellow, Min og Jialiang i nordøst.**

**Amdoor er den regionen det har vært størst kontakt med kulturer fra naboområdene. Dette preger den kulturelle sammensetningen i sletteområdene.**

Xining, (på tibetansk Ziling) der vår reise begynte, ligger på Silkeveien og utviklet seg gjennom handelen mellom Persia og Kina. På sjuhundretallet var det den tibetanske dominansen som var størst. Senere har mange andre kulturer influert på byen. Muslimske imigranter kom fra Sentral-Asia og fra 1860-talet ble de tibetanske byggetradisjonene ødelagt av muslimske opprør. I de senere årene har innvandring av kinesere vært stor, først og fremst fra Nanjingområdet i Midt-Kina.

Vi sykler over Tibetplatået, som før kaltes Stortibet. Det består av høysletter omgitt av fjell. I dagens kinesiske provins Qinghai, der vi er nå, og der vi startet, finnes det en rekke ulike folkegrupper i tillegg til Hankinesere (vanlige kinesere), Hui (muslimer), Zang (tibetanere), Tu (tibetanske budhister), Sala (en folkegruppe som utvandret fra Samarkand, også muslimer) og mongolere.

Xining er en by på ca. 100 000 innbyggere, men byen vokser raskt. Regjeringen har bestemt at regionen skal utvikles, så mange bedrifter investerer her. Når vi dro fra flyplassen til hotellet så vi byggevirksomhet overalt.

**Filmer om Tibet:**

[Syv år i Tibet](#) (1998) med Brad Pitt, [Kundun](#) (1998) av Martin Scorsese, [Lost Horizon](#) (1937)

Henvendelser om denne tjenesten rettes til [Webmaster](#).

Redaktør: [Terje Jansson](#) / Direktør: [Roar Holther](#)

Ansvarlig redaktør [Bernt Olufsen](#), administrerende direktør [Aslak Ona](#)

© 2000 Verdens Gang AS

\*\*



[HOVEDSIDE](#)



[REISERUTEN](#)



[DELTAKERE](#)



[SPONSORER](#)

#### Fakta om Tibet



Tibet er en administrativ region av Kina og ligger i Himalaya sørvest i landet. Historisk var Tibet en egen stat styrt av et presteskap, men kom på 1700-tallet under kinesisk overhøyhet. Etter revolter i 1959 ble landet okkupert av kinesiske tropper.

#### Hovedstad:

Lhasa

#### Innbyggertall:

2,2 millioner

#### Språk:

Tibetansk som er en del av den sino-burmesiske språkgruppen, som igjen er en undergruppe av de kinesiske språk.

(VG NETT) Dagens etappe, 145 km i utkanten av Gobi-ørkenen, har vært den flateste og kjedeligste etappen på langt. Nesten ikke et menneske å se, bortsett fra stedet vi stoppet for å spise lunsj.

De fleste var med å syklet dagens tur. Idag har det ikke vært like varmt som dagene før, men varmere enn de fleste synes er behagelig for lange sykkelturer.

**Valuta:**

Renminbi

**Klima:**

Tørt klima. Temperaturen avhenger av høyden. Mest nedbør fra mai til september.

**Grenser til:**

Tibet har grenser mot Burma, India, Bhutan Nepal.

**Største fjell:**

Mount Everest. På grensen til Nepal.

**Filmer om Tibet:**

[Syv år i Tibet](#) (1998) med Brad Pitt, [Kundun](#) (1998) av Martin Scorsese, [Lost Horizon](#) (1937)

overnattet vi på en veistasjon med ganske enkle forhold.

I kveld har vi rom med dusj og varmt og kaldt vann, (Vi har opplevd at vi fikk kokende varmt vann men ikke kaldt!) og her et vanlig do med dopapir! Herlig!

Golmud er den siste byen vi kommer til før vi når Lhasa, så det blir lenge til nestegang vi får slike forhold.

Henvendelser om denne tjenesten rettes til [Webmaster](#).

Redaktør: [Terje Jansson](#) / Direktør: [Roar Holther](#)

Ansvarlig redaktør [Bernt Olufsen](#), administrerende direktør [Aslak Ona](#)

© 2000 Verdens Gang AS

\*\*



N E T T



	<b><u>HOVEDSIDE</u></b>
	<b><u>REISERUTEN</u></b>
	<b><u>DELTAKERE</u></b>
	<b><u>SPONSORER</u></b>

**Fakta om Tibet**



Tibet er en administrativ region av Kina og ligger i Himalaya sørvest i landet. Historisk var Tibet en egen stat styrt av et presteskap, men kom på 1700-tallet under kinesisk overhøyhet. Etter revolter i 1959 ble landet okkupert av kinesiske tropper.

**Hovedstad:** Lhasa

**Innbyggertall:** 2,2 millioner

**Språk:** Tibetansk som er en del av den sino-burmesiske språkgruppen, som igjen er en undergruppe av de kinesiske språk.

**Valuta:** Renminbi

**Klima:** Tørt klima. Temperaturen avhenger av høyden. Mest nedbør fra mai til september.

**Grenser til:** Tibet har grenser mot Burma, India, Bhutan Nepal.

**Største fjell:** Mount Everest. På grensen til Nepal.

**Filmer om Tibet:** Syv år i Tibet (1998) med Brad Pitt, Kundun (1998) av Martin Scorsese, Lost Horizon (1937)

**(VG NETT) På mandagens lange etappe fikk vi for første gang oppleve sandstorm. Men vi trosset den og syklet samlet de siste milene inn til Nomhom**

Mandag 17. juli. Neste etappe er opplyst til å være ca. 210 km. Første 100 km fortsatt på dårlig anleggsvei. En gruppe på 5 ville forsøke å sykle hele etappen. Resten valgte å ty til fornuften og kjørte buss til det sto igjen ca. 5 mil.

Da gruppa møttes igjen var de syklende slitne, men de uthvilte rytterne sørget for at alle kom trygt fram. For første og forhåpentligvis siste gang fikk vi oppleve sandstorm. Men sta som vi er, trosset vi sandstormen og syklet inn til Nomhon.

### Vi bygging for hånd

Vi fikk oppleve kinesisk veibygging på nært hold. Typisk eksempel på kinamodellen; mange mennesker med få, enkle oppgaver. Alle oppgavene er like viktige. Vi ble



**BYGGER VEI:** De typiske redskapene for en kinesisk anleggsarbeider er handtraktor og spade. Foto: vg

fortalt at det kunne gå flere år før større og tyngre redskaper overtok siste hånden på verket. Vi hadde gjerne sett at det hadde vært utført fortløpende.

Vi har nå oppholdt oss i over 3000 meters høyde og fortsatt er det ingen som har store problemer med høyden.

Nå er middagen akkurat avsluttet. Klokken er kvart på elleve, straks sengetid.

I morgen går turen til Golmud. Derfra starter oppstigning rett opp til 4800 meter. Her vil vi møte den store utfordringen. Følg med!

### Dagens:

...jo nærmere vi kommer himmelen, dess mer ligner det på det motsatte...



-Hvor langt er det til bussen når møteplassen?  
-To fjell

---

Henvendelser om denne tjenesten rettes til [Webmaster](#).  
Redaktør: [Terje Jansson](#) / Direktør: [Roar Holther](#)  
Ansvarlig redaktør [Bernt Olufsen](#), administrerende direktør [Aslak Ona](#)  
© 2000 Verdens Gang AS

\*\*



	<b>HOVEDSIDE</b>
	<b>REISERUTEN</b>
	<b>DELTAKERE</b>
	<b>SPONSORER</b>

**Fakta om Tibet**



Tibet er en administrativ region av Kina og ligger i Himalaya sørvest i landet. Historisk var Tibet en egen stat styrt av et presteskap, men kom på 1700-tallet under kinesisk overhøyhet. Etter revolter i 1959 ble landet okkupert av kinesiske tropper.

**Hovedstad:** Lhasa

**Innbyggertall:** 2,2 millioner

**Språk:** Tibetansk som er en del av den sino-burmesiske språkgruppen, som igjen er en undergruppe av de kinesiske språk.

**Valuta:** Renminbi

**Klima:** Tørt klima. Temperaturen avhenger av høyden. Mest nedbør fra mai til september.

**Grenser til:** Tibet har grenser mot Burma, India, Bhutan Nepal.

**Største fjell:** Mount Everest. På grensen til Nepal.

**Filmer om Tibet:** *Syv år i Tibet* (1998) med Brad Pitt, *Kundun* (1998) av Martin Scorsese, *Lost Horizon* (1937)

(VG NETT) Dårlige veier, kokende hett og sterk ørkenvind gjorde at bare seks ryttere greide å fullføre turen til Dulan på sykkel. Resten av gjengen måtte ty til følgebussen det siste stykket.

Søndag 16. juli. Alle våknet godt uthvilt etter en hard dag i går der de siste 8-10 milene var grov fyllmasse. Utenfor «hotellet» traff vi på en gruppe franskmenn som var imponert over planene våre. De ville fotografere oss til et fransk sports-blad.

### Kina's største saltforekomst

Før vi spiste frokost syklet vi ned til Chaka Salt Lake, Kina's største saltforekomst. En sjø som kan forsyne Kinas befolkning med salt i 90 år. Til tross for at det heter lake er det



**SALTTRANSPORT:** Saltet transporteres fra sjøen til depoet. Vognene lastes opp for hånd. Her er nattskiftet på vei hjem. Foto: 0

ikke noe vann her, kun saltplanter. De høster saltet fra toppen av plantene. Et imponerende syn!

Etter frokost bar turen videre mot Dulan. Et helvetes mareritt! Etter et par mil med asfalt fikk vi 100 km med dårlig annleggsvei. Temperaturen steg



**KAMELER I VEIKANTEN:** Vi kunne godt ha tenkt oss å ha kamelenes evne til å holde egen vannforsyning i mange varme døgn. Foto: 0

og steg. Under lunsj ble temperaturen målt til 45 grader C! Til tross for mye støv og sterk varme var det morsomt å se kamelene langs veiene.

### Ørkenvind

Etter lunsj ble ikke bare varmen og veiene utfordringene, men vind fra ørken gjorde at flere måtte stå av og sitte i følgebussen inn til Dulan. Ved slutten av dagen er det bare 6 ryttere som kan klare hele turen.

## Overnatting i militærleir

Når vi endelig kom fram til Dulan, ble vi innkvartert på en militærforlegning. Tiden på kvelden gikk stort sett med til å vaske sykler, spise og legge seg til å sove for å samle krefter til neste dag.

Henvendelser om denne tjenesten rettes til [Webmaster](#).

Redaktør: [Terje Jansson](#) / Direktør: [Roar Holther](#)

Ansvarlig redaktør [Bernt Olufsen](#), administrerende direktør [Aslak Ona](#)

© 2000 Verdens Gang AS

\*\*



	<a href="#">HOVEDSIDE</a>
	<a href="#">REISERUTEN</a>
	<a href="#">DELTAKERE</a>
	<a href="#">SPONSORER</a>
<b>Fakta om Tibet</b>	
	
Tibet er en administrativ region av Kina og ligger i Himalaya sørvest i landet. Historisk var Tibet en egen stat styrt av et presteskap, men kom på 1700-tallet under kinesisk overhøyhet. Etter revolter i 1959 ble landet okkupert av kinesiske tropper.	
<b>Hovedstad:</b>	Lhasa
<b>Innbyggertall:</b>	2.2 millioner

**CHAKA (VG NETT):** Dagens rute var preget av vegarbeid. Kineserne graver opp hele vegen for å (kanskje) bygge en ny.

Mange birøktere langs veien i dag. Vi kjøpte honning som var et kjærkommet tilskudd til kosten.



**NOMADELEIR:** På toppen av fjellet besøkte vi en fargerik nomadeleir. Foto: Tibet2000

Om formiddagen syklet vi langs Qinghai-sjøen. Vi så mange fugler og mus-kaniner.

### Nomadeleir

På formiddagen var temperaturen behagelig, men etter lunsj ble det veldig varmt igjen. Da startet vi klatringen fra 3200 til over 3800.

Oppe ved toppen var det en stor nomadeleir. Her fikk Anny ride på hest, Inge delte ut puslespill. Besetningen besto av yak-okser, geiter og hester.

### Sydde leppa selv

**Språk:**

Tibetansk som er en del av den sino-burmesiske språkgruppen, som igjen er en undergruppe av de kinesiske språk.

**Valuta:**

Renminbi

**Klima:**

Tørt klima. Temperaturen avhenger av høyden. Mest nedbør fra mai til september.

**Grenser til:**

Tibet har grenser mot Burma, India, Bhutan Nepal.

**Største fjell:**

Mount Everest. På grensen til Nepal.

**Filmer om Tibet:**

Syv år i Tibet (1998) med Brad Pitt, Kundun (1998) av Martin Scorsese, Lost Horizon (1937)

Ned fra fjellet ble det en tøff utforkjøring på røff veg. De fleste ble rimelig godt ristet. Etter dette fortsatte det på en flat, men meget humpete grusvei. Det ble krevende for alle, men vi klarte likevel holde relativt god fart. Alle var lettet og glade da vi nådde Chaka. Eneste skår i gleden var at Lasse stupte over styret og fikk et kutt i leppa. Men det sydde han selv!

Mat og drikke er enda en utfordring. Etterhvert lærer vel alle å spise med pinner. Kosten er sunn, men kanskje ikke ernæringsmessig tilpasset vårt behov og våre mager. Ingen er syke!

**Punkteringer**

Kvelden brukes til å tørke støv av syklene, lappe dekk og smøre kjeder. Det har blitt noen punkteringer. Myk asfalt satt seg i dekkene første dagen og har gjort at steiner og glassbiter setter seg fast i dekkene. Etterhvert eter disse seg gjennom dekkene og lager hull i slangene.

De som ble plaget litt av høyden i går, er stort sett bedre i dag. Egentlig har vi hatt mindre problemer med høyden enn vi trodde, men så har vi de store høydene igjen om noen dager.

Henvendelser om denne tjenesten rettes til [Webmaster](#).

Redaktør: [Terje Jansson](#) / Direktør: [Roar Holther](#)

Ansvarlig redaktør [Bernt Olufsen](#), administrerende direktør [Aslak Ona](#)

© 2000 Verdens Gang AS

\*\*



	<b>HOVEDSIDE</b>
	<b>REISERUTEN</b>
	<b>DELTAKERE</b>
	<b>SPONSORER</b>

**Fakta om Tibet**



Tibet er en administrativ region av Kina og ligger i Himalaya sørvest i landet. Historisk var Tibet en egen stat styrt av et presteskap, men kom på 1700-tallet under kinesisk overhøyhet. Etter revolter i 1959 ble landet okkupert av kinesiske tropper.

**Hovedstad:** Lhasa

**Innbyggertall:** 2,2 millioner

**Språk:** Tibetansk som er en del av den sino-burmesiske språkgruppen, som igjen er en undergruppe av de kinesiske språk.

**Valuta:** Renminbi

**Klima:** Tørt klima. Temperaturen avhenger av høyden. Mest nedbør fra mai til september.

**Grenser til:** Tibet har grenser mot Burma, India, Bhutan Nepal.

**Største fjell:** Mount Everest. På grensen til Nepal.

**Filmer om Tibet:** Syv år i Tibet (1998) med Brad Pitt, Kundun (1998) av Martin Scorsese, Lost Horizon (1937)

**ZHANGFANG (VG NETT) Vi er i gang. Første dag med sykling gikk over all forventning, med en snittfart på 21 km/t.**

Dagens etappe på 155 km starter i Xining og ender i Zhangfang. Høyeste punkt på etappen er Sun - Moon Pass på 3550 moh.



**Stort presseoppbud**

INTERVJU: Lasse intervjues av lokal TV.  
Foto: TIBET 2000

Dagen startet med oppbud fra lokal presse og media. Stort oppbud av journalister og TV. Den lokale leder for reiseselskapet møtte opp og ønsket oss lykke til og god tur.

Vi ble loset ut av Xining av byens politi. Det var bra for trafikken var tøff.

Like ut av Xining starter klatringen oppover mot Sun-Moon Pass. Det var jevn stigning, og alle holdt jevnt tempo opp til 3000 m. Da ble det litt strekk i feltet og enkelte fikk litt problemer.

**Krevende varme**

Vi har tatt mye høyde på en dag, likevel er ingen blitt plaget av høydesyke. Varmen og sola ble kanskje mer krevende for mange. Ingen skygge gjorde oss veldig utsatt for varmen.

Langs veien har vi fått et lite innblikk i daglig livet i Kina. Vi er imponert over måten de utnytter de lokale forutsetningene. Byggevirksomhet så vi også overalt.

**Møtt med hvite skjerf**

Vel framme i Zhangfang ble vi møtt med hvite skjerf, som er et symbol for fred og vennskap, lokalt brennevin og danseoppvisning. Uforglemmelig!

Vi ligger ved bredden av Qinghai-sjøen. Kina's største saltsjø med et fantastisk fugleliv. Hit

kommer mange trekkfugler fra hele verden i sesongen.

### Over all forventning

Oppsummering etter første dage er at det har gått over all forventning; ingen er syke og alle ser fram til en litt lettere etappe i morgen.

---

Henvendelser om denne tjenesten rettes til [Webmaster](#).  
Redaktør: [Terje Jansson](#) / Direktør: [Roar Holther](#)  
Ansvarlig redaktør [Bernt Olufsen](#), administrerende direktør [Aslak Ona](#)  
© 2000 Verdens Gang AS

\*\*



	<b>HOVEDSIDE</b>
	<b>REISERUTEN</b>
	<b>DELTAKERE</b>
	<b>SPONSORER</b>

**Fakta om Tibet**



Tibet er en administrativ region av Kina og ligger i Himalaya sørvest i landet. Historisk var Tibet en egen stat styrt av et presteskap, men kom på 1700-tallet under kinesisk overhøyhet. Etter revolter i 1959 ble landet okkupert av kinesiske tropper.

**Hovedstad:** Lhasa

**Innbyggertall:** 2,2 millioner

**Språk:** Tibetansk som er en del av den sino-burmesiske språkgruppen, som igjen er en undergruppe av de kinesiske språk.

**Valuta:** Renminbi

**Klima:** Tørt klima. Temperaturen avhenger av høyden. Mest nedbør fra mai til september.

**Grenser til:** Tibet har grenser mot Burma, India, Bhutan Nepal.

**Største fjell:** Mount Everest. På grensen til Nepal.

**Filmer om Tibet:** *Syv år i Tibet* (1998) med Brad Pitt, *Kundun* (1998) av Martin Scorsese, *Lost Horizon* (1937)

**XINING(VG NETT) En optimistisk veltrimmet gjeng har kommet velberget med sykler og seg selv via Beijing til Xining som er provinshovedstad i Qinghai.**

Det er en by på Oslos størrelse, men ellers så forskjellig. Majoriteten av inbyggerne er muslimer. Dette er en av de fattigste regionene i Kina.



**I GANG:** Anny skifter dekk på sykkelen. Foto: Tibet2000

Men nå skal det satses! Foruten oss så ankom idag Kinas visestatsminister for å få fart på utviklingen.

### Tørr luft

Selv om høyden til Xining tilsvarer Gallhøpiggen, er det en varm sommertemperatur og tørr luft. Bare vi unngår høydesyke, er dette et fint utgangspunkt. Likevel har ingen utenlandsk sykkelgruppe våget å ta seg i kast med denne ruten til Lhasa.

### Falt i fisk

Beijing universitet annonserte i år at de skulle organisere den første ekspedisjon, men den falt i fisk.



**ENDELIG FREMME:**Harald og Anny på flyplassen i Xining. Foto: tibet2000

Men klarer vi brasene og å sykle hundre prosent? Har vi også tatt oss vann over hodet? Utfordringene blir store så følg med fra deg til dag på denne siden.

\*\*



	<a href="#">HOVEDSIDE</a>
	<a href="#">REISERUTEN</a>
	<a href="#">DELTAKERE</a>
	<a href="#">SPONSORER</a>

**Fakta om Tibet**



Tibet er en administrativ region av Kina og ligger i Himalaya sørvest i landet. Historisk var Tibet en egen stat styrt av et presteskap, men kom på 1700-tallet under kinesisk overhøyhet. Etter revolter i 1959 ble landet okkupert av kinesiske tropper.

**Hovedstad:** Lhasa

**Innbyggertall:** 2,2 millioner

**Språk:** Tibetansk som er en del av den sino-burmesiske språkgruppen, som igjen er en undergruppe av de kinesiske språk.

**Valuta:** Renminbi

**Klima:** Tørt klima. Temperaturen avhenger av høyden. Mest godbar fra mai til september.

## Sykkeltur i Danmark holder ikke lenger. I sommer skal det sykles i 4000 meters høyde til Tibet! Du kan følge hele turen her på VG Nett.

11 menn og 3 kvinner skal tilbringe ferien på sykkeltur fra Xining i Kina til Tibets hovedstad Lhasa. Følget har valgt en dristig rute over det tibetanske plataået. De skal forsere en strekning på totalt 2000 kilometer i over 4000 meters høyde over havet.



**BERG OG DALAI LAMA:** Denne gjengen skal over høye fjell til Dalai Lamas hjemland på sykkel. Bak fra venstre: Einar Skåre og Kari Semb. Midten fra venstre: Inge Vidar Bråten, Asbjørn Sterri, Trond Helgestad, Inge Nessjø og Helge Robertsen. Foran fra venstre: Lasse Efskind, Øystein Rohlf, Anny Hauglid, Terje Lund og Harald Orderud. Foto: Jan Petter Lynau

Bak turen står blant andre tidligere verdensrekordholder på 500 og 1000 meter på skøyter, Lasse Efskind. 56-åringen har de siste årene arrangert flere sykkelprosjekter, blant annet «Jorden rundt på 80 dager» som det er skrevet bok om, og «Maos lange marsj» i Kina i 1998. Nå er det Tibet som skal beseires.

- Vi skal ikke bare sykle - vi skal også søke annen kunnskap. Kulturell og fysisk utfordring skaper innsikt, sier Efskind.

### Blandet felt

- Noen er proffe syklister som jevnlig deltar i



nedbør fra mai til september.

**Grenser til:**

Tibet har grenser mot Burma, India, Bhutan Nepal.

**Største fjell:**

Mount Everest. På grensen til Nepal.

**Filmer om Tibet:**

Syv år i Tibet (1998) med Brad Pitt, Kundun (1998) av Martin Scorsese, Lost Horizon (1937)

sykkelritt - andre er mosjonister med begrenset antall timer bak seg på sykkelsetet, forteller Efskind.

Flere av deltagerne denne gang var også med i 1998. Med på turen blir dessuten tidligere landslagssjef i langrenn, Inge Vidar Bråten (52).

- Når en ikke trener andre, får en sørge for å holde seg selv i form, spøker den spreke 52-åringen som nå jobber med lederutvikling. Øystein Rohlff (60) har syklet siden 1964, har deltatt i Styrkeprøven fra starten i 1967 og har fullført 34 ganger på rad. Han har syklet flere lange strekninger både i USA, Kina, Frankrike, Alpene og Storbritannia. Han har dessuten overvært 22 verdensmesterskap i sykkel.

- Da jeg hørte om turen var interessen min vakt med en gang. Tibet er en sånn «en gang i livet»-erfaring som jeg bare måtte være med på. Jeg gleder meg veldig til turen, til tross for noe skremsel om høydesyke, sier 60-åringen.

Han er ikke alene om å ha respekt for høyden. De 14 deltagerne er imidlertid godt forberedt. De har i ukevis fulgt et hardt sykkelprogram for å være klar til turen. Med dagsetapper på mellom 10 og 20 mil gjelder det å være i god form.

- Vi er spente på hvordan vi vil reagere på høyden, ja. Vi har ikke ligget i høydetrening før turen, men har konferert med Olympiatoppens eksperter på området, og fått gode råd, sier Harald Orderud (47). Tynn luft, utfordrende landeveier og kulden på 5000 meters høyde, kan føre til at sykkel HH etappene på opptil 20 mil blir krevende.

**Startpunkt på 2300 m**

- Vi har lagt opp ruten slik at vi får en gradvis tilvenning av høyden. Startpunktet vårt ligger på «bare» 2300 meter - mens det høyeste punktet er 5200 m.o.h., forteller Efskind.

Skulle uhellet likevel være ute, og noen bli syke - finnes råd også mot det. Flere av deltagerne er leger, en er tannlege og syklistene har med seg følgebiler hele veien, for sikkerhetens skyld. Turen varer i tre uker - og avsluttes med et par dager i hovedstaden Lhasa. Langs hele ruten er det lagt

opp til kulturelle stopp.

Du kan selv følge turen direkte her i VG. På hjemmesiden til « [TIBET 2000](#) » vil deltagerne daglig oppdatere oss her hjemme om opplevelser og legge ut bilder fra turen.

---

Henvendelser om denne tjenesten rettes til [Webmaster](#).  
Redaktør: [Terje Jansson](#) / Direktør: [Roar Holther](#)  
Ansvarlig redaktør [Bernt Olufsen](#), administrerende direktør [Aslak Ona](#)  
© 2000 Verdens Gang AS

\*\*\*