



ASIEN: NEPAL

NEPAL – MANASLU LODGE-TREK

> 12-tägiges Trekking (6 - 9 Std. täglich)

Auf einer kontrastreichen Route den Eisriesen Manaslu umrunden

Von subtropischen Wäldern bis in das vergletscherte Hochgebirge wandern

Am Larkya-Pass den Rundblick auf die umliegenden Bergketten genießen

In den Dörfern Deng und Tilje den Alltag der Bergvölker Nepals miterleben

Den starken Einfluss der tibetischen Kultur im Manaslu-Massiv spüren

Vom Tempelkomplex Swayambhunath den Blick über Kathmandu schweifen lassen

Wie ein weißer Pfeil ragt die Doppelspitze des Manaslu in den dunkelblauen Himmel. Buddhistische Gedenkschreine mit vergoldeten Spitzen und sorgsam aufgeschichtete Steinplatten mit dem eingemeißelten Mantra „Om mani padme hum“ weisen den Weg rund um den „Berg der Seele“. Links und rechts auf den Feldern werden Mais und Getreide angebaut. Frauen in bunten Saris und beladene Maultiere nutzen den alten Handelspfad, auf dem einst die Yak-Karawanen Holz nach Tibet brachten und mit Salz zurückkehrten. Wir wandern vom Dorf Soti Khola aus durch fruchtbare Reisterrassen, folgen dem Pfad entlang des Buri-Gandaki-Flusses und begegnen dabei immer wieder grasenden Yaks. Monotoner Gesang von Mönchen lockt uns ins Innere eines Klosters und offenbart uns Geheimnisse der tibetischen Kultur. Die Grenze in das Nachbarland Tibet ist von hier nur einen Steinwurf entfernt. Auf unserem Weg wechselt die Vegetation von Rhododendron- und Bambuswäldern mit weißen Orchideen zu Fichten- und Tannenwäldern mit dichtem Unterholz. Im Hintergrund scheinen der Schnee und das ewige Eis des Singri-Gletschers fast unwirklich. Plötzlich dringt das Geräusch der im Wind flatternden Gebetsfahnen an unser Ohr, dann erblicken auch unsere Augen das bunte Gewirr aus Fähnchen: Wir stehen am Pass, dem 5.105 m hohen Larkya-Pass, und staunen über das grandiose Bergpanorama. Über die malerischen Gurung-Dörfer im Tal des Dudh Kosi erreichen wir schließlich das Marsyangdi-Tal, das Ende unseres Treks. Der Geist des Manaslu mit seinem majestätischen Gipfel begleitet uns zurück nach Kathmandu – und sicher auch bis in die Heimat.



REISEDETAILS

1. Reisetag: Tag 1 Anreise nach Nepal

Flug nach Kathmandu mit Ankunft am nächsten Tag.

2. Reisetag: Tag 2 Ankunft in Kathmandu

Ankunft in Kathmandu und Transfer mit unserer örtlichen Hauser-Reiseleitung zum Hotel in Kathmandu. Je nach Ankunftszeit ist Gelegenheit zum Ausruhen und zu einem ersten Stadtbummel durch die Altstadt von Kathmandu. Die Hotelzimmer stehen eventuell erst ab mittags zur Verfügung. Beim gemeinsamen Abendessen besprechen wir die Unternehmungen der folgenden Tage.

Fahrzeit: von 0.5 Std. - bis 0.5 Std.

Fahrstrecke: von 6 km - bis 6 km

3. Reisetag: Tag 3 Fahrt über Arughat nach Soti Khola

Heute fahren wir in das Städtchen Arughat, dem größten Ort im Buri Gandaki-Tal. Wir überqueren den 1.500 m hohen Thankot-Pass und folgen den Serpentine hinab ins Trisuli-Tal. Nun geht es ein Stück am Fluss entlang, dann über Dading Besi an den Buri Gandaki (Gandaki = Tal, Schlucht) und schließlich nach Arughat. Auf der Fahrt, vorbei an Dörfern und Terrassenfeldern, sehen wir bei gutem Wetter bereits die Bergketten von Ganesh, Manaslu und Annapurna am Horizont. Von Arughat (ca. 550 m) fahren wir bis zu unserer Lodge im Dorf Soti Khola (700 m). In stetigem Auf und Ab geht es am Fluss entlang und durch Dörfer der Volksgruppen der Magar und Newar. Weizen und Reisterrassen säumen den Weg, sogar eine Zuckerrohrplantage gibt es dort. Beim letzten, etwas größeren Ort Arket leuchten im Talhintergrund die Schneefelder der Gletscher des Ganesh Himal.

Fahrzeit: von 8.5 Std. - bis 8.5 Std.

Fahrstrecke: von 140 km - bis 140 km

4. Reisetag: Tag 4 Start des Trekkings, Wanderung über Lapu Besi nach Machha Khola

Wir beginnen unser Trekking. Ein Weg ca. 100 m oberhalb der Schlucht führt uns weiter hoch, bis wir vor Lapu Besi wieder an den Fluss gelangen. Links des Flusses geht es dann wieder leicht bergan, an einem schönen Wasserfall vorbei bis zu unserer Lodge (870 m) beim Machha Khola (Machha = Fisch).

Gehzeit: von 4 Std. - bis 5 Std.

Höhe: Aufstieg 730 Hm - Abstieg 540 Hm

5. Reisetag: Tag 5 Wanderung über Doban nach Jagat

Wieder oberhalb des Tales geht es weiter, teils durch Wälder, in denen wir mit etwas Glück Languren beobachten können. Die Languren - eine Primatengruppe aus Asien - gehören zu den Schlankaffen innerhalb der Familie der Meerkatzenverwandten. Am Talboden erreichen wir die heißen Quellen in Tatopani und später den Ort Doban (1.070 m). Auf den Feldern werden Mais und Getreide angebaut. In der engen Schlucht des Buri Gandaki führt der Weg oberhalb des tosenden Wassers entlang, bevor das Tal sich dann wieder plötzlich öffnet und breiter wird. Durch diese kontrastreiche Landschaft geht es weiter bis zu den Häusern von Jagat (1.340 m).

Gehzeit: von 8 Std. - bis 9 Std.

Höhe: Aufstieg 980 Hm - Abstieg 500 Hm

6. Reisetag: Tag 6 Wanderung über Philim nach Ekle Bhatti

Nach den ersten beiden recht langen Trekkingtagen, ist die heutige Etappe etwas kürzer. An den ersten Manimauern (Gebetsmauern) und Tschörten (Schreinen) erkennen wir, dass wir ins Siedlungsgebiet der Tamang gelangen, die Anhänger des tibetischen Buddhismus sind. Ausblicke auf den Sringi Himal und Ganesh Himal bieten sich uns unterwegs nach Philim und weiter bis nach Ekle Bhatti (1.600 m), unserem Tagesziel.

Gehzeit: von 3 Std. - bis 4 Std.

Höhe: Aufstieg 500 Hm - Abstieg 300 Hm

7. Reisetag: Tag 7 Wanderung über Deng nach Bihi

Mehrere Dörfer erstrecken sich an den steilen Hängen oberhalb der teils engen Schlucht. Wir wechseln mehrmals über Hängebrücken die Uferseite und wandern das Tal des Buri Gandaki weiter hinauf bis Nyak Besi. Mäßig ansteigend führt unser Weg weiter bis zur Ortschaft Deng (1.850 m). Dort gibt es schöne Natursteinhäuser mit Schindeldächern zu sehen und ein Tschörten mit Steinmandala. Nach dem Mittagessen geht es dann weiter nach Bihi (2.130 m), unserem heutigen Tagesziel.

Gehzeit: von 6 Std. - bis 7 Std.

Höhe: Aufstieg 1220 Hm - Abstieg 730 Hm

8. Reisetag: Tag 8 Wanderung über Ghap nach Namrung

Wir wandern weiter bis zum Bothia-Dorf Ghap (2.160 m). Wir wechseln zur Südseite des Buri Gandaki und laufen während dieser Tagesetappe etwa parallel zu der nur 5 km entfernten tibetischen Grenze. Stets auf der linken Talseite bleibend, gewinnen wir über einzelne Dörfer und Gehöfte wie Syugjang und Bangsam stets an Höhe. Tschörten und Manimauern säumen den Weg. Vorbei an Feldern führt unsere Route bis zum Dorf Namrung (2.650 m).

Gehzeit: von 5 Std. - bis 6 Std.

Höhe: Aufstieg 850 Hm - Abstieg 290 Hm

9. Reisetag: Tag 9 Wanderung nach Shyala Gaon

Unsere Route verläuft teilweise durch herrliche Nadelwälder und direkt unterhalb der gewaltigen Ostabstürze des Manaslu Himal langsam höher. Bald betreten wir das einst sagenumwobene Hochtal von Sama und wandern bis zum etwa 3.500 m hoch gelegenen Dorf Shyala Gaon.

Gehzeit: von 6 Std. - bis 7 Std.

Höhe: Aufstieg 1160 Hm - Abstieg 250 Hm

10. Reisetag: Tag 10 Wanderung über Punggyen Gompa nach Sama Gaon

Heute gibt es zwei Varianten. Wer sich fit fühlt, der wandert zunächst zum Punggen-See und weiter hinauf bis zur Punggyen Gompa. Der Pfad führt oberhalb des Punggen-Gletschers vorbei in Richtung Südwesten und eröffnet herrliche Blicke auf das Manaslu-Massiv mit dem 8.163 m Hauptgipfel und links davon den Peak 29 (7.871 m, auch Nadi Chuli genannt). Von dort aus geht es zunächst wieder zurück zur Haupttrekkingroute und dann zum 3.530 m hoch gelegenen Dorf Sama Gaon. Diejenigen, die sich heute nicht so fit fühlen, gehen auf direktem Weg nach Sama Gaon.

Gehzeit: von 4 Std. - bis 5 Std.

Höhe: Aufstieg 650 Hm - Abstieg 710 Hm

11. Reisetag: Tag 11 Wanderung nach Samdo

Wir lassen den Manaslu-Gletscher links liegen und halten uns im Tal nordwärts. Wir nächtigen im Ort Samdo (3.690 m), wo sich tibetische Flüchtlinge niedergelassen haben. Der freie Nachmittag dient uns zur weiteren Akklimatisation.

Gehzeit: von 3 Std. - bis 4 Std.

12. Reisetag: Tag 12 Wanderung über Larkya Bazar nach Dharamsala

Hinter Samdo gabelt sich der Weg. In nordöstlicher Richtung geht es über einen für uns verbotenen 5.000er-Pass nach Tibet. Wir folgen dem Buri Gandaki bis zum einst blühenden Larkya Bazar (4.090 m) und steigen weiter auf bis zu unserer Unterkunft kurz vor Dharamsala auf 4.470 m Höhe. Wir ruhen uns aus und sammeln Kräfte für die morgige Schlüsselstelle der Tour.

Die Nacht verbringen wir in einer Lodge, die über Mehrbettzimmer verfügt.

Gehzeit: von 3 Std. - bis 4 Std.

Höhe: Aufstieg 640 Hm - Abstieg 50 Hm

13. Reisetag: Tag 13 Überschreitung des Larkya La und Wanderung nach Bimthang

Früh aufstehen ist angesagt. Gleichmäßig führt der Weg über Moränen hinauf zum Larkya La (5.105 m). Bei klarer Sicht erwartet uns ein grandioser Panoramablick auf die Sechs- und Siebentausender des Larkya, Cheo und Himlung Himal im Norden und auf den Manaslu Himal im Süden. Wir reißen uns vom Pass los und folgen einem Moränenrücken gemächlich abwärts. Dann geht es durch steileres Gelände ins Tal des Dudh Khola. Vorbei an einzelnen Hütten und dem Pokar-See treffen wir unterhalb des Quellbereichs des „Milchflusses“ auf die erste Siedlung. Bei Bimthang (auch Bimdakothi genannt), das inmitten eines großartigen Gletscherkessels auf etwa 3.800 m liegt, steht unsere Lodge.

Gehzeit: von 9 Std. - bis 10 Std.

Höhe: Aufstieg 760 Hm - Abstieg 1500 Hm

14. Reisetag: Tag 14 Wanderung über Gowa nach Tilje

Im Tal des Dudh Khola wandern wir südwärts hinab und verlieren beachtlich an Höhe. Wir wechseln von der Ost- auf die Westseite hinüber. Blicken wir nach oben, haben wir gigantische Einblicke in die Westabstürze des Manaslu. Prächtige Rhododendronwälder - im Frühjahr ein Blütenmeer - säumen den Weg talauswärts. Über das Gurungdorf Gowa (2.515 m) erreichen wir unser Etappenziel Tilje (2.300 m).

Gehzeit: von 6 Std. - bis 7 Std.

Höhe: Aufstieg 90 Hm - Abstieg 1640 Hm

15. Reisetag: Tag 15 Wanderung über Tal nach Jagat und Ende des Trekkings

Wir treffen auf die Mündung des Dudh Khola in den Marsyangdi Khola. Dieser Fluss hat sich zwischen Annapurna und Manaslu Himal eine der tiefsten Schluchten der Welt gebahnt. Wir befinden uns nun auf der klassischen Route zur Annapurna-Umrundung. Über die kleine Ortschaft Dharapani (1.960 m) wandern wir talwärts, wobei wir mehrmals den Marsyangdi auf Hängebrücken queren. Schließlich treffen wir in unserer Lodge in Jagat (1.300 m) ein. Am Abend können wir eine Abschiedsfeier mit unserer Begleitmannschaft veranstalten.

Gehzeit: von 6 Std. - bis 7 Std.

Höhe: Aufstieg 550 Hm - Abstieg 1450 Hm

16. Reisetag: Tag 16 Fahrt über Besisahar nach Kathmandu

Mit Jeeps legen wir über eine Schotterpiste im Marsyangdi-Tal die Strecke bis Besisahar zurück. Wir kommen vorbei an kleinen Siedlungen wie Syange, deren Einwohner vom Reisanbau leben, und erreichen über Bahundanda und das Dorf Bhulbhule unser erstes Etappenziel. In Besisahar steigen wir in einen Bus um und legen die zweite Etappe zurück. Weiter durch das Marsyangdi-Tal geht es nach Dumre. Hier treffen wir auf die Hauptstraße, die von Pokhara nach Kathmandu führt. Nun liegen noch etwa 140 km über Mugling und den Thankot-Pass bis nach Kathmandu vor uns. Auf dem Weg legen wir eine Mittagspause in einer Raststätte ein. Im Laufe des frühen Abends treffen wir in Kathmandu ein.

Fahrzeit: von 8 Std. - bis 8 Std.

Fahrstrecke: von 200 km - bis 200 km

17. Reisetag: Tag 17 Besichtigungen im Kathmandu-Tal und Rückflug nach Deutschland

Der halbe Tag steht zur freien Verfügung, um mit Ihrer Reiseleitung (fakultativ) oder individuell Ausflüge und Besichtigungen im Kathmandu-Tal unternehmen zu können. Wir empfehlen den Besuch von Kathmandu mit dem Durbar Square und einen Spaziergang nach Swayambunath. Aus unserem Hotel checken wir bereits am Vormittag aus, können unser Gepäck aber dort verwahrt lassen. Am Abend werden wir zum Flughafen gebracht und treten den Rückflug an.

18. Reisetag: Tag 18 Ankunft in Deutschland

Am Morgen landen wir in Deutschland.

Fahrzeit: von 0.5 Std. - bis 0.5 Std.

Fahrstrecke: von 6 km - bis 6 km

TERMINE UND PREISE			
von	bis	Plätze	Preis in €
10.11.2021	27.11.2021	X	2.735 €

Viele = ✓ Wenige = ! keine = X

LEISTUNGEN

- > Lokale Hauser-Reiseleitung ab/bis Kathmandu
- > Flug mit Qatar Airways ab/bis Frankfurt via Doha nach Kathmandu
- > Derzeitige Flughafensteuer, Abflugsteuer und Sicherheitsgebühren
- > Rail&Fly-Fahrkarte ab/bis deutsche Grenze
- > 15 x Frühstück, 13 x Mittagessen, 14 x Abendessen
- > Übernachtung 2 x in Mittelklassehotels, 13 x in Lodges (Gemeinschaftsbad, 1 x Mehrbettzimmer)
- > Gepäcktransport
- > Begleitmannschaft
- > Reisekrankenschutz

ZUSATZLEISTUNGEN

- > Andere deutsche Abflughäfen vorbehaltlich Verfügbarkeit: 50,00 €; Wien, Zürich: Aufpreis auf Anfrage (0 €)
- > Flugabzug möglich; Preis auf Anfrage (0 €)
- > Einzelzimmerzuschlag (umfasst 2 Nächte) 100,00 € (0 €)
- > Einzelzimmerzuschlag (100 €)
- > Einzelzimmerzuschlag (100 €)
- > Einzelzimmerzuschlag (100 €)
- > Einzelzimmerzuschlag (100 €)
- > Einzelzimmerzuschlag (100 €)
- > Einzelzimmerzuschlag (100 €)
- > Einzelzimmerzuschlag (100 €)
- > Einzelzimmerzuschlag (100 €)
- > Einzelzimmerzuschlag (100 €)

NICHT ENTHALTENE LEISTUNGEN

- > Visagebühren
- > Weitere Mahlzeiten und Getränke (ca. 100,00 €)
- > Trinkgelder
- > Individuelle Ausflüge und Besichtigungen

TEILNEHMER/INNEN

Mindestanzahl von Personen: 4

Maximalanzahl von Personen: 12

ATMOSFAIR

nachdenken • klimabewusst reisen

atmosfair



NEUE ENERGIE FÜR NEPAL: Helfen Sie das Klima zu schützen! Beim Hin- und Rückflug für eine Person nach Nepal entstehen klimarelevante Emissionen in Höhe von **3680 kg**. Durch einen freiwilligen Beitrag von **86 €** unterstützen Sie unser engagiertes Klimaschutzprojekt **NEUE ENERGIE FÜR NEPAL** und tragen so zur Entlastung unseres Klimas aktiv bei.

ZAHLUNGSMODALITÄTEN

- > Höhe der Anzahlung in Prozent des Reisepreises: 20%
- > Fälligkeit der Restzahlung: 28 Tage vor Reisebeginn
- > Sofern bei der Reise eine Mindestteilnehmerzahl ausgeschrieben ist, ist bei Nichterreichen der Mindestteilnehmerzahl ein Rücktritt vom Reisevertrag seitens des Veranstalters bis spätestens 28 vor Reisebeginn möglich.
- > Bei kurzfristigen Buchungen (weniger als 28 Tage vor Reisebeginn) ist der Reisepreis, sofern keine Absage nach AGB Ziffer 5.1. mehr erfolgen kann, bei Übergabe der Reiseunterlagen sofort fällig.

Alle Fragen zur Ausschreibung beantwortet Ihnen der jeweilige Veranstalter unter den oben aufgeführten Kontaktdaten, der für die Angaben und Informationen zur Reise verantwortlich ist.