



ASIEN: OMAN

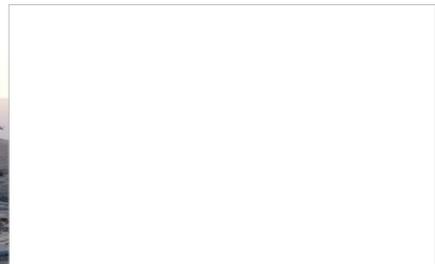
## OMAN TREKKINGREISE INTENSIV - AKHDAR & SHARQIYAH

- > 15-tägige anspruchsvolle Trekkingreise
- > intensive Naturerlebnisse in den Gebirgen Omans
- > 5-tägige Überquerung des Djabal Akhdar
- > Canyoning im ganzjährig Wasser führenden Wadi Bani Khalid
- > mit Lasteseln über die kargen Höhen des Hadjar ash-Sharqi (3 Tage)
- > Erkundung der Hauptstadt Muscat und der Dhow-Werften von Sur

Der Jebel Akhdar ist eine Welt für sich: Fruchtbare Terrassenfelder, verwitterte Dörfer, windzerzauste Hochebenen und weite Blicke begleiten unser 5-tägiges Trekking. Am Fuß dieses "Grünen Bergs" erwartet uns der berühmte Freitagsmarkt in Nizwa. Anschließend führt der Weg hinauf in das schroffe Sharqiyah-Gebirge, diesmal in Begleitung von Lasteseln. Das Ergebnis ist eine sehr behutsame Entdeckung des Landes, die sich fast ausschließlich auf die eigenen Füße verlässt.

Vom Kernland Inner-Omans aus gelangen wir in weniger als einem halben Fahrtag ins Wadi Bani Khalid. Nach einem Schwimmtrekking durch die Schluchten seines Unterlaufs starten wir zu unserer Überquerung der Sharqiyah-Berge. Bergnomaden mit ihren Trageseln sind nun unsere Begleiter. Für drei Tage sind wir mit ihnen unterwegs auf Pfaden, die ohne sie im Zeitalter des Geländewagens längst in Vergessenheit geraten wären.

Zur Erholung genießen wir anschließend eine entspannte Zeit in Sur direkt am Strand. Wer mag, nutzt die Gelegenheit zu einer geführten Schildkrötenbeobachtung bei Nacht.



# REISEDETAILS

## 1. Reisetag:

Flughafentransfer vom bzw. zum Flughafen/Airport  
Heute übernehmen Sie Ihren Mietwagen.

**Muscat | Hotel \*\* | 1 Nacht (F)**

## 2. Reisetag: Von der Hauptstadt durch das Wadi Bani Awf auf den Jebel Shams

Unser erstes Ziel am Morgen ist die Große Moschee, die Sultan Qaboos Grand Mosque. Anschließend verlassen wir die von Geschäftigkeit brummende Hauptstadtregion und erreichen so bereits am Nachmittag das auf einem Fels thronende Fort von Nakhl. Auf serpentinenreichen Straßen erklimmen wir den Jebel Shams durch das Wadi Bani Awf. Unser Lager schlagen wir bei Sharaf al-Alamayn (2.250 müNN) hoch oben an der erst vor wenigen Jahren geschobenen Passstraße auf.

**Sharaf al-Alamayn | Zelt - | 1 Nacht**

## 3. Reisetag: Trekking am Jebel Akhdar: Von Sharaf nach Qiyut

Heute beginnt unser Trekking am Jebel Akhdar. Am Morgen verladen wir unser Gepäck auf die Begleitfahrzeuge. Wir folgen zunächst dem Sattel des Djabal Shams nach Osten. Nach Norden hin eröffnen sich immer wieder weite Blicke hinunter ins Tal - dort liegen das für seine Terrassenfelder berühmte Dorf Bilad Sayt, und das Wadi Bani Awf. Dabei bewegen wir uns durchgehend auf einer Höhe zwischen 2.200 und 2.400 Metern. Nahe der Ortschaft Qiyut schlagen wir unsere Zelte auf. Den größten Teil der Tagesetappe legen wir während der Morgenstunden zurück. Zur Mittagszeit suchen wir uns einen einladenden, möglichst auch schattigen Platz, an dem wir eine längere Pause einlegen und uns mit einem Picknick stärken. Am Nachmittag sind wir nochmals etwa zwei bis drei Stunden unterwegs, um unseren Campplatz zu erreichen. Nach dem Zeltaufbau und einer kurzen Erkundung der Umgebung beginnen wir mit dem abendlichen Kochen.

**Qiyut | Zelt - | 1 Nacht**

## 4. Reisetag: Trekking am Jebel Akhdar: Ras al-Mukhaybiah, Wadi Tanuf, Ru'us

Unser Wanderziel ist heute das Dörfchen Ru'us. Ein erster Pass ist am Ras al-Mukhaybiah (2.450 müNN) zu überwinden. Gleich neben der Moschee von Ru'us (1.950 müNN) haben die Dorfbewohner eine Madjlis errichtet. Ihre Mauern sind sorgfältig aus Naturstein gesetzt, und von den breiten Laibungen der Fensteröffnungen genießen wir bei einer Tasse Kaffee einen atemberaubenden Blick in die Ferne, über die Schluchten des Wadi Bani Kharus gen Meer hin.

**Ru'us | Zelt - | 1 Nacht**

## **5. Reisetag: Trekking am Jebel Akhdar: Zum Ras al-Shaykh**

Von Ru'us aus folgen wir heute alten Pfaden über das Plateau bis nach Ras al-Shaykh - dem "Kopf des Stammesführers" -, wo wir auf das Begleitfahrzeug treffen und uns ein verdientes Abendessen schmecken lassen. Dieser Wandertag kommt ohne größere Steigungen und Gefälle aus. Der Bewuchs hier auf dem Oberen Sayq-Plateau besteht aus silbrig glänzenden Gräsern, stacheligen Büschen, erstaunlich widerstandsfähigen weiß blühenden Blumen und sehr alten Wacholderbäumen. In besser geschützten Winkeln gedeihen wilde Oliven. Wer diesen - oder einen der anderen - Trekkingtage aussetzen möchte, kann das natürlich jederzeit tun, und mit einem der Fahrzeuge zum Zeltplatz vorfahren.

**Ras al-Shaykh | Zelt \* | 1 Nacht**

## **6. Reisetag: Trekking am Jebel Akhdar: Hinab ins Wadi Tanuf nach Ma'ql**

Aqabat al-Buyut, eines der uralten, heute verlassenen Dörfer auf etwa 1700 müNN, erkunden wir am heutigen Morgen. Anschließend steigen wir in das Wadi Tanuf hinab. Unsere Zelte stellen wir heute oberhalb vom Wadi al-Qishu nahe Ma'ql (1.600 müNN) auf.

**Ma'ql | Zelt - | 1 Nacht**

## **7. Reisetag: Trekking am Jebel Akhdar: Wadi al-Qishu, al-Far, Nizwa**

Der nun folgende letzte Trekkingtag führt uns entlang der Abbruchkante und dann hinein in das tief unter uns liegende Wadi al-Qishu an der Westseite des Jebel Akhdar. Am frühen Nachmittag werden wir etwa 1.100 Höhenmeter tiefer im kleinen Ort al-Far angelangt sein. In der Nähe erwarten uns unsere Geländewagen und bringen uns nach Nizwa, wo wir uns nach den anstrengenden Tagen in den Bergen am Hotelpool entspannen können.

**Nizwa | Hotel \*\*\* | 1 Nacht (F)**

## **8. Reisetag: Freitagsmarkt in Nizwa**

Wie jeden Freitag findet auch heute der große Tiermarkt in Nizwa statt, den wir uns natürlich nicht entgehen lassen. Nachmittags verlassen wir den westlichen Hadjar und fahren hinein in die Ramlat al-Wahiba, wo wir uns in den rotgoldenen Dünen einen schönen Zeltplatz suchen. Wer mag, unternimmt am Abend eine Dünenwanderung.

**Wahiba | Zelt - | 1 Nacht**

## **9. Reisetag: Aus der Wüste in die Berge: Canyoning im Wadi Bani Khalid**

Per Geländewagen verlassen wir die Dünenlandschaft. Unser Ziel ist die Oase Budah. Hier brechen wir zu unserem Canyoning im Wadi Bani Khalid auf, das wir wegen der in den Mittagsstunden heißen Felswände des Wadis möglichst früh morgens beginnen wollen. Schwimmkenntnisse und das Klettern unter Zuhilfenahme der Hände sind heute gefordert, denn die Route führt durch ein Gewirr von teils haushohen Felsblöcken, die die enge Schlucht des Wadis versperren, und die nur kletternd überwunden werden können. Das Schwimmtrekking selbst dauert etwa fünf Stunden. Am anderen Ende, bei Souq, erwarten uns wieder unsere Geländewagen und bringen uns endgültig zum Ausgangspunkt unseres Lasteseltrekkings im Wadi Ma'rat, nahe dem Oberlauf des Wadi Bani Khalid. Für Mitreisende, die weniger abenteuerlich veranlagt sind, bieten wir an diesem Tag ein Alternativprogramm mit einem ausgiebigen Bad in einem anderen, leichter erreichbaren Teil des Wadis mit im Sonnenlicht wunderbar opal- bis smaragdgrün glitzernden Seen an.

### **Shabhut | Zelt - | 1 Nacht**

## **10. Reisetag: Trekking mit Lasteseln im Hadjar al-Sharqi: Von Shabkut nach Halut**

Die Leute, die uns in den kommenden drei Tagen über die Berge führen, sind Zawawi, Bedu und bringen seit Jahrhunderten die Waren vom Weg entlang der Küste zwischen Quriat und Sur - über die Berge hinüber in die Oasen zwischen dem Hajar al-Sharqi und der Ramlat al-Wahiba. Auch in der Sharqiyah orientiert sich unser Tagesablauf an den uralten Gewohnheiten der Beduinen. Auch hier wollen wir während der Morgenstunden den größten Teil der Tagesetappe zurücklegen. Wir als Fußgänger starten vor den Eseln und der Begleitmannschaft und halten zwischendurch immer wieder einmal an, um die Landschaft zu genießen. Zur Mittagszeit treffen wir uns mit der kompletten Mannschaft an einem besonders schönen, möglichst auch schattigen Platz, an dem wir eine längere Pause einlegen. Unser Mittagessen besteht meist aus Brot und Rohkost. Am Nachmittag sind wir nochmals etwa zwei bis drei Stunden unterwegs, um unseren Campplatz zu erreichen. Dort beginnen wir nach einer kleinen Pause mit dem abendlichen Kochen.

### **Halut | Zelt - | 1 Nacht**

## **11. Reisetag: Trekking mit Lasteseln im Hadjar al-Sharqi: Von Halut über Wadi Ma'rat nach Thaqab**

Unsere Route folgt zunächst dem Wadi Ma'rat. Wir durchwandern eine von hohen Felswänden umschlossene Schlucht, in der sich der Sidr-Baum mit seinen kleinen, quittengelben Früchten angesiedelt hat. Auf unserem Weg über die Berge treffen wir im kamelbraunen Fels zudem auf natürliche Höhlen, die den Zawawi einst als Behausungen dienten - und es teils auch heute noch tun. Nur wenige, winzige Siedlungen sind in dieser lebensfeindlichen Bergwelt zu finden. Unsere Begleiter wählen für die Nächte möglichst Plätze in der weiteren Umgebung dieser Siedlungen.

### **Thaqab | Zelt - | 1 Nacht**

## **12. Reisetag: Trekking mit Lasteseln im Hadjar al-Sharqi: Durch das Wadi Tiwi, Sur**

Am Morgen des letzten Trekkingtages erwartet uns ein atemberaubender Blick von den Bergen hinab in die Oasen des Wadi Tiwi. In den Morgenstunden bewältigen wir so mehr als 900 Meter Höhenunterschied und treffen wohl um die Mittagszeit im Örtchen Simah ein. Wir lassen unser Trekking mit einer Wanderung durch das Wadi, das sich zwischen den himmelragenden Bergen eine schmale Schlucht hinunter zur Küste gegraben hat, ausklingen. Zwischendurch genießen wir nochmals ein erfrischendes Bad in einem Süßwasserpool und spülen uns so den Staub der vergangenen Tage von der Haut. Dann geht es ein letztes Mal abseits aller Pfade über Stock und Stein - was wieder mit einiger Kletterei verbunden ist - hinab zum Meer. Wenig später erwarten uns unsere Wagen, mit dem wir die kurze Strecke nach Sur zurücklegen. Nach den Anstrengungen der vorangegangenen Tage genießen wir nun die Annehmlichkeiten eines Hotels, das direkt am Strand von Sur liegt.

**Sur | Hotel \*\*\* | 2 Nächte (F)**

## **13. Reisetag: Die Küste der Sharqiyah: Am Indischen Ozean**

Am Morgen erkunden wir heute die alte Hafenstadt Sur mit Werften, in denen seit alters her die berühmten Dhows, die mächtigen Holzschiffe, gebaut werden. Hier liegen zwar nicht zu allen Jahreszeiten Schiffe im Dock, doch lohnt ein Besuch allemal. Der Nachmittag steht uns für ein Bad im Indischen Ozean zur Verfügung.

## **14. Reisetag: Über Wadi Dayqah nach Muscat**

Heute geht es in wenigen Stunden entlang der Küste zurück nach Muscat. Doch bevor wir die Hauptstadt erreichen, erkunden wir das Wadi Dayqah, in dessen Oberlauf wir ein letztes Mal in dem sauberen Süßwasser baden können. Am Nachmittag besuchen wir das Museum im Bayt al-Zubayr im Stadtteil Muscat oder gleich das im Herbst 2016 neu eröffnete Nationalmuseum. Am frühen Abend bummeln wir gemeinsam durch die überdachten Gassen des Souqs in Mutrah, lassen uns von der Stimmung im Souq einfangen, und speisen ein letztes Mal gemeinsam. Am späten Abend erfolgt der Transfer zum Flughafen.

## **15. Reisetag:**

Flughafentransfer vom bzw. zum Flughafen/Airport

TERMINE UND PREISE			
von	bis	Plätze	Preis in €
21.12.2018	04.01.2019	X	3.590 €
01.02.2019	15.02.2019	X	3.290 €
25.10.2019	08.11.2019	X	3.190 €
20.12.2019	03.01.2020	X	3.590 €
07.02.2020	21.02.2020	X	3.290 €
30.10.2020	13.11.2020	X	3.290 €
06.02.2021	20.02.2021	X	2.690 €
29.10.2021	12.11.2021	X	2.690 €
04.02.2022	18.02.2022	X	2.830 €
28.10.2022	11.11.2022	X	2.830 €

Viele = ✓ Wenige = ! keine = X

## LEISTUNGEN

- > 4 Hotel- und Gasthausübernachtungen
- > 9 Zeltübernachtungen
- > Muscat: Flughafentransfer im Minibus (Tag 1)
- > Rundreise im Geländewagen, wobei die Wagen mit maximal 4 TeilnehmerInnen besetzt werden (Tag 1-13)
- > Muscat: Flughafentransfer im Minibus (Tag 15)
- > Trekking in der Wahiba (Tage 4-8) mit Lastkamelen
- > Camping-Ausrüstung mit 2-Personen-Zelten und Expeditionsküche
- > Vollpension; in Mascat und Wadi Shab Resort Halbpension
- > Trinkwasser während der Rundreise
- > alle Exkursionen, Eintritte und Besichtigungen gemäß Programm
- > Deutsch sprechender, omanischer Reiseleiter
- > ggf. lokale, Arabisch oder Englisch sprechende Wanderguides
- > Trekking in den Bergen der Sharqiyah (Tage 10-12) mit Lasteseln zum Gepäcktransport

## ZUSATZLEISTUNGEN

- > Rail&Fly, 2. Klasse (95 €)  
Zug zum Flug (Hin- und Rückfahrt in der 2.Klasse, inkl. ICE, ohne Zugbindung)
- > Rail&Fly, 1. Klasse (180 €)  
Zug zum Flug (Hin- und Rückfahrt in der 2.Klasse, inkl. ICE, ohne Zugbindung)

## NICHT ENTHALTENE LEISTUNGEN

- > Persönliche Ausgaben, Trinkgelder
- > Getränke in Hotels und Restaurants
- > Internationale Flüge
- > Visagebühren (genaue Infos im Merkblatt)
- > nicht genannte Mahlzeiten

## TEILNEHMER/INNEN

Mindestanzahl von Personen: 6

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 Oman entstehen klimarelevante Emissionen in Höhe von **3382 kg**. Durch einen freiwilligen Beitrag von **78 €** 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: 20 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 0 vor Reisebeginn möglich.

## WEITERE INFOS

### Weitere buchbare Leistungen

- > Privatreise für 2 Personen zum Wunschtermin (5.000 €)  
Falls Sie diese Reise als Privatreise (min. 2 Personen) zu Ihrem Wunschtermin buchen möchten; Leistungen identisch mit Katalogreise

### Programmhinweise

- > Kombination und Gültigkeit von Rabatten

- > Rabatte können generell nicht miteinander kombiniert werden. Die ausgeschriebenen Rabatte und Ermäßigungen gelten im Übrigen ausschließlich für die Buchung einer Gruppen-, nicht aber einer Privat- oder Individualreise.
- > Ramadan und Ihd
- > Diese Reise kann an manchen Terminen während des islamischen Fastenmonats Ramadan bzw. während des Ihd-Festes stattfinden (in 2022 etwa: 02. April -02. Mai, Ihd-Feste 02. - 04. Mai und 09. - 11. Juli), in 2023 etwa: 22. März - 20. April, Ihd-Feste 21. - 23. April und 28. - 30. Juni).

Während des Ramadan sowie während der Ihd-Feste ist das öffentliche Leben in einigen unserer Reiseländer tagsüber eingeschränkt. Reisen im islamischen Fastenmonat sind andererseits eine interessante Erfahrung, die viele unserer bisherigen Gäste nicht missen möchten.

- > Mindestteilnehmer/-innenzahl: Alternativen
- > Sollte die ausgeschriebene Mindestteilnehmer/innenzahl bis 21 Tage vor Reiseantritt nicht erreicht werden, setzen wir uns in der Regel vor einer Absage mit den ReiseteilnehmerInnen in Verbindung und bieten ihnen eine Alternative an. Um die Reise ohne Aufpreis durchführen zu können, behalten wir uns zunächst vor, statt einer Deutsch sprechenden Reiseleitung einen lokalen Englisch sprechenden Reiseleiter/Fahrer einzusetzen. Sollten weitere Mehrkosten auftreten, die wir durch diese Maßnahme nicht auffangen können, so werden wir uns in Absprache mit den TeilnehmerInnen um eine Lösung bemühen. Das könnte ein Minigruppenaufschlag oder eine kostenlose Umbuchung auf eine andere Reise sein.
- > Mindestteilnehmer/innenzahl
- > Gemäß unseren ARB §7 behalten wir uns ausdrücklich einen Rücktritt von diesem Vertrag bis 21 Tage vor Reisebeginn vor, sollte die in der Reiseausschreibung genannte Mindestteilnehmer/innenzahl nicht erreicht worden sein.
- > Reisehinweise des Auswärtiges Amtes
- > Bitte beachten Sie generell die Reise- und Sicherheitshinweise des Auswärtigen Amtes zu dieser Reiseregion.
- > Mehrbettzimmer
- > In Gasthäusern stehen uns generell nur Mehrbettzimmer zur Verfügung; die sanitären Anlagen sind in der Regel Gemeinschaftsanlagen. In Gasthäusern können wir weder Doppel- noch Einzelzimmer garantieren.  
Weitere Hinweise zur Unterbringung in Hotels, Gasthäusern und Zelten finden Sie im Infobereich unter <http://nomad-reisen.de/info/hinweise-zu-ihrer-gruppenreise/>
- > Programmänderungen
- > Flug-, Hotel- und Programmänderungen behalten wir uns bei vergleichbarem Leistungsumfang vor.
- > Rücktritt von der Reise | Stornogebühren
- > Der Reisende kann jederzeit vor Reisebeginn vom Pauschalreisevertrag zurücktreten. Tritt der Reisende vor Reisebeginn zurück oder tritt er die Reise nicht an, so verliert nomad den Anspruch auf den Reisepreis. Stattdessen kann nomad eine angemessene Entschädigung vom Reisenden verlangen. Dies gilt nicht, sofern der Rücktritt von nomad zu vertreten ist oder wenn am Bestimmungsort oder in dessen unmittelbarer Nähe unvermeidbare, außergewöhnliche

Umstände auftreten. In diesem Fall haben Sie ein Anrecht auf die Erstattung des vollständigen Reisepreises innerhalb von 14 Tagen nach Erhalt der Stornobestätigung.

Weitere Informationen finden Sie in unseren ARB und auf unserer FAQ zu Corona Seite.

Wenn Sie eine Reise in ein Zielgebiet buchen, für das nach dem Zeitpunkt der Buchung vom Auswärtigen Amt aufgrund von Corona eine Reisewarnung ausgesprochen wird haben Sie das Recht auf eine kostenfreie Umbuchung Ihrer Reise auf einen beliebigen Termin innerhalb von zwei Jahren nach dem geplanten Reiseantritt.

- > Reisen für Menschen mit eingeschränkter Mobilität
- > Diese Reise ist leider generell nicht für Menschen mit eingeschränkter Mobilität geeignet. Rufen Sie uns aber jederzeit gerne an oder schreiben uns eine Email, wenn wir Sie entsprechend beraten dürfen.
- > Zahlungsmodalitäten
- > Die Höhe der Anzahlung in Prozent des Reisepreises beträgt 20 %.  
Die Fälligkeit der Restzahlung ist 30 Tage vor Reisebeginn mit Ausnahme solcher Gruppenreisen, wo wir uns bis 21 Tage vor Reisebeginn eine Absage vorbehalten. Bei diesen Gruppenreisen ist die Restzahlung 20 Tage vor Reisebeginn fällig.  
Bei kurzfristigen Buchungen (weniger als 21 Tage vor Reisebeginn) ist der vollständige Reisepreis sofort fällig.
- > Visa und Einreise
- > Ausführliche Informationen zu den Einreisebestimmungen und Visa für deutsche StaatsbürgerInnen (die keine weitere und/oder keine andere vorhergehende Staatsbürgerschaft besitzen und/oder deren Eltern aus dem gewünschten Reiseland stammen) finden Sie auf dieser Seite im Bereich "Einreise" und in unseren Reisemerkbüchern. Für StaatsbürgerInnen anderer Länder, DoppelstaatlerInnen und Menschen, die früher eine andere Staatsbürgerschaft hatten oder deren Eltern aus dem gewünschten Reiseland stammen, bitten wir bei Buchungsanfrage um entsprechende Angaben, damit wir Ihnen die korrekten Informationen geben können.

Zusätzliche Einreisebestimmungen, die seit Mitte März 2020 aufgrund des Ausbruchs der Corona-Pandemie beschlossen wurden, finden Sie in unserem Corona-Merkblatt.

- > Versicherung
- > Wir empfehlen generell den Abschluss einer Reise-Rücktrittskosten-Versicherung und einer Auslands-Reise-Krankenversicherung einschließlich Deckung der Rückführungskosten bei Unfall oder Krankheit sowie die Übernahme der Kosten einer Covid-19 Infektion.
- > Corona
- > Alle wichtigen Informationen zu Corona haben wir in unserem Corona Merkblatt für Sie zusammengefasst. Im Bereich "Info" / "Sicher reisen: Corona" finden Sie ausführliche allgemeine Informationen zu Corona und Ihrer nomad-Reise.  
Bei weiteren Fragen stehen wir Ihnen gerne unter +49-6553-832970 oder per Mail unter info[at]nomad-reisen.de zur Verfügung.

## **Einreise & Gesundheit**

- > Einreise
- > Für die Einreise nach Pakistan benötigen deutsche, schweizerische und österreichische Staatsbürger einen bei Ausreise noch mindestens 6 Monate gültigen Reisepass mit einem Visum.
- > Gesundheit
- > Für die Einreise nach Pakistan sind keine Impfungen vorgeschrieben, man sollte jedoch unbedingt überprüfen, ob die Tetanus-, Diphtherie-, und Polio-Impfung aufgefrischt werden muss. In jedem Fall sollte man an eine Hepatitis-Impfung denken. Ein Malariarisiko besteht in dem von uns bereisten Gebiet nicht.

Im Sommer besteht vor allem die Gefahr der Dehydrierung. Achten Sie darauf, pro Tag mindestens drei Liter alkohol- und koffeinfreier Getränke zu sich zu nehmen.

Wir weisen aber ausdrücklich darauf hin, dass wir in Bezug auf Impfbestimmungen und Reiseapotheke nur Hinweise geben dürfen, wenden Sie sich also bitte an Ihren Hausarzt, einen Facharzt für Reisemedizin oder ein tropenmedizinisches Institut (Robert-Koch-Institut ([www.rki.de](http://www.rki.de))).

### **Reiseleiter/innen**

- > Ibrahim al-Balushi  
Ibrahim leitet seit vielen Jahren Gruppenreisen in Oman. Ein ehemaliger Gast schreibt: Die Reise mit Ibrahim als Tour-Führer war ein großes Erlebnis für mich und sie wird mir in tiefer Erinnerung bleiben; aber nicht nur die Reise, sondern vorallem Ibrahim als Person und Mensch, der immer freundlich gewesen ist und jederzeit zu so manchem Scherz bereit war.

### **Generelle Hinweise**

- > Einreise
- > Für die Einreise nach Pakistan benötigen deutsche, schweizerische und österreichische Staatsbürger einen bei Ausreise noch mindestens 6 Monate gültigen Reisepass mit einem Visum.

#### > Reisecharakter

- > Die Höhenlage des Karakorum (mit Pässen bis zu 4700 Metern) und die oft unwegsamen Landschaften stellen überdurchschnittliche Anforderungen an die Kondition der Reisetilnehmer. Kletterkenntnisse sind jedoch nicht erforderlich.

Die Sommer in den bereisten Regionen sind relativ trocken und mild, dennoch benötigt man eine gewissen Klimaverträglichkeit, um die Wechsel von Berg- und Talregionen mit den Temperaturunterschieden zu verkraften.

Ausdauer erfordern die teils langen Fahrtstrecken auf schlechten Straßen. Die Wegverhältnisse stellen häufig höchste Ansprüche an Fahrer und Fahrzeuge, auch kann es vorkommen, dass einzelne Pisten durch witterungsbedingte Erdrutsche kurzfristig versperrt sind. Diese Verzögerungen haben wir von vornherein eingeplant.

- > Klima

- > In Pakistan gibt es ein kontinentales Trocken-klima. Im Sommer steigen die Temperaturen bis zu 45°C (in Sindh) an und im Winter sind Temperaturen um den Gefrierpunkt keine Seltenheit. An der Küste liegen die Temperaturen meistens zwischen 17-19°C, gekoppelt mit einer sehr hohen Luftfeuchtigkeit (bis zu 90 % im Winter und 70% im Sommer).

Von Ende Juli bis September herrscht in Pakistan Monsun. Während dieser Zeit ist in vielen Teilen des Landes mit starken Regenfällen zu rechnen. Vor allem im Pandscha-Gebirge ist das der Fall. In den westlichen Gebirgsregionen ist das Klima durch die Höhenlage bedingt. Im Winter kann es recht kalt werden.

In Lahore herrscht der Monsun von Juli bis September und während dieser Zeit werden Temperaturen bis 41°C erreicht (Juni). Im Januar liegen die Temperaturen zwischen 0-12°C. In Karachi tritt die Regenzeit von Juni bis August auf. Im Juni erreichen die Temperaturen 34°C, im Januar 19°C.

Die beste Reisezeit ist die Zeit nach dem Monsum bis in den Frühling, bevor es sehr heiß werden kann. Wenn man im Sommer reist sollte man vornehmlich leichte Kleidung, für abends jedoch auch etwas Wärmeres, mitnehmen. Im Winter ist es notwendig, einen Mantel und dicke Pullover im Reisegepäck zu haben. Die Temperaturen können dann auf 0°C fallen. Weibliche Reisende müssen im Sommer auf die Kleidung achten, um die Landessitten nicht zu verletzen. Am besten eignet sich eine langärmelige Bluse. Ebenfalls muss an einem Kopftuch gedacht werden.

- > Gesundheit
- > Für die Einreise nach Pakistan sind keine Impfungen vorgeschrieben, man sollte jedoch unbedingt überprüfen, ob die Tetanus-, Diphtherie-, und Polio-Impfung aufgefrischt werden muss. In jedem Fall sollte man an eine Hepatitis-Impfung denken. Ein Malariarisiko besteht in dem von uns bereisten Gebiet nicht.

Im Sommer besteht vor allem die Gefahr der Dehydrierung. Achten Sie darauf, pro Tag mindestens drei Liter alkohol- und koffeinfreier Getränke zu sich zu nehmen.

Wir weisen aber ausdrücklich darauf hin, dass wir in Bezug auf Impfbestimmungen und Reiseapotheke nur Hinweise geben dürfen, wenden Sie sich also bitte an Ihren Hausarzt, einen Facharzt für Reisemedizin oder ein tropenmedizinisches Institut (Robert-Koch-Institut ([www.rki.de](http://www.rki.de))).

- > Sicherheit
- > Wir möchten auf die Sicherheitshinweise des Auswärtigen Amtes in Berlin (<http://www.auswaertiges-amt.de/>) hinweisen.

Die Ratschläge des Auswärtigen Amtes befolgen und berücksichtigen wir selbstverständlich bei Ihrer Reiseplanung.

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