Besteigung des Larkya North Peak (6065 m)

Inklusive Manaslu Umrundung (8.163 m)

22 Tage

ASNP213

Weitere Bilder auf unserer Website

Preis p. P.
ab 2.910 € zzgl. Flug

Reisebeschreibung

- Umrundung des Manaslu-Massivs (achthöchster Berg der Erde)
- Aufstieg zum Manaslu-Basislager (4.830 m) und zum Larkya-Pass (5.135 m)
- Tibetische Dörfer, subtropische Vegetation bis hin zur hochalpinen Landschaft
- Einsamer Trek mit wunderschöner Natur an der Grenze zu Tibet!
- Gipfelmöglichkeit: Samdo Ri (5.130 m) & Larkya North Peak (6.065 m)

Fragen zur Reise?
Steffen Kiefer 0341 / 55 00 94-40 steffen.kiefer@at-reisen.de

ls einer der schönsten Treks in Nepal gilt der Manaslu-Trek. Er bietet herrliche Bergpanoramen und tibetisch ge-prägte Kultur. Noch bis 1991 war die Manaslu-Region für Touristen komplett tabu. Deshalb wartet eine natürliche Region mit touristisch unverdorbenen Menschen und im Vergleich wenigen Touristen auf Sie. Der Trail startet im subtropischen Klima bei ca. 870 m Höhe. Sie passieren an den ersten Tagen viele kleinere Dör-fer, welche an fruchtbaren Feldern liegen. Dabei verläuft die Trekkingroute immer am Fluss Budhi Gandaki entlang und das Klima ist zu Beginn noch feuchtwarm. Unterwegs begegnen Sie die stets freundlichen einheimischen Bergbewohner, passieren viele kleine Dörfer und erleben hautnah den täglichen Alltag. Hin und wieder blitzen die Eisgiganten des Ganesh- und Shringi Himal am Horizont hervor. Stockwerk um Stockwerk schraubt sich der Weg die endlose Schlucht empor, vorbei an den heißen Quellen von Tatopani, wo baumhohe Weihnachtssterne in voller Blüte das Bassin säumen. Nun erreichen Sie die Region der tibetischen Dörfer. In Lihi und Lho führt der Trek zu den ersten buddhistischen Klöstern und mit etwas Glück können Sie die Mönche beim Meditieren be-obachten. Gleichzeitig erscheint zum ersten Mal die gigantische Eispyramide des 8.163 m hohen Manaslu vor Ihren Augen. Von Samagaun aus unternehmen Sie einen Abstecher in das 4.830 m hochgelegene Manaslu-Basislager und zum kleinen Kloster an der fast 4.000 m hohen Ostwand des Manaslu. Um sich optimal für den Larkya North Peak zu akklimatisieren, besteigen Sie den Samdo Ri und genießen den fantastischen Ausblick auf den Manaslu. Über das Larkya-Hochlager unweit des Larkya-La-Passes geht es nun hinauf auf den 6.065 m hohen Larkya North Peak. Alle Anstrengungen sind mit einem Schlag vergessen, wenn sich Ihnen der phänomenale Blick auf den Hi-malaya vor Ihnen eröffnet! Nach Überquerung des Larkya-La-Passes (5.135 m), führt der Weg recht steil nach unten und die Vegetation wird nun wieder abwechslungsreicher und üppig grün. Rhododendrenwälder säumen den Weg, welche im Frühjahr mit Ihrer Blütenpracht den Wanderer verzaubern. Bei Dharapani stoßen Sie auf die Annapurna-Runde und hier endet auch Ihre Trekkingtour. Nach Verabschiedung von Ihrer fleißigen Trägern und Begleitmannschaft, geht es per Jeep und Bus wieder zurück nach Kathmandu. Mit einer Stadtbesichtigung durch die quirlige Hauptstadt endet diese einmalige Bergreise.

Charakter und Anforderungen der Reise

Diese Trekkingtour kann von jedem geübten und trittsicheren Bergwanderer, der über gute Kondition verfügt, begangen werden. Für die einzelnen Tagesetappen, mit Auf- und Abstiegen bis zu 1000 Höhenmetern, werden meist 4–8 Stunden (Tagesausflug zum Base Camp des Manaslu und Larkya Passüberschreitung ca. 8–10 h) bei mä-ßigem Tempo benötigt. Die ungewohnte Höhenlage und der Aufenthalt in Regionen bis zu 5.000 m Höhe setzen einen gesunden, belastbaren Organismus voraus. Gerade im Himalaya-Gebiet kommt es immer wieder zu Höhen-krankheit und zu Lungenödemen, die einen sofortigen Abtransport in tiefere Regionen – meist mit Hubschrau-bern – erfordern. Ihr Herz und Ihr Kreislauf müssen in Ordnung sein; konsultieren Sie bitte vor Reiseantritt Ihren Arzt. Selbst ein gesunder Organismus darf keinesfalls durch zu rasches Gehen überbeansprucht werden. Langsa-mes und stetiges Gehen ist sehr wichtig (Pistari, Pistari). Erfahrungsgemäß können manche Teilnehmer bereits durch die Klimaumstellung sowie die Änderung der Schlaf- und Essgewohnheiten geschwächt und damit „anfälli-ger“ sein. Während des Trekkings werden Sie von einer Begleitmannschaft betreut, die sich um das Gepäck küm-mert, die Zelte gemeinsam mit Ihnen auf- und abbaut und kocht. Sie selbst tragen nur das Notwendigste (Anorak, Wasserflasche, Fotoapparat etc.) in einem Tagesrucksack. Das restliche Gepäck wird von den Trägern und Tragtie-ren transportiert. Unterwegs übernachten Sie in Zwei-Mann-Zelten mit Isoliermatte. Es empfiehlt sich, die Rucksä-cke in Schutzhüllen einzupacken. Für das Trekking ist keine besondere Ausrüstung erforderlich (s. Ausrüstungslis-te). Auch machen wir darauf aufmerksam, dass es durch andere Umstände – Schließungen von Besichtigungsob-jekten, Feiertage, schlechtes Wetter oder ungünstige Verhältnisse beim Trekking etc. zu Routenänderungen, Pro-grammumstellungen oder Verzögerungen kommen kann. Selbstverständlich werden der Reiseleiter und die Vor-ort-Agentur stets bemüht sein, sämtliche Programmpunkte zu erreichen. Eine Garantie für die exakte Einhaltung dieser Ausschreibung können wir jedoch nicht übernehmen. Technisch weist das Trekking keine besonderen Schwierigkeiten auf Allerdings erfordert es aufgrund seiner Länge und dem teilweise ständigen Bergauf und -ab viel Ausdauer und eine sehr gute Kondition. Wichtig sind außerdem Schwindelfreiheit und Trittsicherheit, da die Wege teilweise durch felsiges Gelände oder Geröll und durch kleine Bäche führen. Im unteren Bereich führt die Trekkingtour durch tropische und subtropische Klimazonen. Es kann des Öfteren mal regnen und die Lufttempe-ratur ist sehr hoch und feucht. Auch sollten Sie eine gute Höhenverträglichkeit besitzen – das heißt, Herz und Kreislauf müssen gesund sein, da Sie in Regionen über 3500 Höhenmeter kommen. Sie sollten teamfähig und Gruppentolerant sein (Gruppenreise)!

Besteigung des Larkya North Peak 6.065 m: Der Berg gehört mit zu den technisch leichten Sechstausendern, dennoch ist der sichere Umgang mit Pickel und Steigeisen sowie das selbständiges Gehen in einer Seilschaft Grundvoraussetzung. Es sind zum Teil bis 40° steile Eispassagen zu bewältigen; einige 4000er in den Alpen sollten bereits bestiegen wurden sein. Die Kondition sollte ausgezeichnet sein!

Anspruchsvoll

Reisen mit diesem Schwierigkeitsgrad stellen erhöhte körperliche Anforderungen. Längere Aktivitätsphasen, mehrere fordernde Tage in Folge und begrenzte Erholungszeiten sind möglich. Auch organisatorische oder äußere Bedingungen können zusätzliche Anforderungen stellen. Mentale Stabilität und Durchhaltevermögen sind wichtig.

Fitness
Gute körperliche Grundfitness notwendig

Training
3–4× pro Woche Ausdauer- und Kräftigungstraining

Psychische Belastung
Erhöht – Belastbarkeit, Eigenmotivation und Durchhaltevermögen erforderlich

Fragen zur Reise?
Steffen Kiefer 0341 / 55 00 94-40 steffen.kiefer@at-reisen.de

Bergzeichen

Für diese Touren ist es unerlässlich, dass Sie mit Pickel und Steigeisen umgehen können. Außerdem ist Gletschererfahrung zwingende Voraussetzung.

Reiseverlauf

Tag 1

Flug von Deutschland (Österreich und Schweiz auf Anfrage) nach Kathmandu

Heute verlassen Sie Deutschland und Sie fliegen in Richtung Kathmandu nach Nepal. Ihr Abenteuer Nepal kann beginnen.

Tag 2

Ankunft in Nepal

Ankunft in Nepals Hauptstadt Kathmandu und Transfer ins Hotel im Stadtteil Thamel. Der restliche Tag steht Ihnen zur freien Verfügung (abhängig von der Flugzeit). Am Abend kurze Besprechung mit dem Reiseleiter. Sowie Begrüßungsessen im Hotel. Übernachtung im Hotel

Verpflegung

Abendbrot

Tag 3

Transfer nach Machhahola (870 m)

Nach dem das Gepäck verladen wurden (nicht benötigtes Gepäck kann im Hotel deponiert werden), verlassen Sie die Hauptstadt und fahren auf der asphaltierten Verbindungsstraße in Richtung Pokha-ra am Pewa-See. Mit etwas Glück sieht man schon erste Eisspitzen aus dem dichten Grün herausragen. Sie folgen dem mächtigen Trishuli River, der aus dem Hochland von Tibet kommt. Vor der Stadt Ku-rintar verlassen Sie die Hauptstraße und fahren hinein in das Gorkha-Gebiet. Nun teilweise über Schotterpisten schlängelt sich die Straße durch zahlreiche Dörfer und Felder bis nach Arughat Bazar (530 m). Unterwegs können Sie Blicke auf den Ganesh Himal + Shringi Himal werfen. Die kleine Stadt war früher der Startpunkt des Trekkings um den Mansalu. Heute fährt man jedoch noch ein Stück weiter, immer entlang des Budhi-Gandaki-Flusses und erreichen via dem Dorf Soti Khola das kleine Dorf Hachhakohla (870 m). Hier startet nun Ihr Trekking um den Manaslu. Das Klima ist noch subtropisch. Übernachtung in einer Lodge / Fahrzeit ca. 8-10 h / Streckenlänge ca. 190 km

Verpflegung

Frühstück, Abendbrot

Tag 4

Machhakhola (870 m) – Jagat (1.340 m)

Nach dem Frühstück startet heute die Trekkingtour. Dabei geht es heute gleich permanent hoch und runter. Sie passieren dabei kleine Dörfer mit gemütlichen Teehäusern. Da der Tourismus aber in die-ser Region immer noch in den Anfängen steckt, ist vieles etwas uriger und einfacher! Mit etwas Glück sehen Sie Languren-Affen, die in den Wäldern ausgezeichnete Lebensbedingungen vorfinden. Sie passieren die kleinen Ortschaften Tatopani mit seinen heißen Quellen und auch Dobhan und Ya-ruphant. Die Einheimischen trifft man vorwiegend auf den zahlreichen Feldern, wo Mais und Reis an-gebaut werden. In der engen Schlucht des Budhi Gandaki führt der Weg teilweise auch oberhalb des tosenden Wassers entlang, bevor das Tal sich dann wieder plötzlich öffnet und breiter wird. Nach ca. 7 Stunden Wanderung erreichen Sie Ihr heutiges Tagesziel Jagat (1.340 m). Übernachtung in einer Lodge / Gehzeit 7 h / Aufstieg ca. 950 m / Abstieg ca. 450 m

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

Tag 5

Trekking via Philim (1.570 m) nach Deng (1.860 m)

Zwischen Jagat und Philim überqueren Sie wieder viele Hängebrücken und haben dabei einen guten Blick auf die Shringi-Berge. Die ersten „Manimauern“ (Gebetsmauern) und Chörten (Schreine) tau-chen auf, denn Sie kommen jetzt in das tibetisch geprägte Gebiet am Manaslu. Hier lebt vorwiegend die Volksgruppe der Gurung. Weiter geht es nun auf einem schönen Weg bis Philim, dabei wechseln Sie mehrfach über Hängebrücken die Uferseite des Budhi-Gandaki-Flusses und erreichen dann die Ortschaft Philim. Hier haben die Japaner eine beeindruckende Schulanlage gebaut haben. Nach Philim wird die Schlucht wieder enger und ab Ekle Bhatti (Mittagessen) rückt mit dem Shringi Himal (6.251 m) erstmals ein richtiger Himalaya-Riese ins Bild. Die Canyon-Landschaft wird Sie beein-drucken. Der Weg führt anschließend über eine Steilstufe durch schöne urige Nadelwälder und teil-weise dichten Bambuswald. In Nyak Phedi spaltet sich der Weg auf – rechterhand geht es entlang des Flusses Siyar Khola ins Tsum Valley. Sie laufen linkerhand weiter auf der Manaslu-Runde. Schließlich erreichen Sie den kleinen Ort Deng, wo im Hintergrund die Berge Lapchung Himal (5.996 m) und La-pyang (5.968 m) residieren. Übernachtung in Deng. Übernachtung in einer Lodge / Gehzeit ca. 7 h / Aufstieg ca. 900 m / Abstieg ca. 500 m

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

Tag 6

Deng (1.860 m) – Namrung (2.630 m)

Nun ändert sich mit der Höhe zunehmend die Vegetation. Der Baumbestand geht fortlaufend von Laubbäumen zu Nadelbäumen über. Sie passieren abermals viele kleine Dörfer wie Rana und Bihi Pedi und erreichen schließlich das Dorf Ghap (Mittagessen) und hier können Sie sehr schöne Mani- Steine mit eleganten Zeichnungen von Lord Buddha in verschiedensten meditativen Posen finden. Aber nicht nur die Vegetation hat sich geändert, sondern auch die hier lebenden Menschen. Da man sich in der Nähe der tibetischen Grenze befindet, leben hier oben vorwiegend Menschen mit tibeti-scher Wurzel. Damit hat sich auch die Religion vom Hinduismus (90% von Nepal) in den Buddhismus gewandelt. Anschließend durchqueren Sie einen Wald und Blumenwiesen, ehe Sie Ihr Tagesziel Nam-rung erreichen. Übernachtung in einer Lodge / Gehzeit 6–7 h / Aufstieg ca. 950 m / Abstieg ca. 400 m

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

Tag 7

Wanderung hinauf nach Samagaun (3.520 m)

Der Weg führt wieder durch etliche kleine Dörfer (Sho und Lhi) mit der unterschiedlichsten tibeti-schen Kultur. In Lhi erreichen Sie das erste richtig schöne und eindrucksvolle Kloster. Ebenfalls ge-nießen Sie die gesamte Zeit einen wundervollen Blick auf den eindrucksvollen Saula Himal (6.235 m) Schließlich rückt auch der gigantische Naike Peak (6.211 m) und erstmalig die tolle Eispyramide des Manaslu in den Vordergrund. Links von Ihnen schweifen Ihre Blicke bei gutem Wetter zum ersten Mal auf die Siebentausender Himal Chuli (7.893 m) und Nadi Chuli (7.871 m). Für das Mittagessen stoppen Sie in Lho und können dort das eindrucksvolle Kloster, gelegen auf einem Hügel, besichtigen. Mit et-was Glück können Sie gerade einer religiösen Zeremonie der lokalen Mönche beiwohnen. Nun führt Sie Ihr Weg über das mittelalterlich anmutende Shyala direkt nach Samagaun, einem tibetisch und ebenfalls altertümlich anmutenden Dorf. Während das Trekking bisher durch größtenteils enge Täler und Schluchten geführt hat, hat sich das Tal nun geöffnet und im Samagaun befinden Sie sich wie in einem Amphitheater umgeben von den hohen Eisriesen. Übernachtung in einer Lodge / Gehzeit 6-7h Aufstieg ca. 1.050 m / Abstieg ca. 200 m

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

Tag 8

Tagesausflug zur Manaslu-Ostwand

Heute starten Sie zu einem Ganztagesausflug zur spektakulären Ostwand des Manaslu. Zuerst laufen Sie auf bekannten Wegen vom Vortag wieder ein wenig Richtung Shyala und passieren dabei eine große Yakwiese. Dann biegen Sie rechts ab und folgen dem Gletscherfluss (Numla Khola) aufwärts. Sie kommen vorbei an Blumenwiesen und mannshohen Rhododendron-Büschen. Sie erreichen ein wei-tes Tal (Ramen Kharka) und langsam schiebt sich der Eisgigant Manaslu ins Bild. Ihr Weg führ Sie auf der Seitenmoräne neben dem riesigen Gletscher Punggen entlang. Jetzt laufen Sie nur noch leicht ansteigend bis zu dem kleinen Kloster Pung Gyen. Fast senkrecht erhebt sich nun die ca. 4.000 m ho-he Ostwand des Berges. Sie haben genügend Zeit, diese herrliche Stille und das Traumpanorama zu genießen. Weiterhin schaut man auf den gewaltigen 7.893 m hohen Himal Chuli. Anschließend Rück-marsch auf der gleichen Route bis nach Samagaun. Übernachtung in einer Lodge / Gehzeit ca. 6 h / Auf -und Abstieg ca. 650 m

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

Tag 9

Tagesausflug zum Mansalu Base Camp (4.830 m)

Heute wartet ein weiterer spektakulärer Ausflug auf Sie. Schon zeitig am Morgen verlassen Sie das Dorf in Richtung Tibet, biegen nach ca. 45min links ab und folgen der seitlichen Moräne, vorbei am gewaltigen Manaslu-Gletscher bis zum Base Camp. Unter Ihnen sehen Sie den wundervollen großen Birendra-See, in welchen der Manaslu-Gletscher kalbt (Eisabbruch vom Gletscher). Der Weg ist teil-weise recht steil und bei Schneelage ist es ein wenig schwierig und rutschig (gute Konzentration und Trittsicherheit sind Grundvoraussetzung!). Nach ca. 5 h ist das Base Camp auf 4.830 m Höhe erreicht. Genießen Sie die exponierte Lage, den Tiefenblick hinab ins Tal sowie auf den Naike Peak (6.416 m) und auf die Doppelspitze des Manaslu. Besondres markant ist die vorderste Felspyramide mit einer Höhe von 7.895 m. Der Mansalsu wurde am 9. Mai 1956 von einer japanischen Expedition unter der Führung von Yuko Maki über die Nordostflanke erstbestiegen. Nach einer Foto- und Trinkpause geht es wieder zurück nach Samagaun. Gehzeit ca. 8-9 h / Übernachtung in einer Lodge / Auf- und Abstieg ca. 1.200 m

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

Tag 10

Weitermarsch nach Samdo (3.875 m)

Sie lassen den Manaslu-Gletscher links liegen und halten sich im Tal nordwärts in Richtung Tibet. Der Weg führt durch ein breites Hochtal und nur leicht ansteigend hinauf zur kleinen Ortschaft Samdo. Auf Ihrem Weg ragt rechterhand der riesige Samdo Peak (6.335 m) in die Höhe. Im Hintergrund wird nun der Rani Peak (6.693) und neben dem Manaslu der Nadi Chuli immer besser sichtbar. Das kleine Bergdorf Samdo liegt an einem Hang gepresst, welches vor rund 30 Jahren von tibetischen Flüchtlin-gen erbaut worden ist. Hier beziehen Sie Ihre einfache Lodge. Der Rest des Tages steht zur freien Ver-fügung. Genießen Sie die Ruhe und Freundlichkeit der Bewohner bei einem Bummel durch diesen fast mittelalterlich anmutenden Ort und besuchen Sie doch die kleine Gompa (Kloster). Gehzeit: 3 h / Aufstieg ca. 400 m/ Übernachtung in einer Lodge

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

Tag 11

Besteigung Samdo Ri (5.130 m) oder Ruhetag

Heute besteht die Möglichkeit den 5.130 m hohen Samdo Peak mit seiner traumhaften Aussicht zu besteigen. Der Aufstieg dauert ca. 4-5 h und es werden dabei fast 1.300 Höhenmeter überwunden. Der Weg ist technisch leicht und führt zuerst über Hochalmen mit Wiesen, Wacholderbüschen und zuletzt dann über teils loses Geröll. Am Gipfel angekommen, sind alle Mühen schnell vergessen. Sie genießen einen fantastischen Blick zum Manaslu-Hauptgipfel, welcher Ihnen genau gegenüberliegt. Ebenfalls strahlen die hohen umliegenden Siebentausender Nadi Chuli, Himal Chuli und Manaslu North in vol-ler Pracht. Der Eispanzer des Samdo Peak liegt direkt neben Ihnen. Auch der Larkya Peak und der Ihnen bevorstehende Larkya-La-Pass ist zum ersten Mal richtig gut zu erkennen. Die Blicke reichen ebenfalls hinüber bis zu den weiten Pässen Tibets. Direkt unter Ihnen in Richtung Tibet fließt der Fu-kang-Gletscher entlang, welcher hauptsächlich vom Cheo Himal (6.812 m) gespeist wird. Hinter dem Larkya-La-Pass thront bereits der mächtige Nemjung (7.140 m). Anschließend erfolgt der Abstieg auf gleicher Route zurück zum Dorf. Wer den Berg nicht besteigen möchte, kann einen Faulenzertag ein-legen oder nur eine Teilstrecke zum Gipfel des Samdo Ri bewältigen. Gesamtgehzeit mit Auf- und Ab-stieg ca. 7-8 Stunden / Übernachtung in einer Lodge /Auf –und Abstieg ca. 1.300 m

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

Tag 12

Aufstieg nach Larke Phedi (4.460 m)

Nun steigen Sie bis zum „Basislager“ für die Überschreitung des Larkya-La.Passes auf. Unterwegs kommen Sie an einer Weggabelung vorbei, wo es einmal in nordöstlicher Richtung zu einem für Aus-länder verbotenen 5.000er-Pass nach Tibet geht. Sie jedoch biegen links ab, kommen vorbei an den letzten Wacholderbüschen und erreichen über hochalpine Wiesen Dharamsala am Fuße des Larkya-La-Passes. Während der Wanderung passieren Sie linkerhand von Ihnen das mächtige Naike- Massiv und kommen vorbei am Syache-Gletscher, welcher vom Manaslu North gespeist wird. Hier haben Sie wieder einen ganz neuen Blick auf den Manaslu – dieses Mal von der Westseite. Zurückblickend ha-ben Sie schöne Blicke auf den Samdo Peak und das gesamte Pangbuche-Himal-Massiv. Übernachtung in einer einfachen Lodge (bitte bedenken Sie, dass es in Dharamsala nur wenige Lodges gibt und da-her kein DZ/EZ garantiert werden können). Gehzeit: 3-4h / Aufstieg ca. 700 m

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

Tag 13

Aufstieg zum Hochlager des Larkya North Peak (4.850 m)

Am frühen Morgen laufen Sie entlang der Seitenmoräne neben dem mächtigen Larkya-Gletscher noch ca. 2-3 h weiter in Richtung des Larkya-La-Passes. Schließlich erreichen Sie Ihr Hochlager auf etwa 4.850 m Höhe und schlagen die Zelte auf. Der Nachmittag dient zum Ausruhen, Kräfte sammeln und packen des Gipfel-Rucksacks. Übernachtung im Zelt / Gehzeit: 2-3h / Aufstieg ca. 600 m

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

Tag 14

Gipfelbesteigung des Larkya North Peak (6.065 m)

Noch im Schein der Stirnlampen steigen Sie in Richtung Gipfel aus. Durch die vorangegangene sehr gute Höhenanpassung der letzten Tage geht es recht flüssig nach oben. Nachdem Sie das recht steile Moränengelände verlassen haben, führt der Weg zunehmend über große Steinplatten und später über loses Geröll (kann im Frühjahr mit Schnee bedeckt sein) und vor dem Gipfel über eine Schnee-rinne hinauf auf den höchsten Punkt. Je nach Bedingungen kommen auch Steigeisen und Gurt zum Einsatz. Vom Gipfel haben Sie einen spektakulären Rundumblick auf die Eiswelt des Manaslu und seiner Vasallen. Der Blick reicht dieses Mal sogar bis hinein ins Annapurna-Massiv und Sie können die Gipfel des Annapurna 4 und 2 gut erkennen. Der Abstieg erfolgt nach ausgiebiger Pause hinab ins Hochlager. Nun müssen Sie sich vor allem bei dem losen Geröll noch einmal sehr konzentrieren, be-vor Sie entspannt in die Schlafsäcke kriechen können. Übernachtung im Zelt / Gehzeit: 9-10h (ca. 7 Aufstieg und 2-3h Abstieg) Auf – und Abstieg, ca. 1.100 m

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

Tag 15

Überquerung des Larkya-La-Pass und Abstieg nach Bimthang (3.590 m)

Vom Hochlager benötigen Sie ca. 2h bis Sie den Larkya-La-Pass erreichen. Der Pass (5.135 m) ist ge-schmückt mit vielen Gebetsfahnen, welche sich mit dem mächtigen Bergpanorama sehr als Fotomotiv eignen. Bei klarer Sicht erwartet Sie noch einmal ein grandioser Panoramablick zurück auf den Larkya Peak und hinter dem Pass thronen die Eisgiganten Cheo Himal, Himlung Himal und Nemjung. Des Weiteren eröffnet sich Ihnen im Gipfelmeer der Blick auf weitere unbekanntere, aber nicht weniger eindrucksvolle Gipfel wie auf den Kang Guru, Chombi, Kechakyu und Gyaji Kang, um nur einige zu nennen. Schließlich steigen Sie nun recht steil in das Dudh-Khola-Tal hinab, um zum sehr schön ge-legenen Dorf Bimthang zu gelangen. Nach 700 m Abstieg erreichen Sie entlang der Moräne des Salpu-danda-Gletschers das erste Tea House. In dieser Region laufen mit dem soeben genannten Gletscher sowie dem Ponkar-Gletscher und dem Kechakyu-Khola-Gletscher gleich 3 Gletscherläufe zusammen. In Bimthang angekommen, steht in herrlicher grüner saftiger Ebene nun wieder der Manaslu, nur von der Südseite, direkt vor Ihnen. Ebenfalls haben Sie eine herrliche Aussicht auf den Thulagi (7.059 m) und den Phungi (6.538 m). Übernachtung in einer Lodge und Gipfelparty! Gehzeit: ca. 7 h / Aufstieg ca. 250 m / Abstieg 1.550 m

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

Tag 16

Abstieg nach Tilije (2.300 m)

Leider heißt es nun so langsam Abschied nehmen von den hohen Bergen und wandern hinab durch einen herrlichen märchenhaften Nadelwald (Himalaya-Tannen) und vorbei an vielen Rhododendron-büschen (im Frühjahr ein buntes Blütenmeer) bis zur Alp Tsangling und von dort weiter ins Dorf Tilije (Volksgruppe der Gurung). Sie merken, wie sich die Landschaft mit jedem Schritt nach unten wieder ändert und mehr und mehr menschliche Siedlungen hervorkommen und die Menschen das Land landwirtschaftlich bearbeiten. Übernachtung in einer Lodge / Gehzeit: ca. 6–7 h / Aufstieg ca. 400 m / Abstieg 1.750 m

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

Tag 17

Weiter nach Jagat 1.700 m

Der Weg führt nun abwärts durch das Dudh-Khola-Tal und beim Dorf Thonje treffen Sie auf den Weg der Annapurna Runde. Hier mündet der Dudh Khola in den mächtigen Marsyangdi-Nadi-Fluss und rauscht in die Tiefebene. Weiter geht der Weg entlang des Flusses, überqueren einige Hängebrücken und erreichen dann Jagat. Übernachtung in einer Lodge. Gehzeit ca. 7 h / Aufstieg ca. 400 m / Abstieg 1.400 m

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

Tag 18

Reservetag

Dieser Tag dient als Sicherheitstag für eventuelles schlechtes Wetter oder kann zur besseren Höhen-anpassung während der Trekkingtour in Absprache mit dem Trekkingführer an einem x-beliebigen Trekkingtag genutzt werden. Übernachtung im Zelt oder Lodge.

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

Tag 19

Rückfahrt nach Kathmandu via Bhulbhule

Nach Verabschiedung von Ihrer Begleitmannschaft mit den fleißigen Trägern und Koch, fahren Sie mit einem lokalen Bus oder Jeeps über eine Schotterpiste im Marsyandi-Tal die Strecke bis nach Be-sisahar (750 m) hinab. Dabei passieren Sie kleine Siedlungen wie Syange, deren Einwohner vom Reis-anbau leben, und erreichen über Bahundanda und das Dorf Bhulbhule den Ort Besisahar. Hier stei-gen Sie um in den AT REISEN Bus und fahren zurück nach Kathmandu. Am späten Nachmittag nach ca. 6-7 Fahrt erreichen Sie wieder die Hauptstadt Kathmandu, wo bereits eine heiße Dusche auf Sie war-tet. Anschließend gemeinsames Abendessen in der Altstadt / Übernachtung im Hotel / Fahrtzeit ca. 8 h

Verpflegung

Frühstück, Abendbrot

Tag 20

Stadtbesichtigung in Kathmandu

Nach den schönen Tagen in den Bergen, entdecken Sie heute die Höhepunkte der ehemaligen Kö-nigsstadt. Dabei erhalten Sie einen sehr tiefen Einblick in den Hinduismus und Buddhismus. Sie se-hen das Haus der „lebenden Göttin“, den Königspalast sowie einige Pagoden. Nachdem Sie nach Pashupatinath gefahren sind, besuchen Sie den Affentempel und den größten Stupa (Bodnath) von Kathmandu. Übernachtung im Hotel

Verpflegung

Frühstück

Tag 21

Freizeit und Rückreise

Je nach Flugverbindung steht Ihnen heute entweder ein halber oder ganzer Tag zur freien Verfügung (Einkaufsbummel oder Besichtigung). Transfer zum Flughafen und Rückflug nach Deutschland.

Verpflegung

Frühstück

Tag 22

Rückreise / Ankunft

Rückflug nach Deutschland und Ankunft am gleichen Tag (abhängig von der Flugverbindung)

Leistungen

Das ist inbegriffen

- ☑ alle Transfers, Überland- und Besichtigungsfahrten lt. Programm in Privatfahrzeugen
- ☑ Übernachtung im Hotel (Kathmandu), während des Trekkings in Lodges, während der Bergbesteigung in 2-Personen-Zelten
- ☑ Verpflegung: Vollpension während des Trekkings, ansonsten Frühstück (19x Frühstück / 16x Mittagessen / 17x Abend-essen)
- ☑ Getränke: Tee, Kaffee oder heißes Wasser bei allen Zeltübernachtungen (während der Übernachtungen in den Lod-ges beim Trekking 1 Heißgetränk pro Mahlzeit)
- ☑ Begleitmannschaft wie Träger oder Tragetiere und Koch am Larkya North Peak
- ☑ Trekkinggenehmigung und TIMS-Karte
- ☑ Besteigungspermit 175 USD (Herbst) & 300 USD (Frühjahr) inklusive
- ☑ Gepäcktransport während des Trekkings 20kg persönliches Gepäck (Träger oder Tragetiere)
- ☑ Englischsprachiger erfahrener einheimischer Trekking-und Bergführer inkl. Bergführerversicherung und Assistant Guides je nach Gruppengröße (4 Gäste = 1 Bergführer)
- ☑ Deutschsprachiger örtlicher Stadtführer bei der Stadtbesichtigung
- ☑ Deutschsprachiger AT REISEN-Reiseleiter (bei Mindestteilnehmerzahl von 10 Personen)
- ☑ Telefonische Reiseberatung
- ☑ Sonderkonditionen bei verschiedenen Ausrüstern und Bergsportläden (Sprechen Sie uns an)

Nicht enthalten

- ☒ Flüge ab/an Deutschland/Österreich/Schweiz nach Kathmandu und zurück (weitere Abflughäfen auf Anfrage) in der Economy-Class inkl. Tax und Kerosinzuschlägen ab 1050,-Euro /gern erstellen wir Ihnen ein separates Angebot)
- ☒ Visakosten: 50,- USD/ ca. 45,- Euro
- ☒ fehlende Mahlzeiten und Getränke (abgekochtes Wasser 1 Liter ca. € 3-6 pro Tag, Softgetränk: 250-350 Rupees, Bier: 500-700 Rupees)

- ☒ Strom laden in den Lodges (200-400 Rupees für 1x Handy- oder Kamera laden), heiße Dusche: 250-350 Rupees
- ☒ Trinkgelder (s. Informationsblatt)
- ☒ individuelle Besichtigungen und Ausflüge
- ☒ Übergepäck
- ☒ Einzelzimmerzuschlag 150,- Euro (gilt nur für die Stadtübernachtungen, während des Trekkings muss vor Ort in bar bezahlt werden, da keine Reservierungen vorgenommen werden können. Die Zuschläge für das Einzelzimmer sind jedoch sehr gering)
- ☒ Versicherungen
- ☒ ZZF-Ticket (Zug zum Flug) in der 2 Klasse ohne Sitzplatzkarte 114,-Euro

Termine

Bitte beachten Sie, dass sich folgende Termine auf den Stand des Datums beziehen, an dem Sie dieses Dokument herunter geladen haben. Die aktuellsten Preise und Termine entnehmen Sie bitte unserer Website.

So., 14.03.2027 bis Sa., 03.04.2027 • 22 Tage	**3.020 €** p. P. zzgl. Flug
So., 11.04.2027 bis Sa., 01.05.2027 • 22 Tage	**3.020 €** p. P. zzgl. Flug
So., 10.10.2027 bis Sa., 30.10.2027 • 22 Tage	**2.910 €** p. P. zzgl. Flug
So., 24.10.2027 bis Sa., 13.11.2027 • 22 Tage	**2.910 €** p. P. zzgl. Flug
So., 12.03.2028 bis Sa., 01.04.2028 • 22 Tage	**3.020 €** p. P. zzgl. Flug
So., 09.04.2028 bis Sa., 29.04.2028 • 22 Tage	**3.020 €** p. P. zzgl. Flug
So., 08.10.2028 bis Sa., 28.10.2028 • 22 Tage	**2.910 €** p. P. zzgl. Flug
So., 22.10.2028 bis Sa., 11.11.2028 • 22 Tage	**2.910 €** p. P. zzgl. Flug

⚠ Etwaige Preisdetails, wie etwa der Einzelzimmer-Zuschlag oder andere Preisvariationen entnehmen Sie bitte unserer Website.

Wichtige Informationen zur Reise

Zum Land

Klima

Tagsüber ist es durch die recht intensive Sonneneinstrahlung warm, jedoch sinken nachts die Temperaturen bis zum Gefrierpunkt. In größeren Höhen bis -15°C. In Kathmandu (1.300 m) angenehmes gemäßigtes Klima 20 bis 30°C.

Visum

Es wird ein Visum bei einem Aufenthalt in Nepal benötigt. Das Visum kann bei Einreise vor Ort am Flughafen Kathmandu (oder an der Grenzstelle nach Nepal) vor der Reise bei der zuständigen Visumbehörde oder Online, als Vorantrag beantragt werden. Touristenvisa werden für bis zu 15, 30 oder 90 Tage ausgestellt und können vor Ort um bis zu 150 Tage verlängert werden. Dabei sollte die angegebene Aufenthaltsdauer auf keinen Fall überschritten werden.

Online-Beantragung vor Abreise

Über die Webseite http://www.online.nepalimmigration.gov.np/tourist-visa können Sie frühestens 14 Tage vor Reisebeginn das Vor-Visum der Einwanderungsbehörde online beantragen. Das erspart Ihnen in Kathmandu das Ausfüllen am Visum-Automaten. Die Seite ist derzeit nur in Englischer Sprache verfügbar. Hierbei müssen Sie auch ein Passfoto (mindestens 6 Monate gültig bei Ausreise aus Nepal) hochladen. Entweder drucken Sie den Antrag aus oder machen sich davon einen Screenshot. Bei Einreise zeigen Sie dann am Visum-Counter den Antrag vor und bezahlen hier die Visum-Gebühr. Die Gebühr können Sie in Euro, USD, Rupien oder auch mit Kreditkarte bezahlen. Am Schalter erhalten Sie dafür dann eine Quittung und bei Vorlage am Einreiseschalter dafür dann die Visummarke für den Pass. Bei dieser Variante müssen Sie sich insgesamt 2 x anstellen (Visum-Schalter/Einreise).

Visum-Beantragung am Flughafen Tribhuvan in Kathmandu

Wer nicht das Visum nicht Online beantragen möchten, der kann es auch mit relativ wenig Aufwand vor Ort am Flughafen erledigen. Man muss jedoch hier kleine Wartezeiten einplanen, sollten gleichzeitig mehrere Flugzeuge landen (da es nur eine begrenzte Anzahl an Visum-Automaten zur Verfügung stehen). Für die Beantragung am Flughafen benötigen Sie einen gültigen Reisepass (mindestens 6 Monate gültig bei Ausreise aus Nepal). Nach Ankunft stehen in der Ankunftshalle Visa-Automaten zur Verfügung. Hier wird der Reisepass eingescannt und ein Menü führt durch den unkomplizierten Antrag (Zeitdauer ca. 3 -5 min). Bei Fragen kann man sich auch an das Personal vor Ort wenden. Nachdem der Antrag abgeschlossen ist, drucken Sie sich bitte den Antrag aus (Hinweis: Sollte der Drucker nicht funktionieren, machen Sie sich bitte ein Foto von dem Antrag). Mit dem Antrag können gehen Sie nun zum Visum-Schalter und bezahlen Ihr Visum. Die Gebühr können Sie in Euro, USD, Rupien oder auch mit Kreditkarte bezahlen. Am Schalter erhalten Sie dafür dann eine Quittung und bei Vorlage am Einreiseschalter bekommen Sie dann die Visummarke in den Pass. Bei dieser Variante müssen Sie sich insgesamt 3 x anstellen (Automat/ Visum-Schalter/Einreise) .

Visum-Beantragung mit Reisepass in Deutschland/Österreich/Schweiz

Zur Beantragung des Visums wenden Sie sich an die zuständige Botschaft in Berlin, Konsulate in Dreieich, Hamburg, Köln, München oder Stuttgart oder an Ihre Botschaften in Österreich oder Schweiz.

Bearbeitungszeit: Die gewöhnliche Bearbeitungsdauer beträgt etwa 5 Konsulatsarbeitstage nach Eingang der Antragsunterlagen. An Nationalfeiertagen kann es zu Verzögerungen kommen. Informieren sie sich frühzeitig bezüglich der unterschiedlichen Möglichkeiten zur Visabeschaffung.

Hinweis: Bei der Beantragung vor Ort kann es zu Wartezeiten kommen.

Einreise über den Landweg: An den Grenzposten werden auch Visa ausgestellt, allerdings wird empfohlen diese vorher zu beantragen, da diese nicht mit Sicherheit ausgestellt werden.

Mitzuführende Dokumente: - Passfoto /- Visumantrag
Bei Fragen rund um spezifische Einreise- und Visabestimmungen mit Wohnsitz im Land Deutschland wenden Sie sich bitte an die zuständige Botschaft in Berlin oder an die Konsulate in Dreieich, München, Köln oder Stuttgart.

Bitte beachten Sie, dass sich die Visabedingungen kurzfristig ändern oder individuell behandelt werden können. Nur die zuständige Botschaft oder eines der zuständigen Generalkonsulate können rechtsverbindliche Informationen und Hinweise und/oder über diese Informationen hinausgehende Informationen und Hinweise liefern. Informieren Sie sich rechtzeitig.

AT REISEN übernimmt keine Haftung für das Visum und Auskünfte. Jeder Teilnehmer ist für die Visum-Organisation selbst verantwortlich.

Devisen

Euro (in bar) in kleinen Stückelungen, kann in Kathmandu unkompliziert getauscht werden in die einh. Währung (Rupien). Keine Garantie für Geldautomaten! 1 Euro ca. 175 Rupien - Stand 9/ 26

Voraussichtlicher Geldbedarf

Bargeld: Da bis auf die Getränke, fehlende Mahlzeiten, Trinkgelder, Visum und allfällige Extrakosten praktisch alle Kosten im Gesamtpreis inbegriffen sind, sollte mit ca. 300, - Euro plus einer persönlichen Reserve auszukommen sein. Bitte Euro in cash oder EC-Karte mitnehmen und vor Ort umtauschen. EC-Automaten finden sie in Kathmandu und Pokhara bei der ATM oder Nabil Bank (EC -Karten mit Maestro Zeichen). Bargeld können Sie fast übe rall in den vielen kleinen Wechselstuben oder im Hotel schnell und problemlos umtauschen. Kreditkarte für Notfälle und individuelle Einkäufe mitnehmen.

Impfungen

Gelbfieberimpfung ist vorgeschrieben bei Einreise aus Infektionsland, Auffrischung der Standardimpfung wird empfohlen!

Kulturschock inklusive

Bitte beachten Sie, dass Sie in ein Schwellenland reisen. Die Verhältnisse vor Ort sind nicht mit europäischen bzw. deutschen Standards zu vergleichen, insbesondere die hygienischen Bedingungen, die Standards der Unterkünfte, der Umgang mit Müll und Umweltschutz oder die zum Teil fehlende fachliche Qualifikation von Personal (z. B. in Hotels) sowie die Konfrontation mit Bettlern und starker Armut. Auch die kulturellen Unterschiede können sehr befremdend sein.

Wir bitten Sie daher, sich in Ruhe damit auseinanderzusetzen und vor Ort alles etwas "gelassener" zu sehen, dann steht einer spannenden und eindrucksvollen Reise nichts im Weg.