Großer Saribung Trek + Besteigung Saribung Peak (6.328 m)

25 Tage

ASNP218

Asien
Nepal

Weitere Bilder auf unserer Website ↗

Preis p. P.
ab 4.415 € zzgl. Flug

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

Reisebeschreibung

Diese Trekkingreise in das Königreich Mustang mit dem Abstecher in das unbekannte Damodar Himal sowie mit der Überquerung des Saribung-Passes ist für jeden begeisterten Wanderer etwas Besonderes! Nach der Stadtbesichtigung in der Hauptstadt Kathmandu geht es mit einem Kleinflieger nach Jomsom in das obere Kali-Gandaki-Tal. Schon der Flug ist ein Höhepunkt! Schließlich fliegen Sie erst entlang dem Himalaya und dann passieren Sie seitlich die beiden mächtigen Achttausender, Annapurna und Dhaulagiri. Fast 6000 m hoch schrauben sich hier die schnee- und eisbedeckten Wände. Nach Begrüßung Ihrer Begleitmannschaft beginnt das Trekking in Richtung Kagbeni, wo Sie die Grenze nach Mustang überschreiten. Sie befinden sich nun auf einer der ehemaligen Handelsrouten der Tibeter. Bis Mitte des 20. Jhs. war Mustang ein innenpolitisch autonomes Territo-rium innerhalb des nepalesischen Staates. Nach der Besetzung Tibets durch China brachen die Handelsrouten zusammen und Mustang geriet in Vergessenheit. Erst 1992 wurden wieder die Grenzen für Touristen geöffnet. Auch fast 20 Jahre nach Öffnung blieb Mustang vom großen Tourismus verschont. Durch viele kleine Dörfer mit herzli-chen Bergbewohnern wandern Sie nach Tsarang, dem Sommersitz des Sakya-Ordens. Es geht immer höher hinauf und langsam wird die Luft dünner. Prächtige Ausblicke auf Dhaulagiri, Annapurna, Nilgiri und Tukuche Peak las-sen das Trekkerherz höherschlagen. In Lo Mantang, der Hauptstadt des kleinen Königreiches Mustang, werden der Königspalast und die buddhistischen Klöster besichtigt. Dann führt das Trekking in den Damodar Himal, vorbei an wunderschönen Bergseen und abgelegenen Bergdörfern. Bestes an die Höhe akklimatisiert, geht es nun über den Saribung-Pass und kommen in das Narphu-Tal. Bergsteiger haben die Möglichkeit den technisch leichten Saribung Peak 6.328 m zu besteigen. Der Abstieg verläuft durch ursprüngliche Himalaya-Hochtäler mit versteckten Siedlungen. Der prächtige Himlung 7.126 m und Nemjung 7.140 m bestimmen von nun an die Berglandschaft. Im oberen Marsyandi-Tal stoßen Sie dann auf die bekannte Annapurna-Runde und fahren via Bhulbule zurück nach Kathmandu.

Charakter und Anforderungen der Reise

Diese Zelt-Trekkingtour kann von jedem geübten und trittsicheren Bergwanderer, der über gute Kondition ver-fügt, begangen werden. Für die einzelnen Tagesetappen mit Auf- und Abstiegen bis zu 1000 Höhenmetern werden meist 4 - 9 Stunden bei mäßigem Tempo benötigt. Die ungewohnte Höhenlage bereits am Ausgangsflugplatz Jom-som (ca. 2.720 m) und der Aufenthalt in Regionen bis 5700 m Höhe (Saribung Pass)/ 6.328 m Saribung Peak, setzen einen gesunden, belastbaren Organismus voraus. Der Weg von Mustang durch den Damodar Himal/Saribung-Pass/Marphu-Tal wurde bisher nur wenig begangen. Sie bewegen sich in weitgehend unberührter Natur, was sehr reizvoll ist. Diese Abgeschiedenheit erfordert auch eine gewisse mentale Stärke von jedem Teilnehmer, um auch mit unvorhersehbaren Situationen und Änderung zurecht zu kommen. Gerade in Nepal kommt es immer wieder durch zu schnelles Aufsteigen und Nichtbeachten der Grundregeln beim Höhentrekking zu akuten Höhenkrankheiten, die einen sofortigen Abtransport in tiefere Regionen - meist mit Hubschraubern - erforderlich machen. Deshalb sollten Herz und Kreislauf in Ordnung sein und der Körper sollte im Vorfeld ausreichend konditionell auf diese Tour vorbereitet werden (Empfehlung von AT-Trainern – mindestens 2 –3 x pro Woche Ausdauertraining mit ca. 1 –2 h Pensum wie z. B. Treppenlaufen, Laufen allgemein oder Radfahren – also tourspezifische Trainingseinheiten). Bitte konsultieren Sie vor Reiseantritt Ihren Arzt. Selbst ein gesunder Organismus darf jedoch keinesfalls durch zu rasches Gehen überbeansprucht werden. Langsames 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 „anfälliger“ werden. Sie selbst tragen nur das Notwendigste (Anorak, Wasserflasche, Fotoapparat etc.) in Ihrem Tagesrucksack. Das restliche Gepäck wird von den Trägern und Tragtieren transportiert. Unterwegs übernachten Sie in Zelten. Es empfiehlt sich die Rucksäcke/Reisetaschen in Schutzhüllen einzupacken. Für das Trekking und die Besteigung der geplanten Gipfel ist keine besondere Ausrüstung erforderlich. Es genügen Leichtbergschuhe aus wasserfestem Leder mit guter Profilgummisohle sowie die übliche Wanderausrüstung und Regenschutz. Auf-grund der sehr stark absinkenden Temperaturen in der Nacht sollte jeder Teilnehmer einen guten Schlafsack (Daune oder Kunstfaser) mit einem Komfortbereich von 12°C Minus im Gepäck mitführen. Bitte haben Sie Ver-ständnis und stellen Sie keine allzu hohen Ansprüche, wenn die Mahlzeiten teilweise etwas einseitig sind. Es ist unterwegs nicht immer möglich, Frischwaren wie Brot, Fleisch, Gemüse etc. einzukaufen. Ein Großteil der Verpfle-gung wird mitgeführt. Das Küchenteam versucht natürlich täglich Abwechslung auf den Tisch zu zaubern.

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

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 nach Kathmandu

Tag 2

Ankunft in Kathmandu

Sie landen in Nepals Hauptstadt auf ca. 1.300 m Höhe und gelangen per Transfer zu Ihrem Hotel. Der Rest des Tages steht zur freien Verfügung. Am Abend finden eine kurze Reisebesprechung und das Begrüßungsessen im Hotel statt. Übernachtung im Hotel

Verpflegung

Abendbrot

Tag 3

Flug nach Pokhara

Zeitiger Flug von Kathmandu nach Pokhara 900 m. Nicht benötigtes Gepäck kann im Hotel deponiert werden. Transfer zum Hotel in der Nähe des Pewa-Sees. Genießen Sie die herrliche Lage am See und den Traumblick auf die Berge. Es lohnt sich entweder ein Bummel durch den kleinen Ort, die Besichtigung des Devi-Wasserfalls oder ein Ausflug zur Friedenspagode mit dem spektakulären Blick auf die Annapurna Range und Dhaulagiri (Sonnenaufgang- oder Untergang). Eine Bootstour auf dem Phewa -See mit Besichtigung des kleinen Tempels auf der Insel inmitten des Sees ist auch eine großartige Alternative. Übernachtung im Hotel.

Verpflegung

Frühstück

Tag 4

Pokhara – Jomsom – Kagbeni

Heute fliegen Sie in die Berge, hindurch zwischen den beiden Achttausendern Dhaulagiri und Annapurna und folgen dem Kali-Gandaki-Fluss und landen wenig später in Jomsom auf ca. 2720 m Höhe. Hier treffen Sie auf Ihre fleißigen Träger + Küchenteam. Nachdem alles verpackt wurde, wandern Sie gemütlich flussaufwärts bis nach Kagbeni 2.810 m. Eine trutzige Gompa, Steinhäuser und enge verwinkelte Gassen kennzeichnen diese von tibe-tisch-stämmiger Bevölkerung bewohnte Siedlung mit Blick auf den Tilicho Peak 7.134 m und Dhaulagiri 8.167 m. Am Nachmittag haben Sir ausreichend Zeit, das mittelalterlich anmutende Grenzdorf zu entdecken. Übernach-tung Lodge. Gehzeit ca. 4 Stunden. Aufstieg ca. 170 m. Hinweis: Sollte der Flug wettertechnisch nicht möglich sein, wird die Strecke mit dem Auto gefahren/ 160 km / Fahrzeit ca. 7-9 h (abhängig von dem Zustand der Straße und Verkehr)

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

Tag 5

Trekking Kagbeni – Chele (Mustang-Gebiet)

Heute wandern Sie in das ehemals verbotene Königreich Mustang. Nachdem alle Grenzformalitäten am Police Check Point am Ausgang von Kagbeni abgewickelt sowie Ausrüstung und Verpflegung kontrolliert wurde, folgen Sie dem Kali-Gandaki-Fluss stromaufwärts. Sie passieren die Dörfer Tangya und Chusang und erreichen am Nachmittag Ihr heutiges Etappenziel Chele 3.050 m. Chörten und Manimauern schmücken den Weg. Übernach-tung Lodge. Gehzeit ca.6 Stunden. Aufstieg ca. 600 m/Abstieg ca. 350 m.

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

Tag 6

Über vier Pässe bis nach Ghiling

Es geht stetig bergan in Richtung Norden, tief im Tal rauscht der Kali-Gandaki-Nadi-Fluss. Sie überqueren begin-nend mit dem Taklam La 3.624 m, dem Dajong La 3660 m, dem Bhena La 3830 m den Syangbocha La Pass 3.850 m. Auf der linken Seite sehen Sie ein Gipfelmeer von vielen Sechstausendern der Jakrijang-Gruppe und auf der rechten Seite in kleiner Entfernung den Damodar Himal mit dem Saribung Peak. Nach dem letzten Pass erfolgt der Abstieg in die Ortschaft Ghiling 3.570 m. Übernachtung im Zelt. Gehzeit ca.7-8 Stunden. Aufstieg ca. 1.200 m/Abstieg ca. 750 m.

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

Tag 7

Panoramaweg bis nach Tsarang

Hoch über dem Kali-Gandaki-Fluss wandern Sie auf einem schönen Panoramaweg zum kleinen Mustang-Dorf Ghami 3.520 m, mit einer alten Tor-Chörte und einer alten Gompa. Unterwegs passieren Sie die beiden Pässe Tsete La ca 3.900 m und Ghami La ca. 3.765 m. Nach Mittagsrast in Ghami überqueren Sie per Brücke einen kleinen Seitenfluss und wandern dann entlang einer der längsten Mani-Mauer (Gebetsmauer) Mustangs. Das Gebiet hier ist bekannt für Blauschafe und die sehr scheuen Schneeleoparden. Abstieg dann nach Tsarang 3.560 m, der zweiten Königsstadt in Mustang. Durch eine Chörte an der Tsarang Gompa (buddhistisches Kloster) erreichen Sie den alten verfallenen Königspalast. Übernachtung im Zelt. Gehzeit ca. 6 Stunden. Übernachtung Lodge. Gehzeit ca. 6-7 Stunden. Aufstieg ca. 850 m/Abstieg ca. 850 m.

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

Tag 8

Tsarang nach Lo Manthang

Vor dem Abmarsch haben Sie die Möglichkeit das Kloster und die ehemalige Königsresidenz zu besuchen. Anschließend starten Sie mit dem Trekking nach Lo Manthang. Der kürzeste Weg führt in ca. 3-4 Stunden in die Berghauptstadt. Sie machen jedoch einen Abstecher zum sehenswerten Kloster Ghekat. Über mehrere Pässe mit geschmückten Gebetsfahnen und kleinen Chörten erfolgt dann der Abstieg nach Lo Manthang, der festungsartigen Hauptstadt von Mustang. Die Landschaft hat wüstenhafte Formen angenommen und am Horizont begrenzen die tibetischen Berge den Weitblick. Hinter Ihnen dominieren die gewaltige Annapurna-Kette und der Dhaulagri die Szenerie. Nach der täglichen „Teatime“ besichtigen Sie die ummauerte Stadt mit ihren recht-winklig angelegten Gassen und können (fakultativ) einen Blick in die Gompas und Innenhöfe der Klöster werfen. Die Wohnhäuser der Lobas (wie sich die Einwohner Mustangs selber nennen) mit ihren Flachdächern liegen rings um den Königspalast, dem Kernstück der Stadt. Übernachtung im Zelt. Gehzeit ca. 6 Stunden. Übernach-tung Lodge. Gehzeit ca. 6 Stunden. Aufstieg ca. 800 m/Abstieg ca. 850 m.

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

Tag 9

Besichtigungen in Lo Manthang, 3.800 m und Rundtour Jong Cave – Thinggar – Namgyal

Heute besichtigen Sie 600 Jahre alte Hauptstadt Mustangs. Man fühlt sich durch die engen Gassen, mächtigen Mauern der Häuser und Stadtmauer regelrecht in das Mittelalter versetzt. Sie besichtigen den Königspalast, Gompas sowie auch die Wohnhäuser der Lobas mit ihren Flachdächern. Die Bevölkerung lebt überwiegend vom Handel zwischen Tibet und Nepal und zu kleineren Teilen vom Tourismus, der Landwirtschaft (Getreideanbau) und der Viehzucht mit Yaks, Pferden, Ziegen und Schafen. Ab und zu hält der Monarch Audienz, dessen Dynastie seit 1430 herrscht. Mit etwas Glück sind Sie im richtigen Moment vor Ort und können daran teilnehmen (fakul-tativ – evtl. Kosten und Spenden sind selbst zu tragen). Weiterhin unternehmen Sie eine Rundtour in den nörd-lichen Teil Lo Manthangs, wo Sie die ehemaligen Wohnhöhlen der "Jong Caves" sowie den Sommerpalast des Königs in Thinggar besichtigen. Auf dem Rückweg besuchen Sie noch das Gelbmützen-Kloster Namgyal. Gehzeit ca. 6 Stunden. Übernachtung Lodge. Gehzeit ca. 6 Stunden. Aufstieg ca. 370 m/Abstieg ca. 370 m.

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

Tag 10

Trekking über den Day La Pass nach Yara Gaon

Heute verlassen Sie Lo Manthang und folgen einem Höhenweg nach Süden. Unterwegs überschreiten Sie den Day La Pass ca. 3.950 m und steigen dann später in das noch schmale Kali-Gandaki-Tal bis zum kleinen Dorf Dhi-gaon ab. Der Abstieg beeindruckt durch imposante Erosionsflanken. Schließlich überqueren Sie den Kali Ganda-ki und steigen leicht bergauf zum Tagesziel Yara Gaon 3.600 m, wo für heute das Zeltlager aufgebaut wird. Über-nachtung Lodge oder Zelt. Gehzeit ca. 7 Stunden. Aufstieg ca. 630 m/ Abstieg ca. 850 m.

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

Tag 11

Trekking nach Luri

Nach dem Frühstück können Sie es gemütlich angehen und steigen das Tal des Puyung Khola hinauf bis zur se-henswerten Gompa von Luri. Am Nachmittag besteht die Möglichkeit zur Besichtigung des Klosters. Übernach-tung im Zelt. Gehzeit ca.3-4 Stunden. Aufstieg ca. 540 m/Abstieg ca. 50 m.

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

Tag 12

Trekking nach Ghuma Thanti

Durch ein einsames Tal steigen Sie steil zu einem namenlosen Pass ca. 5.000 m hinauf. Nach ausgiebiger Pause erfolgt der Abstieg zum Weiler Ghuma Thanti ca. 4.800 m. Übernachtung in Zelt. Gehzeit ca.5-6 Stunden. Auf-stieg ca. 1000 m/Abstieg ca. 450 m.

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

Tag 13

Trekking zum Bacha Khola Camp

Mit frischen Kräften geht es zu einem weiteren namenlosen Pass ca. 5.300 m. In südlicher Richtung sieht man die Ausläufer des Saribung-Gebirges und in östlicher Richtung blickt man bereits nach Tibet. Abstieg zum Camp Bach Khola. Übernachtung im Zelt. Gehzeit ca.6 Stunden. Aufstieg ca. 600 m/Abstieg ca. 450 m.

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

Tag 14

Trekking zu den heiligen Seen im Damodar Himal

Auf dem Weg zu den heiligen Seen muss wieder ein Pass erklommen werden. Bereits bestens an die Höhe angepasst, fällt der Aufstieg auf den ca. 5.500 m hohen Punkt nicht schwer, solange man alles gemütlich und entspannt angeht. Vom Pass quert man hinüber zu dem Hindu-Pilgerziel Damodar Kund (Kund = See). Die drei klei-nen Seen Kamandalu-Kund, Dudh-Kund und Rakta-Kund sind das ersehnte Ziel der Pilger, die hier ihr rituelles Reinigungsbad vornehmen. Eine Besonderheit ist der "Goldene Kreis" im Dudh-Kund (= Milch-See). Auf einer schönen Wiese bauen Sie das heutige Lager auf ca. 4.980 m auf. Übernachtung im Zelt. Gehzeit ca.6 Stunden. Aufstieg ca. 700 m/Abstieg ca. 500 m.

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

Tag 15

Japaner-Basislager

Um noch einmal Kräfte für den Saribung-Pass zu sammeln, steht heute eine erholsame Tagestour auf dem Programm. Es geht gemütlich nach dem Frühstück aufwärts, bis Sie nach ca. 4 Stunden das „Japaner-Basislager“ ca. 5.250 m erreichen. Übernachtung im Zelt. Gehzeit ca. 3-4 Stunden. Aufstieg ca. 300 m.

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

Tag 16

Aufstieg zum Hochlager des Saribung Passes

Der heutige Weiterweg ist überwältigend. Der Weg für über eine Moräne des Bhatchauk-Gletschers direkt hin-ein in den Eispalast des Saribung-Gebietes. Rechts und links säumen Eiswände wie eine Allee Ihren Weiterweg. Etwas unterhalb (abhängig von den Verhältnissen) wird das heutige Zeltlager ca. 5.800 m in dem Schnee aufge-baut. Übernachtung im Zelt. Gehzeit ca. 5 Stunden. Aufstieg ca. 500 m.

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

Tag 17

Über den Saribung Pass in Richtung Narphu-Tal oder Gipfelbesteigung Saribung Peak

Durch die eisige Bergwelt führt der Weg zum ca. 5.900 - 6.000 m Pass hinauf. Als wäre man inmitten der Antark-tis, einer faszinierenden, aber auch lebensfeindlichen Welt! Sie passieren entlang der Straße der Sechstausen-der die Gipfel wie Julie Himal 6.337 m, Selka Kangri 6.358 m, Kumlung Himal 6.355 m und den Saribung Peak mit 6.328 m. Der Letztgenannte bietet sich auch ideal zur Besteigung an, da er auf dem „Normalweg" keine techni-schen Schwierigkeiten aufweist und eine reine „Schneetour" bis zum Gipfel ist (Steigeisen genügen). So allmäh-lich verlassen Sie die Eiszone und steigen hinab in Richtung Zivilisation, Vegetation und Wärme. Doch der Weg führt über viele Steine, meist entlang eines steilen Abbruchs zum Fluss. Mehrmals müssen vereiste Flussläufe überquert werden. Tagesziel ist das Bhrikuti Base Camp ca. 5.050 m. Übernachtung im Zelt. Gehzeit ca.8 Stun-den. Aufstieg ca. 400 m/Abstieg 1.200 m.

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

Tag 18

Abstieg nach Phu

Mit frischen Kräften geht es heute nach Phu hinab. Bald werden erste Wegspuren erreicht. Sie folgen dem Flusslauf des Layju Khola, ein großer Chörten und das Dorf Nagoru wird passiert und schließlich erreichen Sie das ebenfalls kleine und völlig abgeschiedene Dorf Phu 4.080 m. Eng zusammengedrängt und steil an einem Hang gebaut, stehen hier die Häuser inmitten von Terrassenfeldern. Die Zivilisation hat Sie wieder eingeholt. Mit etwas Wetterglück haben Sie einen tollen Blick auf den Siebentausender Himlung 7.126 m und andere schnee-bedeckte Gipfel. Übernachtung Lodge. Gehzeit ca. 6 Stunden. Abstieg 800 m.

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

Tag 19

Abstieg durch das Phu-Tal bis nach Meta

Es geht weiter bergab und bald sind Sie unter der Viertausend-Meter-Marke. Sie folgen dem Phu Khola talwärts, welcher sich eng in das Tal eingeschnitten hat. Unterwegs kommen Sie durch verlassene Siedlungen der Kham-pa (Flüchtlinge aus Tibet) und erreichen am Nachmittag das nächste Tagesziel Meta 3.560 m. Von hier hat man einen ausgezeichneten Ausblick auf die 7.932 m hohe Annapurna II und auf der linken Seite steht stolz der Lamjung Himal 6.983 m. Übernachtung Lodge. Gehzeit ca. 8 Stunden. Abstieg 750 m.

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

Tag 20

Abstieg zum Marsyangdi-Nadi-Tal (Annapurna-Runde)

Es geht weiter bergab und heute wird die Dreitausender-Grenze unterschritten. Die Landschaft wird immer üp-piger an Flora und lebendiger an Fauna. Mit jedem Schritt in tiefere Lagen werden auch die Temperaturen mil-der, angenehmer und nach und nach werden die warmen Sachen abgelegt. Der Weg führt nun durch die Naar-Phu Khola Schlucht und Sie sehen unterwegs kleine und größere Wasserfälle. Schließlich erreichen Sie das Marsyangdi-Nadi-Tal und befinden sich nun auf der berühmten Annapurna-Runde. Mit dem Erreichen der ge-waltigen Annapurna-Gruppe findet ein großartiges Abenteuer in einem der entlegensten Teile des Himalayas seinen Abschluss. Mit dem Uhrzeigersinn geht es nun via Koto weiter bis nach Timang, wo Sie direkt gegenüber des Lamjung Himal 6983 m übernachten. Für die letzten Übernachtungen schlafen Sie in den typischen, einfa-chen, aber gastfreundlichen Lodgen. Gehzeit ca. 6-7 Stunden. Aufstieg ca. 150 m/Abstieg 1000 m.

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

Tag 21–22

Reservetage

Diese Tage dienen als Sicherheitstage für Schlechtwetter oder fehlende Höhenanpassung.
Übernachtung Zelt/Lodge.

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

Tag 23

Beshi-Shahar und Verabschiedung

Peer Jeep geht es nun entspannt talauswärts bis nach Beshi-Shahar 840 m. In Beshi-Shahar übernachten Sie zum letzten Mal in einer Lodge oder in einem einfachen Hotel und feiern gemeinsam mit der Begleitmannschaft den Abschied. Übernachtung in einer Lodge/einfaches Hotel.

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

Tag 24

Rückfahrt in die Hauptstadt Kathmandu

Von Beshi-Shahar erfolgt heute der Transfer in die ehemalige Königsstadt. Hier erwartet Sie die erste richtige Dusche seit den vielen Tagen am Berg – eine Wohltat vom Feinsten! Die Ankunft in Kathmandu ist abhängig von der Verkehrsdichte der Landstraße. Der Rest des Tages steht zur freien Verfügung. Übernachtung im Hotel.

Verpflegung

Frühstück, Abendbrot

Tag 25

Rückreise und Ankunft

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 (eventuell Ankunft am gleichen Tag oder einen Tag später – abhängig von der jeweiligen Airline).

Verpflegung

Frühstück

Leistungen

Das ist inbegriffen

- [x] 2 x Inlandsflüge Kathmandu - Pokhara – Jomsom in der Economy-Class in der Economy-Class inkl. Tax und Kerosinzu-schlägen
- [x] alle Transfers, Überland- und Besichtigungsfahrten lt. Programm in Privatfahrzeugen
- [x] Übernachtung in Hotels (Kathmandu + Pokhara), während des Trekkings Übernachtung in in 2-Personen-Zelten und 2 x in einer Lodge

- ☑ Verpflegung: Vollpension während des Trekkings, ansonsten Frühstück (23x Frühstück / 20 x Mittagessen / 22 x Abendessen)
- ☑ Alle Trekking-Getränke bei den Zeltübernachtungen: Heißgetränke wie. z.B. Kaffee, Tee, Wasser
- ☑ Begleitmannschaft und Träger (oder Tragetiere)
- ☑ Koch, Hilfspersonal, Speisezelt mit Tischen und Stühlen
- ☑ Trekkinggenehmigung und TIMS-Karte
- ☑ Sonderpermit Mustang und Naar-Phu-Tal inklusive
- ☑ Besteigungspermit Saribung Peak (inkl. mit der Erhöhung ab 1.9.2025)
- ☑ Englischsprechender einh. Bergführer und Trekkingguide
- ☑ Bergführerversicherung + inkl. Hubschrauberversicherung für den Bergführer
- ☑ Satellitentelefon
- ☑ Gepäcktransport während des Trekkings 20kg persönliches Gepäck (Träger oder Tragetiere)
- ☑ Deutschsprechender AT REISEN-Reiseleiter (bei Mindestteilnehmerzahl von 8 Personen)
- ☑ Vorbereitungstreffen per Zoom-Meeting
- ☑ Sonderkonditionen bei verschiedenen Ausrüstern und Bergsportläden (Sprechen Sie uns an)

Nicht enthalten

- ☒ Flüge ab/an Deutschland nach Kathmandu und zurück (weitere Abflughäfen auf Anfrage) in der Economy-Class inkl. Tax und Kerosinzuschlägen ab 1050,-Euro (gern unterbreiten wir Ihnen ein Angebot)
- ☒ Visakosten ca. 50,- USD/ 45,- Euro
- ☒ fehlende Mahlzeiten und Getränke
- ☒ Trinkgelder (s. Infoblatt)
- ☒ individuelle Besichtigungen und Ausflüge
- ☒ Übergepäck
- ☒ Einzelzimmerzuschlag Hotels: 170,- Euro/ Einzelzeltzuschlag: 190,-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.

Mi., 14.10.2026
bis Sa., 07.11.2026 • 25 Tage

4.415 € p. P.
zzgl. Flug

Mi., 31.03.2027 bis Sa., 24.04.2027 • 25 Tage	**4.540 €** p. P. zzgl. Flug
Mi., 13.10.2027 bis Sa., 06.11.2027 • 25 Tage	**4.415 €** 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.