Klassische Annapurna Umrundung & Abstecher in das Annapurna Basislager

Himalaya-Klassiker vom Feinsten

2 Termine | 28 Tage | 2–14 Personen | ASNP222







Weitere Bilder auf unserer Website ↗

Preis p. P.
ab 2.445 € zzgl. Flug

Reisebeschreibung

Dieser Himalaya-Klassiker im ehemaligen Königreich gehört mit zu den schönsten und beliebtesten Trekkingrou-ten der Welt. Trotz der langsam voranschreitenden Entwicklung und Modernisierung erleben Sie während dieser Tour eine faszinierende Mischung aus Kultur, Bergwelt und der dort lebenden herzlichen Nepalis. Die Route führt anfangs durch das Vorhimalaya-Gebirge, mit dichtem Bergdschungel, Bambus und Rhododendronwald. Mit zu-nehmender Höhe ändert sich die Szenerie, Sie gehen durch gigantische Täler und die Eisriesen kommen immer näher und sind dann fast zum Greifen nah. Kulminationspunkt der Reise ist der 5416 m hohe Thorong La-Pass. Im Kali Gandaki-Tal führt der Weg vorbei an der hinduistischen Pilgerstätte Muktinath und vielen kleinen Bergdör-fern bis hin zum Aussichtsberg Poon Hill. Dabei können Sie die imposanten Achttausender wie Dhaulagiri und Annapurna bewundern. Vom Poon Hill erlebt man nochmals den tollen Ausblick auf die komplette Himalaya-Kette mit ihren zahlreichen Sieben- und Sechstausendern. Als Sahnehäubchen zum Ende der Umrundung geht es noch in das Basislager der Annapurna. Ab dem kleinen Gurung Dorf Chomrong betreten Sie das Annapurna Sanctuary (Heiligtum), durchwandern die gewaltige Modi Khola Schlucht und schlafen jeweils in den Basislagern des Mach-hapuchare auf 3740 m und Annapurna auf 4100 m Höhe. In einem Halbkreis schießen die Himalayariesen wie Pilze aus dem Boden. Von einem Aussichtspunkt haben Sie einen einmaligen Blick auf die rund 10 km entfernte 8091 m hohe Annapurna, auf die 7219 m hohe Annapurna Süd, den 6441 m hohen Hiunchuli und

vielen weiteren Sechs-und Siebentausender. Ein toller Höhepunkt der einmalig schönen Annapurna Umrundung. Gemütlich endet dann die Reise mit einem Ruhetag am schönen Phewa – Bergsee und einer Stadtbesichtigung in den ehemaligen Kö-nigsstädten Bhaktapur und Patan. Als Anschlussprogramm empfehlen wir Ihnen einen Abstecher in den Chitwan NP bzw. Royal Bardia NP oder als Vorprogramm ein dreitägiges Trekking auf urigen Wanderweg mit Besuch vieler kleiner Dörfer von Pokhara nach Besisahar.

Charakter und Anforderungen der Reise

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. Die Gehzeiten liegen bei etwa 6 bis 9 Stunden pro Tag (am Dhampus Peak im Auf- und Abstieg bis zu 12 h), wobei Höhendifferenzen im Auf- und Abstieg bis zu 1200 m bewältigt werden müssen. Wichtig sind außerdem Schwindelfreiheit und Trittsi-cherheit, da die Wege teilweise durch felsiges Gelände oder Geröll und durch kleine Bäche führen. Auch sollten Sie eine gute Höhenverträglichkeit besitzen – das heißt, Herz und Kreislauf müssen gesund sein, da Sie in Regionen über 3500 Höhenmeter kommen. Konsultieren Sie bitte vor Reiseantritt den Arzt. Selbst ein gesunder Organismus, darf keinesfalls durch zu rasches Gehen überbeansprucht werden. Langsames und stetiges Gehen sind sehr wich-tig; erfahrungsgemäß können manche Teilnehmer bereits durch die Klimaumstellung sowie die Änderung der Schlaf- und Essgewohnheiten geschwächt und damit „anfälliger" sein. Während des Trekkings werden Sie von ei-ner Begleitmannschaft betreut, die sich um das Gepäck kümmert. Sie selbst werden nur das Notwendigste (Anorak, Wasserflasche, Fotoapparat etc.) in einem Tagesrucksack tragen; das restliche Gepäck wird von den Trägern und Tragtieren transportiert. Sie sollten teamfähig und Gruppentolerant sein (Gruppenreise)!

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

Reiseverlauf

1. Tag — ## Flug von Deutschland nach Kathmandu

2. Tag — ## Ankunft

Ankunft in Nepals Hauptstadt und Transfer zum Hotel im Stadtteil Thamel.

3. Tag — ## Transfer und Trekkingbeginn

Transfer von Kathmandu nach Besisahar (ca. 6 h /ca. 200km). Nicht benötigtes Gepäck kann im Hotel deponiert werden. Hier treffen Sie auf Ihre Trekking- Begleitmannschaft, die Ihnen während der Um-

rundung hilfreich zur Seite stehen wird. Nach Verteilung aller Lasten starten Sie zu Ihrem ersten Abschnitt nach Bhulbhule (liegt auf ca. 900 m Höhe). Gemütliche Wanderung (ca. 2-3 h) mit Blicken auf die Manaslu-Kette, vorbei an kleinen Dörfern und Feldern. Übernachtung in einer Lodge.

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

---

4. Tag

Trekking Bhulbhule – Syange

Nach dem Frühstück wandern Sie weiter Tal einwärts in das Maryandi Tal, kommen vorbei am Dorf Ngadi, überqueren den Ngadi-Khola-Fluss auf einer Hängebrücke und danach geht es steil bergauf vorbei an Bashundanda. Nach ca. 6-7 h erreichen Sie Syange 1150 m. Übernachtung in einer Lodge. Aufstieg ca. 600 m / Abstieg ca. 200 m

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

---

5. Tag

Trekking Syange – Tal

In einem ständigen auf und ab geht der Weg heute durch das immer enger werdende Marysandi Tal. Der Marysandi-Fluss hat hier eine der tiefsten Schluchten der Welt gebildet. Sie kommenan vielen kleinen Dörfern (Jagat und Chamje) vorbei und das Getöse des Flusses begleitet Sie auf der gesamten Strecke. Übernachtung in einer Lodge. Gehzeit ca. 6-7 h / Aufstieg ca. 850 m / Abstieg ca. 290 m

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

---

6. Tag

Trekking Tal – Thanchok

Immer tiefer dringen Sie in das Tal ein und der Weg geht in einem ständigen bergauf und bergab allmählich höher. Sie passieren die Ortschaft Dharapani und queren eine neu erbaute Hängebrücke aus dem Jahre 1973. Jetzt wird der Weg immer steiler und im Ort Bagarchap treffen Sie auf die erste Gompa. Kurz im Anschluss haben Sie Ihr heutiges Tagesziel nach 7 h und ca. 2150 m erreicht. Übernach-tung in einer Lodge. Höhenmeter ca. 920 m / Abstieg ca. 240 m

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

---

7. Tag

Trekking Thanchok – Pisang

Zuerst bleiben Sie auf der rechten Talseite und wandern über Bharatang 2850 m weiter. Wieder am linken Flussufer geht es durch einen typischen nepalischen Fichten- und Föhrenwald bergauf. So langsam gewinnen Sie Höhe und wenn Sie aus dem engen Tal zum Ort Pisang ca. 3230 m hinaufgehen, eröffnet sich eine herrliche Aussicht auf die imposante Gipfelsilhouette der Annapurna II auf der lin-ken Seite und dem Pisang Peak 6091 m rechter Hand. Am Nachmittag können Sie im Ortsteil Upper Pisang 3300 m das buddhistische Kloster besuchen. Dort stehen Sie der Annapurna Range direkt ge-genüber –

ein fantastischer Blick! Übernachtung in einer Lodge. Gehzeit ca. 8 h. Höhenmeter ca. 780 m / Abstieg ca. 190 m

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

---

8. Tag

Trekking Pisang – Manang

Auf der östlichen Seite des Flusses wandern Sie talaufwärts und über Serpentinen hinauf nach Ghyaru auf ca. 3.600 m (ca.1-2 Stunden). Nach ausgiebiger Rast geht es weiter über einen Höhenweg mit herrlichen Ausblicken auf Annapurna 2-4 und Gangapurna, bis Sie das kleine Dorf Nawal erreichen. Direkt unter Ihnen liegt der kleine Flughafen mit Piste von Hongde 3280 m. Sie folgen dem Höhenweg bis nach Mugje und weiter bis nach Braga. Seit einigen Jahren gibt es auch hier nun eine "German Bakery" mit einem vertrauten Apfelkuchen. Die Äpfel kommen aus der Region und sind köstlich im Ge-schmack. Von hier ist es nun nicht mehr weit bis nach Manang 3540 m, dem Verwaltungszentrum die-ses Tales. Dieses kleine Dorf fasziniert mit seinen mittelalterlich anmutenden Gassen und dem tollen Ausblick auf Annapurna III 7555m und Gangapurna 7454 m. Übernachtung in einer Lodge. Gehzeit ca. 7 h. Höhenmeter ca. 880 m / Abstieg ca. 290 m

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

---

9. Tag

Tagestour auf einen View Point an den Hängen des Chulu Far East

Heute besteigen Sie zur besseren Höhenanpassung für die kommenden Tage einen Aussichtspunkt an den Hängen des Chulu Far East. Direkt hinter dem Ort in nördlicher Richtung verlassen Sie Manang und steigen über viele Serpentinen und Grashänge bis auf ca. 4700 m hinauf. Belohnt werden Sie mit einer überragenden Aussicht auf das Massiv der Annapurna und den Gangapurna 7464 m. Anschließend Abstieg ins Tal. Wer möchte, kann noch einmal einen Abstecher nach Brage zur „German Bakery“ machen oder das dortige kleine Kloster besuchen. Rückkehr nach Manang und Übernachtung in einer Lodge. Gehzeit ca. 5-7 h. Aufstieg / Abstieg ca. 1100 m

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

---

10. Tag

Trekking Manang – Thorong Phedi

Sie verlassen das schöne Bergdorf und bald hinter dem Ort teilt sich das Hochtal. Ihr Weg führt weiter geradeaus nach Thorong Phedi (Thorung La) und auf der linken Seite geht es zum Tilicho See und Jomsom. Die Landschaft wird zunehmend karger. Nur noch kleine Weidenbüsche und Wacholderge-wächse prägen das Bild. Der Blick zurück ist grandios, denn die mächtige Annapurna Range mit Lamjung Himal, Annapurna 2,3 und 4 sowie Ganggapurna schrauben sich in den Himmel. Mit etwas Glück sieht man auf der anderen Seite auch den 8163 m hohen Manaslu. Nach ca. 3-4 h passieren Sie Ledar, das einzige Dorf auf der heutige Strecke. Unterwegs kommen Sie vorbei an „Manimauern“ (Geb-testmauern der Buddhisten) und Yak-Weiden und treffen auf die stets freundlichen Landarbeiter, die unter schwierigen Bedingungen versuchen, dem spärlichen Boden eine Ernte abzuringen. Übernach-tung in einer Lodge. Gehzeit ca. 7-8 h. Aufstieg ca. 1000 m/ Abstieg ca. 150 m

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

---

11. Tag

Trekking Thorong Phedi – Thorong La Pass 54126 m – Muktinath

Heute wartet auf Sie eine anstrengende Etappe, denn der Thorung La Pass ist der höchste Punkt auf dieser Tour (ohne Dhampus Peak bei den Bergsteigern). Gut akklimatisiert geht es heute über teil-weise mäßig steile Hänge bis zum 5400 m Kulminationspunkt. Ganz wichtig ist es, dass man langsam und stetig geht und somit der Höhenkrankheit vorbeugt. Eingebettet zwischen den Eisgiganten überqueren Sie den Pass und setzen nach einer Pause und Beweisfoto den Abstieg über ein weiträu-miges Steinfeld fort. Der Pass ist mit Gebetsfahnen und Steinpyramiden geschmückt und bei schö-nem Wetter bietet sich Ihnen ein tolles Bergpanorama. Für den Abstieg benötigen Sie noch einmal Kraft, denn der Pilgerort Muktinath liegt auf 3800 m Höhe. Nach ca. 3-4 Stunden erreichen Sie den Talboden und man kann schon in der Ferne erstmals den 8167 m hohen Dhaulagiri erblicken. Über-nachtung in einer Lodge. Gehzeit ca. 10-12 h. Aufstieg ca. 1000 m/ Abstieg ca. 1700 m

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

---

12. Tag

Ruhetag oder Reservetag für die Passüberquerung

Reservetag für die Überschreitung des Thorung La (Schlechtwetter oder fehlende Höhenanpassung). Ansonsten Ruhetag in Muktinath. Am Vormittag besichtigen Sie die alte Tempelanlage. Der heilige Ort wird bereits in den frühen hinduistischen Schriften erwähnt und jedes Jahr pilgern viele Anhänger des Hinduismus und Buddhisten zu dem kleinen Tempel inmitten der Himalaya-Berge. Die Hindus verehren die heiligen Quellen des Flusses Krishna Gandaki, die um einen Tempelhof aus 108 bronze-nen Wasserspeiern heraustreten, während die Buddhisten das stets brennende und von einer Erd-gasquelle gespeiste heilige Feuer verehren. Wer möchte, kann entweder am Morgen oder am Abend einer Puja (heiliges Ritual) beiwohnen. Der Rest des Tages steht Ihnen zur freien Verfügung. Über-nachtung in einer Lodge.

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

---

13. Tag

Trekking Muktinath – Marpha

Nach einem Traumblick am Morgen auf den 8167 m hohen Dhaulagiri und einem gemütlichen Früh-stück, setzen Sie den Abstieg bis nach Kagbeni 2800 m fort. Hier treffen Sie auf die freundlichen, aber scheuen Tibeter, besichtigen eine Gompa, genießen den Blick auf den 7134 m hohen Tilicho Peak und biegen hier links in das Kali-Gandaki-Tal ein (ab 10 Uhr morgens ist hier immer mit teilweise recht starken Gegenwind zu rechnen). Sie folgen dem alten Karawanenweg bis nach Marpha ca. 2650 m. Der Weg führt durch eine Wüstenlandschaft mit bewässerten Oasen. Marpha ist bekannt für seinen Apfel-schnaps und köstliche Äpfel, die hier bei ausgezeichnetem Klima hervorragend gedeihen. Die Ein-heimischen vom Stamm der Thakali haben den Ort zu einem kleinen Handelszentrum umgebaut. Man findet hier tolle Herbergen mit schönen Holzschnitzarbeiten und die Dorfstraße wurde mit massiven Steinplatten ausgebaut. Sollte noch Zeit sein, lohnt sich ein Abstecher über die steilen Treppen hin-auf zur großen Gompa. Übernachtung in einer Lodge. Gehzeit ca. 7-8 h. Abstieg ca. 1000 m

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

---

14. Tag

Trekking nach Lete

Nach einer ausgiebigen Schlafpause und kräftigen Frühstück setzten Sie Ihren Abstieg nach Tukuche fort. Bevor Sie das Dorf passieren, kommen Sie durch herrliche Apfelbaum-Plantagen, kleine Bäche und grüne Vegetation und nach den letzten Tagen im alpinen Gelände wirkt die Szenerie wie ein Gar-den Eden. Das schöne Dorf Tukuche 2590 m ist bekannt durch seinen Handel mit den Tibetern. Je nä-her Sie sich Larjung und Lete 2480 m nähern, desto besser wird die Sicht (bei klarem Wetter) auf die gewaltigen Steilwände des Dhaulagiri und auf den Nilgiri. Sie befinden sich jetzt in einem der tiefsten Punkte der gewaltigen Kali-Gandaki-Schlucht. Fast 6000 Höhenmeter trennen Sie jetzt bis zu den Eis-spitzen der 8000er. Übernachtung in einer Lodge. Gehzeit ca. 7-8 h

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

---

15. Tag

Tatopani und Sikha

Per Jeep fahren Sie nun die Kali-Gandaki-Schlucht bis Tatopani 1190 m hinab. Das Klima ist hier schon fast subtropisch. Der langgezogene Ort mit vielen Unterkünften verdankt seinen Namen den in der Nähe im Fluss-Schotter sprudelnden heißen Quellen. Sie haben Gelegenheit, sich bei einem war-men Bad zu entspannen oder sich im frischen Bergfluss abzukühlen. Anschließend queren Sie hinter Tatopani ein letztes Mal den Kali Gandaki über eine große Stahlseilbrücke und verlassen die gewalti-ge Schlucht in Richtung Nordosten. Von der Mündung des Ghar Khola wandern Sie taleinwärts zum Ghorapani-Pass und kommen beim Anstieg durch abwechslungsreich bewirtschaftetes Land mit ein-zelnen Gehöften und kleinen Orten. Nach einem steilen Aufstieg erreichen Sie die Siedlung Ghara und gelangen nach Sikha 1935 m. Übernachtung in einer Lodge. Gehzeit ca. 3-4 h

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

---

16. Tag

Trekking nach Ghorepani (Ausgangpunkt für Poon Hill)

Gemütlich geht es heute weiter bergauf. Dabei durchqueren Sie den weltweit größten Rho-dodendronwald der Welt. Nach ca. 4 Stunden erreichen Sie Ghorepani 2860 m. Der Rest des Tages steht zur freien Verfügung. Tipp: Es lohnt sich schon am späten Nachmittag der Aufstieg zum Poon Hill 3190 m (ca. 40 min), denn von dem Aussichtspunkt haben Sie einen vorzüglichen Ausblick auf die Himalaya-Range mit Dhaulagiri, Tukuche, Nilgiri, Dhampus Peak, Annapuran Süd, Hiun Chuli und Machhapuchhre. Das Sonnenlicht taucht die Berge in ein rötliches Licht – einfach spektakulär! Über-nachtung in einer Lodge. Gehzeit ca. 4 h

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

17. Tag

Aussichtskanzel Poon Hill – Tadapani

Sehr zeitiger Aufbruch zur Aussichtskanzel Poon Hill 3210 m. Nach ca. 1 h erreichen Sie zum Sonnen-aufgang diesen fantastischen Platz und bei freier Sicht seht Ihr nebeneinander 11 schneebedeckte Berggipfel bis über 8000 m, u.a. Dhaulagiri, Annapurna und Gurkha Himal. Danach Wanderung in ei-nem ständigen Auf und ab bis nach Tadapani. Übernachtung in einer Lodge. Aufstieg ca. 750 m/ Ab-stieg ca. 650 m / Gehzeit ca. 5-6 h.

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

18. Tag

Tadapani -Chomrong

Durch herrliche Rhododendronwälder laufen wir, zunächst bergab und später fast Höhe haltend, bis nach Chhomrong. Bei schönem Wetter herrlicher Blick auf die umliegenden Berge, besonders den Machhapuchhare, der an einen Fischschwanz erinnert. Übernachtung in einer Lodge. Aufstieg ca. 350 m/ Abstieg ca. 650 m / Gehzeit ca. 5 h.

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

19. Tag

Trekking Chomrong – Doban

Zuerst geht es heute über Natursteintreppen steil abwärts. Sie queren den Chomrong Khola 1900 m und steigen dann wieder steil hinauf bis nach Sinuwa 2300 m. Hier machen Sie eine großzügige Pause und genießen bei klarer Sicht den Blick zurück ins bewirtschaftete Modi Khola-Tal nach Ghandung und Landrung. Der Weg führt dann weiter nach Norden. Schließlich passieren Sie die Häuser der An Ansiedlung Bamboo Lodge 2350 m und kommen durch dichten Bambus- und Rhododendronwald bis nach Doban 2500 m. Übernachtung Lodge. Aufstieg ca. 600 m/ Abstieg ca. 150 m / Gehzeit ca. 7 h

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

20. Tag

Trekking Doban - Annapurna Sanctuary – Machhapuchhare Basecamp

Heute geht es über die Baumgrenze hinaus, vorbei am überhängenden Felsen „Hinku Cave" und ge-langen Sie zu dem kleinen Bergdorf Deurali 3350 m. Die Ausblicke werden immer spektakulärer, im Westen erhebt sich der Hiunchuli 6441 m, im Osten die wegen ihrer Steilheit fast schneefreie Flanke des Machhapuchare. Der Weg führt weiter stetig bergauf und oberhalb von Bagar nehmen Sie entwe-der den Pfad am linken Talhang oder queren zur rechten Seite hinüber. Nach dem Sie dann eine Schlucht verlassen haben, betreten Sie endlich das ersehnte „Annapurna Sanctuary". Vor Ihnen liegt das Machhapuchare-Basislager 3720 m. Hier bietet sich ein Traumblick auf die steile Wand des Mach-hapuchare und das Massiv der Annapurna I, Fang und Annapurna Süd. Übernachtung Lodge. Aufstieg ca. 1100 m/ Abstieg ca. 150 m / Gehzeit ca. 7 h

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

---

21. Tag

Trekking zum Annapurna Basislager – Höhepunkt der Tour!

Der Weg führt heute unterhalb der Moräne des Annapurna-Gletschers westwärts hinauf ins gewaltige Amphitheater, bis Sie das Annapurna-Basislagers 4100 m erreichen. Da die Wanderung heute recht kurz ist, bleibt genügend Zeit für Erkundungen im einzigartigen Rund des Annapurna-Kessels. Einen tollen Blick hat man bei gutem Wetter von einem 4400 m hohen Aussichtspunkt in der Hiunchuli-Flanke (hier führt ein steiler Weg hinauf). Über Geröll und Schotter der südlichen Seitenmoräne des Annapurna-Gletschers können Sie auch weiter im Hochtal aufwärts gehen. So können Sie die gewalti-gen Fels- und Eisflanken der Annapurna-Süd 7219 m, des Fang 7647 m, auch Baraha Shikhar genannt und des Annapurna-Hauptgipfels 8091 m noch besser betrachten. Die nach der Hindu-Göttin des Reichtums benannte Annapurna I thront fast 3500 Höhenmeter über Ihnen und ist nur 7 - 8 km Luft-linie entfernt. Das atemberaubende Amphitheater findet nach Norden seine Fortsetzung im eisge-panzerten Kamm mit dem Roc Noir (7485 m, auch Khangsha Kang genannt), dem Glacier Dome 7202 m - auch Tarke Kang genannt - und wird ostwärts abgeschlossen von der Gangapurna 7454 m, der Anna-purna III 7555 m und dem Machhapuchhare. Nördlich Ihres Quartiers erheben sich der Tent Peak mit 5663 m und der Fluted Peak mit 6500 m. Genießen Sie den Tag in diesem einzigartigen Kessel! Über-nachtung Lodge. Aufstieg ca. 400 m/ Abstieg ca. 50 m / Gehzeit ca. 3 h

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

---

22. Tag

Trekking nach Bamboo

Noch einmal können Sie das atemberaubende Flair und Fluidum der Berge genießen und tolle stim-mungsvolle Bilder machen oder vom Gipfel der Eisriesen träumen. Gegen 10 Uhr geht es dann so zu-rück über die bekannte Strecke bis zum Ort Bamboo 2400 m. Übernachtung Lodge. Gehzeit ca. 6 h

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

---

23. Tag

Trekking nach Ghandruk

Weiter geht es auf bekanntem Trekkingweg durch den Dschungel viah Sinuwa 2300 m. Später müssen erneut die vielen Natursteinstufen hinab zum Chomrong-Fluss gemeistert werden und anschließend geht es hinauf nach Chomrong 2050 m. Nach der Mittagspause geht es weiter bis nach Ghandruk 1940 m. Übernachtung Lodge. Gehzeit ca. 7 h

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

---

24. Tag

Nayapul - Pokhara

Zeitiger Aufbruch und Abstieg via Syauli Bazar 1220 m und Birethanti 1025 m bis nach Nayapul 1070 m. Unterwegs passieren Sie den Ort Birethanti, von wo Sie noch einmal den schönen Ausblick auf den

formschönen Obelisk Machhapuchhare 6997 bekommen. Nach der Verabschiedung der Begleitmannschaft erfolgt der Transfer bis nach Pokhara. ÜN im Hotel. Übernachtung im Hotel. Gehzeit ca. 6 h / Fahrzeit ca. 2 h

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen

---

25. Tag

Ruhetag in Pokhara am Phewa See

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 (Sonnenauf - oder Untergang). Eine Bootstour auf dem Phewa See, mit Besichtigung des kleinen Hindu - Tempels auf der Insel im See ist auch eine gute Alternative. ÜN im Hotel

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen

---

26. Tag

Flug nach Kathmandu und Stadtbesichtigung Kathmandu

Nach dem kurzen Panoramaflug entlang des Himalaya, starten Sie gleich im Anschluß zu einer Stadtbesichtigung in der ehemaligen Königsstadt Kathmandu. Dabei erhalten Sie einen ersten Einblick in den Hinduismus und Buddhismus. Sie sehen das Haus der „lebenden Göttin", den Königspalast sowie einige Pagoden. Nachdem Sie nach Pashupatinath gefahren sind, besuchen Sie den Affentempel und die größte Stupa (Bodnath) von Kathmandu. Übernachtung im Hotel.

Verpflegung

Frühstück, Abendbrot

---

27. Tag

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

---

28. Tag

Rückreise

Rückflug nach Deutschland und Ankunft am gleichen Tag.

Leistungen

Das ist inbegriffen

- ☑ Internationale Flüge
- ☑ 1 x Inlandsflug Pokhara - Kathmandu in der Economy-Class (20 kg Freigepäck + 5kg Handgepäck) in der Economy Class inkl. Tax und Kerosinzuschlägen
- ☑ alle Transfers, Überland- und Besichtigungsfahrten lt. Programm in Privatfahrzeugen
- ☑ Übernachtung in Hotels (Kathmandu), während des Trekkings Übernachtung in Lodgen
- ☑ Verpflegung: Vollpension während des Trekkings, ansonsten Frühstück (26 x Frühstück / 22 x Mittagessen / 23 x Abendessen)
- ☑ Begleitmannschaft und Träger oder Tragetiere
- ☑ Trekkinggenehmigung und TIMS-Karte
- ☑ Gepäcktransport während des Trekkings 15 kg persönliches Gepäck (Träger oder Tragetiere)
- ☑ Deutschsprechender einheimischer Reiseleiter während des Trekkings
- ☑ Deutschsprechender örtlicher Guide bei Stadtbesichtigungen
- ☑ Sonderkonditionen bei verschiedenen Ausrüstern und Bergsportläden (Sprechen Sie uns an)

Nicht enthalten

- ☒ Visakosten ca. 40,- USD/ 35,- Euro
- ☒ fehlende Mahlzeiten und Getränke (Trekkinggetränke ca. 5-9 Euro pro Tag)
- ☒ Trinkgelder (s. Nepal-Informationsblatt)
- ☒ Flughafengebühren Inlandsflüge ca. 340 Rupien
- ☒ individuelle Besichtigungen und Ausflüge
- ☒ Übergepäck
- ☒ Einzelzimmerzuschlag (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

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.

ab 2 Personen **28 Tage** Ganzjährig möglich, Individuell ab 2 Personen täglich zum Wunschtermin	**2.545 €** p. P. zzgl. Flug
So., 14.03.2027 **bis Sa., 10.04.2027 • 28 Tage**	**2.445 €** p. P. zzgl. Flug
So., 17.10.2027 **bis Sa., 13.11.2027 • 28 Tage**	**2.445 €** 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.