Besteigung Thulo Larkya Peak 6.249 m

(inklusive Manaslu-Umrundung)

25 Tage

ASNP268







Weitere Bilder auf unserer Website

Preis p. P.
ab 3.240 € zzgl. Flug

Reisebeschreibung

- Umrundung des Manaslu-Massivs (achthöchster Berg der Erde)
- Aufstieg zum Manaslu-Basislager (4.750 m) und zum Larkya Pass (5.106 m)
- Tibetische Dörfer, subtropische Vegetation bis hin zur hochalpinen Landschaft
- Einsamer Trek mit wunderschöner Natur an der Grenze zu Tibet!
- Gipfelmöglichkeit: Samdo Peak (5.100 m) & Thulo Larkya Peak (6.249 m)

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

Als einer der schönsten Treks in Nepal gilt der Manaslu-Trek. Er bietet herrliche Bergpanoramen und tibetisch geprägte Kultur. Noch bis 1991 war die Manaslu Region für Touristen komplett tabu. Deshalb wartet eine natürli-che Region mit touristisch unverdorbenen Menschen und ganz wenigen Touristen auf Sie. Der Trail startet im subtropischen Klima bei ca. 525 m. Sie passieren an den ersten Tagen viele kleinere Dörfer, welche an fruchtbaren Feldern liegen. Dabei verläuft die Trekkingroute immer am Fluss Buri Gandaki entlang, das Klima ist feuchtwarm. Träger und Trägerinnen tragen dabei das Gepäck und sind Gästen gegenüber sehr aufge-schlossen. Auch die einheimischen Nepalis grüßen ständig, und hin und wieder blitzen die Eisgiganten Ganesh- und Shringi Himal 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 errei-chen Sie die Region der tibetischen Dörfer. War der Wanderweg im ersten Drittel noch hinduistisch geprägt, so tauchen ab dem Dorf Lho das erste buddhistischen Kloster auf. Mit etwas Glück können Sie die Mönche beim Me-ditieren beobachten. Gleichzeitig erscheint zum ersten Mal die gigantische Pyramide des 8.163 m hohen Manaslu. Von der Ortschaft Samagon aus, haben Sie die Wahlmöglichkeit entweder ins 4.750 m hochgelegene Basislager des Manaslu oder einen Abstecher zur 4.000 m hohen Ostwand des Berges zu unternehmen. Um sich weiter optimal für den Larkya North Peak zu akklimatisieren, besteigen Sie den Samdo Peak. Schließlich geht es über das Larkya Hochlager nun auf den 6.249 m hohen Thulo Larkya Peak. Alle Anstrengung werden mit einem phänomenalen Blick auf den Himalaya und seinen unzähligen Gipfeln belohnt! Nach Überquerung des Larkya-La-Pass (5.213 m) führt der Weg recht steil nach unten und die Vegetation wird wieder abwechslungsreicher und wärmer. Rho-dodendrenwälder säumen den Weg, welche im Frühjahr mit Ihrer Blütenpracht verzaubern. Bei Dharapani stoßen Sie auf die Annapurna-Runde und mit der Rückfahrt nach Kathmandu endet so langsam die Bergreise. Zum Ab-schluss entdecken Sie noch die ehemalige Königsstadt mit ihren schönen Plätzen, Tempeln und Palästen und haben Gelegenheit zum Bummeln durch die quirligen Gassen. Kulinarisch erwartet Sie beim Abschiedsessen in einem typisch-nepaslesischen Folklorerestaurant ein kulinarischer Höhepunkt.

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 1.000 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 Thulo Larkya Peak 6.249 m: sicherer Umgang mit Pickel und Steigeisen, selbständiges Gehen in einer Seilschaft, es sind zum Teil bis 45° steile Eispassagen zu bewältigen; einige 4000er in den Alpen sollten be-reits bestiegen wurden sein. Die Kondition sollte ausgezeichnet sein! Bitte Tourenliste zu senden!

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 Frankfurt nach Kathmandu

Tag 2

Ankunft

Ankunft in Nepals Hauptstadt Kathmandu und Transfer ins Hotel im Stadtteil Thamel. Der Rest des Tages (abhängig von der Flugzeit) steht zur freien Verfügung und kann zu einem ersten Stadtbummel genutzt werden. Am Abend kurze Reisebesprechung mit dem Reiseleiter. Übernachtung im Hotel

Tag 3

Transfer via Arunghat Bazar nach Soti Khola (710 m)

Mit dem Bus fahren Sie heute eine lange (7–8 h / 170 km) und interessante Strecke von Kathmandu bis zum Fluss Ankhu Khola im Gorhka-Gebiet (1.640 m). Nicht benötigtes Gepäck kann im Hotel depo-niert werden. Entlang der wilden Wasser des Arkhet-Flusses schlängelt sich die Schotterpiste durch Reisfelder und Mischwälder. Sie sehen die unterschiedlichsten kleinen Wasserfälle und haben einen guten Blick auf den Sringi Himal. In Soti Khola angekommen, können Sie in einem nahegelegenen Naturpool schwimmen gehen. Das Klima ist noch subtropisch. Übernachtung in einer Lodge

Verpflegung

Frühstück, Abendbrot

Tag 4

Soti Khola (710 m) – Macha Khola (830 m)

Weiter geht der Weg am Fluss entlang und Sie überqueren einige Brücken des Wildwassers führenden Buri-Gandaki-Flusses. Dann durchwandern Sie ein Gurung-Dorf namens Khursane (820 m) und über steinigen Weg führt der Weg bis nach Macha Khola hinauf. Übernachtung in einer Lodge / Gehzeit 7 h / Aufstieg ca. 700 m / Abstieg ca. 400 m

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

Tag 5

Macha Khola (830 m) – Jagat (1.410 m)

Heute geht es permanent hoch und runter. Sie passieren viele kleine Dörfer mit gemütlichen Teehäu-sern am Wegesrand. Da der Tourismus in dieser Region immer noch in den Anfängen steckt, ist vieles etwas uriger und einfacher! Mit etwas Glück sehen Sie umhertollende Languren-Affen, die in den Wäldern ausgezeichnete Lebensbedingungen vorfinden. Sie passieren die kleinen Ortschaften wie Yaru Khola und kommen durch den Ort Tatopani, der bekannt ist für seine heißen Quellen. Die Ein-heimischen trifft man vorwiegend auf den zahlreichen Feldern, wo Mais und Reis angebaut werden. In der engen Schlucht des Buri-Gandaki-Flusses führt der Weg oberhalb des tosenden Wassers entlang, bevor das Tal sich dann wieder plötzlich öffnet und breiter wird. Nach ca. 7–8 Stunden Wanderung er-reichen Sie Ihr heutiges Tagesziel Jagat (1.410 m). Übernachtung in einer Lodge /Gehzeit 7–8 h / Auf-stieg ca. 950 m / Abstieg ca. 450 m

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

Tag 6

Wanderung via Philim (1.590 m) nach Deng (1.920 m)

Zwischen Jagat und Philim überqueren Sie wieder viele Hängebrücken und haben dabei einen guten Blick auf die Shringi- und Ganesh-Berge. Die ersten „Manimauern“ (Gebetsmauern) und Tschörten (Schreine) tauchen auf, denn Sie kommen jetzt mit jedem Schritt in das tibetische geprägte Gebiet am Manaslu. Hier lebt vorwiegend die Volksgruppe der Tamang. Weiter geht es nun auf einem schönen Weg bis Philim, dabei wechseln Sie mehrfach über Hängebrücken die Uferseite des Budhi- Gandaki-Nadi-Flusses und erreichen dann die Ortschaft. Hier haben die Japaner eine beeindruckende Schul-anlage gebaut haben. Nach Philim wird die Schlucht wieder enger und ab Eklu Batti rückt der Shringi-Himal erstmals ein richtiger Himalaya Riese ins Bild. Der Weg führt anschließend über eine Steilstufe durch schöne Wälder und Bambus-Gehölz. Übernachtung in einer Lodge / Gehzeit 7 h / Aufstieg ca. 900 m / Abstieg ca. 500 m

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

Tag 7

Trekking nach Namrung (2.550 m)

Sie laufen zum Dorf Ghap und hier können Sie sehr schöne Mani-Steine mit eleganten Zeichnungen von Lord Buddha in verschiedensten meditativen Posen finden. Anschließend durchqueren Sie einen Wald und duftende Blumenwiesen. Ehe Sie dann Namrung erreichen, geht es noch durch einen Rho-dodendronwald (zur Frühjahrsblüte präsentiert sich eine fantastische Farbpracht). Übernachtung in einer Lodge / Gehzeit 6–7 h / Aufstieg ca. 950 m / Abstieg ca. 400 m

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

Tag 8

Wanderung nach Samagon (3.530 m) am Fuße des Manaslu

Der Weg führt heute wieder durch etliche kleine Dörfer (Shi und Li) mit der unterschiedlichsten tibe-tischen Kultur. Dann passieren Sie etliche kleine Felder und Canyons und können erstmalig die tolle Pyramide des Manaslu sowie auf seine Vasallen wie Naike Peak, Himalchuli, Ngadi Chuli Peak werfen. Sie steigen zum Fluss Budhi Gandaki Nadi ab und folgen der Brücke über einen seitlichen Arm. Von dort führt Sie der Weg direkt nach Samagon, einem tibetischen Dorf. Hier quartieren Sie sich für die nächsten 3 Nächte ein. Übernachtung in einer Lodge / Gehzeit 6–7 h Aufstieg ca. 1.050 m / Abstieg ca. 200 m

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

Tag 9

Tagesausflug zur Mansalu-Ostwand

Heute starten Sie zu einem Ganztagesausflug zur spektakulären Ostwand des Manaslu. Zuerst laufen Sie über eine große Yakwiese, kommen durch einen kleinen Wald, biegen rechts ab und folgen dem Gletscherfluss steil aufwärts. Sie kommen vorbei an Blumenwiesen und Rhododendron-Büschen. Sie erreichen ein weites Hochtal (Ramen Kharka) und langsam erhebt sich der Eisgigant Manaslu ins Bild. Jetzt laufen Sie nur noch leicht ansteigend bis zu einem kleinen Kloster bis vor die ca. 4.000 m hohe Ostwand des Berges. Hier haben Sie genügend Zeit, diese herrliche Ruhe und das Traumpanorama zu genießen. Weiterhin sieht man auch den gewaltigen 7.893 m hohen Himal Chuli. Der Rückmarsch er-folgt auf der gleichen Route bis nach Samagon. Übernachtung in einer Lodge / Gehzeit ca. 5 h / Auf -und Abstieg ca. 650 m

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

Tag 10

Tagesausflug zur Mansalu-Basislager (4.700 m)

Heute wartet ein weiterer spektakulärer Ausflug auf Sie. Schon zeitig am Morgen verlassen Sie das Dorf in Richtung Samdo, biegen nach ca. 45 min links ab und folgen der seitlichen Gletschermoräne, vorbei am gewaltigen Gletscher bis zum Base Camp. Der Weg ist teilweise recht steil und bei Schnee-lage kann es auch sehr rutschig werden. Nach ca. 4-5 h ist das Basislager auf 4.700 m Höhe erreicht. Von hier geht es nur noch mit Steigeisen und dem entsprechenden Besteigungs-Permit weiter. Ge-nießen Sie den Traumblick in Richtung Manaslu-Vorspitze, Naike Peak oder hinab ins Tal. Nach ei-ner Foto- und Trinkpause geht es wieder zurück nach Samagon. Gehzeit ca. 8-9 h / Übernachtung in einer Lodge / Auf- und Abstieg ca. 1.200 m

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

Tag 11

Weitermarsch nach Samdo

Sie lassen den Manaslu-Gletscher links liegen und halten sich im Tal nordwärts. Der Weg führt durch ein breites Hochtal leicht ansteigend hinauf zur kleinen Ortschaft Samdo (3.690 m). Hier befindet sich an einem Hang ein kleines verschachteltes Dorf, welches vor rund 30 Jahren von tibetischen Flücht-lingen erbaut worden ist. Hier beziehen Sie Ihre einfache Lodge. Der Rest des Tages steht zur freien Verfügung. Genießen Sie die Ruhe und Freundlichkeit der Bewohner bei einem Bummel durch diesen fast mittelalterlich anmutenden Ort. Gehzeit: 3–4 h / Aufstieg ca. 400 m/ Übernachtung in einer Lodge

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

Tag 12

Besteigung Samdo Peak (5.140 m) oder Ruhetag

Heute besteht die Möglichkeit den 5.140 m hohen Samdo Peak zu besteigen. Der Aufstieg dauert ca. 4–5 h und es werden dabei fast 1.300 Höhenmeter überwunden, was aber für die Gipfelaspiranten auf den Thulo Larkya Peak absolut kein Problem darstellen sollte. Der Weg ist technisch leicht und führt zuletzt über Geröll. Von allen Mühen werden Sie am Gipfel mit einer fantastischen Aussicht belohnt, denn bei gutem Wetter reicht die Sicht über den Manaslu mit seinem Hauptgipfel und die umliegen-den Siebentausender bis zu den Bergen und Pässen Tibets. Der Abstieg erfolgt auf gleicher Route. Wer den Berg nicht besteigen möchte, kann einen Faulenzertag einlegen oder nur eine Teilstrecke zum Gipfel des Samdo Peak bewältigen. Gesamtgehzeit mit Auf- und Abstieg ca. 7–8 Stunden / Über-nachtung in einer Lodge Hinweis zur Besteigung: Der Samdo Peak befindet sich in einer “Restricted area" und ist somit von der Willkür des begleitenden Verbindungsoffiziers / Permit abhängig.

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

Tag 13

Samdo – Dharamsala Phedi (4.400 m)

Nun steigen Sie bis zum Basislager direkt bis unter den Larkya-Pass auf. Unterwegs kommen Sie an einer Weggabelung vorbei, wo es einmal in nordöstlicher Richtung zu einem für Ausländer verbote-nen 5.000er-Pass nach Tibet ging. Sie biegen links ab kommen vorbei an den letzten Wacholderbü-schen und erreichen über hochalpine Wiesen Dharamsala Phedi am Fuße des Larkya-La-Passes. Übernachtung in einer Lodge / Gehzeit: 3–4 h / Aufstieg ca. 700 m

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

Tag 14

Aufstieg zum Basislager des Thulo Larkya Peak

Aufstieg zum Hochlager auf etwa 5.000 m Höhe. Der Nachmittag dient zum Ausruhen, Kräfte sammeln und packen des Rucksacks. Übernachtung im Zelt / Gehzeit: 3-4 h / Aufstieg ca. 600 m

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

Tag 15

Aufstieg zum Hochlager des Thulo Larkya Peak

Aufstieg zum Hochlager auf etwa 5.650 m Höhe. Übernachtung im Zelt / Gehzeit: ca. 7 h / Aufstieg ca. 660 m

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

Tag 16

Gipfelbesteigung des Thulo Larkya Peak (6.249 m)

Noch im Schein der Stirnlampen steigen Sie in Richtung Gipfel aus. Durch die vorangegangene gute und solide Höhenanpassung der letzten Tage geht es recht flüssig nach oben. Vom Gipfel haben Sie einen spektakulären Rundumblick auf die Eiswelt des Manaslu und seiner Vasallen. Der Abstieg er-folgt nach ausgiebiger Pause hinab ins Hochlager, noch einmal müssen Sie sich konzentrieren, bevor Sie entspannt in die Schlafsäcke kriechen können. Übernachtung im Zelt / Gehzeit: 8-10h Auf- und Abstieg ca. 1.100 m

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

Tag 17

Abstieg ins Basislager

Gemütlich steigen Sie am Vormittag ins Basislager Dharamsala Phedi ab. Übernachtung Lodge. Geh-zeit 4 h

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

Tag 18–19

Reservetage für Schlechtwetter oder fehlender Höhenanpassung

Zwei komplette Reservetage stehen für die Besteigung zur Verfügung. Übernachtung im Zelt

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

Tag 20

Überschreitung des Larkya Pass und Abstieg nach Bimthang (3.720 m)

Heute wandern Sie nach dem Frühstück hinauf zum Larkya La Pass. Bestens an die Höhe akklimati-siert fällt Ihnen der Aufstieg nicht schwer. Der Pass (5.106 m) ist geschmückt mit vielen Gebetsfahnen. Bei klarer Sicht erwartet Sie noch einmal ein grandioser Panoramablick vom Pass auf die Sechs- und Siebentausender des Larkya, Cheo und Himlung Himal im Norden und auf den Manaslu im Süden. An-schließend steigen Sie in das Dudh-Khola-Tal bis zum Dorf Bimthang hinab, welches in einer idylli-schen, grünen Ebene mit großartigem Blick auf den Manaslu und weitere Gipfel wie Himlung oder Phungi, liegt. Am Abend kleine Gipfelfeier und vielleicht wird sogar getanzt! Übernachtung in einer Lodge /Gehzeit: ca. 7 h / Aufstieg ca. 250 m / Abstieg 1.550 m

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

Tag 21

Wanderung nach Tilje (2.240 m)

Jetzt nehmen Sie so langsam von den hohen Bergen Abschied und wandern hinab durch eine herrli-che urige Waldlandschaft und Rhododendronbüschen (im Frühjahr ein buntes Blütenmeer) bis zur Alp Tsangling. Von hier ist es nicht mehr weit bis zum Tagesziel Dorf Tilje (Volksgruppe der Gurung). Übernachtung in einer Lodge /Gehzeit: ca. 6–7 h / Aufstieg ca. 400 m / Abstieg 1.750 m

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

Tag 22

Abstieg nach Jagat (1.700 m)

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

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

Tag 23

Rückfahrt nach Kathmandu via Bhulbhule

Mit einem lokalen Bus oder Jeep fahren Sie über Schotterpisten des Marsyandi-Tal die Strecke hinab bis nach Besisahar (750 m). Dabei passieren Sie viele kleine Siedlungen wie z.B. Syange, deren Ein-wohner vom Reisanbau leben, und erreichen über Ortschaften Bahundanda und Bhulbhule den Ort Besisahar. Hier steigen Sie in den AT REISEN Bus um und fahren zurück nach Kathmandu. Am späten Nachmittag erreichen Sie wieder Kathmandu (abhängig von den Straßenbedingungen), wo bereits ei-ne heiße Dusche auf Sie wartet. Anschließend gemeinsames Abendessen in der Altstadt. Übernach-tung im Hotel / Fahrtzeit ca. 8 h

Verpflegung

Frühstück, Abendbrot

Tag 24

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 25

Rückreise

Rückflug nach Deutschland und Ankunft am gleichen Tag

Leistungen

Das ist inbegriffen

- ☑ alle Transfers, Überland- und Besichtigungsfahrten lt. Programm in Privatfahrzeugen
- ☑ Übernachtung in Hotels (Kathmandu + Pokhara), während des Trekkings Übernachtung in einfachen Lodges und während der Bergbesteigung in 2-Personen-Zelten
- ☑ Verpflegung: Vollpension während des Trekkings, ansonsten Frühstück
- ☑ Trekking-Getränke: zu den Mahlzeiten je ein Liter Getränke und sämtliche Getränke während der Bergbesteigung (Schwarztee, heißes Wasser oder Kaffee)
- ☑ Begleitmannschaft und Träger oder Tragetiere (Koch am Berg)
- ☑ Trekkinggenehmigung und TIMS-Karte
- ☑ Satellitentelefon
- ☑ 17x geführte Wanderungen (davon 1 Gipfelbesteigung und 1x Aussichtbergtour)
- ☑ Besteigungsgenehmigung (Permit) Thulo Larkya Peak inkl. der Permitanpassung ab dem 1.9.2025
- ☑ Gepäcktransport während des Trekkings 25 kg persönliches Gepäck (Träger oder Tragetiere)
- ☑ Englischsprechender erfahrener einheimischer Trekking- und Bergführer (1Bergführer in Seilschaft mit max. 3 Gästen)
- ☑ Deutschsprechender örtlicher Guide bei Stadtbesichtigungen
- ☑ Deutschsprechender AT REISEN-Reiseleiter (bei Mindestteilnehmerzahl von 10 Personen)
- ☑ Vorbereitungstreffen per Zoom-Meeting (digital)
- ☑ 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 erstellen wir Ihnen ein separates Flugangebot)
- ☒ Visakosten ca. 50,- USD/ 45,- Euro
- ☒ fehlende Mahlzeiten und Getränke (abgekochtes Wasser 1 Liter ca. € 3-6 pro Tag)
- ☒ 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

☒ Rail & Fly (Zug zum Flug/ 2. Klasse/ ohne Sitzplatzkarte) 114, -Euro p. Person

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.

Do., 08.04.2027 bis Sa., 01.05.2027 • 25 Tage	**3.240 €** p. P. zzgl. Flug
Do., 14.10.2027 bis Sa., 06.11.2027 • 25 Tage	**3.240 €** p. P. zzgl. Flug
Do., 06.04.2028 bis Sa., 29.04.2028 • 25 Tage	**3.240 €** p. P. zzgl. Flug
Do., 12.10.2028 bis Sa., 04.11.2028 • 25 Tage	**3.240 €** p. P. zzgl. Flug

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

Wichtige Informationen zur Reise

Zu dieser Reise

Tipp: Rundflug zum Mt. Everest

Flug zum höchsten Berg der Erde- dem Mt. Everest – Dauer ca. 1h; Preis ca. 285,- Euro inkl. Transfer zum Flughafen und zurück. Fensterplatz garantiert. Bitte rechtzeitig bei uns bestellen!

Wann: täglich frühmorgens ab/ an Kathmandu bei schönem Wetter.

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.



Ich packe meinen Koffer und nehme mit...

Drucken Sie sich gerne diese Liste aus und kreuzen sie ab, damit Sie nichts vergessen.
Folgende Ausrüstungssachen empfehlen wir:

- [ ] Trekkingrucksack oder Reisetasche ab 90 Liter mit großem Reißverschluss /(robuste, wasserresistente 110 Liter Tatonka / AT- Reisetasche für 105,- Euro im AT- Shop!)
- [ ] Packsack/ Schutzsack (70 bis 90 l) gegen Nässe und Staub (bei AT REISEN erhältlich)
- [ ] 1 Tagesrucksack ca. 30 -40 Liter Volumen mit Pickelschlaufe, auch als Handgepäck verwendbar
- [ ] Reisepass mit Passkopie, Impfpass
- [ ] Bargeld in kleinen Stückelungen- beides in Euro oder USD, in Kathmandu geht auch bedingt die Euro- bzw. Visa Card zum Bezahlen in Restaurants und Geschäften
- [ ] 1 Paar Trekkingschuhe (Leichtbergschuhe) mit kräftiger Profilsohle knöchelhoch (gut eingelaufen)
- [ ] 1 Paar Sport- oder Turnschuhe,
- [ ] 1 x Gamaschen,
- [ ] 1 x Goretexjacke wind- und wasserdicht
- [ ] 1 x Daunenjacke bis minus 15°C
- [ ] Fleecepullover, Fleecejacke, lange Hosen, davon 1 Trekkinghose, Überhose wasserdicht
- [ ] kurze Hose, eventuell in Kathmandu oder bei den ersten beiden Trekkingtagen)
- [ ] 1–2 langärmlige Baumwollhemden, T-Shirts, Funktionsunterwäsche, Socken, Trekkingsocken
- [ ] Wollmütze, warme Handschuhe (Fäustlinge gut)
- [ ] Waschzeug (in kleinen Dosierungen, Seife biologisch abbaubar), kleines Handtuch
- [ ] 1 Schlafsack (Daune oder Kunstfaser) bis -12°C im Komfortbereich tauglich. Günstig bei uns im AT-Shop.
- [ ] 1 Isoliermatte
- [ ] 1 Stirnlampe mit Ersatzbatterien - LED Lampen (im AT-Shop)
- [ ] 1 Thermosflasche 1 Liter + 1 Blechflasche von SIGG 0,5 bis 1 Liter mit Thermomantel – besser aber 2 Thermosflaschen! (insgesamt ca. 1,5-2 L) AT-Thermosflasche 1 Liter (im AT-Shop)
- [ ] Gletscherbrille mit Seitenschutz – preiswert und in großer Auswahl bei uns erhältlich,
- [ ] gute Sonnencreme (ab 20), Fettstift für die Lippen (alpin), Sonnenhut
- [ ] Toilettenpapier (1 Rolle), Papiertaschentücher, Feuchttücher (für die Hygiene), Ohropax
- [ ] Fotoausrüstung mit ausreichen Akkus und Speicherkarten, eventl. Fernglas
- [ ] Nähzeug, etwas Schnur (als Wäscheleine oder für Reparaturen), kleines Taschenmesser, Buch zum Lesen
- [ ] Waschmittel, biologisch abbaubar, Händedesinfektionsmittel (bei AT REISEN erhältlich)
- [ ] Zusatzverpflegung – z. B. Power Bar Riegel (im AT-Shop) oder Gel (im AT-Shop) – unsere Wunderwaffe am Berg (bei AT REISEN erhältlich), extra dazu Bifi, Schokolade, Süßigkeiten, andere Snacks, Bonbons, Teebeutel (Ihre Geschmackshits)

- [ ] Medikamente gegen Verdauungsstörungen, Erkältung, Kopfweh, Kreislauf, Pflaster
- [ ] 1 Paar Teleskop - Stöcke als Gehhilfe (bei AT REISEN erhältlich)
- [ ] wasserfeste Plastikbeutel (für die bessere Übersicht in der Reisetasche), zusätzlich Beutel für die Schmutzwäsche und für Problemmüll, den Ihr wieder mit nach Hause nehmt (z. B. Batterien)
- [ ] Elektrolytgetränk (in Apotheke erhältlich)
- [ ] Bei Besteigung des Thulo Larkya Peak komplette Bergausrüstung: Sitzgurt, Eispickel, 12-Zack-Steigeisen, Bandschlinge, Abseilachter, Steigklemme, Karabiner, wärmeisolierende steigeisenfeste Bergschuhe für Höhen bis 6.500 m Höhe
- [ ] Nepalreiseführer