Sondertour: Großer Saribung Trek mit Besteigung Saribung Peak & Chulu Far East

Eine Tour der Extraklasse! Mit AT Guide Johannes Lau

27 Tage

ASNP218S

Asien
Nepal







Weitere Bilder auf unserer Website

Preis p. P.
ab 5.290 € zzgl. Flug

Reisebeschreibung

- **Zelt- und Lodgetrekking durch das Königreich Mustang & Naar-Phu-Tal**
- **Besichtigung des Königspalastes in Lo Manthang**
- **Uralte Handelswege zwischen Tibet und Nepal**
- **Überschreitung des Saribung-Passes (5.700m) & Kangla Pass 5.306 m**
- **Heilige Seen im einsamen Damodar Himal**
- **Blick auf die Achttausender Dhaulagiri (8.167 m) und Annapurna (8.091 m)**
- **Besuch des berühmten Klosters Luri Gompa**
- **Abstieg durch das traumhafte Phu-Tal**
- **Besteigungsmöglichkeit: Saribung Peak 6.328 m & Chulu Far East (6.059 m)**
- **Sonderpermit Mustang und Naar-Phu-Tal inklusive**

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

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 Ankunft in der Hauptstadt Kathmandu geht es mit einem Flugzeug nach Pokhara am Pewa-See. Hier steigen Sie auf die Jeeps um und fahren hinauf nach Jomsom und durchqueren dabei das wilde Kali-Gandaki-Tal. Dabei passieren Sie die beiden mächtigen Achttausender, Annapurna und Dhaulagiri die sich links und rechts fast 6000 m in die Höhe schrauben. Nach Begrüßung Ihrer Begleitmannschaft fahren via Kagbeni hinein in das ehemalige Königreich Mustang. Sie befinden sich nun auf einer der ehemaligen Handelsrouten der Tibeter. Bis Mitte des 20. Jhs. war Mustang ein innenpolitisch autonomes Territorium innerhalb des nepalesischen Staates. Nach der Beset-zung 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 herzlichen Bergbewohnern fahren 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 lassen das Trekkerherz höherschlagen. In Lo Mantang, der Hauptstadt des kleinen Königreiches Mustang, werden der Königspalast und die buddhistischen Klöster besich-tigt. Hier beginnt nun das Trekking vom Damodar Himal bis zur Annapurna Runde. Dabei wandern Sie 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 hier die Möglichkeit den technisch leichten Saribung Peak 6.328 m zu besteigen. Der Abstieg verläuft durch das immer noch ursprüngliche Naar-Phul-Tal mit seinen versteckten Siedlungen und die vergletscherten Siebentausender wie Himlung und Nemjung faszinieren. Über den Kangla-Pass (5.306 m) mit tollem Blick auf die Annapurna-Gruppe gelangen Sie nun zum Fuße des Chulu-Far-East (6.059 m). Bestens an die Höhe akklimatisiert, besteht die Möglichkeit den Chulu Far East zu besteigen. Noch einmal bietet sich Ihnen vom Gipfel der Traumblick auf die gewaltige Gipfelparade der Annapurna-Kette! Zum Abschluss dann die spektakuläre Fahrt durch das Marsyandi-Tal via Besi-Shahar zurück nach Kathmandu. Die Zivilisation hat Sie wieder! Lassen Sie die Tour mit „Faulenzertag“ und Abschiedsessen gemütlich ausklingen.

Gipfelmöglichkeiten

Besteigung des Saribung Peak (6.328) m

- technisch leichter Berg/Grundvoraussetzung ist sicherer Umgang mit Steigeisen und selbständiges Gehen in einer Seilschaft (abhängig von den Bedingungen). Die Besteigung über die Normalroute weist keine speziellen technischen Schwierigkeiten auf. Es handelt sich um eine reine Schneetour. Seine Besteigung ist jedoch eine Herausforderung, da ein weiter Weg in großer Höhe zurückzulegen ist. Vom Basislager auf 4900 m gelangt man über eine alpinistisch sehr schöne Route auf den Gipfel, wobei einige ausgesetzte Stellen entweder in Seil-schaft (Gurt und Karabiner mitnehmen) oder mit Fixseilen abgesichert werden. Bei ungünstigen Verhältnissen weichen wir auf eine Alternativroute.

Besteigung des Chulu Far East (6.059 m)

- Technisch mittelschwerer Sechstausender
- Solide Kenntnisse im Umgang mit Steigeisen, Pickel, in einer Seilschaft gehen, Trittsicherheit und eine solide Kondition sind Grundvoraussetzung für die Besteigung
- Je nach Bedingungen müssen im Gipfelbereich bis zu 40° steile Firnhänge begangen werden (an steilen Passa-gen wird die Route mit Fixseilen gesichert)

Charakter und Anforderungen der Reise

Diese Zelt-Trekkingtour kann von jedem geübten und trittsicheren Bergwanderer, der über gute Kondition verfügt, begangen werden. Für die einzelnen Tagesetappen mit Auf- und Abstiegen bis zu 1000 Höhenmetern werden meist 4 - 9 Stunden bei mäßigem Tempo benötigt. Die ungewohnte Höhenlage bereits am Ausgangsflugplatz Jomsom (ca. 2.720 m) und der Aufenthalt in Regionen bis 5700 m Höhe (Saribung Pass) / Saribung Peak & Chulu Far East, setzen einen gesunden, belastbaren Organis-mus 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 Ne-pal 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 konsultie-ren Sie vor Reiseantritt Ihren Arzt. Selbst ein gesunder Organismus darf jedoch keinesfalls durch zu rasches Gehen überbean-sprucht werden. Langsames und stetiges Gehen ist sehr wichtig (Pistari, Pistari!). Erfahrungsgemäß können manche Teilneh-mer bereits durch die Klimaumstellung sowie die Änderung der Schlaf- und Essgewohnheiten geschwächt und damit „anfälli-ger“ 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. Aufgrund 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 mit-führen. Bitte haben Sie Verständnis und stellen Sie keine allzu hohen Ansprüche, wenn die Mahlzeiten teilweise etwas einsei-tig sind. Es ist unterwegs nicht immer möglich, Frischwaren wie Brot, Fleisch, Gemüse etc. einzukaufen. Ein Großteil der Ver-pflegung 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 und Ausflug zur Friedenspagode

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. Der Vormittag steht zur freien Verfügung und kann zu einem Bummel durch den Ort oder entlang der Uferpromenade genutzt werden. Am Nachmittag (ca. 14 Uhr) unternehmen Sie mit Ihrem Guide einen Ausflug zur Friedenspagode. Per Boot gelangen Sie auf die andere Seite des See`s. Unterwegs kurzer Stopp und Besichtigung des Tal Barahi-Tempel, auch bekannt als „Seetempel“ oder „Barahi-Tempel“. Er ist ein hinduistischer Tempel der Göttin Barahi und liegt inmitten des Sees. Es ist das wichtigste religiöse Denkmal in Pokhara. Nachdem Sie das gegenüberliegende Ufer erreicht haben, beginnen Sie mit Ihrem Aufstieg über Treppen zur Friedenspagode (Gehzeit ca. 40 min /330 Höhenmeter). Oben angekommen werden Sie mit dem spektakulären Blick auf die Annapurna Range und Dhaulagiri belohnt. Anschließend setzten Sie Ihre Eingehtour bis zum angrenzenden Shiva Tempel auf dem gegenüberliegenden Hügel fort (30 min/ 270 Höhenmeter). Hier haben Sie nun Zeit den Tempel zu besichtigen sowie den Son-nenuntergang zu erleben. Die Rückfahrt zum Hotel erfolgt mit dem Bus. Übernachtung im Hotel.

Verpflegung

Frühstück

Tag 4

Fahrt durch das Kali-Gandaki-Schlucht nach Jomsom

Da der Flug nach Jomsom durch die enge Schlucht vom Kali-Gandaki wettertechnisch eher unsicher ist, werden Sie heute die Strecke mit dem Auto zurücklegen. Aufgrund der Länge der Strecke starten Sie schon zeitig am Morgen und fahren die Annapurna-Runde im Uhrzeigersinn aufwärts und passie-ren dabei das gigantische Kali-Gandaki-Tal. Die Schotterpiste schlängelt sich entlang des Kali-Gandaki-Flusses, welche eingerahmt wird von den beiden Achttausendern Dhaulagiri und Anna-purna. In Tatopani ist dann die Mittagsrat geplant und wer möchte kann auch ein Bad in den heißen Quellen nehmen. Anschließend besteigen Sie wieder die Fahrzeuge und fahren durch eine wilde Berglandschaft hinauf nach Jomsom (2720 m). Unterwegs besteht auch immer wieder die Möglichkeit zu kleinen Fotopausen oder zu einem Dorfbummel durch die mittelalterliche Dorf Marpha. Fast 6.000 m schwingen sich die Hänge hinauf zu den Bergspitzen von der Annapurna und dem Dhaulagiri! Übernachtung in einer Lodge / Fahrstrecke ca. 150 km / Fahrzeit ca. 6- 8Stunden (abhängig von dem Zustand der Straße).

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

Tag 5

Fahrt nach Lo Manthang in Mustang

Noch einmal wird heute von Ihnen Salzfleisch abverlangt, aber das wird von einer Fahrt durch eine spektakuläre Landschaft belohnt. Sie passieren dabei viele kleine teilweise mittelalterlich anmuten-de Dörfer und durchqueren die Schwemmebnen des Kali-Gandaki-Flusses. Mit erreichen des ehema-ligen Königreiches Mustang veränderst sich auch merklich die Landschaft. Durch die Lage hinter dem Himalaya-Hauptkamm ist die Landschaft wesentlich trockener und Karger. Durch die Nähe zu Tibet komplett buddhistisch geprägt. Über malerische Hochflächen, vorbei an Manimauern und buddhisti-schen Tschörten erreichen Sie die Mustang-Hauptstadt Lo Manthang (3.850 m). Um sich vor feindliche Angreifer zu schützen, wurde früher die Stadt vom König im Mittelalter durch eine Stadtmauer ge-schützt. Trotz der kargen Böden versuchen die Leute vor Ort die Weideflächen zu nutzen. Nach Ankunft und Lodgebezug haben Sie sicherlich noch Zeit einen ersten Rundgang durch die beeindruckenden engen Gassen und Häuserreihen zu unternehmen. Übernachtung in einer Lodge / Fahrstrecke ca. 95 km, /Fahrzeit ca. 5-6 Stunden

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

Tag 6

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

Am Morgen unternehmen Sie eine Rundtour mit dem Jeep in den nördlichen Teil Lo Manthangs, wo Sie die ehemaligen Wohnhöhlen "Jhong Caves" der Ureinwohner besichtigen. Die Jhong-Höhle ist ein 5-stöckiges, in die Felswand gehauenes Wunderwerk. Sie besteht aus über 40 miteinander verbundenen Räumen, die über ein System aus Holzleitern und schmalen Tunneln zu-gänglich sind. Die Höhlen sind schätzungsweise 2.500 Jahre alt. Von den insgesamt rund 10.000 mys-teriösen "Himmelshöhlen" in Mustang dienten sie einst als Wohnräume, Meditationskammern, Ge-treidespeicher und Zufluchtsorte. Sie ließen sich sehr gut verteidigen und konnten auch einer mona-telangen Belagerung aushalten. Anschließend besuchen Sie das kleine und an den Felsen gebaute Lowo Nyiphug Namdrol Norbuling-Kloster sowie den Sommerpalast des Königs in Thinggar besichti-gen. Auf dem Rückweg besuchen Sie noch das Gelbmützen-Kloster Namgyal. Das Namgyal-Kloster liegt auf einer Höhe von 3850 Metern auf einem Hügel unmittelbar westlich von Lo Manthang, direkt oberhalb des gleichnamigen Dorfes. Es ist unklar, wann das Namgyal-Kloster ge-gründet wurde und welcher Tradition es ursprünglich angehörte, doch während seines zweiten Auf-enthalts in Mustang (1436–37) initiierte Ngorchen Kunga Zangpo die Restaurierung und Erweiterung des alten Klosters Namgyal Chöde („Dharma-Stätte von Namgyal“). Bei seinem dritten Besuch (1447–49) wurde das neue Klosterzentrum als Thubten Dargyeling („Heiligtum, in dem die Lehren des Bud-dha aufblühen“) bezeichnet und bot Platz für bis zu 1000 Mönche. Diese Zahl wurde offenbar dadurch erreicht, dass Mönche aus drei früheren Gründungen in dieses neue Zentrum zusammengeführt wur-den. Seither ist Namgyal ein Sitz der Ngor-Schule geblieben – eines Zweigs der Sakya-Schule, die für ihre qualitativ hochwertige Kunstproduktion bekannt ist. Gegen Mittag kehren Sie nach Lo-Manthang zurück. Nach dem Mittagessen unternehmen Sie mit Ih-rem Guide einen Spaziergang durch die ca. 600 Jahre alte Hauptstadt Mustangs. Man fühlt sich durch die engen Gassen, mächtigen Mauern der Häuser und Stadtmauer regelrecht in das Mittelalter ver-setzt. Sie besichtigen einen Teil des alten Königspalastes, 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 (fakultativ – evtl. Kosten und Spenden sind selbst zu tragen). Übernachtung Lodge. Fahrzeit 2 h/

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

Tag 7

Trekkingstart über den Day La Pass nach Yara Gaon

Bestens an die Höhe akklimatisiert verlassen Sie gegen 8 Uhr Lo Manthang und folgen einem Höhen-weg 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 Dhigaon ab. Der Abstieg beeindruckt durch imposante Erosionsflanken. Schließlich überqueren Sie den Kali Gandaki und steigen leicht bergauf zum Tagesziel Yara Gaon 3.600 m, wo für heute übernachten. Übernachtung Lodge. Gehzeit ca. 7 Stunden. Aufstieg ca. 850 m/ Abstieg ca. 950 m / ca. 15 km

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

Tag 8

Trekking nach Ghuma Thanti

Nach dem Frühstück steigen Sie durch ein wunderschönes Tal des Puyung Khola hinauf. Hier passie-ren Sie auch linker Hand einige Felshöhlen (aktuell gesperrt / Einsturzgefahr). Kurz danach besteht die Möglichkeit zu einem kurzen Abstecher zur Luiri Gompa. Über einen Höhenweg steigen Sie mäßig steil zu einem namenlosen Pass ca. 5.000 m hinauf. Vom Pass aus hat man die Gelegenheit noch ei-nen kleinen Gipfel zu erklimmen. Mit etwas Wetterglück sieht man die Annnapurna Range mit den schneebedeckten Bergen und den Dhaulagiri. Nach ausgiebiger Pause erfolgt der Abstieg zum Weiler Ghuma Thanti ca. 4.800 m. Übernachtung in Zelt oder einfacher Notbehausung (Stand 2026). Gehzeit ca. 8 Stunden. Aufstieg ca. 1585 m/Abstieg ca. 450 m / ca. 16 km

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

Tag 9

Trekking zum Bacha Khola Camp

Mit frischen Kräften geht es heute über einen tollen Wanderweg in Richtung Osten. Mit jedem Schritt gewinnt man zunehmend an Höhe. Über einen langezogen Hang kommt man hinauf zu einem weite-ren namenlosen Pass von ca. 5.300 m Höhe. Ein überragendes Panorama öffnet sich Ihnen! In süd-östlicher Richtung sieht man die Ausläufer des Saribung-Gebirges und in südlicher Richtung steht stolz der Achttausender Dhaulagiri (8125m Höhe) sowie die Annapurna-Gruppe. In nördlicher Rich-tung blickt man bereits nach Tibet. Anschließend erfolgt der Abstieg zum Camp Bach Khola, welches tief eingeschnitten im Tal liegt. Unterwegs kann man entweder die Serpentinen absteigen oder man benutzt die Treppen, die scheinbar wie von Außerirdischen abgelegt wurden. Da Lager wird direkt in der Schlucht aufgebaut, ein wahrhaft toller Zeltplatz! Übernachtung im Zelt. Gehzeit ca.6 Stunden. Aufstieg ca. 600 m/Abstieg ca. 500 m / ca. 8 km

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

Tag 10

Trekking zu den heiligen Seen im Damodar Himal

Nach dem Frühstück und hoffentlich den ersten Sonnenstrahlen folgen Sie zuerst dem kleinen Bach aufwärts und steigen dann mäßig steil rechter Hand die Wand hinauf. Je nach Bedingungen kommen auch Steigeisen zum Einsatz (durch das tief eingeschnittene Tal kommt wenig Sonne hinein und dadurch hält sich der Schnee sehr lange Zeit und durch die sehr kalten Nächte ist dieser meist sehr hart gefroren). Kurz vor dem Pass wird es dann wieder flacher und man wird abermals von einem tol-le 360° Rundumblick belohnt! Durch die gute Höhenanpassung der letzten Tage, fällt der Aufstieg auf den ca. 5.500 m hohen Punkt nicht schwer, solange man alles gemütlich und entspannt angeht. Vom Pass quert man über einen langen Weg abwärts, bis man einen kleine Fluß erreicht. Auf der rechten Seite präsentieren sich schöne vergletscherte Fünf- und Sechstausender und ganz am Horizont im-mer wieder der Dhaulagiri. Nach Fluss-Querung über eine Brücke geht es wieder leicht ansteigend bis zu dem Hindu-Pilgerziel Damodar Kund (Kund = See). Die drei kleinen Seen Kamandalu-Kund, Dudh-Kund und Rakta-Kund sind das ersehnte Ziel der Pilger, die hier ihr rituelles Reinigungsbad vorneh-men. 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. 770 m/Abstieg ca. 695 m / ca. 12,5 km

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

Tag 11

Japaner-Basislager

Um noch einmal Kräfte für den Saribung-Pass zu sammeln, steht heute eine gemütliche Tagestour auf dem Programm. Dabei geht es heute immer in einem leichten Auf – und ab in Richtung der Schnee-berge Nach ca. 4 Stunden erreichen Sie das „Japaner-Basislager“ (5.237 m) auf einer Geröllhalde (ca. 5.250 m hoch). Übernachtung im Zelt. Gehzeit ca. 3-4 Stunden /Aufstieg ca. 340 m / Abstieg ca. 90 m /ca. 7 km

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

Tag 12

Aufstieg zum Hochlager des Saribung Passes

Der heutige Weiterweg ist überwältigend. Sie laufen direkt auf die „Eisberge“ zu und später geht es über eine Moräne des Bhatchauk-Gletschers direkt hinein in den Eispalast des Saribung-Gebietes. Rechts und links säumen Eiswände wie eine Allee Ihren Weiterweg. Nach Querung des flachen Glet-schers wird auf der linken Seite der berge und auf einem Moränenstreifen (abhängig von den Ver-hältnissen) wird das heutige Zeltlager auf ca. 5.720 m m in dem Schnee/Geröll aufgebaut. Genießen Sie die herrliche Lage und Stille der Landschaft! Übernachtung im Zelt. Gehzeit ca. 7 Stunden. Aufstieg ca. 500 m / Abstieg ca. 50 m / ca. 7,8 km

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

Tag 13

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

Durch die eisige Bergwelt führt der Weg Anfangs auf der kleinen Mittelmoräne aufwärts. Später quert man dann links über Gletscher zum ca. 6.049 m Pass hinauf. Als wäre man inmitten der Antarktis, ei-ner faszinierenden, aber auch lebensfeindlichen Welt! Sie passieren entlang der Straße der Sechstau-sender die Gipfel wie Julie Himal 6.337 m, Selka Kangri 6.358 m, Kumlung Himal 6.355 m und den Sari-bung Peak mit 6.328 m. Der Letztgenannte bietet sich auch ideal zur Besteigung an, da er auf dem „Normalweg“ keine technischen Schwierigkeiten aufweist und eine reine „Schneetour“ bis zum Gipfel ist (Steigeisen genügen). Oben am Gipfel des Saribung angekommen, werden Sie von einer überwäl-tigender Eiswelt belohnt. Wo man hinschaut, Eisgipfel und bizarre Eistürme. Markant dominiert in der Ferne der Gipfel des Himlung (7.126 m), Nemjung 7.140 m und winzig klein und nur mit der Spitze der Dhaulagiri. So allmählich verlassen Sie die Eiszone und steigen das wunderschöne Gletschertal hinab in Rich-tung 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 Stonecamp auf ca. 5487 m Höhe. Übernachtung im Zelt. Gehzeit ca.11 Stunden. (mit Gipfel) ca. 8-9 Stunden ohne Gipfel / Aufstieg ca. 710 m/Abstieg ca. 930 m / ca. 12,5 km

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

Tag 14

Abstieg nach Phugaum

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 verlassene Dorf Nagoru wird passiert und schließlich erreichen Sie das ebenfalls kleine und völlig abgeschiedene Dorf Phu 4.080 m. Eng zu-sammengedrängt und steil an einem Hang gebaut, stehen hier die Häuser inmitten von Terrassenfel-dern. Die Zivilisation hat Sie wieder eingeholt. Mit etwas Wetterglück haben Sie einen tollen Blick auf den Siebentausender Himlung 7.126 m und andere schneebedeckte Gipfel. Übernachtung Lodge. Geh-zeit ca. 9 Stunden / Aufstieg ca. 450 m / Abstieg 1880 m / ca. 21 km

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

Tag 15

Reservetag oder Ruhetag in Phugaum

Der heutige Tag dient zur Erholung. Phu, wie es die Einheimischen nennen ist ein lebhafter Ort, in dem bis zu 300 Familien leben. Der Ort ist wie eine mittelalterliche Festung angelegt und thront auf einem Hügel. Ein Bummel durch die verwinkelten Gassen und Abstecher zum Kloster lohnen sich. Wer möchte der kann auch das auf der gegenüberliegenden Flussseite befindliche Tashicholing- Kloster besuchen oder einen Ausflug auf den Hausberg von Phu, den 4.746 m hohen Gurusangbo un-ternehmen. Hier führt der Weg direkt aus dem Ort mäßig steil und kontinuierlich bergan. Mit jedem Schritt höher öffnet sich die Bergwelt und am Horizont zeigt sich nun erstmalig die Gipfelpyramide des Himlung. Über einen Stein und -Wiesengrat erreichen Sie nach ca. 2-3 Stunden Gehzeit den höchsten Punkt. Eine kleine Stupa schmückt den Gipfel. Genießen Sie den traumhaften Ausblick auf die Himalaya Berge wie Lugula (6.899 m) Chako (6.704 m) Ngoru Peak (6.116 m) Hulung Peak (6.374 m) Gyaji Kang (7.074 m) Nemju (6.404 m) und Chyakhu Himal (6.805 m). Nach ausgiebiger Rastpause er-folgt der Abstieg über die Aufstiegsroute wieder zurück in den Ort. Der Rest des Tages steht zur freien Verfügung. Übernachtung wie am Vortag / Gehzeit Berg ca. 4-5 Stunden / Aufstieg ca. 785 m / Abstieg 785m / ca. 8 km

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

Tag 16

Abstieg durch das Phu-Tal bis nach Kloster Meta

Es geht weiter bergab und bald sind Sie unter der Viertausend-Meter-Marke. Sie folgen dem Phu Kho-la talwärts, welcher sich eng in das Tal eingeschnitten hat. Unterwegs kommen Sie durch verlassene Siedlungen der Khampa (Flüchtlinge aus Tibet). Sie passieren den kleinen Ort Kyang und stoppen zum Mittagessen in Chyako. Kurz vor Meta wechseln Sie die die Flussseite und übernachten im klei-nen Kloster in der Talsohle (Nar Phedi). Von hier hat man einen ausgezeichneten Ausblick auf den Pisang Peak (6.091 m), der sich direkt hinter dem Kloster in wilde Höhen aufschwingt. Übernachtung Lodge. Gehzeit ca. 8 Stunden / Aufstieg ca. 550 m / Abstieg ca. 990 m /ca. 20 km

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

Tag 17

Trekking via Naar Village – zum Kangla Basislager (Khangla Phedi)

Bestens an die Höhe akklimatisiert, beginnen Sie am Morgen nach dem Frühstück mit dem Aufstieg nach Naar. Über Serpentinen führt der Weg aus dem tief eingeschnittenen Tal hinaus und mit jedem Schritt höher präsentieren sich die Berge wieder prächtiger. Gewaltig die Wand des Pisang Peak und Kangaru Himal (6.981 m). Allmählich flacht dann das Gelände ab und der Wanderweg führt leicht ansteigend bis nach Naar Village. Unterwegs passieren Sie Manimauern (Gebets mauern) und ein große Gompa. Im beschaulichen Dorf Naar (4.210 m) rasten Sie zum Mittagessen. Ein Bummel durch den Ort lohnt sich auf jeden Fall. Anschließend steigen Sie noch knapp 400 Höhenmeter leicht ansteigend zum Zeltlager Khangla Phedi. Stolz und mächtig präsentiert sich der Kangaru Himal. Auch der Pass ist schon in Sicht und macht Lust auf den kommenden Tag. Übernachtung Zelt / Gehzeit ca. 7-8 Stunden / Aufstieg ca. 1140 m / Abstieg ca. 70 m /ca. 11,5 km

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

Tag 18

Kangla Phedi – Kangla Pass ca. 5.322 m – Nawal 3.660 m

Sehr zeitig starten Sie heute mit Aufstieg, denn eine sehr lange Etappe liegt vor Ihnen. Es geht stetig bergan und je nach Bedingungen kommen heute wieder die Steigeisen zum Einsatz. Nach ca. 4-5 h überqueren Sie den 5.322 m hohen Kangla-Pass. Der mit den vielen bunten Gebetsfahnen geschmückte Pass lädt zu einer ausgiebigen Rast ein. Genießen Sie den schönen Blick auf die vor Ihnen liegende Annapurna-Kette, auf den Chulu Far East (6.059 m) sowie auf den in weiter Fernen schimmernden Gipfel des Himlung (7.126 m). Anschließend zuerst ein steiler Abstieg vom Pass der sich nach ca. 200 HM verflacht. Auf der rechten Seite taucht nun auch die Chulu-Gruppe mit Chulu Far East / Chulu West und Chulu Central. Weiterer Abstieg bis nach Nawal (3.693 m). Vom Dorf können Sie die Flugpiste vom Hongde 3.280 m im tiefen liegenden Tal sehen. Übernachtung Lodge / Gehzeit ca. 8-9 Stunden / Aufstieg ca. 730 m / Abstieg ca. 1.670 m / ca. 12,5 km

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

Tag 19

„Quergang“ zum Chulu Far East Basislager

Gut gestärkt starten Sie heute nach dem Frühstück über einen „Quergang“ in Richtung Norden zum Basislager des Chulu Far East. Sie wandern direkt auf den Chulu Far East zu und auf der Rückseite glänzen die gewaltigen Eishänge der Annapurna-Kette. Es geht stetig bergan und über Serpentinen erreichen Sie das Basislager des Chulu Frau East auf ca. 4850 m Höhe. Übernachtung im Zelt /Gehzeit ca. 5 Stunden /Aufstieg ca. 1060 m /Abstieg ca. 90 m)

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

Tag 20

Aufstieg zum Hochlager

Bestens an die Höhe durch die vergangenen Tage akklimatisiert, wandern Sie heute über Geröllpassagen und Schnee/Eis (je nach Witterung) bis zum Moränenende des Chulu-Gletschers. Hier wird für das Hochlager (5350 m) aufgeschlagen. Der Blick auf die Bergwelt ist einmalig! Nach dem Abendessen geht es heute zeitig in den Schlafsack um gut erholt morgen den Gipfel zu besteigen. Übernachtung im Zelt /Gehzeit ca. 4 Stunden h /Aufstieg ca. 450 m)

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

Tag 21

Chulu Far East – Gipfeltag + Reservetag

Noch im Dunkeln und im Schein der Stirnlampen beginnen Sie mit dem Aufstieg zum Gipfel. Der Weg führt durch ein stellenweise ca. 40° steiles, fixseilversichertes Eis- oder Firncouloir hinauf zum Sattel ca. 5.600 m zwischen Chulu East- und Chulu Far East-Gipfel. Anschließend über den Südwest-Rücken mit einigen steileren Aufschwüngen hinauf zum Gipfel (6.059 m). Oben angekommen werden Sie mit einem atemberaubenden 360° Rundumblick über den Himalaya (Manaslu, Annapurna, Ganesh Himal und viele weitere Sieben- und Sechstausender) für die Mühen der letzten Stunden belohnt. Nach dem Gipfelfoto und einer entsprechenden Rast erfolgt dann der Abstieg über die Aufstiegsroute bis zum Basislager. Gesamtgehzeit ca. 10–11 Stunden/Übernachtung im Zelt.

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

Tag 22

Abstieg nach Humde und letzter Trekkingtag- Abschiedsparty

Nachdem alles verpackt wurde, erfolgt der lange Abstieg nach Humde (3280 m) auf der Annapurna-Runde. Der Weg führt über Yakalmen, vorbei am Chulu Khola und bis Julu mit seinen wasserbetrie-benen Gebetsmühlen; anschließend weiter bis nach Braga mit der sehenswerten Gompa über dem Dorf. Von hier ist es nun nur noch ein Katzensprung bis nach Humde im Marsyangdi-Tale. Dieses Bergdorf liegt eingebettet in eine wilde Landschaft inmitten der gewaltigen Wände von Ganggapurna und Annapurna III. Am Nachmittag haben Sie Zeit, durch den Ort mit seinen engen Gassen und klei-nen Geschäften zu schlendern. Am Abend kleine Abschiedsparty mit den Trägern und Begleitteam. Übernachtung Lodge. Gehzeit ca. 6-7 Stunden/Abstieg ca. 1.500 m

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

Tag 23

Beshi-Shahar und Verabschiedung

Peer Jeep geht es nun «entspannt und sitzend» ca. 85 km talauswärts bis nach Beshi-Shahar (840 m). Genießen Sie noch einmal die atemberaubende Landschaft mit seinen tiefen Schluchten, Wasserfäl-len und an an die Berghänge liegenden kleinen Ortschaften. Mit etwas Wetterglück sieht man noch einmal die steilen Eisriesen und hinter Koto dann aauch den Traumblick auf den Achttausender Manaslu. Aufgrund der Wegbeschaffenheit benötigt man dennoch ca. 6-8 h bevor Sie das fast subtropische Beshi-Shahar am Fuße der Annapurna-Gruppe erreichen. In Beshi-Shahar übernachten Sie zum letzten Mal in einer Lodge oder in einem einfachen Hotel. Über-nachtung in einer Lodge/einfaches Hotel / Fahrzeit ca. 6-8 Stunden

Verpflegung

Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

Tag 24

Rückfahrt in die Hauptstadt Kathmandu

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

Verpflegung

Frühstück, Abendbrot

Tag 25

Puffertag /Reservetag ansonsten freier Tag in Kathmandu

Der Tag dient als Reservetag für die Tour. Sollte dieser nicht benötigt wurden sein, haben Sie den Tag frei in Kathmandu. Genießen Sie den freien Tag für individuelle Besichtigungen, Einkaufen oder zum Relaxen z.B. in einem schönen Cafe.

Verpflegung

Frühstück, Abendbrot

Tag 26

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 (even-tuell Ankunft am gleichen Tag – abhängig von der jeweiligen Airline).

Verpflegung

Frühstück

Tag 27

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 (even-tuell Ankunft am gleichen Tag – abhängig von der jeweiligen Airline).

Verpflegung

Frühstück

Leistungen

Das ist inbegriffen

- 1 x Inlandsflüge Kathmandu - Pokhara in der Economy-Class in der Economy-Class inkl. Tax und Kerosin-zuschlägen (20 kg Freigepäck /5 kg Handgepäck)
- alle Transfers, Überland- und Besichtigungsfahrten lt. Programm in Privatfahrzeugen
- Übernachtung in Hotels (Kathmandu + Pokhara), während des Trekkings Übernachtung in in 2-Personen-Zelten und Lodgen (s. Tagesprogramm)
- Verpflegung: Vollpension während des Trekkings, ansonsten Frühstück (25x Frühstück / 21 x Mittagessen / 24 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 (inkl. Sonderpermit Mustang und Naar-Phu-Tal)
- Sonderpermit Mustang und Naar-Phu-Tal inklusive
- Besteigungspermit Saribung Peak & Chulu Far East
- Englischsprechender einh. Haupt-Bergführer und Trekkingguide
- Englischsprechender einh. Bergführer /Saribung Peak 4 Gäste = 1 Bergführer /Chulu Far East Peak 3 Gäste = 1 Bergführer
- Bergführerversicherung + inkl. Hubschrauberversicherung für den Bergführer
- Satellitentelefon
- Gepäcktransport während des Trekkings 25 kg 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)
- ☒ Rail & Fly 109,-Euro
- ☒ Visakosten ca. 50,- USD/ 45,- Euro
- ☒ fehlende Mahlzeiten und Getränke
- ☒ Trinkgelder inkl. für die Besteigung Bergführer (s. Infoblatt)
- ☒ individuelle Besichtigungen und Ausflüge
- ☒ Übergepäck
- ☒ Einzelzimmerzuschlag Hotels: 170,- Euro/ Einzelzeltzuschlag: 190,-Euro

Ihr AT-Guide: Johannes Lau

Über Johannes Lau

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.

Mo., 25.10.2027
bis Sa., 20.11.2027 • 27 Tage

5.290 € 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.

Über uns

Hinweis zu Reiseänderungen

Wir möchten ausdrücklich darauf hinweisen, dass es zu Verzögerungen, Routenänderungen oder Programmumstellungen kommen kann – bedingt durch ungünstige Verhältnisse, schlechtes Wetter, organisatorische Schwierigkeiten, Nationalparkregulierungen etc. Sie sollten daher Abenteuergeist mitbringen, verbunden mit der Bereitschaft auf Komfort zu verzichten und ggf. Toleranz und Geduld üben.

Bei einem vorzeitigen Abbruch einer Reise besteht kein Anspruch auf Kostenerstattung. Die dadurch zusätzlich anfallenden Kosten (Vorortpreise der Hotels, alle Transfers, u.a.m.) sind vom Reisenden selber zu tragen. AT Reisen übernimmt keine Haftung für die Funktionsfähigkeit der persönlichen Ausrüstung der Reiseteilnehmer. Dies gilt auch, soweit dieses Equipment durch die Reiseteilnehmer vor Ort geliehen/ gemietet wird.

Versicherungen

Wir empfehlen Ihnen die Reise-Rücktrittskosten-Versicherung bzw. die Reise-Rücktrittskosten-Versicherung inkl. Reiseabbruch-Versicherung der ERGO Versicherung. Dieses Paket mit RRV oder Rundum Sorglos Schutz können Sie als Einmalschutz oder als Jahresversicherung (meistens preiswerter) bis 30 Tage vor Abreise abschließen.

Gerne senden wir Ihnen den Link zu und stehen Ihnen beratend zur Seite. Infos und Abschluss unter: **https://www.at-reisen.de/reiseversicherung**.

Allgemeine Geschäftsbedingungen (AGB)

Für diese Reise gelten die AGB von AT REISEN GmbH. Diese finden Sie auf unserer Internetseite.

Veranstalter

AT REISEN GmbH Leipzig

Hinweis Kursschwankungen

Bei Erhöhung der Parkeintritte und anderer offizieller touristischer Gebühren im Reiseland ist eine Preisanpassung dieser Reise vorzunehmen. Leider können diese Erhöhungen jederzeit auch während des Jahres auftreten, auch nach Ihrer Buchung. Wir haben darauf keinen Einfluss und bitten um Ihr Verständnis. Bei erheblichen Kursschwankungen des Euros nach unten muss der Preis angepasst werden.



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
- [ ] (bei AT REISEN erhältlich)
- [ ] Packsack/ Schutzsack (70 bis 90 l) gegen Nässe und Staub (bei AT REISEN erhältlich)
- [ ] 1 Tagesrucksack ca. 30 – 40 Liter Volumen, auch als Handgepäck verwendbar
- [ ] Reisepass mit Passkopie
- [ ] 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) und ge-eignet für die Überschreitung des Saribung Passes (wärmeisoliert /Temperaturen bis –15°C und mehr!)
- [ ] 1 Paar Sport- oder Turnschuhe, Gamaschen
- [ ] 1 Goretexjacke wind- und wasserdicht / warme Daunenjacke für die Abendstunden und Besteigung
- [ ] Fleecepullover, Fleecejacke, lange Hosen, davon 1 Trekkinghose, Überhose wasserdicht
- [ ] kurze Hose, eventuell in Kathmandu oder an den ersten beiden Trekkingtagen
- [ ] 1 – 2 langärmlige Baumwollhemden, T-Shirts
- [ ] Funktionsunterwäsche, Socken, Trekkingsocken
- [ ] Wollmütze, warme Handschuhe (Fäustlinge gut/ Daunenhandschuhe)
- [ ] Waschzeug (in kleinen Dosierungen, Seife biologisch abbaubar), kleines Handtuch
- [ ] 1 Schlafsack (Daune oder Kunstfaser) bis -12°C im Komfortbereich tauglich. (bei AT REISEN erhältlich)
- [ ] 1x Isomatte (Thermarestmatte)
- [ ] 1 Stirnlampe mit Ersatzbatterien - LED Lampen (bei AT REISEN erhältlich)
- [ ] 1 Thermosflasche 1 Liter + 1 Blechflasche von SIGG 0,5 bis 1 Liter mit Thermomantel – besser aber 2 Thermos-flaschen! (insgesamt ca. 1,5-2 L) AT-Thermosflasche 1 Liter (bei AT REISEN erhältlich)
- [ ] 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)
- [ ] Waschmittel, biologisch abbaubar, Händedesinfektionsmittel (bei AT REISEN erhältlich)
- [ ] kleines Taschenmesser, Buch zum Lesen