Veranstalter dieser Reise:

Auf und Davon Reisen GmbH
Augustastr. 7
51643 Gummersbach
02261 50199-0

reisen@auf-und-davon-reisen.de

ASIEN: NEPAL

NEPAL - TREKKING IN HELAMBU & IM LANGTANG TAL

- Überquerung des 4.600 m hohen Gosaikund Passes
- Ausblicke auf die Himalaya Eisriesen
- Kathmandu und das Tal intensiv
- die heiligen Seen von Gosainkund

Die wunderbare Landschaft in Helambu und Langtang erwartet uns auf dieser Nepal Reise. Die Begegnung mit der ländlichen Kultur Nepals und den traditionellen nepalesischen Lebensweisen in einer so grandiosen Umgebung ist unvergesslich. Blühende Rhododendron-Wälder im Frühjahr, nepalesische Sherpadörfer, dichter Bergdschungel, malerisches Hochland und weitläufige Terrassenlandschaften, uralte Pilgerstätten wie die heiligen Seen von Gosaikund mit unbeschreiblich schönem Panorama auf die Eisgipfel des Himalaya sind nur einige der Höhepunkte dieser Nepal Reise. Die Reise nach Nepal ist geeignet für Wanderer mit guter Kondition und Ausdauer für täglich längere Gehzeiten bis zu 8 Stunden.

REISEDETAILS

1. - 15. Reisetag: Nepal Trekkingreise in Helambu & Langtang

1. Tag: Individuelle Anreise nach Kathmandu

(Gerne senden wir Ihnen ein passendes Flugangebot ab Ihrem Wunschflughafen)

2. Tag: Ankunft in Kathmandu

Nach dem Transfer zum Hotel haben wir Zeit für einen ersten Erkundungs-Spaziergang auf eigene Faust oder zum Ausruhen im Hotel. Die Hauptstadt von Nepal ist mit Ihren ca. 1,5 Mill.

Einwohnern die größte Stadt des Landes und kulturelles sowie politisches Zentrum Nepals. -/-/-

3. Tag: Erkundung des Kathmandu Tal´s

Die nächsten 2 Tage unserer Nepal Reise werden wir ausführlich nutzen, um die Vielseitigkeit des Kathmandu – Tals zu erkunden. Nach dem Frühstück geht es zu den beiden bedeutendsten Heiligtümern im Kathmandu Tal: Pashupatinath und Bodhnath. Die Bodhnath Stupa ist mit 40 Metern Höhe der größte Sakralbau dieser Art im gesamten Tal von Kathmandu und ein großer Anziehungspunkt zahlreicher buddhistischer Pilger in Nepal.
Der Pashupati Tempel im Nordosten von Kathmandu zählt dagegen zu den bedeutendsten hinduistischen heiligen Stätten und ist mit den bekannten Ghats am Ufer des Bagmati Flusses, an denen die Leichen öffentlich verbrannt werden, ein mystisch anmutender Ort. F/-/-

4. Tag: Kathmandu – Fahrt zum Startpunkt des Treks – Trek nach Chisapani

Heute beginnt endlich der aktive Teil unserer Nepal Wanderreise! Zunächst fahren wir von Kathmandu nach Sundarijal (1.400 m). Dann werden die Wanderschuhe geschnürt, das Tagesgepäck geschultert und es geht los!
Unsere erste Wanderetappe führt uns zunächst stetig bergan am Fluss Bagmati entlang über Mulkharka (1.855 m) und Borlang Bhanjyang (2.430 m) bis Chisapani (2.194 m). Die letzten rund 2 km können wir gemütlich bergab rollen lassen. Die Strecke führt uns über kleine Wanderpfade durch dichten Wald.
Wanderung: ca. 10 km, ca. 6 Std. / +1040/-270Hm. Übernachtung in einer einfachen Lodge. F/M/A

5. Tag: Chisapani – Trek nach Kutumsang

Über Pati Banjyang (1.830 m) und Chipling (2.170 m) führt unsere Wanderung heute bis Kutumsang (2.446 m). Dabei können wir linker Hand immer häufiger die ersten tollen Ausblicke genießen, denn der Wald lichtet sich nun zusehends.
Wanderung: ca. 16 km, ca. 7-8 Std. / +1260/-940Hm. Übernachtung in einer einfachen Lodge. F/M/A

6. Tag: Kutumsang - Trek nach Gopte

Wir wandern über den nepalesischen Ort Manghekot (3.420 m) über den Thadepati Pass (3.690 m) bis Thadepati (3.597 m) bis wir schließlich Gopte (3.440 m) erreichen.
Wanderung: ca.14 km, ca. 6-7 Std. / +1340/-430Hm. Übernachtung in einer einfachen Lodge. F/M/A

7. Tag: Gopte – Trek nach Gosaikund & Besuch der heiligen Seen

Die Luft auf unserer Nepal Reise wir allmählich dünner, doch die fantastische Hochgebirgslandschaft mit ihren blühenden Rhododendron-Wäldern im Frühjahr lässt uns die Anstrengungen –fast- vergessen.
Nachdem wir am höchsten Punkt unserer Wanderreise in Nepal, den Laurebinia Pass (4.600 m) beim Phedi High Camp, hinter uns gelassen haben, erreichen wir nach weiteren 2 km auch schon das heutige Tagesziel: Gosainkund (4.165 m).
Der einzigartige Panoramaweg zu den heiligen Seen von Gosainkund (Gosain Kunda) bietet herrliche Ausblicke auf Annapurna, Manaslu, Ganesh-Himal und natürlich die Langtang-Gruppe.

Wanderung: ca. 11 km, ca. 6-7 Std. / +1380/-370Hm. Übernachtung in einer einfachen Lodge. F/M/A

8. Tag: Gosaikund - Trek nach Syabru

Heute steigen wir ab über Laurebinia (3.910 m) und Shin Gompa (3.250 m) bis nach Syabru (2.250 m). Dabei tauchen wir nur wenige Kilometer hinter Gosainkund schon wieder dichten Wald ein, der trotzdem immer wieder den Blick freigibt auf die uns umgebenden Berge.
Wanderung: ca. 16 km, ca. 7 Std. / +60/-2240Hm. Übernachtung in einer einfachen Lodge. F/M/A

9. Tag: Syabru - Trek nach Lama Hotel

Stetig bergab führt uns die heutige Wanderetappe zum Fluss Langtang Khola, den wir nach rund 3,5km erreichen. Während der Fluss sich tosend bergab stürzt, beginnen wir mit dem Aufstieg nach Lama Hotel (2.500 m).
Wanderung: ca. 10 km, ca. 5-6 Std. / +740/-420Hm. Übernachtung in einer einfachen Lodge. F/M/A

10. Tag: Lama - Trek nach Langtang

Wir wandern über Thomna (2.790 m) und Chyamki (3.230 m) bis nach Langtang (3.490 m). Da wir kurz vor Lama am gestrigen Tag den Langtang Khola überquert haben, Wandern wir heute auf der linken Flussseite stetig bergauf bis nach Langtang. Immer wieder können wir unglaublich schöne Aussichten auf das Langtang Valley genießen.
Wanderung: ca. 11,5 km, ca. 5-6 Std. / +1000/-50Hm. Übernachtung in einer einfachen Lodge. F/M/A

11. Tag: Langtang - Trek nach Kyanjing Gompa

Über Yamphu (3.640 m) erreichen wir mit der Gompa Kyanjing einen kleinen nepalesischen Tempel auf 3.900 m Höhe nahe der tibetischen Grenze, am Rande eines herrlichen Hochtals gelegen. Hier lassen wir uns Zeit, um das Kloster zu besichtigen.
Wanderung: ca. 7 km, ca. 3 Std. / +420/-10Hm. Übernachtung in einer einfachen Lodge. F/M/A

12. Tag: Kyanjing Gompa – Freizeit - Trek zurück nach Langtang

Den Vormittag können wir zur freien Verfügung nutzen und zum Beispiel eine Wanderung auf den Lower Kyanjin Ri (4300m) und den Kyanjin Ri (4604m) unternehmen.
Im Anschluss geht es zurück nach Langtang, immer mit der fantastischen Aussicht auf die Sechs- und Siebentausender Eisriesen Nepals ringsherum und egal, wie lange wir die Berge anschauen, es wird einfach nie langweilig!
Wanderung (ohne optionale Treks am Vormittag): ca. 7 km, ca. 3 Std. / +10/-420Hm. Übernachtung in einer einfachen Lodge. F/M/A

13. Tag: Langtang - Trek nach Syabrubensi

Weiter talabwärts gelangen wir über Rimche (2.455 m) und Sherpa Gaon (2.563 m) nach Syabrubensi (1.450m). Inmitten grüner Reisterrassen liegt dieses nepalesische Dorf am ehemaligen Handelsweg von Nepal nach Tibet. Die letzte Etappe unseres Trekkings in Nepal ist auch gleichzeitig die längste, doch ab morgen können wir die Wanderschuhe schon wieder

einpacken.
Wanderung: ca. 22 km, ca. 8 Std. / +60/-2030Hm. Übernachtung in einer einfachen Lodge. F/M/A

14. Tag: Syabrubensi – Fahrt nach Kathmandu

Auf der recht langen Rückfahrt von Syabrubensi nach Kathmandu können wir ein letztes Mal die Blicke aus dem Autofenster schweifen lassen und das Panorama des Himalayas in uns aufsaugen. Zurück in Kathmandu verbleibt uns noch ein wenig Zeit, um auf eigene Faust Stadt und Umgebung zu erkunden oder einfach nur die Seele baumeln zu lassen. F/-/-

15. Tag: Kathmandu - Individueller Rückflug nach Deutschland

Je nach gebuchtem Flug werden wir im Laufe des Tages zum Flughafen in Kathmandu gebracht und fliegen zurück nach Deutschland. F/-/- (Check Out bis 12Uhr)

Weitere Nepal Reisen finden Sie hier in unserer Nepal Reisen Übersicht.

TERMINE UND PREISE			
von	bis	Plätze	Preis in €
22.02.2025	08.03.2025	✗	1.395 €
18.10.2025	01.11.2025	✔	1.395 €
21.02.2026	07.03.2026	✔	1.395 €

Viele = ✔ Wenige = ! keine = ✗

LEISTUNGEN

- alle Fahrten im privaten, nicht klimatisierten Fahrzeug
- 3 ÜN in landestypischen Mittelklassehotels im DZ
- Besichtigungen inkl. Eintrittsgelder
- örtl. deutschsprachige Reiseleitung im Kathmandu-Tal
- Mahlzeiten: 13x F,10x M,10x A
- 10 ÜN in einfachen Lodges / Gästehäusern während des Trekkings
- örtl. deutschsprachiger Trekkingguide
- Tragtiere/Träger
- Trekkingpermit

ZUSATZLEISTUNGEN

- Einzelzimmerzuschlag (145 €)
  kein Einzelzimmer während des Trekkings möglich
- Rail & Fly Ticket der deutschen Bahn, 2. Klasse, ab/an allen deutschen Bahnhöfen (95 €)

NICHT ENTHALTENE LEISTUNGEN

- Einzelzimmerzuschlag: 145,- € (kein Einzelzimmer während des Trekkings möglich)
- Internationale Flüge ab/an Deutschland, Österreich, Schweiz (auf Anfrage über uns buchbar)
- alle nicht genannten Mahlzeiten & Getränke
- Trinkgelder und persönliche Ausgaben
- Visa-Gebühr Nepal z. Zt. 40,-€
- Ausreisegebühr Nepal z. Zt. 15,-€
- Rail & Fly Ticket 95,- €

TEILNEHMER/INNEN

Mindestanzahl von Personen: 6
Maximalanzahl von Personen: 12

ATMOSFAIR

nachdenken • klimabewusst reisen
atmosfair

NEUE ENERGIE FÜR NEPAL: Helfen Sie das Klima zu schützen! Beim Hin- und Rückflug für eine Person nach Nepal entstehen klimarelevante Emissionen in Höhe von **4063 kg**. Durch einen freiwilligen Beitrag von **94 €** unterstützen Sie unser engagiertes Klimaschutzprojekt **NEUE ENERGIE FÜR NEPAL** und tragen so zur Entlastung unseres Klimas aktiv bei.

ZAHLUNGSMODALITÄTEN

- Höhe der Anzahlung in Prozent des Reisepreises: 20%
- Fälligkeit der Restzahlung: 30 Tage vor Reisebeginn
- Sofern bei der Reise eine Mindestteilnehmerzahl ausgeschrieben ist, ist bei Nichterreichen der Mindestteilnehmerzahl ein Rücktritt vom Reisevertrag seitens des Veranstalters bis spätestens 30 vor Reisebeginn möglich.

WEITERE INFOS

Programmhinweise

- Anforderung: Gute Kondition für ein mittelschweres Lodgetrekking mit Höhenunterschieden von bis zu 1.000 m an einigen Tagen und steilen Auf- und Abstiegen und Gehzeiten von bis zu 8 Stunden täglich. Nicht geeignet für Menschen mit eingeschränkter Mobilität.

Privatreisen & Verlängerungsmöglichkeiten

Neben den oben angegebenen festen Gruppenreiseterminen bieten wir diese Reise auch ab 2

Teilnehmern zum individuellen Wunschtermin an; gerne stellen wir Ihnen auch Ihre Wunschreise mit einem geänderten Reiseverlauf zusammen. Gerne stellen wir Ihnen auch noch ein individuelles Vor- oder Verlängerungsprogramm z.B. mit zusätzlichen Tagen in Kathmandu oder Pokhara, Himalayasicht in Dhulikhel oder Nagarkot, Dschungelsafari in den Chitwan Nationalpark, nach Tibet, Bhutan oder Indien zusammen. Sprechen Sie uns einfach an!

Alle Fragen zur Ausschreibung beantwortet Ihnen der jeweilige Veranstalter unter den oben aufgeführten Kontaktdaten, der für die Angaben und Informationen zur Reise verantwortlich ist.