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 - IM ANGESICHT DER 8.000ER

- auf alten Handelspfaden zum Gokyo Ri
- Ausblicke auf die Eisriesen des Himalaya
- Klöster in der Everest Region
- 2 Panoramaflüge entlang des Himalaya
- Kathmandu und das Kathmandu-Tal

Auf den Spuren der Pilger erreichen wir auf dieser Nepal Reise die bedeutendsten Klöster der Region und wandern auf alten nepalesischen Karawanenwegen durch das urwüchsige Sherpaland, den „Hochsitz der Götter“. Der höchste Punkt unserer Nepal Reise und einer der schönsten Aussichtsgipfel im Solo Khumbu, ist der 5.360 m hohe Gokyo Ri mit seinem grandiosen Panorama auf die umliegende Gletscherwelt Nepals und die Eisriesen des Cho Oyu, Makalu, Lhotse, Nuptse und des Mt. Everest. Eine Nepal Reise mit genügend Zeit für die Akklimatisierung an größere Höhenlagen, für ambitionierte Wanderer mit Ausdauer für Tagesetappen mit Gehzeiten zwischen 4 und 7 Stunden während des 15-tägigen Nepal Trekkings durch die Mount Everest Region.

REISEDETAILS

1. - 21. Reisetag: Nepal Wanderreise "Im Angesicht der 8.000er"

1. Tag: Individuelle Anreise nach Kathmandu
(Gerne senden wir Ihnen ein passendes Flugangebot ab Ihrem Wunschflughafen)

2. Tag: Ankunft in Kathmandu
Nach Ankunft in Kathmandu und dem Transfer zum Hotel haben wir Zeit für erste Entdeckungen

in Eigenregie. Unser Hotel liegt im Thamel Viertel von Kathmandu. -/-/-

3. Tag: Erkundung des Kathmandu Tal´s

Den heutigen Tag werden wir ausführlich nutzen, um die Vielseitigkeit des Kathmandu Tals zu erkunden. Nach dem Frühstück geht es zu den beiden bedeutendsten Heiligtümern im Tal von Kathmandu: Pashupatinath und Bodhnath. Die Bodhnath Stupa ist mit 40 Metern Höhe der größte Sakralbau dieser Art im gesamten Tal und Anziehungspunkt zahlreicher buddhistischer Pilger. Der Pashupatinath Tempel im Nordosten Kathmandus zählt hingegen zu den bedeutendsten hinduistischen Heiligtümern und ist mit seinen sogenannten Ghats am Ufer der Bagmati. F/-/-

4. Tag: Kathmandu – Flug nach Lukla – Start des Treks nach Phakding

Ein vom Wetter abhängiger Flug führt uns auf unserer Nepal Reise von Kathmandu nach Lukla (2.850 m). Hier treffen wir auf unsere Begleitmannschaft aus einheimischen Sherpas und dem Trekkingguide. Gemeinsam machen wir uns gleich auf den Weg und wandern nach Phakding (2.610 m / 9 km, ca. 3 Std.) F/M/A

5. Tag: Phakding – Trek nach Namche Bazar

Durch idyllische, typisch nepalesische Terrassenlandschaften und vorbei an malerischen Bergdörfern wie Monjo (2835m) und Jorsale (2740m) erreichen wir am Nachmittag Namche Bazar (3.440 m / 13 km, ca. 5 Std.) F/M/A

6. Tag: Namche Bazar – Tag zur freien Verfügung

Den heutigen Tag haben wir zur Akklimatisierung zur freien Verfügung. Wer mag, kann an einem Wanderausflug nach Khumjung (3.750m) teilnehmen und einen tollen Blick auf die Berge Kangtega und Thamserku sowie die Amadablam genießen (13 km / ca. 4 Std). F/M/A

7. Tag: Namche Bazar - Trek nach Thame

Am Morgen wandern wir über Phurte (3390m) und Thamo (3493m) bis nach Thame (3.940 m), das wir nach 13km und ca. 4 Stunden erreichen. F/M/A

8. Tag: Thame - Trek nach Khunde

Bevor wir uns heute wieder auf die Socken machen, besuchen wir noch das örtliche Kloster. Im Anschluss wandern wir bis nach Khunde (3.750 m). (Ca. 12 km, ca. 6 Std.) F/M/A

9. Tag: Khunde - Trek nach Dole

Wir knacken die 4000er Marke! Entlang des Dudh Kosi Tales wandern wir heute über Phortse Thenga (3.680m) weiter bis Dole (4.100m) und genießen zum ersten Mal den Anblick des Achttausenders Cho Oyu und des Gyanchung Kang (7.922 m). Ca. 11 km, ca. 5-6 Std. F/M/A

10. Tag: Dole - Trek nach Machhermo

Heute erwartet und auf unserer Trekkingreise nach Nepal eine etwas kürzere Etappe. Die Wanderung führt uns nach Machhermo (4.460 m), das wir schon gegen Mittag erreichen sollten. Ca. 9 km, ca. 3 Std. F/M/A

11. Tag: Machhermo - Trek nach Gokyo

Vorbei am Ngozumba-Gletscher geht es heute in das Hochtal von Gokyo (4.790 m). Ca. 12 km, ca. 4 Std F/M/A

12. Tag: Gokyo – Trek auf zum Gipfel des Gokyo Ri oder Ruhetag

Heute haben wir die Möglichkeit, einen Ruhetag einzulegen.
Wer noch Körner übrig hat, kann den Tag alternativ zum Gipfelsturm auf den Gokyo Peak (5.360 m) nutzen. Hier bietet sich ein Panorama mit gleich vier Achttausendern, dem mächtigen Cho Oyu (8.201 m), Mt. Everest (8.848 m), Lhotse (8.516 m) und Makalu (8.475 m). Ca. 8 km, ca. 4 Std. F/M/A

13. Tag: Gokyo – Freizeit - Trek nach Nah

Den Vormittag können wir frei nach unseren Wünschen gestalten, die Seele baumeln lassen oder z.b. eine Wanderung zum 4. und 5. See unternehmen. Anschließend wandern wir am Nachmittag gemeinsam über Gyazumba Tso (5050m) nach Nah (4.440 m). Ca. 13 km, ca. 6-7 Std. F/M/A

14. Tag: Nah – Trek nach Phortse

Auf der anderen Seite des Dudh Kosi Tales wandern wir zurück bis zum Sherpa-Dorf Phortse (3.810 m). Ca. 12 km, ca. 6-7 Std. F/M/A

15. Tag: Phortse – Trek nach Tengboche

Eine weitere Etappe führt uns heute nach Tengboche (3.860 m) – hier besuchen wir das gleichnamige Kloster. Es ist eines der bedeutendsten Klöster in der Mount Everest Region und mit seiner malerischen Lage zu Füßen der Amadablam sicher einer der schönsten Plätze in Nepal. Ca. 9 km, ca. 6-7 Std. F/M/A

16. Tag: Tengboche - Ausflüge in die Umgebung oder Freizeit

Den heutigen Tag unserer spannenden Nepal Wanderreise können wir entweder zur freien Verfügung nutzen und die Füße hochlegen. Oder wir unternehmen z.b. eine zusätzliche Wanderung.
Hierbei wird z.b. der Aufstieg entlang eines Berggrates mit einem traumhaften Blick in Richtung Mount Everest, Lhotse und auf die zahlreichen weiteren Eisriesen belohnt. F/M/A

17. Tag: Tengboche – Trek nach Namche Bazar

Der Weg nach Namche Bazar führt uns auf unserem Nepal Trekking zunächst hinunter in das fast 600m tiefer gelegene Dudh Kosi Tal und auf der anderen Seite gleich wieder rund 400m bergauf, bis wir schliesslich Namche Bazar (3440m) erreichen. Ca. 8 km, ca. 4 Std. F/M/A

18. Tag: Namche Bazar – Wanderung zurück nach Lukla

Und dann steht auch schon wieder die letzte Etappe unserer Nepal Trekking Reise an! In stetigem bergauf und ab führt uns die Wanderung über die spektakuläre Larja Brücke, über Monjo (2835m) und Phakding (2610m) bis in das schon bekannte Lukla. (17 km, ca. 7 Std.) F/M/A

19. Tag: Lukla – Flug nach Kathmandu

Ein fantastischer Panoramaflug entlang des Himalaya-Hauptkammes bringt uns heute zurück nach Kathmandu (witterungsabhängig). Den Rest des Tages können wir frei gestalten. F/-/-

20. Tag: Kathmandu – weitere Besichtigungen & Freizeit

Wir werden heute am Vormittag zu Fuß aufbrechen, um uns die legendäre Swayambunath Stupa und den Dubar Square anzuschauen. Den Nachmittag haben wir zur freien Verfügung. F/-/-

21. Tag: Kathmandu – Individueller Rückflug nach Deutschland

Wir werden zum Flughafen in Kathmandu gebracht und fliegen zurück nach Deutschland. -/-/-

Wichtiger Hinweis: Die Flüge nach/von Lukla sind sehr stark witterungsabhängig. Daher haben wir am Ende der Reise genügend Puffertage in Kathmandu eingeplant um im Falle des Falles flexibel reagieren zu können, sollte der Hin- oder Rückflug sich verschieben.

Wenn Sie diese Nepal Reise interessiert können wir Ihnen alternativ auch unsere Nepal Reise "Im Land der Sherpas" empfehlen.

Allgemeine Informationen zu Nepal Reisen, zur Einreise nach Nepal usw. finden Sie hier.

TERMINE UND PREISE			
von	bis	Plätze	Preis in €
08.02.2025	28.02.2025	✗	2.195 €
08.03.2025	28.03.2025	✗	2.195 €
18.10.2025	07.11.2025	✔	2.195 €
15.11.2025	05.12.2025	✔	2.195 €
07.02.2026	27.02.2026	✔	2.195 €
07.03.2026	27.03.2026	✔	2.195 €

Viele = ✔ Wenige = ! keine = ✗

LEISTUNGEN

- alle Fahrten im privaten, nicht klimatisierten Fahrzeug
- Inlandsflug Pokhara - Kathmandu (Economy; inkl. 15kg Gepäck)
- 4 ÜN in landestypischen Mittelklassehotels im DZ
- Besichtigungen inkl. Eintrittsgelder
- örtl. deutschsprachige Reiseleitung im Kathmandu-Tal
- Mahlzeiten: 19x F, 15x M, 15x A
- während des Trekkings: 15 ÜN in einfachen Lodges / Gästehäusern
- örtl. deutschsprachiger Trekkingguide
- Tragtiere/Träger
- Trekkingpermit

ZUSATZLEISTUNGEN

- Einzelzimmerzuschlag (200 €)
  kein Einzelzimmer während des Trekkings möglich
- Rail & Fly Ticket der deutschen Bahn, 2. Klasse, ab/an allen deutschen Bahnhöfen (95 €)

NICHT ENTHALTENE LEISTUNGEN

- Einzelzimmerzuschlag: 200,- € (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: Normale bis gute Kondition für ein mittelschweres Lodgretrekking mit vergleichsweise kurzen Tagesetappen von 4-7 Stunden. 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.