



ASIEN: NEPAL

NEPAL – MANASLU LODGE-TREK

- > 13-tägiges Trekking (6 - 9 Std. täglich)
- > Auf einer kontrastreichen Route den Eisriesen Manaslu umrunden
- > Am Larkya-Pass den Rundblick auf die umliegenden Bergketten genießen
- > Von subtropischen Wäldern bis in das vergletscherte Hochgebirge wandern
- > Unterwegs in den Dörfern den starken Einfluss der tibetischen Kultur spüren
- > Fakultativ: Vorbei am Birendra-See zum Manaslu-Basislager (4.850 m) aufsteigen
- > Mit lokaler Crew trekken und durch Lodgeübernachtungen örtliche Gemeinden fördern

Wie ein weißer Pfeil ragt die Doppelspitze des Manaslu in den dunkelblauen Himmel. Buddhistische Gedenkschreine mit vergoldeten Spitzen und sorgsam aufgeschichtete Steinplatten mit dem eingemeißelten Mantra „Om mani padme hum“ weisen den Weg rund um den „Berg der Seele“. Links und rechts auf den Feldern werden Mais und Getreide angebaut. Frauen in bunten Saris und beladene Maultiere nutzen den alten Handelspfad, auf dem einst die Yak-Karawanen Holz nach Tibet brachten und mit Salz zurückkehrten. Wir wandern vom Dorf Soti Khola aus durch fruchtbare Reisterrassen, folgen dem Pfad entlang des Buri-Gandaki-Flusses und begegnen dabei immer wieder grasenden Yaks. Monotoner Gesang von Mönchen lockt uns ins Innere eines Klosters und offenbart uns Geheimnisse der tibetischen Kultur. Die Grenze in das Nachbarland Tibet ist von hier nur einen Steinwurf entfernt. Auf unserem Weg wechselt die Vegetation von Rhododendron- und Bambuswäldern mit weißen Orchideen zu Fichten- und Tannenwäldern mit dichtem Unterholz. Im Hintergrund scheinen der Schnee und das ewige Eis des Singri-Gletschers fast unwirklich. Plötzlich dringt das Geräusch der im Wind flatternden Gebetsfahnen an unser Ohr, dann erblicken auch unsere Augen das bunte Gewirr aus Fähnchen: Wir stehen am Pass, dem 5.105 m hohen Larkya-Pass, und staunen über das grandiose Bergpanorama. Über die malerischen Gurung-Dörfer im Tal des Dudh Kosi erreichen wir schließlich das Marsyangdi-Tal, das Ende unseres Treks. Der Geist des Manaslu mit seinem majestätischen Gipfel begleitet uns zurück nach Kathmandu – und sicher auch bis in die Heimat.

Profil: Die Trekkingroute rund um den Manaslu ist ohne Inlandsflüge zu erreichen und wird geprägt von spektakulären Bergpanoramen, abwechslungsreicher Vegetation und ursprünglichen Dörfern. Im Fokus dabei stets der Manaslu, der achthöchste Berg der Welt. Anforderung: Voraussetzung für diese Reise sind Kondition und Ausdauer für Wanderungen mit bis zu 10 Std. Gehzeit auf unbefestigten Wegen. Diese führen teilweise über ausgesetzte Bergpfade, für die Schwindelfreiheit und Trittsicherheit vorausgesetzt werden. Für die Überschreitung des 5.105 m

hohen Larkya La sind bei ungünstigen Verhältnissen bis zu 12 Stunden nötig und für 2 bis 3 Stunden werden Grödeln/Leichtsteigeisen benötigt. Besonders im Frühjahr ist mit erschwerten Bedingungen durch wechselnde Schneeverhältnisse zu rechnen. Es können keine Trekking-Etappen ausgelassen werden. Durch ungünstige Witterungsbedingungen und je nach Kondition der Gruppe können sich die Gehzeiten verlängern, die Trekking-Etappen werden aber regelmäßig durch erholsame Pausen unterbrochen. Höhe: Aufgrund des Aufenthalts in Höhenlagen über 2.500 m besteht die Möglichkeit der Höhenkrankheit (AMS). Symptome reichen von Kopfschmerzen und Schwindel bis hin zu bedrohlichen Hirn- oder Lungenödemen. Um die Gefahr zu verringern, ist der Reiseverlauf so konzipiert, dass während der Reise stets genügend Zeit zur Anpassung gegeben ist und der Körper sich an die veränderten Verhältnisse gewöhnen kann. Dazu gehört langsames und stetiges Gehen sowie die Aufnahme von ausreichend Flüssigkeit. Trotz sorgfältiger Planung unserer Reiserouten bedeutet der Aufenthalt in Höhenlagen eine Belastung für den Körper. Sollten Sie diesbezüglich Bedenken haben, melden Sie sich gerne jederzeit direkt bei uns. Insbesondere bei Vorerkrankungen empfehlen wir Ihnen, rechtzeitig vor der geplanten Reise Ihren Hausarzt zu konsultieren. Bei Interesse können wir Ihnen außerdem das Hypoxicum in München empfehlen. Das Institut für Höhentraining bietet neben einem Höhenverträglichkeitstest die Möglichkeit, sich mittels individueller Trainingspläne auf einen Aufenthalt in großer Höhe vorzubereiten. Kontakt und Information: Institut für Höhentraining – Hypoxicum München, Inhaber Flavio Mannhardt, Spiegelstr. 9, 81241 München, Tel.: 089 551 356 20, E-Mail: info@hypoxicum.de, Website: www.hypoxicum.de Weitere Informationen zum Thema Höhe finden Sie unter www.hauser-exkursionen.de/reiseinfos/hoeh-e-auf-reisen. Unterbringung: Wir übernachten in Kathmandu und Bandipur in Mittelklassehotels. Alle Zimmer verfügen über ein Badezimmer. Während des Trekkings sind wir in einfachen, zweckmäßigen Lodges untergebracht. Mit Ausnahme der Lodge in Dharamsala, welche über Mehrbettzimmer verfügt, bieten alle Lodges Zimmer mit zwei Betten (mit Matratze und Kopfkissen). Die sanitären Einrichtungen befinden sich in der Regel auf dem Gang oder auch etwas abseits der Unterkunft im Hof. Dabei handelt es sich meist um Trocken-WCs und Gemeinschaftsduschen (warmes Wasser gegen Gebühr). Toilettenpapier ist nicht vorhanden. Fließend kaltes Wasser ist verfügbar, in großen Höhen werden auch Schüsseln mit erwärmten Wasser bereitgestellt. Die Lodges sind nicht isoliert und die Zimmer nicht beheizt, zusätzliche Decken sind meist erhältlich. Gerade in großer Höhe kann es ab abends bis morgens früh empfindlich kalt werden. Im Hauptgebäude der Lodges befindet sich der Speise-/Aufenthaltsraum, der mittels Ofen beheizt werden kann. Dieser wird in der Regel nur abends ab etwa 18 Uhr angefeuert, da Brennmaterial nur begrenzt zur Verfügung steht. Der Einzelzimmerzuschlag bezieht sich nur auf die Übernachtungen im Hotel. Die Kapazitäten in den Lodges während des Trekkings sind begrenzt, daher können Einzelzimmer nicht garantiert werden. Verpflegung: Bei dieser Reise ist Frühstück inkludiert, während des Trekkings auch Mittag- und Abendessen. In den Städten essen wir in den Unterkünften oder kehren in traditionellen Gaststätten ein. Während des Trekkings essen wir in den Lodges. Zum Frühstück gibt es Toast/tibetisches Brot, Marmelade, Porridge (warmer Haferbrei), Müsli, Eier (Rühr- oder Spiegelei) oder Pfannkuchen. Mittags und abends Dhal Bhat (Linsensuppe mit Reis und verschiedenes Gemüse), Suppe oder Nudelgerichte. Zu allen Mahlzeiten wird Tee in wechselnden Varianten serviert. Für während den Wanderungen ist in den Lodges abgekochtes Wasser zum Abfüllen in das eigene Trinkgefäß zu erwerben. Die Kosten für in den Lodges zu erwerbende Leistungen steigen mit zunehmender Höhe an. So kostet 1 Liter abgekochtes Wasser in mit

Straßen verbundenen, niedrigen Lagen ca. 100 NPR und in höheren Lagen ca. 200 bis 350 NPR. Identisch verhält sich dies für die Inanspruchnahme von heißem Wasser zum Duschen, die Nutzung von Strom und WLAN (in höheren Lagen ca. 100 bis 200 NPR pro Stunde) sowie für allgemeine Verpflegung und Verbrauchsgegenstände wie Toilettenpapier. Bei Lebensmittelunverträglichkeiten bitten wir Sie, sich selbst um entsprechendes Essen zu kümmern. Vegetarisches Essen ist möglich, veganes Essen leider nicht umsetzbar. Wir bitten um Verständnis! Nachhaltigkeit: Auf dieser Reise werden Sie von Menschen begleitet, die Ihr Gepäck und andere notwendige Ausrüstungsgegenstände tragen. Für die Träger haben wir die Hauser Porter Policy erarbeitet, die sicherstellt, dass die Arbeitsbedingungen für diesen Berufsstand menschenwürdig und fair sind. Wir möchten, dass Ihre Träger gut ausgestattet, im Krankheitsfall medizinisch versorgt und gegen Verdienstaustausch versichert sind, dass das Tragegewicht beschränkt ist und geeignete Unterkünfte und eine angemessene Verpflegung während des Treks zur Verfügung gestellt werden. Wenn Sie mehr zum Thema „Menschenrechte auf Reisen“ wissen möchten, finden Sie dies auf unserer Website unter <https://www.hauser-exkursionen.de/go-green/menschenrechte>. Stromversorgung: In einzelnen Lodges stehen Steckdosen (Typ C) zum Aufladen von Elektrogeräten zur Verfügung (tlw. gegen Gebühr). Periodische Stromausfälle beeinflussen die Verfügbarkeit. Je nach Strombedarf empfiehlt sich die Mitnahme eines externen Akkus (Powerbank). Gastgeschenke: Es hat sich als nette Geste bei unseren Trekkings eingebürgert, der Begleitmannschaft nach dem Trekking nicht mehr benötigte, aber noch gut erhaltene Kleidung zu schenken. Ihre Reiseleitung kann für den Abschiedsabend mit der Begleitmannschaft eine Verlosung organisieren, damit eine faire Verteilung gewährleistet ist. Die Freude ist auch groß über Gastgeschenke für Frauen und Kinder der Teammitglieder. Für Kinder eignen sich z.B. Malkreide, Buntstifte, Malblöcke, kleine Spiele, Haarschmuck für Mädchen, Mützen oder Kappen für Jungs. Bitte verzichten Sie unbedingt auf Süßigkeiten als Geschenk und verschenken Sie unterwegs nichts wahllos, da so insbesondere Kinder zum Betteln erzogen werden könnten. Respekt: Respekt ist in unbekanntem Kulturkreisen besonders wichtig und sollte für alle Teilnehmer selbstverständlich sein und wir bitten um taktvolles Verhalten gegenüber der einheimischen Bevölkerung.



REISEDETAILS

1. Reisetag: Anreise nach Nepal

Flug nach Kathmandu mit Ankunft am nächsten Tag.

2. Reisetag: Ankunft in Kathmandu

Ankunft in Kathmandu und Transfer mit unserer örtlichen Hauser-Reiseleitung zum Hotel in Kathmandu. Je nach Ankunftszeit ist Gelegenheit zum Ausruhen und zu einem ersten Stadtbummel durch die Altstadt von Kathmandu. Die Hotelzimmer stehen eventuell erst ab mittags zur Verfügung. Beim gemeinsamen Abendessen besprechen wir die Unternehmungen der folgenden Tage.

Fahrzeit: ca. 00:30 Std. | Fahrstrecke: ca. 6 km | Unterkunft: Hotel Malla in Kathmandu |
Verpflegung: A

3. Reisetag: Fahrt über Arughat nach Machha Khola

Heute fahren wir in das Städtchen Arughat, dem größten Ort im Buri Gandaki-Tal. Wir überqueren den 1.500 m hohen Thankot-Pass und folgen den Serpentine hinab ins Trisuli-Tal. Nun geht es ein Stück am Fluss entlang, dann über Dading Besi an den Buri Gandaki (Gandaki = Tal, Schlucht) und schließlich nach Arughat. Auf der Fahrt, vorbei an Dörfern und Terrassenfeldern, sehen wir bei gutem Wetter bereits die Bergketten von Ganesh, Manaslu und Annapurna am Horizont. Von Arughat (ca. 550 m) fahren wir ca. 25 km bis zu unserer Lodge im Dorf Machha Khola (870 m). In stetigem Auf und Ab geht es am Fluss entlang und durch Dörfer der Volksgruppen der Magar und Newar. Weizen und Reisterrassen säumen den Weg, sogar eine Zuckerrohrplantage gibt es dort. Beim letzten, etwas größeren Ort Arkhet leuchten in der Ferne die Schneefelder der Gletscher des Ganesh Himal.

Fahrzeit: ca. 08:30 Std. | Fahrstrecke: ca. 150 km | Unterkunft: Larke Peak Hotel in Machha Khola |
Verpflegung: F, M, A

4. Reisetag: Start des Trekkings und Wanderung über Doban nach Jagat

Wir beginnen unser Trekking. Oberhalb des Tales geht es teils durch Wälder, in denen wir mit etwas Glück Languren beobachten können. Am Talboden erreichen wir die heißen Quellen in Tatopani und später den Ort Doban (1.070 m). Auf den Feldern werden Mais und Getreide angebaut. In der engen Schlucht des Buri Gandaki führt der Weg oberhalb des tosenden Wassers entlang, bevor das Tal sich dann wieder plötzlich öffnet und breiter wird. Durch diese kontrastreiche Landschaft geht es weiter bis zu den Häusern von Jagat (1.340 m).

Gehzeit: ca. 07:00-08:00 Std. | Gehstrecke: ca. 17 km | Aufstieg: 980 m | Abstieg: 500 m |
Unterkunft: Rubinala Hotel in Jagat | Verpflegung: F, M, A

5. Reisetag: Wanderung über Philim nach Ekle Bhatti

Nach dem ersten recht langen Trekkings-tag, ist die heutige Etappe etwas kürzer. An den ersten Manimauern (Gebetsmauern) und Tschörten (Schreinen) erkennen wir, dass wir ins Siedlungsgebiet der Tamang gelangen, die Anhänger des tibetischen Buddhismus sind. Ausblicke auf den Sringi Himal und Ganesh Himal bieten sich uns unterwegs nach Philim und weiter bis nach Ekle Bhatti (1.600 m), unserem Tagesziel.

Gehzeit: ca. 03:00-04:00 Std. | Gehstrecke: ca. 8.5 km | Aufstieg: 420 m | Abstieg: 140 m |
Unterkunft: Chisopani Guesthouse in Ekle Bhatti | Verpflegung: F, M, A

6. Reisetag: Wanderung über Deng nach Bihi

Mehrere Dörfer erstrecken sich an den steilen Hängen oberhalb der teils engen Schlucht. Wir wechseln mehrmals über Hängebrücken die Uferseite und wandern das Tal des Buri Gandaki weiter hinauf bis Nyak Besi. Mäßig ansteigend führt unser Weg weiter bis zur Ortschaft Deng (1.850 m). Dort gibt es schöne Natursteinhäuser mit Schindeldächern zu sehen und ein Tschörten mit Steinmandala. Nach dem Mittagessen geht es dann weiter nach Bihi (2.130 m).

Gehzeit: ca. 06:00-07:00 Std. | Gehstrecke: ca. 14.5 km | Aufstieg: 900 m | Abstieg: 450 m |
Unterkunft: Dolma Hotel in Bihi | Verpflegung: F, M, A

7. Reisetag: Wanderung über Ghap nach Namrung

Wir wandern weiter bis zum Bothia-Dorf Ghap (2.160 m). Wir wechseln zur Südseite des Buri Gandaki und laufen während dieser Tagesetappe etwa parallel zu der nur 5 km entfernten tibetischen Grenze. Stets auf der linken Talseite bleibend, gewinnen wir über einzelne Dörfer und Gehöfte wie Syugjang und Bangsam stets an Höhe. Tschörten und Manimauern säumen den Weg. Vorbei an Feldern führt unsere Route bis zum Dorf Namrung (2.650 m).

Gehzeit: ca. 06:00-07:00 Std. | Gehstrecke: ca. 12.5 km | Aufstieg: 1050 m | Abstieg: 495 m |
Unterkunft: Namrung Guesthouse in Namrung | Verpflegung: F, M, A

8. Reisetag: Wanderung nach Lho

Unsere Route verläuft teilweise durch herrliche Nadelwälder und direkt unterhalb der gewaltigen Ostabstürze des Manaslu Himal langsam höher. Bald betreten wir das einst sagemumwobene Hochtal von Sama und wandern bis zum etwa 3.180 m hoch gelegenen Dorf Lho. Hier quartieren wir uns in einer Lodge mit einer wunderbaren Lage ein. Von der Sonnenterasse genießen wir den einzigartigen Blick auf den Hauptgipfel und die Nebengipfel des Manaslu. Am Nachmittag unternehmen wir eine kleine Akklimatisationswanderung bei der wir ca. 200 Höhenmeter auf- und absteigen.

Gehzeit: ca. 04:00-05:00 Std. | Gehstrecke: ca. 9.5 km | Aufstieg: 760 m | Abstieg: 200 m |
Unterkunft: Om Lodge in Lho | Verpflegung: F, M, A

9. Reisetag: Wanderung nach Shyala Gaon

Heute können wir uns Zeit lassen, da nur eine kurze Etappe vor uns liegt. Nach einem gemütlichen Frühstück gehen wir das Hochtal von Sama weiter hinauf bis wir das 3.500 m hoch gelegene Dorf Shyala Gaon erreichen.

Gehzeit: ca. 02:00-03:00 Std. | Gehstrecke: ca. 3.5 km | Aufstieg: 440 m | Abstieg: 100 m |
Unterkunft: Royal Gorkha Lodge in Shyala Gaon | Verpflegung: F, M, A

10. Reisetag: Wanderung über Punggen Gompa nach Sama Gaon

Heute wandern wir zunächst zum Punggen-See und weiter hinauf bis zur gleichnamigen Gompa. Der Pfad führt oberhalb des Punggen-Gletschers vorbei in Richtung Südwesten und eröffnet herrliche Blicke auf das Manaslu-Massiv mit dem 8.163 m Hauptgipfel und links davon den Peak 29 (7.871 m, auch Nadi Chuli genannt). Von dort aus geht es zunächst wieder zurück in Richtung Haupttrekkingroute, kurz vor dem See zweigt sich der Weg zum 3.500 m hoch gelegenen Dorf Sama Gaon. Diejenigen, die sich heute nicht so fit fühlen, können, wie die Träger auch, auf direktem Weg nach Sama Gaon gehen (ca. 4 km, ↑ 140 m, ↓ 90 m, ca. 1 - 2 Std.).

Gehzeit: ca. 05:00-06:00 Std. | Gehstrecke: ca. 13.5 km | Aufstieg: 625 m | Abstieg: 620 m |
Unterkunft: Hotel Holiday End in Sama Gaon | Verpflegung: F, M, A

11. Reisetag: Ruhetag in Sama Gaon mit Wanderung zum Birendra-See oder optional hinauf zum Manaslu Basecamp

Der heutige Tag steht als Ruhetag zur Verfügung. Wir können uns Zeit nehmen, um durch das Dorf zu spazieren und dem örtlichen Kloster einen Besuch abzustatten. Dabei lässt sich stets die Aussicht auf die umliegenden Berge genießen. Wer heute aktiv sein möchte, wandert entweder gemütlich auf einem Rundweg zum auf 3.600 m gelegenen Birendra-See (ca. 5 km, ↑ ↓ 220 m, ca. 1 - 2 Std.) oder nimmt an einer anspruchsvollen Wanderung hinauf zum Manaslu Basecamp teil (ca. 13,5 km, ↑ ↓ 1300 m, ca. 8 - 9 Std.). Über einen felsigen und teils steilen Pfad wird das Basislager auf ca. 4.850 m erreicht. Bei gutem Wetter bieten sich bereits unterwegs herrliche Ausblicke auf die uns umgebende Bergwelt und zahlreichen Gipfel.

Gehzeit: ca. 01:00-02:00 Std. | Gehstrecke: ca. 5 km | Aufstieg: 220 m | Abstieg: 220 m |
Unterkunft: Hotel Holiday End in Sama Gaon | Verpflegung: F, M, A

12. Reisetag: Wanderung nach Samdo

Wir lassen den Manaslu-Gletscher links liegen und halten uns im Tal nordwärts. Wir nächtigen im Ort Samdo (3.880 m), wo sich tibetische Flüchtlinge niedergelassen haben. Der freie Nachmittag dient uns zur weiteren Akklimatisation.

Gehzeit: ca. 02:00-03:00 Std. | Gehstrecke: ca. 7.5 km | Aufstieg: 350 m | Abstieg: 25 m |
Unterkunft: Tibetan Twins Lodge in Samdo | Verpflegung: F, M, A

13. Reisetag: Wanderung über Larkya Bazar nach Dharamsala

Hinter Samdo gabelt sich der Weg. In nordöstlicher Richtung geht es über einen für uns verbotenen 5.000er-Pass nach Tibet. Wir folgen dem Buri Gandaki bis zum einst blühenden Larkya Bazar (4.090 m) und steigen weiter auf bis zu unserer Unterkunft kurz vor Dharamsala auf 4.470 m Höhe. Wir ruhen uns aus und sammeln Kräfte für die morgige Schlüsselstelle der Tour. Die Nacht verbringen wir in einer Lodge, die über Mehrbettzimmer verfügt.

Gehzeit: ca. 03:00-04:00 Std. | Gehstrecke: ca. 6 km | Aufstieg: 600 m | Unterkunft: Larke La Hotel in Dharamsala | Verpflegung: F, M, A

14. Reisetag: Überschreitung des Larkya La und Wanderung nach Bimthang

Früh aufstehen ist angesagt. Gleichmäßig führt der Weg über Moränen hinauf zum Larkya La (5.105 m). Bei klarer Sicht erwartet uns ein grandioser Panoramablick auf die Sechs- und Siebentausender des Larkya, Cheo und Himlung Himal im Norden und auf den Manaslu Himal im Süden. Wir reißen uns vom Pass los und folgen einem Moränenrücken gemächlich abwärts. Dann geht es durch steileres Gelände ins Tal des Dudh Khola. Vorbei an einzelnen Hütten und dem Pokar-See treffen wir unterhalb des Quellbereichs des „Milchflusses“ auf die erste Siedlung. Bei Bimthang (auch Bimdakothi genannt), das inmitten eines großartigen Gletscherkessels auf etwa 3.800 m liegt, steht unsere Lodge.

Gehzeit: ca. 09:00-10:00 Std. | Gehstrecke: ca. 15.5 km | Aufstieg: 680 m | Abstieg: 1440 m |
Unterkunft: Punkar Mt. Hotel in Bimtang | Verpflegung: F, M, A

15. Reisetag: Wanderung nach Gowa

Im Tal des Dudh Khola wandern wir südwärts hinab und verlieren beachtlich an Höhe. Wir wechseln von der Ost- auf die Westseite hinüber. Blicken wir nach oben, haben wir gigantische Einblicke in die Westabstürze des Manaslu. Prächtige Rhododendronwälder – im Frühjahr ein Blütenmeer – säumen den Weg talauswärts. Wir erreichen das Gurungdorf Gowa (2.515 m).

Gehzeit: ca. 05:00-06:00 Std. | Gehstrecke: ca. 13.5 km | Aufstieg: 200 m | Abstieg: 1390 m |
Unterkunft: Hotel Super View & Restaurant | Verpflegung: F, M, A

16. Reisetag: Wanderung nach Dharapani und Ende des Trekkings, Fahrt über Besisahar nach Bandipur

Wir treten die letzte Trekkingetappe unserer Reise an. Nach dem Abstieg treffen wir auf die Mündung des Dudh Khola in den Marsyandi Khola. Dieser Fluss hat sich zwischen Annapurna und Manaslu Himal eine der tiefsten Schluchten der Welt gebahnt. Wir befinden uns nun in der kleinen Ortschaft Dharapani (1.960 m), wo unsere Route auf die klassische Route zur Annapurna-Umrundung trifft. Nach dem Mittagessen steigen wir in Jeeps und legen die Strecke bis Besisahar über eine Schotterpiste im Marsyangdi-Tal zurück. In Besisahar steigen wir in einen Minibus um und fahren in ca. 1,5 bis 2 Stunden nach Bandipur, wo wir in einem Hotel übernachten.

Gehzeit: ca. 03:00-04:00 Std. | Gehstrecke: ca. 10.5 km | Fahrzeit: ca. 05:30 Std. | Fahrstrecke: ca. 100 km | Aufstieg: 295 m | Abstieg: 860 m | Unterkunft: Bandipur Village Inn in Bandipur |
Verpflegung: F, M, A

17. Reisetag: Fahrt nach Kathmandu

Auf der Hauptstraße, die Pokhara und Kathmandu verbindet, fahren wir ostwärts in Richtung Hauptstadt. Es sind noch etwa 140 km über Mugling und den Thankot-Pass bis nach Kathmandu. Auf dem Weg legen wir eine Mittagspause in einer Raststätte ein. Am Nachmittag treffen wir dann in Kathmandu ein und quartieren uns im bereits bekannten Hotel ein.

Fahrzeit: ca. 05:30 Std. | Fahrstrecke: ca. 140 km | Unterkunft: Hotel Malla in Kathmandu |
Verpflegung: F

18. Reisetag: Besichtigungen im Kathmandu-Tal

Dieser Tag steht zur freien Verfügung, um mit Ihrer Reiseleitung (fakultativ) oder individuell Ausflüge und Besichtigungen im Kathmandu-Tal unternehmen zu können. Wir empfehlen den Besuch von Kathmandu mit dem Durbar Square und ein Spaziergang nach Swayambunath. Abends können wir uns zu einem gemeinsamen Abschiedessen in einem Restaurant treffen (fakultativ).

Unterkunft: Hotel Malla in Kathmandu | Verpflegung: F

19. Reisetag: Rückflug nach Deutschland

Transfer zum Flughafen und Rückflug nach Deutschland.

Fahrzeit: ca. 00:30 Std. | Fahrstrecke: ca. 6 km | Verpflegung: F

TERMINE UND PREISE			
von	bis	Plätze	Preis in €
28.09.2025	16.10.2025	✓	3.745 €
12.10.2025	30.10.2025	✓	3.745 €
22.10.2025	09.11.2025	✓	3.745 €
05.11.2025	23.11.2025	✓	3.745 €
19.11.2025	07.12.2025	✓	3.745 €

Viele = ✓ Wenige = ! keine = ✗

LEISTUNGEN

- > Lokale Hauser-Reiseleitung ab/bis Kathmandu
- > Flug mit Qatar Airways oder Turkish Airlines oder Nacil Air India ab/bis Frankfurt nach Kathmandu
- > (nach Verfügbarkeit; Aufpreis ist möglich)
- > CO2-Kompensation des Fluges über atmosfair
- > Derzeitige Flughafensteuer, Abflugsteuer und Sicherheitsgebühren
- > Rail&Fly-Fahrkarte ab/bis deutsche Grenze
- > Übernachtung 4 x in Mittelklassehotels, 13 x in Lodges (Gemeinschaftsbad, 1 x Mehrbettzimmer)
- > 17 x Frühstück, 14 x Mittagessen, 15 x Abendessen
- > Gepäcktransport
- > Begleitmannschaft
- > Reisekrankenschutz
- > Übernachtung 4 x in Mittelklassehotels, 13 x in Lodges (Gemeinschaftsbad, 1 x Mehrbettzimmer)
- > 17 x Frühstück, 14 x Mittagessen, 15 x Abendessen
- > Gepäcktransport
- > Begleitmannschaft
- > CO2-Kompensation des Fluges über atmosfair

NICHT ENTHALTENE LEISTUNGEN

- > Visagebühren
- > Weitere Mahlzeiten und Getränke (ca. 140,00 €)
- > Trinkgelder
- > Individuelle Ausflüge und Besichtigungen

TEILNEHMER/INNEN

Mindestanzahl von Personen: 4

Maximalanzahl von Personen: 12

ZAHLUNGSMODALITÄTEN

- > Höhe der Anzahlung in Prozent des Reisepreises: 20%
- > Fälligkeit der Restzahlung: 21 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 0 vor Reisebeginn möglich.
- > Bei kurzfristigen Buchungen (weniger als 28 Tage vor Reisebeginn) ist der Reisepreis, sofern keine Absage nach AGB Ziffer 5.1. mehr erfolgen kann, bei Übergabe der Reiseunterlagen sofort fällig.

WEITERE INFOS

Einreise & Gesundheit

- > 3-4

Generelle Hinweise

>

Wie ein weißer Pfeil ragt die Doppelspitze des Manaslu in den dunkelblauen Himmel.

Buddhistische Gedenkschreine mit vergoldeten Spitzen und sorgsam aufgeschichtete Steinplatten mit dem eingemeißelten Mantra „Om mani padme hum“ weisen den Weg rund um den „Berg der Seele“. Links und rechts auf den Feldern werden Mais und Getreide angebaut. Frauen in bunten Saris und beladene Maultiere nutzen den alten Handelspfad, auf dem einst die Yak-Karawanen Holz nach Tibet brachten und mit Salz zurückkehrten. Wir wandern vom Dorf Soti Khola aus durch fruchtbare Reisterrassen, folgen dem Pfad entlang des Buri-Gandaki-Flusses und begegnen dabei immer wieder grasenden Yaks. Monotoner Gesang von Mönchen lockt uns ins Innere eines Klosters und offenbart uns Geheimnisse der tibetischen Kultur. Die Grenze in das Nachbarland Tibet ist von hier nur einen Steinwurf entfernt. Auf unserem Weg wechselt die Vegetation von Rhododendron- und Bambuswäldern mit weißen Orchideen zu Fichten- und Tannenwäldern mit dichtem Unterholz. Im Hintergrund scheinen der Schnee und das ewige Eis des Singri-Gletschers fast unwirklich. Plötzlich dringt das Geräusch der im Wind flatternden Gebetsfahnen an unser Ohr, dann erblicken auch unsere Augen das bunte Gewirr aus Fähnchen: Wir stehen am Pass, dem 5.105 m hohen Larkya-Pass, und staunen über das grandiose Bergpanorama. Über die malerischen Gurung-Dörfer im Tal des Dudh Kosi erreichen wir schließlich das Marsyangdi-Tal, das Ende unseres Treks. Der Geist des Manaslu mit seinem majestätischen Gipfel begleitet uns zurück nach Kathmandu – und sicher auch bis in die Heimat.

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