



## ASIEN: NEPAL

## NEPAL – MAKALU LODGE-TREK

- > 14-tägiges Trekking (4 - 7 Std. täglich)
- > Rund um das historische Basislager des Makalu die beeindruckende Bergwelt genießen
- > Durch das üppig-grüne Arun-Tal und dichte Rhododendronwälder wandern
- > Die Bergriesen Mt. Everest und Lhotse aus ungewöhnlichem Blickwinkel bestaunen
- > Den 4.220 m hohen Pass Shipton La überqueren, um das wilde Barun-Tal zu erreichen
- > In Kathmandu die besondere Stimmung rund um den Stupa von Bodnath aufsaugen
- > Mit unseren Übernachtungen in den Lodges auf dem Trek lokale Wertschöpfung fördern

Üppig-grüner Regenwald umgibt die Siedlungen. In der Ferne kreischen kleine Affen, die sich von Baum zu Baum hangeln. Die Luft ist feucht und warm. Szenenwechsel: Mächtige Gletscher bahnen sich ihren Weg zwischen den Eisgipfeln der Bergkette. Die wuchtige Makalu-Südwand blickt stumm auf das Geschehen. Mehr Kontrast geht nicht – der Makalu-Trek zeigt viele Gesichter. Einsame Wege führen uns im Osten Nepals in den Makalu-Barun-Nationalpark, in dem wir durch unterschiedliche ökologische Zonen wandern. Wir entdecken das subtropische Arun-Tal, das von warmem, terrassiertem Ackerland geprägt ist. Wir beobachten Bauern auf ihren Reisfeldern und beim Ernten von großen Bananenstauden. Vom Kongma-Pass genießen wir den Rundumblick, bevor wir über die Pässe Shipton und Keke das obere Barun-Tal erreichen. Wir sind in der subalpinen Zone, hier prägen steile Granitklippen und spektakuläre Wasserfälle die Landschaft – so abgelegen, dass sogar Schneeleoparden meist unbemerkt durch die Berge streifen. Durch dichten Rhododendron- und Nebelwald wandern wir schließlich in alpines Gelände, wo uns Wiesen voller Kräuter, Gräser und Wacholder erwarten und wo die Sherpa ihre Yaks weiden lassen. Nun ist es nicht mehr weit bis ins Basislager auf 4.870 m. Vor uns erheben sich die markanten Fels- und Eiswände des Makalu, des fünfthöchsten Berg der Erde und die leuchtend weißen Gipfel über uns scheinen zum Greifen nahe. Und wenn unser Blick über die Gletscher von Mount Everest und Lhotse schweift, wird der Kontrast zum Grün des durchwanderten Flusstals noch eindrucksvoller. Trekking zum Makalu Basislager – die Gegensätze ziehen uns an.

Profil: Der Trek hinauf zum historischen Basislager des Makalu im Osten Nepals zeichnet sich insbesondere durch eine Vielzahl von Landschaften und Kulturen sowie ungewöhnliche Ausblicke auf einige der höchsten Berge der Welt, einschließlich des Mount Everest, aus. Obgleich die Bergwelt im Makalu-Barun-Nationalpark vergleichsweise unberührt ist und neben tropischen Wald auch vereiste Gipfel bietet, gewähren auch durch traditionelle Landwirtschaft geprägte Dörfer und Hochalmen Einblicke in das ländliche Nepal. Anforderung: Voraussetzung für diese Reise sind

Kondition, Ausdauer und Trittsicherheit für Wanderungen mit bis zu 7 Std. Gehzeit auf unbefestigten Wegen. Für das Trekking bestehen technisch keine besonderen Anforderungen. Im Allgemeinen sind die Auf- und Abstiege mäßig steil und führen gelegentlich über Naturtreppen. Steilere Passagen kommen nur während kürzerer Etappen vor und sind selten ausgesetzt, also ohne bergsteigerische Schwierigkeiten zu überwinden. Nach Regenfällen muss mit rutschigem Untergrund gerechnet werden. Mit Ausnahme des Ausflugs zum Shershon-Aussichtspunkt, oberhalb des Makalu-Basislagers, 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 Höhenttraining bietet neben einem Höhenverträglichkeitstest die Möglichkeit, sich mittels individueller Trainingspläne auf einen Aufenthalt in großer Höhe vorzubereiten. Kontakt und Information: Institut für Höhenttraining – Hypoxicum München, Inhaber Flavio Mannhardt, Spiegelstr. 9, 81241 München, Tel.: 089 551 356 20, E-Mail: [info@hypoxicum.de](mailto:info@hypoxicum.de), Website: [www.hypoxicum.de](http://www.hypoxicum.de) Weitere Informationen zum Thema Höhe finden Sie unter [www.hauser-exkursionen.de/reiseinfos/hoehe-auf-reisen](http://www.hauser-exkursionen.de/reiseinfos/hoehe-auf-reisen). Unterbringung: Wir übernachten in Kathmandu in einem Mittelklassehotel. Alle Zimmer verfügen über ein Badezimmer. Während des Trekkings sind wir in Lodges untergebracht. Diese sind einfach und zweckmäßig eingerichtet, teils einfacher als Lodges, wie sie in der Annapurna- und Everest-Region Standard sind. Die Zimmer in den Lodges in den Orten Num, Tashigaon und Tumlintar verfügen über je zwei Betten (mit Matratze und Kopfkissen), in den restlichen Orten verfügen die Lodges über Mehrbettzimmer mit 5 bis 6 Betten. In den Zimmern der Lodge in Dobate liegen die Matratzen auf dem Boden (kein Bettgestell). Da die Lodges in der Region noch nicht lange bestehen, führen wir sicherheitshalber auch Zelte mit. So besteht in jedem Ort während des Trekkings die Möglichkeit, statt der Zimmer in den Lodges, ein Zelt zur Übernachtung zu nutzen. Die sonstigen Einrichtungen der Lodges können selbstverständlich trotzdem genutzt werden. Die sanitären Einrichtungen befinden sich in der Regel auf dem Gang oder auch etwas abseits der Unterkunft im Hof. Toiletten stehen in den meisten Fällen in Form von Trocken-WCs zur Verfügung und es wird kein Toilettenpapier bereitgestellt. Die Lodges bieten fließend, kaltes Wasser. Als Duschgelegenheit bestehen oft Gemeinschaftsduschen (warmes Wasser gegen Gebühr). Gerade in großen Höhen werden aber Schüsseln mit erwärmten Wasser zum Frisch machen zur Verfügung gestellt. Die Lodges sind nicht isoliert, teilweise bestehenden die Wände der Lodges aus Stahlblech und nicht aus Ziegeln, und die Zimmer sind nicht beheizt, zusätzliche Decken sind meist erhältlich. Gerade in großer Höhe kann es ab abends bis morgens früh empfindlich kalt werden. Einzelne Lodges bieten im Speise-/Aufenthaltsraum oder Küchenbereich einen beheizbaren Ofen. 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. 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 und/oder Porridge. 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 (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 sicher stellt, dass die Arbeitsbedingungen für diesen Berufsstand menschenwürdig und fair sind. Wir möchten, dass Ihre Träger gut ausgestattet, im Krankheitsfall medizinisch versorgt und gegen Verdienstaussfall 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. Wichtige Hinweise: Alle in Nepal registrierten Fluggesellschaften stehen auf der Flugverbotsliste der Europäischen Union, wodurch es ihnen verboten ist im EU-Luftraum zu fliegen. Zwar bedienen in Nepal registrierte Fluggesellschaften keine Strecken nach Europa, aber die Entscheidung der EU für das Verbot unterstreicht das Risiko von Flügen innerhalb Nepals. Die zivile Luftfahrtbehörde des Landes (CAAN) unterliegt nicht denselben Standards wie die westlicher Nationen und nepalesische Airlines sind nicht Teil international anerkannter Sicherheitsauditprogramme. Wir empfehlen Ihnen, das Risiko von Inlandsflügen innerhalb Nepals vor Buchung persönlich für sich sorgfältig

abzuwägen. Bei den Inlandsflügen in Nepal handelt es sich um Sichtflüge per Propellerflugzeug, die von optimalen Flugbedingungen abhängig sind. Bei widrigen Wetterverhältnissen kann es zu Verzögerungen und im Ausnahmefall zu Flugausfällen kommen. Tritt letzteres ein, muss der Transport alternativ per Fahrzeug stattfinden. Ggf. kann der Transport auch per Helikopter erfolgen. Die Kosten hierfür sind von jedem Teilnehmenden vor Ort per Kreditkarte zu zahlen und sind abhängig von der Gruppengröße. Die Kosten für den nicht genutzten Flug per Propellerflugzeug werden mit denen des Helikopterfluges verrechnet. Im Fall der verzögerten Ankunft im Trekkinggebiet kann nicht garantiert werden, dass die Trekkingroute in seiner ursprünglich geplanten Form vollumfänglich begangen werden kann.



## REISEDETAILS

### 1. Reisetag: Anreise nach Nepal

Flug nach Kathmandu mit Ankunft am nächsten Tag.

### 2. Reisetag: Ankunft in Kathmandu

Bei Ankunft mit dem Gruppenflug erfolgt der Transfer mit unserer örtlichen Hauser-Reiseleitung zum Hotel in Kathmandu. Je nach Ankunftszeit mit dem Gruppenflug oder anderen Flügen ist Gelegenheit zum Ausruhen und zu einem ersten Bummel durch die Altstadt von Kathmandu. Die Hotelzimmer stehen eventuell erst nach Mittag zur Verfügung. Am Abend treffen wir uns zu einem Willkommensdinner im Hotel oder in einem nahen Restaurant – eine gute Gelegenheit zum Kennenlernen und Besprechen der Unternehmungen der folgenden Tage.

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

### 3. Reisetag: Flug nach Tumlingtar und Fahrt per Jeep nach Num

Morgens werden wir wieder zum Flughafen gebracht und fliegen nach Tumlingtar (ca. 400 m) im Osten Nepals. Hier treffen wir unsere Begleitmannschaft. Nachdem unser Material verstaut wurde und wir zu Mittag gegessen haben, fahren wir mit dem Jeep durch das Arun-Tal, nahe der Grenze zu Sikkim, bis nach Num. Die fruchtbare Landschaft und der Fluss Arun, der sich durch eines der tiefsten Durchbruchtäler Nepals fräst, machen die Fahrt abwechslungsreich.

Fahrzeit: ca. 05:30 Std. | Fahrstrecke: ca. 55 km | Unterkunft: Lodge in Num | Verpflegung: F, M, A

#### **4. Reisetag: Start des Trekkings, Wanderung von Num nach Seduwa**

Nach dem Frühstück startet heute unser Trekking. Kurz vor Seduwa (1.570 m) betreten wir den Makalu-Barun-Nationalpark. Er gilt als das weltweit einzige Naturschutzgebiet mit einem Höhenunterschied von mehr als 8.000 m, das sowohl subtropische Vegetation als auch vereiste Gipfel umfasst.

Gehzeit: ca. 05:00-06:00 Std. | Gehstrecke: ca. 6 km | Aufstieg: 885 m | Abstieg: 840 m |  
Unterkunft: Lodge in Seduwa | Verpflegung: F, M, A

#### **5. Reisetag: Wanderung nach Tashigaon**

Durch üppigen Wald, gespickt mit Bambus und Bananenstauden wandern wir nach Tashigaon (2.170 m), der letzten Siedlung auf dem Weg zum Makalu Basecamp. Der Weg ist mit großen Steinen gepflastert, im Wald kann es rutschig sein. Aufgrund der Feuchtigkeit sind die Bäume mit Farnen, Moos und Orchideen behangen – ein mystischer Anblick. Ein paar hundert Meter unter uns schlängelt sich der Kasuwa Khola durch das tief eingeschnittene Tal.

Gehzeit: ca. 04:00-05:00 Std. | Gehstrecke: ca. 8.5 km | Aufstieg: 640 m | Abstieg: 35 m |  
Unterkunft: Lodge in Tashigaon | Verpflegung: F, M, A

#### **6. Reisetag: Aufstieg nach Kongma**

Heute steht ein langer und recht kräftezehrender Aufstieg bevor. Steil geht es durch flechtenbedeckten Urwald bis Kongma (3.590 m). Kurz vor der Alm Kongma befindet sich auf einer Anhöhe ein toller Aussichtsplatz mit zwei Manimauern und Gebetsfahnen. Bei freier Sicht blicken wir über Täler hinweg bis zum östlichsten 8.000er, dem Kanchenjunga.

Gehzeit: ca. 06:00-07:00 Std. | Gehstrecke: ca. 6 km | Aufstieg: 1455 m | Abstieg: 40 m |  
Unterkunft: Lodge in Kongma | Verpflegung: F, M, A

#### **7. Reisetag: Ruhetag in Kongma**

Zur besseren Akklimatisierung nach dem langen Vortag und zur Vorbereitung auf die nächsten langen Tage legen wir heute einen Ruhetag ein. Wir nutzen ihn zu kleinen Wanderungen in der Umgebung bzw. zu einem Ausflug zum Pass Kongma La (3.880 m) der auf dem morgigen Weg liegt.

Unterkunft: Lodge in Kongma | Verpflegung: F, M, A

## **8. Reisetag: Wanderung nach Dobate mit Überquerung der Pässe Kongma La, Shipton La und Keke La**

Heute knacken wir erstmals die 4.000er-Grenze und die Vegetation verändert sich merklich. Die Dschungelwälder liegen nun hinter uns, heute wandern wir durch Rhododendron- und Berberitzenhaine. Zunächst folgen wir dem Gratverlauf, der uns über die Pässe Kongma La und Shipton La (4.220 m) führt. Eine grandiose Aussicht bietet sich uns unterwegs: Chamlang, Peak 6, Peak 7, Makalu und Kanchenjunga. Unsere Mittagsrast machen wir am See Kalo Pokhari, der zwischen Shipton La und dem letzten, heute zu überquerenden Pass, dem Keke La (4.150 m) liegt. Von diesem Pass steigen wir hinunter zur Hochalm Dobate (3.870 m).

Gehzeit: ca. 05:00-06:00 Std. | Gehstrecke: ca. 7.5 km | Aufstieg: 800 m | Abstieg: 540 m |  
Unterkunft: Lodge in Dobate | Verpflegung: F, M, A

## **9. Reisetag: Wanderung nach Yangle Kharka**

Wir steigen durch Rhododendren-, Birken- und Eichenwälder steil zum Barun-Fluss ab (3.295 m) und wandern an seinem orografisch rechten Flussufer über Erdrutsche und Blockgestein entlang bis Yangle Kharka (3.540 m). Dieser Platz gilt den Einheimischen als heiliger Ort. Hier gibt es einen kleinen Tempel, einen Stupa und viele Gebetsfahnen wehen im Wind.

Gehzeit: ca. 04:00-05:00 Std. | Gehstrecke: ca. 9 km | Aufstieg: 500 m | Abstieg: 740 m |  
Unterkunft: Lodge in Yangle Kharka | Verpflegung: F, M, A

## **10. Reisetag: Wanderung über Tadosa nach Langmale Kharka**

Der heutige Tag steht wieder im Zeichen eines beeindruckenden landschaftlichen Wechsels. Wir verlassen die bewaldete Zone und die Berge rücken näher. Zunächst folgen wir relativ flach dem Barun Fluss, bevor es wieder merklich steiler wird. Bei Tadosa (4.000 m) nehmen wir unser Mittagessen zu uns - eine grandiose Hochgebirgsszenerie ist die visuelle Beilage. Am Nachmittag erreichen wir unsere Lodge auf der Hochalm Langmale Kharka (4.410 m).

Gehzeit: ca. 04:00-05:00 Std. | Gehstrecke: ca. 7.5 km | Aufstieg: 815 m | Abstieg: 20 m |  
Unterkunft: Lodge in Langmale Kharka | Verpflegung: F, M, A

## **11. Reisetag: Wanderung zum Makalu Basecamp**

Wir verlassen Langmale Kharka und wandern nach Shershon, gelegen im Bereich der Seitenmoräne des West-Barun Gletschers. Unser Weg wird zur Linken flankiert von den Sechstausendern Peak 6 und Peak 7. Die Gipfelpyramide des Makalu (8.463 m) ist von hier aus bei entsprechendem Wetter schon gut zu sehen. Weiter geht es hinauf bis zum historischen Makalu Basecamp auf 4.870 m Höhe. Es handelt sich um das Basislager, von dem die Erstbesteigung des Makalu erfolgte. Das aktuelle Basislager für die Normalroute auf den Makalu liegt weiter im Norden auf ca. 5.300 m.

Gehzeit: ca. 03:00-04:00 Std. | Gehstrecke: ca. 8.5 km | Aufstieg: 465 m | Abstieg: 45 m |  
Unterkunft: Lodge im Makalu Basecamp | Verpflegung: F, M, A

## **12. Reisetag: Ausflug zum Shershon-Aussichtspunkt**

Der heutige Tag steht für Entdeckungen rund um das Basislager zur Verfügung. Wir steigen hinauf in Richtung aktuelles Makalu Basecamp. Über wegloses und manchmal etwas steileres Gelände geht es bis zu einem großartigen Aussichtspunkt auf etwa 5.240 m. Bei klarer Sicht ist das Basislager knapp 400 m unter uns sichtbar. Die gewaltige und mehr als 3.000 m hohe Makalu-Südwand ist nun greifbar nah. Ein absoluter Höhepunkt ist der Blick hinüber zu den Ostabstürzen von Lhotse und Mt. Everest. Auf dem selbem Weg geht es zurück.

Gehzeit: ca. 05:00-06:00 Std. | Gehstrecke: ca. 10 km | Aufstieg: 545 m | Abstieg: 545 m |  
Unterkunft: Lodge im Makalu Basecamp | Verpflegung: F, M, A

## **13. Reisetag: Abstieg nach Yangle Kharka**

Es geht zurück über bereits bekannte Pfade nach Yangle Kharka.

Gehzeit: ca. 05:00-06:00 Std. | Gehstrecke: ca. 16 km | Aufstieg: 45 m | Abstieg: 1255 m |  
Unterkunft: Lodge in Yangle Kharka | Verpflegung: F, M, A

## **14. Reisetag: Wanderung nach Dobate**

Zuerst am Fluss Barun entlang steigen wir ab bis auf 3.270 m. Danach folgt ein steiler Aufstieg durch herrlichen „Zauberwald“. Die Strecke ist uns zwar schon vertraut, aber alles andere als langweilig.

Gehzeit: ca. 05:00-06:00 Std. | Gehstrecke: ca. 9 km | Aufstieg: 780 m | Abstieg: 545 m |  
Unterkunft: Lodge in Dobate | Verpflegung: F, M, A

## **15. Reisetag: Wanderung nach Kongma mit Überquerung der Pässe Keke La, Shipton La und Kongma La**

Auch heute bei unserer Etappe über die Pässe bieten sich ständig neue Blicke. Es bietet sich an, dass wir unser Mittagessen auf einem der Pässe einnehmen und unsere Blicke nochmals schweifen lassen.

Gehzeit: ca. 05:00-06:00 Std. | Gehstrecke: ca. 7.5 km | Aufstieg: 550 m | Abstieg: 810 m |  
Unterkunft: Lodge in Kongma | Verpflegung: F, M, A

## **16. Reisetag: Wanderung via Tashigaon zurück nach Seduwa**

Heute gilt es sich noch einmal zu konzentrieren, denn uns steht ein langer und steiler Abstieg bevor. Der Weg nach Tashigaon führt zum Teil über größere Stufen und Blockgestein und kann rutschig sein. Gestärkt durch das Mittagessen in Tashigaon geht es weiter hinab nach Seduwa (1.540 m).

Gehzeit: ca. 06:00-07:00 Std. | Gehstrecke: ca. 14.5 km | Aufstieg: 140 m | Abstieg: 2160 m |  
Unterkunft: Lodge in Seduwa | Verpflegung: F, M, A

### 17. Reisetag: Wanderung nach Num und Fahrt per Jeep nach Tumlingtar

Es geht weiter hinab zum Fluss Arun, den wir über eine gute Hängebrücke überqueren. Auf der anderen Talseite steigen wir noch einmal hinauf und erreichen Num und beenden unser Trekkingtour. Nach dem Mittagessen fahren wir per Jeep zurück nach Tumlingtar, wo wir uns von unserer Begleitmannschaft verabschieden.

Gehzeit: ca. 05:00-06:00 Std. | Gehstrecke: ca. 6 km | Fahrzeit: ca. 04:00 Std. | Fahrstrecke: ca. 55 km | Aufstieg: 830 m | Abstieg: 870 m | Unterkunft: Makalu Lodge in Tumlingtar | Verpflegung: F, M, A

### 18. Reisetag: Per Jeep zurück nach Tumlingtar, Flug Tumlingtar nach Kathmandu

Nach dem Frühstück fliegen wir zurück nach Kathmandu. Der Rest des Tages steht zur freien Verfügung.

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

### 19. Reisetag: Besichtigungen in Kathmandu

Dieser Tag steht zur freien Verfügung, um mit unserer Reiseleitung (fakultativ) oder individuell Ausflüge und Besichtigungen im Kathmandu-Tal zu unternehmen. Wir empfehlen den Besuch von Kathmandu mit dem Durbar Square und einen Spaziergang rund um die Stupa von Bodnath. Abends können wir uns zu einem gemeinsamen Abschiedsessen in einem Restaurant treffen (fakultativ).

Unterkunft: Hotel Mulberry in Kathmandu | Verpflegung: F

### 20. Reisetag: Rückflug nach Deutschland

Transfer zum Flughafen und Rückflug nach Deutschland.

TERMINE UND PREISE			
von	bis	Plätze	Preis in €
08.11.2025	27.11.2025	✓	4.335 €

Viele = ✓ Wenige = ! keine = X

## 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)
- > Inlandsflug mit Tara Airlines ab/bis Kathmandu nach Tumlingtar
- > CO2-Kompensation des Fluges über atmosfair
- > Derzeitige Flughafensteuer, Abflugsteuer und Sicherheitsgebühren
- > Rail&Fly-Fahrkarte ab/bis deutsche Grenze
- > 17 x Frühstück, 15 x Mittagessen, 16 x Abendessen
- > Übernachtung 3 x im Mittelklassehotel, 15 x in Lodges (Gemeinschaftsbad, 12 x Mehrbettzimmer)
- > Gepäcktransport
- > Begleitmannschaft
- > Sicherheitsausrüstung: Sat-Telefon
- > Reisekrankenschutz
- > Inlandsflug mit Tara Airlines ab/bis Kathmandu nach Tumlingtar
- > Übernachtung 3 x im Mittelklassehotel, 15 x in Lodges (Gemeinschaftsbad, 12 x Mehrbettzimmer)
- > 17 x Frühstück, 15 x Mittagessen, 16 x Abendessen
- > Gepäcktransport
- > Begleitmannschaft
- > Sicherheitsausrüstung: Sat-Telefon
- > CO2-Kompensation des Fluges über atmosfair

## NICHT ENTHALTENE LEISTUNGEN

- > Visagebühren
- > Weitere Mahlzeiten und Getränke (ca. 180,00 €)
- > 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

- > 3-3

### Generelle Hinweise

>

Üppig-grüner Regenwald umgibt die Siedlungen. In der Ferne kreischen kleine Affen, die sich von Baum zu Baum hangeln. Die Luft ist feucht und warm. Szenenwechsel: Mächtige Gletscher bahnen sich ihren Weg zwischen den Eisgipfeln der Bergkette. Die wuchtige Makalu-Südwand blickt stumm auf das Geschehen. Mehr Kontrast geht nicht – der Makalu-Trek zeigt viele Gesichter. Einsame Wege führen uns im Osten Nepals in den Makalu-Barun-Nationalpark, in dem wir durch unterschiedliche ökologische Zonen wandern. Wir entdecken das subtropische Arun-Tal, das von warmem, terrassiertem Ackerland geprägt ist. Wir beobachten Bauern auf ihren Reisfeldern und beim Ernten von großen Bananenstauden. Vom Kongma-Pass genießen wir den Rundumblick, bevor wir über die Pässe Shipton und Keke das obere Barun-Tal erreichen. Wir sind in der subalpinen Zone, hier prägen steile Granitklippen und spektakuläre Wasserfälle die Landschaft – so abgelegen, dass sogar Schneeleoparden meist unbemerkt durch die Berge streifen. Durch dichten Rhododendron- und Nebelwald wandern wir schließlich in alpines Gelände, wo uns Wiesen voller Kräuter, Gräser und Wacholder erwarten und wo die Sherpa ihre Yaks weiden lassen. Nun ist es nicht mehr weit bis ins Basislager auf 4.870 m. Vor uns erheben sich die markanten Fels- und Eiswände des Makalu, des fünfthöchsten Berg der Erde und die leuchtend weißen Gipfel über uns scheinen zum Greifen nahe. Und wenn unser Blick über die Gletscher von Mount Everest und Lhotse schweift, wird der Kontrast zum Grün des durchwanderten Flusstals noch eindrucksvoller. Trekking zum Makalu Basislager – die Gegensätze ziehen uns 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.