



## ASIEN: NEPAL

# NEPAL – CLIMATE TREK HELAMBU

- > 7-tägiges Slow-Trekking (2 - 5 Std. täglich)
- > Auf dem Weg von Dorf zu Dorf die tibetisch-buddhistische Sherpa-Kultur erleben
- > Von Tharepati aus das Himalaya-Panorama des Jugal Himal bestaunen
- > Im Kathmandu-Tal sieben UNESCO-Weltkulturdenkmäler besichtigen
- > Das vom Climate Trek unterstützte Schulprojekt in Melamchigaon besuchen
- > Im Kloster Namo Buddha den Alltag buddhistischer Mönche kennenlernen
- > In Lodges mit solarer Energieversorgung übernachten

Grüne Hügel so weit das Auge reicht. Auf den Terrassenfeldern steht der Buchweizen in weißer Blüte, Orchideen schmücken die Baumstämme im mystischen Nebelwald. Und in der Ferne türmen sich die Bergriesen auf wie Wächter über die Natur. Wir befinden uns auf dem Climate Trek. Doch was ist das genau? „Ein innovatives, zukunftsweisendes Reisekonzept, das mich zu 100 % begeistert.“ (Manfred Häupl) Lokale Lodgebesitzer und Reiseagenturen, die Klimaschutzorganisation atmosfair, das forum anders reisen und Hauser Exkursionen haben sich zusammengeschlossen, um in der Helambu-Region einen Trekkingpfad wieder aufleben zu lassen, nachdem das Erdbeben 2015 die Region schwer erschüttert hat. Der Wiederaufbau der Lodges, erdbebensicher und versorgt mit erneuerbarer Energie, sichert den Menschen vor Ort langfristig ihre Einkünfte. Und uns die Chance, die Schätze dieser Region in gemächlichem Tempo zu erkunden. Wir wandern auf und ab, über Steintreppen und durch knorrigen Rhododendronwald. Immer wieder öffnet sich uns die Fernsicht auf die Bergkette des Jugal Himal, dessen Gipfel fast die 7.000 Meter knacken. Wir lernen die hier verwurzelte Sherpa-Kultur kennen, die ansonsten im Khumbu-Gebiet nahe des Mount Everest anzutreffen ist, und erfahren das Leben in den Dörfern hautnah – und immer wieder bewundern wir die buddhistischen Chörten, Stupas und Wassermühlen. Bevor es zurück nach Kathmandu geht, besuchen wir ein Schulprojekt, das wie die Lodges mit erneuerbaren Energiesystemen ausgestattet wurde und sehen mit eigenen Augen, was der Climate Trek hier bewegt. Eine echte Win-win-Situation.

Profil: Der Fokus dieser Reise liegt auf einem Einsteiger-Trekking durch Bergdörfer Nepals mit Einblicken in die landschaftliche und kulturelle Vielfalt der wiederauflebenden Helambu-Region. In den nach dem Erdbeben 2015 neu aufgebauten Lodges – ausgestattet unter anderem mit solarer Energieversorgung und Warmwasserbereitern – erfahren wir typische nepalesische Gastfreundschaft. Anforderung: Voraussetzung für diese Reise sind Kondition, Ausdauer und Trittsicherheit für Wanderungen mit bis zu 5 Std. Gehzeit auf unterschiedlich beschaffenem

Gelände. Dazu gehören breite Wanderwege, steile Bergpfade im Auf- und Abstieg sowie zahlreiche, oft höhere Natursteinstufen und die Querung zweier Hängebrücken. Es sind keine technischen Vorkenntnisse erforderlich, dadurch eignet sich das Trekking auch für Einsteiger. Durch ungünstige Witterungsbedingungen, wie zum Beispiel Schnee im Frühjahr in den Hochlagen, und je nach Kondition der Gruppe können sich die Gehzeiten verlängern. Die Wanderungen 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, Bhaktapur und Dhulikel in Hotels der Mittelklasse. Alle Zimmer verfügen über ein Badezimmer. Während des Trekkings sind wir in Lodges untergebracht, die nach dem Erdbeben 2015 neu errichtet wurden. Beim Wiederaufbau der Lodges wurde ein besonderes Augenmerk auf die erdbebensichere Bauweise gelegt. Solarthermie- und Photovoltaikanlagen, effiziente Öfen und Wasseraufbereitungsanlagen sorgen in den Lodges für einen möglichst ressourceneffizienten Betrieb. Sie sind einfach und zweckmäßig eingerichtet. Die Zimmer verfügen über zwei Betten (mit Matratze und Kopfkissen) und kein Badezimmer. 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) oder es werden Schüsseln mit erwärmten Wasser zum Frisch machen zur Verfügung gestellt. Die Zimmer sind nicht beheizt, zusätzliche Decken sind erhältlich. Der Speise-/Aufenthaltsraum im Hauptgebäude der Lodges kann mittels Ofen beheizt werden. Dieser wird in der Regel nur stundenweise angefeuert, da Brennmaterial nur begrenzt zur Verfügung steht. In manchen Orten gibt es zwei Lodges und wir entscheiden pro Termin, wo wir übernachten, sodass alle Lodges vom Climate Trek profitieren. Einzelzimmer können in den Lodges nicht garantiert werden, weshalb der Einzelzimmerzuschlag nur 4 Nächte umfasst. 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 Gaststätten ein. Während des Trekkings essen wir in den Lodges. Die vegetarischen Mahlzeiten werden aus regionalen und saisonalen Zutaten frisch zubereitet. 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. In einigen Lodges sind bereits Filtersysteme für Trinkwasser installiert. Bei Lebensmittelunverträglichkeiten bitten wir Sie, sich selbst um entsprechendes Essen zu kümmern. Vegetarisches Essen ist in Nepal die Norm, veganes Essen leider nicht umsetzbar. Wir bitten um Verständnis! Nachhaltigkeit: Das Projekt "Climate Trek": Nach einer ersten Soforthilfe nach dem Erdbeben 2015 initiierten die Klimaschutzorganisation atmosfair, das forum anders reisen und Hauser Exkursionen eine langfristige Initiative, um in der Region Helambu den Wiederaufbau der Häuser mit erneuerbarer Energie zu unterstützen. Hierfür haben wir mit lokalen Lodgebesitzern und Reiseagenturen zusammengearbeitet und neue, komfortablere und erbebensichere Lodges errichtet. Alle Lodges wurden zudem mit Solaranlagen zur Energiegewinnung, solaren Warmwasserbereitern und ressourceneffizienten Öfen zum Kochen und Heizen ausgestattet. Außerdem wurden die Lodgebesitzer touristisch im Umgang mit Gästen geschult, um eine langfristige wirtschaftliche Perspektive zu bieten. Mit Ihrer Teilnahme an dieser Reise werden Sie Teil dieses neuen, innovativen Reisekonzeptes. Detailliertere Informationen zum Projekt finden Sie unter: [www.hauser-exkursionen.de/go-green/nepal-climate-trek](http://www.hauser-exkursionen.de/go-green/nepal-climate-trek) Porter Policy: 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 Verdienstausschlag 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>. Fahrten: Zum Ausgangspunkt sowie nach Abschluss des Trekkings reisen wir in Allradfahrzeugen. Die Pisten in der Region Helambu sind teilweise in schlechtem Zustand. Je nach Straßenverhältnissen können die Fahrten sehr holprig werden, bei Bandscheibenproblemen raten wir von dieser Reise ab. Stromversorgung: In den allermeisten Lodges stehen Steckdosen (Typ C) zum Aufladen von Elektrogeräten zur Verfügung. 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 unbekannten 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

Bei Ankunft mit dem Gruppenflug erfolgt der Transfer mit unserem örtlichen Hauser-Reiseleiter 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. 00:15 Std. | Fahrstrecke: ca. 4 km | Unterkunft: Hotel Marshyangdi in Kathmandu | Verpflegung: A

### 3. Reisetag: Sightseeing in Kathmandu

Unter Führung der Reiseleitung besichtigen wir die historische Altstadt von Kathmandu. Wir spazieren durch das Einkaufsviertel Thamel und durch belebte Basarstraßen. Nach dem Mittagessen in einer lokalen Gaststätte besuchen wir den Tempelkomplex Swayambunath mit seiner großen Stupa. Viele Affen springen in den Bäumen, zwischen den Statuen und den Tempelanlagen umher. Vom aussichtsreichen Hügel genießen wir den Blick über das Kathmandu-Tal.

Fahrzeit: ca. 02:00 Std. | Fahrstrecke: ca. 20 km | Unterkunft: Hotel Marshyangdi in Kathmandu | Verpflegung: F

#### **4. Reisetag: Beginn des Climate Treks - Jeeptransfer nach Thangkure und Wanderung nach Chipling**

Mit Allradfahrzeugen werden wir über holprige Pisten und Sträßchen aus dem Kathmandutal zum Ausgangspunkt unseres Treks gebracht. Wir legen noch einen kurzen Stopp an der schönen Stupa von Bodnath ein und verlassen dann das Stadtgebiet von Kathmandu und tauchen in das ländliche Nepal ein. Kleine Siedlungen mit einfachen Häuschen, Menschen, die auf ihren Feldern arbeiten und Händler, die oft mit abenteuerlich beladenen Fahrrädern oder Ochsengespannen unterwegs sind, prägen das Straßenbild. Bevor wir auf unseren Trek in der Helambu-Region starten, wird unser Gepäck auf Träger verteilt. Nach dem Mittagessen wandern wir auf guten Wegen teils steil bergauf bis zum Dorf Chipling auf 2.150 Metern Höhe. In unserer Lodge erwartet uns am Abend ein traditionell zubereitetes Abendessen.

Gehzeit: ca. 02:00-03:00 Std. | Gehstrecke: ca. 4 km | Fahrzeit: ca. 04:00 Std. | Fahrstrecke: ca. 70 km | Aufstieg: 485 m | Abstieg: 45 m | Unterkunft: Lama Guest House oder Mountain View Guest House in Chipling | Verpflegung: F, M, A

#### **5. Reisetag: Wanderung von Chipling nach Kutumsang**

Leicht steigen wir heute Vormittag über Steinstufen auf und ab bis zum Dorf Ghul Bhanjang (2.180 m) – eine wunderbare Gelegenheit, die Kulturlandschaft in uns aufzunehmen. Nach langer Pause und Stärkung beim Mittagessen in einer Lodge, geht es weiter hinauf auf knapp 2.600 Meter. Wir genießen – bei guter Sicht – erste Blicke auf 6000er in der Ferne und wandern dann im leichten Abstieg bis zu unserem Ziel Kutumsang auf 2.520 m.

Gehzeit: ca. 04:00-05:00 Std. | Gehstrecke: ca. 9.5 km | Aufstieg: 735 m | Abstieg: 455 m | Unterkunft: Mountain View Lodge oder Namaste Lodge in Kutumsang | Verpflegung: F, M, A

#### **6. Reisetag: Wanderung von Kutumsang nach Mangengoth**

Heute erreichen wir den Eingang zum Langtang Nationalpark. Durch schöne Rhododendronwälder steigen wir kontinuierlich bergan, bis wir unser heutiges Ziel Mangengoth auf 3.285 m erreicht haben. Von Aussichtsplätzen genießen wir den Blick auf die umliegende Landschaft. Heute bewältigen wir im Vergleich zu den anderen Trekkingtagen mit 1.000 m im Aufstieg die meisten Höhenmeter und dies auf einer sehr kurzen Strecke von nur 6 Kilometern. Wir lassen es langsam angehen und kommen trotzdem schon am frühen Nachmittag in unserer Lodge an. Die Zeit vor dem Abendessen nutzen wir für einen Aufstieg zu einem Aussichtspunkt. Von hier aus blicken wir auf die gesamte Kette des Jugal Himal mit mehreren Bergen über 6.000 m. Wer lieber in der Lodge bleiben möchte, genießt die freie Zeit bei einem guten Buch oder einem Nachmittagstee. Übernachten wir im Lama Guesthouse wandern wir noch ca. 20 Minuten weiter und genießen hier die Sonnenterrasse.

Gehzeit: ca. 03:00-04:00 Std. | Gehstrecke: ca. 6 km | Aufstieg: 875 m | Abstieg: 120 m | Unterkunft: Green View Lodge oder Lama Guest House in Mangengoth | Verpflegung: F, M, A

## **7. Reisetag: Wanderung von Mangengoth nach Tharepati**

Heute führt uns der Weg hinauf zum höchsten Punkt des Climate Treks, dem Passdorf Tharepati auf 3.640 m Höhe. Bei gutem Wetter begeistert die Fernsicht in Richtung Norden auf die uns nun bereits vertrauten Berge des Jugal Himal.

Gehzeit: ca. 02:00-03:00 Std. | Gehstrecke: ca. 4.5 km | Aufstieg: 445 m | Abstieg: 30 m |  
Unterkunft: Sumcho Top Lodge in Tharepati | Verpflegung: F, M, A

## **8. Reisetag: Wanderung von Tharepati nach Melamchigaon und Besuch eines Schulprojektes**

Frühmorgens besteht die Möglichkeit, noch vor dem Frühstück auf einen Aussichtspunkt aufzusteigen und den Sonnenaufgang zu genießen. Hierfür müssen ca. 2 Stunden eingeplant werden. Nach dem Frühstück begeben wir uns auf einen starken Abstieg bis hinunter nach Melamchigaon. Über 1.000 Höhenmeter verlieren wir und daher sind Trekkingstöcke heute besonders hilfreich, um die Belastung in den Oberschenkeln und Knien abzufedern. Durch Nebelwald mit dick bemoosten Stämmen und Ästen und über eine Hängebrücke erreichen wir schließlich Melamchigaon. Im Dorf befindet sich eine buddhistische Meditationshöhle, in der wir einen Eindruck vom Einfluss des tibetischen Buddhismus in dieser Region bekommen. Außerdem besuchen wir das von atmosfair geförderte Schulprojekt im Dorf. Die Schule wird, genauso wie die Lodges auf dem Climate Trek, mit Technik auf Basis erneuerbarer Energieträger unterstützt. Wir machen uns einen Eindruck von dem Schulgelände und dem neu errichteten Mädcheninternat.

Gehzeit: ca. 03:00-04:00 Std. | Gehstrecke: ca. 4.5 km | Aufstieg: 20 m | Abstieg: 1140 m |  
Unterkunft: Eco-Friendly Lodge oder Yangrima Lodge in Melamchigaon | Verpflegung: F, M, A

## **9. Reisetag: Wanderung von Melamchigaon nach Tarkeghyang**

Heute steigen wir bis zur Hängebrücke des Melamchi-Flusses ab. Wir begegnen immer wieder buddhistischen Tshörten, Stupas, Wassermühlen mit Gebetszylindern oder sogar sogenannten "Geisterfallen", die aus der Bön-Religion entstammen und lernen das dörfliche Nepal und die hier in der Region verankerte Sherpa-Kultur intensiv kennen. Nach dem Abstieg essen wir zu Mittag, bevor wir zu unserer Lodge in Tarkeghyang (2.600 m) wieder aufsteigen. Bei gutem Wetter bietet die Lodge einen guten Blick auf den heiligen Berg Ama Yangri. Das Dorf Tarkeghyang wurde beim Erdbeben 2015 fast vollständig zerstört. Auch das zentrale Kloster wurde sehr in Mitleidenschaft gezogen. Dennoch können wir einen kurzen Blick ins Innere werfen und die große Gebetsmühle im Uhrzeigersinn drehen. Die meisten Bewohner sind nach Kathmandu gezogen und warten darauf, ihre Häuser wieder aufbauen zu können. Die neu erbaute Lodge liegt idyllisch am Rande des Dorfes. Ein traditionelles Abendessen erwartet uns, ebenso wie der letzte Abend mit unserer Trekkingmannschaft.

Gehzeit: ca. 04:00-05:00 Std. | Gehstrecke: ca. 6 km | Aufstieg: 675 m | Abstieg: 620 m |  
Unterkunft: Hotel Tarkeghyang in Tarkeghyang | Verpflegung: F, M, A

## **10. Reisetag: Wanderung von Tarkeghyang nach Sermathang**

Unser letzter Trekkingtag führt uns auf fast gleichbleibender Höhe in das Organic Village Ghangyul. Wir werden mit dem tibetischen Gruß "Tashi Delek" willkommen geheißen und legen eine Teepause ein. Die Bewohner des Dorfes haben sich entschlossen, Obst, Getreide und Gemüse ohne künstlichen Dünger anzubauen. Das hat sich auch bereits bis nach Kathmandu herumgesprochen, wo angesagte Restaurants zu Abnehmern der Bio-Produkte des Dorfes zählen. Kurz bevor wir das Dorf Sermathang erreichen, passieren wir noch das neu aufgebaute Kloster Tashi Choling. In Sermathang besuchen wir ein weiteres Schulprojekt, welches an einem schönen Aussichtspunkt gelegen ist. Unsere letzte Nacht verbringen wir abermals in einer Lodge und verabschieden uns beim Abendessen von unseren Begleitern.

Gehzeit: ca. 04:00-05:00 Std. | Gehstrecke: ca. 11.5 km | Aufstieg: 540 m | Abstieg: 470 m |  
Unterkunft: Yangrima Eco-Lodge in Sermathang | Verpflegung: F, M, A

## **11. Reisetag: Fahrt nach Dhulikel und Besuch des Klosters Namobuddha**

Auf der Rückfahrt werden wir Nepal aufgrund der gesammelten Erfahrungen mit anderen Augen sehen. Viele Bilder und Begegnungen liegen hinter uns und haben uns die Traditionen und Kultur der Helambu-Region näher gebracht. Wir folgen auf der Fahrt ein Stück dem Lauf des Indrawati-Flusses bevor es hinauf nach Dhulikel und zu unserer Unterkunft geht. Am Nachmittag besuchen wir das Kloster Namobuddha, in dessen Anlage zu wechselnden Tageszeiten öffentliche Zeremonien (ca. 1 Std.) stattfinden. Über 150 hier lebende Mönche finden sich zum Gebet und Gesang zusammen. Mit etwas Glück können wir einer dieser Zeremonien beiwohnen.

Fahrzeit: ca. 06:00 Std. | Fahrstrecke: ca. 70 km | Unterkunft: Gaia Holiday Home in Dhulikhel |  
Verpflegung: F, A

## **12. Reisetag: Fahrt nach Bhaktapur**

Wir genießen in Ruhe unser Frühstück. Danach fahren wir nach Panauti. Der alte Ortskern von Panauti ist im typischen Newari-Stil erbaut. Der Indreshwar-Mahadev-Tempel und das dazugehörige Museum sind einen Besuch wert (fakultativ). Nach dem Mittagessen setzen wir unsere Fahrt fort bis nach Bhaktapur, der dritten Königstadt im Kathmandutal. In der Altstadt sind wir in einem Hotel untergebracht.

Fahrzeit: ca. 01:30 Std. | Fahrstrecke: ca. 30 km | Unterkunft: Hotel Bhadgaon in Bhaktapur |  
Verpflegung: F

### 13. Reisetag: Freie Zeit oder geführte Besichtigung der Königsstadt Bhaktapur

Heute besteht die Möglichkeit entweder auf eigene Faust die Königsstadt Bhaktapur zu erkunden oder an einer geführten Besichtigung mit der Reiseleitung teilzunehmen (fakultativ; vor Ort zu zahlen). Die Königsstadt fasziniert mit ihren Tempeln, mittelalterlich anmutenden Häusern und autofreien Gassen. Seit dem Erdbeben 2015, wird kontinuierlich am Wiederaufbau des Stadtkerns gearbeitet, sodass wir schon jetzt den früheren Gesamteindruck wieder wahrnehmen. Am Durbar Square finden sich die Hindu-Tempel mit bemalten Holzschnitzereien und steinernen Schutztieren. Berühmt sind das vergoldete Tor des Königspalastes und ganz besonders Nyatapola, die höchste Pagode Nepals, die das Erdbeben erstaunlicherweise völlig unbeschadet überstanden hat. Das Töpferviertel und der Dattatreya-Platz, mit seinen Priesterhäusern und kunstvoll geschnitzten Fensterrahmen, laden zu einem Streifzug ein. Abends können wir uns zu einem gemeinsamen Abschiedsessen in einem Restaurant treffen (fakultativ).

Unterkunft: Hotel Bhadgaon in Bhaktapur | Verpflegung: F

### 14. Reisetag: Rückflug nach Deutschland

Transfer zum Flughafen und Rückflug nach Deutschland.

Fahrzeit: ca. 01:00 Std. | Fahrstrecke: ca. 10 km | Verpflegung: F

| TERMINE UND PREISE |            |        |            |
|--------------------|------------|--------|------------|
| von                | bis        | Plätze | Preis in € |
| 06.10.2025         | 19.10.2025 | ✓      | 2.995 €    |
| 20.10.2025         | 02.11.2025 | ✓      | 3.295 €    |
| 07.11.2025         | 20.11.2025 | ✓      | 2.995 €    |
| 21.11.2025         | 04.12.2025 | ✓      | 2.995 €    |
| 17.12.2025         | 30.12.2025 | ✓      | 2.995 €    |

Viele = ✓ Wenige = ! keine = ✗

## LEISTUNGEN

- > Lokale Hauser-Reiseleitung ab/bis Kathmandu
- > Flug mit Qatar Airways oder Turkish Airlines 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
- > 12 x Frühstück, 7 x Mittagessen, 9 x Abendessen
- > Übernachtung 5 x in Mittelklassehotels, 7 x in Lodges (Gemeinschaftsbad)
- > Gepäcktransport
- > Begleitmannschaft
- > Eintrittsgebühren lt. Programm
- > Reisekrankenschutz
- > Übernachtung 5 x in Mittelklassehotels, 7 x in Lodges (Gemeinschaftsbad)
- > 12 x Frühstück, 7 x Mittagessen, 9 x Abendessen
- > Gepäcktransport
- > Begleitmannschaft
- > Eintrittsgebühren lt. Programm
- > CO2-Kompensation des Fluges über atmosfair

## NICHT ENTHALTENE LEISTUNGEN

- > Visagebühren
- > Weitere Mahlzeiten und Getränke (ca. 130,00 €)
- > Trinkgelder
- > Individuelle Ausflüge und Besichtigungen

## TEILNEHMER/INNEN

Mindestanzahl von Personen: 3

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

> 2-2

### Generelle Hinweise

>

Grüne Hügel so weit das Auge reicht. Auf den Terrassenfeldern steht der Buchweizen in weißer Blüte, Orchideen schmücken die Baumstämme im mystischen Nebelwald. Und in der Ferne türmen sich die Bergriesen auf wie Wächter über die Natur. Wir befinden uns auf dem Climate Trek. Doch was ist das genau? „Ein innovatives, zukunftsweisendes Reisekonzept, das mich zu 100 % begeistert.“ (Manfred Häupl) Lokale Lodgebesitzer und Reiseagenturen, die Klimaschutzorganisation atmosfair, das forum anders reisen und Hauser Exkursionen haben sich zusammengeschlossen, um in der Helambu-Region einen Trekkingpfad wieder aufleben zu lassen, nachdem das Erdbeben 2015 die Region schwer erschüttert hat. Der Wiederaufbau der Lodges, erdbebensicher und versorgt mit erneuerbarer Energie, sichert den Menschen vor Ort langfristig ihre Einkünfte. Und uns die Chance, die Schätze dieser Region in gemächlichem Tempo zu erkunden. Wir wandern auf und ab, über Steintreppen und durch knorrigen Rhododendronwald. Immer wieder öffnet sich uns die Fernsicht auf die Bergkette des Jugal Himal, dessen Gipfel fast die 7.000 Meter knacken. Wir lernen die hier verwurzelte Sherpa-Kultur kennen, die ansonsten im Khumbu-Gebiet nahe des Mount Everest anzutreffen ist, und erfahren das Leben in den Dörfern hautnah – und immer wieder bewundern wir die buddhistischen Chörten, Stupas und Wassermühlen. Bevor es zurück nach Kathmandu geht, besuchen wir ein Schulprojekt, das wie die Lodges mit erneuerbaren Energiesystemen ausgestattet wurde und sehen mit eigenen Augen, was der Climate Trek hier bewegt. Eine echte Win-win-Situation.

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