



Nepal Himalaya Reisen Pvt. Ltd.

Mit dem Original nach Nepal

www.nepal-trek-tours.de – info@nepal-trek-tours.de

Trekking Tour Rund um Annapurna

- | | |
|-------------------|--|
| ➤ Beste Reisezeit | März / April & September bis Dezember |
| ➤ Schwierigkeit | mittelschweres Trekking |
| ➤ Höchster Punkt | 5416 Meter / Thorong La Pass |
| ➤ Reisedauer | 21 Tage |
| ➤ Trekking Tage | 17 Tage |
| ➤ Gruppengröße | min. 2 Teilnehmer / max. 8 Teilnehmer |
| ➤ Preis | auf Anfrage – wir garantieren einen fairen Preis |

Kurzübersicht:

01 Tag	Ankunft in Kathmandu	ÜN Hotel (A)
02 Tag	Kathmandu	ÜN Hotel (F)
03 Tag	Fahrt nach Besisahar & Trekking nach Ngadi (900m)	ÜN Lodge (F/M/A)
04 Tag	Trekking nach Syange (1100m)	ÜN Lodge (F/M/A)
05 Tag	Trekking nach Tal (1700m)	ÜN Lodge (F/M/A)
06 Tag	Trekking nach Thanchok Danda (2150m)	ÜN Lodge (F/M/A)
07 Tag	Trekking nach Ghame (2670m)	ÜN Lodge (F/M/A)
08 Tag	Trekking nach Lower Pisang (3190m)	ÜN Lodge (F/M/A)
09 Tag	Trekking nach Manang (3545m)	ÜN Lodge (F/M/A)
10 Tag	Manang	ÜN Lodge (F/M/A)
11 Tag	Trekking nach Yak Kharka (4100m)	ÜN Lodge (F/M/A)
12 Tag	Trekking nach Phedi (4450m)	ÜN Lodge (F/M/A)
13 Tag	Trekking nach Muktinath (3800m) via Thorong La (5416m)	ÜN Lodge (F/M/A)
14 Tag	Trekking nach Kagbeni (2800m)	ÜN Lodge (F/M/A)
15 Tag	Trekking nach Jomsom (2858m)	ÜN Lodge (F/M/A)
16 Tag	Trekking nach Tatopani	ÜN Lodge (F/M/A)
17 Tag	Trekking nach Ghorepani (2775)	ÜN Lodge (F/M/A)
18 Tag	Poon Hill & Trekking nach Thikhedhunga (1577m)	ÜN Lodge (F/M/A)
19 Tag	Trekking nach Nayapul & Pokhara	ÜN Hotel (F)
20 Tag	Fahrt nach Kathmandu	ÜN Hotel (F)
21 Tag	Heimreise	

Reisebeschreibung:

Ankunft in Kathmandu

Vom Flughafen, wo wir Sie abholen, begleiten wir Sie zum Hotel, wo Sie auch Ihren Trekking Guide kennen lernen. Eventuell haben Sie noch einige Fragen? Die beantworten wir gern am Abend bei einem kleinen Willkommen Essen, zu dem wir Sie einladen.

Übernachtung im Hotel (A)

Ein Tag in Kathmandu

Kathmandu – die Stadt mit den vielen Tempeln und Pagoden hat enorm viel zu bieten. Lassen sie sich treiben. Es lohnt sich. Optional bieten wir Ihnen sehr gern eine, auch deutschsprechende organisierte Stadt Tour an. Sprechen Sie uns bitte an bei Interesse.

Übernachtung im Hotel (F)

Fahrt nach Besisahar & Treck nach Ngadi (900m)

Wir verlassen Kathmandu per privat Auto und machen uns auf den Weg nach Besisahar. Ab hier wagen wir das Abenteuer – Lokal Jeep – bis nach Bhule Bhule, von wo aus es dann endlich zu Fuß weiter geht. In Angdi übernachten Sie das erste Mal in einer Berg Lodge.

Übernachtung in Lodge (F/M/A) Wanderzeit etwa: 1 Stunde

Trekking nach Syange (1100m)

Herrliche Wege in subtropischer Vegetation und reizvolle Wege durch kleine Gurung Siedlungen erleben Sie am heutigen Tag. Wir marschieren vorbei an Reisterrassen Felder und vielen Wasserfällen. Gleich zu Beginn überqueren wir eine der längsten Hängebrücken der Region.

Übernachtung in Lodge (F/M/A) Wanderzeit: etwa 7 Stunden

Trekking nach Tal (1700m)

Es wird etwas anspruchsvoller, noch immer in einer recht üppig grünen Landschaft, tief im Marshyangdi Tal entlang am tosenden Fluss. Der Tag wird typisch nepalesisch – hoch und wieder runter. Das kann schon mal schweißtreibend werden. Zum Ende wird's noch etwas heftiger, wenn es heißt den letzten Anstieg des Tages zu erklimmen. Reich belohnt werden Sie jedoch mit dem zauberhaften Blick auf den Fluss, der sich unter ihnen durch das Tal schlängelt.

Übernachtung in Lodge (F/M/A) Wanderzeit: 6 Stunden

Trekking nach Thanchok Danda (2150m)

Immer tiefer dringen wir in das schöne Tal hinein. Unverkennbar wir kommen in Gebiet was von Buddhisten bewohnt wird. Viele Chörten und wehende Gebetsfahnen säumen die Wege. Auf den Pfaden durch die kleinen Siedlungen Dharapani und Bagarchap eröffnen sich Blicke zum 8000'ter Manaslu.

Übernachtung in Lodge (F/M/A) Wanderzeit: etwa 7 Stunden

Trekking nach Chame (2670m)

Wir erreichen den Hauptort des Manang Distriktes an einem eher leichten Wandertag meist durch einen herrlichen Pinienwald. Auch auf Bergsichten müssen Sie nicht verzichten, denn heute zeigt sich die Annapurna III in ihrer vollen Pracht. Recht zeitig schon in der Lodge, nutzen Sie die freie Zeit zum Relaxen, denn es wird auch wieder anstrengender die folgenden Tage.

Übernachtung in Lodge (F/M/A) Wanderzeit: etwa 4 Stunden

Trekking nach Lower Pisang (3190m)

Wir knacken die 3000 Meter Marke. Wunderschöne Fichtenwälder mit Blicken zur Annapurna ist ein schöner Start der Tageswanderung. In unserer Lodge in Lower Pisang angekommen, erholen wir uns bei einer Tasse Tee. Doch danach steigen Sie noch einmal hinauf, auch zur besseren Höhenanpassung, nach Upper Pisang. Die kleine bezaubernde Gumba ist allemal ein Ausflug wert.

Übernachtung in Lodge (F/M/A) Wanderzeit etwa: 6 Stunden

Trekking nach Manang (3545m) via Nawar & Gyaru

Die Höhen, in die wir jetzt kommen, machen sich durchaus bemerkbar. Doch immer schön langsam und mit ausreichenden Trinkpausen, packen wir den Weg. Auf dem Weg nach Manang, wo wir zwei Nächte verbringen, machen wir einen Halt im noch recht ursprünglichen Braga mit der alten Gumba. Übernachtung in Lodge (F/M/A) Wanderzeit etwa: 8 Stunden

Ausflüge rings um Manang

Gute Höhenanpassung ist ein Muss den Thorong La zu knacken und die folgenden Tage sich gut zu fühlen. Es gibt verschiedene Optionen heute. Entweder Sie unternehmen eine Tour zum Gangapurna Gletscher mit den magischen 4000 Höhenmetern. Oder Sie machen sich auf den Weg zum Ice Lake auf 4700 Meter, mit Blicken die mehr als spektakulär sind. Gemeinsam mit unserem Guide können Sie am Vorabend beratschlagen welche die bessere Alternative wäre.

Übernachtung in Lodge (F/M/A) Wanderzeit etwa: 5 bis 8 Stunden

Trekking nach Yak Kharka (4100m)

Immer höher hinauf geht es voran. Sie passieren beschauliche Bergdörfer in eingekesselt in eine gigantisch anzusehende Bergwelt. Mit Blicken zu Manaslu und Peak 29 kämpfen Sie sich langsam in Richtung Pass.

Übernachtung in Lodge (F/M/A) Wanderzeit etwa: 7 Stunden

Entscheidung vor dem Thorong La Pass

Start ist heute, an einem recht anstrengenden Tag, nach Phedi (4450m) durch die karge aber phänomenale Hochgebirgs Landschaft. In Phedi machen wir eine ausgiebige Mittagspause, auch zum Verschnaufen. Je nach Ihrer körperlichen Verfassung übernachten Sie in Phedi oder aber Sie laufen bis zum High Camp (4900m) und übernachten dort. Beraten Sie sich mit dem Guide. Aber auch wenn „nur“ in Phedi übernachtet wird, ist ein ausreichend in Ruhe gegangener Akklimatisations Trip etwas höher, äußerst wichtig.

Übernachtung in Lodge (F/M/A) Wanderzeit etwa: 6 Stunden bis Phedi und 8 Stunden bis High Camp

Über den Thorong La (5416m) nach Muktinath (3800m)

Heute wird es heftig. Auch wenn es die Königsetappe ist. Keine Bange Schritt für Schritt in aller Ruhe und viele Trinkpausen beim Aufstieg bringen Sie Stück für Stück über den Pass, der mit den vielen bunten Gebetsfahnen unverkennbar ist. Der Rundumblick in den Himalaya ist Lohn für alle Mühen. Versprochen. Was heute mühevoll hinaufgelaufen wurde, muss alles wieder unterwärts in Angriff genommen werden. Auf geht's in eine andere Welt nach Muktinath. Dominierten bisher hohe Berge, können Sie sich jetzt am kargen doch durchaus interessanten Hochgebirgs Plateau satt sehen. Ein Tag der an Erlebnissen kaum zu überbieten ist.

Übernachtung in Lodge (F/M/A) Wanderzeit etwa: 9 Stunden

Trekking nach Kagbeni (2800m)

Nach solch einer Anstrengung wie gestern ist der heutige Tag wie Balsam. Bevor Sie starten schauen Sie sich noch die Pilgerstädte in Muktinath an. Aber danach geht's durch eine solch andere Landschaft als die Tage zuvor. Bis weit hinein nach Tibet können Sie schauen. Kagbeni ist ein äußerst lieblicher Ort mit noch vielen alten historischen Gebäuden. Sehr eindrucksvoll ist die Gumba, die Sie sich unbedingt ansehen sollten. Eine Tasse Kaffee mit einem Stück leckeren Apple Pie sollten Sie hier in einem der Bakerys mit Blick in eine so schöne Gegend genießen. Kleiner Tipp! Die Bakery am Ortsausgang in Richtung Check Point nahe Mustang ist ein sehr schöner Ort mit Blick bis weit nach Tibet und leckerem Kuchen.

Übernachtung in Lodge (F/M/A) Wanderzeit etwa: 4 Stunden

Trekking nach Jomsosm (2858m)

Wir durchqueren die tiefste Schlucht der Erde, genau zwischen den 8000'ern Dhaulagiri und Annapurna. Da ab Mittag heftige Winde auftreten, starten wir recht früh am Morgen. Im Flussbett des Kali Genadaki, dessen Verlauf wir folgen, haben Sie eventuell Glück bei der Suche nach den berühmten Saligram Steinen.

Übernachtung in Lodge (F/M/A) Wanderzeit etwa: 5 Stunden

Die heißen Quellen von Tatopani

Heute schonen Sie Ihre Füße etwas. Es geht weiter per Lokal Bus mit kleinen Stopps in Marpha und Chasa. Sie haben es sich verdient, die letzten Tage waren anstrengend. Dafür haben Sie heute die Gelegenheit ein erquickendes Bad in den heißen Quellen von Tatopani gleich am Kali Gendaki Fluss zu genießen.

Übernachtung in Lodge (F/M/A)

Trekking nach Ghorepani (2775m)

Genug ausgeruht gestern, denn es geht wieder höher hinauf über sehr viele Natursteintreppen eine landschaftlich sehr schöne Tour durch subtropisches Gebiet bis zum Pass Ort Ghorepani.

Übernachtung in Lodge (F/M/A) Wanderzeit etwa: 8 Stunden

Trekking nach Tikhedhunga (1577m) und Poon Hill (3210m)

Der Poon Hill, der in Nepal als Hügel verstanden wird, ist ganz früh am Morgen der Platz, an dem Sie eins der schönsten Naturschauspiele beobachten können. Der sagenhafte Sonnenaufgang der die eisbedeckten Gipfel von Dhaulagiri, Annapurna, Machapuchare & Co in ein sanftes orange bis glühendes rot taucht ist ein Top Highlight. Wieder unten im Ort nehmen Sie Ihr Frühstück ein bevor wir nach Tikhedhunga starten.

Übernachtung in Lodge (F/M/A) Wanderzeit etwa: 8 Stunden mit Poon Hill

Auf dem Weg nach Pokhara

Nach einer nur winzig kleinen Etappe, durch die jetzt sehr schön grüne Region kommen wir in Nayapul an, wo schon das Auto zur Weiterfahrt nach Pokhara wartet. Unterwegs machen wir einen kleinen Halt im Tibetan Refuge Camp mit seinem schönen Kloster. Nach der Ankunft in Ihrem Hotel und einer kurzen Erfrischung, laden wir Sie ein zu einer Runde mit dem Ruderboot auf dem schönen Fewa See, von dem aus man bei klarem Wetter die Himalaya Riesen sehen kann.

Übernachtung im Hotel (F) Wanderzeit etwa: 2 Stunden

Rückfahrt nach Kathmandu

Im Tourist Bus (Flug gegen Aufpreis ist möglich) bewegen wir uns Richtung Hauptstadt. Je nach Verkehr sind Sie nach etwa 7 bis 8 Stunden wieder im Trubel Kathmandus.

Übernachtung im Hotel (F)

Heimreise

Pünktlich vor Abflug begleiten wir Sie zum internationalen Flughafen. Aber eventuell möchten Sie noch mehr erleben? Wie wäre es mit einem Besuch im Dschungel Nepal? Der Chitwan Nationalpark wartet mit vielen Abenteuern und Tierbeobachtungen. Sprechen Sie uns an bei Interesse.

Inklusive:

- ✓ Alle Transfers wie beschrieben
- ✓ Übernachtung mit Frühstück in Kathmandu und Pokhara im DZ – gutes Mittelklasse Hotel
- ✓ Englischsprechender Trekking Guide (deutschsprechend auf Anfrage und Verfügbarkeit)
- ✓ Träger beim Trekking
- ✓ Vollverpflegung beim Trekking

- ✓ ACAP – Annapurna NP Gebühr
- ✓ Tims Card
- ✓ Übernachtung in einfachen Lodgen beim Trekking
- ✓ Crew Krankenversicherung

Extras:

- Internationaler Flug (etwa 700 bis 900 Euro)
- Visa für Nepal
- Persönliche Ausgaben
- Reiseversicherungen
- EZ Zuschlag (Kathmandu)
- Alk. – und Softgetränke, Wasser
- Heisse Dusche (hot shower beim Trekking)
- WIFI & Batterie Aufladung beim Trekking
- Landesübliche Trinkgelder