



Nepal Himalaya Reisen Pvt. Ltd.

Mit dem Original nach Nepal

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

Trekking Tour ins Nar Phu Tal

| | |
|-------------------|---------------------------------------|
| ➤ Beste Reisezeit | März / April & September bis Dezember |
| ➤ Schwierigkeit | mittelschweres Trekking |
| ➤ Höchster Punkt | 5320 Meter / Khangla Pass |
| ➤ Reisedauer | 20 Tage |
| ➤ Trekking Tage | 16 Tage |
| ➤ Gruppengröße | min. 2 Teilnehmer / max. 8 Teilnehmer |
| ➤ Preis | laut Homepage |

Kurzübersicht:

| | | |
|--------|--|------------------|
| 01 Tag | Ankunft in Kathmandu | ÜN Hotel (F) |
| 02 Tag | Fahrt nach Besisahar & Trekking nach Ngadi (900m) | ÜN Lodge (F/M/A) |
| 03 Tag | Trekking nach Jagat (1330m) | ÜN Lodge (F/M/A) |
| 04 Tag | Trekking nach Dharapani (1860m) | ÜN Lodge (F/M/A) |
| 05 Tag | Trekking nach Kodo (2590m) | ÜN Lodge (F/M/A) |
| 06 Tag | Trekking nach Meta (3550m) | ÜN Lodge (F/M/A) |
| 07 Tag | Trekking nach Kyang (3840m) | ÜN Lodge (F/M/A) |
| 08 Tag | Trekking nach Phu (4050m) | ÜN Lodge (F/M/A) |
| 09 Tag | Phu – Himlung Basis Lager (4800m) | ÜN Lodge (F/M/A) |
| 10 Tag | Trekking nach Nar Phedi (3540m) | ÜN Lodge (F/M/A) |
| 11 Tag | Trekking nach Nar (4150m) | ÜN Lodge (F/M/A) |
| 12 Tag | Trekking nach Ngawal (3650m) via Kangla Pass (5320m) | ÜN Lodge (F/M/A) |
| 13 Tag | Trekking nach Manang (3540m) via Braga | ÜN Lodge (F/M/A) |
| 14 Tag | Manang – Ice Lake (4700m) | ÜN Lodge (F/M/A) |
| 15 Tag | Trekking nach Upper Pisang (3700m) | ÜN Lodge (F/M/A) |
| 16 Tag | Trekking nach Chame (2670m) | ÜN Lodge (F/M/A) |
| 17 Tag | Fahrt nach Besisahar | ÜN Lodge (F/M/A) |
| 18 Tag | Fahrt nach Kathmandu | ÜN Hotel (F/M) |
| 19 Tag | Kathmandu | ÜN Hotel (F) |
| 20 Tag | Heimreise | |

Reisebeschreibung:

1 Tag Ankunft in Kathmandu

Wir freuen uns Sie am Flughafen begrüßen zu dürfen und begleiten Sie zum Hotel. Nach ersten, sicher abenteuerlichen Eindrücken während der Fahrt, lernen Sie im Hotel Ihren Guide kennen.

Während eines entspannten Zusammenseins besprechen wir die Details Ihrer Nar Phu Trekking Tour.

Übernachtung im Hotel

2 Tag Fahrt nach Besisahar & Treck nach Ngadi (900m)

Wir verlassen Kathmandu per privat Auto und machen uns auf den Weg in ruhigere Gefilde, nach Besisahar. Ab hier wagen wir das Abenteuer Lokal Jeep und die Fahrt wird etwas beschwerlicher auf der Schotterpiste bis Bhule Bhule. Doch jetzt geht es endlich ein kleines Stück zu Fuss bis Ngadi weiter.

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

3 Tag Trekking nach Jagat (1330m)

Durch üppig grüne Landschaften, entlang des tosenden Flusses, wandern wir durch das schöne Marshyangdi Tal. Typisch nepalesisch – man nennt es auch Nepal Flat – geht der Weg immer wieder hoch und runter. Das kann schon recht schweißtreibend sein. Reich belohnt werden Sie vom zauberhaften Blick auf den Fluss, der sich unter Ihnen durch das Tal schlängelt.

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

4 Tag Trekking nach Dharapani (1860m)

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 zur kleinen Siedlungen Dharapani eröffnen sich Blicke zum 8000'ter Manaslu.

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

5 Tag Trekking nach Kodo (2590m)

Durch Eichen – und Rhododendren Wälder, gespickt mit vielen Gebetsfahnen und Chörten, starten wir allmählich ansteigend unseren Trekkingtag. Viele schöne Wasserfälle sehen wir unterwegs. Zur Mittagsrast in Timang gibt es neben einem köstlich frisch gekochten Essen auch beste Aussichten auf Manaslu, Peak 29 und Himalchuli. Der kleine Gurung Ort ist der Ausgangspunkt in das noch immer unbekanntere Nar Phu Tal.

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

6 Tag Trekking nach Meta (3550m)

Unser erster langer Trekking Tag im Nar Phu Tal liegt vor uns. Deshalb starten wir recht früh in den Tag. Wir verlassen die Annapurna Hauptroute und überqueren den Marsyaghdhi Fluss in Richtung Nar Phu Tal durch eine enge Schlucht. Herrliche und dichte Wälder sind unsere Weg Begleiter bis zur letzten Tagesetappe das Tal sich öffnet und wir einen letzten steileren Abschnitt erklimmen.

Übernachtung in Lodge (F/M/A) Wanderzeit: etwa 8 – 9 Stunden

7 Tag Trekking nach Kyang (3840m)

Viele Auf – und Abstiege erwarten uns heute. Mit fantastischen Ausblicken auf Lamjung, Pisang Peak und und Annapurna II kommt keine lange Weile auf. Farbenfrohe Manisteine und Chörten, die bekannt für das Nar Phu Tal sind, säumen unseren Weg durch das tief tibetisch geprägte Gebiet in die kleine Khampa Siedlung Kyang.

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

8 Tag Trekking nach Phu (4050m)

Während unseres Wandertages führt uns anfangs der Weg durch eine malerische Schlucht geht es steil hinauf zum Ortseingang in eins der abgelegensten Dörfer im Himalaya. Man sagt das vor über 900 Jahren sich hier erste Siedler niedergelassen haben. Auch heute begegnen uns immer wieder kleine Chörten welche für diese Gegend bekannt sind.

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

9 Tag Auszeit in Phu oder Trip zum Himlung Basis Lager

Sie entscheiden – entspannen Sie einen Tag in Phu und lernen Sie die Lebensweise der Bewohner mit ihrem traditionellen Lifestyle etwas besser kennen. Aber auch, ein nicht weit entferntes altes Bon Kloster lohnt sich anzusehen. Ein etwas längerer Tagesausflug zum zum Himlung – oder Ratnachuli Basis Lager wäre möglich. (etwa 8 Stunden) Wie auch immer Sie sich entscheiden, sicher haben alle Optionen etwas Gutes zu bieten.

Übernachtung in Lodge (F/M/A)

10 Tag Trekking nach Nar Phedi (3540m)

Fast immer hinab auf bekannten Wegen wandern wir zurück, zunächst bis Kyang. Später, nachdem wir eine Schlucht über einen tosenden Fluss auf einer Hängebrücke überquert haben, folgt ein etwa einstündiger steiler Anstieg mit besten Aussichten auf die umliegende Bergwelt. Wir haben die Gelegenheit die Nacht heute im Nar Phedi Kloster zu übernachten.

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

11 Tag Trekking nach Nar (4150m)

Wir beginnen unsere Wanderung mit einem allmählichen Aufstieg, der auch recht steile Abschnitte hat, bergauf Richtung Nar. Eine ehre kurze Etappe, die die jedoch mit über 600 Höhenmeter erst einmal erlaufen sein muss, bevor wir heute in den malerischen Ort Nar mit seinen im tibetischen Stil gebauten Häuschen kommen.

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

12 Tag Trekking nach Ngawal (3650m) via Kangla Pass (5320m)

Recht früh geht es los, gleich nach Tagesanbruch, wenn es hell geworden ist. Wir machen uns auf den Weg über den meist schneebedeckten Khangla Pass. Bevor Sie einen Blick auf die spektakuläre Annapurna Gruppe werfen können, ist ein langer Marsch, nicht immer einfach, nötig. 800 Höhenmeter sind zu bewältigen, bevor die fantastische Aussicht vom Gipfel wahrgenommen werden kann. Eine Pause zum Genießen und auch Erholen und schon geht es weiter, meist steil bergab bis Nagawal. Sollten wir heute den Weg bis Ngawal nicht schaffen oder das Wetter nicht so mitspielt, dann übernachten wir unterwegs im Zelt.

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

13 Tag Trekking nach Manang (3540m) via Braga

Am Ende des Tages können Sie sich endlich wieder auf etwa „Zivilisation“ freuen. Manang wartet mit einigen Annehmlichkeiten mehr, als die vergangenen Tage. Einen schönen Panoramaweg entlang erreichen wir den kleinen, noch sehr alten Ort Braga mit seinem Kloster. Hier legen wir einen Besichtigungshalt ein, ehe wir dann endgültig die letzte kurze Strecke bis Manang laufen.

Info: Von Manang aus ist es auch gut möglich die Annapurna Runde anzuschließen und über den Thorong La Pass ins Kali Gendaki Tal zu wandern. Oder aber zum Tilicho See zu wandern. Wir stellen Ihnen gern eine passende Tour zusammen.

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

14 Tag Tagesausflug zum Ice Lake

Wir nutzen den Tag uns besser an die ungewohnte Höhe anzupassen. Zwei Optionen gibt es. Zum einen, einen Ausflug zum Gangapurna Gletscher mit 4000 Metern Höhe oder wir machen uns auf den Weg zum Ice Lake, der auf 4700 Metern mit spektakulären Aussichten aufwarten kann.

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

15 Tag Trekking nach Upper Pisang (3700m)

Nachdem es gestern ein harter Tag war, wird es heute bedeutend leichter. Unser Weg führt durch sehr schöne Dörfer, vorbei an Manimauern und Chörten mit fantastischen Blicken auf die Annapurna.

Zum kleinen Dorf Ghyaru folgen wir dem Serpentin Weg immer abwärts, vorbei am glasklaren Mring Tso See, bis wir Upper Pisang erreichen.
Übernachtung in Lodge (F/M/A) Wanderzeit etwa: 5 Stunden

16 Tag Trekking nach Chame (2670m)

Im Angesicht des Pisang Peaks machen wir uns heute auf den Weg nach Chame, dem Hauptort des Manang Distriktes. Wunderschöne Fichtenwälder mit Blick zum Annapurna begleiten uns heute.
Übernachtung in Lodge (F/M/A) Wanderzeit etwa: 4 Stunden

17 Tag Fahrt nach Besisahar

Mit dem lokalen Jeep geht es über Stock und Stein, nicht immer angenehme Wege entlang. Je nach Wetter und Beschaffenheit der Schotterpiste unterwegs, kann die Fahrt schon etwas dauern.
Übernachtung in Lodge (F/M/A)

18 Tag Fahrt nach Kathmandu

Heute geht's etwas gemütlicher zu, im privaten Auto, mit dem wir aufbrechen zurück nach Kathmandu.
Übernachtung im Hotel (F/M)

19 Tag freie Zeit für Entdeckungen in Kathmandu

Kathmandu – die mega City im Aufbruch mit vielen heiligen und historischen Ecken. So ähnlich könnte man die Hauptstadt Nepals bezeichnen. Tauchen Sie ein in eine, für uns, so fremde exotische Welt. Genießen Sie einen Tag ganz nach Ihren Vorstellungen. Gern können Sie auch eine geführte Stadtbesichtigung bei uns buchen und sich auch erst in Nepal entscheiden.
Übernachtung im Hotel (F)

20 Tag Heimreise

Wir freuen uns, dass Sie bei uns waren und hoffen Sie haben Ihre Reise genossen. Vielleicht sieht man sich ja einmal wieder? Zum Ende Ihrer Reise bringen wir Sie pünktlich zum internationalen Flughafen und wünschen einen guten Flug.

Inklusive:

- ✓ Alle Transfers wie beschrieben
- ✓ Übernachtung mit Frühstück in Kathmandu im DZ – gutes Mittelklasse Hotel
- ✓ Englischsprechender Trekking Guide (deutschsprachig bei Verfügbarkeit)
- ✓ Träger beim Trekking
- ✓ Vollverpflegung beim Trekking
- ✓ ACAP – Annapurna NP Gebühr
- ✓ Nar Phu Spezial Permit
- ✓ Tims Card
- ✓ Übernachtung in einfachen Lodgen beim Trekking
- ✓ Crew Krankenversicherung

Extras:

- Internationaler Flug (etwa 700 bis 850 Euro) Stand Mai 2019
- 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