



# Nepal Himalaya Reisen Pvt. Ltd.

Tour Programm: Tamang Heritage Trail, Langtang & Helambu

- Gruppenreise 05.10. – 24.10.2025 -

## **05.10.2025 Ankunft in Kathmandu**

Wir freuen uns Sie am Flughafen begrüßen zu dürfen und begleiten Sie zum Hotel. Nach ersten abenteuerlichen Eindrücken der Stadt, lernen Sie bei Ankunft im Hotel Ihren Begleiter der nächsten Tage kennen und wir besprechen wir die restlichen Details der Tour.

Übernachtung Hotel (F)

## **06.10.2025 Fahrt nach Syabru Besi**

Ihre Tamang Heritage Trail Trekkingtour beginnt mit dem Jeep. Unterwegs bekommen Sie erste Eindrücke vom ländlichen Leben der Nepalesen. Die Fahrt führt vorbei an kleinen Ortschaften und Dörfern mit terrassenförmig angelegten Feldern. Nach etwa 5 bis 6 Stunden, je nach Verkehrslage erreichen wir Syabru Besi. Hier bleiben wir eine Nacht, bevor es am nächsten Tag endlich in die Berge geht. Übernachtung in der Lodge (F/M/A)

## **07.10.2025 Trekkingstart nach Gatlang (2240m)**

Zur größten Tamang Siedlung der Umgebung starten wir nach dem Frühstück, zunächst etwa für 2 Stunden steil hinauf durch bewaldetes Gebiet bis zu einem wunderbaren Aussichtspunkt mit Blicken hinein in das Land der Tamang. Die ersten Eisriesen, Ganesh Himal (7429 m) und Langtang Lirung (7225 m) können Sie von hier aussehen. In Goljung machen wir eine wohlverdiente Rast mit dem ersten Dal Bhaat (nepalesisches Hauptgericht), bevor wir noch einmal Kräfte mobilisieren und den letzten Teil des Tages in Angriff nehmen. Etwa 2 Stunden später erreichen wir unser erstes Tagesziel. Nutzen Sie die restliche freie Zeit und besuchen Sie das alte Tamang Kloster und den Parvati Kaunda See.

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

## **08.10.2025 Trekking nach Tatopani (2610m)**

Tatopani bedeutet heiße Quelle, die es einst dort gab. Leider hat das letzte Erdbeben diese versiegen lassen. Trotz dessen ist es noch immer ein schönes Fleckchen Erde zum Ausruhen und Genießen. Wir starten mit einem Abstieg bis Chilime und wieder begleiten uns die so typischen Symbole der buddhistisch geprägten Region wie Manimauern und Chörten. Bevor es wieder hoch hinauf geht, überqueren wir eine von vielen Hängebrücken und unterwegs und treffen auf viele Wasserfälle.

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

## **09.10.2025 Trekking nach Naghathali (3165m)**

Ein spiritueller Ort, denn hier ist ein beliebter Platz zum Meditieren für die lokalen Lamas. Schon nach etwa 3 Stunden erreichen wir über den Ort Brimdang, meist hinauf des Weges, unseren neuen Schlafplatz für die Nacht. Naghathali erwartet Sie mit wunderschönen Aussichten auf die Langtang Region, den Ganesh Himal und nach Tibet. Es gibt verschiedene Optionen den Rest des Tages zu gestalten. Etwa 4 Stunden hin und zurück braucht man um von hier zum Taruche (3700m)

Aussichtspunkt. Bis weit hinein nach Tibet können Sie schauen. Natürlich sind auch Ganesh Himal und der Langtang Lirung hier präsent. Übernachtung in Lodge (F/M/A) Wanderzeit etwa: 4 Stunden

## **10.10.2025 Trekking nach Thuman (2335m)**

Heute wird es etwas gemütlicher, denn nach etwa 3 Stunden erreichen Sie steil durch bewaldetes Gebiet hinab den kleinen Tamang Ort mit einer schönen kleinen Gumba. Entspannen Sie den restlichen Tag in einer großartigen Atmosphäre. Übernachtung in Lodge (F/M/A) Wanderzeit: etwa 3 Stunden

#### **11.10.2025 Trekking nach Khanjim (2235m)**

Viel auf und ab durch herrliche Wälder, so gestaltet sich der heutige Trekkingtag. Über Briddim, wo unsere Mittagsrast einlegen, kommen wir in die Siedlung Khanjim die einst von tibetischen Flüchtlingen gegründet wurde.

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

#### **12.10.2025 Trekking nach Lama Hotel (2440m)**

Ein schöner Panorama Weg durch dichten Urwald erwandern wir heute. Vielleicht haben wir Glück und können unterwegs, die auch hier beheimateten Red Panda beobachten. Im kleinen Ort Sherpagaoun mit herrlichen Ausblicken zum Langtang Himal werden wir unsere Mittagsrast machen.

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

#### **13.10.2025 Trekking nach Langtang (3330m)**

Dichte Rhododendrenwälder, die im Frühjahr in so vielen verschiedenen Farben blühen, durchqueren wir heute, ehe sich das Tal öffnet und der Weg entlang an Weiden und Wiesen verläuft. Großartige Fotomotive auf den hier präsenten Langtang Lirung öffnen sich. Nach der Mittagsrast in Godatabela setzen wir unsere Wanderung bis Langtang fort.

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

#### **14.10.2025 Trekking nach Kyanching Gumba (3730)**

Eine kurze, aber herrliche Etappe über Bergwiesen mit Blick auf die Eisgipfel. In Kyanching Gumba, eingebettet in einem Talkessel zahlreicher schneebedeckte Berge, kommen wir schon zur Mittagszeit an. Wir nutzen den Nachmittag zu einem Ausflug zum Lirung Gletscher und der unmittelbaren Umgebung. Übernachtung in Lodge (F/M/A) Wanderzeit etwa: 4 Stunden

#### **15.10.2025 Besteigung des Tsergo Ri (4948m)**

Es ist ein langer und nicht immer einfacher Weg hoch hinauf zum Gipfel. Die letzten Meter, über große Geröllsteine, kämpfen wir uns Meter für Meter auf den Gipfel des Tsergo Ri. Belohnt wird der harte Weg natürlich auch. Mit grandiosen Blicken auf eins der schönsten Naturgebiete, die sich entlang der Langtang Himal Kette zieht. Unterwegs wird gepicknickt an einem windgeschützten Platz.

Übernachtung in Lodge (F/M/A) Wanderzeit etwa: 7 bis 8 Stunden

#### **16.10.2025 Trekking nach Lama Hotel (2440m)**

Auf bekannten Pfaden wandern wir zurück. Der Weg wird lang heute, aber wir legen einiges an Pausen zum Verweilen und Fotografieren ein. Immer geradeaus, vorbei an Langtang und Ghoretabela, tauchen wir dann wieder in den dichten Wald ein und es geht bergab bis zu unserem Ziel.

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

#### **17.10.2025 Trekking nach Thulo Syapru (2210m)**

Von Beiden etwas, geht es heute im typisch nepalesischem auf und ab vorwärts. Talabwärts wird gestartet. Eine lange hohe Hängebrücke wird überquert und enden wird der Tag mit einem steilen Anstieg durch das langgezogene, an einem Hang gelegene, Dorf.

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

#### **18.10.2025 Trekking nach Shin Gumba (3250m)**

Über Bergwiesen und mystisch wirkenden dichten Wald geht es steil voran. Die wohlverdiente Mittagspause auf einer Lichtung mit Blick bis nach Tibet, lässt den weiteren Weg einfacher scheinen bis zum bezaubernden Ort Shin Gumba mit dem kleinen Kloster und einer Yak Käseerei. Unbedingt probieren! Übernachtung in Lodge (F/M/A) Wanderzeit etwa: 6 Stunden

#### **19.10.2025 Trekking nach Goisakunda (4380m)**

Der Marsch war mühsam bis Laurebina, unserem Mittagsplatz. Unterwegs haben Sie Blicke auf die Annapurna Kette, den Ganesh Himal und dem Manaslu. Auf einem sensationellen Felsenweg, vorbei an einem der heiligen Seen, kommen wir in den wohl spirituell bekanntesten Pilger Ort der Region. Einmal im Jahr im August, zu Janina Purna, treffen Hunderte von hinduistischen Brahman Pilgern ein und feiern bei Vollmond die heilige Reinigung im Goisakunda See.

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

#### **20.10.2025 Gipfelbesteigung Surya Peak (5145m)**

Für die es sportlich möchten, besteigen wir heute einen 5000'ter. Wer nicht möchte hat einen ganzen Tag Zeit an den Gletscher Seen es sich gemütlich zu machen und zu entspannen. In aller Frühe marschieren wir Richtung Gipfel mit vielen Pausen zum Erholen und fotografieren, was sich außerordentlich lohnen wird. Bei guter Sicht bekommen wir Ansichten zur Annapurna Kette und dem Dhaulagiri. Tief unten blickt man auf die heiligen Seen.

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

#### **21.10.2025 Trekking nach Shin Gumba (3250m)**

Der Weg zu den Seen hat sich gelohnt und wir machen uns durch die wunderschöne Landschaft zurück auf den Weg in den kleinen Ort Shin Gumba. Hier haben Sie viel Zeit sich auszuruhen und zu relaxen.

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

#### **22.10.2025 Trekking nach Dhunche (1960m) und Fahrt nach Kathmandu**

Wirklich recht steil laufen wir durch dichten Wald bergab nach Dhunche. Dort geht es dann per privaten Jeep wieder zurück nach Kathmandu. Übernachtung im Hotel (F) Wanderzeit etwa: 6 Stunden

#### **23.10.2025 Freizeit in Kathmandu**

Das pulsierende, doch hochinteressante Kathmandu wartet darauf von Ihnen entdeckt zu werden. Optional als geführte Tour bei uns buchbar.

Übernachtung Hotel (F)

#### **24.10.2025 Heimreise**

Wir haben uns gefreut, dass Sie bei uns waren und begleiten wir Sie zum Flughafen.

---

**Reisekosten pro Person ab einer 4 TN-Gruppe: 1690 Euro**

**Reisekosten pro Person ab einer 6 TN-Gruppe: 1590 Euro**

***Für mehr Infos und Details, melden Sie sich bei uns per:***

***Mail: [infoy@nepal-trek.tours.de](mailto:infoy@nepal-trek.tours.de) WhatsApp: +4915738199364***