



# Nepal Himalaya Reisen Pvt. Ltd.

Mit dem Original nach Nepal

[www.nepal-trek-tours.de](http://www.nepal-trek-tours.de) – [info@nepal-trek-tours.de](mailto:info@nepal-trek-tours.de)

---

## Langtang Trekking & Helambu Trekking

➤ Beste Reisezeit	März / April & September bis Dezember
➤ Schwierigkeit	mittelschweres Trekking
➤ Höchster Punkt	5145 Meter / Surya Peak
➤ Reisedauer	19 Tage
➤ Trekking Tage	16 Tage
➤ Gruppengröße	min. 2 Teilnehmer / max. 8 Teilnehmer
➤ Preis	auf Anfrage – wir garantieren einen fairen Preis

### Kurzübersicht:

01 Tag	Ankunft in Kathmandu	ÜN Hotel (F)
02 Tag	Fahrt nach Syabru Besi	ÜN Lodge (F/M/A)
03 Tag	Trekking nach Lama Hotel (2240m)	ÜN Lodge (F/M/A)
04 Tag	Trekking nach Langtang (3330m)	ÜN Lodge (F/M/A)
05 Tag	Trekking nach Kyanching Gumba (3730m)	ÜN Lodge (F/M/A)
06 Tag	Besteigung Tsergo Ri (4948m)	ÜN Lodge (F/M/A)
07 Tag	Trekking nach Lama Hotel (2240m)	ÜN Lodge (F/M/A)
08 Tag	Trekking nach Thulo Syabru (2210m)	ÜN Lodge (F/M/A)
09 Tag	Trekking nach Shing Gumba (3250m)	ÜN Lodge (F/M/A)
10 Tag	Trekking nach Goisankunda (4380m)	ÜN Lodge (F/M/A)
11 Tag	Besteigung Surya Peak (5145m)	ÜN Lodge (F/M/A)
12 Tag	Trekking nach Ghopte (3430m)	ÜN Lodge (F/M/A)
13 Tag	Trekking nach Manghengoth (3250m)	ÜN Lodge (F/M/A)
14 Tag	Trekking nach Gol Bhanjyang (2160m)	ÜN Lodge (F/M/A)
15 Tag	Trekking nach Chisapani (2215m)	ÜN Lodge (F/M/A)
16 Tag	Trekking nach Nagarkot (2195m)	ÜN Hotel (F/M/A)
17 Tag	Trekking nach Dhulikhel & Fahrt nach Kathmandu	ÜN Hotel (F/M)
18 Tag	Kathmandu	ÜN Hotel (F)
19 Tag	Heimreise	

## Reisebeschreibung:

### **Ankunft in Kathmandu**

Vom Flughafen aus, wo wir Sie empfangen, begleiten wir Sie ins Hotel. Dort lernen Sie auch Ihren Reise Guide kennen und wir besprechen die letzten Details der Tour.

Übernachtung im Hotel (F)

### **Abfahrt nach Syabru Besi**

Wir starten mit dem privaten Jeep bis Syabru Besi. Unterwegs wird ein längerer Halt zum Essen gemacht. Im Ort angekommen, werden wir dort eine Nacht schlafen, ehe es am nächsten Morgen in die Berge geht.

Übernachtung Lodge (F/M/A)

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

Es geht hinein in den Langtang National Park. Wir starten unsere wunderschöne Tour durch bewaldetes Gebiet hochwärts nach Lama Hotel.

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

### **Trekkingstart nach Langtang (3330m)**

Rhododendrenwälder, im Frühjahr sehr bunt blühend und ein langgestrecktes Tal ab Ghora Tabela, mit ersten Blicken auf den dort dominierenden Berg Langtang Lirung (7225m), sind Teil unseres heutigen Wandertages bis Langtang.

Übernachtung Lodge (F/M/A) Wanderzeit: 6 bis 7 Stunden

### **Trekking nach Kyanjing Gumba (3730m)**

Ein Tag, recht leicht und kurz, an dem es meist gerade aus durch das Hochtal an vielen Mani Mauern vorbei geht. Schon mittags in der Übernachtungslodge, machen wir uns nach einer Tee Pause wieder auf den Weg zum Lirung Gletscher. Ein kurzer Trip der auch der besseren Akklimatisierung dient.

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

### **Gipfelausflug auf den Tsergo Ri (4984m)**

Wir nehmen uns den Tag Zeit und erobern den Hausberg. Der Weg ist nicht immer leicht, vor allem recht lang gestreckt. Zum Ende hin, machen große Geröllsteine, die wir die letzte Stunde überwinden müssen, den Aufstieg nicht gerade leicht. Aber oben angekommen haben Sie einen der schönsten Aussichten auf die Langtang Kette, die es in der Region gibt. Unterwegs suchen wir uns ein windgeschützten Platz und picknicken.

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

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

Die Strecke zurück ist bekannt vom Hinweg, deshalb aber nicht minder interessant. So laufen wir heute sehr lange bis zum Ziel. Jedoch ist die Strecke eher einfacher, da es meist gerade aus und bergab geht.

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

### **Trekking nach Thulo Syabru (2210m)**

Der kleine langgestreckte Ort mit seinem Bergkloster liegt direkt an einem Hang. Zunächst weiter talabwärts sammeln wir Kräfte, um die letzten 2 Stunden steil hinauf durch Wald und an Terrassenfelder entlang zu gehen, bis wir die Lodge erreichen.

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

### **Trekking nach Shin Gompa (3250m)**

Über Bergwiesen und dichten Wald geht es weiter steil voran. Auf einer Lichtung mit wunderschönem Blick bis weit nach Tibet, erholen wir uns bei der Mittagspause etwas von den Strapazen. Bis zum kleinen bezaubernden Ort Shin Gompa, der mit einer Yak Käserei und einem sehr alten kleinen Kloster wartet, verläuft der Weg weit aus entspannter als zuvor, meist nur geradeaus. Probieren Sie unbedingt den köstlichen Yak Käse, den Sie in der kleinen Käserei nach einer Besichtigung auch kaufen können.

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

### **Trekking nach Gosainkunda (4420m)**

Der Weg ist mühsam bis Laurebina, wo wir zum Mittagessen einkehren werden. Doch es geht weiter voran auf Wegen deren Bergaussichten einfach wunderschön sind. Ob Ganesh Himal, die Annapurna Kette der der Manaslu, der Anblick ist fantastisch. Den letzten Teil der Strecke, nach einem steilen Stück Aufstieg, gehört mit zu den schönsten hier. Der Pfad vorbei an großen Felsformationen und den ersten der heiligen Seen ist sensationell.

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

### **Gipfelsturm zum Surya Peak (5150m)**

Wer möchte knackt mit uns heute die 5000 Meter Marke. Vorbei an den heiligen Seen windet sich der Weg zum Gipfel durch ein einzigartiges Panorama. Ja es fällt schwer, aber mit vielen Pausen und ganz in Ruhe sind wir schon bald an den mit vielen bunten Gebetsfahnen geschmückten Gipfel. Wieder unten drehen wir noch eine Runde um den heiligsten See und kehren erschöpft, aber glücklich wieder in die Lodge in Goisakunde ein. Wer den Gipfel weglassen möchte hat heute Gelegenheit mal alle Gerade sein zu lassen oder zu einer kleinen Wanderung rund um die Seen aufzubrechen.

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

### **Trekking nach Ghopte (3430m)**

Es geht noch einmal hoch hinaus und noch einmal brauchen wir einiges an Energie. Wir passieren den Laurebina Pass mit 4610 Metern. Danach wird's leichter wieder bergab bis zur Übernachtungs Lodge in Ghopte.

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

### **Trekking nach Mangengoth (3250m)**

Das Frühjahr verzaubert unseren weiteren Weg in ein buntes Blütenmeer, der vielen Rhododendrenbäume, die hier wachsen. Doch auch zu anderen Jahreszeiten ist die Strecke entlang der Helambu Kette ein Vergnügen.

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

### **Trekking nach Gol Bhanjyang (2160m)**

Über Kutumsang steigen wir ab durch abenteuerliche Wälder mit dem fantastischen Anblick auf schneebedeckte Berge.

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

### **Trekking nach Chisapani (2215m)**

Dörfliches Leben in Nepal und hautnah erleben wie die Bewohner ihren Alltag hier meistern, nehmen wir mit auf schönen Naturwegen bis Chisapani.

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

### **Trekking nach Nagarkot (2195m)**

Dichte Wälder und Dschungelfeeling haben wir im Shivapuri Reserve Nationalpark, in dem wir heute wandern. In Narakot gibt es den perfekten Abschluss des Tages und der Tour. Der Sonnenuntergang von der Terrasse des Hotels beobachtet ist ein großartiges Naturschauspiel.

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

### **Wanderung nach Dhulikel und Fahrt nach Kathmandu**

Zum Ende der fantastischen Tour verabschieden wir uns vom Himalaya mit der letzten Wanderung bis Dhulikel. Dort wartet unser Auto, was uns nach Tagen der Ruhe, wieder in das wuselige Kathmandu bringt.

Alternativ ist es auch möglich von Nagarkot einen Tag zuvor nach Kathmandu zurück zu fahren. Diese Variante wäre gut kombinierbar mit einem Besuch in Bhaktapur, bevor Sie endgültig Kathmandu wieder erreichen. Der Preis würde sich dann ändern. Bitte informieren Sie uns, sollten Sie lieber diese Variante vorziehen.

Übernachtung im Hotel (F/M) Wanderzeit: etwa 6 Stunden

### **Freizeit in Kathmandu**

Das pulsierende, doch hochinteressante Kathmandu wartet. Überall gilt es exotische Dinge zu entdecken. Lassen Sie sich treiben durch die mega City. Oder aber Sie nutzen unser Angebot (optional) einer geführten Stadtbesichtigung. Sprechen Sie uns an bei Interesse.

Übernachtung Hotel (F)

### **Heimreise**

Pünktlich vor Abflug bringen wir Sie zum Flughafen und sagen Bye By, aber vielleicht hat es Ihnen so gut gefallen, dass Sie noch einmal nach Nepal kommen. Oder Sie nutzen eins unserer Anschluss Programme. Nepal einmal ganz anders, kann man auch erleben. Im Chitwan Nationalpark wartet Dschungel Leben mit viel Tierbeobachtungen.

#### **Inklusive:**

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



