



# 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)

## Rund um den Manaslu Trekking

➤ Beste Reisezeit	März / April & September bis Dezember
➤ Schwierigkeit	anspruchsvolles Trekking
➤ Höchster Punkt	5160 Meter / Larkya La Pass
➤ Reisedauer	20 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	Kathmandu	ÜN Hotel (F)
03 Tag	Fahrt nach Sothi Khola (745m)	ÜN Lodge (F/M/A)
04 Tag	Trekking nach Macha Khola (825m)	ÜN Lodge (F/M/A)
05 Tag	Trekking nach Dobhan (1070m)	ÜN Lodge (F/M/A)
06 Tag	Trekking nach Philim (1570m)	ÜN Lodge (F/M/A)
07 Tag	Trekking nach Deng (1850m)	ÜN Lodge (F/M/A)
08 Tag	Trekking nach Namrung (2625m)	ÜN Lodge (F/M/A)
09 Tag	Trekking nach Shyala (3500m) via Lho (3180m)	ÜN Lodge (F/M/A)
10 Tag	Trekking nach Samagaon (3530m) via Puyen Kloster	ÜN Lodge (F/M/A)
11 Tag	Ruhetag Samagaon	ÜN Lodge (F/M/A)
12 Tag	Trekking nach Samdo (3850m)	ÜN Hotel (F/M/A)
13 Tag	Trekking nach Dharamsala (4460m) via Larkya Bace Camp	ÜN Lodge (F/M/A)
14 Tag	Trekking nach Bimthang (3725m) via Larka Pass (5161m)	ÜN Lodge (F/M/A)
15 Tag	Trekking nach Goa (2500m)	ÜN Lodge (F/M/A)
16 Tag	Trekking nach Tal (1700m)	ÜN Lodge (F/M/A)
17 Tag	Trekking nach Jagat (1415m)	ÜN Lodge (F/M/A)
18 Tag	Fahrt nach Kathmandu via Besisahar	ÜN Hotel (F)
19 Tag	Kathmandu	ÜN Hotel (F)
20 Tag	Heimreise	

## **Reisebeschreibung:**

### **Ankunft in Kathmandu**

Wir holen Sie vom Flughafen ab und bringen Sie zu Hotel. Anschließend, bei einem kleinen Meeting auch mit Ihrem Trekking Guide, haben wir Zeit die letzten Details zu klären.

Übernachtung im Hotel (F)

### **Abenteuer Kathmandu**

Tempel, Schreine, Stupas, Heiligtümer, exotische Märkte und gastliche Bewohner – dies ist Kathmandu. Das sollten Sie sich nicht entgehen lassen. Sie möchten die Stadt allein erobern? Kein Problem. Gern bieten wir Ihnen jedoch eine, auch deutschsprechende, geführte Tour an.

Übernachtung im Hotel (F)

### **Fahrt nach Soti Khola (745m)**

Wir lassen Kathmandu hinter uns und starten im privaten Fahrzeug, via Arughat in die Natur. Ab Arughat fahren wir meistens am Arkhet Fluss entlang, wo sich auch die Volksgruppe der Gurung angesiedelt haben. im Gebiet wo sich die Volksgruppe der Gurung angesiedelt haben.

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

### **Trekking nach Machha Kola (825m)**

Auch wenn in diesem ersten Teil des Manaslu Gebietes etwas Fortschritt eingezogen ist und heute vorwiegend an einer kaum befahrenen Schotterpiste entlang gelaufen wird, durchwandern wir in entspannter Atmosphäre die üppige Natur mit einem schönen Salbaum Wald. Das Holz des Sal Baumes ist eins der stärksten Holzsorten der Welt, mit dem auch die alten filigran geschnitzten Fenster in den Tempeln der Durbar Squaere im Kathmandu Tal gebaut wurden. Leicht ansteigend, auch an einigen Wasserfällen und Gurung Siedlungen vorbei, erreichen wir Labrubesi zur frühen Mittagzeit, von wo aus wir an bebauten Reisterrassen vorbei zu unserem Ziel kommen. Eine sehr lange und wunderschöne Hängebrücke werden Sie unterwegs sehen. Auch wenn diese nicht überquert werden muss, werden Sie noch reichlich Gelegenheiten haben in der fortlaufenden Tour solche zu überqueren.

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

### **Trekking nach Dobhan (1070m)**

Viele kleine Wasserfälle entlang des Weges, werden Sie heute verzaubern. Bis Tatopani, mit seinen heißen Quellen, durchlaufen wir leicht dschungelartiges Gebiet. Zur Mittagsrast, vielleicht mit einem traditionellen Dal Bhat (Reis, Linsen und eingelegtes Gemüse), rüsten wir uns für den weiteren Weg, immer am Budhi Gandaki Fluss entlang, mal leicht hoch und mal wieder runter. Nepal Flat – wie es die Einheimischen auch gern bezeichnen.

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

### **Trekking nach Philim (1570m)**

Heute lernen Sie Philim, eine der größten Gurung Orte der Region kennen. Die Gurung sind eine bekannte Volksgruppe in Nepal, von denen viele Männer bei den berühmten Gorkha Truppen in Indien und Großbritannien dienen. Ein enges Tal, leicht bergauf, so starten wir den Tag. So bleibt es jedoch nicht, denn nun verläuft der Weg durch einen dichten Wald für etwa eine Stunde. Von hier aus haben Sie dann einen wunderschönen Talblick auf den Budi Gendaki Fluss. Gerade aus, einen sehr schönen Wanderpfad und an Hängebrücken vorbei, erreichen nach etwa einer Stunde Jagat, unser Mittagsplatz. Langsam öffnet sich das Tal und man erhascht nun immer einmal einen Blick auf die großen Berge. Kurz vor Philim geht es noch einmal hoch hinauf. Aber der schöne Ort mit seiner Gumba – Chhyoling Sandu – und dem Blick auf Sringi Himal, entschädigt für die Mühen dieses Tages.

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

### **Trekking nach Deng (1850m)**

Langsam rücken wir dem Manaslu näher und kommen in höhere Regionen und langsam in buddhistisch geprägtes Gebiet. Viele Chörten (Grabmäler) und Mani Mauern bereichern heute unseren Tag. Immer wieder rauf und runter, durch kleine traditionelle Orte und Bambuswald, so gestaltet sich unser Tag. Übernachtung in Lodge (F/M/A) Wanderzeit etwa: 6 Stunden

### **Trekking nach Namrung (2625m)**

Mehrmals überqueren wir den Budi Gendaki Fluss, der sich nun durch ein breiteres Tal windet und in den oftmals gewaltigen Wasserfällen einstürzen. Bis zum Mittag in Ghap, ist es etwas anstrengend. Spannend wird es nun, denn durch wunderschöne Kiefer und Pinienwälder, immer wieder leicht ansteigend, haben wir nach zwei Stunden fast unser Tagesziel erreicht. Übernachtung in Lodge (F/M/A) Wanderzeit etwa: 7 Stunden

### **Trekking nach Shyala (3500m) via Lho (3180m)**

Die ersten zwei Stunden erleben wir in einem schönen Wald hoch bis zum Dorf Lihi. Dort ist ein wunderschönes, altes Kloster mit einer sehr großen Gebetsmühle, die darauf wartet für ein gutes Karma gedreht zu werden. Noch dazu schenkt Ihnen der Augenblick einen faszinierenden Blick auf schneebedeckte Berge Boudha Himal (6670m) und Himalchuli (7890m). Noch ein wunderschönes Kloster Ribung mit Blick auf den Manaslu haben wir von Lho aus. Weiter geradeaus und nach der Flussüberquerung erreichen wir noch ein weiteres schönes Dorf, namens Sho. Von hier aus sieht man zum ersten Mal den Manaslu. Leicht hinauf durch offenes Gelände ein paar Minuten ist Lho, wo wie Mittag essen und am Anschluss das Kloster besuchen. Noch etwas 2 Stunden, meist gerade aus mit Blick über den tosenden Fluss, erreichen wir, nach letztem leichteren Anstieg Shyala. Der Ort Syala ist eingekesselt von zahlreichen schneebedeckten Bergen, wie Manaslu, Manaslu Nord, Boudha Himal und Nadichuli Peak.

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

### **Trekking nach Samagaon (3530m) via Pungyen Kloster**

Ein strapaziöser, aber wunderschöner Tag. Durch lichte Wälder und abermals an Wasserfällen vorbei wandern wir weiter durch tief buddhistisch geprägtes Gebiet. Von unserem Hauptweg nach Samagaon, zweigen wir ab in Richtung eines kleinen Seitentales und kommen zum Pungyen Kloster mit einer großartigen Aussicht. Das Kloster wurde neu aufgebaut, nachdem es nach der ersten Manaslu Besteigung, die nicht erfolgreich war, von einer Lawine 1954 zerstört. In Richtung Samagaon öffnet sich das Tal immer weiter und man hat schon sehr früh einen Blick auf unser Tagesziel

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

### **Ruhetag in Samagaon**

Am Ende des Manaslu Gletschers befindet sich der schöne Birendra See, umgeben von einigen mächtigen Bergen. Ein lohnendes und vor allem großartiges Foto Ziel, was man sich nicht entgehen lassen sollte. Zum einen nutzen wir den Tag für eine bessere Höhenanpassung und zum anderen haben wir die Möglichkeit viele schöne Dinge zu entdecken. Doch erst genießen wir unser köstliches Frühstück, ehe wir wieder die Trekkingschuhe binden und uns zu einer kleineren Wanderung zum alten Kloster in der Nähe rüsten. Sowie den großartigen Panorama Trip zum Birendra See anzugehen.

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

### **Trekking nach Samdo (3850m)**

Samdo das letzte Dorf vor der Pass Überquerung soll heute bezwungen werden. Ein eher einfacher kurzer Trekkingtag der mit schönen Chörten versehenen Wegen, meist gerade aus verläuft durch die urigen Birkenwälder. Weg durch das breitere Hochtal und wir erreichen schon mittags die Lodge. Viel

Zeit bleibt den Tag in Ruhe ausklingen zu lassen. Wieder überqueren wir Fluss und erarbeiten uns einen letzten, doch noch kommenden Anstieg. Der Rest des Tages lässt genügend Zeit zum Ausruhen oder relaxen.

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

### **Trekking nach Dharamsala (4460m) / Larkya La Basis Lager**

Wir ziehen unsere Bahnen immer hinauf bis zum Basis Lager des Larkya Pass, an der unsere höchste Schlafstelle sein wird. Eine eher kürzere Etappe, die noch Zeit lässt den Tag in Ruhe ausklingen zu lassen und sich für die Passüberquerung am folgenden Tag zu rüsten. Eine kleine Teepause und noch einmal brechen wir auf, um noch einige Höhenmeter weiter hinauf zu meistern. Das dient vor allem einer guten Anpassung an die Höhe.

*Anmerkung: Ansonsten sind während der Tour in den verschiedenen Lodgen stets Doppelzimmer verfügbar. In Dharamsala gibt es aktuell (April 2019) nur 3 Lodgen mit begrenztem Platz. Es gibt in diesen Lodgen aktuell keine Doppelzimmer! In den Hochsaisons oder auch bei Wettereinbrüchen, kann es vorkommen, dass sehr viele Wanderer hier sind. Deshalb kann es vorkommen, dass sich mehrere Gäste untereinander ein Zimmer, meist 4- oder 5 Bett Zimmer, teilen müssen. Sind auch die Zimmer alle belegt, gibt es ausreichend Zelte zum übernachten.*

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

### **Trekking nach Bimthang (3725m) via Larkya La 5161m)**

Schon gegen 4 Uhr am Morgen rüsten wir uns zur Passüberquerung. Ein nicht zu schwerer, aber wegen der ungewohnten Höhe doch anstrengenden Aufstieg windet sich zum Tal auf der Nordseite des Larkya Gletschers. Von hier aus hat man schon die erste fantastische Aussicht des Tages auf viele Berge. Über die Moränen des Gletschers geht es schrittweise hinauf und wird zum Ende hin recht steil. Eine kleine Teehütte unterhalb des Passes wird recht willkommen sein. Zum einen um etwas neue Kräfte zu sammeln oder aber um sich aufzuwärmen. Der Pass ist erreicht! Jetzt wird sicher Ihre Kamera zum vollen Einsatz kommen, denn fantastische Landschaften locken und lassen die vergangenen Strapazen etwas vergessen. Himlung Himal (7126m), Kanguru (6981m) und die Annapurna II (7937m) sind das non plus Ultra in diesen Moment. Nach einer kleinen Rast findet unser langer Trekkingtag in Bimthang, nach erfolgtem Abstieg sein Ende.

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

### **Trekking nach Goa (2500m)**

Es wird angenehm wärmer, wenn es heisst wieder hinab in niedrigere Gefilde ins Dhud Khola zu kommen. Nach der Flussüberquerung erfreuen wir uns an wunderschönen Pinien – und Rhododendrenwälder, welche wir durchqueren. Durch wunderschöne Laub und Rhododendrenwälder – und Terrassenfelder bahnen wir uns den Weg. Ein letztes Mal grüßen uns die gigantischen Berge. Kurz vor Ende unserer Wanderung heute, führt uns der Panoramaweg noch einmal einen kleinen Aufstieg und wieder hinab geht es nach Goa.

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

### **Trekking nach Tal (1700m)**

Entlang an den Ufern des Dud Khola (Milchfluss) trekken wir weiter bergab, vorerst bis Tilje, durch die immer grüner werdende Landschaft. Kurz vor Dharapani sind die letzten zwei Hängebrücken der Tour, die wir wieder passieren müssen. Hier ist dann auch der Knotenpunkt, der zur Hauptroute der Annapurna Runde führt. Jetzt ist es auch an der Zeit für ein kleines Mittagessen. Ein neuer, alternativer Naturweg mit reichlich Bambussträuchern und Wasserfällen wird uns begeistern. Mit ein bisschen Glück sehen wir auch Lemuren Affen.

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

### **Trekking nach Jagat (1415m)**

Der letzte Trekkingtag und nur ein ganz kleines Stück Wanderweg. In nur 4 Stunden ist es so weit und wir werden am Schlusspunkt in Jagat sein. Ein klein wenig Dschungelfeeling erwartet uns, auf den nun leichten Wegen, gesäumt von Wasserfällen und riesigen Weihnachtsstern Bäumen. Ein klein wenig mehr Luxus als die vergangenen Tage ist nicht zu verachten. Bei einem letzten Abendessen mit Ihrer Crew, bleibt sicher einiges an Zeit die letzten Erlebnisse noch einmal Revue passieren zu lassen  
Übernachtung in Lodge (F/M/A) Wanderzeit etwa: 4 Stunden

### **Fahrt nach Kathmandu / via Besisahar**

Es wird noch einmal abenteuerlich. Die Fahrt im lokalen Jeep über Stock und Stein ist sicher nicht immer gemütlich. In Besisahar wechseln wir unsere Fahrzeuge und machen uns, nun im privaten Auto, auf den Weg zurück nach Kathmandu.

*Anmerkung: Es ist auch gut möglich von Besisahar aus nach Pokhara zu fahren. Dort können Sie Ihre Nepalreise verlängern und noch eine oder mehrere Tage in Pokhara zu verbringen. Informieren Sie uns bei Interesse und wir organisieren dies für Sie.*

Übernachtung im Hotel (F) Fahrtzeit je nach Verkehrslage etwa: 7 Stunden

### **Kathmadu – noch einmal Zeit für eine interessante Stadt**

Zugegeben, die Stille der letzten Tage weicht heute, denn Kathmandu ist lauter. Es punktet jedoch mit enormen kulturellen Schätzen. Was auch immer Sie unternehmen möchten, es wird sich sicher ein weiteres großartiges Abenteuer finden. Sei es ein Ausflug nach Patan oder Bhaktapur, welche mit ihren wunderschönen Tempeln und alten Gassen den Tag angenehm werden lassen. Soll es „nur“ etwas Kleines sein, dann bummeln Sie zum zentralen Mittelpunkt der Stadt Itten im alten Kathmandu. Das Marktviertel Indra Chowk und Asan Tole warten mit einem bunten Lebensmix und allerlei Sachen zu erwerben. Nepal pur, kann man es auch nennen.

Haben Sie von den Bergen noch nicht genug, was man durchaus verstehen kann, dann können wir Ihnen anbieten am frühen Morgen einen Bergsichtflug zum Everest zu unternehmen. Wir organisieren Ihnen dies gern.

Übernachtung im Hotel (F)

### **Heimflug**

Es wird Zeit auf Wiedersehen zu sagen, so begleiten wir Sie pünktlich vor Abflug zum Flughafen und wünschen eine gute Heimreise.

#### **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
- ✓ ACAP – Annapurna National Park Gebühr
- ✓ MCAP – Manaslu National Park Gebühr
- ✓ Spezial Permit Manaslu
- ✓ 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



