

Einmal im Leben ins nepalesische Annapurna Massiv

Nepal

Kürzer als die klassische Umrundung, aber landschaftlich genauso beeindruckend ist das Trekking ins Herz des Annapurna-Massivs. Sie durchwandern dabei die vielfältigen Landschafts- und Klimazonen Nepals. Beginnend im tropischen Dschungel windet sich der Weg vorbei an Terrassenfeldern im bewaldeten Modi-Khola-Tal immer weiter hinauf und findet seinen Höhepunkt im 4113 m hoch gelegenen Basislager der Annapurna 1 (8091 m). Dort angekommen befinden Sie sich inmitten eines riesigen Amphitheaters aus 6000ern, 7000ern und einem der höchsten Berge unserer Erde – ein Panorama, das seinesgleichen sucht! Unmittelbar vor Ihnen erhebt sich die gewaltige Südwand der Annapurna – eine der höchsten Steilwände des Himalaya. Auf dem Rückweg genießen Sie mit ein wenig Glück vom Poon Hill (3193 m) – einem der berühmtesten Aussichtspunkte im nepalesischen Himalaya – erneut ein umwerfendes Bergpanorama, in dessen Zentrum mit dem Dhaulagiri (8167 m) ein weiterer 8000er steht. Am Ende der Reise können Sie im idyllisch gelegenen Pokhara am Phewa-See relaxen und die vergangenen Tage und Eindrücke noch einmal Revue passieren lassen.

Reisehöhepunkte

- Überlandfahrt von Kathmandu nach Pokhara
- Rhododendron-Dschungel im Modi-Khola-Tal
- Annapurna-Heiligtum mit Annapurna-Basislager (4130 m)
- Unmittelbarer Blick auf die Südwand der Annapurna 1, Annapurna Süd und Machhapuchare
- Traditionelle Gurung-Dörfer Landrung, Chomrong und Ghorepani
- Grandioses 8000er-Bergpanorama: Blick vom Poon Hill (3193 m) auf den Dhaulagiri (8167 m)
- Himalaya-Panoramaflug Pokhara - Kathmandu
- Geführte Besichtigungstour in Kathmandu mit Swayambhunath, Pashupatinath, Boudhanath

Reiseverlauf

1.Tag Anreise

Flug nach Kathmandu. (-/-/-)

2.Tag Kathmandu

Ankunft in Kathmandu. Auf der Fahrt vom Flughafen ins Hotel bekommen Sie einen ersten Eindruck vom quirligen Großstadtleben der Hauptstadt. Am Abend treffen Sie sich zu einem traditionellen nepalesischen Begrüßungssessen. Übernachtung im Hotel. (-/-/A)

3.Tag Überlandfahrt nach Pokhara

Heute geht es mit dem Überlandbus auf landschaftlich abwechslungsreicher Strecke nach Pokhara (930 m, Fahrzeit ca. 6-8h). Der Abend steht für Besichtigungen und Erkundungen in der schönen Stadt am Phewa-See zur Verfügung. Übernachtung im Hotel. (F/-/-)

4.Tag Fahrt nach Kande (1770 m) und Trekking bis Landruk (1640 m)

Nach einem ausgiebigen Frühstück bringt Sie eine kurze Fahrt nach Kande (1770 m), dem Ausgangspunkt Ihrer Trekkingtour ins Herz des Annapurna-Massivs, zum Annapurna-Basislager (4130 m). Sie durchwandern am heutigen Tag mehrere kleine Dörfer der Gurung (nepalesischer Volksstamm) und gelangen schließlich am Nachmittag nach Landruk (1640 m), einer kleinen Gurung-Siedlung hoch über dem Modi-Khola-Tal. Bei schönem Wetter eröffnen sich Ihnen herrliche Blicke auf Dhaulagiri (8167 m), Annapurna Süd (7219 m) und auf den an das Schweizer Matterhorn erinnernde Machhapuchare (6997 m). Übernachtung in einer Lodge. (Gehzeit ca. 6h, 330 hm Aufstieg, 460 hm Abstieg). (F/M/A)

Hinweis: Für die nächsten 7 Tage gibt es keine Wasserflaschen mehr zu kaufen, dafür aber gefiltertes Wasser zum Abfüllen. Deshalb empfehlen wir, dass Sie, falls Sie keine Trinkflasche(n) dabei haben, Ihre letzte Plastikflasche aufheben. Ab Tadapani (11. Tag) gibt es wieder Wasserflaschen zu kaufen.

5.Tag Landruk (1640 m) – Chhomrong (2170 m)

Ihre Trekkingroute führt Sie heute durch subtropische Vegetation immer weiter das Modi-Khola-Tal hinauf. Die Mittagspause in Jhinu Danda können Sie für einen Besuch von heißen Quellen nutzen, die Sie über einen ca. 20-minütigen Treppen-Abstieg (ca. 150 Höhenmeter) erreichen (Eintritt ca. 200 Rupien, Badekleidung notwendig). Am Nachmittag erwartet Sie die Herausforderung des Aufstiegs nach Chhomrong (2170 m), welche Sie über einen Stufenpfad in ca. zwei Stunden bewältigen werden. Belohnt werden Sie unterwegs mit herrlichen Ausblicken auf die Annapurna Süd (7219 m), die direkt vor Ihnen aufragt. Übernachtung in einer Lodge. (Gehzeit ca. 5-6h, 870 hm Aufstieg, 340 hm Abstieg). (F/M/A)

Hinweis: Gepäck, welches man für die nächsten 5 Tage nicht benötigt, kann man als Erleichterung für die Träger in Chhomrong deponieren.

6.Tag Chhomrong (2170 m) – Doban (2600 m)

Hinter Chhomrong geht es heute wieder über Stufen stetig, zum Teil länger, steil bergauf und bergab. Sie durchwandern dabei tiefen Regenwald, welcher langsam erst in Misch- und später in Nadelwald übergeht. Immer mal wieder erhaschen Sie einen Blick auf die schneebedeckten Berge welche hier und da über die Bäume schauen. Das Modi-Khola-Tal verengt sich heute immer weiter je höher Sie aufsteigen. Ziel ist der kleine Weiler von Doban (2600 m). Übernachtung in einer Lodge. (Gehzeit ca. 5-6h, 960 hm Aufstieg, 530

hm Abstieg). (F/M/A)

7.Tag Doban (2600 m) – Deurali (3200 m)

Weiter führt Sie heute Ihr Pfad durch dichten Rhododendronwald über Himalaya Hotel (2920 m) nach Deurali (3200 m). Der kleine Ort liegt knapp unterhalb der Baumgrenze und ist der Ausgangspunkt für Ihren Aufstieg ins Annapurna-Basislager. Übernachtung in einer Lodge. (Gehzeit ca. 3-4h, 600 hm Aufstieg). (F/M/A)

8.Tag Deurali (3200 m) – Annapurna-Basislager (4130 m)

Heute laufen Sie die Königsetappe Ihres Trekkings. Sie sind mittlerweile mitten in den Bergen und umgeben von 6000ern und 7000ern. Der Machhapuchare scheint zum Greifen nahe. Mächtig erhebt sich die gewaltige Westwand über Ihnen. Nach ca. zwei Stunden Weg passieren Sie, nun deutlich über der Baumgrenze, die Machhapuchare-Basislagerstation, wo Sie eine kleine Rast einlegen können. Am heutigen Tage ist es besonders wichtig, dass Sie ein langsames Tempo anschlagen, damit sich Ihr Körper an die Höhe gewöhnen kann. Ca. 2-3 Stunden später erreichen Sie das Annapurna-Basislager (4130 m), eine Ansammlung kleiner Lodges am Rande des Annapurna-Gletschers. Übernachtung in einer Lodge. (Gehzeit ca. 4-5h, 930 hm Aufstieg). (F/M/A)

9.Tag Annapurna-Basislager (4130 m) – Doban (2600 m)

Eines der schönsten Erlebnisse im Himalaya ist ein Sonnenaufgang in den Bergen. Bei gutem Wetter bietet sich Ihnen das grandiose Schauspiel im Annapurna-Heiligtum inmitten einer Welt aus Fels und Eis. Direkt vor der mächtigen Annapurna-Südwand haben Sie vom Basislager aus beste Sicht auf die Sie umgebenden Berge Annapurna I (8091 m), Annapurna III (7550 m), Annapurna Süd (7219 m), Hiunchuli (6434 m), Machhapuchare (6997 m) und viele mehr. Was für beeindruckende Dimensionen! Nach dem Frühstück begeben Sie sich auf den Rückweg und erreichen am Nachmittag, über gleicher Strecke wie beim Anmarsch, das bekannte Doban (2600 m). Übernachtung in einer Lodge. (Gehzeit ca. 5-6h, 1530 hm Abstieg). (F/M/A)

10.Tag Doban (2600 m) – Chhomrong (2170 m)

Auf bekanntem Weg, jedoch mit neuen Eindrücken, führt Ihre Wanderung durch Dschungellandschaft und über viele Naturstufen nach Chhomrong (2170 m). Belohnen können Sie sich hier mit einem leckeren Apfelkuchen der deutschen Bäckerei. Übernachtung in einer Lodge. (Gehzeit ca. 4-5h, 320 hm Aufstieg, 750 hm Abstieg). (F/M/A)

11.Tag Chhomrong (2170 m) – Tadapani (2630 m)

Sie wandern heute über Getreideterrassen, durch kleine Bauerndörfer und tiefen Dschungel nach Tadapani (2630 m), wo die Annapurna-Südwand, Gangapurna, Hiunchuli und Machhapuchare erneut bestaunt werden können. Übernachtung in einer sehr einfachen Lodge inmitten des quirligen Bergdorfes. (Gehzeit ca. 5-6h, 700 hm Aufstieg, 240 hm Abstieg). (F/M/A)

12.Tag Tadapani (2630 m) – Ghorepani (2860 m)

Die Wanderung führt Sie ca. 10 km durch herrliche Landschaft mit dichtem Wald und Gebirgsflüssen, an Wasserfällen und Rhododendren vorbei nach Ghorepani (2860 m), einer kurz unterhalb einer Passhöhe gelegenen kleinen Ortschaft. Unterwegs ist mit phantastischen Ausblicken zu rechnen. Übernachtung in einer Lodge. (Gehzeit ca. 5-6h, 600 hm Aufstieg, 370 hm Abstieg). (F/M/A)

13.Tag Ghorepani (2860 m) – Poon Hill (3191 m) – Tikhedhungga (1540 m)

Sehr zeitiger Aufbruch am Morgen, um auf dem Gipfel des berühmten Aussichtsberges Poon Hill (3191 m) den Sonnenaufgang zu erleben. Als erstes wird sich die gigantische Wand des Dhaulagiri mit den Strahlen der Sonne schmücken. Nach diesem Schauspiel steigen Sie wieder in den kleinen Ort hinab, wo es ein gemütliches Frühstück gibt, ehe Sie die heutige Tagesetappe nach Tikhedhungga (1540 m) in Angriff nehmen. Dabei wandern Sie über Natursteinstufen durch mehrere kleine Dörfer, über welche Sie in das grüne Tikhedhungga mit zahlreichen Hängebrücken und einem schönen Wasserfall gelangen. Ü in einer Lodge. (Gehzeit ca. 5-6h, 330 hm Aufstieg, 1650 hm Abstieg). (F/M/A)

14.Tag Trekking bis Nayapul (1070 m) und Fahrt nach Pokhara

Die letzte kurze Tagesetappe führt Sie entlang eines Flusses auf einem breiten Weg nach Nayapul (1070 m). Anschließend Rückfahrt nach Pokhara (Fahrzeit ca. 1,5h), wo Sie sich am idyllischen Phewa-See erholen und den Blick auf Annapurna und Machhapuchare, den heiligen Berg Nepals, genießen können. Übernachtung im Hotel. (Gehzeit ca. 3-4h, 470 hm Abstieg). (F/M/-)

15.Tag Flug nach Kathmandu

Der Vormittag steht für Besichtigungen und Erkundungen von Pokhara zur freien Verfügung. Ein Spaziergang zum See oder ein Einkaufsbummel bieten sich an. Gegen Mittag Transfer zum Flughafen und Flug nach Kathmandu. Der Panoramaflug (ca. 30 min) führt Sie am Himalaya-Hauptkamm entlang, so dass man bei guter Sicht beeindruckende Ausblicke auf die Berggiganten genießen kann. Am Abend gibt es das traditionelle gemeinsame Abschiedsessen. Übernachtung im Hotel. (F/-/A)

16.Tag Kathmandu und Abreise

Heute steht die Besichtigung der wichtigsten religiösen Sehenswürdigkeiten Kathmandus – Pashupatinath (Tempel und Verbrennungsstätten), Swayambhunath und Boudhanath – auf dem Programm. Danach oder spätestens am nächsten Tag Transfer zum Flughafen und Rückflug nach Deutschland. (F/-/-)

Besichtigung Pashupatinath: Wir möchten Sie darauf hinweisen, dass hier Leichen-verbrennungen stattfinden. Für Nicht-Hindus mag dies abschreckend wirken, für die Hindus gehört das aber zum Alltag. Es ist generell mit starken Luftverunreinigungen zu rechnen. Wir bitten außerdem um Diskretion beim Fotografieren.

17.Tag Abreise

Rückflug nach Deutschland. (-/-/-)

Änderungen der Reiseroute und Fluggesellschaften bleiben vorbehalten.

Leistungen

Enthaltene Leistungen:

- Linienflug ab/an Frankfurt (weitere Abflughäfen auf Anfrage) mit Qatar Airways oder anderer Fluggesellschaft in Economy Class inkl. Tax und Kerosinzuschlägen (Stand 1.8.13)
- deutschsprachige Tourenleitung
- Inlandsflug Pokhara - Kathmandu inkl. Tax und Kerosinzuschlägen (Stand 1.8.13)
- alle Fahrten in privaten Fahrzeugen
- Träger während des Trekkings für max. 15 kg persönliches Gepäck
- alle Eintrittsgelder laut Programm
- 4 Ü in Hotels im DZ, 10 Ü in Berghütten bzw. typischen Himalaya-Lodges
- Mahlzeiten: 14xF, 11xM, 12xA inkl. Begrüßungs- und Abschiedsessen
- Reiseliteratur

Nicht enthaltene Leistungen:

Nicht genannte Mahlzeiten und Getränke; Visum (ca. 32 €); zusätzliche Unterwegsverpflegung (z.B. Energieriegel und Schokolade) während des Trekkings; evtl. Erhöhung von Gebühren und/oder Kerosinzuschlägen nach dem 1.8.13; Trinkgelder; Persönliches

Teilnehmerzahl

- Mindestens 6 Teilnehmer
- Höchstens 12 Teilnehmer

Termine & Preise

28.02.2014 - 16.03.2014	€ 1.990,00	
21.03.2014 - 06.04.2014	€ 2.190,00	
04.04.2014 - 20.04.2014	€ 2.250,00	Nepalesisches Neujahr
25.04.2014 - 11.05.2014	€ 2.090,00	
03.10.2014 - 19.10.2014	€ 2.390,00	Dashain-Fest
17.10.2014 - 02.11.2014	€ 2.390,00	
31.10.2014 - 16.11.2014	€ 2.290,00	Tihar-Fest
07.11.2014 - 23.11.2014	€ 2.250,00	
27.02.2015 - 15.03.2015	€ 1.990,00	Holi-Fest
13.03.2015 - 29.03.2015	€ 2.250,00	
03.04.2015 - 19.04.2015	€ 2.290,00	Nepalesisches Neujahr
24.04.2015 - 10.05.2015	€ 2.190,00	

Zusatzkosten:

- Zubringerflug D/A/CH auf Anfrage
- EZ-Zuschlag: 130 €

Individuell:

Ab 2.490 €, englischsprachige Tourenleitung. Diese Reise kann ab 2 Personen täglich gestartet werden.

Generelle Hinweise

Reiseveranstalter: DIAMIR Erlebnisreisen GmbH

Anforderungen:

Interesse und Toleranz gegenüber fremden Kulturen und Religionen, Bereitschaft zum Komfortverzicht (einfache Unterkünfte!) sowie Teamgeist und Freude am Wandern, Trittsicherheit und ausreichend Kondition für tägliche Wanderungen mit Gehzeiten von 3-6h. Die Route verläuft meist auf breiten Wanderwegen mit Naturstufen, aber Sie sollten sich sicher und selbstständig in unterschiedlichem Terrain wie Grashängen, Geröll, Moränenschutt, Blockwerk und Schneefeldern fortbewegen können. Kletterpassagen sind nicht zu überwinden.

Hinweise:

Da alle Inlandsflüge in Nepal Sichtflüge sind, kann es bei ungünstigem Wetter zu Flugausfällen kommen. Die Einhaltung des Programms ist von der Durchführbarkeit der Flüge abhängig. DIAMIR übernimmt keine Verantwortung für Wetterprobleme und dadurch eventuell entstehende Zusatzkosten.

In einigen wenigen Lodges sind nur Mehrbettzimmer verfügbar.

einmal im leben.com

erfüllt Ihre größten Reiseträume

Klenzestraße 52a
80469 München

Telefon: +49 (0)89 3795 3351
Mobil: +49 (0)176 3479 3351
Email: info@einmalimleben.com
Web: www.einmalimleben.com

```
var _gaq = _gaq || []; _gaq.push(['_setAccount', 'UA-30928526-1']); _gaq.push(['_trackPageview']); (function()
{ var ga = document.createElement('script'); ga.type = 'text/javascript'; ga.async = true; ga.src = ('https:' ==
document.location.protocol ? 'https://ssl' : 'http://www') + '.google-analytics.com/ga.js'; var s =
document.getElementsByTagName('script')[0]; s.parentNode.insertBefore(ga, s); })();
```