

NEPAL

Annapurna Umrundung



Genießer-Tour zur Göttin der Berge

Bergsteigerschule & Trekking weltweit seit 1982 Leitung: Norbert Vorwerg, staatl. gepr. Bergführer Sitz: Bergisch Gladbach



deutscher
DAKS-Trekkingführer
plus
Local -Guides

Nepal und sich selbst wandernd entdecken

Die Annapurna ist wahrlich ein göttlicher Platz und die Trekking-Runde in dieser Gegend einfach lohnend. Wir folgen dem Tal des Marsyangdi-Flusses bis zur Quelle: Von lieblichen Reisfeldern und riesigen Rhododendren-Wäldern über weite Terrassenfelder, überquellenden Oasen, bis zu den weißen, alles überragenden Eisriesen.

Neuer optimierter Wegverlauf !

Kathmandu, Patan & Bhaktapur (optional)

Lernen Sie die großen Königsstädte kennen!

14- tägiges Lodge- Trekking rund um die Annapurna

- Von subtropischen Reisfeldern zum Berg-Sitz der Götter.
Thorong La: 5.416 m Pass als Übergang ins Kali Gandaki Tal
- Wanderung zur **Kali Gandaki Schlucht**, der tiefsten Schlucht der Welt
- hinauf zu den besten Aussichtsplätzen auf Dhaulagiri + Annapurna + Machapuchare !!

2 Tage relaxen in Pokhara

Pewa See: In wunderschöner Landschaft entspannen und wandern.

Anforderungen:

Keine alpinen Kenntnisse nötig. Wir wandern mit leichtem Tagesgepäck auf guten Pfaden und Wegen. Für den Pass ist Trittsicherheit von Vorteil. Wechselnde Temperaturen von +30 bis -10°C sind möglich.



Lodge-Trekking ★★★★★

6-8 Std./ Tag
Passüberquerung bis 10 Std.
max. Höhe: 5.416 m
max. Schlafhöhe: 4.900 m

Termine 2017

Mär: 04.03. – 26.03.17 (NE-31-17)
Apr: 15.04. – 07.05.17 (NE-32-17)
Okt: 14.10. – 05.11.17 (NE-33-17)
Nov: 04.11. – 26.11.17 (NE-34-17)

23 Tage ab € 2.895,- *

*(zzgl. internat. Flug!)

Leistungen (Details s. umseitig)

- Führung
- Inlandflüge & Transfers
- Unterkunft & Verpflegung
- Trekking-Service
- Gepäck-Transport
- AKV (für TN aus D)

kleine Gruppen bis max. 12 TN
Sondertermine ab 2 TN auf Anfrage
Kleingruppenaufpreis bei 5 TN € 180,-
Kleingruppenaufpreis 6-7 TN € 90,-





Den Marsyangdi-Fluss entlang durch alle Klimazonen Nepals.

Von prächtigen blühenden Blumen, vorbei an Reis- & Hirsefeldern, durch Bambuswälder und Nadelwaldflächen geht es stetig und in aller Ruhe hinauf, in die prächtige Welt des Himalayas.

Auf **gut gehbaren Wegen und Pfaden** begegnen wir immer wieder Muli-Karawanen und den stillen Zeichen des Buddhismus: Mani-Mauern, Gompas (buddhistischer Tempel) und Gebetsmühlen.

Wir wandern von Teehaus zu Teehaus, durch zuerst hinduistisch-nepalesische und später tibetisch-buddhistisch geprägte Dörfer mit unglaublich freundlichen Menschen, über romantische Brücken umgeben von majestätischen Himalaya-Giganten.

Auf dem **Thorong La Pass** (5.416 m) flattern Gebetsfahnen im Wind – wer möchte, hängt seine Wünsche dazu.

Nach der Wanderung durch das **Kali Gandaki Tal**, das sich später zur tiefsten Schlucht der Welt verengt, steigen wir nochmals auf und bewundern von prachtvollen Aussichtsplätzen nochmals die gewaltigen Eisriesen von Annapurna (8.091 m) und Dhaulagiri (8.167 m).

In **Pokhara** können wir dann die zahlreichen Eindrücke in Ruhe wirken lassen und genießen die Garten-Restaurants am wunderschönen Pewa See. Wer möchte, erforscht das Umland mit sehr lohnenden Wanderungen.

Sicherheit & Machbarkeit der Tour haben oberste Priorität. Zufriedene Teilnehmer sind unser Ziel.

Nur wer seinem Körper genügend Zeit gibt, sich der Höhe anzupassen, wer ein sinnvolles, gut abgestimmtes Tempo geht, wer notwendige Ruhephasen beachtet und wer bei Problemen einen kompetenten DAKS Guide im Hintergrund weiß, kann dem Gipfeltag entspannt entgegen sehen. Genau darum kümmern wir uns.

Sicherheit, Hygiene und Touren- Machbarkeit haben bei uns oberste Priorität, deshalb werden alle unsere Trekking- Touren von staatlich geprüften Bergführern geplant.

Leistungen:

Führung

deutscher DAKS-Trekkingführer und lokale Tour-Guides

Flüge & Transfers

Nepal-Flug: Pokhara - Kathmandu
Nepal-Flug: Kathmandu - Pokhara
Flughafengebühren
Transfers vor Ort

Unterkunft & Verpflegung

Hotel: DZ mit HP
Lodge: DZ mit VP

Trekking-Service

Gepäck-Transport: 12 kg
Notfall- & Höhenmedizin

Sonstiges

Besichtigungen lt. Programm
Nationalpark- & Eintritts-Gebühren
AKV (für TN aus D)

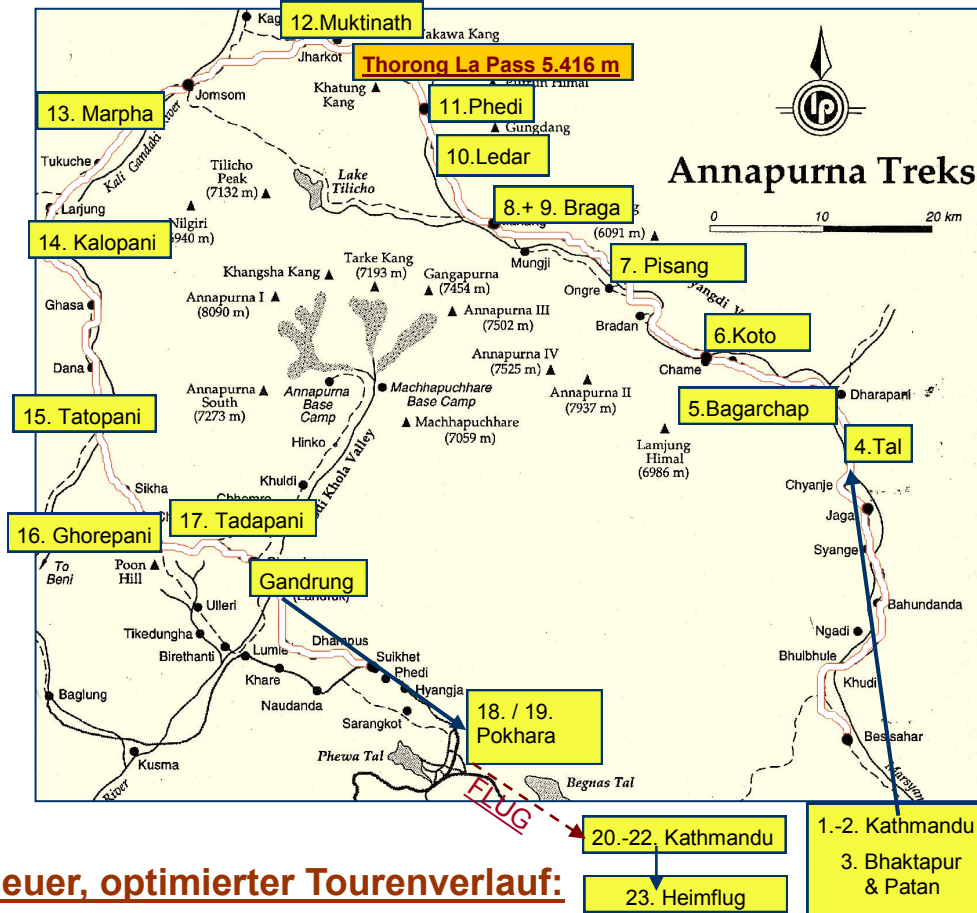
vor Ort zu zahlen:

Visum & Trinkgeld: (s. Daten & Fakten)
optionale Stadtbesichtigungen:
Patan & Bhaktapur

auf Wunsch:

Hotel: Einzel-Zimmer € 180,-
Rail & Fly € 75,-





Neuer, optimierter Tourenverlauf:

In den vergangenen Jahren wurde eine durchgehende Straße durchs Marsyangdi-Tal bis nach Manang gebaut. Wir verzichten auf den Staub vorbeirasender Autos und fahren direkt zum schönen Ort „Tal“, dafür wurden die ersten beiden Tagesetappen gestrichen.

Die **gewonnenen** Tage nutzen wir um die Trekkingrunde um die Annapurna zu schließen und die wunderschönen **Aussichtsplätze** Ghorepani, Poon Hill und Tadapani gewissermaßen als „**Abschlussgenuss**“ einzubauen.

Selbstverständlich vermeiden wir die verbleibenden „Straßen-Etappen“ im Marsyangdi-Tal ebenfalls, stattdessen wählen wir den „**Upper-Trail**“-Höhenweg. Hier finden wir Annapurna-Panorama pur ... unser Ausflug zu den Ice-Lakes fördert die Höhenanpassung und bietet beste Aussicht.

Tag 1/2: Flug nach Kathmandu (1.380 m)

Begrüßung & Abholung am Flughafen – Fahrt nach Thamel ins Hotel***

Tag 3: Großer Besichtigungstag (fakultativ): Wer möchte geht zu den Königstädten **Patan**

und **Bhaktapur**. Letztere ist die Stadt mit dem am besten erhaltenen mittelalterlichen Stadtbild: Rostbraune Ziegeldächer, geschnitzte Holzfassaden und kunstvoll verzierte Ziegelmauern verleihen der Stadt den besonderen Charme. Alternativ bummelt man selbstständig durch die Altstadt von Kathmandu Hotel***

Tag 4: Fahrt Kathmandu - Besishar- Tal (1.700 m)

Wir verlassen Kathmandu und fahren in Richtung Pokhara unserem Trekkinggebiet entgegen. Sobald wir das Kathmandu-Tal verlassen, haben wir herrliche Ausblicke auf die Gebirgsregionen. Über Dumre erreichen wir das Marsyangdi-Tal und fahren die neue Straße hinauf bis nach Tal - dem Startpunkt unseres Trekkings. Der Ort Tal liegt geradezu genial im Flusstal, umgeben von phantastischer Landschaft. Mit seinen vielen, farbig gestrichenen Häusern erinnert der Ort an ein Wild-West-Städtchen. Morgen beginnt unsere große Trekkingrunde um die Annapurna (ca. 8 h Fahrt).

Tag 5: Tal - Bagarchhap (2.160 m)

Nach der Überquerung des Marsyangdi, tauchen die ersten Himalaya-Riesen am Horizont auf. Auf unserem Weg nach Bagarchhap, sehen wir immer häufiger Chörten (tibet.: buddhistische Bauwerke; sanskr.: Stupa). (ca. 4 h)



Tag 6: Bagarchhap - Koto (2.600 m)

Wir folgen dem Tal und wandern weiter hinauf durch einen wahren Märchenwald. Oben belohnt uns ein herrlicher Pausenplatz mit prachtvollem Blick auf den Manaslu (8.163 m). Wer will, bum-melt am Nachmittag noch nach Chame, dem Verwaltungs-Hauptort des Manang-Bezirks (4-5 h).

Tag 7: Koto – Pisang (3.200 m)

Hinter Chame staunen wir über den prächtigen Chörten, der uns unseren weiteren Weg durch Obstplantagen und herrliche Wäldern öffnet. Wir sind im buddhistischen Gebiet angekommen. Auch wenn die alten nepalesischen Brücken romantischer aussehen, wählen wir doch lieber die sichere Variante der Drahtseilbrücken. Ein Besuch im Kloster in Upper Pisang dient nicht nur der Akklimation, sein Eindruck beschäftigt uns noch den Abend lang ... (ca. 5 h)

Tag 8: Pisang - „Upper-Trail“-Höhenweg - Braga (3.360 m)

Der Weg führt uns heute erst einmal hinauf - nach Ghyaru (3.670 m), dem Startpunkt des wunderschönen Panorama-Höhenwegs: Hier oben öffnen sich die grandiosen Ausblicke auf die Eisriesen Gangapurna und Annapurna II und IV - dieser perfekte Blick auf die, auf der anderen Talseite liegenden, Annapurna-Gipfel begleiten uns nun den gesamten Weg. Auch Yaks kreuzen manchmal unseren Weg. Nach einer gemütlichen Mittagspause in Ngawal (3.660 m) geht es langsam absteigend nach Braga. Hier werden wir heute das 400 Jahre alte Kloster mit uralten Buddha-Statuen besichtigen. (ca. 7 h)

Tag 9: Braga - Akklimationswanderung zum Ice Lake (4.700 m)

Wir bleiben eine weitere Nacht in der gemütlichen Lodge in Braga. Höhenanpassung steht heute auf unserem Programm - wir unternehmen eine landschaftlich tolle Wanderung hinauf ins Kicho Tal zu den Ice- Lakes. Beide Seen sind fast immer dick vereist, daher der Name. Wem die 1.300 Höhenmeter Aufstieg heute zu viel sind, geht die Sache etwas gemütlicher an, macht es sich auf halber Höhe an einem der vielen schönen Aussichtsplätze gemütlich und genießt das einmalige Panorama. (je nach Ziel 3-8 h)

Tag 10: Braga - Ledar (4.200 m)

Oberhalb der Baumgrenze führt der Weg hinauf nach Ledar. Welch ein Kontrast zu den ersten Tagen mit der überquellenden Vegetation! Außerdem scheint heute der Tag der bezaubernden Lodges und unglaublichen Ausblicke zu sein ... (ca. 5 h)

Tag 11: Ledar - Highcamp (4.925 m)

Mit vielen Pausen geht es bergan. Die Aussichten und Anblicke sind einfach ... atemberaubend schön. Nach einer - wie immer leckeren - Pause in Phedi machen wir uns auf, zu unserem letzten Ort vor dem Pass. Zur besseren Akklimation wandern wir nachmittags von der Lodge aus auf unseren ersten 5.000er, beobachtet von neugierigen Moschushirschen. (ca. 4 h)

Tag 12: Highcamp – Thorong La (5.416 m) - Muktinath (3.700 m)

Mit der Stirnlampe unterm Sternenhimmel geht's los: Langsam und stetig dem Tagesbeginn und der wärmenden Sonne entgegen. Egal wie anstrengend der Weg war: Auf der Passhöhe sind alle Strapazen vergessen und die Welt ist einfach schön :-)

Mit strahlenden „Siegerfotos“ machen wir uns auf den langen Abstieg, mit gemütlichen und verdienten Pausen. Wir besuchen das hinduistisch-buddhistische Kloster in Muktinath (mit der berühmten Gompa des brennenden Wassers). Am Abend feiern wir gemeinsam unsere Passüberschreitung.

Tag 13: Muktinath - Kagbeni (2.800 m) - Fahrt n. Jomsom (2.720 m) - Wanderung n. Marpha (2.650 m)

So schön kann Wandern sein: Einfach gemächlich ohne Steigung immer geradeaus gehen und die unvergleichliche Landschaft betrachten. Unterwegs können wir wieder an zahlreichen kleinen Ständen handgefertigte Kostbarkeiten erstehen.

Ab Kagbeni kürzen wir den recht eintönigen Weg nach Jomsom auf vier Rädern ab.





Von Jomsom wandern wir gemütlich weiter und erreichen nach 2 Stunden Marpha. Hier besichtigen wir die saubere Dorfstraße und das Kloster, schreiben Karten oder probieren getrocknete Apfeling und Apfelschnaps.

Tag 14: Marpha - Kalopani (2.530 m) ... wir erreichen die Kali Gandaki Schlucht

Heute wandern wir über die weniger begangenen Wege an der Ostseite des Flusses - immer wieder mit tollen Ausblicken zur gewaltigen Dhaulagiri. Kurz hinter Sauru verengt sich das weite Kali Gandaki-Tal und wir erreichen nach kurzer Zeit Kalopani - wir sind im tiefsten Tal der Welt, zwischen den Achttausendern Dhaulagiri und Annapurna. (ca. 5 h)

Tag 15: Kalopani - Tatopani (1.189 m)

Der heutige Wandertag führt uns auf Schotterwegen, wieder mehrfach den Fluss überquerend, über Ghasa und Kopchepani hinab. Jetzt geht es richtig in die Wärme: wir wandern durch Wald hinunter zu subtropischer Fauna und Flora bis Tatopani, das für die dortigen heißen Quellen berühmt ist. Wer mag genießt ein erholsames, warmes Bad. (ca. 7 h)

Tag 16: Tatopani - Ghorepani (2.874 m)

Die nächsten 3 Tage wollen wir die Annapurna-Runde vollenden: Erst einmal steigen wir heute aus dem tiefen Kali Gandaki Tal auf. Hunderte von Stufen führen uns hinauf - die Landschaft wechselt wieder zu Terrassenanbau und Landwirtschaft ... und viele Blüten am Wegesrand untermalen die immer größer werdenden Panorama-Ausblicke. Weiter oben beginnen ausgedehnte Rhododendren-Wälder, die im Frühjahr mit üppiger Blütenpracht begeistern. (ca. 8 h)

Tag 17: Ghorepani - Tadapani (2.670 m)

Nach dem anstrengenden Aufstieg des Vortages erwartet uns heute ein relativ gemütlicher Tag - mit traumhaften Ausblicken auf die Eisriesen von Annapurna und Dhaulagiri! Frühmorgens starten wir zu unserem ersten Highlight des Tages: Auf dem bekannten Aussichtspunkt „Poon Hill“ (3.210 m) hoffen wir auf einen schönen Sonnenaufgang, mit unvergesslicher Blick auf Dhaulagiri und das Annapurna Massiv. Nach dem Frühstück wandern wir im steten Auf und Ab weiter nach Tadapani - unterwegs genießen wir immer wieder phantastische Bergaussichten. (ca. 4-5 h)

Tag 18: Tadapani - Ghandrung (1.940 m), Fahrt nach Pokhara

Nach einer schönen, abschließenden Vormittagswanderung erreichen wir Ghandrung. Dort wartet unser Transferfahrzeug, das uns in 3-4 Stunden nach Pokhara fahren wird. Für die kommenden zwei Tage beziehen wir ein gemütliches Hotel. Heute und morgen erleben wir wieder das andere typische Nepal – wir tauchen ein in die bunte quirlige Händlerwelt der Nepali mit vielen kleinen Basar-Lädchen.

Tag 19: Pokhara - Tag zum Ausruhen & Relaxen

Wer möchte, wandert hinauf zu den Aussichtsmöglichkeiten mit Blick auf die Annapurna ... oder wir genießen die Garten-Restaurants direkt am wunderschönen Pewa See und können die zahlreichen Eindrücke unserer Trekking-Tour in Ruhe wirken lassen.

Tag 20: Flug Pokhara-Kathmandu: Zurück in Kathmandu beziehen wir wieder unser Hotel, können unsere Wäsche wechseln und die Stadt weiter erkunden. Hotel***

Tag 21: Kathmandu: Der Tag steht allen zur freien Verfügung – Zeit, die letzten Einkäufe zu erledigen, eigenständig durch die Basare zu schlendern, Kathmandu wirken zu lassen ...

... oder wir unternehmen einen spannenden „Mountain Flight“ rund um den Mt. Everest (nach Verfügbarkeit und auf eigene Kosten 2014: € 175,-)

Am Abend erwartet uns ein festliches nepalesisches Essen. Hotel***

T 22/23: Heimflug: Ein gemütlicher Vormittag zum Ausschlafen, Bummeln oder Einkaufen. Am Nachmittag fahren wir zum Flughafen. Rückflug nach Deutschland.

