

# NEPAL

## Mustang - Seribung - Naar Phu Tal



Erlebnisreiches Trekking vom ehemaligen Fürstentum „Lo“ ins abgeschiedene, lange unzugängliche Naar Phu Valley - Besteigungsmöglichkeit: Seribung Peak 6.328 m



Hinter den sieben Bergen im Schatten des Nilgiri Massivs und der Annapurna liegt unser Ziel, der Seribung Peak (6.328 m). In Nepal finden sich nur wenige Regionen, die eine solche grandiose Aussicht auf den Himalaya bieten. Ruhe und unendliche Weite durchdringen den Wanderer und machen diese faszinierende Trekkingtour zu einem ganz besonderen Erlebnis ...

### Kathmandu

Wir lernen die großen Königs-Städte kennen (fakultativ)

**Himalaya-Flüge** nach Pokhara & Jomsom

### 21 Tage Trekking Mustang - Seribung - Naar Phu

- ✓ menschenleere, einsame Wege von Mustang nach Phu
- ✓ spannende Überquerung des 6.000 Meter hohen Passes Seribung La
- ✓ alte tibetische Kultur in Mustang, Nar und Phu
- ✓ phantastische Bergwelt an der Grenze zu Tibet
- ✓ weltweit einzige Stupa die in einer Höhle steht

### Gipfel-Option:

Seribung Peak 6.328 m

### Anforderungen:

Sehr gute Kondition für 6 bis 10-stündige Wanderetappen/ Tag mit leichtem Tagesgepäck - auch in großen Höhen über 6.000 m. Gute Trittsicherheit auf schmalen Pfaden und auch teilweise weglosen Passagen (Geröll, Blockwerk und Firnschnee). Gesundheit & Kleidung für extreme Temperaturen von +30°C bis -30°C



### Zelt-Trekking



6-8 Std./ Tag (Gipfel: 10 Std.)  
max. Höhe: 6.042 m  
max. Höhe/Gipfel: 6.328 m  
max. Schlafhöhe: 5.800 m

### Termine 2017

**Mai:** 15.04. - 13.05.17 (NE-51-17)  
**Sept:** 23.09. - 21.10.17 (NE-52-17)

29 Tage ab € 4.485,- \*  
\*(zzgl. internationaler Flug)

### Leistungen:

 (Details s. umseitig)

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

### kleine Gruppen

 5 bis max. 12 TN

Sondertermine ab 5 TN  
Kleingruppenaufpreis bei 5 TN € 180,-  
Kleingruppenaufpreis bei 6 - 7 TN € 90,-



### Vom unverfälschten Mustang zum versteckten Seribung Peak

Faszinierende Landschaften, wüstenartige Schluchten und die älteste tibetische Kultur erwarten Sie auf dieser Trekkingreise ... und wer möchte, besteigt „nebenbei“ noch einen tollen Sechstausender!

Sie genießen die Freundlichkeit der Lopa, Bewohner Mustangs, sehen uralte Klöster und besichtigen die weltweit einzige in einer Höhle stehende Stupa.

Der Trek führt uns zuerst ins ehemalige Königreich Mustang. Die Region Mustang ist erst seit 1991 für westliche Besucher und nur für eine jährlich begrenzte Teilnehmerzahl geöffnet. Die ersten Trekkingtage laufen wir durch eine ursprüngliche Landschaft und traditionelle Dörfer, besuchen alte Tempel und sagenumwobene Höhlenklöster.

Dann verlassen wir die bewohnten Gebiete und wandern durch eine einsame Hochgebirgsregion an der Grenze zu Tibet. Unser Ziel ist der 6.000 Meter hohe Seribung Pass - wer möchte steigt von hier noch auf den Seribung Peak (6.328 m). Die Besteigung ist optional und kann auch ausgelassen werden.

Nach der Überquerung des Seribung La steigen wir ab und erreichen das kleine Dorf Phu. Hier scheint die Zeit stehen geblieben zu sein ...

#### Bei uns wird Sicherheit groß geschrieben: Zufriedene Teilnehmer sind unser Ziel.

Nur wer seinem Körper genügend Zeit gibt, sich an die Höhe anzupassen, wer ein sinnvolles, gut abgestimmtes Tempo geht, wer die notwendigen 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-Guide und lokale Tour-Guides

#### Flüge & Transfers

Nepal-Flug: Kathmandu- Pokhara  
Nepal-Flug: Pokhara - Jomsom  
Fahrt von Koto nach Kathmandu  
alle Flughafengebühren  
Transfers vor Ort

#### Unterkunft & Verpflegung

Hotel: DZ mit HP  
Zelt: Einzelreisende: 2er Zelt / VP  
für Paare: 3er Zelt / VP

#### Trekking-Service

Gepäck-Transport: max. 20 kg  
Begleitmannschaft  
Gemeinschafts- & Toiletten-Zelt  
Notfall- & Höhenmedizin  
Höhendrucksack  
Satellitentelefon

#### Sonstiges

Besichtigungen lt. Programm  
Nationalpark- & Eintritts-Gebühren  
Permit Mustang inklusive (US\$ 500 !)  
Gipfelpermit Seribung Peak  
AKV (für TN aus D)

#### vor Ort zu zahlen:

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

#### auf Wunsch:

Hotel: Einzel-Zimmer € 100,-  
Rail & Fly: € 75,-





**Entdecken Sie das ehemalige Königreich Mustang! Eine landschaftlich faszinierenden Trekkingtour entlang alter Karawanenwege. Tauchen Sie ein in einsame und großartige Himalya-Regionen! Grandiose Gebirgsformationen auf dem Trek zum Seribun Peak.**

### **Geplanter Tourenverlauf:**

**Tag 1: Individueller Flug nach Kathmandu**

Gerne buchen wir Ihnen einen passenden Flug. Sie möchten vorher 1-2 Tage Kathmandu zusätzlich? Auf Wunsch organisieren wir Transfer und Hotel.

**Tag 2: Kathmandu**

Ankunft Kathmandu, (1.360 m). Transfer zum Hotel \*\*\* . Vielleicht bummelt der Eine oder Andere noch durch die Altstadt....

**Tag 3: Tag zur freien Verfügung**

Ausruhen von der langen Flugreise. Optional organisieren wir für Sie eine Sightseeing Tour durch die alten Königsstädte Bakthapur und Patan.

**Tag 4: Flug nach Pokhara** - die schneeweißen Bergketten von Ganesh, Manaslu und Annapurna am Horizont treffen wir am Nachmittag in Pokhara ein und beziehen unsere Hotelzimmer. Das relativ milde Klima (Pokhara liegt auf ca. 800m) begünstigt eine vielfältige, subtropische Vegetation. Je nach Lust und Laune können wir einen Spaziergang zum berühmten Phewa-See machen. Hotel\*\*\*

**Tag 5: Flug von Phokara nach Jomoson (2.850 m). Wanderung nach Kagbeni (2.850 m)**

Weiter geht der Flug – frühmorgens fliegen wir nach Jomsom (2.710 m). Dort wartet die Begleitmannschaft, die uns die nächsten 3 Wochen betreuen wird. Heute wandern wir auf einem alten Karawanenweg bis nach Kagbeni, einem mittelalterlich anmutenden Dorf – dem Tor zu Mustang (2.810 m / 4 h).

### **Mustang**

**Tag 6: Trek nach Chele:**

Nach intensiven Grenzformalitäten betreten wir endlich Mustang – entlang des Kali-Gandaki-Flusses wandern wir nach Chhusang (2.980 m) und erreichen dann nach einem kurzen Aufstieg den Ort Tshe Le (Chele, 3.050 m/ 5-6 Std.)

**Tag 7: Chele – Ghiling (3.570 m)**

Entlang der Flanke eines steilen Canyons wandern wir zu einem kleinen See. Weiter ansteigend, auf einem z.T. in Felsen gehauen Weg geht es über die mit vielen Gebetsfahnen behangenen Pässe: Tahlam La (3.624.m) und Dajari La (3.600 m). Im Ort Samar (3.600 m) besichtigen wir den Samar Tempel mit seiner berühmten Baumallee. Die beiden leichten Pässe Baga La und Yemdo-La (3.950 m) fordern heute etwas mehr unsere Kondition, belohnen jedoch jeweils mit toller Fernsicht ... bis wir über Syangboche (3.800 m) in den schönen Ort, Ghiling (3.570 m) kommen. (1.400 Hm, 6 h), Zelt.

**Tag 8: Ghiling – Charang (3.650 m)**

Nach einem morgendlichen Besuch des Klosters folgt ein längerer, steiler Anstieg bis zum Ghemi La (4.010 m). Einige Schweißtropfen werden schon fließen – das jeweilige Traumpanorama auf das umliegende Mustang-Gebiet, Annapurna und Nilgiri entschädigt jedoch die Mühen tausendfach! Nach zirka 7 Stunden Gehzeit erreichen wir den zweitgrößten Ort Mustangs: Tsarang (Charang, 3.650 m). Das ehemalige Königsschloss sowie das örtliche Kloster laden zu interessanten Besichtigungen ein (Statuen, Thankas, Buddha-Gemälde, ... // 800 Hm, 7 h) Zelt.

**Tag 9: Charang – Lo Mathang (3.840 m)**

Wer gestern Kloster bzw. Königsresidenz nicht mehr besichtigen konnte, hat heute Morgen noch einmal Gelegenheit hierzu – dann geht's weiter. Auf dem Weg nach Lo Manthang erwartet uns schon ein kleines Highlight – die Gomba in Lo Ghekar gehört zu den ältesten Klöstern von Nepal und ist sogar älter als das bekannte Sayme-Kloster in Tibet! Nach zirka 8 Stunden erreichen wir endlich die beeindruckende Hauptstadt von Mustang: Lo Manthang (3.840 m). Schon von weitem besticht der wehrhafte Festungscharakter – umgeben von weiten Weidegebieten. Noch mehr begeistert dann das Innere der Stadt – enge Gassen laden regelrecht ein zum Erkunden und „Stöbern“. Wir zelten vor den Stadtmauern. (620 Hm, 6-7 h), Zelt.

**Tag 10: Lo Manthang:**

Tauchen Sie ein in einen Ort, in dem die Zeit stehengeblieben zu sein scheint. Der heutige Tag steht voll und ganz im Zeichen der Besichtigung von Lo Manthang. Königspalast, die Klöster Jhamba-, Thupchen- und Khenpo-Chode-Gompa und natürlich die faszinierende, mittelalterliche Innenstadt ... es gibt unglaublich viel zu sehen und zu erleben! Zelt

**Tag 11: Lo Manthang: Ausflug nach Thinggar**

Tagesausflug zur Namgyal Gompa & zum Königspalast von Tinker: Unser Ausflug führt uns heute in den nördlichen Teil des Königreiches. Nach der Besichtigung des „Sieges-Klosters“ in Namgyal (4.000 m) geht es weiter nach Tinker (Thingar) wo sich der Sommerpalast des Königs von Mustang befindet. Hier haben wir eine prächtige Sicht vom Annapurna-Massiv bis tief hinein nach Tibet. Nachmittags geht es zurück nach Lo Manthang.

**Tag 12: Lo Manthang – Dvi Gaon (3.400.m) – Yara Gaon (3.650.m)**

Richtung Süden, geht es gemächlich bergauf, bis zu einem Bergrücken auf ca. 4.100 m mit herrlicher Aussicht auf Lo Mathang. Wieder abwärts in eine schmale Schlucht bis nach Dvi Gaon im Kali Gandaki. Von hier durch eine bizarre Felsenlandschaft mit vielen Höhlen um schlussendlich langsam ansteigend am Puyung Fluss nach Yara Gaon zu gelangen (500 Hm, 6 h), Zelt.

**Tag 13: Yara Gaon (3.400.m) – Luri Gompa (4.000 m)**

Leicht ansteigend folgen wird dem Puyung Fluss vorbei an den uralten Tashi Kabum Höhlen. Leichte Kletterpartien sind nötig um zum Felsenkloster Luri Kabum zu gelangen. Hier befindet sich auch die einzige Stupa der Welt, die in einer Höhle steht. Es liegt unzugänglich auf einem Felsen, dafür bietet es eine großartige Aussicht. (3 h) Zelt.

**Tag 14: Luri Gompa – Ghuma Thanti (4.700 m)**

Erst durch ein tiefes Tal dann über Hochwiesen bis auf einen Pass (5.000 m), dann nur noch ein kurzer Abstieg bis zum Lager bei Ghuma Thanti. (700 Hm, 3 h) Zelt.



**Tag 15: Ghuma Thanti – Akklimatisationstag**

Vom Pass aus besteht die Möglichkeit zur Besteigung des Kyumupani Danda (5.570 m) oder wir lassen die vergangenen Tage Revue passieren und erholen uns. 2 h Zelt.

**Tag 16: Ghuma Tanti – Damador Kund (4.980 m)**

Der Weg führt am Hang entlang bis zu den heiligen Seen von Damodar (4.980.m). Ein schöner Lagerplatz auf einer grünen Wiese. (800 Hm, ca. 5-6 h), Zelt.

**Tag 17: Damador Kund – Seribung Basislager (5.250 m)**

Über Wiesen und Moränengelände gelangen wir zum japanischen Basislager. Viele Gipfelblicke sind möglich und erleichtern den Weg. (350 Hm, 2 1/2-3 h, ) Zelt.

**Tag 18: Seribung – ABC Lager (5.800m)**

Trittsicherheit und Ausdauer sind heute gefragt, in alpinem Gelände geht es auf einer einfach zu begehenden Mittelmoräne des Bhatchauk Gletschers bis auf 5.780 m hinauf zum letzten Lager vor dem Mustang- bzw. Seribung-Pass (6.042 m). (600 Hm, 4-5 h), Zelt.

**Tag 19-21: Seribung Pass – Mustang Pass (6.042 m) – Seribung Peak (6.328m) – Mustang Pass und Abstieg ins östliche Basislager (5.050 m), Reservetag**

Wer möchte hat von hier die Möglichkeit den Seribung Peak zu besteigen. Vom Seribung Pass den wir mit unseren Trägern überqueren, geht es relativ einfach über einen ca. 30° steilen Schneerücken auf den Seribung Gipfel der sich auf 6.328.m befindet. Wir genießen einmal mehr die Aussicht auf Annapurna, Manslu und Daulaghiri und zusätzlich bei guter Sicht auf Himlung- und Peri Himal. Nach der Besteigung geht es hinunter Richtung Phu. (4-5 Std.), Zelt.

**Tag 22: östliches Basislager – Nagoru (4.400 m)**

Abwärts durch ein ausgetrocknetes Bachbett kommen wir wieder in Gegenden mit Wiesen und Sträuchern. Auf einen zum Teil neu angelegten sehr schönen Höhenweg erreichen Sie den verlassenen Ort Nagoru (4.400 m). Zelt

**Tag 23: Naguru – Phu Gaon (4.080 m)**

Heute gelangen Sie wieder zurück in die Zivilisation. Vorbei an einigen größeren sehr alten Chörten erreichen Sie den schönen, tibetisch geprägten Ort Phu Gaon. (5-6 Std.), Zelt.

**Tag 24: Phu Gaon – Meta (3.550 m)**

Der Wechsel vom tibetisch ins hinduistisch geprägte Nepal ist erstaunlich. Durch tiefe Schluchten und Matten vorbei an den Orten, wo die Menschen aus Phu den Winter verbringen nach Meta, wunderschön über dem Naar PhuTal gelegen. Zelt.

**Tag 25: Meta – Kodo (2.640 m)**

Wir nähern uns der Zivilisation. Gleich nach dem Chörten von Phu geht es steil in den Taleinschnitt bis zum Fluss hinunter, den wir dreimal überqueren. Immer dem Fluss folgend durch typischen nepalesischen Dschungel bis nach Kodo. Hier treffen wir auf die Annapurna-Umrandung, einer der bekanntesten Treks in Nepal. Ein wenig wehmütig schauen wir zurück ins verlassene Tal, ab hier bauen die Nepalesen eine Straße, wir satteln um auf Fahrzeuge. Lodge

**Tag 26: Rückfahrt Kodo - Besisahar – Kathmandu**

Die Fahrt durch das wildromantische Marsyandi-Tal bringt uns nach Dumre, wo uns die Zivilisation wirklich einholt. Die anfänglich einfache Strasse bringt uns bis Bigunj, die wichtigste Strassenkreuzung in ganz Nepal, denn von dort verzweigt die Strasse nach Süden, Richtung Indien oder Osten zu unserem Zielort Kathmandu. Fahrzeit 8-10 Stunden. Hotel\*\*\*

**Tag 27: Kathmandu**

Wer möchte, besichtigt die alte Königstadt Bhaktapur und Patan Weltkulturerbe mit kunstvoll verzierten Ziegelmauern und prächtig geschnitzten Holzfassaden der alten Newar-Kunst, kleinen Gassen, Palästen, Tempeln und Basaren ...

oder schlendert auf eigene Faust in den Basaren der Altstadt.

Am Abend erwartet uns ein festliches nepalesisches Essen. Hotel

**T. 28/29: Heimflug:** Ein gemütlicher Vormittag zum Ausschlafen, Bummeln oder Einkaufen.

Am Nachmittag fahren wir dann zum Flughafen zum Start des Rückfluges...



Zusätzlich zur Grundausrüstung für Trekking (s. Daten & Fakten) **brauchen Sie:**

## Spezielle Ausrüstung für das Trekking „Mustang - Seribung ...“

In den großen Höhen von 5.000 bis über 6.000 Meter kann es bei Schneefall und Sturm bis zu - 30°C kalt werden.

Wir übernachten im Zelt und nehmen unsere Mahlzeiten in unbeheizten Gemeinschafts-Zelten ein. **Sie brauchen unbedingt entsprechende Wärme-Kleidung (Ausleih-Möglichkeiten siehe unten)**

**Für den Passübergang und die Gipfelbesteigung benötigen Sie zusätzlich:**

### Füße

- **Warme, steigeisenfeste (Schalen-) Bergschuhe**  
Ideal wären Schalen-Bergschuhe mit herausnehmbarem Innenschuh. So können Sie den Innenschuh mit in den Schlafsack nehmen und haben am Morgen warme trockene Schuhe. Bei einem normalen guten Hochtourenschuh ohne Innenschuh muss man ggfls. zusätzliche Anstrengungen unternehmen, damit sie innen nicht feucht werden und nachts im Vorzelt gefrieren!
- **Gute Gamaschen**  
sollten die Schuhschnürung komplett verdecken und mit Riemen/Steg nach unten fixiert sein

### Hände

- **Warme und winddichte Handschuhe**  
als obere Schicht: möglichst (Expeditions-) Fausthandschuhe
- **leichte Fleece-Fingerhandschuhe**  
als untere Schicht: damit die Finger bei Greiftätigkeiten immer geschützt sind

### Kopf

- **Warmer Schal oder „Buff“ Multifunktionstuch** (aus Merinowolle)  
auch als Kälteschutz vor Mund und Nase, dient in warmer Region als Stirnband
- **Warme, winddichte Mütze mit Ohren-Wärmeschutz**  
Achten Sie darauf, dass die Anorak-Kapuze bei starkem Wind über die Mütze passt.

### Körper

- **Daunen-Jacke**
- **Extra warme Hose**  
Fleece-Unterhose oder warme Überhose (wattiert oder Daune)

### Schlafen

- **Schlafsack für -15°C bis -20°C Komfortbereich** (stark wasserabweisendes Außenmaterial ist hierbei sehr vorteilhaft)  
**Hinweis:** Wer noch keinen guten Daunenschlafsack oder -jacke besitzt, kann diese Ausrüstung extrem preisgünstig (und trotzdem gut) in Kathmandu kaufen.
- **Fleece-Innenschlafsack** (ca.5° zusätzliche Wärme, reicht in den ersten Tagen alleine aus)
- **Iso-Liegematte**  
Wir empfehlen zusätzlich zur gestellten Liegematten eine eigene selbst aufblasbare Matte.

### Notwendige Gletscher-Ausrüstung:

- **Steigeisen** 12- zackig mit Frontal-Zacken  
(mit Riemenbindung bzw. bei steigeisenfestem Bergschuh Schnellverschluss)
- **Eispickel** (nur für Gipfelanwärter nötig)
- **Anseil-Sitzgurt**
- **2x Bandschlinge** (geschlossen, 1 m)
- **Prusikschlinge:** doppelte Körperlänge (= 5 mm Reepschnur)
- **2x Schraub-Karabiner**

Sie können das gesamte Paket vor Ort ausleihen. **Kosten 90 \$**

Bitte teilen Sie uns Ihren Ausleihwunsch **bis spätestens 4 Wochen vor Reisebeginn mit.**

**Notwendig, aber nicht ausleihbar:**

- **LED Stirnlampe:** Stark leuchtend für den Nachtstart beim Gipfeltag ... und für die Abende im Zelt  
(mit Ersatz-Batterien)