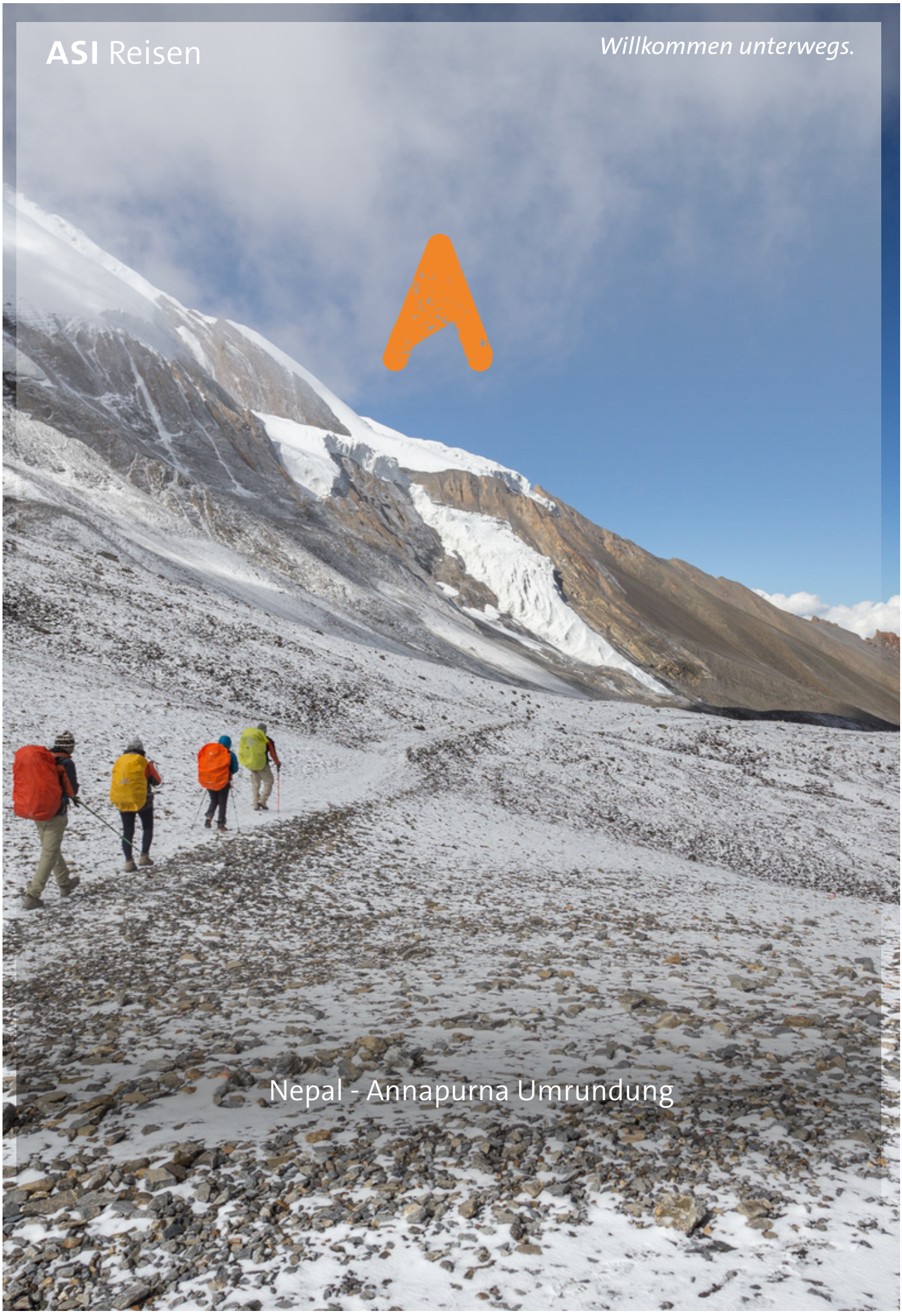
ASI Reisen

Willkommen unterwegs.



Nepal - Annapurna Umrundung

Eine atemberaubende Bergkulisse umgibt den mystischen Thorong La Pass, wo der Wind sanft durch hunderte Gebetsfahnen weht und die Wünsche der Pilger in den Himmel trägt. Wir beginnen in subtropischen Regionen und steigen immer höher über jahrhundertealte Pfade entlang des Marsyangdi-Flusses durch die Dörfer der Gurung stets im Angesicht des majestätischen Annapurna-Massivs. Einer der Höhepunkte dieser Reise wird die Wanderung zum Tilicho See sein. Die Kulisse rund um den höchst Gelegenen See Nepals ist atemberaubend. Bestens akklimatisiert nehmen wir dann die Königsetappe dieser abenteuerlichen Trekkingreise in Angriff und steigen auf 5.416 Meter Höhe – Wir freuen und auf ein unvergessliches Panorama.

Nepal - Annapurna Umrundung

NPKTM005

ASI Originals

Bereistes Land

Nepal

Schwierigkeitsgrad

Reiseart

Trekkingreisen, Wanderurlaub

Gruppengröße

min. 2 / max. 14 Personen

Reisedauer

18 Tage

Highlights

> Bestaune die Achttausender

> Bewundere Kultur in Kathmandu

> Entspanne dich in Phokara

> Erlebe die Bergkulisse am Tilicho See

> Überschreite den Thorong La (5,416 m)

Profil

> Von Lodge zu Lodge

> 11-tägiges Trekking im Schwierigkeitsgrad 4 in Höhen bis maximal 5.416 m, gute Höhenakklimatisierung gewährleistet

> Gute Wege, keine technischen Schwierigkeiten



Reiseverlauf

Tag 1 Ihr Flug nach Nepal

Flug mit Turkish Airways von Frankfurt über Istanbul nach Kathmandu.

Unterkunft

Nachtflug

Tag 2 Ankunft in Kathmandu

Am Morgen Ankunft in Kathmandu, Transfer nach Bhaktapur ins Hotel. Abendessen in einem landestypischen Restaurant. 2 Übernachtungen.

Verpflegung

Abendessen

Unterkunft

Sweet Home Bhaktapur ★★★
Durbar Square
Bhaktapur NP

Tag 3 Königsstadt Bhaktapur

Fahrt nach Changunarayan und Besichtigung des ältesten Tempels im Kathmandutal. Anschließend besuchen wir Bhaktapur, die prächtigen Königsstadt. Reich geschmückte Paläste, Tempel und Pagoden – beeindruckende Beispiele nepalesischer Holzarchitektur. Der Nachmittag steht zur freien Verfügung.

Verpflegung

Frühstück

Unterkunft

Sweet Home Bhaktapur ★★★
Durbar Square
Bhaktapur NP

Tag 4 Fahrt über Besisahar und Bhulbule nach Jagat

Nach dem Frühstück fahren wir entlang des Narayani und Trishuli Flusses bis Mugling – der tiefste Punkt der Tour. Danach geht es wir weiter dem Marshyangdi Fluss entlang, in ca. 3 bis 4 Stunden erreichen wir schließlich Besisahar. Bei klarem Wetter sehen wir schon die schneebedeckten Gipfel in Marshyangdi Tal. In Besisahara werden wir das Auto wechseln und nehmen ein Sammeltaxi (Jeep) und fahren weiter über Bhulbhule bis nach Ngadi und weiter nach Jagat auf 1300m.

Details zur Überfahrt

Fahrweg	Fahrzeit
ca. 220km	ca. 08:00h

Verpflegung

Frühstück, Abendessen

Unterkunft

Lodge
NP

Tag 5 Fahrt über Dharapani nach Bagarchhap, Wanderung nach Chame

Nach dem gemütlichen Frühstück fahren wir weiter. Eine tief eingeschnittene Schlucht führt flussaufwärts über Chamje und Dharapani bis Bagarchhap (2160 m). Von hier starten wir unsere Wanderung nach Chame. Auf der Route erwarten uns eine typisch tibetische Architektur und eine herrlicherer Ausblick auf die Bergriesen Annapurna II (7.937 m), Lamjung Himal (6.983 m) und Manaslu (8.163 m). Am Nachmittag erreichen wir unser heutiges Etappenziel Chame (2670 m), das Verwaltungszentrum der Region.

Tagestour

Aufstieg	Abstieg	Distanz	Gehzeit
ca. 950 hm	ca. 350 hm	ca. 12 km	ca. 05:00 h

Details zur Überfahrt

Fahrweg	Fahrzeit
ca. 20km	ca. 01:00h

Verpflegung

Frühstück, Abendessen

Unterkunft

Lodge
NP

Tag 6 Durch tiefe Schluchten nach Upper Pisang

Wir wandern auf der anderen Seite des Tales bis zum Dorf Bhratang, weiter durch Fichten- und Föhrenwälder bis Dhukure Pokhari. Hier legen wir mit Blick auf den Annapurna II (7.937 m) und die spektakuläre, fast senkrechte Wand des Paungda Danda (4.986 m) unsere Mittagsrast ein. Am Nachmittag führt der Weg in eine tief eingeschnittene Schlucht. Nach der Überquerung einer Hängebrücke erreichen wir Lower-Pisang, wo wir die Gegend erkunden und das farbenprächtige Kloster im historischen Upper-Pisang besichtigen (3200 m).

Tagestour

Aufstieg	Abstieg	Distanz	Gehzeit
ca. 1000 hm	ca. 700 hm	ca. 14 km	ca. 07:00 h

Verpflegung

Frühstück, Abendessen

Unterkunft

Lodge
NP

Tag 7 Wanderung bis Braga

Nach dem Frühstück gehen wir langsam entlang Marshyangdi Fluss hinauf und weiter über eine Hängebrücke, nach einem steilen Aufstieg erreichen wir das alte tibetische Dorf Ghyaru. Bei schönem Wetter erwarten uns wunderbare Ausblicke auf die Annapurna-Kette und unzählige gletscherbedeckte Gipfel. Weiter geht es entlang eines lang gezogenen Panorama-Höhenweges bis zum Dorf Ngawal, dann bergab, bis zum Dorf Braga (3.460 m), ein liebliches Dorf umgeben von Buchweizenfeldern.

Tagestour

Aufstieg	Abstieg	Distanz	Gehzeit
ca. 800 hm	ca. 500 hm	ca. 15 km	ca. 07:00 h

Verpflegung

Frühstück, Abendessen

Unterkunft

Lodge
NP

Tag 8 Akklimatisationstag in Braga

Wir verbringen einen Tag in diesem gemütlichen Ort, um uns auszurasten und zu akklimatisieren. Wer Lust hat, kann das Kloster von Braga besichtigen, eine Wanderung in der herrlichen Kulisse der Annapurna nach Manang und weiter zum Geltscher unternehmen oder sich einfach in der Lodge entspannen.

Verpflegung

Frühstück, Abendessen

Unterkunft

Lodge
NP

Tag 9 Ins Tilicho Tal bis Shree Kharka

Heute haben wir eine gemütliche Wanderung vor uns. Nach Manang geht es abschnittsweise bergauf, dann bergab bis zur Khangsar Brücke und wieder bergauf zum Dorf Upper Khangsar. Am geichnamiten Kloster wandern wir bis zur Shree Kharka Lodge auf 4050m

Wer noch Lust hat, kann nachmittags eine weitere Wanderung in der Umgebung unternehmen, um sich zu akklimatisieren.

Tagestour

Aufstieg	Abstieg	Distanz	Gehzeit
ca. 750 hm	ca. 100 hm	ca. 11 km	ca. 06:00 h

Verpflegung

Frühstück, Abendessen

Unterkunft

Lodge
NP

Tag 10 Zum Tilicho Base Camp

Heute haben wir heute einen anstrengenden Tag vor uns. Der Weg führt meist bergauf über eine hochgelegene Weide und anschließend einen steilen Teilabschnitt bergab bis zur einer einfachen Lodge im Tilicho Base Camp, in der wir übernachten.

Tagestour

Aufstieg	Abstieg	Distanz	Gehzeit
ca. 1200 hm	ca. 900 hm	ca. 7.5 km	ca. 07:00 h

Verpflegung

Frühstück, Abendessen

Unterkunft

Lodge
NP

Tag 11 Am Tilicho See - Höchst gelegener See Nepals

Wir stehen sehr früh auf und wandern langsam hinauf zum Tilicho See. Er ist der höchst gelegene See in Nepal. Nach ca. 3 Stunden erreichen wir das Tilicho Lake Southern Base Camp (4.990 m). Nur eine Stunde davon entfernt liegt das Tilicho Khola Base Camp (4.920 m). Bei klarem Wetter wird uns die Sicht auf die umliegende Gebirgswelt noch lange in Erinnerung bleiben. Wir können unseren Blick über die gesamte Annapurna-Kette und den davorliegenden, türkis-blauen See schweifen lassen. Dem Geräusch der sich lösenden Lawinen, von sicherer Distanz zu lauschen, einem solchen Naturereignis so nah zu sein, ist ein einmaliges Erlebnis. Langsam machen wir uns über den gleichen Weg wieder auf zum Tilicho Base Camp, am Nachmittag wandern wir weiter nach Shree Kharka Lodge.

Tagestour

Aufstieg	Abstieg	Distanz	Gehzeit
ca. 1400 hm	ca. 1500 hm	ca. 19 km	ca. 09:00 h

Verpflegung

Frühstück, Abendessen

Unterkunft

Lodge
NP

Tag 12 Trekking bis Yak Kharka

Heute erwartet uns eine etwas kürzere Etappe. Wir wandern wieder nach Khansgar, von dort steigen wir in das Dorf Gunsang auf. Der eindrucksvolle Gipfel des Manaslu (8163 m) begleitet uns noch eine Zeit lang, bis er aus unserem Blickfeld entschwindet. Über saftig grüne Yak - Weiden wandern wir weiter bis Yak Kharka (4.100 m).

Tagestour

Aufstieg	Abstieg	Distanz	Gehzeit
ca. 450 hm	ca. 450 hm	ca. 12 km	ca. 05:00 h

Verpflegung

Frühstück, Abendessen

Unterkunft

Lodge
NP

Tag 13 Trekking bis Thorong Phedi

Auch heute schonen wir unsere Kräfte und steigen in einer leichten Wanderung nach Thorong Pedi (4.450 m) auf. Für den großen Tag der Passüberschreitung sind wir nun bestens vorbereitet.

Tagestour

Aufstieg	Abstieg	Distanz	Gehzeit
ca. 650 hm	ca. 150 hm	ca. 7 km	ca. 05:00 h

Verpflegung

Frühstück, Abendessen

Unterkunft

Lodge
NP

Tag 14 Über den Thorong-La-Pass bis Muktinath

Heute wartet die Königsetappe der Annapurna-Umrundung, die Überschreitung des 5.416 m hohen Thorong-La. Früh am Morgen brechen wir auf und steigen langsam höher. Wenn sich der Himmel zunehmend rot verfärbt erleben wir die Bergwelt des Himalaya in einer unvergesslichen Pracht. Nach 4 bis 6 Stunden haben wir die Passhöhe erreicht. Gebetsfahnen flattern im Wind und verleihen diesem Ort die gebührende Ehre. Nachdem wir die herrliche Szenerie genossen haben, beginnen wir mit unserem Abstieg, bis wir auf 3.700 m unser heutiges Etappenziel Muktinath (3.700 m) erreichen.

Tagestour

Aufstieg	Abstieg	Distanz	Gehzeit
ca. 1000 hm	ca. 1700 hm	ca. 15 km	ca. 10:00 h

Verpflegung

Frühstück, Abendessen

Unterkunft

Lodge
NP

Tag 15 Fahrt nach Jomosom, Flug nach Pokhara

Am Morgen fahren wir weiter bergab nach Jomosom und fliegen nach Pokhara. Die zauberhaft am Phewa See gelegene Stadt lädt zum Bummeln und entspannen ein. Wer möchte, kann eine Bootsfahrt am See oder eine Wanderung zum Friedensstupa unternehmen.

Details zur Überfahrt

Fahrweg	Fahrzeit
ca. 30km	ca. 02:00h

Verpflegung

Frühstück

Unterkunft

Aabas Hotel Pokhara ★★★★
Pokhara NP

Tag 16 Flug nach Kathmandu

Der Vormittag steht zur freien Verfügung für die individuelle Aktivitäten. Am Nachmittag Flug nach Kathmandu. Am Abend erkunden wir den einheimischen Markt Ason und die Umgebung, ein sehr authentisches Viertal in Kathmandu, in dem wir den Alltag der Einheimischen erleben können. Anschließend besuchen wir das touristische Zentrum Thamel.

Verpflegung

Frühstück

Unterkunft

Hotel Hukum Darbar ★★★ o.Ä.
Yeti Marg
Kathmandu NP

Tag 17 Kultur in Kathmandu

Nachmittags geführte Besichtigung im Kathmandutal. Erst besuchen wir den Pashupatinath-Tempel. Im Pashupatinath beten am Ufer des nahen, kleinen Flüssleins gläubige Hindus, sie verbrennen ihre Toten und bringen den Göttern im Tempel Opfer dar. Der Shivatempel zählt zu den bedeutendsten des indischen Subkontinents. Bei Sonnenuntergang lassen wir noch das Flair von Bodhnath auf uns wirken. Am Abend Abschiedsessen mit Blick auf den Stupa.

Verpflegung

Frühstück, Abendessen

Unterkunft

Hotel Hukum Darbar ★★★
Yeti Marg
Kathmandu NP

Tag 18 Abschied nehmen von Nepal

Flugplanabhängig Fahrt zum Flughafen und Rückflug.

Details zur Überfahrt

Fahrweg	Fahrzeit
ca. 4km	ca. 00:30h

Verpflegung

Frühstück

Leistungen

> Flughafen- und Sicherheitsgebühren

> Linienflug (Economy) mit Turkish Airlines über Istanbul nach Kathmandu und retour

> 5 Nächte in 3-Sterne-Hotels, Zimmer mit Bad/Dusche und WC

> 11 Nächte in einfachen Lodges (nur Doppelzimmer buchbar), Gemeinschaftsdusche und -WC

> 16x Frühstück, 13x Abendessen

> Transfers und Rundfahrten in landesüblichen Bussen lt. Reiseverlauf

> Eintritte und Nationalparkgebühren lt. Reiseverlauf

> Begleitmannschaft mit Trägern während des Trekkings

> Trekkingpermit

> Gutschein für Reiseliteratur

> Führung und Betreuung durch lokalen, Deutsch sprechenden Trekkingführer

> ASI Tourenbuch

> CO2-Kompensation aller Reise-Emissionen

Termine

Anreise	Dauer	Abreise	Guide	Preis
28. Sep 2024	18 Tage	15. Okt 2024		€ 3.150,–
18. Okt 2024	18 Tage	04. Nov 2024		€ 3.660,–
04. Nov 2024	18 Tage	21. Nov 2024		€ 3.660,–

ASI Reisen
Tschurtschentalerhof 1
6161 Natters
Österreich

Du erreichst unsere Reisespezialisteninnen von
Montag bis Freitag: 9 – 18 Uhr, Samstag & Sonntag 9 – 13 Uhr & 14 – 18 Uhr unter:

T +43 512 546 000 60
E buchung@asi.at

NPKTM005