



Nepal - Manaslu Umrundung

Diese Trekkingroute nahe der klassischen Annapurnaumrundung ist eine fantastische Möglichkeit, die beeindruckende Bergwelt des Annapurna- und des Manaslumassivs aus nächster Nähe zu erleben. In einem 12-tägigen Trekking von Lodge zu Lodge umrunden wir den 8.163 m hohen mächtigen Manaslu. Dabei durchschreiten wir mehrere Klimazonen, steigen aus subtropischem Dschungel langsam in Höhen über 5.000 m auf und finden uns dort bestens akklimatisiert in einer atemberaubenden Bergwelt aus Schnee und Eis.

Nepal - Manaslu Umrundung

NPKTM015

ASI Originals

Bereistes Land

Nepal

Schwierigkeitsgrad



Reiseart

Trekkingreisen, Wanderurlaub

Gruppengröße

min. 2 / max. 14 Personen

Reisedauer

18 Tage

Highlights

- > Trekke im Annapurna- und Manaslumassiv
- > Überschreite den Larkya La
- > Besuche das Manaslu Base Camp

Profil

- > Von Lodge zu Lodge
- > 12-tägiges Trekking im Schwierigkeitsgrad 4, wegen der großen Höhe (max. 5.135 m) anstrengend, gute Höhenanpassung gewährleistet
- > Gute Wege, teilweise schmale Pfade, Trittsicherheit erforderlich, Wanderungen in Höhen über 5.000 m, gute Höhenakklimatisierung möglich
- > Gepäcktransport durch Träger während des Trekkings



Reiseverlauf

Tag 1 Flug nach Nepal

Am Abend Flug von Deutschland nach nach Kathmandu.

Tag 2 Ankunft in Kathmandu

Am Morgen Ankunft in Kathmandu. Transfer in die ehemalige Königsstadt Bhaktapur. Hier können wir uns erst mal von der langen Anreise entspannen und das historische Zentrum von Bhaktapur zu Fuß erkunden.

Verpflegung

Abendessen

Unterkunft

Sweet Home Bhaktapur ★★★

Durbar Square

Bhaktapur NP

Tag 3 Königsstadt Bhaktapur

Besichtigung von Bhaktapur, der prächtigen Königsstadt im Kathmandutal. Reich geschmückte Paläste, Tempel und Pagoden – beeindruckende Beispiele nepalesischer Holzarchitektur. Der Nachmittag steht zur freien Verfügung.

Details zur Überfahrt

Fahrweg

Fahrzeit

ca. 15km

ca. 00:45h

Verpflegung

Frühstück

Unterkunft

Sweet Home Bhaktapur ★★★

Durbar Square

Bhaktapur NP

Tag 4 Fahrt über Arketh und weiter nach Machha Khola

Mit Jeep und Bus fahren wir entlang des Flusses bis Malekhu und weiter nach Dhadingbesi. Ab hier ist die Fahrt abenteuerlich und vielseitig. Wunderschöne Landschaft, ab und zu mit fantastischen Bergblicken wird die Fahrt nicht langweilig. Nach 5 Stunden erreichen wir Arkhet Bazar, das Zentrum der Umgebung. Nach einer kleinen Pause geht es weiter über Arkhet, Sotikhola bis nach Machha Khola.

Details zur Überfahrt

Fahrweg	Fahrzeit
ca. 150km	ca. 07:00h

Verpflegung

Frühstück, Abendessen

Unterkunft

Lodge
NP

Tag 5 Wanderung bis Jagat

Wir haben heute einen langen Tag vor uns. Wir überqueren den Thado Khola und gehen hinauf in die Kargheit des Dorfes Khorlabensi, das nur aus acht Häusern besteht. Am Rand des Buri Gandaki, dessen beide Ufer senkrechte Felswände bilden, gehen wir aufwärts bis Tatopani. Durch bewaldetes Gebiet gelangen wir ins Dörflein Doban, der Fluss wird nun wilder. Vor uns weitet sich das Tal zu einer riesigen, sandigen Ebene mit ein wenig Wald. Am kleinen Dorf Yaraphant vorbei gelangen wir schließlich an unser ersehntes Ziel Jagat (1.410 m).

Tagestour

Aufstieg	Abstieg	Distanz	Gehzeit
ca. 750 hm	ca. 300 hm	ca. 17 km	ca. 07:00 h

Verpflegung

Frühstück, Abendessen

Unterkunft

Lodge
NP

Tag 6 Trekking von Jagat bis Phijim

Gestärkt vom Frühstück kann es zeitig losgehen. Zunächst folgen wir einem Hang und schon heißt uns ein fröhlich plätschernder Fluss willkommen, der uns für längere Zeit begleiten wird. Und wieder: wunderschöne Dörfer und Landschaften – Ausblicke, die verzaubern. Heute haben wir eine kurze Strecke vor uns, am Nachmittag Besteht die Gelegenheit zu einer Klosterbesichtigung. Den restlichen Tag nutzen wir zum Ausruhen, um für die kommenden Etappen Energie zu tanken.

Tagestour

Aufstieg	Abstieg	Distanz	Gehzeit
ca. 790 hm	ca. 735 hm	ca. 7 km	ca. 04:00 h

Verpflegung

Frühstück, Abendessen

Unterkunft

Lodge
NP

Tag 7 Von Phijim über Deng nach Bihi 2130m

Heute gehen wir meistens auf der rechten Seite vom Buri Gandaki Fluss und vorbei kleine Siedlung Eklebhatti bis nach Nyak Phedi. Von hier geht es auf der rechten Seite die Route nach Tsum Valley. Wir überqueren den Fluss und gehen weiter bis nach Deng - voraussichtlich unsere Mittagstelle. Danach gehen wir weiter allmählich bergauf und runter bis nach Bihi- unsere Übernachtungsziel für heute.

Tagestour

Aufstieg	Abstieg	Distanz	Gehzeit
ca. 1330 hm	ca. 905 hm	ca. 15.2 km	ca. 07:00 h

Verpflegung

Frühstück, Abendessen

Unterkunft

Lodge
NP

Tag 8 Von Bihi 2.090m nach Namrung

Der Weg führt uns zum unteren Rand des Dorfs Bihi und kreuzt den Bihjam Khola (Sringi Khola). Wir beginnen mit einem steilen, sich schlängelnden Aufstieg hoch zu einer Ebene, die sich an einen Bergabhang schmiegt. Der Weg führt uns durch das kleine tibetische Dorf Ghap (2.095 m). Am Nachmittag queren wir mehrere Male den Fluss. Es folgt ein bewaldeter Abschnitt, der uns zu unserem Ziel Namrung bringt (2.660 m).

Tagestour

Aufstieg	Abstieg	Distanz	Gehzeit
ca. 1245 hm	ca. 745 hm	ca. 12.5 km	ca. 06:00 h

Verpflegung

Frühstück, Abendessen

Unterkunft

Lodge
NP

Tag 9 Von Namrung nach Samagaun

Nach Namrung kommen wir an mehreren kleinen tibetischen Dörfern vorbei. Der Blick auf Gipfel wie Naike, Ganesh Himal, Peak 29, HIMALCHULI, Nord-Manaslu (7.157 m) und schließlich Manaslu (8.163 m) ist fantastisch. Vorbei an Häusern, Feldern und einer Quelle gelangen wir nach Lo, das bereits auf über 3.000 m liegt. Wir wandern weiter bis zur Moräne des Pungengletschers, von hier geht es hinunter zum felsigen Flussbett bis zu einem Chörten (Stupa). Ein weiterer kleiner Abstieg bringt uns zum heutigen Ziel, Samagaun (3.549 m), wo wir 2 Nächte bleiben.

Tagestour

Aufstieg	Abstieg	Distanz	Gehzeit
ca. 1180 hm	ca. 250 hm	ca. 17 km	ca. 07:00 h

Verpflegung

Frühstück, Abendessen

Unterkunft

Lodge
NP

Tag 10 Akklimationstag in Samagaun

Der Tag steht zur freien Verfügung. Wer möchte kann an einer optionalen Wanderung teilnehmen. Nach dem Frühstück besuchen wir das örtliche Kloster. Dann wandern wir zum Birendrasee, der etwa 1-2 Stunden von Samagaun entfernt liegt. Der See wird aus einem Gletscher gespeist und liegt malerisch umrahmt von einer fantastischen Bergkulisse. Auch hier dominiert der mächtige Manaslu das Bild. Je nach Lust, Laune und körperlicher Verfassung bietet sich die Gelegenheit ein Stück weiter ins Basecamp des Manasalu zu wandern (für Geübte). Nachmittags kommen wir zurück in die Lodge.

Tagestour

Aufstieg	Abstieg	Distanz	Gehzeit
ca. 750 hm	ca. 300 hm	ca. 14 km	ca. 07:00 h

Verpflegung

Frühstück, Abendessen

Unterkunft

Lodge

NP

Tag 11 Von Samagaun nach Samdo

Über einen einfachen Weg steigen wir bis zum Fluss Buri Gandaki ab. Dann geht es bergauf den Bach entlang durch Wachholder- und Birkenwald bis zu einer kleinen Brücke, die wir überqueren und dann ca. eine weitere Stunde steil bergauf steigen, bis wir in der Ferne den Willkommenseingang (Kani) für das Dörflein Samdo erblicken. Der restliche Tag dient uns zur Akklimation, wir haben genug Zeit, um das Dorf zu erkunden oder einen der nahe gelegenen Gipfel zu besteigen. Übernachtung in einer einfachen Hütte (3.900 m).

Tagestour

Aufstieg	Abstieg	Distanz	Gehzeit
ca. 410 hm	ca. 50 hm	ca. 8.5 km	ca. 05:00 h

Verpflegung

Frühstück, Abendessen

Unterkunft

Lodge

NP

Tag 12 Von Samdo bis Dharmashala

Über einen Gebirgsweg geht es vom Dorf bergab, wir passieren ein Steingatter und kreuzen den Hyala Khola. Es geht entlang eines leicht schrägen Bergabhangs, bis der Larkyagletscher vor uns auftaucht. Von hier wandern wir weiter zu den Hochalmen von Dharamshala (4.450 m), wo wir die kommende Nacht verbringen.

Tagestour

Aufstieg	Distanz	Gehzeit
ca. 615 hm	ca. 6.5 km	ca. 05:00 h

Verpflegung

Frühstück, Abendessen

Unterkunft

Lodge

NP

Tag 13 Über den Larkya La bis Bimtang

Nach einem kurzen Aufstieg rückt bereits der imposante Larkyagipfel in unser Blickfeld. Wir wandern weiter taleinwärts und betreten am Talschluss einen ebenen Gletscher. Von hier geht es weiter bergauf, bis wir schließlich den Larkya La (5.135 m) erreichen. Ein nahezu kitschig-schöner Blick öffnet sich: hin zum Westhimlung Himal (7.126 m), Cheo Himal (6.820 m), Kangguru (6.981 m) und Annapurna II (7.937 m). Wir wandern noch ein gutes Stück auf einer Höhe von ca. 5000 m, es folgt ein steiler Abstieg zum Ziel Bimtang (3.720 m).

Tagestour

Aufstieg	Abstieg	Distanz	Gehzeit
ca. 700 hm	ca. 1400 hm	ca. 15 km	ca. 08:00 h

Verpflegung

Frühstück, Abendessen

Unterkunft

Lodge

NP

Tag 14 Von Bimthang nach Tilche

Von Bimthang wandern wir über eine Moräne bis zum Flussbett des Burdin Khola. Der Weg führt in der Folge durch einen lieblichen Rhododendronwald bis nach Hampuk und weiter auf die Westseite des Manaslu. Den Nordgipfel des Manaslu und auch den des Larkya im Rücken wandern wir auf der rechten Uferseite ein schmales Tal entlang bis zu unserem heutigen Ziel Tilche (2.300 m).

Tagestour

Aufstieg	Abstieg	Distanz	Gehzeit
ca. 295 hm	ca. 1740 hm	ca. 17.5 km	ca. 07:00 h

Verpflegung

Frühstück, Abendessen

Unterkunft

Lodge
NP

Tag 15 Von Tilche nach Dharapani – Fahrt nach Besisahara

Nach ca. einer Stunde Wanderzeit treffen wir auf die Hauptroute der Annapurna-Umrundung. Von hier fahren wir entlang des Marschyangdi Khola in ca. 4 Stunden bis Besisahara. Beim Kontrollposten werden wir kurz angehalten. Abends feiern wir mit dem Team die erfolgreiche Manaslu-Umrundung. Übernachtung in einfacher Lodge (1.300 m).

Tagestour

Abstieg	Distanz	Gehzeit
ca. 300 hm	ca. 4 km	ca. 01:00 h

Details zur Überfahrt

Fahrweg	Fahrzeit
ca. 80km	ca. 04:00h

Verpflegung

Frühstück, Abendessen

Unterkunft

Lodge
NP

Tag 16 Fahrt zurück nach Kathmandu

Von Besisahara fahren wir über Dumre und Muglin nach Kathmandu zurück.

Tagestour

Details zur Überfahrt

Fahrweg	Fahrzeit
ca. 180km	ca. 07:00h

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 heißt es bei einem gemeinsamen Essen endgültig Abschied nehmen von der bereits lieb gewonnenen Crew.

Verpflegung

Frühstück, Abendessen

Unterkunft

Hotel Hukum Darbar ★★★ o.Ä.

Yeti Marg

Kathmandu NP

Tag 18 Abschied nehmen von Nepal

Transfer zum Flughafen und Rückflug, Ankunft in Deutschland am Abend.

Details zur Überfahrt

Fahrweg

Fahrzeit

ca. 4km

ca. 00:30h

Verpflegung

Frühstück

Leistungen

- > Linienflug (Economy) mit Turkish Airlines von Frankfurt über Istanbul nach Kathmandu und zurück
- > Flughafen- und Sicherheitsgebühren
- > 12 Nächte in einfachen Lodges (nur Doppelzimmer buchbar), Gemeinschaftsdusche und -WC
- > 4 Nächte in 3-Sterne-Hotels, Zimmer mit Bad/Dusche und WC
- > 16x Frühstück, 14x Abendessen
- > Transfer in landesüblichen Kleinbussen und Geländefahrzeugen
- > Alle Eintritte und Nationalparkgebühren
- > Begleitmannschaft mit einheimischem Führer und Trägern während des Treks
- > Begleitmannschaft mit Trägern während des Treks
- > Genehmigung für Manaslu-Umrundung
- > Gutschein für Reiseliteratur
- > Höhenmedizinischer Überdrucksack oder Sauerstoffflaschen
- > Gutschein für Reiseliteratur
- > Führung und Betreuung durch lokalen, Deutsch sprechenden Trekkingführer
- > ASI Tourenbuch
- > CO2-Kompensation aller Reise-Emissionen

Termine

Anreise	Dauer	Abreise	Guide	Preis
27. Sep 2025	18 Tage	14. Okt 2025		€ 3.440,—
18. Okt 2025	18 Tage	04. Nov 2025		€ 3.230,—
07. Nov 2025	18 Tage	24. Nov 2025		€ 3.745,—
08. Nov 2025	18 Tage	25. Nov 2025		€ 3.455,—
04. Mär 2026	18 Tage	21. Mär 2026		€ 3.330,—
15. Apr 2026	18 Tage	02. Mai 2026		€ 3.330,—
03. Okt 2026	18 Tage	20. Okt 2026		€ 3.330,—
17. Okt 2026	18 Tage	03. Nov 2026		€ 3.330,—
07. Nov 2026	18 Tage	24. Nov 2026		€ 3.330,—

ASI Reisen

Tschurtschentalerhof 1

6161 Natters

Österreich

Du erreichst unsere Reisespezialistinnen 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

NPKTM015