

# HIMALAYA TOURS



## Authentisches Nepal

mit lokaler englischsprachender Reiseleitung

Trekking durch den Lebensraum der Tamang und Sherpas  
nahe der tibetischen Grenze im Norden Nepals



17. Februar – 2. März 2024



## Ideale Reisezeit



## Höhepunkte

- Trekking durch eine kulturell spannende Region
- Schöne Aussichtspunkte mit Blick auf 7000er und 8000er
- Tiefer Einblick ins authentische Leben auf dem Land
- Eindrückliche Begegnungen mit einheimischen Familien
- Wanderungen im ländlichen Kathmandu-Tal

Bei dieser Reise werden wir einen tiefen Einblick ins authentische Leben in Nepal haben. Um diese Jahreszeit hat es kaum mehr westliche Touristen und das Alltagsleben ist auch in der Millionenstadt Kathmandu zurückgekehrt. Wir besuchen kleine Dörfer im ländlichen Kathmandu-Tal, statten einer Dorfschule einen Besuch ab und sind bei befreundeten Familien zum Mittagessen eingeladen.

Während den ersten Tagen machen wir Wanderungen zu schönen Aussichtspunkten. Gut eingelaufen starten wir unser Trekking nördlich von Kathmandu. Wir laufen durch kleine Dörfer, vorbei an Reisterrassen und steigen auf zu schönen Aussichtspunkten. Auf diesem Trekking erleben wir viel authentisches Dorfleben und haben schöne Begegnungen mit einheimischen Familien. Diese nicht alltägliche Reise eignet sich für alle, welche das «richtige» Nepal sehen und kennen lernen wollen, aber dafür auf Komfort verzichten können. Wir übernachten teils bei einheimischen Familien oder in sehr einfachen Lodges.



## Inhalt

---

Reiseroute und Höhenprofil .....	3
Reiseprogramm .....	4
Reiseleitung, Anforderungen, Unterkünfte und Mahlzeiten .....	8
Ausrüstung und Sicherheitsausrüstung .....	8
Klima und Wetter .....	10
Inbegriffene und nicht inbegriffene Leistungen .....	11
Gruppengrösse und Kosten .....	12

---

## Weitere Infos

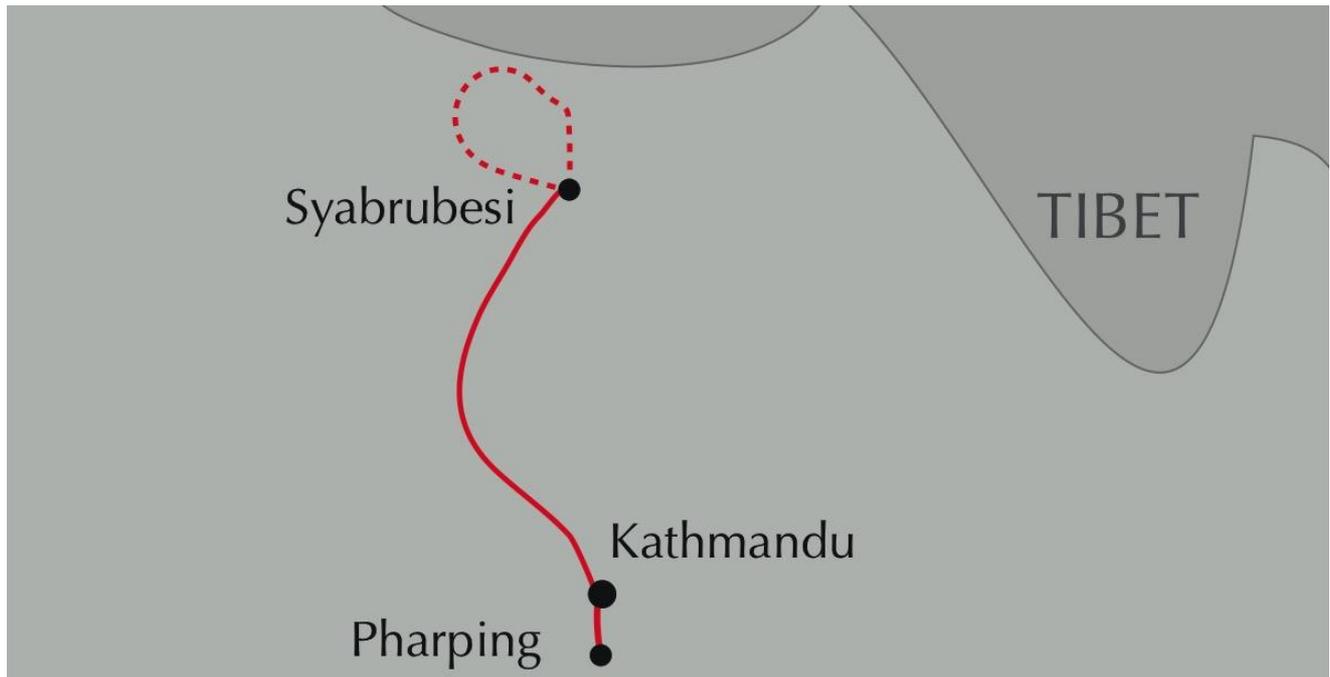
Weitere Infos zur Reise finden Sie in den separaten Reiseinfos und Destinationshinweisen. Zusätzlich geben wir Ihnen Merkblätter ab zu Ausrüstung, Medizinischem und weiterem mehr.

# HIMALAYA TOURS

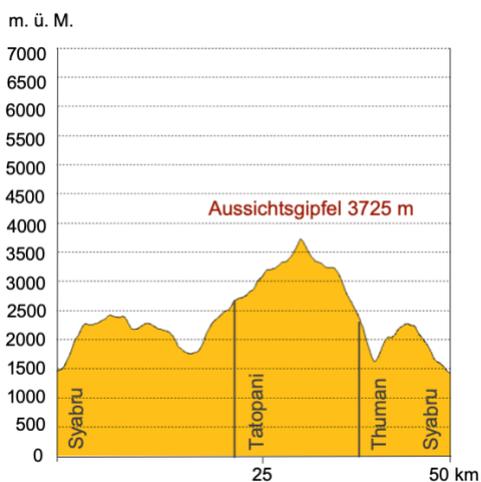


## Reiseroute und Höhenprofil

### Reiseroute



### Höhenprofil



Das Höhenprofil wurde mit 7-facher Überhöhung erstellt, so sind die Höhenunterschiede gut sichtbar. Dadurch erscheinen die Auf- und Abstiege sieben Mal steiler, als sie es in Wirklichkeit sind... also nur halb so wild ;-)

Total Gehdistanz	50 km	Tage mit 0 – 400 Höhenmetern Aufstieg	1
Total Höhenmeter Aufstieg	3800 m	Tage mit 401 – 800 Höhenmetern Aufstieg	3
Total Höhenmeter Abstieg	3800 m	Tage mit 801 – 1200 Höhenmetern Aufstieg	2
		Tage mit über 1200 Höhenmetern Aufstieg	keine

Wichtig: Sämtliche Höhenangaben entsprechen der «Normalroute» und wurden satellitengestützt erfasst. In der Praxis ist es oftmals möglich, Alternativrouten zu laufen, zusätzliche Aussichtspunkte zu besteigen oder Zusatzschlaufen anzuhängen. So können die tatsächlich zurückgelegte Distanz und die Höhenunterschiede von diesen Angaben abweichen.



## Reiseprogramm

(Enthaltene Mahlzeiten F=Frühstück, M=Mittagessen, A=Abendessen)

---

### 1. Tag **Aufbruch nach Nepal**

Linienflug nach Kathmandu.

Gesamte Flugzeit Zürich-Kathmandu 10 bis 11 Stunden. Dies sind zwei Teilflüge mit einmal Umsteigen.

---

### 2. Tag **Ankunft in Kathmandu**

Zwischenstopp unterwegs und Weiterflug nach Nepal. Am Flughafen werden wir von unserem lokalen Partner empfangen und er bringt uns in unser Hotel oder Gasthaus. Wir wohnen die ersten Tage bewusst ausserhalb des Zentrums der Millionenstadt Kathmandu. In Bodnath, wo sich viele buddhistische Nepalis und Tibeter niedergelassen haben, ist die Atmosphäre viel entspannter als im Zentrum von Kathmandu. So ist es ideal, unsere Nepalreise hier zu starten. Je nach Ankunftszeit machen wir einen Bummel zur riesigen Stupa, welche vor allem am Nachmittag von vielen Tibetern umrundet wird.

Übernachtung im Hotel im Kathmandu-Tal (1300 Meter).

Fahrzeit ½ h, Stadtbummel zu Fuss

---

### 3. Tag **Einblick ins Leben der Nepali**

Der heutige Tag wird uns einen schönen Einblick in den Alltag und das Leben der Nepali geben.

Nach einem Besuch vom Pashupatinath-Tempel, dem wichtigsten hinduistischen Heiligtum in Nepal, fahren wir ins nahe Dorf Pharping. Spannend ist der Besuch der Dorfschule. Wir staunen, unter was für einfachen Umständen in Nepal häufig ein Schulbetrieb stattfindet.

Zum Mittagessen sind wir bei einer Familie im Dorf eingeladen, die im Dorf Shokel wohnt. Wir geniessen hier das hausgemachte Dal Bhat. Dieses schmackhafte Essen bestehend aus Reis, Linsen und Gemüse steht bei vielen nepalesischen Familien zweimal oder sogar dreimal täglich auf dem Speisezettel.

Übernachtung im Hotel in Pharping (1750 Meter). (F,M,A)

Fahrzeit 1 h

---

### 4. Tag **Wanderung zu einem schönen Aussichtspunkt**

Wir wandern durch schöne Wälder auf den Hausberg von Pharping, den 2280 Meter hohen Champadevi. Bei schönem Wetter haben wir von oben einen wunderschönen Ausblick auf die fernen Berge des Himalayas. In einiger Distanz sehen wir von der Annapurna-Kette im Westen bis zum Massiv des Mount Everest im Osten.

Wir geniessen dieses einzigartige Panorama gebührend und essen dazu unseren mitgetragenen Lunch.

Beim Abstieg besuchen wir eine alte Meditationshöhle, wo der Tantriker Padmasambhava im 8. Jahrhundert meditiert haben soll. Die grosse Anzahl an bunten Gebetsfahnen zeigt uns die Wichtigkeit dieses Ortes.

Ebenfalls spannend ist der Besuch der hinduistischen Tempelanlage von Dashankali.

Übernachtung im Hotel in Pharping (1750 Meter). (F,M,A)

Wanderung 5 – 6 h



## 5. Tag **Lalitpur «Stadt der Schönheit»**

Am Vormittag machen wir eine spannende Wanderung durch die Reisterrassen bis zu den Newar-Dörfern Khokana und Bungmati. Hier scheint die Zeit stehengeblieben zu sein und wir fühlen uns um Jahrhunderte zurückversetzt, wenn wir durch die engen Gassen schlendern. Leider war diese Region teils heftig von den Erdbeben im Jahr 2015 betroffen.

Am Nachmittag fahren wir in die alte Königsstadt Patan. Diese gehört wie Bhaktapur zum Weltkulturerbe der Unesco. Patan wird auch Lalitpur «Stadt der Schönheit» genannt. Patan ist bekannt für seine schöne Architektur und seine vielen Kunsthandwerker. Viele der kunstvollen, nepalesischen Metallarbeiten werden in Patan gefertigt.

Übernachtung im Hotel im Kathmandu-Tal (1300 Meter). (F,M)

Fahrzeit 1 – 2 h, Wanderung 2 – 3 h

---

## 6. Tag **Lange Fahrt in den Norden Nepals**

Heute bringt uns eine lange Fahrt von Kathmandu zum Ausgangspunkt unseres Trekkings nach Syabrubesi. Die teils schlechte Strasse wird zur Zeit ausgebaut und teils neu verlegt, was die Fahrzeit um 1 ½ bis 2 Stunden verkürzt. Falls die neuverlegte Strasse befahrbar ist, dann beträgt die Fahrzeit im Bereich 6 ½ bis 7 Stunden. Falls auf der alten Strecke gefahren werden muss, dann beträgt die Fahrzeit 8 – 9 Stunden. Diese Strasse ist ein Teil der neuen Überlandverbindung von Nepal nach Tibet.

Übernachtung in Lodge in Syabrubesi (1500 Meter). (F,M,A)

Fahrzeit 6 ½ - 7 h (oder 8 – 9 h falls auf der alten Strecke gefahren werden muss)

---

## 7. Tag **In die Bergdörfer der Tamang**

Wir steigen in westlicher Richtung aus der Talsohle empor und durchqueren das Dorf Goljung, welches durch eine kleine Strasse mit Syabrubesi verbunden ist. Einige Ziegenhirten und Familien, welche mehrheitlich Bauern sind, leben hier. Man findet hier aber auch Handwerker und Sammler, welche ihre Waren auf dem kleinen Basar von Syabrubesi oder Dhunche, dem Hauptort des Distrikts, feilbieten. Langsam öffnet sich der Blick auf einige 7000 oder 8000 Meter hohe Schneeberge, wie den Ganesh Himal, den Shishapangma oder den Langtang Lirung. Der Weg führt weiter über eine kleine Anhöhe und mit stetigem Auf und Ab bis nach Gatlang, einem kleinen Dorf mit traditionellen Steinhäusern. Hier werden wir die Nacht verbringen.

Übernachtung im einfachen Familienhaus in Gatlang (2250 Meter). (F,M,A)

Trekking 5 h, Aufstieg 1050 m, Abstieg 300 m, Gehdistanz 10 km

---

## 8. Tag **Vorbei an Wasserfällen**

Heute wandern wir entlang des Bamdang Khola hinunter zum kleinen Weiler Thambuchet, wo zwei Flüsse zusammenfliessen. Wir folgen dem von Tibet herkommenden Chilime Khola. Wir passieren den Damm eines kleinen Wasserkraftwerkes und zweigen bei den über hundert Meter hohen Wasserfällen rechts ab. Steil folgen wir einem kleinen Grat bergauf und folgen dann den Höhenkurven flach nach Norden. Ein letzter Anstieg bringt uns nach Tatopani, was in Nepali so viel wie «Heisses Wasser» bedeutet. Dieser Ort war bekannt für seine heissen Quellen. Leider wurden diese verschüttet und auch das einst reichlich sprudelnde, heisse Wasser scheint versiegt zu sein.

Übernachtung im einfachen Familienhaus in Tatopani (2600 Meter). (F,M,A)

Trekking 6 – 7 h, Aufstieg 850 m, Abstieg 500 m, Gehdistanz 10.5 km



## 9. Tag **Durch hochalpine Wälder**

Unser Weg führt uns durch dichte hochalpine Wälder und ein Anstieg bringt uns hinauf zum kleinen Tamang-Weiler Brimdang. Die Sicht übers Haupttal des Bhote Koshi Nadi und die Berge öffnet sich. Wir steigen weiter auf, überqueren die 3000 Meter-Marke und erreichen Nagthali. Hier bleiben wir für die Nacht. Übernachtung in sehr einfacher Lodge in Nagthali (3150 Meter). (F,M,A)  
Trekking 3 h, Aufstieg 550 m, Abstieg 0 m, Gehdistanz 4.5 km

---

## 10. Tag **Spektakuläre Sicht auf die Eisriesen**

Heute lohnt es sich, früh aufzustehen. Von Nagthali steigen wir auf zum 3725 Meter hohen Aussichtspunkt Taruche mit atemberaubender Aussicht auf die Berge von Langtang, Sanjen, Kerung und Ganesh Himal. Gegen Norden können wir den Blick über die nahe Grenze nach Tibet schweifen lassen. Wir geniessen die Szenerie in vollen Zügen, bevor uns ein steiler Abstieg ins Tamang-Dorf Thuman bringt. Übernachtung im einfachen Familienhaus in Thuman (2350 Meter) (F,M,A)  
Trekking 6 h, Aufstieg 600 m, Abstieg 1400 m, Gehdistanz 11.5 km

---

## 11. Tag **Ins tibetische Dorf Briddhim**

Durch Buschland und vorbei an Terrassenfeldern führt uns der Weg erst hinunter zur Talsohle, wo wir ein kleines Stück der neuen Verbindungsstrasse zwischen Nepal und Tibet folgen. Auf der anderen Talseite laufen wir hinauf ins tibetische Dorf Briddhim. Die Gegend hier wird von vielen tibetischen Flüchtlingen besiedelt, welche teilweise schon über Generationen hier wohnen. Schon vor den 1950er-Jahren lebten einige tibetischstämmige Familien hier in kleinen Siedlungen. Durch die Flüchtlinge sind die Dörfer rasant gewachsen und das Land und die Ressourcen werden knapp. Heute ist dieses Dorf quasi ein traditionelles tibetisches Dorf, wie es in Tibet selber nicht mehr an vielen Orten zu finden ist. Wer Lust hat, kann das buddhistische Kloster im Dorf besichtigen. Übernachtung in Lodge in Briddhim (2250 Meter). (F,M,A)  
Trekking 5 h, Aufstieg 650 m, Abstieg 750 m, Gehdistanz 7 km

---

## 12. Tag **Letzter Trekkingtag**

Heute verbringen wir einen gemütlichen Vormittag in Briddhim und haben einen schönen Einblick ins Dorfleben und in die Kultur der tibetischstämmigen Bevölkerung. Nach dem Mittagessen nehmen wir den Rückweg nach Syabrubesi in Angriff. Dort angekommen feiern wir zusammen mit unserer lokalen Crew das gute Gelingen unseres Trekkings und denken an die schönen Erlebnisse der letzten Tage zurück. Übernachtung in Lodge in Syabrubesi (1500 Meter). (F,M,A)  
Trekking 3 h, Aufstieg 100 m, Abstieg 850 m, Gehdistanz 6.5 km

---

## 13. Tag **Zurück nach Kathmandu**

Die bereits bekannte spektakuläre Bergstrasse führt uns hinunter nach Trisuli und weiter auf dem «Highway» durch die Hügel nach Kathmandu. Nach der langen Fahrt und den letzten Tagen ohne allzu viel Komfort freuen wir uns auf den Luxus eines schönen Hotels, eines richtigen Bettes und einer warmen Dusche. Übernachtung im Hotel in Kathmandu (1300 Meter). (F,M)  
Fahrzeit 6 ½ - 7 h (oder 8 – 9 h falls auf der alten Strecke gefahren werden muss)



## 14. Tag **Affentempel und letzter Tag in Nepal**

Heute Morgen besuchen wir Swayambunath. Auf einem Hügel nordöstlich der Altstadt von Kathmandu gelegen, steht der Tempelkomplex von Swayambunath mit der grossen Stupa, welche von mehreren Tempeln und Klöstern umgeben wird. Wir fahren im Auto bis zum Fuss des Hügels. Ab hier müssen wir die 365 Stufen zum Tempel zu Fuss hochgehen. Der Name «Affentempel» stammt von den hunderten Affen, die den Weg zur Stupa hoch säumen und auf Futter von den Besuchern hoffen. Oben angekommen hat man eine herrliche Sicht auf Kathmandu. Swayambunath ist mit 2000 Jahren eines der ältesten Heiligtümer des Tales.

Heute Abend gehen wir aus fürs Abschlussessen. In einem alten Palast geniessen wir nicht nur eines der besten Dal Bhat von Nepal, sondern bewundern auch die traditionellen nepalesischen Tänze.

Hinweis: Je nach Flugverbindung fliegen wir allenfalls schon heute Nachmittag/Abend ab. In dem Fall geniessen wir ein schönes Abschlussessen bereits am Vorabend.

Übernachtung im Hotel im Kathmandu-Tal (1300 Meter). (F,A)

Fahrzeit ½ h

---

## 15. Tag **Zurück in die Schweiz**

Mit vielen Eindrücken und Erlebnissen im Gepäck fliegen wir zurück in die Schweiz.

Gesamte Flugzeit Kathmandu-Zürich 10 bis 11 Stunden. Dies sind zwei Teilflüge mit einmal Umsteigen.

---

## **Angaben Fahr- und Gehzeiten sowie Höhenangaben**

Die Zeitangaben sind generell reine Fahr- respektive Gehzeiten. Pausen, Stopps etc. kommen zusätzlich noch hinzu. Die Zeitangaben sind durchschnittliche Erfahrungswerte, können aber je nach Strassen-, Weg- und Wetterverhältnissen, Kondition der Teilnehmer oder aus anderen Gründen abweichen.

Die Höhenangaben (bei Trekkingreisen) sind satellitengestützt erstellt worden. Diese können abweichen durch Laufen von Alternativrouten, Besteigung von zusätzlichen Aussichtspunkten, witterungs- oder wegbedingten Umwegen und anderem.

**Programmänderungen (wegen Strassen-, Weg- und Wetterverhältnissen, Flugverzögerungen, Anordnungen der Behörden, Wasserstand oder -vorkommen auf der Trekkingroute etc.) bleiben ausdrücklich vorbehalten!**



## Reiseleitung, Anforderungen, Unterkünfte und Mahlzeiten

---

### Reiseleitung

Diese Reise wird von einem lokalen englischsprechenden Führer geleitet. Dieser kennt Land, Leute und Gebräuche und wird für uns auch übersetzen, wenn wir am Weg Kontakt mit Einheimischen haben. Diese sprechen nämlich häufig kein Englisch.

---

### Unser Kommentar zur Reise

Einfaches Trekking durch kleine Dörfer und zu schönen Aussichtspunkten. Eindrückliche Begegnungen mit einheimischen Familien, tiefer Einblick in Kultur und Leben in Nepal.

---

### Anforderungen

- Einfaches bis mittleres Trekking (SAC T1 – T2), gute Kondition, 4 Tagesetappen von 3 – 5 Stunden, 2 Tagesetappen von 6 – 7 Stunden.
  - Das Hauptgepäck wird während des Trekkings transportiert, den Tagesrucksack tragen wir selbst.
  - An- und Rückfahrt zum/vom Trekking von 8 – 9 Stunden.
- 

### Unterkünfte

Im Kathmandu-Tal übernachten wir in guten bis sehr guten Mittelklassehotels. In Pharping sowie während dem Trekking übernachten wir teilweise bei lokalen Familien.

---

### Übernachtung bei lokalen Familien

Bei Übernachtungen bei lokalen Familien dürfen wir keinen Luxus erwarten. Das Bett ist einfach, evtl. nur eine Matratze am Boden und allenfalls auch in einem Mehrbettzimmer. Die Toilette ist meistens «local style» (Plumpsklo) und einen Ofen zum Heizen gibt es nur in der Küche. Die Mahlzeiten werden von der lokalen Familie zubereitet und wir haben so die Gelegenheit, wirklich einheimisches Essen zu geniessen.

Unsere Ansprüche an Komfort sollten eher bescheiden sein, aber dafür haben wir einen Einblick ins Leben einer nepalesischen Familie, wie er den meisten Reisenden leider verwehrt bleibt.

---

### Lodgeübernachtung während des Trekkings

Auf dem Trekking übernachten wir in Lodges. Diese sind mehrheitlich einfach und bieten wenig Komfort. Das WC ist in der Regel eine Gemeinschaftstoilette, selten als «attached bathroom» im Zimmer. In populären Regionen (Everest, Annapurna etc.) ist der Standard in den letzten Jahren höher geworden. Duschen ist in einigen Lodges gegen eine zusätzliche Gebühr möglich oder es kann gegen Gebühr ein Kessel warmes Wasser zum Waschen bestellt werden.

---

### Essen und Getränke

In den Hotels und Restaurants haben wir diverse vegetarische Speisen und oftmals auch Gerichte mit Fleisch zur Auswahl. Während des Trekkings werden wir mehrheitlich vegetarisch essen. Es gibt aber auch dort generell verschiedene Gerichte zur Auswahl. Das Mittagessen essen wir in einer Lodge am Weg oder es wird als kalter Lunch mitgenommen. Während der Reise sind jeweils Frühstück, Mittag- und Abendessen inbegriffen, ausser in Kathmandu. Hier ist nur das Frühstück inbegriffen, da die Auswahl an Restaurants in Kathmandu sehr gross ist und wir so selbst entscheiden können, wo wir was essen möchten.

Getränke sind nicht inbegriffen. In den Restaurants in Kathmandu sind diese verhältnismässig günstig (ab CHF 1 für ein Softdrink oder einen Liter Mineral). In den Lodges sind Getränke wie auch das Essen und alle anderen Sachen teurer, da alles zu Fuss oder mit Tragtieren dorthin transportiert werden muss. Die Preise richten sich vor allem danach, wie viele Tage Fussmarsch die Lodge von der nächsten Strasse entfernt liegt. So ist die Spannweite der Preise da recht gross, von nicht viel mehr als in Kathmandu bis zum fünf- oder sechsfachen Preis.

---



## Ausrüstung und Sicherheitsausrüstung

---

### Persönliche Ausrüstung

Wir geben Ihnen eine Ausrüstungsliste ab, welche eine Übersicht über die notwendigen Ausrüstungsgegenstände gibt. Selbstverständlich kann sie ergänzt werden. Meistens kommt man mit weniger Material aus als ursprünglich geplant. Bei Trekkings und Reisen mit Übernachtungen in Lodges bringen Sie Ihren eigenen Schlafsack mit.

---

### Gewichtslimite fürs Hauptgepäck

In Nepal werden Lasten traditionell von Trägern transportiert. Diese tragen 30 bis 40 Kilogramm für Touristengruppen und bis 80 oder sogar 100 Kilogramm für lokale Transporte. Wir wollen aber unsere Träger nicht «überladen» und limitieren darum das Gewicht des Hauptgepäcks auf 12 Kilogramm pro Person. Jeder Träger trägt zwei Taschen.

---

### Vergünstigte Himalaya Tours-Reisetasche

Unsere Reiseteilnehmer können bei uns eine grosse und robuste Reisetasche zu einem vergünstigten Preis beziehen. Die von Tatonka für uns produzierte Tasche aus Blachenmaterial ist nicht nur fast «unzerstörbar», sondern auch sehr zweckmässig. Die Taschen sind geräumig, da bei einigen Airlines nur ein Gepäckstück eingecheckt werden kann (plus Handgepäck), für ein zweites eingechecktes Gepäckstück (auch bei z.B. 2 Gepäckstücken à 10 kg) wird eine zusätzliche Gebühr verrechnet.

CHF 90 anstelle von CHF 169 für die Trekkingtasche (ideal für Trekkings, 110 Liter, 1.95 kg, verstaubare Rückenträger).  
CHF 140 anstelle von CHF 239 für die Reisetasche mit Rollen (ideal für Kultur- und Wanderreisen, 80 Liter, 3.90 kg).

---

### Heisse Bettflasche für kalte Nächte

Die Schlafräume in den Lodges sind generell nicht geheizt und es kann kalt werden... was gibt es da Schöneres als eine heisse Bettflasche? Wir schenken all unseren Reiseteilnehmern einen faltbaren, ultraleichten Platypus-Beutel. Dieser kann sowohl als Trink- wie auch als Bettflasche genutzt werden. Einfach abends mit heissem Wasser oder Tee füllen lassen, Deckel gut zuschrauben und kontrollieren. Die heisse Füllung wird übrigens von uns offeriert. Das Wasser oder der Tee kann am nächsten Tag gleich noch als Getränk mitgenommen werden. Gut für uns und gut für die Umwelt.

---

### Sicherheitsausrüstung

Für unsere Sicherheit haben wir Folgendes mit dabei:

- Umfangreiche Notfallapotheke
- Pulsoxymeter zur Sauerstoffmessung im Blut
- Sauerstoff-Flasche
- Wasserfilter von Katadyn

**Himalaya Tours hat ein eigenes 24h-SOS-Telefon. Abnehmen tut nicht «irgendein» Callcenter, sondern ein Experte von unserem Büro. So erhalten Sie im Notfall keine belanglose Auskunft, sondern rasche Hilfe.**



## Klima und Wetter

### Klima

#### Frühling

(März – Mai)

Im Flachland warm oder heiss, in den Bergen häufig angenehme Temperaturen. Sehr schön ist die Zeit der Rhododendronblüte je nach Höhenlage im April/Mai. In tieferen Lagen teilweise dunstig. Gute Trekkingsaison, deutlich weniger Touristen als im Herbst.

#### Monsun

(Juni – Mitte September)

Mehrmals täglich intensive Niederschläge und oftmals bewölkt. Üppige Vegetation. «Trockene» Regionen wie Mustang, Dolpo, Westnepal etc. können besucht werden. Seit einigen Jahren erleben diese Regionen jedoch vermehrte Niederschläge, die Sicht ist oft nicht gut und bei den Bergflügen kommt es immer wieder zu wetterbedingten Ausfällen.

#### Herbst

(Mitte Sept. – Ende Nov.)

Ideale Reise- und Trekkingzeit. Vielfach klares und trockenes Wetter mit warmen Temperaturen im Flachland und angenehmen oder kühlen Temperaturen in der Höhe. Oktober ist die Zeit mit den meisten Touristen.

#### Winter

(Dezember – Februar)

Oftmals klares und stabiles Wetter. In tieferen Lagen nicht allzu kalt (in Kathmandu hat es praktisch nie Schnee) und vielfach angenehme Temperaturen bei Sonnenschein. Gute Zeit für Kultur- und Wanderreisen oder Trekkings in tieferen Lagen. Über 4000 bis 4500 Metern können die Pässe wegen Schnee blockiert sein. Nur wenige Touristen.

### Zu dieser Reise

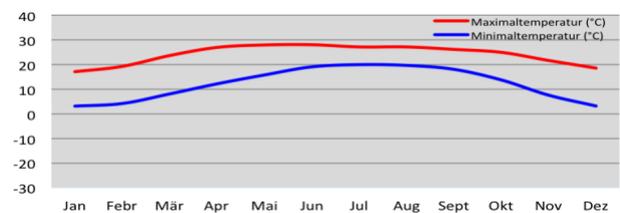
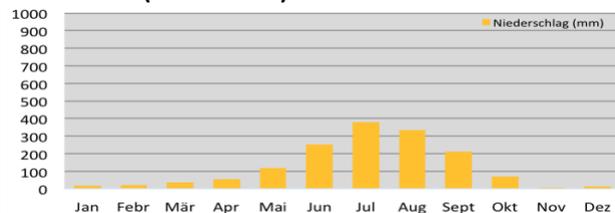
Februar/März ist eine schöne Reisezeit mit vielfach angenehmen Temperaturen. Die Bergsicht ist vielfach gut, es können sich aber im Tagesverlauf Wolken aufbauen. In der Höhe oder in der Nacht sowie bei Wetterumstürzen kann es kühl oder kalt werden mit Temperaturen unter null Grad. In seltenen Fällen wäre auch Schneefall möglich. Deutlich weniger Touristen als im Herbst.

### Klimaverschiebungen

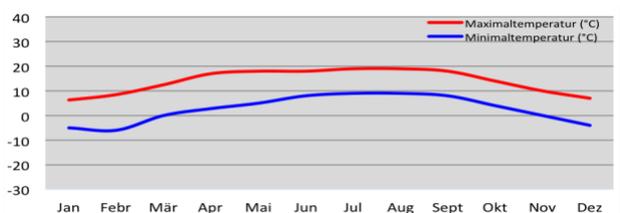
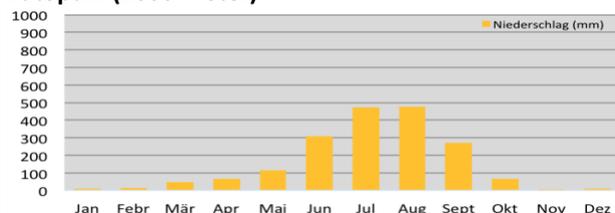
Wichtiger Hinweis: Seit einigen Jahren gibt es weltweit zunehmend Klimaverschiebungen mit häufig sehr ungewöhnlichen Wetterlagen, welche weit von den Statistiken abweichen können. Es kann auch in der «guten» Jahreszeit tagelang regnen oder sogar mal schneien, Wege können schlammig und Pässe unpassierbar werden. Wir arbeiten an unseren guten Beziehungen zu Petrus, für das Wetter können wir aber leider keine Garantie übernehmen! ☺

### Klimadiagramme

#### Kathmandu (1300 Meter)



#### Tatopani (2600 Meter)





## Inbegriffene und nicht inbegriffene Leistungen

---

### Leistungen inbegriffen

- Flüge Zürich-Kathmandu retour in Economy-Klasse
  - Flughafentaxen und Treibstoffzuschlag
  - Alle Überlandfahrten und Transfers
  - 4 Übernachtungen im Hotel im Doppelzimmer im Kathmandu-Tal
  - 5 Übernachtungen in einfachem Familienhaus
  - 4 Übernachtungen in einfachen Lodges während des Trekkings
  - Vollpension während der ganzen Reise, in Kathmandu nur Frühstück
  - Eintrittsgebühren für Besichtigungen laut Programm
  - Lokale englischsprechende Reiseleitung plus Begleitmannschaft während des Trekkings
- 

### Für unsere Sicherheit inbegriffen

- Umfangreiche Notfallapotheke
  - Pulsoxymeter zur Sauerstoffmessung im Blut
  - Sauerstoff-Flasche
  - Wasserfilter von Katadyn
  - 24h-SOS-Telefon von Himalaya Tours in der Schweiz und unserem lokalen Partner vor Ort
- 

### Zusätzliche Leistungen inbegriffen

- Visum für Nepal (US\$ 30)
  - Erledigen aller Formalitäten für Nepal
  - Vorbereitungstreffen
  - Landkarte von Nepal
  - Schönes Abschlussessen in Kathmandu
  - Platypus-Beutel als Bett- und Getränkeflasche zu gebrauchen
  - Heisse Bettflasche in kalten Nächten
- 

### Leistungen nicht inbegriffen

- Trinkgelder (CHF 80 – 120, je nach Anzahl Teilnehmern, bei Kleingruppen evtl. etwas höher)
- Mittag- und Abendessen in Kathmandu
- Getränke in Hotels, Gasthäusern und Lodges



## Gruppengrösse und Kosten

---

### Gruppengrösse

2 bis 8 Personen

---

### Kosten

pro Person bei 6 bis 8 Teilnehmern (ohne Flug Zürich-Kathmandu retour)	CHF	3200
plus Flug Zürich-Kathmandu retour	ab CHF	750
<b>Total pro Person bei 6 bis 10 Teilnehmern</b>	<b>ab CHF</b>	<b>3950</b>

### Zuschlag Kleingruppe

pro Person bei 3 bis 5 Teilnehmern	CHF	200
pro Person bei 2 Teilnehmern	CHF	600

### Flug Zürich-Kathmandu retour

Die Flugpreise schwanken momentan stark und können je nach Airline, Saison und Nachfrage sehr unterschiedlich sein. Zum Zeitpunkt Ihrer Buchung werden wir Ihnen verschiedene Flugvarianten unterbreiten und Sie haben die freie Wahl, mit welchem Flug Sie fliegen möchten. Übrigens, es ist auch gut möglich, die Flüge selbst zu buchen.

In den letzten Jahren gab es die günstigsten Flüge ab CHF 750 (mit Qatar, Turkish und anderen Airlines), in Hochsaisonzeiten lagen die Kosten oftmals im Bereich von CHF 950 – 1250. Bei kurzfristigen Buchungen von wenigen Wochen oder Monaten vor Abreise können die Flugpreise aber auch deutlich höher steigen. Wir verrechnen den effektiven Flugpreis zum Buchungszeitpunkt.

**Wichtig: Ob Sie einen «günstigen» oder «teuren» Flug haben, können Sie selbst massgeblich beeinflussen. Es gilt generell, je früher ein Flug gebucht wird, desto günstiger ist dieser. So lohnt es sich sehr, die Reise resp. den Flug frühzeitig zu buchen. Bei den meisten Airlines kann man Flüge maximal 11 – 12 Monate im Voraus buchen.**

---

### Einzelzimmer

Es ist möglich, gegen einen Zuschlag ein Einzelzimmer zu buchen. CHF 300

In einigen Unterkünften (je nach Reise in kleinen Hotels, Gasthäusern, bei lokalen Familien oder im Kloster) ist der Platz oftmals eingeschränkt und ein Einzelzimmer kann dort nicht garantiert werden. Dies gilt speziell für Lodges in Nepal, wo in der Regel überhaupt keine Einzelzimmer verfügbar sind. Dieser Umstand ist im Einzelzimmer-Zuschlag berücksichtigt und berechtigt nicht zu einer Preisreduktion.

Falls Sie ein Doppelzimmer wünschen, aber kein gleichgeschlechtlicher Zimmerpartner gefunden werden kann, erhalten Sie ein Einzelzimmer. In diesem Fall übernimmt Himalaya Tours die Hälfte des Zuschlages und Ihnen wird nur die Hälfte verrechnet.

---

### Anschlussprogramme

Diese Gruppenreise kann durch frühere Anreise, spätere Rückreise oder ein Anschlussprogramm verlängert werden. Gerne dürfen Sie uns hierzu kontaktieren. Eine Verlängerung muss spätestens bei der definitiven Buchung bekanntgegeben werden.

Gerne beraten wir Sie persönlich zu unseren Reisen und beantworten Fragen zu Nepal, Ausrüstung, Höhe etc. Kontaktieren Sie uns telefonisch, per Mail oder schriftlich. Es ist auch möglich, einen Termin für einen Besuch in unserem Büro in Parpan zu vereinbaren.

Eine eindruckliche und erlebnisreiche Reise wünschen  
Thomas und Martina Zwahlen  
und das Team von Himalaya Tours