



Trekking zum Annapurna Basecamp

mit lokaler englischsprachender Reiseleitung

Spannendes und nicht allzu schweres Trekking
mitten in die hohen Berge



4. November – 23. November 2024



Ideale Reisezeit



Höhepunkte

- Spannendes Trekking ins Basecamp der Annapurna
- Ganz nah an den «grossen Bergen»
- Phantastisches Panorama vom Poon Hill
- Kleine Dörfer, Reisterrassen und schöne Wälder
- Pokhara am malerischen Phewa-See

Dieses spannende Trekking führt uns vorbei an kleinen Dörfern und Reisterrassen, durch schöne Wälder und zu den schönsten Aussichtspunkten in der Region der Annapurna. Der Blick vom 3200 Meter hohen Poon Hill ist unbeschreiblich. Nach einer guten Akklimatisation führt uns unser Trekking «mitten hinein in die hohen Berge». Wir steigen gemütlich hoch zum Basecamp der Annapurna. Im Amphitheater der diversen Gipfel des Annapurna-Massivs erleben wir die unglaubliche Grösse dieser Eisriesen.

Ein kurzer Flug bringt uns von Kathmandu nach Pokhara am malerischen Phewa-See mit der schönen Aussicht auf das Massiv der Annapurna. Unser Trekking bringt uns durch das Vorgebirge des Himalaya und immer tiefer in die imposante Bergwelt hinein. Auf dieser populären Route schlafen wir in Lodges und in den kleinen Dörfern erhalten wir einen schönen Einblick ins «Leben auf dem Land». Diese Tour eignet sich gut für Trekking-Neulinge.



Inhalt

Reiseroute und Höhenprofil	3
Reiseprogramm	4
Reiseleitung, Anforderungen, Unterkünfte und Mahlzeiten	9
Ausrüstung und Sicherheitsausrüstung	10
Klima und Wetter	11
Inbegriffene und nicht inbegriffene Leistungen	12
Gruppengrösse und Kosten	13

Weitere Infos

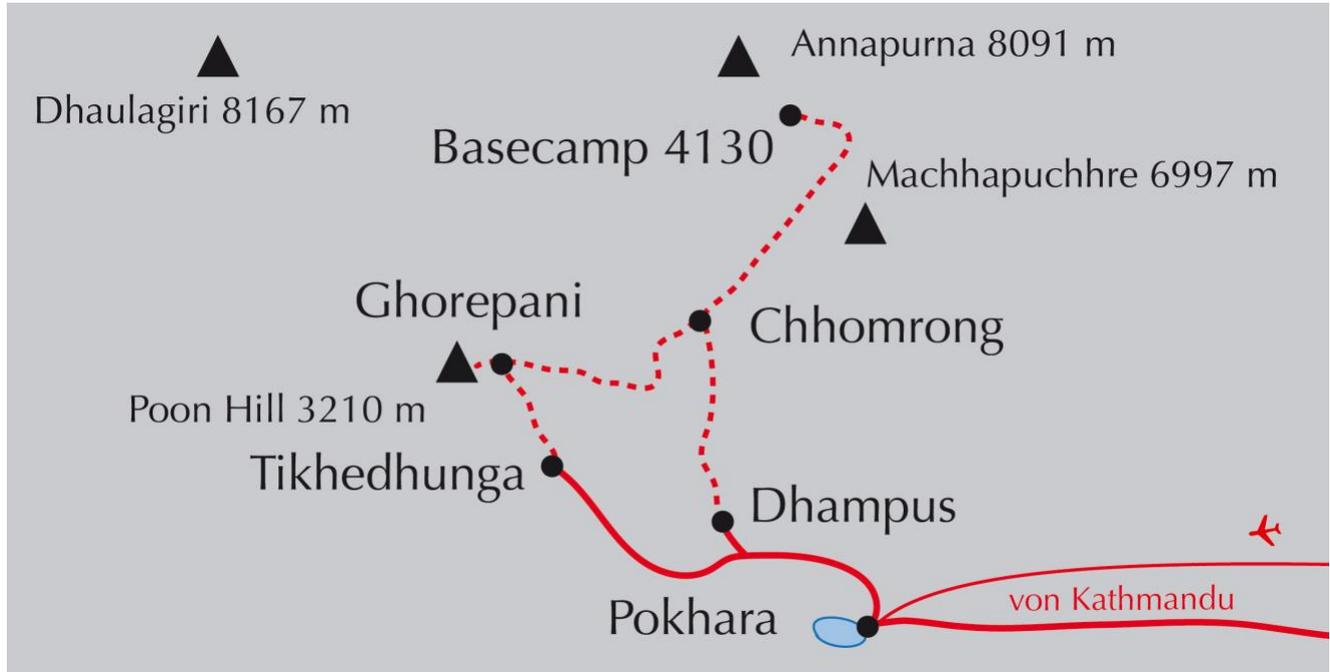
Weitere Infos zur Reise finden Sie in den separaten Reiseinfos und Destinationshinweisen. Zusätzlich geben wir Ihnen Merkblätter ab zu Ausrüstung, Medizinischem und weiterem mehr.

HIMALAYA TOURS

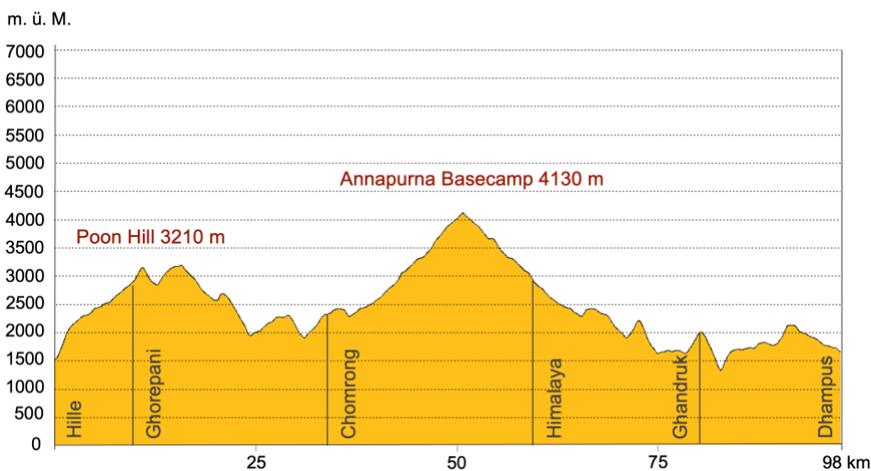


Reiseroute und Höhenprofil

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	98 km	Tage mit 0 – 400 Höhenmetern Aufstieg	4
Total Höhenmeter Aufstieg	6900 m	Tage mit 401 – 800 Höhenmetern Aufstieg	6
Total Höhenmeter Abstieg	6700 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 **Besichtigungen im Kathmandu-Tal**

Nach dem langen Flug vom Vortag, machen wir heute einen gemütlichen Tagesstart. Wir besichtigen das wichtigste hinduistische Heiligtum in Nepal, den Tempel von Pashupatinath. Dieser ist Zielort für viele Pilger und Sadhus. Diese Asketen türmen ihre teils meterlangen Haare auf dem Kopf auf wie ihr Vorbild, der Hindugott Shiva.

Anschliessend haben wir Zeit, um eine der alten Königsstädte im Kathmandu-Tal zu besuchen. Als schönste der drei Königsstädte gilt Bhaktapur, die anderen zwei sind Patan und Kathmandu. Die jahrhundertealten Tempel mit den kunstvollen Holzschnitzereien gehören zum Weltkulturerbe der Unesco und in den engen Gassen von Bhaktapur fühlen wir uns um Jahrhunderte zurückversetzt.

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

Fahrzeit 1 h, Stadtbummel zu Fuss

4. Tag **Pokhara am schönen Phewa-See**

Heute bringt uns ein kurzer Flug nach Pokhara mit erstem Ausblick auf die gewaltige Himalaya-Kette, falls möglich rechts sitzen. Transfer ins Hotel und Entspannen am Ufer des Phewa Sees mit prächtiger Aussicht auf den Annapurna Himal und den berühmten Machhapuchhre (Fish Tail). Pokhara ist ideal, um letzte Besorgungen fürs Trekking zu erledigen. Preiswert sind zum Beispiel Daunenjacken und andere Ausrüstungsgegenstände.

Übernachtung im Hotel in Pokhara (820 Meter). (F,M,A)

Flugzeit ½ h



5. Tag **Trekkingstart**

Eine gut dreistündige Fahrt bringt uns von Pokhara nach Tikhedhunga, von wo aus wir unser Trekking starten. Wir wandern auf einem guten Weg und zwischendurch immer wieder auf den berühmten nepalesischen Treppen. Nach 2 Stunden erreichen wir unser heutiges Ziel Ullery.

Übernachtung in Lodge in Ullery (1950 Meter). (F,M,A)

Fahrzeit 3 h, Trekking 2 h, Aufstieg 500 m, Abstieg 0 m, Gehdistanz 2 km

6. Tag **Immer aufwärts durch Rhododendron- und Eichenwälder**

Unser Weg kennt heute vor allem eine Richtung, nämlich aufwärts. Der Weg führt uns durch prächtige Rhododendron- und Eichenwälder. Nach einer anstrengenden Etappe erreichen wir am Nachmittag den Ort Ghorepani, was übersetzt soviel wie «Pferde Wasser resp. Wasserstelle für Pferde» bedeutet. Hier war früher eine bekannte Wasserstelle, wo die Pferde- und Maultierkarawanen Halt gemacht haben. Heute ist Ghorepani ein Dorf voller Lodges und Läden.

Übernachtung in Lodge in Ghorepani (2900 Meter). (F,M,A)

Trekking 4 – 6 h, Aufstieg 950 m, Abstieg 0 m, Gehdistanz 8 km

7. Tag **Poon Hill – Phantastisches Bergpanorama**

Heute lohnt sich ein früher Start vor dem Morgenessen, um bereits vor Sonnenaufgang den Poon Hill zu erreichen. Der kurze, steile Aufstieg dauert ungefähr eine Stunde. Der Poon Hill gilt als einer der schönsten Aussichtspunkte vor der Annapurna und den Sonnenaufgang und das phantastische Bergpanorama werden wir nicht mehr vergessen. Der Name Annapurna gehört der Berggöttin, die auf den hohen Gipfeln ihren Sitz hat. Annapurna bedeutet übersetzt «die Nahrung spendende Göttin». Und so ist «die» Annapurna wie viele andere Gipfel in Nepal weiblich.

Vom Poon Hill aus haben wir auch einen sehr schönen Blick auf einen weiteren 8000er, den Dhaulagiri im Nordwesten. Wir können uns Zeit lassen mit dem Geniessen der Aussicht. Anschliessend kurzer Abstieg zurück nach Ghorepani.

Nach einem gemütlichen Frühstück nehmen wir gestärkt den weiteren Weg in Angriff. Unser Weg führt über den Deorali Pass und durch dichte Wälder. Mit einigem Auf und Ab bringt uns diese schöne Etappe in den kleinen Weiler Tadapani.

Übernachtung in Lodge in Tadapani (2600 Meter). (F,M,A)

Trekking 6 h, Aufstieg 750 m, Abstieg 1050 m, Gehdistanz 11.5 km

8. Tag **Weiter nach Chhomrong**

Ein längerer Abstieg bringt uns zum Fluss Kimrong Khola, den wir auf einer Brücke überqueren. Vorbei an kleinen Dörfern steigen wir nach Chhomrong. In diesem Dorf wohnen vor allem Gurung, eine der vielen Volksgruppen in Nepal.

Übernachtung in Lodge in Chhomrong (2150 Meter). (F,M,A)

Trekking 4 – 5 h, Aufstieg 400 m, Abstieg 850 m, Gehdistanz 9.5 km

9. Tag **Näher an die grossen Berge**

Heute wandern wir das Tal des Modi Khola hoch, welches uns während den nächsten Tagen zum Annapurna Basecamp führen wird. Wir treffen immer weniger Dörfer an und verlassen langsam die Zivilisation.

Durch herrliche Wälder steigen wir hoch zu kleinen Orten mit klingenden Namen wie «Bamboo» und «Himalaya». Im letzteren Ort übernachteten wir in einer Lodge knapp unterhalb der Grenze von 3000 Meter.

Übernachtung in Lodge in Himalaya (2900 Meter). (F,M,A)

Trekking 6 – 7 h, Aufstieg 1150 m, Abstieg 400 m, Gehdistanz 12 km



10. Tag Heiliger Machhapuchhre

Weiter aufwärts wandern wir immer tiefer in diese eindruckliche Bergwelt. Immer wieder haben wir schöne Ausblicke auf die umliegenden Gipfel. Einer der schönsten Berge ist der heilige Machhapuchhre. Übersetzt bedeutet dieser Name «Fischschwanz» und so wird er oftmals auch einfach «Fishtail» genannt. Dieser Gipfel ist einer der eindrucklichsten im ganzen Himalaya. Das heutige Tagesziel ist das Machhapuchhre Basecamp. Anders als der Name vermuten lässt, wurde der Gipfel aber noch nie bestiegen. Eine britische Expedition hat 1957 einen Besteigungsversuch unternommen. Zwei Expeditionsmitglieder haben 50 Meter unter dem Gipfel wieder umgedreht und somit ihr Versprechen eingehalten, den Fuss nicht auf den höchsten Punkt des Berges zu setzen. Auf den Gipfeln wohnen im Glauben vieler Nepalesen nämlich Götter, die man durch eine Besteigung in ihrer Ruhe stören und diese damit verärgern würde. Nach 1957 wurde der Machhapuchhre für heilig erklärt, seither wurden keine Bewilligungen für eine Besteigung mehr erteilt.

Die heutige Tagesetappe wird bewusst kurzgehalten, um eine gute Akklimatisation zu ermöglichen. Wir übernachten hier nämlich bereits auf einer Höhe von 3700 Meter.

Übernachtung in Lodge in Machhapuchhre Basecamp (3700 Meter). (F,M,A)

Trekking 4 – 5 h, Aufstieg 800 m, Abstieg 0 m, Gehdistanz 5.5 km

11. Tag Ins Annapurna Basecamp

Die heutige Etappe bringt uns mitten in eine archaische Berg- und Eislandschaft. Rundherum ragen steile Eiswände und Schneegipfel fast bis in den Himmel. Der höchste Gipfel ist die Annapurna I, welche mit 8091 Meter zu den höchsten Gipfeln der Welt gehört. Die beeindruckende Südwand gehört zu den schwierigsten Routen, welche im Himalaya zu finden sind. Fast 4000 Höhenmeter sind es von hier bis auf den Gipfel.

Im Annapurna Sanctuary fühlen wir uns wie in einer anderen Welt. Wir haben genügend Zeit, um diese einmalige und wilde Berglandschaft gebührend zu geniessen, sei es von der Sonnenterrasse aus oder mit kleinen Wanderungen in der Umgebung.

Übernachtung in Lodge in Annapurna Basecamp (4150 Meter). (F,M,A)

Trekking 2 h, Aufstieg 450 m, Abstieg 0 m, Gehdistanz 3 km

12. Tag Immer abwärts

Wir geniessen die schöne Morgenstimmung in dieser Berglandschaft. Die Eisgipfel leuchten im warmen Morgenlicht. Anschliessend nehmen wir den Rückweg in Angriff. Das Abwärtslaufen geht leicht und unser Tagesziel ist wieder der Ort «Himalaya», wo wir vor drei Tagen bereits übernachtet haben. Das Wiedersehen mit den Besitzern der Lodge ist schön und wir fühlen uns hier bereits ein bisschen zu Hause.

Übernachtung in Lodge in Himalaya (2900 Meter). (F,M,A)

Trekking 5 – 6 h, Aufstieg 0 m, Abstieg 1250 m, Gehdistanz 8.5 km

13. Tag Durch den Urwald

Unser Weg führt uns durch einen schönen «Urwald» in immer tiefere Gefilde. Nach Tagen in der wilden Bergwelt fühlen wir uns im Dorf Chhomrong «zurück in der Zivilisation».

Übernachtung in Lodge in Chhomrong (2150 Meter). (F,M,A)

Trekking 4 – 5 h, Aufstieg 400 m, Abstieg 1150 m, Gehdistanz 12 km



14. Tag **Ghandruk**

Am Morgen führt uns ein steiler Abstieg nach Jhinudanda (Jino). Falls wir Lust haben, können wir die heißen Quellen in der Umgebung besuchen. Der Weg führt uns durch Terrassenfelder und vorbei an kleinen Siedlungen. Es lohnt sich, auf dieser Etappe immer wieder stehen zu bleiben und sich umzudrehen. Das Bergpanorama im Rücken ist schlicht bewundernswert. Nach einem letzten, etwas anstrengenden Anstieg über viele Stufen erreichen wir das Dorf Ghandruk. Der Aufstieg lohnt sich aber allemal, Ghandruk ist ein sehr schön gelegener Ort mit ansprechenden Lodges und Sicht auf die Schneeberge.

Übernachtung in Lodge in Ghandruk (1950 Meter). (F,M,A)

Trekking 4 – 5 h, Aufstieg 500 m, Abstieg 700 m, Gehdistanz 8 km

15. Tag **Entspannter Morgen und kurze Etappe**

Heute können wir ausschlafen und den Morgen in Ghandruk geniessen, die Gegend erkunden oder einfach einen Tee oder Kaffee auf der schönen Bergterrasse geniessen. Nach dem Mittagessen steigen wir ab zum Modi Khola, überqueren diesen über eine Hängebrücke und steigen kurz hoch nach Landruk, wo wir die Nacht verbringen.

Übernachtung in Lodge in Landruk (1550 Meter). (F,M,A)

Trekking 2 h, Aufstieg 300 m, Abstieg 700 m, Gehdistanz 4 km

16. Tag **Letzter Trekkingtag**

Heute haben wir eine angenehme Etappe vor uns. Das Leben auf und neben dem Weg nimmt zu. Immer wieder treffen wir Einheimische bei der Feldarbeit an oder begegnen einer der zahlreichen Pferde- und Maultierkarawanen, welche die Dörfer in der Umgebung mit allem Benötigten versorgen. Unsere Etappe bringt uns mit einigem Hoch und Runter zum Dorf Dhampus.

Von hier aus fahren wir zurück nach Pokhara. Hier geniessen wir die «Errungenschaften der Zivilisation» wie einen richtigen Kaffee oder ein kühles Bier und schauen noch einmal auf die hohen Gipfel des Annapurna-Massivs. Die Berge scheinen weit weg zu sein, aber nach dem Trekking sehen wir «unsere» Gipfel mit ganz anderen Augen.

Übernachtung im Hotel in Pokhara (820 Meter). (F,M,A)

Trekking 4 h, Aufstieg 700 m, Abstieg 1150 m, Gehdistanz 14 km, Fahrzeit 1 – 2 h

17. Tag **Spannendes Pokhara**

Wir bleiben einen Tag in diesem kleinen Städtchen mit dem grossartigen Blick auf das Annapurna-Massiv. Es gibt in Pokhara viele lohnende Ausflugsziele. Schön ist eine Bootsfahrt kombiniert mit einer Wanderung zur Shanti Peace Pagoda. Bei guter Sicht haben wir von oben eine schöne Aussicht auf Annapurna und Dhaulagiri. Sehenswert ist auch das sehr interessante International Mountain Museum. Hier erfahren wir viel Spannendes über den Himalaya, die 8000er in Nepal und deren Erstbesteigungen.

Übernachtung im Hotel in Pokhara (820 Meter). (F,M,A)

Fahrt ½ h, Bootsfahrt ½ h, Wanderung 2 h

18. Tag **Quer durch Nepal**

Nachdem wir den Hinweg von Kathmandu nach Pokhara geflogen sind, fahren wir mit dem Bus zurück ins Kathmandu-Tal. Die über 200 Kilometer lange Fahrt durchs Mittelland von Nepal gibt einen guten Querschnitt durch Topographie, Klima und Land(wirt)schaft des Landes. Unterwegs passieren wir weite Täler mit endlosen Terrassenfeldern, auf denen Reis, Hirse, Bananen und andere exotische Pflanzen gedeihen. Über einen letzten Pass gelangen wir ins Kathmandu-Tal, wo wir unsere Zimmer in einem schönen Hotel beziehen.

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

Fahrzeit 6 – 7 h



19. Tag **Letzter Tag in Kathmandu**

Der heutige Tag steht zur freien Verfügung. Wir haben Zeit, im sehr geschäftigen Quartier Thamel unsere letzten Einkäufe zu tätigen, in einem der vielen Restaurants einen «richtigen» Kaffee zu geniessen oder einfach dem Treiben im Markt zuzuschauen. Natürlich können wir auf eigene Faust auch noch die eine oder andere Sehenswürdigkeit besichtigen.

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 wird das Abschlussessen bereits am Vortag sein.

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

Fahrzeit 1 h

20. 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 englischsprachenden 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

Trekking auf einer klassischen Route zu den schönsten Aussichtspunkten vor der Annapurna und ins «Herz» dieses beeindruckenden Bergmassivs. Sehr schöne Jahreszeit mit nicht allzu vielen Touristen. Guter Einblick ins Dorfleben. Dieses spannende und nicht allzu schwere Trekking ist gut geeignet für «Trekking-Neulinge».

Anforderungen

- Mittelschweres Trekking (SAC T2), gute Kondition, 4 Tagesetappen von 1 – 4 Stunden, 6 Tagesetappen von 4 – 6 Stunden, 1 Tagesetappe von 6 – 7 Stunden.
 - Das Hauptgepäck wird während des Trekkings transportiert, den Tagesrucksack tragen wir selbst.
 - Überlandfahrt von Pokhara nach Kathmandu von 6 – 7 Stunden.
-

Unterkünfte

Im Kathmandu-Tal und in Pokhara übernachten wir in guten bis sehr guten Mittelklassehotels. WC und Dusche sind im Zimmer.

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 Trekkingszeit. 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

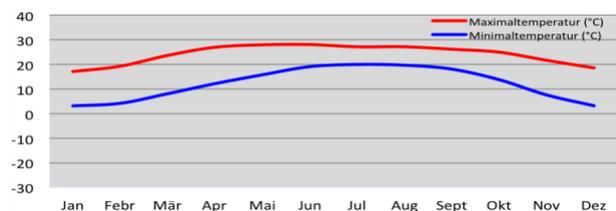
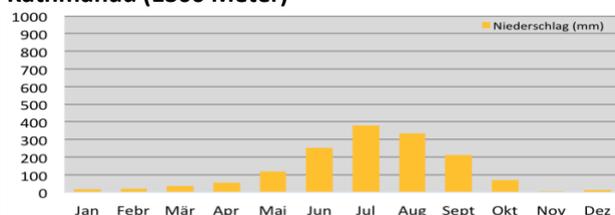
November ist eine sehr schöne Reisezeit mit vielfach stabilem und klarem Wetter. Es ist tagsüber häufig noch warm. In der Höhe oder in der Nacht kann es auch kühl oder kalt werden mit Temperaturen unter null Grad. Bei Wetterumstürzen kann es im Hochgebirge zu jeder Jahreszeit schneien. Um diese Zeit hat es deutlich weniger Touristen als im Spitzenmonat Oktober.

Klimaverschiebungen

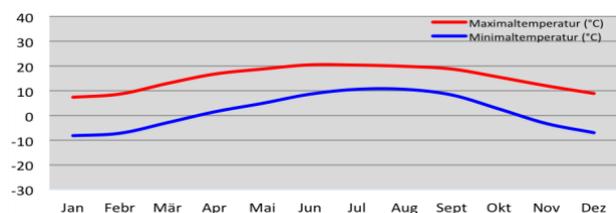
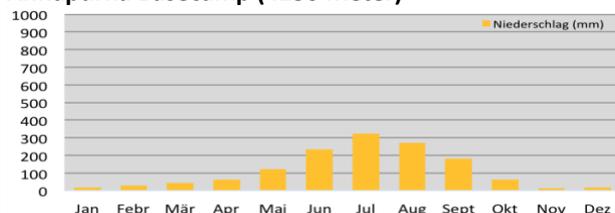
Wichtiger Hinweis: Seit einigen Jahren gibt es weltweit zunehmend Klimaverschiebungen mit häufig sehr ungewöhnlichen Wetterlagen, welche weit von den Statistiken abweichen können. Es kann auch in der «guten» Jahreszeit tagelang regnen oder sogar mal schneien, Wege können schlammig und Pässe unpassierbar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

Klimadiagramme

Kathmandu (1300 Meter)



Annapurna Basecamp (4150 Meter)





Inbegriffene und nicht inbegriffene Leistungen

Leistungen inbegriffen

- Flüge Zürich-Kathmandu retour in Economy-Klasse
 - Flüge Kathmandu-Pokhara einfach
 - Flughafentaxen und Treibstoffzuschlag
 - Alle Überlandfahrten und Transfers
 - 7 Übernachtungen im Hotel im Doppelzimmer im Kathmandu-Tal und in Pokhara
 - 11 Übernachtungen in Lodges im Doppelzimmer 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\$ 50)
 - 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 120 – 180 pro Person, 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 10 Personen

Kosten

pro Person bei 6 bis 10 Teilnehmern (ohne Flug Zürich-Kathmandu retour)	CHF	3700
plus Flug Zürich-Kathmandu retour	ab CHF	750
Total pro Person bei 6 bis 10 Teilnehmern	ab CHF	4450

Zuschlag Kleingruppe

pro Person bei 3 bis 5 Teilnehmern	CHF	200
pro Person bei 2 Teilnehmern	CHF	800

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 490**

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