



WANDERLUST

Trekkingreisen

NEPAL: GÖTTER, GIPFEL + GENUSSSTREKS

24. MÄRZ - 9. APRIL 2012 (OSTERN)

Preis: Fr. 4'480.- Gruppengrösse: 6 - 10 Personen



2200 m.ü.M.



15 x



0x



leicht

- Das Kathmandutal mal anders - mit Wanderungen + Logis bei Tempeln und Klöstern
- Grandioses Himalayapanorama auf dem Annapurna-Kurztrek
- Seen, Bootsfahrt + Tagestouren zwischen Pokhara und Begnas-See
- Kultur, Kunsthandwerk und Einblick in den Alltag der Nepali
- Geheimtipp Bandipur auf dem Bergkamm mit Blick zum 8000-er Manaslu

Nepal: Gipfel, Götter, Terrassenfelder und Seen

Nepal ist ein einmaliger Schmelztiegel verschiedener Völker und Kulturen. Unsere Reise bietet einen vielfältigen Querschnitt durch den kleinen Himalajastaat. Neben den wichtigsten Sehenswürdigkeiten um Kathmandu besuchen wir verschiedene unbekannte Ecken des Tals oder nächtigen in speziellen Unterkünften wie Klosterherbergen oder historischen Hotels um die besondere Stimmung der Umgebung einzufangen. Danach reisen wir durchs hügelige Mittelland nach Westen, entdecken das grüne Landesinnere mit unzähligen Terrassenfeldern und schmucken Dörfern und die idyllischen Seen zu Füßen des Annapurna-Massifs. Ein leichtes 4-tägiges Trekking führt uns zu einem einmaligen Aussichtspunkt von dem wir vom Dhaulagiri über die Annapurna bis zum formschönen Macchapuchhare sehen - einfach unvergesslich!

Geplantes Reiseprogramm

1. Tag: Aufbruch nach Nepal! Linienflug nach Kathmandu.

2. Tag: Ankunft in Kathmandu

Zwischenstopp unterwegs und Weiterflug nach Nepal. Nachmittags Ankunft in der Hauptstadt Kathmandu (1300 m). Transfer ins Hotel beim berühmten Affentempel. Entspannen im Garten und gemütliches Abendessen.

3. Tag: Besichtigungen im Kathmandutal + Übernachtung beim Kloster

In der Nähe des Hotels erhebt sich der Tempelberg von Swayambunath. Wir steigen über 365 Stufen hinauf zum vergoldeten Stupa mit den umliegenden Gedenkschreinen und Tempeln. Das größte Heiligtum der newarischen Buddhisten beherbergt eine bunte Mischung aus Mönchen, Priestern, Pilgern und Affen und bietet eine tolle Aussicht über Kathmandu. Transfer zum Hindu-Heiligtum von Pashupatinath. Das „Benares von Nepal“ ist ein aufwühlender Ort, hier wird die Asche der Verstorbenen dem heiligen Bagmati-Fluss übergeben und inmitten der Shiva-Tempel präsentieren sich Sadus (Heilige Männer). Für Hindus ist Pashupatinath der heiligste Ort in Nepal. Kurze Wanderung nach Bodnath, wo die grösste Stupa des Landes steht. Unzählige tibetische Pilger umrunden das Heiligtum und die ganze Anlage strahlt eine grosse Würde aus. Wir können die Stimmung in Ruhe geniessen und beziehen in der Nähe ein nettes Guesthouse mit Garten, das einem Kloster angeschlossen ist.

4. Tag: Panoramawanderung und Besuch beim schlafenden Vishnu

Fahrt nach Kakani (2066 m) über dem Kathmandutal mit Panoramablick auf die 7000- und 8000-Tausender des Ganesh- + Manaslu-Himal. Abwechslungsreiche Wanderung durch Rhododendron- und Eichenwälder nach Budhanilkantha (1780 m, 4 h), wo wir den 7 Meter langen schlafenden Vishnu besuchen, der aus Stein gehauen

ist. Transfer nach Bodnath und Übernachtung im Gästehaus. Möglichkeit zum Besuch eines Klosters.

5. Tag: Unesco-Weltkulturerbe Bhaktapur

Heute besuchen wir das mittelalterlich anmutende Newarstädtchen Bhaktapur mit seinem reich geschmückten Königsplatz und der 5-stöckigen Pagode des Nyatapola-Tempels. Rundgang durch enge Gassen mit prachtvoll geschnitzten Priesterhäusern und Einblick in die Werkstätten der Töpfer, Papiermacher und Thankamaler. Lunch im Tempelrestaurant. Nachmittags Transfer und Wanderung nach Namobuddha (1880 m, 2 h). Übernachtung im einfachen Gueshouse beim buddhistischen Pilgerort. Vom bewaldeten Berggrat geniessen wir abends bei guter Sicht einen herrlichen Blick auf den Himalaya mit dem majestätischen Gipfel des Gaurishankar im Osten.

6. Tag: Wanderung vom buddhistischen Pilgerort nach Balthali

Heute können die Frühaufsteher das Morgengebet der Mönche besuchen, das Einblick in die religiöse Praxis der Buddhisten vermittelt. Laut einer Legend ist Namobuddha jener Ort an dem Siddharta seinen Körper einer Tigermutter geopfert hat, damit diese ihre Babies säugen konnte. Durch diese grösstmögliche Aufopferung erlangte Siddharta die Buddhaschaft. Der Ort ist eine der heiligsten tibetischen Wallfahrtsstätten südlich des Himalaja und ist von zahlreichen Gebetsfahnen und religiösen Bauten umgeben. Wanderung durch Terrassenfelder und hübsche Tamang- und Magar-Dörfer. Unterwegs erhalten wir Einblick in den Alltag der Bauern, die zwischen den Hügeln und Flusstälern Kartoffeln, Getreide und Gemüse anbauen. Übernachtung in einem gemütlichen Resort-Hotel auf einem Hügel von dessen Terrasse wir den Sonnenuntergang über dem Tal geniessen. (1500 m, 4 h).

7. Tag: Unbekanntes Idyll: Das Newar-Dorf Panauti + Fahrt nach Westen.

Bevor wir das Kathmandutal verlassen besuchen wir das schön restaurierte Newar-Dorf Panauti mit der ältesten erhaltenen Pagode Nepals. Weiterfahrt über den Thankot-Pass und hinab zum Trisulifluss, der den Ganesh- und Langtang-Himal entwässert. Seinem Lauf folgend gelangen wir durch fruchtbares Terrassenland nach Mugling wo wir auf den Marsyandi (östlicher Abfluss des Annapurnamassifs treffen). Weiter in Richtung Pokhara und hinauf zum einstigen Handelszentrum Bandipur, das auf einem Bergkamm hoch über dem Talgrund thront und schöne Ausblicke auf den Achttausender Manaslu bietet. 1000 m, 5 – 6 h. Resort-Hotel.

8. Tag: Geheimtipp Bandipur + Fahrt zum Begnas See

Bandipur war einst wegen seiner malariafreien Lage ein glanzvolles Handelszentrum zwischen Indien und Tibet. Heute wirkt der Ort vergessen, weist aber noch stattlichen Gebäude mit klassizistischen Fassaden, sowie schön restaurierte Newarihäuser auf. Rundgang durch den Ort mit seiner beschaulichen Atmosphäre. Besuch einer Seidenfarm in der Nähe oder Wanderung ins Tal (2 – 3 h). Fahrt zum Begnas Tal, dem vielleicht schönsten See südlich der Annapurna- und Lamjung-Berge. 700 m, 2 h. Bootsfahrt + Übernachtung im Gasthaus.

9. Tag: Wanderung in den subtropischen Vorbergen des Himalaya

Dank dem subtropischen Klima gedeihen hier zahlreiche Früchte, es werden Pilze gezüchtet und es wird Kaffee angebaut. Verschiedene schöne Wanderungen führen über Treppenwege und durch Chetri- und Brahmanensiedlungen über dem See und bieten Ausblicke auf die Himalajakette. 3 – 4 h. Fahrt nach Pokhara ins ruhig gelegene, familiäre Hotel mit Garten und Swimming-Pool in Panoramalage über dem Pawa-See. 700 m, 1 1/2 h.

10. Tag: Pokhara und Umgebung

Heute geniessen wir die entspannte Atmosphäre am Pawa-See. Ausflüge nach Absprache: z.B. zu den Devi-Fällen oder ins Tibeter-Camp mit seiner Teppichweberei. Daneben können wir auch zur Friedensstupa am andern Seeufer aufsteigen (1 – 2 h) von wo sich ein grandioses Panorama auf See und die drei Achttausender-Massive Dhaulagiri, Annapurna und Manaslu bietet. Oder wir gönnen uns eine Massage und entspannen ganz einfach im schönen Garten unseres gemütlichen Hotels. Übernachtung im Hotel.

11. Tag: Lodge-Trekking + Rhododendronblüte im Annapurnagebiet

Start zu unserem 4-tägigen Rundtrekking. Wir deponieren das überflüssige Gepäck und fahren zum Ausgangspunkt kurz hinter dem Kahre-Pass (1 h). Beim Dorf Lumle (1610 m) heisst's aussteigen. Zusammen mit unseren Führern und Trägern ziehen wir los, und machen nach einer Stunde im Dorf Chandrakot Halt (1550 m). Bei der Rast vor dem Gasthaus geniessen wir den Blick auf die Annapurna-Gipfel und die berühmte Silhouette des Machhapuchhare (Fischschwanz). Der Berg der den Nepalesen als heilig gilt, ist bis heute unbestiegen. Frisch gestärkt geht's danach der Ostflanke des Modi-Khola-Tales entlang durch Felder und Laubmischwald. Unterwegs treffen wir auf traditionelle Bauernhäuser mit schön geschnitzten Details, freuen uns am Kontakt mit den freundlichen Einheimischen und erreichen bald unsere Lodge bei den Weilern Tanchok oder Churyani. Wer will besucht ein traditionelles Haus, das in ein kleines Museum umgewandelt wurde. So erhalten wir Einblick in den Alltag im Vorgebirge des Himalaya. 1500 m, 2 – 3 h, Übernachtung in einfacher Logde.

12. Tag: Weiter durch Terrassenfelder zum Dorf Bhichok

Unsere heutige Wanderung führt über dem Modi Khola durch weitläufige Terrassenlandschaft. Der Fluss im Talgrund entwässert die Gletscher des Macchapuchhare und Annapurna Süd am Horizont über uns. Wir lassen uns Zeit und geniessen unterwegs die Ausblicke oder das mitgebrachte Lunchpaket. Durch eine Seitenschlucht des Modi Khola erreichen wir das Gurung-Dorf Bhichok. 1620 m, 3 – 4 h. Übernachtung in einfacher Lodge.

13. Tag: Über die Lichtung von Deorali zum Australian Camp

Der anstrengendste Teil unseres Trekkings erwartet uns. Während wir die letzten Tage gemütlich und ohne grosse Auf- und Abstiege gewandert sind, geht es heute bergauf. Durch Urwald mit blühenden Rhododendren, Orchideen, Farnen und Flechten steigen wir teils steil bergan und freuen uns über den Gesang der zahlreichen Vögel. Oben in Bhichok Deorali (2150 m) angekommen gönnen wir uns einen „Thai“ und geniessen den schönen Ausblick auf Annapurna Süd und Hinchuli, sowie den Pewa-See und Pokhara im Südosten. Wir haben die Wasserscheide zwischen Modi Khola und Mardi Khola erreicht und steigen auf dem Kamm hinab zum geschäftigen Bergdorf Pothana (1970 m) in dem viele Tibeter wohnen und ihre Souvenirs verkaufen. Etwas oberhalb im Australian Camp beziehen wir heute unser Quartier und sind überwältigt vom grossartigen Panorama. Sonnenauf- und -untergang nicht verpassen und Kamera bereithalten! Übernachtung in einfacher Lodge. 2165 m, 4 h.

14. Tag: Himalaja-Panorama vom Feinsten und Trekende

Früh aufstehen lohnt sich - der Sonnenaufgang mit Blick auf Dhaulagiri, Annapurna und Macchapuchhare (das Matterhorn Nepals?) ist einfach überwältigend. Danach führen verschiedene Wege hinab ins Tal. Am kürzesten und direktesten nach Kande 1750 m, zuerst gemütlich und dann über steile Steintreppen abwärts (1 1/2 h). Oder wir wählen den längeren Abstieg über den beliebten Trekkerort Dhampus und durch weitläufige Terrassenfelder hinab nach Phedi (1150 m). Wir werden abgeholt und sind zur Mittagszeit wieder in Pokhara. Bezug unseres komfortablen Hotels mit Garten in der Lakeside-Gegend. Nachmittags freie Zeit zum Entspannen, Shoppen an der Flaniermeile oder Karten schreiben in den Strandcafés am Ufer des Pewasees. 900 m. Hotel.

Hinweis: Die Tagesetappen auf unserem Trekking sind flexibel und können gut angepasst werden. Das Gebiet um die Annapurna bietet genügend Infrastruktur um das Trekking wahlweise zu verlängern oder zu verkürzen.

15. Tag: Rückflug entlang Himalayakette nach Kathmandu

Morgens Rückflug entlang der Himalayakette nach Kathmandu. Nochmals lassen wir die eindrücklichen Bergriesen Revue passieren und landen nur allzu schnell wieder in der Hauptstadt. Transfer ins stilvolle Newar-Kleinhotel in einem lauschigen Hinterhof der einstigen Königsstadt Patan. Nachmittag zur freien Verfügung oder Rundgang + Shopping nach Absprache. Z.B. Besuch der berühmten Kunsthandwerks-Zentren von Patan, wo wir den Bronzegiessern, Malern und Holzschnitzern zusehen oder auch ihre Erzeugnisse kaufen können. Oder wir fahren nach Kathmandu und schlendern durch die Altstadt über den alten Königsplatz mit der lebenden Göttin Kumari und weiter durch die geschäftigen Gassen mit ihren Shops und feilschenden Händlern. Rückkehr ins Hotel und Nachtessen.

16. Tag: Die Königsstadt Patan + Kirtipur

Nach dem Frühstück besichtigen wir die ehemalige Königsstadt Patan, bekannt als Wiege der Kunst und Zentrum der Newar-Architektur. Die wichtigsten Bauten gruppieren sich um den Mangal Durbar, dessen Herzstück der prächtige Königspalast ist. Rundgang durch die Anlage mit phantastischer Schnitz- und Steinmetzkunst und Erforschung der Seitengasse mit zahlreichen Tempeln und Klosterhöfen. Weiterfahrt nach Kirtipur der „Stadt des Ruhms“ in Panoramalage über dem Kathmandutal. Die mittelalterliche Stadt wurde kürzlich saniert und begeistert mit ihrer authentisch altertümlichen Athomspäre und den gepflasterten Strassen auf denen die Bauern noch heute Getreidegarben dreschen. Ganz in der Nähe können wir die Chobar-Schlucht besuchen, wo Manjushri den See, der einst das Kathmandutal bedeckt haben soll, mit einem Schwertstreich abfliessen liess. Rückkehr ins Hotel + Abschiedsessen.

17. Tag: Die Reise geht zu Ende - Heimflug!

Am frühen Vormittag steigen wir in Kathmandu ins Flugzeug nach Delhi. Der Weiterflug nach Frankfurt bietet schöne Tiefblicke auf die endlosen Wüsten- und Gebirgsgegenden zwischen Asien und Europa und nach einem Zwischenstopp in Frankfurt erreichen wir noch am selben Abend Zürich.

Unsere Leistungen:

Inbegriffen:

- Linienflüge Zürich-Kathmandu retour, sämtliche Flughafentaxen
- Inlandflug Pokhara-Kathmandu
- Transfers und sämtliche Fahrten gemäss Programm
- 2 x Sightseeing mit deutschsprachigem Lokalführer im Kathmandutal
- alle Eintritte gemäss Programm inklusive Eintritt in Bhaktapur (11 \$)
- gute Mittelklass-Hotels in Kathmandu, Pokhara, Balthali + Bandipur (8 x Basis DZ/DU/HP)
- einfache Gasthäuser in Bodnath, Namobuddha + Begnas-See (4 x DZ/HP)
- Lodges auf Trekking 3 x
- Vollpension + warme Getränke zu allen Mahlzeiten während des Treks
- Führer, Träger + Trekkingpermits
- Gruppenapotheke + Satelittentelefon
- Leitung + Organisation durch Barbara Steinmann, Gründerin von Wanderlust mit mehr als 30-jähriger Himalajaerfahrung.

Nicht inbegriffen:

- Nepal-Visum (Fr. 60.–, Stand November 2011)
- Einzelzimmer-Zuschlag (Fr. 430.–).
- Impfungen
- Getränke
- Lunch (ausser auf Trek)
- Trinkgelder
- sämtliche Versicherungen (eine kombinierte Reise- + Annullationsversicherung ist obligatorisch)
- Persönliche Auslagen
- Kosten für persönliches Übergepäck (Inlandflug Pokhara – Kathmandu max. 15 Kilo)
- Mehrkosten aufgrund wetter- bzw. verhältnisbedingter oder von Teilnehmern verlangter Programmänderungen

Definitive Buchung: Bis spätestens 8. Februar 2012. Frühe Buchung empfohlen: Diese garantiert die kalkulierten Flugtarife! Bei Überschreitung des Kontingents müssen evtl. höhere Tarifklassen verrechnet werden!

Auf dem Treck: Wir schultern nur unseren persönlichen Tagesrucksack während der Seesack oder die Reisetasche von Trägern transportiert wird. Übernachtet wird in landestypischen Lodges, die einfache Doppel- und wenige Einzelzimmer sowie einen Essraum mit Ofen bieten. Es stehen Holzbetten mit Matratzen zur Verfügung, die Mitnahme eines Schlafsacks wird empfohlen, obwohl Decken erhältlich sind. Günstige Schlafsäcke können in Pokhara gemietet werden. Zum Waschen gibt es einfache Solarduschen oder warmes Wasser aus dem Eimer. Für die Verpflegung sorgen lokale Gasthäuser, die schmackhafte Gerichte mit viel Gemüse, Reis, Teigwaren, Kartoffeln, etc. anbieten. Zusätzlich begleitet uns ein erfahrener Trekkoch, der auch mal ein Pakhora oder eine andere Spezialität zubereiten kann.

Anforderungen: Die Wanderungen sind technisch einfach und führen über breite Wege und schmale Urwaldpfade oder durch Terrassenfelder und über Natursteintreppen. Die Maximalhöhe des Trekkings beträgt 2200 Meter und die maximalen Auf- und Abstiege bis ca. 600 – 700 Höhenmeter. Die reine Gehzeit liegt zwischen 2 bis 4 Stunden pro Tag. Sie sollten über eine entsprechende Kondition verfügen und Trittsicher sein.

Klima/Reisezeit: Aufgrund der extremen Höhenunterschiede gibt es in Nepal viele Klimazonen. Die beste Trekkingzeit ist von Oktober bis Ende April. März und April bringen warmes Wetter; es gibt vereinzelt Regenfälle, die zu schönen Lichtstimmungen führen können. Zudem beginnt die Rhododendronblüte. Fernblicke sind morgens klar und können tagsüber vom Dunst getrübt sein. Der Frühling geht Anfang Mai in eine Art Vormonsun über.

Reiseunterlagen/Impfungen: Ihr Pass muss mindestens 6 Monate über das Reisedatum hinweg gültig sein. Für Nepal ist ein Visum erforderlich. Die Unterlagen zur Einholung des Visums, sowie Impfinformationen, Ausrüstungsliste, etc. erhalten Sie mit der Anmeldebestätigung. Bei Fragen geben wir gerne Auskunft.

Infotreffen: Vor dieser Reise findet am **Samstag, 10. März 2012** ein Treffen im Bündnerland statt, wo wir Fragen über Ausrüstung, Impfungen, etc. besprechen und uns vor der Abreise kennen lernen.

In Kürze (das Wichtigste aus den AGB's)

Die vollständige Version wird mit der Anmeldebestätigung verschickt und ist unter www.wl-reisen.ch ersichtlich.

Anmeldung: Anmeldung mit dem angehängten Talon oder unter www.wl-reisen.ch. Die Anmeldung ist nur schriftlich gültig und ist definitiv - auch vor dem ersten Zahlungseingang.

Bezahlung: Nach dem Eingang Ihrer Anmeldung erhalten Sie eine schriftliche Bestätigung mit der Bitte um Anzahlung von 1800 Franken. Restzahlung bis 6 Wochen vor Abreise auf das angegebene Konto.

Versicherungen: JedeR TeilnehmerIN hat für einen genügenden Versicherungsschutz selbst zu sorgen. Eine kombinierte Reise- + Annullationsversicherung ist obligatorisch und muss innert 8 Tagen ab Buchungsbestätigung abgeschlossen werden. Prüfen Sie auch die Deckung Ihrer Diebstahl-, Kranken- und Unfallversicherung inklusive Rettungs- und Bergungskosten aus dem Ausland. Letztere sind in Assistance-Versicherungen enthalten. Bei Fragen helfen wir gerne.

Annulation: Eine Annulation Ihrerseits hat schriftlich zu erfolgen und wird in jedem Fall mit einer Gebühr von 150.- Franken pro Person verrechnet. Bei Abmeldung ab 180 Tagen vor Abreise werden zusätzlich folgende Annullierungskosten in Prozenten des Arrangementpreises belastet: 180-121 Tage 40 %, 120-61 Tage 60 %, 60-5 Tage 80 %, 4-0 Tage 100 %.

Umbuchung: Jede nachträgliche Änderung einer bestätigten Buchung wird mit folgenden Gebühren belastet: 50 Franken pro Person plus evt. zusätzliche Spesen.

Programm-/Preisänderungen/Haftung:

Programmänderungen* bleiben vorbehalten und werden vom Kunden ausdrücklich anerkannt. (*Siehe Haftungsausschluss in AGB.) Allfällige Mehrkosten gehen in diesen Fällen zu Lasten des Kunden, sind aber in Fällen wie z.B. Transportausfall (ausser Konkurs), höhere Gewalt, etc. meist durch die obligatorische Reiseversicherung gedeckt. Bei starken Tarif- oder Kursschwankungen können die Preise angepasst werden. Übersteigt der Preisunterschied 10 % vom Arrangement, kann der Kunde vom Vertrag zurücktreten und der einbezahlte Betrag wird voll zurückerstattet. Weitere Forderungen sind ausgeschlossen.

Absage: Die Absage der Reise bei Nichterreichen der Gruppengrösse erfolgt bis 30 Tage vor Abreise. In Fällen höherer Gewalt kann die Reise auch kurzfristig abgesagt werden.



ANMELDUNG TREKKINGREISE ASIEN

Bequemer über Internet anmelden!

Bitte pro Person 1 Talon ausfüllen

Reisename

Datum

Preis

Name (wie Pass)

Vorname (wie Pass)

Strasse

PLZ/Ort

Tel-Priv.

Gesch.

e-mail

Geburtsdatum

Geburtsort

Beruf

Nationalität

Pass-Nr.

Ausstell-Datum

Gültig bis

Ausgestellt in

Ihr Reisepass muss mindestens 6 Monate über das Rückreisedatum gültig sein!

Versicherung obligatorisch!

Ich habe keine Reiseversicherung und besorge die obligatorische Annullations-+ Assistanceversicherung (weltweit) **innert 8 Tagen** + schicke Kopie mit Laufzeit und Deckungsumfang. Bei Fragen geben wir gerne Auskunft oder empfehlen www.elvia.ch / 044-283 32 22.

Ich habe die obligatorische Annullations- und Assistance-Reiseversicherung (weltweit), die ab Buchungsdatum läuft und schicke Kopie mit Laufzeit und Deckungsumfang.

Ich wünsche folgende Buchung

- Doppelzimmer/-zelt
- Einzelzimmer/-zelt (falls verfügbar, gegen Aufpreis)
- vegetarisches Essen

Mit meiner Unterschrift anerkenne ich die Allgemeinen Vertrags- und Reisebedingungen (AGB)

Ort u. Datum

Unterschrift
