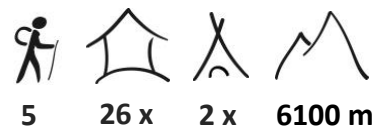




Abwechslungsreicher Kangchendzönga mit 6000er

mit lokaler englischsprechender Reiseleitung



Anspruchsvolles Trekking im einsamen Osten Nepals
mit Besteigung des Nebengipfels des Dromo Ri (6100 Meter)

12. Oktober – 10. November 2024



Ideale Reisezeit



Höhepunkte

- Sehr abwechslungsreiches Trekking
- Kangchendzönga, mit 8586 Metern der dritthöchste Gipfel der Welt
- Wenig begangene Route im unbekanntem Osten Nepals
- Möglichkeit zur Besteigung des 6100 Meter hohen Dromo Ri
- Spannende Rundtour zur Nord- und Südseite des Kangchendzönga

Dieses lange und anspruchsvolle Trekking zum Kangchendzönga ist etwas Besonderes. Der Berg mit dem 8586 Meter hohen Gipfel ist der dritthöchste der Erde und wurde viel weniger häufig bestiegen als die meisten anderen 8000er. Auch die Trekkingtour wird wegen der Abgeschlossenheit der Region und der komplizierten Logistik nur wenig begangen. Dies ist eine spannende Reise für alle, welche abseits der Touristenrouten in Nepal unterwegs sein möchten.

Unsere Route führt uns vorbei an kleinen Dörfern verschiedenster Volksgruppen. Es leben hier Sherpas, Limbus, Rais, Gurungs, verschiedene tibetischstämmige Gruppen und viele andere soziokulturelle Gemeinschaften mehr.

Landschaftlich ist das Trekking aussergewöhnlich abwechslungsreich mit Rhododendron-Wäldern, Reisterrassen und den unzähligen Schnee- und Eisgipfeln, um nur einen Teil der landschaftlichen Vielfalt zu nennen. Bei diesem Trekking kommen wir tief in die phantastische Bergwelt hinein und werden Anblicke haben, welche sonst nur Expeditionsbergsteigern vorbehalten bleiben. Wer Lust hat, kann den 6100 Meter hohen Nebengipfel des Dromo Ri besteigen. Diese Besteigung ist optional und kann auch ausgelassen werden.



Inhalt

Reiseroute und Höhenprofil	3
Reiseprogramm	4
Reiseleitung, Anforderungen, Unterkünfte und Mahlzeiten	11
Ausrüstung und Sicherheitsausrüstung	13
Klima und Wetter	14
Inbegriffene und nicht inbegriffene Leistungen	15
Gruppengrösse und Kosten	16

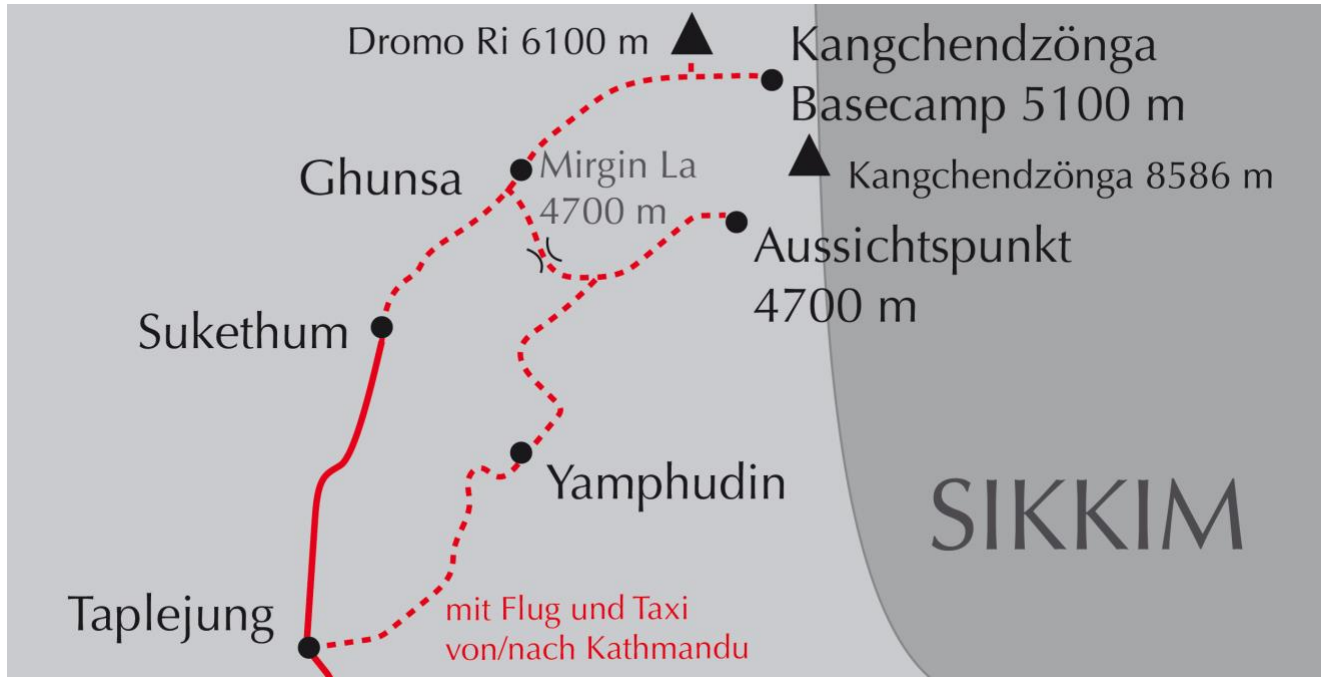
Weitere Infos

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

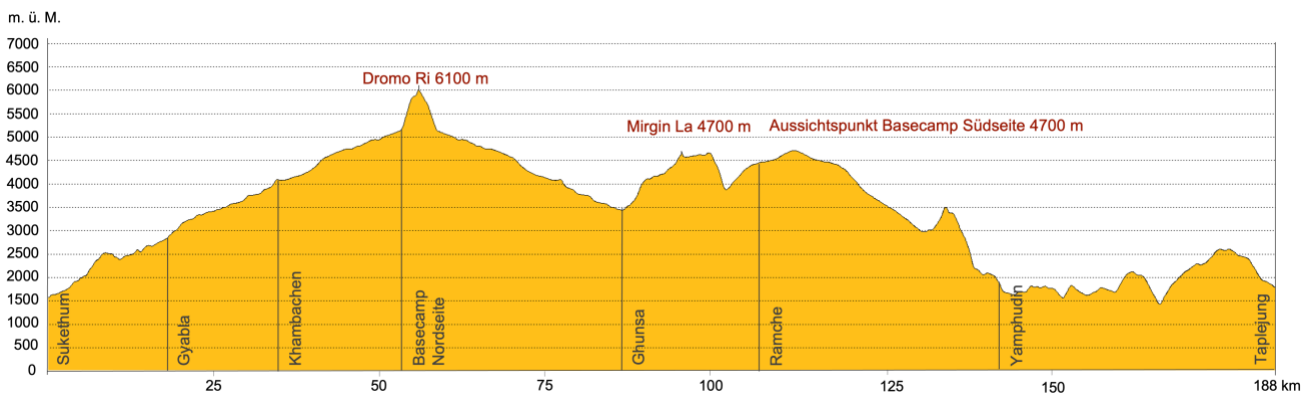


Reiseroute und Höhenprofil

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	188 km	Tage mit 0 – 400 Höhenmetern Aufstieg	3
Total Höhenmeter Aufstieg	10050 m	Tage mit 401 – 800 Höhenmetern Aufstieg	13
Total Höhenmeter Abstieg	9800 m	Tage mit 801 – 1200 Höhenmetern Aufstieg	1
		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 **Flug nach Bhadrapur und Fahrt nach Phidim**

Ein 45-minütiger Flug bringt uns nach Bhadrapur im Osten von Nepal. Dieser Ort liegt auf subtropischen 90 Meter über Meer nahe der Grenze zu Indien. Wir fahren weiter Richtung Norden in den Himalaya hinein. In dieser Region wird unter anderem Tee angebaut. Unser heutiges Ziel ist Phidim, ein Städtchen auf gut 1000 Meter.

Übernachtung im Gasthaus in Phidim (1040 Meter). (F,M,A)

Flugzeit ¾ h, Fahrzeit 5 – 6 h



5. Tag **Abwechslungsreiche Weiterfahrt**

Heute fahren wir dem Tamur Khola (Khola bedeutet Fluss) entlang durch eine nahezu subtropische Landschaft mit Reis- und Hirsefeldern weiter bis zum Dorf Sukethum, ein Dorf mit mehrheitlich tibetischer Bevölkerung. Bei guter Sicht sehen wir von hier weg den imposanten Gipfel Jannu (7710 Meter).

Übernachtung in Lodge in Sukethum (1600 Meter). (F,M,A)

Fahrzeit 8 h

6. Tag **Trekkingstart**

Heute starten wir unser Trekking. Durch schöne Wälder mit Kiefern, Kastanien und Eichen steigen wir immer höher. Der Weg ist spannend, stellenweise ausgesetzt und nach fast 900 Höhenmetern Aufstieg erreichen wir das tibetische Dorf Amjilosa.

Übernachtung in Lodge in Amjilosa (2400 Meter). (F,M,A)

Trekking 5 – 6 h, Aufstieg 800 m, Abstieg 0 m, Gehdistanz 8 km

7. Tag **Kurzer Tag nach Gyabla**

Der heutige Tag ist nicht allzu lang. Wir kommen den Bergen immer näher und steigen hoch durch Bambus- und Rhododendronwälder, vorbei an Weiden und kleineren und grösseren Wasserfällen. Unser heutiges Ziel ist Gyabla. Dieser Ort wird von Sherpas bewohnt und wird je nach Dialekt auch Chapla oder Kyapra genannt.

Übernachtung in Lodge in Gyabla (2750 Meter). (F,M,A)

Trekking 4 – 4 ½ h, Aufstieg 550 m, Abstieg 200 m, Gehdistanz 7.5 km

8. Tag **Chörten und Gebetsfahnen**

Die Gegend wird immer mehr tibetisch geprägt und an vielen Orten sehen wir Chörten (im Uhrzeigersinn umgehen) und Gebetsfahnen, welche zeitlos im Wind flattern. Im Dorf Phole auf 3200 Metern werden vor allem Kartoffeln angebaut und die Bewohner züchten Yaks. Hier gibt es ein kleines Kloster mit alten Statuen und Thangkas, welche aus Tibet stammen sollen.

Am Nachmittag erreichen wir Ghunsa. Der Name bedeutet übersetzt soviel wie «Winterdorf». Dies ist eines der grössten Dörfer in der Gegend und die meisten Häuser werden ganzjährig bewohnt. Auf vielen Hausdächern wehen buddhistische Gebetsfahnen im Wind.

Übernachtung in Lodge in Ghunsa (3500 Meter). (F,M,A)

Trekking 6 – 7 h, Aufstieg 800 m, Abstieg 50 m, Gehdistanz 10.5 km

9. Tag **Ruhetag in Ghunsa**

Wir sind hier bereits auf einer Höhe von ungefähr 3500 Metern. So nutzen wir den heutigen Tag, um uns an die «dünne Luft» zu gewöhnen. Wir verbringen eine gemütliche Zeit in diesem Dorf und haben die Gelegenheit für einen gründlichen Washtag. Wer Lust hat, kann auch Richtung Lapsang La hochsteigen und so zum ersten Mal die Grenze von 4000 Metern überschreiten.

Übernachtung in Lodge in Ghunsa (3500 Meter). (F,M,A)

10. Tag **Auf 4000 Meter**

Nach dem gestrigen Ruhetag laufen wir heute gemächlich ansteigend nach Rambuk Kharka (3720 Meter). Die Gegend wird mit zunehmender Höhe immer karger. Bei guter Sicht sehen wir die Himalaya-Riesen Kabru (7340 Meter) und Jannu (7710 Meter). Über steile Geröllhänge laufen wir zur Alp Khambachen, wo wir in einer einfachen Lodge übernachten.

Übernachtung in Lodge in Khambachen (4100 Meter). (F,M,A)

Trekking 5 – 6 h, Aufstieg 650 m, Abstieg 50 m, Gehdistanz 11 km



11. Tag Akklimatisation in Khambachen

Da wir gestern recht gestiegen sind und auch morgen weiter hochsteigen, empfiehlt sich noch einmal ein Ruhetag. Wir sollten die Höhe nicht unterschätzen. Von Khambachen her haben wir schöne Ausblicke auf über 6000 Meter hohe Gipfel. Wer Lust hat, kann auf den Grat nördlich des Dorfes steigen und hat von dort einen schönen Blick auf weitere Gipfel. Vielleicht haben wir auch Glück und sehen in der Umgebung einige Blauschafe, welche in den Abhängen weiden.

Übernachtung in Lodge in Khambachen (4100 Meter). (F,M,A)

12. Tag Ein erster Blick auf den Kangchendzönga

Wir steigen auf zu den Weiden von Ramtang, von wo uns sich ein erstes Mal der Blick zum 8586 Meter hohen Kangchendzönga eröffnet. Dieser schwierig auszusprechende Name bedeutet übersetzt «die fünf Schatzkammern des grossen Schnees». Unter den Bergsteigern wird der Gipfel der Einfachheit halber häufig nur Kantsch genannt. Erstmals bestiegen wurde der Kantsch im Jahr 1955 von den Briten George Band und Joe Brown. Da es für die Einheimischen ein sehr heiliger Berg ist, haben die beiden Bergsteiger einige Schritte vor dem eigentlichen Gipfel Halt gemacht, um so die Ruhe der Berggötter nicht zu stören.

Ganz so hoch wollen wir heute aber nicht hinaus, unser Tagesziel liegt aber auch bereits auf über 4700 Metern.

Übernachtung in Lodge in Lhonak (4800 Meter). (F,M,A)

Trekking 4 – 5 h, Aufstieg 700 m, Abstieg 50 m, Gehdistanz 9.5 km

13. Tag Hochalpine Landschaft im Basislager

Die Gegend wird nun hochalpin und wir laufen über Gletscher und Moränen nach Pangpema. Dieser Ort ist das Basislager für Besteiger des Kangchendzönga. Das Bergpanorama ist schlichtweg grandios mit etlichen 7000ern und dem Kantsch als Höhepunkt. In dieser Gegend sollen einige Schneeleoparden wohnen, aber die Chance auf eine Sichtung ist doch sehr klein. Da es im Basislager momentan keine vernünftige Übernachtungsmöglichkeit gibt, haben wir extra für diese und die Nacht in Sele La unsere Zeltausrüstung mit dabei und übernachten im Zelt.

Übernachtung im Zelt im Basislager (5100 Meter). (F,M,A)

Trekking 4 – 5 h, Aufstieg 350 m, Abstieg 50 m, Gehdistanz 7 km

14. Tag Optionale Besteigung des über 6000 Meter hohen Dromo Ri

Wer Lust hat kann heute den 6100 Meter hohen Nebengipfel des Dromo Ri besteigen. Je nach dem kann der Gipfel mit normaler Trekkingausrüstung bestiegen werden. Falls Schnee liegt, dann braucht es evtl. Besteigung Eispickel und Steigeisen. Auf dem Gipfel oben fühlen wir uns dem Himmel unendlich nah und geniessen die im wahrsten Sinne atemberaubende Aussicht. Danach steigen wir ab ins Basislager und gleich noch ein Stück weiter ins tiefergelegene Lhonak.

Wer den Gipfel nicht besteigen will, kann gemütlich ausschlafen und danach nach Lhonak absteigen.

Übernachtung in Lodge in Lhonak (4800 Meter). (F,M,A)

Gipfelbesteigung und Trekking 10 – 11 h, Aufstieg 1000 m, Abstieg 1300 m, Gehdistanz 13 km

15. Tag In tiefere Gefilde

Auf bereits bekanntem Weg laufen wir nach Ghunsa zurück. Nach einem anstrengenden Tag werden wir in der tieferen Lage von Ghunsa bestimmt herrlich schlafen.

Übernachtung in Lodge in Ghunsa (3500 Meter). (F,M,A)

Trekking 7 – 9 h, Aufstieg 50 m, Abstieg 1350 m, Gehdistanz 20 km



16. Tag **Wieder aufwärts**

Heute steigen wir mehrheitlich hoch. Wir verlassen die bekannte Route und laufen Richtung des Passes Sele La. In der Umgebung vom Sele La werden wir unser heutiges Nachtlager errichten.

Übernachtung im Zelt in Sele La (4100 Meter). (F,M,A)

Trekking 5 h, Aufstieg 600 m, Abstieg 0 m, Gehdistanz 4.5 km

17. Tag **Über drei Pässe**

Gut akklimatisiert wollen wir heute drei Pässe überqueren. Der erste ist der Sele La, dann überqueren wir den Mirgin La und zu guter Letzt noch den Sinelapche La. Alle Pässe sind zwischen 4500 und 4700 Metern hoch. Nach einem spannenden Trekkingtag erreichen wir am Nachmittag Tseram.

Übernachtung in Lodge in Tseram (3800 Meter). (F,M,A)

Trekking 7 – 8 h, Aufstieg 650 m, Abstieg 950 m, Gehdistanz 12.5 km

18. Tag **Alpen und Yakherden**

Der Weg führt uns von Tseram her talaufwärts. Wir haben einen schönen Blick auf die Gipfel von Rathong (6680 Meter) und Kabru Dome (6700 Meter). Wir laufen über idyllische Alpweiden nach Lapsang und weiter nach Ramche. In dieser Gegend werden vielfach grosse Yakherden geweidet.

Übernachtung in Lodge in Ramche (4400 Meter). (F,M,A)

Trekking 3 – 4 h, Aufstieg 600 m, Abstieg 0 m, Gehdistanz 7 km

19. Tag **Phantastisches Bergpanorama**

Heute wandern wir dem Yalung Gletscher entlang und erreichen nach ungefähr zwei Stunden Oktang. Dies ist ein wunderschöner Aussichtspunkt auf über 4700 Metern und wir geniessen das phantastische Bergpanorama mit dem Hauptgipfel des Kantsch, dem Yalung Kang sowie den 6000 und 7000ern Jannu, Kabru, Rathong und Kokthang. Wir stehen hier in einem Amphitheater aus Eisgipfeln und können uns fast nicht sattsehen an dieser grandiosen Bergwelt. Wir laufen irgendwann dann aber doch zurück nach Ramche und steigen ab nach Tseram.

Übernachtung in Lodge in Tseram (3800 Meter). (F,M,A)

Trekking 6 – 7 h, Aufstieg 300 m, Abstieg 900 m, Gehdistanz 14 km

20. Tag **Gemütliche Etappe**

Heute haben wir eine gemütliche und nicht allzu lange Etappe vor uns. So werden wir am Nachmittag Zeit für eine ausgedehnte Wäsche haben. Wir steigen im Tal des Simbuwa Khola ab bis nach Tortong.

Übernachtung in Lodge in Tortong (3000 Meter). (F,M,A)

Trekking 4 h, Aufstieg 0 m, Abstieg 800 m, Gehdistanz 8.5 km

21. Tag **In die grüne und üppige Vegetation**

Den Tag starten wir mit dem Aufstieg auf den Pass Lasiya Bhanjyang (oder Lamite Bhanjyang). Dieser Pass mit 3310 Metern Höhe kann uns nicht mehr wirklich fordern. Ein langer Abstieg bringt uns hinunter nach Yamphudin. Dieses schöne Dorf wird von Sherpas, Rais, Limbus und Gurungs bewohnt.

Nach Tagen der hochalpinen Umgebung wird die Vegetation wieder auffällig üppiger und grüner. Hier werden wir je nach Fortschritt des Frühlings blühende Rhododendren sehen. Oftmals sind ganze Hänge mit dem rot, rosa oder weiss blühenden Rhododendron überwachsen. Ein fast magischer Anblick.

Übernachtung in Lodge in Yamphudin (1900 Meter). (F,M,A)

Trekking 6 – 7 h, Aufstieg 550 m, Abstieg 1650 m, Gehdistanz 12 km



22. Tag **Nach Phumphe Danda**

Die heutige Etappe bringt uns entlang des Flusses Kabeli Khola, vorbei an kleinen Dörfern und über kleine Anhöhen nach Phumphe Danda, wo wir übernachten werden.

Übernachtung in Lodge in Phumphe Danda (1850 Meter). (F,M,A)

Trekking 5 – 6 h, Aufstieg 600 m, Abstieg 650 m, Gehdistanz 11.5 km

23. Tag **Kleine Dörfer**

Der Weg führt vorbei an kleinen Dörfern und Terrassenfeldern. Hier werden wir einen schönen Einblick ins Landleben in Nepal haben. Es ist eindrücklich, mit was für einfachen Mitteln die Leute hier ihre Arbeiten ausführen und ihr Überleben sichern.

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

Trekking 5 – 6 h, Aufstieg 600 m, Abstieg 300 m, Gehdistanz 10 km

24. Tag **Zur Alp Lalikharka**

Das Gebiet hier ist relativ dicht besiedelt. Schön ist das Dorf Tembewa mit seinen strohgedeckten Lehmhäusern. Unser Ziel ist die Alp Lalikharka, welche wir nach 4 – 5 Stunden erreichen werden. Diese und die letzte Etappe morgen sind nicht allzu lang. Dies gibt uns Sicherheit, falls es unterwegs (bspw. wegen des Wetters etc.) zu Verzögerungen im Programm kommt.

Übernachtung in Lodge in Lalikharka (2250 Meter). (F,M,A)

Trekking 4 – 5 h, Aufstieg 800 m, Abstieg 700 m, Gehdistanz 9 km

25. Tag **Letzter Trekkingtag**

Vom Camp her steigen wir auf nach Deorali. Fast schon ein bisschen wehmütig nehmen wir die letzte Etappe in Angriff. Über einen Bergrücken laufen wir abwärts nach Suketar und schlussendlich nach Taplejung. Hier schliesst sich unser Kreis und wir erinnern uns an die gemeinsamen letzten Wochen, welche uns nahe Einblicke in die nepalesischen Lebensrealitäten und phantastische Ausblicke auf die Himalaya-Riesen ermöglicht haben.

Mit unseren nepalesischen Begleitern sind wir zu einer «Familie zusammengewachsen» und heute Abend feiern wir gemeinsam das gute Gelingen dieses aussergewöhnlichen Trekkings.

Übernachtung in Lodge in Taplejung (1850 Meter). (F,M,A)

Trekking 3 – 4 h, Aufstieg 450 m, Abstieg 850 m, Gehdistanz 12.5 km

26. Tag **Fahrt nach Ilam**

Eine spannende Fahrt bringt uns heute nach Ilam. Für die knapp 140 Kilometer rechnen wir bei guten Verhältnissen mit 6 – 7 Stunden Fahrzeit. Die Region Ilam wird immer wieder von Naturforschern besucht. Es gibt hier viele seltene Vogelarten und wenig bekannte Nager und Säugetiere; auch den Kleinen Panda findet man in den Wäldern.

In Ilam werden wir in einem sehr einfachen Hotel wohnen, wo wir uns auf eine (hoffentlich) warme Dusche freuen. Hier können wir sicher auch den lokalen Ilam Tee probieren oder vielleicht haben wir mehr Lust auf ein kühles Bier.

Übernachtung im Hotel in Ilam (1500 Meter). (F,M,A)

Fahrzeit 6 – 7 h



27. Tag Teeplantagen

Ilam ist das nepalesische Pendant zu Darjeeling. Nepals berühmtester und bester Tee kommt aus den Plantagen der Umgebung hier. Am Vormittag besuchen wir eine der Plantagen und haben so einen Einblick in die aufwendige Arbeit der Teeplücker.

Anschliessend fahren wir nach Bhadrapur. Dieser Ort liegt im Flachland von Nepal auf einer Meereshöhe von nur knapp 100 Metern und es kann dementsprechend warm bis heiss sein hier. Dies ist aber vielleicht gar nicht so unerwünscht, nachdem wir am Dromo Ri sicherlich deutlich kühlere Temperaturen hatten.

Übernachtung im Hotel in Bhadrapur (100 Meter). (F,M,A)

Fahrzeit 4 h

28. Tag Zurück nach Kathmandu

Heute fliegen wir zurück nach Kathmandu. Hier geniessen wir die wieder komfortableren Unterkünfte nach den letzten Wochen im Zelt oder den sehr einfachen Gasthäusern oder Lodges. Den Rest des Tages haben wir zur freien Verfügung.

Hinweis: Die zwei Tage in Kathmandu sind auch Reservetage, falls es während des Trekkings oder bei den Flügen von/nach Bhadrapur zu Verzögerungen kommen sollte. Diese Flüge finden nur bei guter Sicht statt.

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

Flugzeit ¾ h

29. 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, welcher von mehreren Tempeln und Klöstern umgeben ist. 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 zum Stupa hoch säumen und auf Futter von den Besuchern hoffen (oder dieses listig ergattern). Oben angekommen, hat man eine herrliche Sicht auf Kathmandu. Swayambunath ist mit 2000 Jahren eines der ältesten Heiligtümer des Tales.

Den Rest des Tages haben wir 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.

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 1 h

30. 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

Diese Reise führt uns in den selten besuchten Osten von Nepal. Das lange und anspruchsvolle Trekking bringt uns zu einsamen Dörfern und mitten in die 7000er und 8000er des Kangchendzönga-Massivs. Diese Reise eignet sich für alle, welche abseits der Touristenrouten das «wahre Nepal» entdecken möchten. Die Besteigung eines Nebengipfels des Dromo Ri (6100 m) ist optional und kann auch ausgelassen werden.

Anforderungen

- Anspruchsvolles Trekking (T3 – T4), sehr gute Kondition, 12 Tagesetappen von 3 – 6 Stunden, 5 Tagesetappen von 6 – 9 Stunden, optionale Besteigung des Dromo Ri von 10 – 11 Stunden.
 - Schwindelfreiheit und Trittsicherheit.
 - Der Gipfel gilt als technisch wenig schwierig. Falls kein Schnee liegt, dann ist dies ein Trekkinggipfel. Bei Schnee werden evtl. Steigeisen, Pickel und Klettergurt benötigt.
 - Langes Trekking in eine einsame Gegend, Flexibilität wird von den Teilnehmern erwartet.
 - Das Hauptgepäck wird während des Trekkings transportiert, den Tagesrucksack tragen wir selbst.
 - Überlandfahrten von 5 – 8 Stunden.
-

Unterkünfte

Im Kathmandu-Tal übernachten wir in guten bis sehr guten Mittelklassehotels. WC und Dusche sind im Zimmer. Bei der Anreise in die Kangchdenzönga-Region übernachten wir in Phidim, Ilam und Bhadrapur in einem sehr einfachen Gasthaus oder in einer sehr einfachen Lodge.

Lodgeübernachtung während des Trekkings

Auf dem Trekking übernachten wir in Lodges. Diese wurden erst vor kurzem erstellt, sind mehrheitlich einfach oder sehr einfach und bieten kaum Komfort verglichen mit Lodges in Regionen wie Everest, Annapurna, etc. Das WC ist in der Regel eine Gemeinschaftstoilette, selten als «attached bathroom» im Zimmer. Duschen ist in einigen Lodges gegen eine zusätzliche Gebühr möglich oder es kann gegen Gebühr ein Kessel warmes Wasser zum Waschen bestellt werden.

Zeltübernachtung während des Trekkings

Auf dem Trekking übernachten wir während zwei Nächten im Zelt, da es da keine andere adäquate Übernachtungsmöglichkeit gibt. Falls in Zukunft dort Lodges erstellt werden, dann werden wir dort auch in einer Lodge übernachten. Für die Zeltübernachtungen brauchen wir Kuppelzelte von Jack Wolfskin mit zwei seitlichen Eingängen. Gepäck kann im Vorzelt oder auch im Inneren des Zelt untergebracht werden. Wir haben die meisten erhältlichen Modelle getestet und das ausgewählte Modell ist der beste Kompromiss in punkto Komfort, Windstabilität und Einfachheit im Aufbau.



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 wird entweder frisch am Rastplatz zubereitet oder als kalter Lunch mitgenommen. Unter Umständen wird auch eine am Morgen zubereitete, warme Mahlzeit in Thermosgefässen mitgeführt oder es gibt eine Lodge am Weg, wo wir die Mahlzeit einnehmen. 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 im Zelt bringen Sie Ihren eigenen Schlafsack und eine Schlafmatte mit. Für die Gipfelbesteigung bringen Sie zusätzlich noch Ihre eigene Bergausrüstung (Klettergurt, Pickel, Steigeisen, 2 Schraubkarabiner, 1 Bandschlinge zur Selbstsicherung und Helm) mit. Wir haben vor Ort einige Sets an Bergausrüstung im Lager, welche gemietet werden können. Es hat, solange der Vorrat reicht. Mehr Infos zum Mieten der Bergausrüstung finden Sie auf unserer Website: www.himalayatours.ch/bergausruestung

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, dies ohne die Bergausrüstung (Klettergurt, Pickel, Steigeisen, Helm). Die Bergausrüstung wird zusätzlich transportiert und fällt nicht unter die Gewichtslimite. 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

Zelten im Himalaya ist ein einmaliges Erlebnis, aber 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. 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
- Satellitentelefon

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

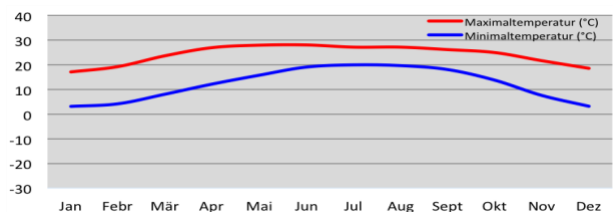
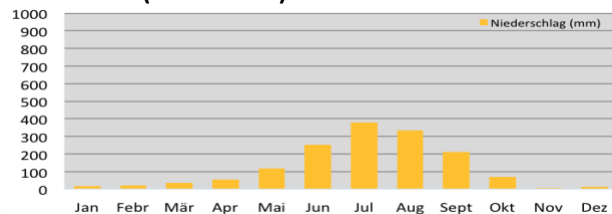
Oktober/November ist eine ideale Reisezeit mit vielfach stabilem und klarem Wetter. Es ist tagsüber häufig warm, in tieferliegenden Regionen vielleicht sogar heiss. In der Höhe oder in der Nacht kann es auch kühl oder kalt werden mit Temperaturen unter null Grad. Bei Wetterumstürzen kann es im Hochgebirge zu jeder Jahreszeit schneien. Oktober ist die touristische Hochsaison, aber dieses Trekking wird nur sehr wenig begangen.

Klimaverschiebungen

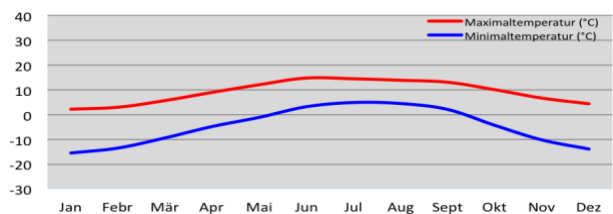
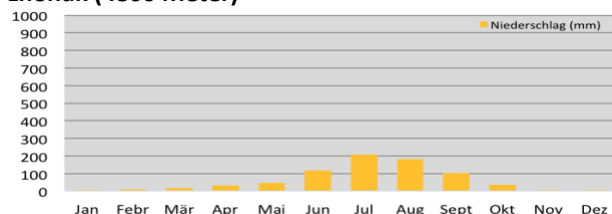
Wichtiger Hinweis: Seit einigen Jahren gibt es weltweit zunehmend Klimaverschiebungen mit häufig sehr ungewöhnlichen Wetterlagen, welche weit von den Statistiken abweichen können. Es kann auch in der «guten» Jahreszeit tagelang regnen oder sogar mal schneien, Wege können schlammig und Pässe unpassierbar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

Klimadiagramme

Kathmandu (1300 Meter)



Lhonak (4800 Meter)





Inbegriffene und nicht inbegriffene Leistungen

Leistungen inbegriffen

- Flüge Zürich-Kathmandu retour in Economy-Klasse
 - Flüge Kathmandu-Bhadrapur retour
 - Flughafentaxen und Treibstoffzuschlag
 - Alle Überlandfahrten und Transfers
 - 6 Übernachtungen im Hotel oder Gasthaus im Doppelzimmer
 - 20 Übernachtungen in Lodge im Doppelzimmer während des Trekkings
 - 2 Übernachtungen im Doppelzelt während des Trekkings
 - Vollpension während der ganzen Reise, in Kathmandu nur Frühstück
 - Trinkwasser, Tee, Kaffee während dem Essen bei Zeltübernachtungen
 - Eintrittsgebühren für Besichtigungen laut Programm
 - Spezialgebühren und Gipfelpermit
 - Komfortable Schlafzelte, Ess-, Koch- und WC-Zelt, Klapptische und -stühle, Kochutensilien und Geschirr
 - Lokale englischsprechende Reiseleitung plus Begleitmannschaft während des Trekkings
-

Für unsere Sicherheit inbegriffen

- Umfangreiche Notfallapotheke
 - Pulsoxymeter zur Sauerstoffmessung im Blut
 - Sauerstoff-Flasche
 - Wasserfilter von Katadyn
 - Satellitentelefon
 - 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 180 – 270 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	5840
plus Flug Zürich-Kathmandu retour	ab CHF	750
Total pro Person bei 6 bis 10 Teilnehmern	ab CHF	6590

Zuschlag Kleingruppe

pro Person bei 3 bis 5 Teilnehmern	CHF	300
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 und -zelt

Es ist möglich, gegen einen Zuschlag ein Einzelzimmer und -zelt zu buchen. **CHF 450**

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 und -zelt wünschen, aber kein gleichgeschlechtlicher Zimmerpartner gefunden werden kann, erhalten Sie ein Einzelzimmer und -zelt. 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 eindrückliche und erlebnisreiche Reise wünschen
Thomas und Martina Zwahlen
und das Team von Himalaya Tours