HIMALAYA TOURS

Privatreise

Neue Wege durch Mustang

mit lokaler englischsprechender Reiseleitung

3-4 | 12 x | 8 x | 4780 m

Trekking abseits der Hauptrouten im ehemaligen Königreich

Ideale Reisezeit März – Mitte Mai und Mitte September - November

Ideale Reisezeit

Jan	Feb	Mär	Apr	Mai	Jun	Jul	Aug	Sep	Okt	Nov	Dez

Höhepunkte

- **Spannende Fahrt entlang der alten Salzkarawanenroute**
- **Aufenthalt in der Königsstadt Lo Manthang**
- **10-tägiges Zelttrekking über einsame Pässe**
- **Besuch vom «neuen» und «alten» Sam Dzong**
- **Panoramawege mit Blick auf Annapurna, Dhaulagiri und Nilgiri**

Das verbotene Königreich Mustang in Nepal war lange Zeit Wunschziel vieler Himalaya-Reisender. Ein faszinierendes Wüstenhochland mit vielen verborgenen Kunstschätzen und einmaligen Naturlandschaften erwartet uns. Die Reise führt uns per Jeep auf der legendären Salzroute in die Hauptstadt Lo Manthang, welche von einer mittelalterlichen Stadtmauer umgeben ist.
Nach unserem Aufenthalt in der Königsstadt Lo Manthang verlassen wir die Zivilisation und starten unser Trekking auf einer kaum begangenen Route östlich der Kali Gandaki-Schlucht über einige über 4000 Meter hohe Pässe. Diese Region wurde bisher kaum von Trekkern besucht. Nach einsamen Tagen auf wenig begangenen Wegen kommen wir zum mystischen Höhlenkloster von Luri. Auf dem Weiterweg zum Pilgerort Muktinath wandern wir auf einer Panoramaroute mit phantastischen Ausblicken auf die 8000er Annapurna und Dhaulagiri.
Unser Tipp: Dieses Trekking ist für all diejenigen, welche abseits der Hauptroute in Mustang unterwegs sein möchten.

Inhalt

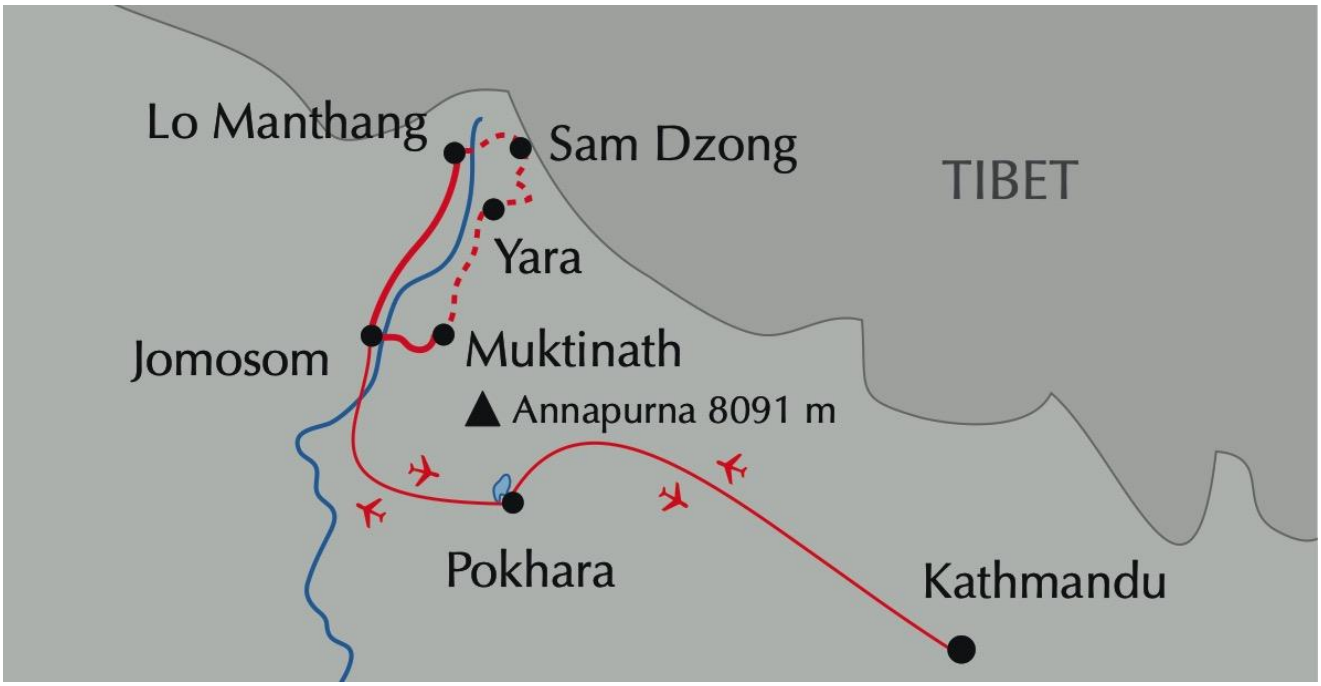
Reiseroute und Höhenprofil 3
Reiseprogramm 4
Reiseleitung, Anforderungen, Unterkünfte und Mahlzeiten 10
Ausrüstung und Sicherheitsausrüstung 12
Klima und Wetter 13
Inbegriffene und nicht inbegriffene Leistungen 14
Gruppengrösse und Kosten 15
Optionale Leistungen und Hotelupgrades 16

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	112.5 km	Tage mit	0 – 400	Höhenmetern Aufstieg	3
Total Höhenmeter Aufstieg	5750 m	Tage mit	401 – 800	Höhenmetern Aufstieg	6
Total Höhenmeter Abstieg	5750 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.
(Ohne Reiseleitung)

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
(Flughafentransfer in Kathmandu begleitet, Reiseleitung am Nachmittag für Bummel durch Kathmandu)

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
(Reiseleitung während des ganzen Tages)

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 die letzten Besorgungen fürs Trekking zu erledigen. Preiswert sind zum Beispiel Daunenjacken und andere Ausrüstungsgegenstände.
Übernachtung im Hotel in Pokhara (820 Meter). (F)
Flugzeit ½ h
(Reiseleitung bis zum Hotel in Pokhara, nachmittags ohne Reiseleitung)

5. Tag Flug zwischen Annapurna und Dhaulagiri

Spektakulärer Flug durch die tiefste Schlucht der Welt zwischen den Achttausendern Annapurna und Dhaulagiri nach Jomosom. Hier treffen wir auf unsere Begleitmannschaft und wandern bis zum Dorf Kagbeni, dem Tor nach Mustang. An diesem Tag verläuft ein Teil des Weges flach und teilweise auf einer Jeep-Piste. Dieser einfache Weg ist für eine problemlose Akklimatisation ideal. Wir machen einen Abstecher in ein Seitental nach Lupra. Hier steht eines der wenigen Bön-Klöster im Himalaya. Bön ist eine alte Religion, welche vor dem Buddhismus im Himalaya praktiziert wurde. Auf dem Weg sollten wir nach Fossilien Ausschau halten, in diesem Seitental findet man diese häufig im Bachbett.
Hinweis: Auf dieser Strecke kann nur bei guten Wetterverhältnissen geflogen werden. Sollten die Verhältnisse einen Flug nicht zulassen, dann fahren wir unter Umständen auf der Strasse von Pokhara nach Jomosom. Dies ist eine lange, anstrengende Fahrt von 10 – 12 Stunden.
Übernachtung in Lodge in Kagbeni (2800 Meter). (F,M,A)
Flugzeit ½ h, Trekking 3 – 4 h, Aufstieg 500 m, Abstieg 450 m, Gehdistanz 14.5 km
(Reiseleitung während des ganzen Tages)

---

6. Tag Ins Königreich Mustang

Heute fahren wir ins sogenannte «Upper Mustang», welches nur mit einer teuren Spezialbewilligung besucht werden darf. Dem Ufer des Kali Gandaki folgend fahren wir auf einst verbotenen Wegen entlang von bizarren Felsformationen, welche an Orgelpfeifen erinnern, bis zum Dorf Ghemi. Wenn wir Lust haben, machen wir einen Spaziergang zur längsten Gebetsmauer von Mustang. Um diese und um die nachfolgende Chörtengruppe ranken sich etliche Legenden.
Übernachtung in Lodge in Ghemi (3520 Meter). (F,M,A)
Fahrzeit 4 – 5 h, Optionale Wanderung 1 – 2 h
(Reiseleitung während des ganzen Tages)

---

7. Tag Alte Höhlen von Dhakmar

Wir machen zuerst einen Abstecher ins Dorf Dhakmar mit seinen imposanten roten Felsen. In schwindelerregender Höhe wurden vor vielen hundert Jahren Höhlensysteme in die Felsen geschlagen. Man vermutet, dass einige der Höhlen den Einwohnern als Rückzugsmöglichkeit gedient haben. Andere Höhlen sollen für rituelle Zwecke gebraucht worden sein oder man hat die Toten darin bestattet. Solche Höhlen werden wir überall in Mustang antreffen. Die meisten sind heute nicht oder nur für gut ausgerüstete Bergsteiger zu erreichen.
Anschliessend fahren wir über einige kleine Pässe nach Lo Manthang. Umgeben von einer mittelalterlichen Festungsmauer liegt diese alte Königsstadt inmitten von Feldern. Die weissen und roten Gebäude leuchten schon von weitem.
Übernachtung in Lodge in Lo Manthang (3800 Meter). (F,M,A)
Fahrzeit 2 – 3 h
(Reiseleitung während des ganzen Tages)

---

8. Tag Hauptstadt Lo Manthang

Am Vormittag besichtigen wir Lo Manthang. In dieser alten Königsstadt mit den engen, verwinkelten Gassen gibt es viel zu entdecken. Unter anderem einige sehenswerte Klöster und den alten Königspalast.
Falls wir am Nachmittag Lust auf Bewegung haben, dann wandern wir auf die zwei Hügel nördlich von Lo Manthang, auf deren Kuppen sich alte Ruinen befinden (Khachö Dzong). Von oben haben wir einen einmaligen Ausblick.
Übernachtung in Lodge in Lo Manthang (3800 Meter). (F,M,A)
Optionale Wanderung 2 h
(Reiseleitung während des ganzen Tages)

9. Tag Nach Sam Dzong

Heute starten wir unser Trekking. Wir überqueren das Flussbett über eine Hängebrücke und wandern Richtung Norden. Bald kommen wir zu einem aussergewöhnlichen Dorf, welches wie eine Reihenhaus-Siedlung aussieht. Es handelt sich um Namashung, welches erst seit 2015 existiert. Das Dorf wurde mit Hilfe vom Schweizer Fotografen Manuel Bauer errichtet. Hierhin ist ein Grossteil der Bewohner vom Dorf Sam Dzong umgesiedelt, da wegen des Abschmelzens der Gletscher ihr Heimatdorf nicht mehr bewohnt werden kann. Es fehlt das Wasser, um die Felder zu bewässern, wie auch in anderen Himalaya-Regionen. Weiter geht es über den Pass Sam Dzong La (4050 Meter) bis zum «alten» Sam Dzong, welches unweit der tibetischen Grenze liegt.
Übernachtung im Zelt in Sam Dzong (4000 Meter). (F,M,A)
Trekking 5 h, Aufstieg 450 m, Abstieg 250 m, Gehdistanz 10 km
(Reiseleitung während des ganzen Tages)

10. Tag Pässe und Weitblick

Ein steiler Anstieg bringt uns zum Pass Thakla La, mit 4780 Metern der «Höhepunkt» unseres Trekkings. Danach überqueren wir einen weiteren Pass, den Chödzong La mit einer Höhe von 4450 Metern. Von den Pässen haben wir beeindruckende Weitblicke zu den schneebedeckten Grenzbergen. Unser Tagesziel ist das alte Kloster Chödzong Gompa.
Übernachtung im Zelt in Chödzong Gompa (4000 Meter). (F,M,A)
Trekking 5 – 6 h, Aufstieg 800 m, Abstieg 800 m, Gehdistanz 11 km
(Reiseleitung während des ganzen Tages)

11. Tag Auf wenig begangenen Wegen

Heute laufen wir dem Chhuchhu Gumba Khola (Khola heisst Fluss) entlang, bevor es wieder steil hoch geht. Von oben haben wir phantastische Ausblicke auf die von der Natur «gemalte» Erosionslandschaft. Im Verlauf des Nachmittags erreichen wir Amka, wo wir unser Lager für die Nacht aufschlagen.
Übernachtung im Zelt in Amka (4250 Meter). (F,M,A)
Trekking 6 h, Aufstieg 800 m, Abstieg 550 m, Gehdistanz 10 km
(Reiseleitung während des ganzen Tages)

12. Tag Zu den Dörfern Ghara und Yara

Nach den eher anstrengenden, letzten Etappen ist es heute ein bisschen gemächlicher. Ein nicht allzu langer Aufstieg bringt uns auf den 4400 Meter hohen Pass Amka La. Anschliessend geht es abwärts ins kleine, malerische Dorf Ghara. Weiter abwärts geht es anschliessend nach Yara, einem Dorf auf einer Höhe von 3650 Metern.
Übernachtung im Zelt in Yara (3650 Meter). (F,M,A)
Trekking 4 h, Aufstieg 150 m, Abstieg 750 m, Gehdistanz 5 km
(Reiseleitung während des ganzen Tages)

13. Tag Einsamer Höhlen-Chörten von Luri

Wer Lust hat, kann heute einen Ruhetag einlegen. Die anderen steigen eine beeindruckende Schlucht hinauf. Falls sich der Schlüssel finden lässt, besuchen wir auf dem Weg die Höhle von Tashi Kabum. Innen erwarten uns einige der schönsten Chörten-Malereien in Nepal.
Weiter geht es zur Luri Gompa. Dieses kleine Höhlenkloster klebt wie ein Adlerhorst in der steilen Felswand. Wir haben genug Zeit, um die eindrückliche Stimmung dieses magischen Ortes zu geniessen, bevor wir zurück nach Yara laufen.
Übernachtung im Zelt in Yara (3650 Meter). (F,M,A)
Optionale Wanderung 4 h, Aufstieg 350 m, Abstieg 350 m, Gehdistanz 9 km
(Reiseleitung während des ganzen Tages)

14. Tag Hochplateau und Blick auf Dhaulagiri

Der Weiterweg führt uns über ein Hochplateau mit phantastischem Blick auf den Dhaulagiri und hinab zum Ghechung Khola. Wir überqueren den Bach auf einer Hängebrücke. Ein anstrengender Aufstieg zum nächsten Pass (3900 Meter) steht uns bevor, gefolgt von einem langen Abstieg ins abgelegene Dorf Tangye. Hier steht die grösste Chörten-Gruppe von Mustang. Vor allem im weichen Abendlicht sind diese buddhistischen Reliquienschreine sehr fotogen.
Übernachtung im Zelt in Tangye (3400 Meter). (F,M,A)
Trekking 6 h, Aufstieg 650 m, Abstieg 900 m, Gehdistanz 15 km
(Reiseleitung während des ganzen Tages)

15. Tag Ins Hochlager von Paha

Wir steigen steil zu einem 4100 Meter hohen Pass auf. Gemütlich geht es weiter zum Hochlager von Paha, einem einsamen Platz mit einer kleinen Quelle, welche aber in der Regel nur wenig Wasser hat. Dies ist unser höchster Lagerplatz des Trekkings. Schön ist eine Wanderung auf den Berggrat oberhalb des Lagers. Von dort oben haben wir einen schönen Blick auf die einsame Bergwelt Richtung tibetischer Grenze.
Übernachtung im Zelt im Hochlager von Paha (4000 Meter). (F,M,A)
Trekking 4 – 5 h, Aufstieg 750 m, Abstieg 150 m, Gehdistanz 7.5 km
(Reiseleitung während des ganzen Tages)

16. Tag Grandioses Himalaya-Panorama

Wir laufen auf einer phantastischen Höhenroute mit stetigem Auf und Ab. Vor uns sehen wir das Massiv der Annapurna und westlich davon den formschönen 8000er Dhaulagiri. Bei guter Sicht ist dies eine der schönsten Wanderstrecken im Himalaya. Am Schluss bringt uns der lange und steile Abstieg in das kleine Dorf Thetang. Ein Teil des Dorfes und das Kloster sind fast festungsartig angelegt.
Übernachtung im Zelt in Thetang (3050 Meter). (F,M,A)
Trekking 6 h, Aufstieg 250 m, Abstieg 1200 m, Gehdistanz 16 km
(Reiseleitung während des ganzen Tages)

17. Tag Zum Pilgerort Muktinath

An den Feldern von Thetang vorbei steigen wir auf bis zu einer weiten Grasmulde unterhalb eines Passes. Dies ist ein idealer Platz für eine Pause. Danach steigen wir auf unseren letzten Pass, den Gyu La (4100 Meter) und geniessen von oben noch einmal den Ausblick auf die Achttausender Annapurna und Dhaulagiri. Weiter unten sehen wir bereits Muktinath, unser heutiges Ziel. Hier stossen wir auf unser schönes Trekking an.
Übernachtung in Lodge in Muktinath (3750 Meter). (F,M,A)
Trekking 6 h, Aufstieg 1050 m, Abstieg 350 m, Gehdistanz 14.5 km
(Reiseleitung während des ganzen Tages)

18. Tag Die heiligste buddhistische und hinduistische Stätte in den Bergen von Nepal

Heute erleben wir einen Tag bezüglich der Religionen wie er nicht abwechslungsreicher sein könnte. Wir besuchen die Tempelanlagen von Muktinath, welche von Hindus und Buddhisten verehrt werden. Die Hindus pilgern zu den heiligen Wassern des Krishna Gandaki, das aus 108 bronzenen Wasserspeiern sprudelt. Die Buddhisten huldigen dem ewigen, heiligen Feuer in der nahen Gompa, welches von einer Erdgasquelle gespeist wird.
Anschliessend fahren wir mit einem Fahrzeug zurück nach Jomosom, dem Startpunkt unserer spannenden Trekkingrunde. Hier geniessen wir einen schönen Abschlussabend mit unserer lokalen Mannschaft.
Übernachtung in Lodge in Jomosom (2750 Meter). (F,M,A)
Wanderung 1 h, Fahrzeit 1 h
(Reiseleitung während des ganzen Tages)

19. Tag Flug nach Pokhara

Wir fliegen morgens zurück nach Pokhara. Der Nachmittag ist zur freien Verfügung und kann für eine Bootsfahrt oder einen Ausflug zu Fuss oder mit dem Velo genutzt werden. Dies kann vor Ort organisiert und bezahlt werden. Pokhara ist auch ideal zum Einkaufen. Es gibt hier eine grosse Auswahl an verschiedensten Artikeln, es ist aber eine deutlich entspanntere Atmosphäre als in Kathmandu. Und wer sich kulinarisch verwöhnen lassen will, es gibt hier eine sehr grosse Zahl an guten Restaurants, welche alle Arten von Speisen servieren.
Übernachtung im Hotel in Pokhara (820 Meter). (F)
Flugzeit ½ h
(Reiseleitung bis zum Hotel in Pokhara, nachmittags ohne Reiseleitung)

---

20. Tag Freier Tag in Pokhara

Wir bleiben noch einen weiteren Tag in diesem 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.
Hinweis: Dieser Tag ist gleichzeitig auch ein Reservetag, falls der Flug von Jomosom nach Pokhara wegen des Wetters nicht nach Flugplan fliegt. Alle Bergflüge in Nepal werden auf Sicht geflogen und bei Nebel oder schlechtem Wetter können diese kurzfristig ausfallen.
Übernachtung im Hotel in Pokhara (820 Meter). (F)
Fahrt ½ h, Bootsfahrt ½ h, Wanderung 2 h
(Reiseleitung während des ganzen Tages)

---

21. Tag Zurück nach Kathmandu

Wir geniessen noch einmal den Flug zwischen Pokhara und Kathmandu. In Kathmandu haben wir den Rest des Tages zur freien Verfügung und haben so Zeit, um unsere letzten Einkäufe zu tätigen, in einem der vielen Restaurants einen Kaffee zu geniessen oder einfach dem Treiben im Markt zuzuschauen.
Übernachtung im Hotel im Kathmandu-Tal (1300 Meter). (F)
Flugzeit ½ h
(Reiseleitung bis zum Hotel in Kathmandu, nachmittags ohne Reiseleitung)

---

22. 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.
(Flughafentransfer in Kathmandu begleitet, sonst ohne Reiseleitung)

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!

Flexibilität bei Privatreisen

Bei Privatreisen sind Sie grundsätzlich sehr flexibel. Die Unterkünfte sind vorgebucht. Falls Sie aber unterwegs Lust auf mehr oder weniger Besichtigungen haben, zusätzliche Wanderungen machen möchten oder eine geplante weglassen, z.B. wegen des Wetters usw., dann ist dies grundsätzlich problemlos möglich. Dies können Sie spontan vor Ort mit dem lokalen Reiseleiter besprechen.
Bei Trekkings wird die gesamte Trekkingdauer in der Regel eingehalten, da die Mannschaft, Pferde etc. für diesen Zeitraum gebucht sind. Die einzelnen Etappen, Ruhetage etc. können aber nach Absprache mit dem lokalen Reiseleiter unterwegs spontan angepasst werden.

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
Spannendes Trekking auf alten Wegen in den kaum besuchten Nordosten von Mustang. Der Weiterweg führt über eine Panoramaroute mit schönen Ausblicken auf die 8000er Annapurna und Dhaulagiri. Eine einmalige Reise mit Startpunkt des Trekkings in Lo Manthang.

Anforderungen
- Mittleres bis schweres Trekking (SAC T3 – T4), gute Kondition, 4 Tagesetappen von 2 – 5 Stunden, 5 Tagesetappen von 5 – 6 Stunden.
- Schwindelfreiheit und Trittsicherheit für einige Passagen (vergleichbar mit unseren rot-weiss markierten Bergwegen in steilerem Gelände).
- Das Hauptgepäck wird während des Trekkings transportiert, den Tagesrucksack tragen wir selbst.
- Überlandfahrten von 1 – 5 Stunden.

Unterkünfte
Im Kathmandu-Tal und in Pokhara übernachten wir in guten bis sehr guten Mittelklassehotels. WC und Dusche sind im Zimmer. Während sechs Nächten übernachten wir in einer Lodge. Diese sind mehrheitlich sehr einfach und bieten keinen grossen Komfort. Das WC ist in der Regel eine Gemeinschaftstoilette, selten ist es auch als «attached bathroom» im Zimmer. Duschen sind rar, aber vielfach kann gegen eine zusätzliche Gebühr ein Kessel warmes Wasser zum Waschen des Körpers und der Haare bestellt werden.

Zeltübernachtung während des Trekkings
Auf dem Trekking übernachten wir in Kuppelzelten von Jack Wolfskin mit zwei seitlichen Eingängen. Gepäck kann im Vorzelt oder auch im Inneren des Zeltes 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. Weiter haben wir ein Ess-, Koch- und Toilettenzelt mit dabei. Klappstühle und Tische sind vorhanden, da das lange Sitzen auf dem Boden für uns Europäer meistens ermüdend ist. Selbstverständlich haben wir auch sämtliches Geschirr, Besteck, Tassen etc. dabei.

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. Welche Mahlzeiten inbegriffen sind, sehen Sie im Tagesprogramm und bei den inbegriffenen Leistungen.
Während den Zeltübernachtungen sind Trinkwasser, Tee und Kaffee zu den Mahlzeiten inbegriffen. In den Hotels, Restaurants und Lodges sind Getränke 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 deutlich 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.

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:

- 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

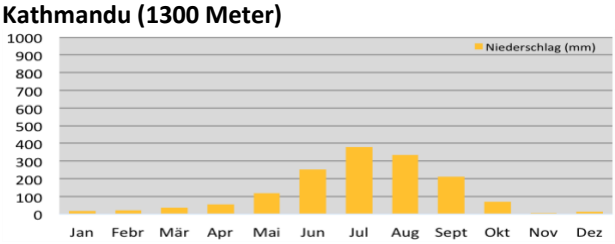
Jede Jahreszeit hat ihre Besonderheiten und Vor- und Nachteile. Fragen Sie uns.

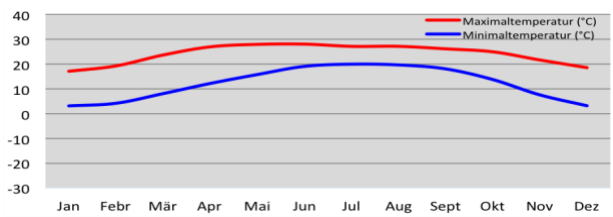
Klimaverschiebungen

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! ☺

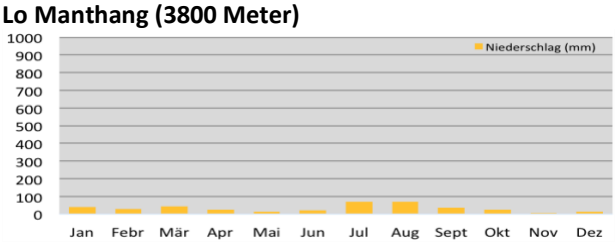
Klimadiagramme

Kathmandu (1300 Meter)

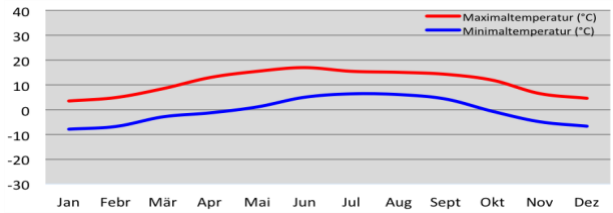




Lo Manthang (3800 Meter)



Gemäss Statistik gibt es in Mustang nur wenig Niederschlag, in den letzten Jahren war die Menge aber teilweise höher.



Die Sonne in Mustang kann sehr intensiv sein, an heissen Sommertagen kann die Temperatur bis auf über 30°C ansteigen.

Inbegriffene und nicht inbegriffene Leistungen

Leistungen inbegriffen

- Flüge Zürich-Kathmandu retour in Economy-Klasse
- Flüge Kathmandu-Pokhara-Jomosom retour
- Flughafentaxen und Treibstoffzuschlag
- Alle Überlandfahrten und Transfers
- 6 Übernachtungen im Hotel im Doppelzimmer im Kathmandu-Tal und in Pokhara
- 6 Übernachtungen in Lodges im Doppelzimmer während des Trekkings
- 8 Übernachtungen im Doppelzelt während des Trekkings
- Vollpension während des Trekkings, nur Frühstück an den anderen Tagen
- Eintrittsgebühren für Besichtigungen laut Programm
- Spezialbewilligung für Mustang
- 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

- Sauerstoff-Flasche
- Wasserfilter von Katadyn
- 24h-SOS-Telefon von Himalaya Tours in der Schweiz und unserem lokalen Partner vor Ort

Zusätzliche Leistungen inbegriffen

- Vorbereitungsgespräch
- Landkarte von Nepal
- Platypus-Beutel als Bett- und Getränkeflasche zu gebrauchen
- Heisse Bettflasche in kalten Nächten

Leistungen nicht inbegriffen

- Trinkgelder
- Visum für Nepal (US$ 50)
- Mahlzeiten, welche nicht inbegriffen sind
- Getränke in Hotels, Gasthäusern und Lodges

Gruppengrösse und Kosten

Reisedauer
22 Tage

Gruppengrösse
Privatreise für 2 bis 10 Personen. Es sind auch Privatreisen für Gruppen von über 10 Personen möglich.

Kosten (ohne Flug Zürich-Kathmandu retour)

pro Person bei 6 bis 10 Teilnehmern	**CHF**	**5800**
pro Person bei 3 bis 5 Teilnehmern	**CHF**	**6040**
pro Person bei 2 Teilnehmern	**CHF**	**6200**

plus

Flug Zürich-Kathmandu retour

pro Person	ab	**CHF**	**750**

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.

Individuelles Programm
Dieses Programm ist als Vorschlag zu verstehen. Es ist ohne weiteres möglich, diesen Reisevorschlag individuell anzupassen, zu verlängern, zu verkürzen oder mit anderen Reisen zu kombinieren. Es ist auch möglich, nur einen Teil der Reise durch uns zu buchen und die weitere Reise selbst zu organisieren.
Ihren Reiseplänen sind somit also keine Grenzen gesetzt. Wir von Himalaya Tours haben eine sehr grosse Erfahrung in der Durchführung von Privatreisen im Himalaya. Auch anspruchsvolle Touren in den entlegensten Regionen können wir professionell organisieren.
Wir organisieren jedes Jahr sogar anzahlmässig mehr Privat- als Gruppenreisen.

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

Optionale Leistungen und Hotelupgrades

Optionale Leistungen

Einzelzimmer und -zelt	**CHF**	**580**

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

Robuste Himalaya Tours-Trekkingtasche mit Schulterträgern (ideal für Trekkings)	**CHF**	**90**
Robuste Himalaya Tours-Reisetasche mit Rollen (ideal für Kultur- und Wanderreisen)	**CHF**	**140**

Diese Taschen können bei uns zu einem vergünstigten Preis gekauft werden, der offizielle Verkaufspreis beträgt CHF 169 für die Tasche mit Schulterträgern resp. CHF 239 für die Tasche mit Rollen.

Miete Satellitentelefon	**CHF**	**300**

Neu können bei unseren Privatreisen auf Wunsch Satellitentelefone vergünstigt gemietet werden. Wegen der teuren Anschaffungskosten liegen die marktüblichen Mietpreise bei CHF 200-250 pro Woche. Bei uns kann ein Satellitentelefon für CHF 100 pro Woche gemietet werden. Das Satellitentelefon nehmen Sie von der Schweiz her mit und bringen dieses auch wieder zurück in die Schweiz. Für die Miete werden nur die Reisetage berechnet, nicht die Tage zum Hin- und Hersenden per Post in der Schweiz. Die Gespräche werden nach Verbrauch berechnet. Reservieren Sie frühzeitig, es hat solange es hat.

Hotels und Upgrades

Für unsere Reisen verwenden wir in der Regel Hotels oder Gasthäuser der guten oder oberen Mittelklasse an jenen Orten, wo solche überhaupt verfügbar sind. Wir kennen die meisten Unterkünfte im Land und haben eine «gute» Mischung zusammengestellt, aber gerne dürfen Sie Ihre Unterkünfte auch selber auswählen. In einigen Orten gibt es auch Hotels der oberen Klasse, welche gegen Aufpreis buchbar sind. Auf Wunsch lassen wir Ihnen eine Liste mit möglichen Hotels oder Hotelupgrades zukommen.