

Auf den Spuren des Schneeleoparden

Faszinierendes Trekking vom Dolpo in das untere Mustang

Samstag, 30. September - Sonntag, 22. Oktober 2023



Auf den alten Salzkarawanenrouten wandern wir durch eine grandiose, archaische Landschaft, über hohe Pässe, wir begegnen Yakherden und Hirten, ziehen an mittelalterlichen Dörfern, Chörten und Klöstern vorbei.

Der Distrikt Dolpo mit seinen ca. 5000 Einwohnern (davon die Hälfte in der Hauptstadt Dunai) ist eine der abgelegensten Landschaften der Welt mitten in einer phantastischen, farbenprächtigen Bergwelt. Das Dolpo-Gebiet wurde erst im 19. Jhd. an Nepal angegliedert. Davor war es Teil Tibets und durch seine Abgeschlossenheit hat sich die alte tibetische Kultur ursprünglicher erhalten als im Mutterland. Hier findet man in den Bön-Klöstern noch die vorbuddhistische Urreligion Tibets vor, mit uralten Riten aus Schamanismus und Naturreligion.

In Kathmandu, der Stadt der Tempel und Götter, mit seiner quirligen Altstadt, befinden wir uns in einem lebendigen Museum mit fünf UNESCO-Weltkulturerbestätten. Pokhara liegt wie eine grüne Oase am Phewa-See im Schatten des Dhaulagiri.

Das einzigartige Zelttrekking wird vom lokalen Familienunternehmen **Nepal Fair Step Trekking** angeboten, welches uns über alle Tage begleitet und bestens betreuen wird.



TOURPROGRAMM

1 Samstag, 30. September 2023
Linienflug nach Kathmandu

2 Sonntag, 1. Oktober 2023

Ankunft in Kathmandu (1300m)

Am internationalen Flughafen Tribhuvan erwartet uns ein Vertreter von Nepal Fair Step. Transfer zum Hotel/Guest House. Am Abend sind wir bei der Familie von Krishna Shrestha, dem Gründer von Fair Step Trekking, zum Essen eingeladen. Wir genießen das traditionelle DhalBhat (Linsen und Reis), ergänzt durch viele weitere Köstlichkeiten.

Wir erhalten nähere Informationen zum Ablauf des Trekkings. Übernachtung im Hotel/Guest House, (A)

3 Montag, 2. Oktober 2023

Besichtigungsfahrt mit deutschsprachigem Kultur-Führer mit Besuch von Pashupatinath (größtes hinduistisches Heiligtum in Nepal), Swayambunath (Affentempel - buddhistisches Heiligtum) und Patan - „die schöne Stadt“ - mit 136 Bahals und 55 Tempeln eines der kulturellen Highlights des Kathmandu-Tals. Übernachtung im Hotel/Guest House, (F)

4 Dienstag, 3. Oktober 2023

Flug nach Nepalganj (150m)

Der Vormittag steht zur freien Verfügung. Wer möchte, kann das tibetische Viertel Bodnath mit der grossen Stupa besuchen oder im Thamel fehlende Ausrüstung günstig einkaufen. Am Nachmittag bringt uns ein 40-minütiger Flug nach Nepalganj, eine der grössten Städte in Westnepal. Der Grenzübergang nach Indien ist nur ca. 6 km entfernt. Die Stadt ist sowohl durch die hinduistische als auch muslimische Kultur geprägt. Übernachtung in einem Guest House, (F,A)

5 Mittwoch, 4. Oktober 2023

Weiterflug nach Jupal (2470m) und Trekkingstart

Für den Sichtflug ins Untere Dolpo ist gutes Wetter notwendig. Wir können im Norden den Gipfel der Annapurna Süd und des Dhaulagiris erkennen. In rund 40 Minuten ist Jupal erreicht. Dort erwartet uns die Trekking-Crew.

Nachdem das Gepäck verteilt und geladen ist, wandern wir zuerst hinunter an den ThuloBheri Fluss, bevor wir auf einem grösstenteils flachen Pfad weiter nach Dunai (2150m) gehen. Übernachtung im Zelt, Trekking 3 - 3 1/2 Std. (F,M,A)





6 Donnerstag, 5. Oktober 2023

Dunai nach Tarakot (2500m)

Heute wandern wir von Dunai (Hauptort der Region Dolpo) nach Tarakot. Wir folgen dem TholuBheri Fluss, überqueren Hängebrücken und passieren kleine Dörfer. Den ganzen Tag geht es im ständigen leichten Auf und Ab das Flusstal hoch. Übernachtung im Zelt, Trekking 5-6 Std. (F,M,A)



7 Freitag, 6. Oktober 2023

Tarakot nach Lahini (3360m)

Wir wandern weiter durch das Barbung Chu Tal bis nach Khanigoun. Danach folgen wir dem Flusslauf des Tarap Chu Fluss. Wir geniessen die vielfältige Vegetation und die spektakuläre Sicht auf den Putha Himal und die zwei Bunpo-Klöster. Übernachtung im Zelt, Trekking 6-7 Std. (F,M,A)

8 Samstag, 7. Oktober 2023

Lahini nach Nawarpani (3620m)

Unser Weg führt durch eine atemberaubende Schlucht, entlang von steil aufragenden Felswänden. Auf dieser alten Handelsroute nach Tibet wandert man durch einzigartige Landschaften. Übernachtung im Zelt, Trekking 5-6 Std. (F,M,A)



9 Sonntag, 8. Oktober 2023

Nawarpani nach DhoTarap (4040m)

Weiter geht es durch die grandiose Schlucht. Die Landschaft wird immer karger. Schneeleoparden werden wir kaum sehen, aber manchmal können wir Blauschafe beobachten. Auch Thars (Bergziegen), Himalaya-Fasane, Weißkopfgeier und Adler sollten wir zu sehen bekommen.

Wir passieren kleine Siedlungen, schroffe Felswände, Manimauern und Chörten (Kultbauten des tibetischen Buddhismus) und erreichen schliesslich das buddhistische Dorf DhoTarap. Ein sehr schöner, faszinierender Ort!

Übernachtung im Zelt, Trekking 7-8 Std. (F,M,A)



10 Montag, 9. Oktober 2023

Akklimatisationstag in DhoTarap

Wir sind hier auf einer Höhe von 4000m, es ist ideal, hier einen Ruhetag einzuschalten, um uns gut an die grosse Höhe zu gewöhnen. DhoTarap ist ein interessantes Dorf mit einigen sehenswerten Klöstern in der Umgebung. Vielleicht können wir eine Schule in der Umgebung besuchen.

Im Tarap-Tal werden auch die überaus zähen Tibet-Ponys gezüchtet, mit denen in dieser unwegsamen und steilen Gegend schnell weite Strecken bewältigt werden.

Übernachtung im Zelt, (F,M,A)



11 Dienstag, 10. Oktober 2023

DhoTarap - Maran - Upper Marran (4400m)

Heute folgen wir alten Handelspfaden, welche nur von wenigen Auswärtigen begangen werden. Dieser Tag ist noch einmal ein wichtiger Akklimatisationstag und wir steigen auf zu einem einsamen Lagerplatz in einer fantastischen Bergwelt.

Wir begegnen langen Manimauern mit eingravierten Mantras, wandern an bunt bemalten dreistufigen Chörten vorbei. Wer Lust hat, kann am Nachmittag eine Akklimatisationswanderung machen.

Übernachtung im Zelt, Trekking 3-4 Std. (F,M,A)



12 Mittwoch, 11. Oktober 2023

Upper Marran - Lajar Sumna (4800m)

Ein steiler Aufstieg bringt uns immer höher, und wir erreichen schliesslich die Passhöhe des Jhyarkoi La auf 5360 m.

Wir geniessen die schöne Aussicht über die karge und einsame Bergwelt. Anschliessend nehmen wir den Abstieg nach Lajar Sumna in Angriff. Ein langer und anstrengender, aber lohnender Tag geht zu Ende.

Übernachtung im Zelt, Trekking 7-8 Std. (F,M,A)



13 Donnerstag, 12. Oktober 2023
Lajar Sumna – Charkha Bhot (4300m)

Die heutige Etappe ist nicht lang. Wir müssen auf unserem Weg zwar einen weiteren 5000m hohen Pass überqueren, aber von unserem Lager aus dauert der Aufstieg nicht allzu lange. Nach ungefähr 4 Stunden erreichen wir das Dorf Charkha Bhot. Für uns fast unvorstellbar, dass Menschen in dieser extremen Landschaft hier das ganze Jahr wohnen können.
Übernachtung im Zelt, Trekking ca. 4 Std. (F,M,A)



14 Freitag, 13. Oktober 2023
Charkha Bhot nach Sipte/Tusli-Thasankhola Dovan (4600m)
Wir wandern durch eine wilde und abgelegene Landschaft. Während den nächsten zwei Tagen ist kein Dorf mehr am Weg. In nördlicher Richtung zweigen mehrmals alte Handelsrouten ab. Diese führen nach Tibet und wurden früher begangen, um Handel zu treiben. Seit dem Einmarsch der Chinesen in Tibet ist der Güterverkehr aber praktisch zum Erliegen gekommen. In alten Zeiten war vor allem der Salzhandel ein wichtiges Einkommen der Bewohner von Dolpo und Mustang. Wir übernachteten in einem einsamen Tal.
Übernachtung im Zelt, Trekking ca. 8 Std. (F,M,A)



15 Samstag, 14. Oktober 2023
Ins Höhenlager nach Nulungsumda Kharka (4987m)
Der Weg führt uns weiter durch das einsame Tal. Hin und wieder begegnen wir Hirten und ihren Herden. Der Anblick der mächtigen Yaks in dieser urtümlichen Gegend ist beeindruckend. Wir campieren auf einem Platz namens Nulungsumda. Dieser liegt auf einer Höhe von fast 5000m.
Übernachtung im Zelt, Trekking ca. 5 Std. (F,M,A)



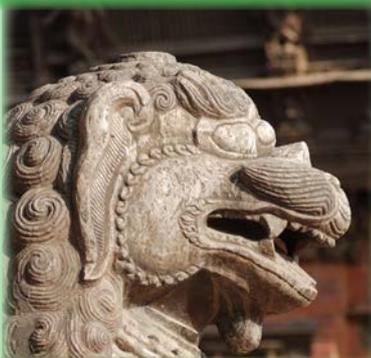
16 Sonntag, 15. Oktober 2023
Über die Pässe Niwa La (5120m) und Jungben La (5550m)
Heute überqueren wir zwei hohe Pässe. In gemächlichem Tempo steigen wir hoch und erreichen die Passhöhe vom Niwa La. Dieser erste Pass ist unscheinbar und nicht allzu anstrengend. Der zweite Pass, der Jungben La markiert die Grenze zwischen Dolpo und Mustang. Der Wind nimmt die aufgedruckten Gebete der Gebetsfahnen mit zu den Gipfeln, wo die Götter wohnen. Ein langer Abstieg bringt uns zu einem Ort namens Ghaldun (4250m).
Übernachtung im Zelt, Trekking ca. 8 Std. (F,M,A)



17 Montag, 16. Oktober 2023
Hoch über dem Fluss nach Santa (3800m)
Der Weg führt uns meist hoch über der steilen Schlucht in das kleine Dorf Santa. An einigen Stellen ist der Weg ziemlich ausgesetzt. Der Ort ist ärmlich, nur spärliche Holzvorräte liegen auf den Dächern. Santa ist zweigeteilt in ein Winterdorf am Südhang und ein Sommerdorf auf der gegenüberliegenden Talseite, ca. 500 m höher im Schatten gelegen, was mehr Feuchtigkeit für den kärglichen Anbau von Gerste, Kartoffeln u.a. verspricht.
Übernachtung im Zelt, Trekking 5-6 Std. (F,M,A)



18 Dienstag, 17. Oktober 2023
Der letzte Pass nach Palep (3300m) oder Kagbeni (2810m)
Ein langer und anstrengender Tag bringt uns über den letzten Pass ins Tal des Kali Gandakhi. Nach einigen Stunden Aufstieg stehen wir auf dem 4460m hohen Pass Bhima Lojun La. Beim Abstieg haben wir einen wunderschönen Ausblick ins obere Mustang mit seiner farbenprächtigen Felslandschaft. Nach einer langen Etappe erreichen wir das Dorf Palep oder Kagbeni. Diese mittelalterliche Grenzstadt bietet vom Kloster-turm aus dem 15. Jhdt. eine spektakuläre Fernsicht, ihre Geisterfallen erinnern an uralte Kulte. Ein stürmischer Wind weht in der Kali Gandakhi-Schlucht, im herbstlich trockenen Flußbett finden sich schwarze Fossiliensteine, sogenannte Saligrame.
Übernachtung im Zelt, Trekking ca. 9 Std. (F,M,A)



19 Mittwoch, 18. Oktober 2023

Durch die Kali Gandakhi nach Jomsom (2750m)

Eine kurze Etappe bringt uns nach Jomsom, einem Dorf mit Flugplatz. Die direkte Wanderung dorthin dauert etwa 3 Stunden. Je nach Situation können wir noch einen Abstecher nach Lupa machen. Hier steht gut versteckt ein Kloster der Bön-Religion. Dies ist die alte Religion von Tibet, welche später vom Buddhismus verdrängt wurde. Dieser Abstecher dauert ca. 1 bis 1 1/2 Stunden.

In Jomsom übernachten wir in einem Guest House. Zusammen mit der Mannschaft feiern wir das gute Gelingen unserer Tour. Übernachtung in einem Guest House, Trekking ca. 3 - 4 1/2 Std. (F,M,A)

20 Donnerstag, 19. Oktober 2023

Flug nach Pokhara (820m)

Ein kurzer Flug (ca. 25 Minuten) bringt uns zwischen den 8000ern Annapurna und Dhaulagiri nach Pokhara, am Ufer des Phewa Sees gelegen, mit prächtiger Aussicht auf den Machhapuchhre und die Annapurna Himal.

Der Nachmittag steht zur freien Verfügung. Pokhara ist ideal zum Einkaufen. Es gibt hier eine grosse Auswahl an verschiedenen Produkten. Die Atmosphäre ist deutlich entspannter als in Kathmandu. Hier befinden sich viele gute Restaurants - kulinarisch kann man sich verwöhnen lassen.

Übernachtung im Hotel/Guest House in Pokhara, (F)

21 Freitag, 20. Oktober 2023

Flug von Pokhara - Kathmandu (1300m), Flugzeit ca. 30 Min.

Wir fliegen zurück in die Hauptstadt und haben den Rest des Tages zur freien Verfügung. Am Abend sind wir zu einem Abschiedsessen bei Krishna und seiner Familie eingeladen.

Übernachtung im Hotel/Guest House in Kathmandu, (F,A)

22 Samstag, 21. Oktober 2023

Sightseeing

Heute zeigt uns unser deutschsprachiger Führer die Sehenswürdigkeiten der Königsstadt Bhaktapur sowie in Kathmandu den tibetischen Stadtteil mit der 36m hohen Stupa Boudanath, einem UNESCO-Weltkulturerbe. Abschiedsdinner.

Übernachtung im Hotel/Guest House in Kathmandu, (F/A)

23 Sonntag, 22. Oktober 2023

Abflug/Zurück in die Heimat

Wir nehmen Abschied. Auf Wiedersehen! PheriBhetaula!

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

Inbegriffene Leistungen:

- Flüge Kathmandu-Nepalgarj-Juphal und Jomsom-Pokhara-Kathmandu
- Alle Überlandfahrten / Transfers
- 4 Übernachtungen im 5*(3*)-Hotel in Kathmandu (mit Frühstück)
- 1 Übernachtung im DZ im Guest House in Nepalgarj
- 1 Übernachtung im DZ im Guest House in Jomsom (kein EZ möglich)
- 1 Übernachtungen in einem 5*(3*)-Hotel in Pokhara
- 14 Übernachtungen im Zelt / Campingausrüstung / Marschtee
- Vollpension während des Trekkings (in Kathmandu und Pokhara nur F)
- Willkommens- und Abschiedsessen bei der Familie von Krishna
- Spezialbewilligung für Dolpo und Mustang
- Transport des Hauptgepäckes während des Trekkings
- Deutsch/Englisch sprechende Reiseleitung / Trekkingmannschaft
- Trekkingtasche / Satellitentelefon / Notfallapotheke

Nicht inbegriffene Leistungen:

- Trinkgelder (120 - 180 € pro Person, je nach Anzahl der Teilnehmer)
- Einreisevisa für Nepal (Stand 2022, \$ 50 für 30 Tage)
- M/A in Kathmandu (ausgenommen Willkommens- und Abschiedsessen)
- Mittagessen und Abendessen in Pokhara
- Mineralwasser und alkoholische Getränke
- Internationaler Flug nach Nepal / Kathmandu

Dringend empfohlen wird der Abschluss einer Reise-Stornoversicherung (z.B. über ÖAMTC) sowie die Versicherung über eine AV-Mitgliedschaft.

Angegebene Zeiten sind als Richtwerte zu verstehen. Je nach Strassen-, Weg- und Wetterverhältnissen, Kondition der Teilnehmer oder aus anderen Gründen, können diese von den Angaben abweichen. Programmänderungen (wegen Strassen-, Weg- und Wetterverhältnissen, Flugverzögerungen, Anordnung der Behörden, Wasserstand oder -vorkommen auf der Trekkingroute etc.) bleiben ausdrücklich vorbehalten!

Preise pro Person	*****Hotel ¹⁾	***Hotel ¹⁾
3-4 Personen	4200 €	4070 €
5-6 Personen	3870 €	3700 €
7-8 Personen	3500 €	3350 €
9-10 Personen	3400 €	3270 €
Einzelzimmerzuschlag	720 €	390 €
Einzelzeltzuschlag	190 €	190 €

Es gelten die allgemeinen Reise- & Vertragsbedingungen von Nepal Fair Step Trekking.
Zahlungsbedingungen:
Siehe AGB auf www.fairsteptrekking.at
Anmeldeschluss: 31. Juli 2023

Idealerweise sollten Anmeldungen bis Ende Dezember 2022 erfolgen, dann wird auch die vorläufige Teilnehmerzahl und der davon abhängige Preis bekannt sein. Die von allen TeilnehmerInnen selbst zu buchenden Flüge nach/von Kathmandu sollten Anfang 2023 fixiert werden. Um bei den Flügen flexibel zu sein, ist eine frühere Ankunft in bzw. spätere Abreise von Kathmandu möglich - Mehrkosten auf Anfrage.

Info, Anmeldung & Buchung: info@fairsteptrekking.com, www.fairsteptrekking.at

¹⁾Aus eigener Erfahrung würde ich das *****Hotel empfehlen - Flair und Komfort rechtfertigen die Mehrkosten - aus logistischen Gründen sollte sich die Reisegruppe aber auf jeden Fall mehrheitlich für eine Variante entscheiden.
Ich war inzwischen viermal mit Krishna auf Trekkingtouren in Nepal - ich kann seine Fair-Trekking-Agentur in jeder Beziehung mit bestem Gewissen empfehlen!
Nähere Infos über meine Erfahrungen gerne über Mail: edgar.hernegger@aon.at *Edgar Hernegger*