



Nepal

Mt. Everest - Gokyo Peak über den Renjo - Pass



III










5.553



18x



-  **14-tägiges, anspruchsvolles Hütten-Trekking**
-  **Grandiose Gipfelschau vom Ngozumba Tse (5.553 m) und Gokyo Peak (5.360 m)**
-  **Besuch des buddhistischen Klosters Tengpoche**
-  **Überquerung des Renjo-Passes (5.430 m) mit unübertroffenem Panorama**
-  **Ausflug in Richtung Tibet zum Nangpa La**
-  **Vom Kongde Resort (4.000 m) Panoramablick auf Everest, Lhotse, Ama Dablam**
-  **Khumbu-Projekt "Ein Tag – ein Baum": Sie fördern die Wiederaufforstung**

Dieses Hütten-Trekking führt Sie durch typisches Sherpa-Land mit Terrassenfeldern und malerischen Dörfern tief ins Everest-Gebiet hinein. Auf der Route über die Siedlung Khumjung zum berühmten Kloster von Tengpoche und weiter über Pangpoche nach Phortse zeigen sich immer wieder die prächtigen Eisgipfel des Khumbu Himal, vor allem die Achttausender Cho Oyu, Mt. Everest, Lhotse und Makalu sowie zahlreiche formschöne Eisriesen wie Nuptse, Ama Dablam und Taboche. Im Gokyo-Tal erwarten Sie gleich zwei besondere Gipfelziele: in der hochalpinen Umgebung des Cho Oyu-Basislagers liegt der Ngozumba Tse (5.553 m), einer der besten Aussichtspunkte der gesamten Khumbu-Region. Der Blick auf den riesigen Gletscherfluss des Ngozumba ist einmalig und die Cho Oyu Südwand scheint zum Greifen nah. Die Besteigung des Gokyo Peak, eines technisch leichten Fünftausenders, ist der zweite Höhepunkt Ihres Trekkings. Überwältigend ist bei klarem Wetter die Aussicht von einem der begehrtesten Panoramagipfel im Everest-Gebiet. Ihr Blick schweift am Horizont entlang über zahlreiche Sieben- und die vier Achttausender - und hinunter auf Gletscherfelder, Moränen und Bergseen. Über den Renjo La kommen Sie ins Hochtal des Nangpo Tsangpo. Hier verlief Jahrhunderte lang eine Handels- und Pilgeroute über den 5.716 m hohen Grenzpass Nangpa La nach Tibet. Vor über 500 Jahren kamen die Sherpa über diesen Pass aus Osttibet und ließen sich im Solu Khumbu-Gebiet nieder. Von Thame aus wandern Sie auf dem neu erschlossenen Panoramaweg nach Kongde. Der Ausblick von hier auf Namche Bazar sowie Everest, Lhotse, Makalu und andere Himalaya-Gipfel ist der krönende Abschluss der abwechslungsreichen Tour. Über Phakding kehren Sie nach Lukla zurück und fliegen nach Kathmandu. Faszinierende Königsstädte sowie bedeutende hinduistische und buddhistische Heiligtümer erwarten Sie im Kathmandu-Tal.

Geplanter Programmablauf

(Verpflegung: F=Frühstück M=Mittagessen A=Abendessen)

Tag 1: Anreise

Flug ab Deutschland nach Kathmandu.

Tag 2: Ankunft in Kathmandu

Ankunft in Kathmandu und Transfer mit unserer örtlichen Hauser-Reiseleitung zum Hotel in Kathmandu.

Hotel;

Tag 3: Kathmandu

Vormittags besichtigen wir zu Fuß die historische Altstadt von Kathmandu. Rund um den alten Königspalast Hanuman Dhoka sind Dutzende von Hindu-Tempeln zu sehen; harmonisch wirken das warme Rostrot der Ziegeln und die reich mit Schnitzarbeiten verzierten Balken aus braunschwarzem Salbaumholz. Vorbei am größten und ältesten Tempel der Stadt, der Taleju-Pagode, bummeln wir durch belebte Bazarstraßen nach Norden ins Einkaufsviertel Thamel.

Nach der Mittagsrast können wir fakultativ einen Ausflug nach Swayambunath machen. Der dortige Stupa gilt als größtes Heiligtum der newarischen Buddhisten und erhebt sich auf einem aussichtsreichen Hügel über dem Kathmandu-Tal. 365 Pilgerstufen führen vom Fuß des „Affentempels“ immer steiler werdend zum vergoldeten Stupa. In der Nachmittagssonne hat man eine schöne Aussicht auf das Kathmandu-Tal, und man kann manchmal einer buddhistischen Zeremonie beiwohnen. Zurück zum Hotel können wir auch mal ein Stück mit der Fahrradrakshaw fahren.

Hotel; (F)

Tag 4: Flug nach Lukla - Trekkingbeginn bis Phakding

In etwa einer Stunde fliegen wir morgens mit einem Propeller-Flugzeug von Kathmandu nach Lukla (2.800 m, asphaltierte Rollbahn), wo uns die Begleitmannschaft bereits erwartet. Wir steigen zum Kusum-Fluss (2.550 m) ab und folgen dann dem Dudh Kosi (= Milchfluss) am Ostufer stromaufwärts nach Phakding (2.650 m). Langsam und stetig gehen ist oberstes Gebot, denn unser Organismus muss sich erst an die dünne Luft gewöhnen. Der Rest des Tages dient dem Ausruhen und kommt unserer Akklimatisation zugute.

Gehzeit ca. 3 Std.; Aufstieg 100m; Abstieg 250m; Lodge; (FA)

Tag 5: Phakding - Namche Bazar

Wir bleiben nun im Dudh Kosi-Tal. Wir erreichen Benkar, in einer weiteren Stunde Jorsale. Dort befindet sich der „Police Checkpost“ am Eingang zum Sagarmatha-Nationalpark. Der Schutzpark ist nach dem Sherpa-Wort für den Mt. Everest benannt. Der Weg hierher führt durch riesige Rhododendronwälder, die im Frühjahr blühen, vorbei auch an Tannen und Magnolien. Von Jorsale steigt der Weg zuerst leicht an, quert über die „Hillary“-Hängebrücke den Bhothe Kosi und führt dann steil aufwärts nach Namche Bazar. Namche Bazar (3.450 m) ist einer der wichtigsten Orte des Khumbu-Gebietes und ein kleines Handelszentrum; hier gibt es auch mehrere Hotels und Lodges. Wir richten uns in einer angenehmen Lodge oberhalb der Polizeistation ein und können noch einen Rundgang durch die Geschäfts- und Souvenirstraße machen.

Gehzeit ca. 6 Std.; Aufstieg 950m; Lodge; (FA)

Tag 6: Mendaphu Hill - Syangpoche - Khunde - Khumjung

Zuerst besuchen wir den Mendaphu Hill oberhalb des Ortes. Hier finden wir die Hauptverwaltung des Parks mit einem informativen Museum und einem erstklassigen Aussichtspunkt auf zahlreiche Khumbu-Gipfel wie Mt. Everest, Lhotse, Taboche und Ama Dablam. Nun geht es vorbei an Mani-Mauern (Steintafeln, in die der Spruch „Om mani padme hum“ gemeißelt ist) und hübschen Chörten über Zarok nach Syangpoche (mit der höchsten Flugpiste Nepals).

Über einen kleinen Pass gelangen wir ins stattliche Dorf Khunde mit dem berühmten Hillary-Hospital der Sir Edmund Hillary Stiftung, das auch besichtigt werden kann. Über verwinkelte Wege zwischen den steingesäumten Ackerparzellen hindurch kommen wir zur Gompa von Khumjung (3.800 m) und treffen am frühen Nachmittag in unserer Lodge ein. Der Rest des Tages dient der Akklimatisation und dem Besuch der Gompa.

Gehzeit 3,5 - 4 Std.; Aufstieg 350m; Lodge; (FA)

Tag 7: Sanasa - Phunki - Tengpoche - Deboche

Über einen der schönsten „Höhenwege des Himalaya“ - immer im Angesicht der Ama Dablam, des Lhotse, Nuptse und Mt. Everest, wandern wir zuerst eben, dann steiler hinunter über Sanasa nach Phunki Thangka bei der Phunki-Brücke (3.250 m), einer kleinen Siedlung mit ein paar Teehäusern und mit Wasserkraft betriebenen Gebetsmühlen. Nach kurzer Rast steigen wir durch einen Tannen- und Rhododendronwald, vorbei an Gebetssteinen hinauf zum Kloster Tengpoche (3.870 m). Bei klarem Wetter haben wir einen grandiosen Ausblick auf die Eisriesen im Khumbu. Über uns thronen Gipfel wie Kongde Ri, Taboche, Mt. Everest, Nuptse, Lhotse, Ama Dablam, Kang Taiga und Tramserku. Wir übernachten im nahe gelegenen Deboche.

Gehzeit ca. 5 Std.; Aufstieg 650m; Abstieg 650m; Lodge; (FA)

Tag 8: Pangpoche - Phortse

Durch einen Wald mit riesigen Bartflechten steigen wir zur Brücke über den tief eingeschnittenen Imja Kosi ab, dann geht es bergauf nach Pangpoche (3.985 m). In dem durch uralte Wacholderbäume geprägten Dorf können wir die mit über 350 Jahren älteste Gompa im Khumbu besuchen. Am Nachmittag wandern wir auf einem schönen Höhenweg in stetem Auf und Ab nach Phortse (3.850 m).

Gehzeit ca. 7 Std.; Aufstieg 350m; Abstieg 300m; Lodge; (FA)

Tag 9: Phortse- Dole

Am Morgen haben wir Zeit, das wiederaufgebaute Kloster in Phortse zu besichtigen. Anschließend führt der Weg durch Wald, in dem oft Moschushirsche zu sehen sind, hinunter zum Fluss Dudh Kosi, den wir queren. Dann beginnt unser Anstieg ins Gokyo Tal. Durch herrlichen Birken- und Rododendron Wald wandern wir nach Dole (4040 m), unserem heutigen Tagesziel.

Gehzeit ca. 3,5 Std.; Aufstieg 540m; Abstieg 350m; Lodge; (FA)

Tag 10: Dole - Machhermo

Wir steigen weiter an der westlichen Talseite hinauf und folgen dem Weg über die Almdörfer Lhabarma und Luza bis nach Machhermo (4.410 m), einem Ort am Ausgang eines von den markanten Sechstausendern Kyajo Ri und Machhermo Ri begrenzten Hochtales. Wir können noch einen Aussichtsberg besteigen, der eine gute Bergsicht auf den Cho Oyu und die Ama Dablam verspricht.

Gehzeit 4 - 5 Std.; Aufstieg 370m; Lodge; (FA)



Tag 11: Pangka - Alm Gokyo

Nach kurzem Anstieg erreichen wir mit Pangka (4.450 m) die letzte und höchste ganzjährig bewohnte Siedlung auf unserer Route. Wir queren über eine Brücke den reißenden Bach und wandern vorbei an zwei tiefblauen Seen sanft ansteigend bis zur Alm Gokyo (4.750 m) am Ufer des dritten Sees. Nach der Vormittagsetappe bleibt viel Zeit zum Ausruhen und Energie tanken für die nächsten Tage. Wer möchte, kann von der Lodge aus am See entlangspazieren oder zur Seitenmoräne des Ngozumba-Gletschers aufsteigen, um die Rundschau zu genießen. Sehr imposant sind der lang gezogene, vereiste Kamm zwischen dem Cho Oyu (8.201 m) und dem Gyachung Kang (7.922 m) sowie der Blick in die bizarre Gletscherwelt.

Gehzeit ca. 3 Std.; Aufstieg 400m; Lodge; (FA)

Tag 12: Ngozumba Tse

Eine lange Tagestour und ein echtes "Highlight" liegen vor uns. Wir wandern vom Gokyo-See taleinwärts mit Blick auf den Cho Oyu entlang der Seitenmoräne des gewaltigen Ngozumba-Gletschers zum Fünften See auf 5.150 m. Bereits zuvor eröffnete sich uns ein fantastischer Blick auf Mt. Everest und Lhotse. Vom See beginnen wir die eigentliche Bergbesteigung, die uns 400 Höhenmeter zunächst über steile Gras- und Geröllhänge hinaufführt. Es ist besonders wichtig, langsam und stetig aufzusteigen, denn die ungewohnte Höhe ist trotz der vorherigen Trekking- Tage eine Belastung für den Kreislauf. Kurz vor dem Gipfel müssen wir dann einige Male Blockgestein umgehen, bevor uns die Gebetsfahnen auf dem 5.553 m hohen Ngozumba Tse begrüßen. Der Blick durch die Fahnen hinunter auf den endlos erscheinenden Gletscherfluss des Ngozumba ist atemberaubend. Doch selbst dieser Eindruck lässt sich noch steigern: Wenn wir uns umdrehen, blicken wir direkt auf die Cho Oyu-Südwand, nur acht km Luftlinie von uns entfernt.

Gehzeit 8 - 9 Std.; Aufstieg 800m; Abstieg 800m; Lodge; (FA)

Tag 13: Gokyo Peak

Heute besteigen wir den 5.360 m hohen Gokyo Peak. Sofern kein Neuschnee liegt, sind beim Aufstieg keine technischen Schwierigkeiten zu erwarten. Der Blick vom Panoramagipfel ist bei klarem Wetter einzigartig und umfasst die vier Achtausender Cho Oyu, Mt. Everest, Lhotse und Makalu. Unter uns bilden die tiefblauen Bergseen einen starken Kontrast zu den Almwiesen, den Moränen und Gletscherfeldern. Mittags sind wir zurück auf der Alm. Am Nachmittag haben wir Zeit, um uns auf den folgenden anstrengenden Tag vorzubereiten.

Gehzeit 3 - 4 Std.; Aufstieg 600m; Abstieg 600m; Lodge; (FA)

Tag 14: Renjo La - Nangpo Tsangpo

Wir folgen dem Nordufer des Dritten Sees westwärts und steigen über den wenig begangene Weg in Richtung Renjo La (5.430 m) auf. Bei gutem Wetter eröffnet sich von der Passhöhe noch einmal ein prächtiges Panorama mit Blick zurück zum Dreigestirn Everest, Nuptse und Lhotse. Auf gut ausgebauten Weg beginnen wir nun unseren Abstieg ins Tal des Nangpo Tsangpo, wo wir in der ersten Lodge noch oberhalb der Talsohle unser Quartier beziehen. Die Lodge dort ist sehr einfach, eventuell schlafen wir in einem Mehrbett - Zimmer.

Gehzeit ca. 8 Std.; Aufstieg 680m; Abstieg 900m; Lodge; (FA)

Tag 15: Marlung- Thame Og

Nach den Anstrengungen der letzten Tage gehen wir es heute gemütlich an und wandern hinab zum Bothe Kosi, dem wir talauswärts folgen. Nach Norden verläuft hier ein historisch bedeutsamer Handelsweg über den 5.716 m hohen Nangpa La nach Tibet. Noch heute findet über den Pass, über den vor gut 500 Jahren die ersten Sherpa-Klans aus Osttibet einwanderten, ein kleiner Handelsverkehr mit Yak-Karawanen statt. An Marlung vorbei wandern wir zu unserem Etappenziel Thame (3800 m).

Gehzeit ca. 5 Std.; Abstieg 900m; Lodge; (FA)

Tag 16: Thame - Kongde

Erst seit wenigen Jahren gibt es die Möglichkeit von Thame nach Kongde zu wandern. Sehr früh starten Sie von Thame und wandern zunächst bergab. Der Weg ist sehr abwechslungsreich und führt vorbei an einem noch völlig ursprünglichen Dorf und später in eine wilde Landschaft mit Bambus- und Rododendron-Wälder sowie durch eine tiefe felsige Schlucht mit zahlreichen Wasserfällen. Technische Schwierigkeiten bestehen keine, jedoch sind die Gesamtanforderungen für diese Wanderung höher als an den restlichen Tagen.

Die Mühe lohnt sich, denn schon während der Wanderung ist die Aussicht grandios und sobald wir Kongde erreicht haben bietet sich uns ein unvergleichliches Panorama mit den Sherpa-Dörfern Khumjung, mit Namche Bazar, darüber Taboche, Mt. Everest, Nuptse, Lhotse und Ama Dablam.

Gehzeit 7 - 8 Std.; Aufstieg 1.000m; Abstieg 600m; Yeti Mountain Home Kongde; (FA)

Tag 17: Kongde - Phakding - Lukla

Wir steigen auf einem kaum begangenen wunderbar angelegten Panoramaweg ca. 1.400 m hinunter nach Phakding. Vor uns liegt die atemberaubende Szenerie verschiedener Sherpa-Dörfer und der beeindruckenden Gipfel von Kang Taiga und Tramserku. Tief im Tal erkennen wir die Hauptroute ins Sherpaland und unser Blick reicht einerseits weit in die Vorberge des Himalaya und andererseits auf den Gipfel des Everest. Auf bekanntem Weg geht es dann von Phakding zurück nach Lukla.

Gehzeit 8 - 9 Std.; Aufstieg 400m; Abstieg 1.500m; Lodge; (FA)

Tag 18: Flug nach Kathmandu

Wenn das Wetter mitspielt, fliegen wir bereits am Vormittag per Propeller-Flugzeug von Lukla zurück nach Kathmandu und sind mittags wieder in unserem Hotel. Den Rest des Tages können wir ausruhen oder zum Einkaufsbummel in der Stadt nutzen.

Übernachtung im Hotel; (F)

Tag 19: Kathmandu: Stadtbesichtigung und fakultative Ausflüge

Vormittags besichtigen wir die historische Altstadt von Kathmandu. Rund um den alten Königspalast Hanuman Dhoka sind Dutzende von Hindu-Tempeln zu sehen, darunter die Taleju-Pagode, größter und ältester Tempel der Stadt. Harmonisch wirken das warme Rostrot der Ziegeln und die reich mit Schnitzarbeiten verzierten Balken aus braunschwarzem Salbaumholz. Wir bummeln wir durch belebte Bazarstraßen nach Norden ins Einkaufsviertel Thamel.

Nachmittags haben wir Gelegenheit an fakultativen Besichtigungen teilzunehmen: Pashupatinath ist für Hindus der heiligste Ort in Nepal. Gläubige pilgern sogar aus Indien zu dieser Gedenkstätte für den Gott Shiva, der hier in seiner Inkarnation als Herr der Tierwelt verehrt wird. Der im Pagoden-Stil errichtete Haupttempel ist nur Hindus zugänglich, doch von außen ist der Blick auf den riesigen vergoldeten Nandi-Stier möglich. Von einer Aussichtsterrasse überblicken wir das gesamte Areal mit seinen Tempeln, Schreinen, Verbrennungsplätzen und Herbergen am Ufer des Bagmati, wo Pilger ihre rituellen Handlungen ausführen.



Weiter geht es nach Bodnath, dem religiösen Zentrum der in Nepal lebenden Tibeter. Hier erhebt sich die größte Stupa-Anlage des Landes, über deren Terrasse wir „im Uhrzeigersinn“ pilgern. Der gesamte Bereich um den 40 m hohen Stupa mit vielen Buddhastatuen, Nischen mit Gebetsmühlen und ansehnlichen neuen Klosteranlagen vermittelt viel Atmosphäre. Falls möglich werfen wir einen Blick in die reich geschmückte ältere Gompa westlich des Stupa, in der eine überlebensgroße Statue des Maitreya-Buddha thront.

Abends treffen wir uns zum gemeinsamen Abschiedessen.

Hotel; (FA)

Tag 20: Rückreise

Wir werden zum Flughafen gebracht und fliegen zurück nach Deutschland. Ankunft am gleichen Tag.

Unser Service-Team berät Sie gerne.

Telefon-Nummer: 089-235 006-0

e-mail: info@hauser-exkursionen.de

Charakter der Tour und Anforderungen

Diese Trekkingroute ist von jedem geübten Bergwanderer mit Trittsicherheit und guter Kondition zu begehen. Die Tagesetappen umfassen Auf- und Abstiege bis zu 9 Stunden bei mäßigem Tempo und maximal 1.000 Höhenmetern im Aufstieg bzw. 1.500 m im Abstieg. Die erforderliche Tagesleistung hält sich durch ausgewogene Etappeneinteilung zwar in Grenzen, doch muss die Leistung über viele Tage erbracht werden und setzt somit Ausdauer voraus. Einheimische Träger besorgen den Transport des Hauptgepäcks, so dass Sie selbst nur das Notwendigste für den Tag (Anorak, Pullover/Fleece, Trinkflasche, Fotoausrüstung, etc.) im Tagesrucksack tragen.

Die ungewohnte Höhenlage schon am Ausgangspunkt Lukla und der rund 10-tägige Aufenthalt in Regionen über 4.000 m Höhe (von Pangpoche bis Thame) setzen einen gesunden, belastbaren Organismus voraus. Gerade im Everest-Gebiet kommt es immer wieder zur Höhenkrankheit, die den sofortigen Abstieg in tiefere Regionen erforderlich macht. Ihr Herz und Ihr Kreislauf müssen in Ordnung sein; konsultieren Sie bitte vor Reiseantritt Ihren Arzt. Selbst ein gesunder Organismus darf keinesfalls durch zu rasches Gehen überbeansprucht werden. Langsames und stetiges Gehen ist sehr wichtig, besonders am Anfang der Tour, wenn sich Ihr Organismus auf das veränderte Klima sowie die Schlaf- und Essgewohnheiten einstellen muss.

Der Schwerpunkt des Trekkings führt in bisher kaum begangene oder für Ausländer verbotene Hochregionen. Dieser Reiseabschnitt hat somit Pioniercharakter und kann durchaus Änderungen erfahren.

Bitte beachten Sie: Der genannte Einzelzimmerzuschlag basiert auf einer Mischkalkulation. In den Hotels stehen Einzelzimmer zur Verfügung. Die Kapazitäten in den Lodges während des Trekkings sind begrenzt, daher können Einzelzimmer nur je nach Verfügbarkeit vor Ort vergeben werden. Gegebenenfalls teilen Sie hier das Doppelzimmer mit einem anderen Gruppenmitglied

Klima

Aufgrund der extremen Höhenunterschiede gibt es viele klimatische Zonen in Nepal. Die meisten Trekkinggäste besuchen Nepal im April und Oktober. Im Oktober und November ist die Sicht oft klar, die Landschaft ist nach den vorangegangenen Monsunregen grün. Im Dezember, Januar und Februar ist es tagsüber oft frühlingshaft mild, manchmal auch windig-kühl. Nachts kann - je nach Höhe - Frost herrschen. Die Sicht ist meist hervorragend. Ab März beginnt die Rhododendronblüte. Fernblicke sind morgens klar, können tagsüber aber vom Dunst getrübt sein. Auch die Monate Mai und September eignen sich sehr gut für ein Trekking. In dieser Zeit lässt es sich besonders entspannt reisen, da gerade die bekanntesten Routen und Plätze wesentlich weniger besucht sind. Die meisten Niederschläge fallen zwischen Mitte Juni bis Anfang September.

Das Klima im Kathmandu-Tal ist tagsüber - je nach Jahreszeit - angenehm bis sehr warm, abends kühlt es etwas ab, im Winter kann die Temperatur bis auf 0°C sinken. In den Hochregionen sind nachts im Frühjahr und Herbst durchaus Minusgrade (bis minus 10°C in Pangpoche, auf der Gokyo-Alm und in Kongde), im Winter bis minus 15°C möglich. Tagsüber kann es dagegen infolge der intensiven Sonneneinstrahlung angenehm warm werden.

Ausrüstung

Den klimatischen Bedingungen entsprechend sollten Sie neben warmer Kleidung auch leichte Sommersachen sowie Wind- und Regenschutz mitnehmen. Für das Trekking benötigen Sie eine bequeme Wanderausrüstung und stabile Leichtbergschuhe mit guter Profilmisohle sowie einen guten Daunens- oder Kunstfaser-Schlafsack mit einem Komfortbereich bis minus 15°C. Teleskop-Tourenstöcke können recht hilfreich sein.

Gepäck

Wir empfehlen die Mitnahme einer stabilen Reisetasche (z.B. Hauser Reisetasche mit Rollen und herausnehmbarer Kunststoffplatte) bzw. eines Rucksacks oder Seesacks, sowie eines zweiten abschließbaren Gepäckstücks. So können Sie die Dinge, die sie während des Trekkings nicht benötigen, in Kathmandu deponieren. Ihr Gepäck wird während des Trekkings von Trägern getragen. Daher sollte Ihr Gepäckstück bzw. die Tasche/ der Rucksack nicht mehr als 15 kg wiegen und aus flexiblem Material sein. Bei den Inlandflügen sind nur 15 kg Gepäck erlaubt, zuzüglich Handgepäckstück. Während des Trekkings tragen Sie selbst nur Ihren Tagesrucksack mit dem Notwendigsten für den Tag (Regenschutz/Anorak, Pullover/Fleece, Trinkflasche, Fotoausrüstung, etc.).

Wichtige Hinweise

Selbstverständlich ist es das Ziel Ihrer Reiseleitung und unserer Partner, sämtliche Programmpunkte zu erreichen. Die Flüge in Nepal können wegen der begrenzten Flugraum-Kapazität oder sonstigen Faktoren wie schlechte Witterungsbedingungen verschoben werden oder gar ausfallen; Geduld und kameradschaftliches



Verhalten sind dann oberstes Gebot. Das Verspätungs- und Ausfallrisiko dieser Flüge liegt außerhalb unseres Einflussbereichs. Mit Ihrer Reiseanmeldung nehmen Sie dieses Risiko auf sich. Üblicherweise werden die dadurch anfallenden Zusatzkosten jeweils zu einem Drittel von unserer örtlichen Agentur, Hauser exkursionen und Ihnen geteilt.

Sicherheitshinweise

Bei Drucklegung existiert ein Sicherheitshinweis des Auswärtigen Amtes. Wir bitten um Beachtung: www.auswaertiges-amt.de oder Bürgerservice Tel.Nr. 03018/172000

Einreise und Gesundheit

Besucher aller Nationen benötigen für die Einreise nach Nepal ein Visum, das bei Ankunft am Flughafen in Kathmandu ausgestellt wird. Hierfür brauchen Sie ein Passfoto. Ihr Reisepass muss bei Einreise nach Nepal noch mindestens 6 Monate gültig sein.

Für Reisende aus Europa sind keine Impfungen vorgeschrieben. Trotzdem empfehlen wir Ihnen, sich zu diesem Thema mit Ihrem Hausarzt zu besprechen.

Hepatitis A + B: Eine aktive Impfung ist ratsam.

Malaria: Die Täler von Kathmandu und Pokhara und die Gebirgsregionen Nepals oberhalb 1.200 m sind malariefrei.

Tetanus/Polio/Diphtherie: Eine Impfung bzw. Auffrischung ist unbedingt ratsam.

Bei Buchung einer Reise befindet sich in Ihren Unterlagen ein Coupon für ein kostenloses, reisemedizinisches Informationsgespräch. Nutzen Sie diesen und informieren Sie sich in einer der Reisepraxen des BCRT (Berliner Centrum für Reise- und Tropenmedizin) über die Gesundheitsrisiken auf Ihrer Reise. Unter www.bctropen.de finden Sie die Adressen der Reisepraxen des BCRT. Dort werden Sie von erfahrenen Ärzten individuell beraten. Sollten Sie die Möglichkeit eines Besuches nicht haben, erhalten Sie auch ausführliche telefonische Informationen bei dem unabhängigen Auskunftsservice über Gesundheitsrisiken im Ausland unter der Tel. 0900/1234 999 (1,98 Euro pro Minute aus dem dt. Festnetz, Stand: Aug. 11) oder unter: www.gesundes-reisen.de

Leistungen

Hauser-Inklusivleistungen

- Hauser-Reiseleitung ab/bis Kathmandu
- Flug mit Oman Air ab/bis Deutschland via Muscat nach Kathmandu
- derzeitige Flughafensteuer, Abflugsteuer und Sicherheitsgebühren
- Inlandsflüge mit Yeti Airlines
- Übernachtung in Hotels und Lodges
- meist Halbpension
- Begleitmannschaft
- Gepäcktransport
- Eintrittsgebühren lt. Programm
- Nationalparkgebühren
- Trekkingpermits
- Flaschensauerstoff
- Hauser-Top-Schutz im Wert von € 129,-; Reiserücktritts-Versicherung, Reisehaftpflicht-Versicherung, Reisekranken-Versicherung mit medizinischer Notfall-Hilfe, Rundum-Sorglos-Service

Wunschleistungen

- Rail & Fly Bahnfahrkarte ab/bis deutscher Grenze €30,-
- Hauser ZUSATZ-Reiseschutz-Paket € 55,-: Reisegepäck-, Reiseunfall- und Reiseabbruch-Versicherung

Termine und Preise:

Reisennummer: NPK05

Reisetage: 20 Tage

Teilnehmerzahl: 10-14

Hinweise zur Durchführung und Teilnehmerzahl siehe Katalog 2012, Seite 15.

Termine:	Preis:
18.04.2012 - 07.05.2012	2.495,00€
10.10.2012 - 29.10.2012	2.695,00€
31.10.2012 - 19.11.2012	2.695,00€
Einzelzimmerzuschlag	190,00€ (in Lodges nur je nach Verfügbarkeit; siehe Charakter der Tour)

Den geplanten Reiseleiter und Zusatztermine finden Sie sobald bekannt bei dieser Reise unter www.hauser-exkursionen.de

Im Reisepreis nicht enthaltene Leistungen

Visum (vor Ort erhältlich: ca. € 30/ Stand 10/11); Tourismus Service Steuer für die Inlandsflüge in Nepal (pro Abflug ca. 165 NRs = € 2,-); fehlende Mahlzeiten und Getränke (während des Trekkings ca. € 10/Tag; Kathmandu ca. € 15 - 20/Tag); Trinkgelder (ca. € 70); individuelle Ausflüge und Besichtigungen

Hauser Shop / Gutschein

Als Dankeschön für die Teilnahme an dieser Reise erhalten Sie einen Gutschein im Wert von 25,- € für den Hauser Shop.

Zur Komplettierung Ihrer Ausrüstung und für spezielle Fragen steht Ihnen unser Hauser Shop gerne zur Verfügung. Einen Überblick über das Angebot finden Sie unter www.Hauser-Shop.de oder in der aktuellen Programmübersicht. Tel: 089 235006-21



Umwelt- und Sozialprojekte

Wie in der Programmübersicht und im Internet dargestellt, sind uns Sozial- und Umwelt-Engagement wichtig. Verantwortungsvoller Umgang mit der Natur gilt uns als ebenso selbstverständlich wie Respekt vor der Kultur unserer Gastgeber. In verschiedenen Ländern unterstützen wir und Sie als Teilnehmer oder Teilnehmerin bestimmter Hauser-Reisen diverse Projekte. Im Folgenden eine Auswahl unserer Projekte in Nepal:

Ausbildung nepalischer Kultur- und Wander-Reiseleiter

Seit 1998 baut unser in Nepal lebender Hauser-Reiseleiter Jürgen Skambraks ein Team von einheimischen deutschsprachigen Reiseleitern durch Aus- und Fortbildung auf. Seminare unterschiedlichster Themen und Auswertungen von Tourenresonanzen sowie Erfahrungsaustausch untereinander führen zur Höherqualifizierung des Teams. Für diese örtlichen Hauser-Reiseleiter haben wir eine Kranken- und Unfallversicherung inkl. Rettungsflug abgeschlossen.

Ausrüstung der Begleitmannschaften für Trekkings

Seit 1996 lässt Hauser für die eingesetzten Nepali Ausrüstung fertigen oder zukaufen. Solche Garnituren (bisher rund 600) an Jacken, Überhosen, Mützen, Handschuhen, Fleecedecken, Sonnenbrillen, Socken und Schuhen kommen vorwiegend bei Trekkingrouten in größere Höhen und mit tieferen Temperaturen zum Einsatz. Hauser lässt alle eingesetzten Begleitmannschaften durch eine Kranken- und Unfallversicherung versichern.

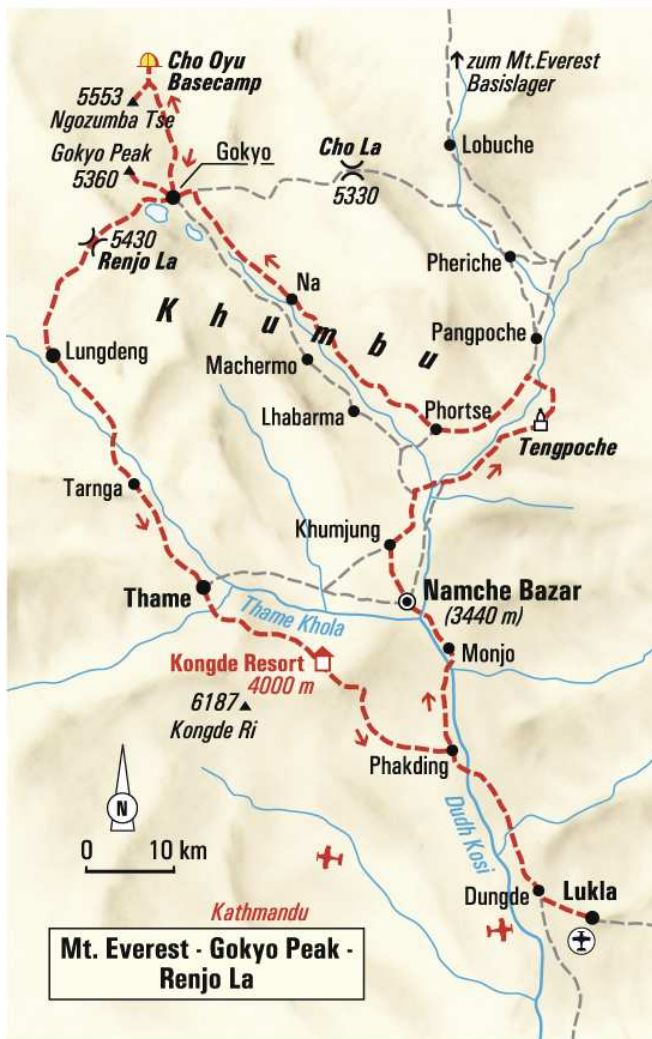
Unterstützung der Sir Edmund Hillary-Stiftung

Seit 1990 unterstützt Hauser aktiv die Sir Edmund Hillary-Stiftung Deutschland durch großzügige Spenden für Infrastruktur-Projekte in Nepal und insbesondere für das Hillary-Krankenhaus in Phaplu (im südlichen Solu Khumbu-Gebiet). Das Khunde Hospital oberhalb von Khumjung/Namche Bazar, das höchstgelegene Krankenhaus der Welt, gehört ebenfalls zu diesem Projekt. Hauser exkursionen beteiligt sich auch an der Werbung, Organisation und Durchführung von Veranstaltungen der Hillary-Stiftung Deutschland mit Sitz in Bad Wiessee. Seit 2009 ist Manfred Häupl zweiter Vorstand der Stiftung.

Ein Tag – ein Baum

Wenn Sie 2010 mit Hauser exkursionen eine Trekkingtour im Everest-Gebiet unternehmen, leisten Sie einen aktiven Beitrag zur Wiederaufforstung des Khumbu. Sie wandern von Lukla nach Namche Bazar, zum Kloster Tengpoche, ins Gokyo-Tal oder zum Everest Basecamp. Und wir kümmern uns darum, dass für jeden Tag an dem Sie auf Trekking sind, in den Baumschulen der Sir Edmund Hillary-Stiftung ein Bäumchen gezogen wird. Später, während der Monsunzeit, werden die Setzlinge auf einem festgelegten Areal angepflanzt und wachsen mit den Jahren zum „Hauser-Wald“ heran. Einen direkteren Weg mit Trekking einen aktiven Beitrag zum Klimaschutz zu leisten, können wir uns kaum vorstellen. Mit diesem Projekt werden pro Jahr zwischen 8.000 und 10.000 junge Bäume in Nepal Wurzeln schlagen

Weitere Auskünfte zu diesen und anderen Hauser Sozial- und Umweltprojekten erteilen Ihnen gerne die Mitglieder des Hauser-Teams, e-mail: umwelt@hauser-exkursionen.de



Reiseveranstalter/Beratung und Buchung

Hauser exkursionen international GmbH
 Spiegelstr. 9,
 81241 München

Tel. 089 / 23 50 06-0, Fax 089 / 23 50 06-99
 E-Mail: info@hauser-exkursionen.de <<mailto:info@hauser-exkursionen.de>>
 In Zusammenarbeit mit einer örtlichen Agentur
 sowie den IATA-Luftverkehrsgesellschaften

THE SPIRIT OF
MOUNTAIN SPORTS



Hauser
exkursionen