



Nepal

## Manaslu-Umrundung



IV



5.105









3x



15x



-  **Anspruchsvolles, 14-tägiges Zelttrekking**
-  **Umrundung des 8.156 m hohen Eisriesen Manaslu**
-  **Subtropische Landschaft und Gletscherwelt**
-  **Möglichkeit zur Besteigung des Sama Peak (5.140 m)**
-  **Überschreitung des 5.105 m hohen Larkya La**
-  **Durch Gurung-Dörfer ins Marsyandi-Tal**

Das Trekking beginnt in Arughat, dem Dorf mit dem schönsten Markt der Gegend. Die für Nepal typischen Reis- und Hirseterrassen bedecken zahlreiche Hänge bis in fast 2.000 m Höhe, während in den Tälern Zitrusfrüchte und Mangobäume gedeihen. Sie wandern nach Jagat, wo der Einfluss der tibetischen Kultur schon unverkennbar ist. Von Rhododendron- und Bambuswäldern mit weißen Orchideen, besonders schön zur Blütezeit, wechselt die Vegetation zu Fichten- und Tannenwäldern, in deren Hintergrund Schnee und ewiges Eis des Singri-Gletschers und des Ganesh Himal leuchten. Schließlich erscheint der Manaslu (8.156 m) in seiner ganzen Pracht. Immer häufiger sehen Sie die buddhistischen Gedenkschreine – Chörten genannt; und Steine mit eingemeißelten Gebetsformeln sind sorgsam am Wegesrand aufgeschichtet.

Direkt unter den Nordabstürzen des Himal Chuli (7.893 m), des Dakura Peak 29 (7.871 m) und des Manaslu (8.156 m) wandern Sie durch den tibetisch geprägten Kulturkreis nach Samdo. Von hier aus können Sie den technisch leichten, etwa 5.140 m hohen Sama Peak (bzw. Samdo Peak) besteigen. Herrliche Ausblicke auf das Manaslu-Massiv und die Bergwelt Tibets sind der Lohn für die Mühe des Aufstiegs.

Mit der Überschreitung des 5.105 m hohen Larkya La, teilweise über Geröll und durch Schnee, erreichen Sie das Tal des Dudh Khola. Vorbei an den malerischen Dörfern der Gurung wandern Sie bis ins Marsyandi-Tal hinein, das den Manaslu Himal vom Annapurna Himal trennt. Hier treffen Sie auf die Annapurna-Route und folgen ihr bis Bhulbhule. Dort werden abgeholt und kehren nach Kathmandu zurück. Für Besichtigungen im Tal von Kathmandu haben Sie vor und nach dem Trekking Zeit.

## Geplanter Programmablauf

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

### Tag 1: Anreise

Flug ab Deutschland nach Kathmandu.

### Tag 2: Ankunft in Kathmandu

Ankunft in der nepalischen Hauptstadt (1.350 m) und Transfer mit unserer Hauser-Reiseleitung zu unserem Hotel. Vor dem Abendessen können wir evtl. noch einen kleinen Spaziergang in der Nähe des Hotels unternehmen.

**Hotel;**

### Tag 3: Altstadt von Kathmandu-Swayambunath

Zuerst besuchen wir die historische Altstadt von Kathmandu. Rund um den Königspalast Hanuman Dhoka sind zahlreiche Hindu-Tempel zu sehen. Unter anderem auch die Residenz und der Kumari, der „lebenden“ Göttin, und das Katamandap (Haus aus Holz), welches das erste zentrale Handelshaus von Kathmandu angesehen wird. Vorbei am größten und ältesten Tempel der Stadt, der Taleju-Pagode, bummeln wir durch belebte Bazarstraßen am Tempel der Annapurna Göttin vorbei ins Einkaufsviertel Thamel. Nach der Mittagsrast können wir (fakultativ) zu Fuß nach Swayambunath gehen. 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 Fahrradrिक्षshaw fahren.

**Hotel; (F)**

### Tag 4: Fahrt nach Arughat - Beginn des Trekkings

Eine etwa 6-stündige Fahrt trennt uns vom ca. 150 km entfernten Städtchen Arughat, dem größten Ort im Buri Gandaki-Tal. Wir überqueren den 1.500 m hohen Thankot-Pass und folgen den Serpentinaen hinab ins Trisuli-Tal. Nun geht es ein Stück am Marsyandi-Fluss entlang, dann über Dading Besi an den Buri Gandaki und schließlich nach Arughat. Auf der Fahrt, vorbei an Dörfern und Terrassenfeldern, sehen wir bei gutem Wetter bereits die Bergketten von Ganesh, Manaslu und Annapurna am Horizont. Das Klima in den ersten Tagen unseres Trekkings ist subtropisch, hier gedeihen sogar Mangobäume. Von Arughat (570 m) aus unternehmen wir mit unserer Begleitmannschaft eine kurze Wanderung zu unserem ersten Zeltcamp in der Nähe.

**Fahrzeit 7 - 8 Std.; Gehzeit ca. 0,5 Std.; Zelt; (FMA)**

### Tag 5: Arket - Soti Khola

In stetigem Auf und Ab führt unser Weg am Fluss entlang und durch Dörfer der Volksgruppen der Magar und Newar. Weizen und Reisterrassen säumen den Weg, sogar eine Zuckerrohrplantage gibt es dort. Beim letzten, etwas größeren Ort Arket leuchten im Talhintergrund die Schneefelder der Gletscher des Ganesh Himal. An manchen Stellen verengt sich das Tal und der Weg verläuft hoch über dem Fluss, bis wir das Lager bei Soti Khola (Khola = Fluss) erreichen.

**Gehzeit ca. 4 Std.; Aufstieg 90m; Zelt; (FMA)**

### Tag 6: Lapu Bensi - Machha Khola

Ein romantischer Weg ca. 100 m oberhalb der Schlucht führt uns weiter hoch, bis wir vor Lapu Bensi wieder an den Fluss gelangen. Links des Flusses geht es dann wieder leicht bergan, an einem schönen Wasserfall vorbei bis zu unserem Zeltlager beim Machha Khola (Machha=Fisch).

**Gehzeit 6 - 7 Std.; Aufstieg 360m; Abstieg 120m; Zelt; (FMA)**

### Tag 7: Doban - Jagat

Wieder oberhalb des Tales geht es weiter, teils durch Wälder, in denen wir mit etwas Glück Languren beobachten können. (Die Languren - eine Primatengruppe aus Asien - gehören zu den Schlankaffen innerhalb der Familie der Meerkatzenverwandten.) Am Talboden erreichen wir die heißen Quellen in Tato Pani und später den Ort Doban (1.100 m). Auf den Feldern werden Mais und Getreide angebaut. In der engen Schlucht des Buri Gandaki (Gandaki=Tal, Schlucht) führt der Weg oberhalb des tosenden Wassers entlang, bevor das Tal sich dann wieder plötzlich öffnet und breiter wird. Durch diese kontrastreiche Landschaft geht es weiter bis zu den Häusern von Jagat (1.360 m).

**Gehzeit ca. 7 Std.; Aufstieg 890m; Abstieg 395m; Zelt; (FMA)**

### Tag 8: Philim - Pewa

An den ersten Manimauern (Gebetsmauern) und Tschörten (Schreinen) erkennen wir, dass wir ins Siedlungsgebiet der Tamang gelangen, die Anhänger des tibetischen Buddhismus sind. Ausblicke auf den Sringi- und Ganesh Himal bieten sich uns unterwegs nach Philim und weiter bis nach Eklapatthi, wo wir Mittagspause machen. Mehrere Dörfer erstrecken sich an den steilen Hängen oberhalb der teils engen Schlucht. Wir wechseln mehrmals über Hängebrücken die Uferseite und wandern das Tal des Budhi Gandanki weiter hinauf. Unser Camp errichten wir bei Pewa (1.780 m).

**Gehzeit 6,5 - 7 Std.; Aufstieg 830m; Abstieg 440m; Zelt; (FMA)**

### Tag 9: Pewa - Ghap

Mäßig ansteigend führt unser Weg weiter bis zur Ortschaft Deng. Dort gibt es schöne Natursteinhäuser mit Schindeldächern zu sehen und ein Tschörten mit Steinmandala. Wir wandern weiter bis zum Bothia-Dorf Ghap (2.200 m). Die Bhotia (oder Bhutija) stammen ursprünglich aus Tibet und sind Anhänger des tibetischen Buddhismus. Sie haben sich vor allem in Bhutan, Sikkim und Nepal niedergelassen.

**Gehzeit 5 - 5,5 Std.; Aufstieg 950m; Abstieg 525m; Zelt; (FMA)**



### Tag 10: Lho Gaon

Hinter Ghap wechseln wir zur Südseite des Buri Gandaki und laufen während dieser Tagesetappe etwa parallel zu der nur 5 km entfernten tibetischen Grenze. Stets auf der linken Talseite bleibend, gewinnen wir über einzelne Dörfer und Gehöfte wie Syugjang und Bangsam stets an Höhe. Tschörten und Manimauern säumen den Weg. Vorbei an Feldern führt unsere Route bis zum großen Dorf Lho Gaon (3.180 m).

**Gehzeit 5,5 - 6 Std.; Aufstieg 950m; Abstieg 525m; Zelt; (FMA)**

### Tag 11: Sama Gaon

Unsere Route verläuft teilweise durch herrliche Nadelwälder und direkt unterhalb der gewaltigen Ostabstürze des Manaslu Himal langsam höher. Bald betreten wir das einst sagenumwobene Hochtal von Sama und wandern bis zum 3.600 m hoch gelegenen Dorf Sama Gaon mit der nahe gelegenen Gompa. Der Nachmittag steht zur freien Verfügung.

**Gehzeit ca. 4 Std.; Aufstieg 580m; Abstieg 200m; Zelt; (FMA)**

### Tag 12: Samdo

Wir lassen den Manaslu-Gletscher links liegen und halten uns im Tal nordwärts. Beim Ort Samdo, wo sich tibetische Flüchtlinge niedergelassen haben, schlagen wir unser Lager auf und genießen den freien Nachmittag. Sollte sich der Anmarsch um einen Tag verzögert haben, so legen wir die beiden kurzen Etappen von Tag 16 und 17 an einem Tag zurück.

**Gehzeit ca. 3,5 Std.; Aufstieg 300m; Abstieg 25m; Zelt; (FMA)**

### Tag 13: Sama Peak - Samdo

Von Samdo aus wollen wir den 5.140 m hohen Sama Peak (bzw. Samdo Peak) besteigen. Der Aufstieg mit knapp 1.400 Höhenmetern dauert 3-4 Std., ist technisch leicht und führt zuletzt über Geröll. Als Lohn winkt vom Gipfel aus eine fantastische Aussicht. Sie reicht bei gutem Wetter über den Manaslu Himal mit seinem Hauptgipfel und die umliegenden Siebentausender bis zu den Bergen und Pässen Tibets. Nach dem Abstieg übernachten wir nochmals in Samdo. Unser Gipfel befindet sich in einer „restricted area“; die Besteigung ist somit von der Willkür des begleitenden Verbindungsoffiziers abhängig. Bei schlechtem Wetter und ungünstigen Bedingungen - auch im Vorfeld - kann die Gipfelbesteigung entfallen.

**Gehzeit 7 - 8 Std.; Aufstieg 1.380m; Abstieg 1.380m; Zelt; (FMA)**

### Tag 14: Über Larkya Bazar ins Seitental zum "Basislager"

Nach dieser „Trainingstour“ sind wir für die Überquerung des fast gleich hohen Larkya La bestens gerüstet. Hinter Samdo gabelt sich der Weg. In nordöstlicher Richtung geht es über einen für uns verbotenen 5.000er-Pass nach Tibet. Wir folgen dem Buri Ghandaki bis zum einst blühenden Larkya Bazar und biegen dann westwärts in ein Seitental ein. In ca. 4.450 m Höhe errichten wir unser „Basislager“ vor dem Larkya-Pass, ruhen uns aus und sammeln Kräfte für die „Schlüsselstelle“ der Tour.

**Gehzeit ca. 4 Std.; Aufstieg 660m; Abstieg 70m; Zelt; (FMA)**

### Tag 15: Larkya Bazar - Dudh Khola - Bimthang

Früh aufstehen ist angesagt. Gleichmäßig führt der Weg über Moränen hinauf bis zum Larkya La (5.105 m). Bei klarer Sicht erwartet uns ein grandioser Panoramablick auf die Sechs- und Siebentausender des Larkya, Cheo und Himlung Himal im Norden und auf den Manaslu Himal im Süden. Wir reißen uns vom Pass los und folgen einem Moränenrücken gemächlich abwärts. Dann geht es durch steileres Gelände ins Tal des Dudh Khola. Vorbei an einzelnen Hütten und dem Pokar-See treffen wir unterhalb des Quellbereichs des „Milchflusses“ auf die erste Siedlung. In der Nähe von Bimthang (auch Bimdakothi genannt), das inmitten eines großartigen Gletscherkessels auf etwa 3.800 m liegt, bauen wir unsere Zelte auf. Auch bei normalen Verhältnissen benötigen wir für die Kraft raubende Passüberschreitung eine Gehzeit von etwa 9 Stunden.

**Gehzeit ca. 9 Std.; Aufstieg 800m; Abstieg 1.600m; Zelt; (FMA)**

### Tag 16: Tilje

Im Tal des Dudh Khola wandern wir südwärts hinab und verlieren ca. 1.800 m an Höhe. Wir wechseln von der Ost- auf die Westseite hinüber. Blicken wir nach oben, haben wir gigantische Einblicke in die Westabstürze des Manaslu. Prächtige Rhododendronwälder, im Frühjahr ein Blütenmeer, säumen den Weg talauswärts. Unser Etappenziel ist das große Gurungdorf Tilje (2.400 m).

**Gehzeit 6,5 - 7 Std.; Aufstieg 400m; Abstieg 1.800m; Zelt; (FMA)**

**Tag 17: Thonje - Tal - Chamche**

Bald treffen wir auf die Mündung des Dudh Khola in den Marsyandi Khola. Dieser Fluss hat sich zwischen Annapurna und Manaslu Himal eine der tiefsten Schluchten der Welt gebahnt. Auf der gegenüberliegenden Seite des Haupttales kommen wir durch den Ort Thonje (2.000 m) und befinden uns nun auf der klassischen Route zur Annapurna-Umrandung. Über die Weiler Naje und Tal wandern wir talwärts, wobei wir mehrmals den Marsyandi auf Hängebrücken queren. Schließlich treffen wir im Gurungort Chamche, am Westufer des Flusses ein.

**Gehzeit ca. 7 Std.; Aufstieg 600m; Abstieg 1.400m; Zelt; (FMA)**

**Tag 18: Bahundanda- Bhulbule**

Während wir weiter absteigen, müssen wir mehrmals die Flussseite wechseln und kommen durch kleine Siedlungen wie Syange, deren Einwohner vom Reisanbau leben. Zum Ort Bahundanda (1.300 m) geht es nochmals steil bergauf. Unser letztes Lager errichten wir vor dem Dorf Bhulbule nahe der Hängebrücke über den Marsyandi (850 m). Am Abend können wir eine Abschiedsfeier mit der Crew veranstalten, und haben dann auch die Möglichkeit, uns für deren Dienste zu bedanken.

**Gehzeit 7 - 8 Std.; Aufstieg 700m; Abstieg 1.100m; Zelt; (FMA)**

**Tag 19: Besisahar - Fahrt nach Kathmandu**

Wir werden abgeholt und fahren über Khudi Bazar und Besisahar (800 m) durch das Marsyandi-Tal auf der Piste nach Dumre (450 m). Hier treffen wir auf die Hauptstraße, die von Pokhara nach Kathmandu führt. Nun liegen noch etwa 140 km über Mugling und den Thankot-Pass bis nach Kathmandu vor uns. Im Laufe des Nachmittags treffen wir in Kathmandu ein.

Abends treffen wir uns zum gemeinsamen Abschiedessen.

**Gehzeit 6 - 7 Std.; Hotel; (FA)**

**Tag 20: Rückreise**

Morgens werden wir zum Flughafen gebracht und fliegen zurück nach Deutschland.

**Unser Service-Team berät Sie gerne.**

**Telefon-Nummer: 089-235 006-0**

**e-mail: [info@hauser-exkursionen.de](mailto:info@hauser-exkursionen.de)**



## Charakter der Tour und Anforderungen

Bewährtes, klassisches Zelt-Trekking vor grandioser Kulisse; ohne Inlandsflüge; teilweise lange Tagesetappen, gute Kondition und Trittsicherheit vorausgesetzt.

Das Trekking dieser Reise ist eine sehr anspruchsvolle Tour, die nur für geübte Wanderer mit ausgezeichneter Kondition geeignet ist. Die Wege sind meist in gutem Zustand, doch gibt es auch einfachere, teilweise steile und ausgesetzte Bergpfade. Obwohl kein klettertechnisches Können erforderlich ist, sollten Sie unbedingt schwindelfrei und trittsicher sein. Die Tagesetappen schwanken zwischen 3 und 10 Stunden. Sie liegen oft bei 7 - 8 Stunden reiner Gehzeit bei mäßigem Tempo und werden von Ruhepausen unterbrochen. Die zu überwindenden Höhenunterschiede erreichen im Aufstieg bis zu 1.250 m, im Abstieg bis zu 1.400 m.

Für die Überschreitung des 5.105 m hohen Larkya La ist sehr gute Kondition erforderlich, zumal die ungewohnte Höhe große Anforderungen an den Organismus stellt. Im Extremfall sind bei ungünstigen Verhältnissen für die Passüberquerung bis zu 12 Stunden nötig. Besonders im Frühjahr ist mit erschwerten Bedingungen durch wechselnde Schneeverhältnisse zu rechnen. Durch den langen Anmarsch wird die Höhenanpassung zwar wesentlich erleichtert, doch sollten Sie bedenken, dass Sie von ca. 500 m Höhe in Regionen bis 5.100 m vorstoßen. Ihr Herz und Kreislauf müssen in Ordnung sein; konsultieren Sie bitte vor Reiseantritt Ihren Arzt oder Ihre Ärztin.

Die Tagesleistung von oft 7 - 8 Stunden Gehzeit über 14 Tage hinweg erfordert eine sehr gute körperliche Ausdauer. Zusätzlich ist die ungewohnte Höhe nicht zu unterschätzen. Auch in psychischer Hinsicht wird einiges von Ihnen verlangt. Bitte gehen Sie langsam und stetig, besonders am Anfang der Tour, wenn der Organismus sich auf die veränderten Verhältnisse einstellen muss. Wir empfehlen, sich durch ausgedehnte Wanderungen und Waldläufe vorzubereiten. Beim Trekking betreut Sie eine Begleitmannschaft, die sich um das Gepäck kümmert, die Zelte auf- und abbaut, kocht und serviert. Bei langen Etappen mit später Ankunft am Lagerplatz werden die Zelte von den Teilnehmern aufgebaut. Sie tragen nur das Notwendigste (Anorak/Regenschutz, Pullover/Fleece, Trinkflasche, Fotoausrüstung, usw.) in Ihrem Tagesrucksack; das restliche Gepäck wird von den Trägern transportiert. Bitte haben Sie Verständnis und stellen Sie keine allzu hohen Ansprüche, wenn die Mahlzeiten teilweise etwas einseitig sind. Da unterwegs nicht immer Frischwaren (Brot, Fleisch, Gemüse, etc.) einzukaufen sind, wird für das Trekking ein Großteil der Verpflegung mitgeführt.

## 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.

## Ausrüstung

In den Hochregionen des Gebirges sind nachts Minusgrade (bis minus 15°C) möglich. Entsprechend den klimatischen Bedingungen sollten Sie neben leichten Sommersachen auch warme Kleidung mitnehmen. Außerdem benötigen Sie eine bequeme Wanderausrüstung, stabile und steigeisefeste Trekkingschuhe mit guter Profilgummi-sole sowie Gamaschen. Teleskop-Tourenstöcke können beim Gehen sehr hilfreich sein. Beim Trekking übernachten Sie in Zwei-Personen-Zelten mit Isoliermatten; sollte Ihnen die Isomatte zu hart sein, bringen Sie bitte eine leichte, selbst aufblasbare Thermomatte mit. Sie benötigen einen guten Schlafsack (Daune oder Kunststoff) mit einem Komfortbereich bis minus 10°C.

## Gepäck

Wir empfehlen die Mitnahme einer stabilen Reisetasche (z.B. Hauser Reisetasche mit Rollen und herausnehmbarer Kunststoffplatte), 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 getragen.

## Sicherheitshinweise

Bei Drucklegung existiert ein Sicherheitshinweis des Auswärtigen Amtes. Wir bitten um Beachtung: [www.auswaertiges-amt.de](http://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](http://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](http://www.gesundes-reisen.de).

## Leistungen

### Hauser-Inklusivleistungen

- Hauser-Reiseleitung ab/bis Deutschland
- Flug mit Oman Air ab/bis Deutschland via Muscat nach Kathmandu
- derzeitige Flughafensteuer, Abflugsteuer und Sicherheitsgebühren
- Übernachtung in Hotels und Zelten
- meist Vollpension
- Begleitmannschaft
- Gepäcktransport
- Camping- und Kochausrüstung
- Nationalparkgebühren
- Trekkingpermits
- Certec-Bag / Überdrucksack
- Satellitentelefon
- Hauser-Top-Schutz im Wert von € 160,-; 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:

Reisenummer: NPK16

Reisetage: 20 Tage

Teilnehmerzahl: 10-16

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

Termine:	Preis:
08.04.2012 - 27.04.2012	2.995,00€
14.10.2012 - 02.11.2012	3.195,00€
Einzelzimmerzuschlag inkl. Einzelzeltzuschlag	210,00€

Den geplanten Reiseleiter und Zusatztermine finden Sie sobald bekannt bei dieser Reise unter [www.hauser-exkursionen.de](http://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 (Kathmandu ca. € 15 - 20/Tag); Trinkgelder (ca. € 70); individuelle Ausflüge und Besichtigungen

## Hauser Shop / Gutscheine

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](http://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 langjähriger, in Nepal lebender Hauser-Reiseleiter ein wachsendes Team von einheimischen Deutsch sprechenden Reiseleitern durch Aus- und Fortbildung auf. Seminare zu unterschiedlichsten Themen und Auswertungen von Tourenresonanzen sowie Erfahrungsaustausch untereinander führen zur Höherqualifizierung dieses Teams. Diese örtlichen Hauser-Reiseleiter führen orts- und sachkundig unsere mit I bis III bewerteten Kultur- und Wanderreisen. Für alle unsere Reiseleiter haben wir eine Kranken- und Unfallversicherung abgeschlossen.

Ausrüstung der Begleitmannschaften für Trekkings

Seit 1996 lässt Hauser für die zu Trekkingtouren eingesetzten Nepali (Träger, Sherpas und bei Zelttouren Küchenpersonal) Trekkingausrüstung fertigen oder zukaufen. Auch bei uns gespendete neue Ausrüstung transportieren wir nach Nepal. 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 und werden an das eingesetzte Personal ausgeliehen. 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 Paphlu (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.

Weitere Auskünfte zu diesen und anderen Hauser Sozial- und Umweltprojekten erteilen Ihnen gerne die Mitglieder des Hauser-Teams, e-mail: [umwelt@hauser-exkursionen.de](mailto: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) <<mailto:info@hauser-exkursionen.de>>  
 In Zusammenarbeit mit einer örtlichen Agentur  
 sowie den IATA-Luftverkehrsgesellschaften