



Nepal

## Kanchenjunga-Basislager



III



5.150









6x



22x



-  **24-tägiges Zelt-Trekking zum Basislager des Kanchenjunga (8.598 m)**
-  **Vielfältige Trekkingroute vom grünen Tiefland bis ins Hochgebirge**
-  **Terrassenfelder und hübsche Bergdörfer**
-  **Durch dschungelartigen Wald mit Farnen und Orchideen**
-  **Okatang: inmitten von Fels-, Eis und Gletscherbergen**
-  **Besteigung des Sun Pati Peak (5.500 m) und Drohma-Vorgipfels (5.900 m)**

Im östlichen Nepal, an der Grenze zu Sikkim und Tibet, erhebt sich wild zerklüftet, von Gletschern überzogen, wuchtig und majestätisch zugleich das Gebirgsmassiv des Kanchenjunga. Sein Hauptgipfel ist mit 8.598 m der dritthöchste Berg der Erde.

Auf diesem anspruchsvollen Trekking sind Sie in nächster Nähe dieser „Fünf Schatzkästen des ewigen Schnees“, wie die Gipfel auch bezeichnet werden, unterwegs. Die Route führt Sie nach Ihrer Flugankunft in Suketar durch die Täler des Amri Khola und des Simbuwa Khola zum Fuße der Kanchenjunga-Südwand, dem ersten Höhepunkt des Trekkings. Hier befindet sich der mächtige Yalung-Gletscher. Bergsteiger haben vom Ramche-Camp aus die Möglichkeit, den technisch nicht schwierigen 5.500 m hohen Sun Pati Peak zu besteigen.

Über den Mirgin La und Sinion La, zwei über 4.000 m hohe Pässe mit fantastischen Ausblicken, erreichen Sie das Ghunsa-Tal und wandern zum landschaftlich grandios gelegenen, von vergletscherten Gipfeln umgebenen Kanchenjunga-Basislager, Pang Pema genannt. Die Besteigung des Drohma-Sporngipfels (5.900 m), inmitten der Eisriesen des Kanchenjunga, ist der Höhepunkt des Trekkings, bevor es durch das Ghunsa-Tal wieder talauswärts geht und Sie über liebeliche Dörfer und durch wilde Vegetation nach Taplejung zurückkehren.

Die Trekkingdauer von insgesamt 23 Tagen erfordert ausgezeichnete Kondition und eine sehr gute Konstitution. Die Besteigungen des Sun Pati Peak und des Drohma-Vorgipfels sind ohne Eisausrüstung durchführbar und erfordern neben sehr guter Trittsicherheit keine besonderen technischen Kenntnisse.

## 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 Hauser-Reiseleitung zum Hotel in Kathmandu (1.350 m). Eventuell können wir gegen Abend noch einen kleinen Spaziergang in der Nähe des Hotels unternehmen.

**Hotel;**

### Tag 3: Flug nach Biratnagar

Wir fliegen, je nach Flugplan, am Vor- oder Nachmittag nach Ostnepal. Wenn alles planmäßig verläuft, bringt uns eine Propellermaschine in die Stadt Biratnagar (asphaltierte Rollbahn), die an der Grenze zu Indien liegt. Dort verbringen wir voraussichtlich flugplanbedingt eine Nacht in einem Hotel und richten uns auf einfache Verhältnisse ein. Sollte am 4. Tag ein Direktflug nach Suketar möglich sein, bleibt uns heute Zeit für Besichtigungen in Kathmandu.

**Hotel; (FMA)**

### Tag 4: Flug nach Suketar - Lali Kharka

Aus der Tiefebene fliegen wir morgens in ca. 30 Min. Richtung Norden ins Gebirge nach Suketar (ca. 2.350 m), dem Flugplatz der Distrikthauptstadt Taplejung. Die Landepiste liegt spektakulär auf einem Bergrücken. Die nepalische Begleitmannschaft teilt die Lasten auf, dann geht es los. Gemütlich wandern wir den Bergrücken leicht ansteigend aufwärts bis zum Teehaus Deurali Bhanjang (2.450 m) und durch den dschungelartigen Wald weiter bis zur Passhöhe (2.650 m). Steil führt nun der Weg abwärts bis Lali Kharka (2.305 m).

**Gehzeit ca. 2,5 Std.; Aufstieg 400m; Abstieg 650m; Zelt; (FMA)**

### Tag 5: Tembewa - Simbu - Sinchewa Bhanjyang

Vorbei an Terrassenfeldern gelangen wir nach Tembewa, einem schönen Dorf mit strohgedeckten Lehmhäusern (2000 m). Über Simbu (1.800 m) wandern wir nun steil abwärts, durch Hirse- und Reisfelder hindurch bis in den Talgrund (1.300 m). Über eine kleine Hängebrücke gelangen wir auf die andere Talseite und steigen durch besiedeltes Gebiet über einen guten Steig wieder aufwärts. Wir queren ein weites Tal zu einem kleinen Übergang beim Dorf Sinchewa Bhanjyang (2.130 m).

**Gehzeit ca. 5,5 Std.; Aufstieg 800m; Abstieg 900m; Zelt; (FMA)**

### Tag 6: Kesheba - Anpan - Phumphedanda

Durch Terrassenfelder geht es über Kesheba (2.000 m) und weitere hübsche und blumengeschmückte Dörfchen bis zu einem dschungelartigen Wald mit Farnen und Orchideen. Erst wandern wir steil bergab bis auf 1.720 m und dann in stetigem Auf und Ab nach Anpan (1.834 m).

Durch Reisfelder spazieren wir nach Yangpang. Nun geht es durch einen dschungelartigen Wald steil hinunter, vorbei an kleinen Wasserfällen und im ständigen Auf und Ab zum Phumphedanda-Teehaus.

**Gehzeit ca. 5,5 Std.; Aufstieg 800m; Abstieg 1.100m; Zelt; (FMA)**

### Tag 7: Mamangkha - Yamphudin

Wir steigen in einen Graben ab und weiter ins Tal bis zu einer Brücke (1.530 m). Nach einem steilen Anstieg erreichen wir Mamangkha (1.790 m), ein großes Dorf mit schönen Häusern und Blumen auf den Balkonen und in den Gärten. In ständigem Auf und Ab steigen wir über steile Grashänge zum Fluss hinab und erreichen bald das Dorf Yamphudin (1.700 m).

**Gehzeit ca. 6,5 Std.; Aufstieg 600m; Abstieg 600m; Zelt; (FMA)**

### Tag 8: Dhupi Bhanjyang-Pass - Omje Khola-Tal

Am Checkpost vorbei wandern wir bis zu einer Holzbrücke und dann ein kleines Stück das Khabeli Khola-Tal einwärts, bis wir langsam und stetig den Aufstieg zum Dhupi Bhanjyang-Pass (2.550 m) beginnen. Durch den lichter werdenden Wald erreichen wir nach ca. 2,5 Std. die Passhöhe. Nach einer Rast steigen wir über unzählige Holzstufen durch einen urwaldähnlichen Wald ins Tal des Omje Khola hinunter und erreichen nach ca. 45 Min. den Lagerplatz (2.340 m).

**Gehzeit 3,5 - 4 Std.; Aufstieg 850m; Abstieg 250m; Zelt; (FMA)**

### Tag 9: Lamite Bhanjyang - Simbuwa Khola (Tortong)

Steil steigen wir über einen „Stufenweg“ durch dichten Bambus- und Rhododendronwald aufwärts und gewinnen rasch an Höhe. Weit reicht der Blick talauswärts über unzählige Hügelketten bis zum tief gelegenen Yamphudin. Nach ca. 3,5 bis 4,5 Std. erreichen wir die Passhöhe Lamite Bhanjyang (3.410 m) und steigen nun durch den wieder dichten Wald ins Simbuwa Khola-Tal ab. Am Fluss und bei der Brücke finden wir einen guten Platz zum Campieren (3.000 m).

**Gehzeit 6 - 7 Std.; Aufstieg 1.200m; Abstieg 700m; Zelt; (FMA)**

### Tag 10: Anda Phedi - Tseram

Durch einen Wald mit Riesenrhododendron und Himalayazedern, deren Stämme fast zwei Meter Durchmesser haben, wandern wir talaufwärts. Nach einer Biegung sind erstmals hohe, schneebedeckte Berge zu sehen. Das Tal wird nun weiter und schöner. Nach ca. 2,5 bis 3,5 Stunden erreichen wir Anda Phedi (3.560 m). Auf der orographisch rechten Talseite des Simbuwa Khola wandern wir weiter. Der Fluss hat sich hier tief eingeschnitten. Vorbei an Gebetsfahnen, teilweise am Flussufer, teilweise im Wald, wandern wir weiter taleinwärts und erreichen nach einem kurzen steilen Anstieg das auf einer kleinen Terrasse gelegene Tseram (3.870 m). Weit hinten im Tal ist bereits ein Gipfel des „Kabru“ zu sehen.

**Gehzeit 4 - 5 Std.; Aufstieg 850m; Abstieg 100m; Zelt; (FMA)**

### Tag 11: Ruhetag

Akklimatisierungstag in Tseram

**Zelt; (FMA)**



### Tag 12: Lapsang - Ramche

Vorbei an Lapsang Bara, einer kleinen Yakalm, wandern wir taleinwärts. Über herrliche Almenmatten gelangen wir nach Lapsang (4.320 m). Riesige Yakherden weiden auf den Wiesen. Vorbei an kleinen, durch die Moräne aufgestauten Seen erreichen wir Ramche (4.615 m), einen idyllisch gelegenen Platz, eingebettet zwischen den Eisgraten des Rathong und Kokhtang, am Rande des Yalung-Gletschers. Bei zwei kleinen Hütten stellen wir die Zelte auf.

**3,5 - 4 Std.; Aufstieg 850m; Abstieg 100m; Zelt; (FMA)**

### Tag 13: Oktang

Wer den San Pati Peak nicht besteigen möchte, wandert morgens am Yalung-Gletscher entlang. Nach ca. 2 Std. auf einem sanft ansteigenden Pfad kommen wir nach Oktang (4.850 m), wo ein kleiner Chörten mit Gebetsfahnen zur Rast einlädt. Wie die Ränge eines Amphitheaters staffeln sich die umliegenden Gletscher-, Fels- und Eisberge in den Himmel. Gut zu erkennen sind südlich des Kanchenjunga die über 7.300 m hohen Gipfel des Kabru-Massives, an die sich Rathong und Kokthan Peak anschließen. Dazwischen liegt der markante Rathong La, über den in wenigen Tagen Sikkim zu erreichen ist. Oktang eignet sich gut als Ausgangspunkt für kleine Exkursionen oder für ein Picknick, bevor es zurück zum Camp in Ramche geht.

**Gehzeit ca. 4 Std.; Aufstieg 250m; Abstieg 250m; Zelt; (FMA)**

### Tag 13 B: Sun Pati Peak

Die Bergsteiger ziehen früh los, um den technisch unschwierigen Sun Pati Peak (5.500 m) zu besteigen. Der Aufstieg von 900 Höhenmetern dauert 3 - 4 Std. Die Etappe ist wegen der Höhe und der steilen, mit Felsblöcken und Geröll bedeckten Hänge anstrengend und erfordert Trittsicherheit und Schwindelfreiheit. Oben bietet sich ein unglaublicher Rundblick auf das ganze Kanchenjunga-Massiv mit West-, Haupt- und Südgipfel. Seinen Namen erhielt der Sun Pati („goldenes Blatt“) bei unserer Erkundungstour im Dezember 1988, da am Rande des Yalung-Gletschers viele Rhododendron-Sträucher gleichen Namens wachsen. Unser Abstieg zum Yalung-Gletscher und ins Lager von Ramche (4.600 m) dauert 2 - 3 Std. Mit etwas Glück können wir an diesem Tag auch Blauschafe entdecken.

**Gehzeit 7 - 8 Std.; Aufstieg 900m; Abstieg 900m; Übernachtung; (FMA)**

### Tag 14: Upper-Tseram

Leicht bergab wandern wir den schon bekannten Weg zurück nach Tseram und schlagen etwas oberhalb der Alm auf knapp über 4.000 m Höhe unser Lager auf.

**Gehzeit 2,5 - 3 Std.; Aufstieg 50m; Abstieg 600m; Zelt; (FMA)**

### Tag 15: Sinelapche Bhanjyang - Mirgin La - Sinion La - Sele La

Erholt und ausgeruht beginnen wir in aller Früh den Aufstieg auf die Pässe. Bald erreichen wir zwei kleine Seen, Chaklung Pokhari und sehen die Gebetsfahnen und Steinmännchen am ersten Pass, dem Sinelapche Bhanjyang (4.685 m). Von hier haben wir nochmals einen herrlichen Blick zum "Kantsch"-Südgipfel. Nun queren wir zur Westseite und erreichen in stetigem Auf und Ab den Mirgin La (4.620 m). Nach der Querung eines weiteren Schotterkessels stehen wir auf dem Sinion La, ebenfalls 4.600 m hoch. Weit im Nordwesten ist der Gipfel des Makalu zu sehen und bei klarem Wetter auch der Gipfel des Mt. Everest zu entdecken. Hinter der nächsten Biegung steht imposant der Yannu mit seinen gewaltigen Eisflanken vor uns. Abwärts querend erreichen wir den Sele La (4.300 m) und steigen über die Almenmatten steil hinunter zur Campsite (4.200 m) an einem kleinen Bach.

**Gehzeit 6,5 - 7 Std.; Aufstieg 950m; Abstieg 850m; Zelt; (FMA)**

### Tag 16: Ghunsa

Leicht bergab wandern wir durch einige Mulden nordwärts bis wir weit ins Ghunsa Khol-Tal hinunter- und hineinsehen. Nun tauchen wir in einen dichten Rhododendronwald ein und steigen sehr steil ins Tal ab. Hier können wir bereits Ghunsa sehen. Bald wird der Weg flacher, und wir erkennen die zahlreichen, zwischen

Kartoffelfeldern liegenden doppelstöckigen Häuser der Ortschaft: Unten befinden sich die von Steinmauern umgebenen Stallungen, über eine Treppe gelangt man in die oben gelegenen Wohnräume. Am Police Checkpost in Ghunsa werden unsere Trekking Permits kontrolliert. Bei einigen Bauernhäusern (3.500 m) schlagen wir unsere Zelte auf.

**Gehzeit 2,5 - 3 Std.; Aufstieg 250m; Abstieg 1.000m; Zelt; (FMA)**

### Tag 17: Rampuk Kharka - Kambachen

Durch steinigtes Gelände und Mischwald (Rhododendron, Lärchen, Berberitzen, Wacholder, etc.) führt der Weg teils am Fluss entlang, teils in höhere Regionen hinauf. Nach 3 Std. ist hinter Rampuk Kharka ein steiler Aufstieg auf einen felsigen Hügel zu bewältigen. Bei klarem Wetter sehen wir den Yannu (bzw. Kumbhakarna, 7.710 m hoch), einen für die Einheimischen heiligen Berg. Er ist bisher unbestiegen, da keine Genehmigung für einen Gipfelgang erteilt wird. Allmählich weicht der Baumbestand niedrigen Büschen und nach Queren des Dakunapo-Zuflusses treffen wir bei der Alm Kambachen (ca. 4.130 m) ein. Hier zeigen sich im Westen die Gipfel des Sharphu-Massivs (7.070 m).

**Gehzeit 4,5 - 5 Std.; Aufstieg 800m; Abstieg 200m; Zelt; (FMA)**

### Tag 18: Ramtang - Lhonak Camp

Auf der rechten Seite des Ghunsa Khola folgen wir dem Pfad oberhalb des Flusses, kommen durch felsiges Gebiet, steigen kurz zum Fluss ab und marschieren weiter bergan auf einen terrassierten Hügel. Das Tal weitet sich, und nach rund 2,5 Std. treffen wir auf die kleinen Hütten der Alm Ramtang. Zunächst relativ eben, dann über eine kleine Moräne zieht sich der Weg in 2 Std. bis zur Einmündung des Seitentals vom Lhonak-Gletscher. Hier am Lhonak Camp (4.780 m), nahe der Endmoräne des Kanchenjunga-Gletschers, errichten wir das Lager mit Blick auf viele Sechs- und Siebentausender.

**Gehzeit 4 - 4,5 Std.; Aufstieg 800m; Abstieg 200m; Zelt; (FMA)**

### Tag 19: Pang Pema - Kanchenjunga Basislager

Auf der rechten Seite des Kanchenjunga-Gletschers wandern wir einen Pfad aufwärts. Am Horizont tauchen mehrere Siebentausender auf, z. B. Pyramid Peak (7.123 m), Tent Peak (7.365 m), Nepal Peak (7.168 m) und die Twins (7.350 m). Unser Weg führt über herrliche Almböden weiter hinauf, bis wir im wahrsten Sinne des Wortes den Höhepunkt des Trekkings erreichen: das Lager von Pang Pema auf 5.150 m, unterhalb des majestätischen Kangchenjunga, des mit 8.598 m Höhe dritthöchsten Berges der Welt. Ein überwältigender Anblick, der die Anstrengungen der vergangenen Wandertage schnell vergessen lässt! Der Zeltplatz am Fuße der



fast 7.000 m hohen Drohma Peaks gilt als nördliches Kanchenjunga-Basislager. Auch hier sind manchmal große Herden von Blauschafen zu sehen.

**Gehzeit 4 - 5 Std.; Aufstieg 550m; Abstieg 200m; Zelt; (FMA)**

### Tag 20: Reservetag oder Drohma Peak

Sollte es zu Verzögerungen gekommen sein, ist dieser Tag als Reservetag vorgesehen. Ansonsten steht er für kleine Ausflüge zur Verfügung, vom Basislager aus zu diversen Aussichtspunkten. Bergsteiger etwa können vom Lager aus in 4 - 5 Stunden den 5.900 m hohen östlichen Vorgipfel der Drohma Peaks besteigen. Im Gelände mit Felsblöcken und Geröll benötigt man gute Trittsicherheit.

**Gehzeit 7 - 8 Std.; Aufstieg 8.500m; Abstieg 850m; Zelt; (FMA)**

### Tag 21: Lhonak - Kambachen

Wir verlassen das Basislager und kehren auf bekanntem Weg über Lhonak zurück nach Kambachen (4.130 m).

**Gehzeit 5,5 - 6 Std.; Abstieg 1.000m; Zelt; (FMA)**

### Tag 22: Ghunsa - Phere

Wir wandern weiter hinab nach Ghunsa wandern wir talauswärts nach Phale (3.200 m, auch Phere genannt), ein Dorf für Tibetische Flüchtlinge, die sich nach 1959 hier niedergelassen haben. Hier befinden sich zwei Gompas, eine der Gelugpa (Gelbmützen-Schule), und eine der Nyingmapa (Rotmützen-Schule). Nach der Kartoffelernte wandert ein Teil der buddhistischen Bevölkerung von Ghunsa ins wärmere Phere, um sich neben der Almwirtschaft saisonal der Teppichknüpfkunst zu widmen.

**Gehzeit 4,5 - 5 Std.; Aufstieg 200m; Abstieg 1.100m; Zelt; (FMA)**

### Tag 23: Gyabla - Amjilosa

Talauswärts führt unser Weg zuerst durch Lärchen- später dann durch Rhododendronwald. Steil steigen wir zum Bachbett ab, um gleich darauf zum Ort Gyabla (2.750 m) aufzusteigen. Ab jetzt wird der Weg mühsamer. Noch einmal geht es hinunter zum Bach und auf seiner anderen Seite ebenso steil wieder 300 Höhenmeter hinauf. Durch dichten Bambusdschungel wandern wir weiter. Das Tal ist tief eingeschnitten und die Hänge auf beiden Seiten sind ungemein steil. Bald erreichen wir die ersten Häuser von Amjilosa (2.450 m).

**Gehzeit 4 - 5 Std.; Aufstieg 700m; Abstieg 1.400m; Zelt; (FMA)**

### Tag 24: Camp vor Sekanthum

Wir haben einige steile Auf- und Abstiege in üppiger Vegetation zu bewältigen. Es gibt hier einen neuen Weg mit vielen Flußüberquerungen nach Japantar.

**Gehzeit ca. 3,5 Std.; Aufstieg 300m; Abstieg 1.100m; Zelt; (FMA)**

### Tag 25: Chirwa

Bald erreichen wir den kleinen Ort Sekanthum (1.700 m), ein kleines Stück weiter kommen wir zum Zusammentreffen dreier Flüsse: Aus dem Norden kommt der Tamur Khola, aus Nordosten der Ghunsa Khola (entspringt am Kanchenjunga-Gletscher) und aus Osten kommt der Simbua Khola, der am Yalung-Gletscher entspringt. Das Tamur Khola-Tal wandern wir in ständigem Auf und Ab auswärts bis Chirwa (1.250 m).

**Gehzeit 3,5 - 4 Std.; Aufstieg 300m; Abstieg 600m; Zelt; (FMA)**

### Tag 26: Mitlung - Taplejung

Heute steht uns noch ein letzter längerer Tag bevor: wir wandern flussabwärts bis Taplejung.

**Gehzeit 6 - 7 Std.; Aufstieg 1.500m; Abstieg 800m; Einfaches Hotel; (FMA)**

**Tag 27: Phidim - Illam**

Heute fahren wir mit dem Bus über Phidim bis Illam.

**Fahrzeit 7 - 8 Std.; Hotel; (FMA)**

**Tag 28: Rückflug nach Kathmandu**

Wir werden zum Flughafen nach Bhadrapur gebracht und fliegen zurück nach Kathmandu.

**Hotel; (FA)**

**Tag 29: Kathmandu - Bhaktapur**

Vormittags besichtigen wir 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.

Am Nachmittag empfehlen wir folgende fakultative Besichtigung mit Reiseleitung: Als kultureller Höhepunkt erwartet uns die Königsstadt Bhaktapur, die als schönste Stadt des ganzen Landes gilt. Einzigartig ist ihr gut erhaltenes, in den 70er Jahren restauriertes, mittelalterliches Stadtbild. Auf dem Durbar Square bewundern wir die Hindu-Tempel mit bemalten Holzschnitzereien und steinernen Schutzziern und das vergoldete Eingangsportal des Königspalasts. Wir kommen zum Platz mit der höchsten Pagode Nepals, dem fünfgeschossigen Nyatapola. In der Nähe lockt das Töpferviertel zu einem Abstecher, bevor wir in den Osten der Stadt zum Dattatreya-Platz spazieren. Hier bestaunen wir die ehemaligen Priesterhäuser mit kunstvoll geschnitzten Fensterrahmen aus braunschwarzem Salbaumholz.

Abends treffen wir uns zu einem gemütlichen Abschiedsessen.

**Hotel; (FA)**

**Tag 30: Rückreise**

Wir werden wir 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](mailto:info@hauser-exkursionen.de)**



## Charakter der Tour und Anforderungen

Sehr anspruchsvolles und vielfältiges Trekking; ausgezeichnete Kondition ist Voraussetzung; lange Etappen in stetigem Auf- und Ab; Trittsicherheit und Schwindelfreiheit nötig.

Dieses Trekking ist anspruchsvoll und nur für geübte Wanderer mit ausgezeichneter Kondition geeignet. Die täglichen Wanderetappen liegen zwischen 4 und 8 Stunden reiner Gehzeit und betragen meist um die 5 - 6 Stunden, wobei im Aufstieg maximal 1.500 m sowie im Abstieg maximal 1.400 m zu bewältigen sind. Große Ausdauer erfordern die tagelangen Etappen durch Flusstäler, denn in stetigem Auf und Ab queren Sie Bergrücken und Nebenflüsse, wobei Sie abwechselnd in Regionen oberhalb der Flüsse aufsteigen und dann wieder zum Talgrund hinunter laufen. Überwiegend sind die Wege in gutem Zustand, es kommen aber auch einfachere, teils steile und ausgesetzte Bergpfade vor, besonders wenn die Etappe durch felsige oder geröllbedeckte Abschnitte sowie durch von Erosion geprägte Gebiete führt. Es ist zwar kein klettertechnisches Können erforderlich, Sie müssen jedoch unbedingt schwindelfrei und trittsicher sein.

Da Sie in Regionen von über 5.000 m (Pang Pema 5.150 m und fakultativ Sun Pati Peak 5.500 m) kommen, zwei Pässe von gut 4.700 m überqueren und sich längere Zeit in Höhen von über 4.000 m aufhalten, ist Ihr Körper einer zusätzlichen Belastung ausgesetzt. Die Gefahr einer Höhenkrankheit ist nicht zu unterschätzen. Ihr Organismus muss gesund und belastbar sein; insgesamt müssen Sie über eine gute körperliche Gesamtverfassung verfügen. Die anstrengende Besteigung des Sun Pati Peak sowie des Drohman-Sporngipfels (5.900 m) ist ohne Eisaurüstung durchführbar und erfordert neben sehr guter Trittsicherheit keine besonderen technischen Kenntnisse. Zu bedenken ist, dass die Route weglos ist und teils über lockeres Geröll, teils über Felsen führt (einige Male müssen Sie auch die Hände beim Steigen zu Hilfe nehmen).

Wir empfehlen Ihnen, sich vor der Reise eine gute Kondition anzueignen. Unternehmen Sie Wanderungen, Waldläufe und/oder machen Sie Konditionstraining. Konsultieren Sie bitte vor Reiseantritt Ihren Arzt oder Ihre Ärztin und lassen Sie Herz und Kreislauf prüfen. Beachten Sie bitte, dass Sie in abgelegenen Gebieten unterwegs sind und die genannte Leistung beim Trekking konstant über 24 Tage erbracht werden muss. Dies erfordert viel Energie und Durchhaltevermögen in physischer wie in psychischer Hinsicht. Innerhalb der Gruppe wird von allen Teilnehmenden Gemeinschaftsgeist und Hilfsbereitschaft erwartet. Während des Trekkings übernachten Sie in Zwei-Personen-Zelten mit Isoliermatten. Ihre Begleitmannschaft kümmert sich um das Gepäck, baut die Zelte auf und ab, kocht und serviert. Sie selber tragen nur das Notwendigste (Trinkflasche, Fleece/Jacke, Regenschutz, Fotoapparat, etc.) in Ihrem Tagesrucksack; das restliche Gepäck wird von Trägern transportiert. Bitte haben Sie Verständnis und stellen Sie keine hohen Ansprüche, wenn das Essen im Verlauf des Trekkings etwas einseitig werden kann. Da es unterwegs nur wenig Gelegenheit gibt, Frischwaren wie Brot, Fleisch, Obst und Gemüse zu erhalten, muss die Mannschaft einen Großteil der Verpflegung vorher einkaufen und für das Trekking mitnehmen.

Bitte beachten Sie, dass die Flugverbindungen nach Ostnepal sehr unzuverlässig sind und es jederzeit zu Verschiebungen oder auch Flugausfällen kommen kann. Der Reiseverlauf muss dann entsprechend verändert/angepasst werden.

## 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 frühlinghaft 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 in den tieferen Regionen ist warm. Beim Frühjahrstermin kann es in den Talregionen sogar sehr heiß werden (über 30°C). Dagegen ist in den höheren Lagen - besonders nachts - sowie bei der Herbsttour teils mit großer Kälte zu rechnen. Insgesamt herrscht in Ostnepal, im Verhältnis zu anderen Landesteilen, bedingt durch die Zunahme der Niederschläge von West nach Ost und die Nähe der Flüsse Tamur und Arun, ein feuchteres Klima.

## Ausrüstung

Den klimatischen Bedingungen entsprechend sollten Sie sowohl leichte, atmungsaktive als auch warme Kleidung sowie einen guten Schlafsack (mit einem Komfortbereich von bis zu minus 15°C) mitnehmen.

Außerdem sind Wanderausrüstung und stabile, schneefeste Bergschuhe mit Profilsohle erforderlich. Teleskop-Tourenstöcke sind empfehlenswert. Als Auflage auf die gestellte Isoliermatte können Sie eine selbst aufblasbare Thermomatte mitnehmen.

## Gepäck

Wir empfehlen die Mitnahme einer stabilen Reisetasche (z.B. Hauser Reisetasche mit Rollen und herausnehmbarer Kunststoffplatte), bzw. eines Seesacks oder Rucksacks 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
- Inlandsflüge mit Yeti Airlines
- Übernachtung in Hotels, Lodges und Zelten
- meist Vollpension
- Begleitmannschaft
- Gepäcktransport
- Camping- und Kochausrüstung
- Eintrittsgebühren lt. Programm
- Nationalparkgebühren
- Trekkingpermits
- Certec-Bag / Überdrucksack
- Satellitentelefon
- Hauser-Top-Schutz im Wert von € 192,-; 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: NPK20

Reisetage: 30 Tage

Teilnehmerzahl: 10-14

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

Termine:	Preis:
29.04.2012 - 28.05.2012	3.995,00€
14.10.2012 - 12.11.2012	3.995,00€
Einzelzimmer-/zeltzuschlag	290,00€

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. € 80); 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](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) Trekkingsausrüstung 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.

### Ein Tag – ein Baum

Wenn Sie 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](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