



NEPAL

Familien-Trekking zu Füßen der Annapurna

Reisenummer: 101050

Reisedauer: 14 Tage

Tourcharakter + Voraussetzungen: (**) Leichte Trekkingreise, Gehzeiten 3-4 Stunden, maximale Höhe 2050m. Nepal, was erwartet mich dort ? Vor allem freundliche Menschen und eine Kultur und Natur, die einen „gefangen“ nimmt. In Kathmandu besuchen wir die kulturellen und religiösen Sehenswürdigkeiten. In Pokhara stehen wir direkt zu Füßen der gewaltigen Gipfel von Annapurna 8091m und Machhapuchhare 6997m und trotzdem befinden wir uns nur auf 800 Metern Meereshöhe. Wir unternehmen eine Tageswanderung vom Aussichtspunkt Sarangkot. Unsere Trekkingtour führt dann in das Gebiet südlich von Annapurna und Machhapuchhare. Terrassenfelder und der Bergwald prägen neben den Gipfeln der Himalayaberge das Landschaftsbild.

Impfhinweise: www.crm.de

Reisedokumente: Reisepass (ACHTUNG: GÜLTIGKEIT PRÜFEN !!!) & Visum

Kurzübersicht der Reise:

1.Tag: Flug nach Kathmandu		/A	Hotel Greenwich
2.Tag: Ankunft in Kathmandu & Hoteltransfer		F/ /A	Hotel Greenwich
3.Tag: Kathmandu Besichtigungen		F/	Lake View Resort
4.Tag: Flug nach Pokhara		F/	Lake View Resort
5.Tag: Pokhara Besichtigungen/Bootsfahrt		F/M/	Lake View Resort
6.Tag: Sarangkot – Pokhara	1600m	F/M/A	Lodge
7.Tag: Fahrt nach Khare / Trekkingstart - Australian Camp	2050m	F/M/A	Lodge
8.Tag: Tholka	1700m	F/M/A	Lodge
9.Tag: Chandrakot	1700m	F/M/A	Lodge
10.Tag: Lumle / Fahrt nach Pokhara		F/	Lake View Resort
11.Tag: Flug nach Kathmandu		F/ /A	Hotel Greenwich
12.Tag: Kathmandu Besichtigungen		F/ /A	Hotel Greenwich
13.Tag: Flughafentransfer & Rückflug		F/	
14.Tag: Ankunft			



HENKALAYA Reisen GmbH & Co.KG

Michael Henkel * Hollerstück 4 * 35232 Friedensdorf

Tel: 06466 912970 * Fax: 06466 912972 * Tel. PRIVAT: 06466 7342

email: henkalaya@t-online.de * homepage: www.henkalaya.de

Reisepreis pro Person bei 8-10 Personen: Erwachsene: 1390,-- Euro * Kinder/Jugendliche bis 14 Jahre 1050,-- Euro

Termine 2021: 20.02. / 06.03. / 20.03. / **27.03.-F / 02.04.-F** / 25.09. / **02.10.-F / 09.10.-F / 16.10.-F** / 30.10. / 13.11.

F=FERIENTERMINE

Durchführung auch bei 2-7 Personen auf Anfrage.

*** WEITERE INDIVIDUELLE TERMINE auf Anfrage möglich. ***

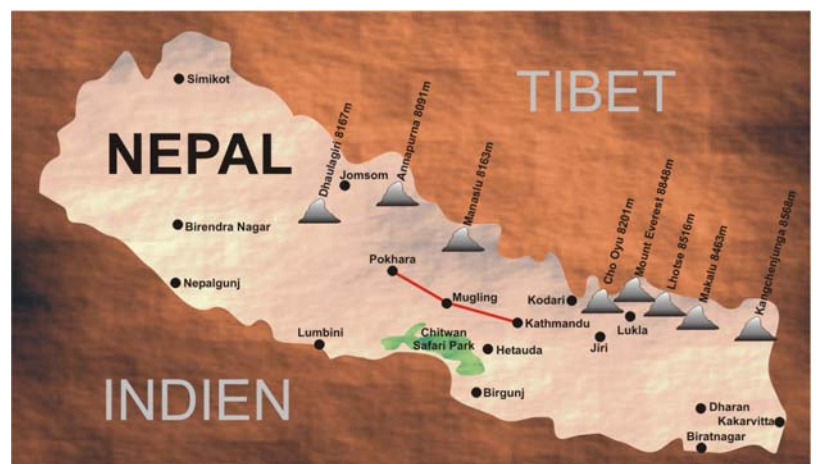
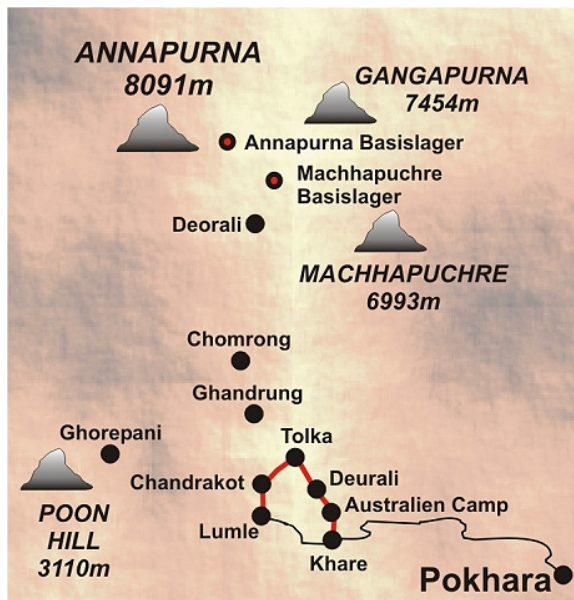
Auf Wunsch stellen wir Ihnen gerne ganz individuelle Reisen zusammen.

Eingeschlossene Leistungen:

- ✓ Propellermaschinenflüge Kathmandu – Pokhara - Kathmandu
- ✓ Unterbringung im Doppelzimmer in den aufgeführten Hotels, nach Verfügbarkeit, oder in vergleichbaren
- ✓ Mahlzeiten laut Programm / F=Frühstück / M=Mittagessen / A=Abendessen
- ✓ Transfers & Fahrten mit eigenem Fahrer & Fahrzeug / nicht im billigen Touristenbus
- ✓ Eintrittsgelder, Nationalparkgebühren
- ✓ Besichtigungen mit lokalem, deutschsprachigem Reiseführer in Kathmandu und im Kathmandutal, inklusive Auto/Kleinbus und Fahrer. Besichtigungen in Pokhara mit englisch sprachigem Reiseführer
- ✓ Lokale, englisch sprachiger Trekkingführer und Träger
- ✓ Unterbringung in landestypischen Lodgen, Essen in den Lodgen
- ✓ 15 Kg Freigeepäck für die Trekkingtour

Nicht eingeschlossen:

- Versicherungen / Visum
- Einzelzimmer 170,-- Euro gilt nur für die Hotelübernachtungen. Bei den Lodgen muß vor Ort die Verfügbarkeit der Einzelzimmer abgeklärt werden (Aufpreis ca. 5-7 US\$ pro Nacht, vor Ort zahlbar).
- Fremdleistungen, optionale-fakultative Leistungen
- Internationale Flüge. Auf Wunsch/Anfrage können wir Ihnen entsprechende Flüge ab/an Ihrem Wunschflughafen & gewünschter Fluggesellschaft vermitteln.



1.Tag: Flug nach Kathmandu

2.Tag: Ankunft in Kathmandu

/A Hotel Greenwich

Abholung am Flughafen & Hoteltransfer

Am Flughafen werden Sie abgeholt. Achten Sie auf ein HENKALAYA Schild. Die Fahrt zum Hotel dauert ca. 20 Minuten. Das Hotel liegt im Stadtteil Patan. Bar, Restaurant, Pool, Dachterrasse und ein kleiner Shop sind vorhanden. Die Familie Acharya (Hoteleigentümer) und wir (Familie Henkel) sind „eine“ Familie. Wir waren mit unseren Kindern schon oft in Nepal und auch die Familie Acharya war schon oft bei uns in Friedensdorf. Sie sind also „zu Hause“.

3.Tag: Kathmandu Besichtigungen

F/ /A Hotel Greenwich

Patan- „die Schöne“, oder Stadt der tausend goldenen Dächer. Einheimische nennen sie Lalitpur, die schöne Stadt. Sie liegt auf einem Hochplateau über dem Bagmatifluß, südlich von Kathmandu. Von den drei Durbar Squares in Baktapur, Kathmandu und Patan, ist der alte Königspalast hier in Patan wohl der Schönste. Vom Hotel aus ist der Durbar Square in 15 - 20 Minuten leicht zu Fuß erreichbar. Auf dem Weg kommen wir am „Goldenen Tempel“, einem lebenden Kunstmuseum, vorbei. Der Innenbereich des Tempels ist mit Bronzebildern und Statuen verziert, diese sind wiederum mit Blattgold überzogen. Die Sonne taucht den Tempel in goldenes Licht. Der Durbar Square ist autofrei, Händler bieten ihre Waren zum Verkauf an, der Gemüsemarkt bietet ebenfalls genügend Motive. Im 17. Jahrhundert entstand der Durbar Square und bietet zahlreiche Sehenswürdigkeiten.

Swayambunath- von einem Hügel oberhalb von Kathmandu schauen die Augen Buddhas über das Kathmandu Tal. Die älteste Stupa Nepals (5.Jahrh. v.Chr.) ist für die Buddhisten ebenso wichtig, wie für die Hindus Pashupathinath. Ein Besuch lohnt nicht nur wegen der Aussicht, sondern die Tempel und der Stupa selbst sind ebenso lohnenswert wie die Horden von Affen, die hier im Wald unterhalb des Tempels zu Hause sind. Den ganzen Tag über kommen Pilger zu den Tempeln. Der Geruch von Räucherstäbchen liegt ebenso in der Luft, wie der Klang der Glocken, Zimpeln und Trompeten, die aus dem Kloster neben und unterhalb der Stupa bis hierher klingen. Von Swayambunath aus gelangt man in den Stadtteil Thamel, doch zuvor sind noch die 365 Stufen hinunter zu überwinden.

Thamel- das pralle Leben. Hier sind wir am Puls Kathmandus. Ein Eldorado für Souvenirjäger und zum Shopping. Vom neuesten PC bis zur Gebetsmühle finden wir hier ALLES was es für Geld zu kaufen gibt. So sind die Straßen hier dementsprechend bunt und voll. Auf diesem Weg lernen Sie zunächst den **Kathmandu-Durbar-Square** kennen, ein Platz der den Händlern gehört. Der gegenüberliegende Palast beinhaltet ein Museum, das die königliche Familie darstellt.

4.Tag: Flug nach Pokhara

F/ Lake View Resort

Am Hotel werden wir abgeholt und fahren zum Flughafen in Kathmandu.

Wir fliegen nach Pokhara, ca. 220 Kilometer westlich von Kathmandu gelegen. Pokhara liegt direkt am Pawa-See, umgeben von Obstplantagen. Die Gipfel des Annapurnamassivs mit über 8000m bilden die Kulisse.

Am Flughafen werden wir abgeholt und fahren in unsere Unterkunft.

Der weitere Tag steht zur freien Verfügung.

Unternehmen wir einen Spaziergang zum See und bummeln durch die Gassen und Geschäfte.

5.Tag: Pokhara Besichtigungen/Bootsfahrt

F/ Lake View Resort

Heute unternehmen wir eine Besichtigungstour in **Pokhara**. Anschließend sind wir mit dem Boot unterwegs auf dem Pawa See. Bei klarer Sicht bietet sich ein beeindruckendes Panorama. Wir blicken über den See hinauf zu den Gipfeln von Annapurna 8091m und Machhapuchre 6993m und befinden uns doch nur auf 800m Höhe.

6.Tag: Sarangkot – Pokhara

1600m

F/M/

Lake View Resort

Am Morgen werden wir abgeholt und fahren in ca. 45 Minuten hinauf nach **Sarangkot 1600m**. Ca. 10km außerhalb von Pokhara gelegen ist dieser Ort ein beliebtes Ausflugsziel. Das letzte Stück müssen wir noch etwas aufsteigen, dann sind wir da. Bei gutem Wetter ist die Aussicht auf die Berge unbeschreiblich. Das Panorama reicht vom Dhaulagiri 8167m im Westen, hinüber zur Annapurna 8091 und zum Machhapuchare 6993m. Genießen wir die Aussicht, bevor wir den Abstieg nach Pokhara antreten.

7.Tag: Fahrt nach Khare / Trekkingstart - Australian Camp

2050m

F/M/A Lodge

Heute starten wir zu unserer Trekkingtour. Gepäck, das wir für die Tour nicht benötigen, kann im Hotel in Pokhara deponiert werden. Am Hotel werden wir abgeholt und fahren in ca. 1 ½ Stunden mit unserem Trekkingführer in Richtung Nordwesten, hinauf über den Khare Pass 1700m. Kurz hinter dem Dorf Kharae beginnt nun unsere Trekkingtour. Die persönliche Ausrüstung wird nun von Trägern übernommen und wir tragen nur unseren Tagesrucksack, mit den Dingen, die wir unterwegs benötigen.

Die erste Etappe führt uns in ca. 2 Stunden hinauf zum **Australian Camp 2050m**. Die erste Stunde ist der Weg steil, doch dann erreichen wir den Grad (Danda) und haben eine schöne Aussicht auf die Berge. Genießen wir die Aussicht auf die Gipfel der Annapurna und hinüber zum Machhapuchare.

↑ **350m** ⌚ **ca. 2 Stunden**

8.Tag: Tholka

1700m

F/M/A Lodge

Heute steht der anstrengendste Teil unserer Tour auf dem Programm. Die Tour führt uns durch Rhododendronwälder zum Bergdorf **Pothana 1950m**. Lassen wir uns Zeit, legen Pausen ein und genießen die Landschaft. Von Pothana führt der Weg nun etwas steiler hinauf nach **Deorali 2100m**, dem höchsten Punkt unserer Tour. Hier legen wir die Mittagspause ein. Über viele Stufen steigen wir dann ab nach **Tholka 1700m**, unserem Tagesziel.

↑ **200m** ↓ **550m** ⌚ **ca. 4 Stunden**

9.Tag: Chandrakot

1700m

F/M/A Lodge

Die heutige Etappe führt auf und ab vorbei an Terrassenfeldern und durch den Bergwald zum Dorf **Chandrakot 1700m**. Unterwegs bekommen wir einen Eindruck über das harte Leben der Bergbauern und in Chandrakot können wir eine Schule besuchen, wenn der Lehrer damit einverstanden ist.

↑ **400m** ↓ **400m** ⌚ **ca. 4 Stunden**

10.Tag: Lumle / Fahrt nach Pokhara

F/

Lake View Resort

Unsere letzte Etappe führt uns durch den Bergwald hinunter nach **Lumle 1700m**. Hier werden wir abgeholt und fahren in ca. 1 ½ Stunden zurück nach **Pokhara**. Nach der Ankunft steht der Tag zur freien Verfügung.

↓ **900m** ⌚ **ca. 2 Stunden**

11.Tag: Flug nach Kathmandu

F/ /A

Hotel Greenwich

Transfer zum Flughafen von Pokhara. Wir fliegen entlang der Himalayaberge zurück nach Kathmandu.

Am Flughafen werden wir abgeholt und fahren in unser Hotel.

Der weitere Tag steht zur freien Verfügung.

12.Tag: Kathmandu Besichtigungen

F/ /A Hotel Greenwich

Pashupatinath- ein Shiva Tempel etwa 5 km östlich von Kathmandu direkt am Bagmatiriver gelegen. Dieser Tempel ist das größte Heiligtum der Hindus. Hier am Fluß werden die Toten verbrannt, werden Opfer dargebracht, meditieren die Sadhus...ein Platz mit besonderer Ausstrahlung. Wenn man still auf der Terrasse über der Anlage sitzt und über die Menschen und Dächer hinwegsieht, kann man eine Atmosphäre der besonderen Art spüren.

Bodnath- „Klein Tibet“, östlich von Kathmandu gelegen, hier besuchen wir die 40 Meter hohe Stupa. Den ganzen Tag über umrunden Gläubige den Riesenstupa, dabei werden unermüdlich die Gebetsmühlen gedreht und das Gebet „Om mani padme hum“ gemurmelt. Neben der Stupa befindet sich ein Kloster in dem ein riesiger, mit Edelsteinen und Blattgold verzierter, Buddha steht. Bodnath wurde im 6. Jahrhundert erbaut. Die Grundfläche hat einen Durchmesser von ca. 100 Metern. Der Aufbau ähnelt einem Mandala (Meditationskreis). Von allen Seiten sind Gebetsfahnen bis hinauf zur Spitze gespannt, im Wind flatternd werden so die Gebete zu den Göttern getragen.

Bhaktapur- wahrscheinlich im 9. Jahrhundert gegründet, gehört dieses Städtchen wohl zu den Schönsten „der Welt“. Eine herrliche Altstadt und ein schöner Durbar Square, der besonders durch das „Goldene Tor“ bekannt wurde, gehören neben vielen anderen Sehenswürdigkeiten zu Bhaktapur. Natürlich sind auch hier die Händler auf den Plätzen zu Hause, doch oben an der Nyatapola Pagode haben wir Ruhe. Von hier aus ist die Aussicht über die Stadt wunderschön. Ein Besuch in einer der Holzverarbeitungswerkstätten gehört natürlich auch zu einem Besuch, noch dazu, wo diese sowieso auf dem Weg zum Pfauenfenster liegen. In einer schmalen Gasse befindet sich dieses berühmte Fenster.

13.Tag: Flughafentransfer & Rückflug

F/

14.Tag: Ankunft
