



Auf neuen Wegen durch das Lang Tang Tal und Helambu

Diese Tour führt über neue, nach dem Erdbeben 2015 erstellte Routen

Kathmandu

Wanderung nach Langtang

Über den Gonjala Pass

Entdeckungen in Helambu



Termine und Kosten

- Reisedauer
14 Tage / 14 Übernachtungen
- Reisezeit
Mitte September bis Anfang Mai (Ideal März/April)
- Reisepreis
Für diese Reise können wir Ihnen auch individuelle Termine und Teilnehmerzahlen anbieten, die Preise schwanken je nach Gruppengröße und Jahreszeit

Das Reiseangebot beinhaltet folgende Leistungen:

- Homestay bzw. Hotelunterkunft in Kathmandu inkl. Frühstück
- Inlandsflüge
- Unterkunft in ausgesuchten Lodges auf dem Trekking inkl. Frühstück und Abendessen (jedoch ohne Getränke)
- Deutschsprachige Ansprechpartner in Kathmandu
- Deutsch - oder Englischsprachige Reisebegleiter
- Träger für max. 12 Kg Reisegepäck
- Teilnehmerzahl 2 – 12
- Karte des Trekkinggebietes

Nicht enthaltene Leistungen:

- Internationale Flüge
- Visagebühren
- Trinkgelder
- Individuelle Ausflüge
- Fehlende Mahlzeiten in Kathmandu und auf dem Trekking

Anreise

- Internationaler Flug nach Kathmandu

Tag 1: Ankunft Kathmandu

Wir holen dich am Tribhuvan Airport in Kathmandu ab und bringen dich in deine Unterkunft. Je nach Ihrer Ankunftszeit in Kathmandu können wir auch einige lokale oder historische Orte in Kathmandu besuchen.

Da wir den nachhaltigen Tourismus fördern möchten, wird auf Wunsch ein Homestay zur Verfügung gestellt. Hier kannst du die Wärme und Gastfreundschaft der nepalesischen Kultur und Tradition eintauchen. Dies wird dir auch helfen, dich am kulturellen Austausch zu beteiligen und die köstliche nepalesische Küche zu genießen, die mit großer Liebe von uns im Homestay zubereitet wird.

Wir besprechen mit dir die aktuelle Situation für das Trekking und den Ablauf der nächsten Tage und natürlich beantworten wir gerne all deine Fragen.

Tag 2: Kathmandu

Erkunde die Stadt Kathmandu und besuche die Swoyambhunath Stupa (auch bekannt als Affentempel).

Unser Reiseleiter wird dich zu verschiedenen Orten im Kathmandu-Tal und zur Swayambhunath Stupa führen. Die Swayambhunath Stupa ist ein wichtiges kulturelles Erbe und ein berühmter historischer, religiöser und touristischer Aussichtspunkt auf einem Hügel, von dem aus du einen fantastischen Panoramablick auf die Stadt Kathmandu und die Umgebung genießen kannst.

Trekkingtour

- **Tag 3: Fahrt von Kathmandu nach Syabru Besi (1450m)**

Dauer: 6-8 Stunden, Entfernung: ca. 140 km

Deine Trekkingreise beginnt mit der Fahrt nach Syabru Besi. Mit einem Jeep fahren wir durch die Vororte des Kathmandu-Tals und durch verschiedene ländlichen Raums Gebite bis nach Syabru Besi. In Syabru Besi werden wir in einer Lodge übernachten und uns auf die Wanderung des nächsten Tages vorbereiten.

- **Tag 4: Trek von Syabru Besi nach Sherpa Gaun (2560m)**

Gehzeit: ca. 4-5 Stunden, Gehstrecke: ca. 9,5 km

Am Morgen in Syabru Besi wird das Gepäck unter den Trägern verteilt, und danach beginnt der Trek. Wir folgen dem Pfad, der die Langtang-Region mit Tibet verbindet, und überqueren eine Hängebrücke. Wir steigen langsam und stetig in Richtung des Dorfes Kyanjin auf, wo wir unsere Mittagspause machen und die Aussicht auf die umliegenden schönen Berge genießen. Nach dem angenehmen Essen setzen wir unsere Wanderung auf den natürlichen Wegen, die aus Steinen, Wurzeln und Hängen bestehen, fort und erreichen unser Ziel Sherpa Gaun, wo ein traditionelles Abendessen auf uns wartet.

- **Tag 5: Wanderung von Sherpa Gaun nach Langtang (3450m)**

Gehzeit: 6 Stunden, Gehstrecke: 12 km

Heute setzen wir unseren Trek fort, indem wir zuerst zum Langtang Khola (Langtang-Fluss) absteigen. Wir folgen dem Pfad entlang des wunderschönen türkisfarbenen Langtang Khola für eine Weile und steigen dann wieder langsam bergauf, vorbei an kleinen Dörfern wie

Rimche, Lama Hotel und Riverside. Unsere Wanderung geht weiter durch einen dichten Wald mit einer wunderschönen Aussicht auf Langtang Lirung (7234m) bis zum Dorf Ghora Tabela (3030m), wo wir unsere Mittagspause machen. Weiter geht es nach Langtang über Thangsyap. Nach kurzweiliger Wanderung durch die schöne landschaftlichen erreichen wir schließlich Langtang (3450m), unser Tagesziel.

- **Tag 6: Wanderung von Langtang nach Kyanjin Gompa (3900m)**

Gehzeit: 4 Stunden, Gehstrecke: 6,8 km

Beim Abschied vom Langtang-Tal führt uns unser Weg durch Grasland, das uns mit seiner bezaubernden Schönheit umgibt. Das sanfte Wogen der Gräser erzählt Geschichten der alten Geister, die in diesen unberührten Wiesen leben, und ihr Flüstern wird vom Bergwind getragen. Vorbei an einer großen Mani-Mauer, die mit eingravierten Gebeten verziert ist, zollen wir den spirituellen Wächtern des Landes Respekt, deren stille Präsenz unsere Schritte in das Reich des Heiligen führt. Beim Überqueren des Palpha Khola werden wir vom majestätischen Anblick eines Eisfalls begrüßt, der von den Gipfeln der Langtang-Kette herabstürzt. Wir folgen dem Pfad über Holzbrücken und erreichen schließlich unser Tagesziel, Kyanjin Gompa (3900m).

- **Tag 7: Akklimatisationstag in Kyanjin Gompa**

An dem heutigen Erkundungstag in Kyanjin Gompa tauchen wir vollständig in die natürlichen Wunder und kulturellen Freuden dieses Bergheiligtums ein, um uns zu akklimatisieren. Wir können auch kleine Wanderungen rund um Kyanjin Gompa unternehmen, um seine Schönheit zu erleben.

- **Tag 8: Von Kyanjin Gompa nach Ngegang (Ganja-La Phedi) (4150m)**

Gehzeit: 5 Stunden

Beim Verlassen von Kyanjin Gompa steigen wir durch spärlich bewachsene Pfade auf und überqueren eine Hängebrücke über den Langtang Khola. Auf dem Weg nach Ngegang (Ganja-La Phedi) passieren wir den ruhigen Chhana-See, bevor wir durch karge Hügel wandern. Schließlich erreichen wir Ngegang (4150m), wo wir die Nacht in einem Zeltlager verbringen und unsere Energie nach einer herausfordernden Wanderung wieder auftanken.

- **Tag 9: Von Ganja-La Phedi nach Keldang (4420m) und Überquerung des Ganja La Passes (5105m)**

Gehzeit: 7 Stunden, Gehstrecke: 11 km

Heute ist ein großer Tag, da wir den Ganja La Pass (5105m) in Angriff nehmen. Nach dem Frühstück folgen wir einem herausfordernden Aufstiegsfad, wobei der Pass das ganze Jahr über größtenteils mit Schnee bedeckt ist. Es könnte schwierig werden, und wir müssen möglicherweise an einigen Stellen Seile verwenden, insbesondere beim Weg durch Felsen und beim Überqueren kleiner Seen, bevor wir den Gipfel erreichen. Oben werden wir mit atemberaubenden Ausblicken auf den Mt. Naya Kanga, den Ganja La Peak und andere majestätische Berge belohnt. Dann beginnen wir unseren Abstieg nach Keldang, vorbei an Gletscher-Moränen. Nach ein paar Stunden Abstieg erreichen wir eine Wiese, einen perfekten Campingplatz im flachen Tal unterhalb des Gletschers. Wir übernachten im Camp in Keldang.

- **Tag 10: Von Keldang nach Yak Kharka (4020m)**

Gehzeit: 6 Stunden, Gehstrecke: 10,5 km

Nach dem Frühstück im Camp in Keldang beginnen wir unseren

Abstieg entlang eines markanten Grates. Die heutige Route führt uns durch eine vielfältige Landschaft, während wir allmählich an Höhe verlieren. Wir passieren Wälder, durchqueren landwirtschaftliche Flächen und bewundern die üppigen Terrassen und Weiden entlang des Weges. Nach etwa 6 Stunden auf welligen Pfaden erreichen wir Yak Kharka (4020m). In der Vergangenheit gab es hier keine Übernachtungsmöglichkeiten, und Wanderer mussten campen. Kürzlich wurden jedoch einige Teehäuser in dieser Gegend errichtet, die Unterkunft für Wanderer bieten. Wir übernachteten in Yak Kharka und erholen uns für die bevorstehenden Abenteuer.

- **Tag 11: Von Yak Kharka nach TarkeGhang (2600m)**

Gehzeit: 6 Stunden, Gehstrecke: 9 km

Wir setzen unsere Reise auf überwiegend absteigenden Pfaden fort und verlieren allmählich etwa 1.500 Meter an Höhe. Während der Die Vegetation nimmt immer mehr zu, je weiter wir absteigen.

Unterwegs passieren wir mehrere Sherpa-Dörfer, bevor wir Tarke Ghyang (Helambu) erreichen. Wir übernachteten in Tarke Ghyang und tauchen in die einzigartige Atmosphäre dieses charmanten Dorfes ein.

- **Tag 12: Trek von TarkeGhang nach Shermanthang (2590m)**

Gehzeit: 5 Stunden

Nach dem Frühstück beginnen wir unsere Wanderung, wir überqueren einen kleinen Wald auf sanften Pfaden, die einen atemberaubende Ausblicke auf die Helambu-Region bieten. Nach etwa 2 Stunden erreichen wir das bezaubernde Tal von Gngyul, ein reizendes Sherpa-Dorf. Wir nehmen uns Zeit, das Dorf zu erkunden und seine ruhige Atmosphäre aufzusaugen, bevor wir unsere Wanderung in Richtung Sermathang fortsetzen. Am Abend haben wir die Gelegenheit, das lokale Dorf zu besuchen und ein altes

buddhistisches Kloster zu erkunden. Wir übernachten in Sermathang und genießen die Ruhe dieses kleinen Dorfes.

- **Tag 13: Trek von Shermanthang nach Melamchi (1340m) und Fahrt nach Kathmandu**

Gehzeit: 2 Stunden, Fahrzeit: 2 Stunden 30 Minuten

An unserem letzten Trekkingtag steigen wir nach Melamchi Pul Bazar ab, vorbei an zahlreichen Sherpa-Dörfern auf dem Weg. Melamchi Pul Bazar angekommen, steigen wir in unseren Jeep, der uns nach Kathmandu bringt. Am Abend treffen wir uns zu einem Abschiedsessen, um den erfolgreichen Abschluss unserer Wanderung zu feiern. Wir übernachten in Kathmandu und reflektieren die während unseres Treks gemachten Erinnerungen und genießen die Gesellschaft anderer Abenteurer.

- **Tag 14: Nach einem letzten Spaziergang durch Kathmandu bringen wir dich zum Tribhuvan Airport.**

Je nach Abflugzeiten können wir noch einen kleinen Spaziergang in Kathmandu machen und dann wirst du zum Flughafen gebracht.

Hinweis:

Wenn du möchtest, können wir die Dauer deiner Wanderung verlängern oder zusätzliche Aktivitäten vor oder nach der Wanderung einbauen. Dies könnte das Hinzufügen zusätzlicher Tage für Besichtigungen in Kathmandu oder das Erkunden anderer Reiseziele in Nepal umfassen.

Abhängig von der Dauer deines Aufenthalts und deiner Vorlieben können wir deine Reiseroute entsprechend anpassen, um sicherzustellen, dass du eine erfüllende und unvergessliche Erfahrung hast. Bitte lassen Sie uns deine Vorlieben wissen, und wir werden gerne deine Wünsche berücksichtigen.