



## **Um den Berg der Seelen - Manaslu**

**Diese Tour enthält alle Highlights im Khumbu-Tal und ist eine echte Herausforderung für höhenerprobte Wanderer.**

Kathmandu

Fahrt nach Arughat Bazaar

Wanderung entlang des Buri Gandaki

Begegnungen in ursprünglichen Bergdörfern

Überschreitung des Larkja La

Zurück durch das Marsjandi Tal



## **Termine und Kosten**

- Reisedauer  
17 Tage / 18 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:**

- Hotelunterkunft in Kathmandu inkl. Frühstück
- Inlandsflüge
- Unterkunft in ausgesuchten Lodges auf dem Trekking inkl. Frühstück und Abendessen
- 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. Wir besprechen mit dir die aktuelle Situation für das Trekking und den Ablauf der nächsten Tage und natürlich beantworten wir gerne all deine Fragen.

## **Trekkingtour**

- **Tag 2: Fahrt Nach Arughat Bazaar nach Soti Kola (700m)**

140 km ca. 6 Std.

Wir werden möglichst früh aus Kathmandu abfahren um den Hauptverkehr nach Süden und in den Ostwesten Nepals zu vermeiden. Erst geht hinaus aus dem Kathmandutal über den Thankot Pass zum Trisuli Fluss. Wir folgen dem Trisuli eine Weile und queren dann auf die andere Seite. Dort geht es durch Terrassenfelder, kleine Dörfer und Schluchten entlang des Budhigandaki nach Dhadin Beshi und weiter nach Arughat Bazaar bis nach Soti khola. Nepal baut am Bhudhigandaki gerade einen Staudamm und dadurch wird in Zukunft ein riesiger See unterhalb von Arughat Bazaar entstehen. Es entsteht hier ein Wasserkraftwerk mit 500 MW Leistung. Wir beenden den erste Trekkingtag in einer einfachen Lodge in Soti khola. Dhadin Beshi und Arughat sind das Handelszentrum dieser Region. Die Gegend wird von den Newar, Magar und Gurung dicht bewohnt.

- **Tag 3: Wanderung nach Macha Khola (870m)**

Anstieg 730, Abstieg 540m ca. 5 Std.

Heute ist ein gemütlicher Wandertag durch Reisfelder und schöne Dörfer entlang des Flusses. Wir kommen an schönen Wasserfällen vorbei und geniessen unseren zweiten Trekkingtag.

- **Tag 4: Wanderung nach Jagat (1340m)**

Anstieg 980m, Abstieg 500m ca. 8 Std.

Heute wandern wir zuerst durch einen schönen Wald. Wenn wir Glück haben, werden wir dort Languren Affen sehen. Sie haben einen langen Schwanz, ein schwarzes Gesicht und ein helles Fell. Das Äffchen kann sehr gut springen und ist interessant zu beobachten. Wir kommen an einer heißen Quelle vorbei. Immer wieder werden wir Felder sehen auf denen Reis und Mais angebaut werden. Nach einem langen Weg durch die engen Schlucht des Budhi Gandaki kommen wir in ein offenes Tal wo das Dorf Jagat beginnt. Wir quartieren uns in einer einfacheren Lodge ein.

- **Tag 5: Wanderung nach Ekkle Bathi (1600m)**

Anstieg 500m, Abstieg 300m ca. 4 Std.

Langsam treffen wir in einem Gebiet mit Buddhistischer Religion ein. Hier leben die Tamang. Wir gehen an Mauer und kleinen Chörten vorbei. Immer wieder werden wir tolle Blicke auf den Sringi Himal und den Ganesh Himal haben. Wir wandern durch den Ort Philim und gelangen nach Ekle Bhatti und haben unser heutiges Ziel erreicht.

- **Tag 6: Wanderung nach Bihi (2130m)**

Anstieg 1220m, Abstieg 730m ca. 7 Std.

Wir folgen wieder dem Budhi Gandaki. Wir wandern durch enge Schluchten und am steilen Hang gibt es schöne Terrassenfelder und zahlreiche Dörfer. Wir werden oft Hängebrücken überqueren und kommen nach Nyak Beshi. Wir wandern weiter zum nächsten Ort

Deng, wo wir Mittagspause machen werden. Deng ist stark buddhistisch geprägt und es gibt dort schöne Chörten mit Steinmandalas. Am Nachmittag wandern wir bis Bihi und beziehen dort unser Quartier.

- **Tag 7: Wanderung nach Namrung (2650m)**

Anstieg 850m, Abstieg 290m ca. 6 Std.

Wir wandern in das schöne Dorf Ghap und wechseln die Seite des Budhi Gandaki. Wir sind jetzt ganz nah an der Tibetische Grenze. Einsame Dörfer mit vielen Chörten und Mänirlern bereiten uns auf die tibetische Kultur vor. Vorbei an vielen Terrassenfeldern vorbei kommen wir zu unserer Unterkunft in Namrung.

- **Tag 8: Wanderung nach Shyala Gaon (3530m)**

Anstieg 1160m, Abstieg 250m ca. 7 Std.

Heute Wechselt die Vegetation zu einem schönen Wald aus Nadelbäumen. Wir nähern uns langsam dem Manaslu Massiv und gelange zu einem Hochtal und Sama. Schließlich wandern zum der 3500m hoch gelegenen Dorf Shyala Gaon.

- **Tag 9: Wanderung nach Sama Gaon (4700m)**

Anstieg 650m, Abstieg 710m ca. 6 Std.

Heute haben wir die Möglichkeit einen Ausflug von unserer Hauptrute zum Punggyen See und bis zur Punggyen Gompa zu machen. Man kann von dort aus das Manaslu Hauptmassiv und den Peak 29 zum Greif nah sehen. Dann geht es wieder zurück zu der Hauptroute nach Samagaun.

- **Tag 10: Wanderung über Samdo (3690m)**

Anstieg 350m, Abstieg 0m ca. 4 Std.

Heute haben wir eine kurze Strecke zu gehen. Wir lassen den Manaslu Gletscher auf der linken Seite zurück und wandern das Tal

nordwärts und sind am frühen Mittag schon am Ziel unseres Tages. Nachmittags kann man ausruhen oder verschiedenen Aktivitäten am Ort machen.

- **Tag 11: Wanderung nach Dharamsala (4470m)**

Anstieg 640m, Abstieg 40m ca. 4 Std.

Wir sind nahe an der Tibetischen Grenze. Es gibt in fast jedem Tal der richtung Norden führt einen Passübergang. Dies sind alte Übergänge, die früher von Yak-, Schaf- und Ziegenhirten zu den Sommerweiden in Tibet genutzt. Die Einheimischen dürfen noch heute diese Route benutzen um zum nächsten tibetischen Ort zu gelangen. Nach einer 3-4 Stündigen Wanderung kommen wir zur unserer einfachen Lodge in Daramsala. Den Nachmittag nutzen wir um Energie zu tanken.

- **Tag 12: Wanderung über Larkya La nach Bimthang (3800m)**

Anstieg 760m, Abstieg 1500m ca. 10 Std.

Heute beginnt unser Tag etwas früher. Es ist schön wenn man bei Sonnenaufgang schon etwas höher ist um die Sonnen am Morgen auf die Gipfel der 7000er und 8000er Gipfel scheinen zu sehen. Der Weg geht teilweise an einer Moräne entlang und dann kommen wir zum 5105m hohen Larkya La. Von hier sieht man Manaslu, Himlung und Larkya. Nach dem Genuss des Passes steigen wir langsam und teilweise recht steil auf dem Geröll hinunter nach Bhimthang.

- **Tag 13: Wanderung nach Tilije (2300m)**

Anstieg 90m, Abstieg 1640m ca. 7 Std.

Wir steigen ab entlang des Dudh Khola und kommen durch Rhododendronwald. Es ist angenehm wieder tiefer und in die Wärme zu kommen. Unsere Atmung fühlen sich wieder deutlich leichter an. Wir steigen ab bis Tilije.

- **Tag 14: Wanderung nach Jagat (1300m)**

Anstieg 550m, Abstieg 1450m ca. 7 Std.

Heute endet unser Tal und wir kommen zu der Hauptroute des Annapurna Treks die nach Manang führt. Der Dudh Khola mündet in in Dharapani in den Marsyandi und ab jetzt folgen wir dem Fluss und wechseln mehrmals über Hängebrücken die Seite. Über die Dörfer Tal und Shyange kommen wir nach Jagat. Das ist unsere letzte Übernachtung auf dem Trekking. Am Abend feiern wir Abschied mit unseren Trekkingbegleitern und verteilen dabei unser Trinkgeld als dank an die Mannschaft.

- **Tag 15: Fahrt nach Kathmandu**

Über eine Schotterstrasse fahren wir mit dem Jeep bis nach Bulbule und fahren dann mit einem Kleinbus nach Kathmandu. Der Marsyandi begleitet uns bis zur Hälfte unser Strecke und wir kommen durch die grossen Ortschaften Beshisahar, Dumre und Munglin. Von Munglin an sind wir wieder im Hauptverkehr von der von Süden nach Kathmandu geht. Wir geniessen die Fahrkunst der Nepalesen und am Abend kommen wir in Kathmandu an.

- **Tag 16: Reservetag und Rückfahrt nach Kathmandu**

Heute haben wir eine 200 km lange Fahrt nach Kathmandu vor uns. An viele Flüssen vorbei und mit viel Verkehr auf der Strasse und einer Portion Fahrkunst unseres Fahrers kommen wir am früher Nachmittag in Kathmandu an. Am Abend werden wir gemeinsam ein Abschlussessen in einem typischen nepalischen Restaurant haben.

- **Tag 17: 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.