



Flachland, Urwald und Buddha

Die Kulturstätten Kathmandu

Am Phewasee in Phokara

Buddhas Geburtsstadt Lumbini

Erlebnisse im Dschungel am Rapti Fluß

Die Stadt Janakpur im Süden

Dorfleben in Rhaguchaur in den Hügeln oberhalb des Roshi Flusses

Im Zentrum der buddhistischen Lehre im Kloster Namobuddha

Tempel und Holzschnitzkunst in Bhaktapur



Termine und Kosten

- Reisedauer
17 Tage / 18 Übernachtungen
- Reisezeit
Mitte September bis Anfang Mai
- 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**

Fahrtzeit ca. 30 min. 6 km

Wir holen dich am Tribhuvan Airport in Kathmandu ab und bringen dich zu deiner Unterkunft in das touristische Zentrum von Kathmandu. Dort besprechen wir mit dir bei einem Abendessen den Ablauf der nächsten Tage und natürlich beantworten wir auch gerne all Ihre Fragen.

Reiseprogramm

- **Tag 2: Besichtigung der Kulturstätten Pashupatinath und Boudhanath**

Wir besichtigen heute den wichtigsten hinduistischen Tempel Pashupatinath. Die Gottheit Shiva ist an diesem Platz 7 Tage als Reh geblieben. Pashu bedeutet Tier und Pati heisst Herr und so bedeutet der Name Herr der Tiere. Der Haupttempel ist aus dem 2. Jahrhundert und in der Folge in verschiedenen Zeiten immer wieder renoviert worden. In der Mitte des Tempels ist der viergesichtige Shiva Lingam was die Fruchtbarkeit symbolisiert. Die Gläubigen können von 4 silbernen Türen zu den verschiedenen Gesichtern von Shiva beten. Der Hauptpriester kommt aus Indien und gehört zur Bhatta Familie und er beginnt bereits um 4 Uhr morgens mit den Gebeten und Rituale. Hier fließt auch der heilige Fluss Bagmati, der aus dem Mund eines Tigers springt. Die meisten Hindus werden nach dem Tod neben dem Fluss verbrannt und die Asche wird dann in den fluss gewaschen. Heutzutage gibt es auch auch elektrische Verbrennungsmöglichkeiten, was schneller und günstiger ist,dennoch werden immer noch die meisten Menschen auf traditionelle Weise

am Flussufer mit Holz verbrannt. Es gibt in der gesamten Anlagen viele Temple die in verschiedene Zeiten gebaut worden sind, daher kann an diesem Ort alte und neue Bauarchitektur sehen.

Um die Mittagszeit geht es weiter zur Baudhanath Stupa, die im 5. Jahrhundert erbaut wurde. Die Stupa ist ein prachtvoller Bau mit einer goldenen Spitze und am Abend kommen zahlreiche Mönche und gläubige Buddhisten um die Stupa zu umrunden. Mit ihrer tollen Stimmung in mitten eines buddhistischen Wohngebietes scheint die grösste Stupa Nepals dabei den Frieden um die Welt zu verbreiten. In der unmittelbaren Umgebung gibt es viele Klöster und wenn Zeit reicht können wir eine der Zeremonien miterleben, was ein schönes Highlight in Baudhanath ist. Am Abend fahren wir zurück zu unserem Hotel.

- **Tag 3: Besichtigung von Swayambunath, Pathan und der Altstadt Kathmandu**

Heute ist unser erster Programmpunkt Swayambunath mit der zweite grössten Stupa Nepals. Die Stupa liegt auf einem Hügel und lohnt sich die 365 Stufen hoch zu gehen. Um dem Stupa herum sind viele kleine hinduistische Heiligtümer angelegt. Der Tempel der Harati wird die Schutzgöttin der Kinder verehrt. Es gibt einen alten Schamanentempel wo auch heute die Schamanen ihre heiligen Mantras aktivieren. Viele Affen begleiten uns am Weg, darum wird diese Tempelanlage auch Affentempel genannt. Um Mittagszeit geht es dann nach Patan, der zweitgrössten Stadt im Kathmandutal. Hier werden wir winderschöne Paläst und auch wieder Tempelanlagen aus dem 12. Jahrhundert und später sehen. Der Palast am Durbarsquare ist heute als Museum umgebaut und ein Besuch lohnt sich. Der Kumbheschwor Tempel und der Goldene Tempel zeigen verschiedene Architekturen und die Wichtigkeit dieser Stadt. Hinduistische und buddhistische Bauten und Heiligtümer machen aus der sind die Sehenswürdigkeiten dieser Stadt. Am Nachmittag fahren wir nach Kathmandu und besichtigen doer den Durbarsquare, die

lebendige Göttin Kumari und zum Schluß gehen wir durch den alten Markt Indrachwok und Asan zum Hotel zurück.

- **Tag 4: Fahrt nach Bandipur**

Nach den vielen kulturellen Höhepunkten des Kathmandutals, fahren wir heute in das alte Handelsdorf Bandipur, das heute keine touristische Attraktion ist. Wir verlassen das Kathmandutal über den Thankotpass und gelangen über eine Serpentinstrasse nach Naubise dann geht es weiter über eine gut ausgebaute Strasse entlang des Trisuliflusses. Der Strasse folgt der grosse Fluss bis Munglin und wir biegen dann rechts ab und fahren weiter Richtung Westen. In Munglin verabschiedet sich der Hauptverkehr zwischen dem Süden und Kathmandu. Wir folgen jetzt dem Marsyangdi Fluss und hinter Dumre biegen wir links ab auf den Hügel von Bandipur. Bandipur war früher ein Handelszentrum, wo sich die Handelswege zwischen Indien, Tibet und Nepal kreuzten. Bei klarer Sicht bietet sich ein Panoramablick auf Manaslu, Annapurna und Ganesh Himal.

- **Tag 5: Fahrt nach Pokhara und Wanderung zur Peacestupa**

Nach dem schönen Himalaya Panorama fahren wir wieder zurück auf die Hauptstrasse die von Kathmandu nach Pokhara führt. Vorbei an Schluchten und durch kleine Ortschaften kommen wir um die Mittagszeit in Pokhara an. Nachmittags können wir mit dem Boot über den Phewasee fahren und eine kleine Wanderung zur Peacestupa machen. Bei klarer Sicht können wir von hier die Annapurnas und den Machapuchre sich im Phewasee spiegeln. Wir nehmen den gleichen Weg zurück oder gehen entlang des Wald nach Damside hinunter gehen.

- **Tag 6: Fahrt nach Sarangkot, der Nachmittag ist zur freien Verfügung**

Heute lohnt es sich, früh aufzustehen zeitig loszufahren um den Sonnenaufgang in Sarangkot zu erleben, da dort die Berge zum Greifen nahe sind und sich ein wunderbarer Blick bietet. Wir können zum Frühstück zurück zum Hotel fahren oder wenn wir nach dem Frühstück gestartet sind eine Wanderung zurück nach Pokhara machen. Der Nachmittags ist frei um auf eigene Faust die Umgebung von Pokhara zu erkundigen.

- **Tag 7: Fahrt nach Lumbini**

Heute folgen wir dem Sidhartha Highway über Tansen nach Lumbini. Die Strasse führt durch verschiedene Landschaften, schöne Dörfer bis nahe an die indische Grenze und bietet immer wieder den Blick auf das Himalaya. Wir geniessen die Abendatmosphäre in Buddhas Geburtsort.

- **Tag 8: Besichtigungen in Lumbini und Fahrt zum Chitwan Nationalpark**

Nach der Frühstück besichtigen wir Lumbini mit dem Geburtsplatz Buddhas. Wir sehen auch viele von verschiedenen Nationen erbaute Stupas. Nachmittags fahren wir zum Chitwan National park.

- **Tag 9: Erlebnisse im Dschungel**

Wir erleben heute erstmalig die Atmosphäre des Dschungels, besuchen ein Tharu Dorf und machen eine kleine Dschungel Wanderung.

- **Tag 10: Ganztäge Jeepsafari**

Wir fahren früher morgens mit einem Einbaum auf dem in Rapti

Fluss und beobachten Vögel und Krokodile. Dann sind wir den ganzen Tag mit einem Lunchpaket auf einer Jeep-tour im Nationalpark unterwegs. Der Park bietet die Möglichkeit viele Vogelarten, Leoparden, Bären, Tiger, Rehe und eine vielfältige Flora zu beobachten. Es ist interessant die verschiedenen Vegetationszonen des Dschungels zu erkunden.

- **Tag 11: Fahrt nach Bardibas und Besichtigung eines Marktplatzes**

Wir bleiben im Süden und fahren heute nach Osten. Über den Mahendra Highway fahren wir immer wieder durch große Urwaldgebiete und kommen zum Verwaltungsort Hetauda. Nun geht es etwas nach Süden, ganz nahe an die Indische Grenze von wo fast alle Waren nach Nepal gebracht wird. In Amlechganj biegen wir links ab und halten in mehreren Ortschaften um die Märkte des Südens kennen zu lernen. Am Abend kommen wir in der Ortschaft Bardibas an.

- **Tag 12: Ausflug nach Janakpur und Stadtbesichtigung**

Heute erkunden wir die alte Stadt Janakpur. Janakpur ist nach Janak benannt, dessen Tochter Sita mit dem Gott Ram verheiratet war. Viele kleine Monsunseen und Markt-gassen erzeugen den Eindruck einer indischen Stadt in Nepal. Die Meisten Einwohner sprechen Bhojpuri, eine Sprache die auch in Indien gesprochen wird und auch die dunkle Hautfarbe der ursprünglich aus dem Süden stammenden Einwohner ist typisch für Janakpur. Janakpur ist auch die Verwaltungshauptstadt eines der neuen Bundesländer in Nepal. Am Nachmittags fahren wir zurück nach Bardibas.

- **Tag 13: Fahrt nach Katunje Besi und Wanderung zum Dorf Rhaguchaur**

Wir fahren heute über den BP – Highway nach Norden. Bis Sindhuli ist die Landschaft fast eben, dann geht es über Serpentine nach Sindhuligadhi wo wir ein Gorkha Soldaten Museum anschauen. Diese Museum erinnert an der Krieg zwischen britischen Soldaten und den Gorkhas 1765, als Indien von den Engländer besetzt war und diese nun ebenfalls Nepal erobern wollten. An dieser Stelle wurde die britische Arme von Gorkhas besiegt. Wir fahren dann auf der anderen Bergseite hinunter bis Khurkot, wo wir Mittagspause machen. Danach folgen wir einem grossen Fluss dem Sunkoshi und biegen dann am Roshi Fluß nach Katunje ab. Von dort können je nach Zeit oder Lust eine Stunde hoch wandern oder bis aber bis zu unserem Zielort Rhaguchaur fahren. Wir übernachten in einem Zeltcam mitten in einer Biologischen Farm.

- **Tag 14: Besichtigung eines Schulprojektes und Fahrt nach Namobuddha**

Nach dem Frühstück gehen wir eine halbe Stunde bergab und besuchen eine Schule, die durch Hari Gautam und viele seine Freunde nach dem Erdbeben wieder aufgebaut wurde. Wir sprechen mit den Lehrern und Schülern und fahren anschließend weiter nach Namobuddha. Nach mittag besuchen wir die Klosteranlage von Namobudhha, die mit über 150 Mönchen belegt ist. Es kamen hier über viele Jahr neue Gebäude hinzu und der Hügel sieht heute aus wie eine Klosterstadt. Hier hat der historische Buddha vor über 6000 Jahren mit seinem Körper hungrige Tiger gefüttert um dadurch Kinder zu retten.

- **Tag 15: Fahrt nach Bhaktapur und Stadtbesichtigung**

Nach einer schönen Aussicht auf die Himalayakette zum Frühstück,

fahren wir nach Dhulikhel und weiter nach Bhaktapur. Bhaktapur ist eine mittelalterliche Stadt deren alter Baustiel mit schönen Schnitzereien auch heute noch in der Stadt präsent ist. Wir besichtigen die Stadt ganz in Ruhe und wandern durch die vielen Gassen und vorbei an wunderschönen Tempeln. Der höchste Tempel Nepals, der Natapola und der 55 Fenster Palast Datatreya gehören zu den wichtigsten Sehenswürdigkeiten in Bhaktapur. Am Abend fahren wir weiter nach Kathmandu.

- **Tag 16: Freier Tag und Abschiedsessen am Abend**

Nach den vielen neuen Eindrücken von Städten, Bergen und Tälern ist heute ein freier Tag um auf eigene Faust etwas in Kathmandu zu unternehmen. Wir treffen uns am Abend zu einem Abschiedsessen in einem traditionellen nepalischen Lokal.

- **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.