



Ihr Spezialist für Nepalreisen

D Nord Gregor Stratmann Provsthöhe 4 D 45257 Essen +49 201 48 58 73 Mobil 0170 770 1214 gregor@nepalwelt-trekking.com
 D Süd Norbert Wagner Fröbelstr. 13 D 90513 Zirndorf +49 911 98 92 111 Mobil 0176 64 771 850 norbert@nepalwelt-trekking.com



Annapurna - Ghorepani – Poon Hill Trek - Ein Trek für Einsteiger mit wenig Zeit

Reisedetails

Reisezeit: Mitte Februar – April / Oktober – Dezember
 Reisedauer: 16 Tage
 Dauer des Treks: 7 Tage
 Teilnehmer: 1 – max. 8 Personen
 Charakter: Leichte Wanderung im nepalesischen Mittelgebirge
 Höchster Punkt: Poon Hill 3.210m
 Preis: Wir garantieren einen fairen und attraktiven Preis, den wir unter Berücksichtigung Ihrer individuellen Wünsche zeitnah kalkulieren. Rufen Sie uns gerne unverbindlich an oder schreiben Sie uns eine E-Mail.
 Hinweis: Bausteine dazu buchen möglich

Kurzbeschreibung

Wunderschönes und einfaches Lodgetrekking im nepalesischen Mittelgebirge. Während Sie sich durchgängig in (für Nepal) sehr moderaten Höhen aufhalten, sind die Gipfel der Annapurna-Gruppe, hier vor allen Dingen die Annapurna South (7.219m), der daran angrenzende Hinchuli (6.441m) und natürlich der "heilige Berg der Gurungs" der Machhapuchre (Mt. Fishtail; 6.993m) Ihre ständigen Begleiter. Durch teilweise dichte Rhododendron-Wälder geht es täglich, häufig über unterschiedlich hohe Stufen, bergauf bis auch der Blick auf den Dhaulagiri (8.176m) frei wird. Einer der Höhepunkte der Tour ist die frühmorgendliche Besteigung des Poon Hill (3.210m); vom Gipfel dieses "Hügels" haben Sie einen phantastischen Panoramablick auf die Berge rund um den Dhaulagiri.

Übersicht Reiseverlauf

01. Tag	Flug von Deutschland nach Kathmandu	
02. Tag	Ankunft in Kathmandu – Abholung am Flughafen; Transfer zum Hotel	Hotel Ü + F
03. Tag	Treffen mit dem Guide; Besprechung des Programms, Check der Ausrüstung, Fahrt mit dem Tourist-Bus nach Pokhara	Hotel Ü + F
04. Tag	Fahrt nach Kande – Aufstieg zum Australiencamp (2.055m)	Lodge + VP
05. Tag	Australiencamp – Landruk (1.565m)	Lodge + VP
06. Tag	Landruk – Gandruk (2.040m)	Lodge + VP
07. Tag	Gandruk – Tadapani (2.600m)	Lodge + VP
08. Tag	Tadapani – Ghorepani (2.750m)	Lodge + VP
09. Tag	Ghorepani – Tikedhunga (1.545m)	Lodge + VP
10. Tag	Tikedhunga – Birethanti – Fahrt nach Pokhara	Hotel Ü + F
11. Tag	Pokhara zur freien Verfügung	Hotel Ü + F
12. Tag	Fahrt oder Flug nach Kathmandu	Hotel Ü + F
13. Tag	Sightseeing im Kathmandu Tal	Hotel Ü + F
14. Tag	Sightseeing im Kathmandu Tal	Hotel Ü + F
15. Tag	Kathmandu zur freien Verfügung	Hotel Ü + F
16. Tag	Rückflug nach Deutschland	



Annapurna - Ghorepani – Poon Hill Trek - Ein Trek für Einsteiger mit wenig Zeit

01. Tag Flug von Deutschland nach Kathmandu
-
02. Tag **Ankunft in Kathmandu 1.300m.**
Wir holen Sie vom Flughafen ab. Auf dem Weg ins *** Hotel bekommen Sie einen ersten Eindruck vom täglichen Leben in Nepals Hauptstadt.
-
03. Tag **Kathmandu – Pokhara**
Heute treffen Sie Ihren Trekking-Guide. Mit ihm zusammen besprechen Sie die Tour und checken mit ihm, falls gewünscht, Ihr Trekking-Equipment. Gegen Mittag fahren Sie mit Ihrem Guide in einem "Tourist-Bus" in ca. 6 Stunden nach Pokhara. An der "Lake-side" des Phewa-Sees beziehen Sie Ihr Hotel.
-
04. Tag **Das Trekking beginnt!**
Pokhara – Kande (1.500m) – Australien Camp (2.055m) ca. 1,5 Stunden
Nach dem Frühstück und den letzten Einkäufen in Pokhara, fahren Sie in ca. 60 Minuten mit dem Taxi nach Kande - Ihrem Ausgangspunkt für die Trekkingtour. Sie können es heute gemütlich angehen lassen, denn für den Weg zum "Australien-Camp" benötigen Sie nur ca. 1,5 Stunden. Zunächst laufen Sie an kleinen Gehöften vorbei um sich dann der ersten Herausforderung zu stellen. Steil führt der Weg hinauf zum Australien-Camp. Dort angekommen, belohnt Sie der Blick auf die Annapurna-South, den Hinchuli und den Machhapuchre!
-
05. Tag **Australiencamp - Landruk (1.565m) ca. 4,5 Stunden**
Frühaufsteher erleben einen spektakulären Sonnenaufgang über der Annapurna-South. Nach dem Frühstück steigen Sie gemächlich zur Passhöhe "Pittam Deurali" (2.140m) auf und erreichen bald danach den gleichnamigen Rastplatz; hier gibt es eine kleine Ansammlung von Lodges, die zur Pause einladen. Nach einem Tee wandern Sie weiter und erreichen die Ortschaft Tolka. Mittagsrast; eine Stärkung tut not, denn es geht ca. 580 HM hinunter, bevor Sie die Ortschaft Landruk - Ihr heutiges Tagesziel - erreichen. Schöne Ausblicke auf die Annapurna-South direkt von Ihrer Lodge.
-
06. Tag **Landruk – Gandruk (2.040 m) ca. 3 Stunden**
Abwärts, über viele Stufen, steigen Sie ab zum Modi-Khola (Khola = Bach). Es gilt eine Hängebrücke zu überqueren – danach beginnt der steile Anstieg hinauf nach Gandruk. Zwar ist der Weg steil – aber fair. Immer wieder laden kleine Rastplätze und auch Teehäuser zu einer kurzen Verschnaufpause ein. Zum Mittagessen sind Sie bereits in Gandruk. Dieses Gurung-Dorf (Gurung = eine Volksgruppe in Nepal) zeichnet sich durch alte Steinhäuser aus und bietet überdies hinaus ein Kloster und ein Museum, das Sie am Nachmittag besichtigen können. Das Dorf bietet ein "Postkartenpanorama" mit Blick auf die Annapurna-South.
-
07. Tag **Gandruk – Tadapani (2.600 m) 4 Stunden**
Tadapani – eine kleine Ansammlung von Lodges ist das heutige Ziel. "Oralo – ukalo" – nepalesisch für "rauf und runter" geht es durch (im Frühjahr) blühende Rhododendron Wälder. Die Lodge in Bhaisa Kharka lädt unterwegs zur Teepause ein, bevor Sie das letzte Etappenstück nach Tadapani in Angriff nehmen. Wunderschöner Ausblick auf den Machhapuchre (Mt. Fishtail).
-
08. Tag **Tadapani – Ghorepani (2.750m) 5 Stunden**
Heute überschreiten Sie die 3.000m Marke. Von Tadapani geht es zunächst nach Banthanti – einem kleinen Lodgeort, der magisch in einer engen Schlucht liegt. Ein Tee erfrischt, bevor Sie nach Deurali gelangen. Dieser Wegabschnitt führt Sie durch verwunschene Rhododendron Wälder. Die "Lali Gurans"-Lodge (der Name ist Programm; Lali Gurans heißt übersetzt Rhododendron) lädt nochmals zu einer Teepause ein. Wenig später stehen Sie schon auf dem höchsten Punkt Ihrer Trekkingtour – dem Deurali – Pass mit einer Höhe von immerhin 3.180m. Von dieser Passhöhe haben Sie einen wunderbaren Blick auf die Himalayaberge, mit dem Dhaulagiri (8.176m) als Mittelpunkt. Weiter unten schimmern schon die blauen und grünen Hausdächer von Ghorepani. In dem an einem Hang gelegenen Dorf gilt es die letzten Treppen für diesen Tag zu erklimmen – dann beziehen Sie Quartier in der "Snowland-Lodge".



Annapurna - Ghorepani – Poon Hill Trek - Ein Trek für Einsteiger mit wenig Zeit

09. Tag **Ghorepani – Poon Hill 3.210m – Tikedhunga 1.545m 4,5 Stunden**
 Früh morgens – noch vor dem Frühstück - gilt es den Poon-Hill zu ersteigen. Von der Gipfelflattform erleben Sie einen spektakulären Sonnenaufgang. Nach dem Abstieg ist das leckere Frühstück mit Chapatis oder Tibetan bread höchst willkommen! Danach geht es nun über 1.200 Höhenmeter hinunter. Ihr Ziel heute ist Tikedhunga. Sie laufen durch Wald und Feld und erreichen gegen Mittag Ulleri. Eine Stunde dauert der weitere Abstieg bis Tikedhunga – noch einmal ist volle Konzentration gefordert, denn dieser Weg besteht aus einer endlos erscheinenden Treppe. Kurz vor Ihrem Zielort überqueren Sie zwei Hängebrücken – dann können sie im "Indra-Guesthouse" ihr Zimmer beziehen. Nachmittags relaxen Sie auf der Terrasse der Lodge und schauen den Muli-Karawanen zu, die durch das Dorf ziehen.
-
10. Tag **Tikedhunga – Birethanti 3 Stunden – Fahrt nach Pokhara**
 Ihr letzter Trekkingtag! In drei Stunden laufen Sie nach Birethanti. Kurz hinter dem Ort haben Sie noch einmal Gelegenheit sich vom heiligen Berg der Gurung – dem Machhapuchre zu verabschieden. Zusammen mit Ihrem Team besteigen Sie ein Taxi und fahren zurück nach Pokhara. Ihr Hotelzimmer wird Ihnen wie der pure Luxus vorkommen.
-
11. Tag **Pokhara zur freien Verfügung**
 Mal etwas länger schlafen – morgens ausgiebig duschen – was zuhause für Sie "normal" ist, empfinden Sie nach Ihrem Trekking als etwas Besonderes! Den Tag heute haben Sie zur freien Verfügung. Verbringen Sie ihn relaxend am Phewa-See – oder besuchen Sie die Welt-Friedens Stupa, die in einem ca. einstündigen Spaziergang zu erreichen ist. Vielleicht möchten Sie aber auch das "International Mountain Museum" (sehr empfehlenswert) besuchen? Besprechen Sie Ihre Pläne mit Ihrem Guide – er kann Ihnen Tipps und Hinweise geben!
-
12. Tag **Rückfahrt nach Kathmandu**
 Zusammen mit Ihrem Guide fahren Sie zurück in Nepals Hauptstadt. In der ca. 6 –stündigen Überland fahrt sammeln Sie nochmals viele Eindrücke vom alltäglichen Leben in Nepal.
-
13. + 14. Tag **Sightseeing im Kathmandu**
 Nach dem Trekking mit all seinen schönen Erlebnissen in Nepals grandioser Bergwelt, können Sie heute die ebenfalls grandiose Kultur in der Hauptstadt bewundern. Die großen buddhistischen Stupas von Boudhanath und Swayambunath wie auch der große, hinduistische Tempelbezirk von Pashupatinath warten auf Sie. Vielleicht möchten Sie auch den Kathmandu Durbar Square mit dem Kumari Bahal (Haus der Kumari) besuchen? Oder den "schlafenden Vishnu" in Budhanilkantha? Gerne berät Sie dazu Ihr "Sightseeing Guide", der Sie auf Ihren Erkundungstouren durch Kathmandu auch begleitet.
-
15. Tag **Kathmandu zur freien Verfügung**
 Die Gestaltung Ihres letzten ganzen Tages liegt ganz in Ihrer Hand. Einkaufen in Thamel, dem Touristenviertel, Kaffee oder Nepali-Milk-Tea in einem der vielen Cafes trinken, im Hotelgarten oder auf der Dachterrasse relaxen – es gibt viele Möglichkeiten in Kathmandu "die Seele baumeln zu lassen". Abends verabschieden Sie sich bei einem gemeinsamen Abendessen von Ihrem Guide – der ja vielleicht auch zu einem Freund geworden ist?
-
16. Tag **Rückflug nach Hause**
 Je nach dem wann Ihr Flieger von Internationalen Flughafen startet, haben Sie den Vormittag zur Verfügung, um nochmals durch Thamel zu streifen. Unser Team bringt Sie rechtzeitig (3 Stunden vor dem Abflug) zum Flughafen. Nun heißt es endgültig Abschied nehmen. "Pheri bhetaaula Nepal" – Auf Wiedersehen Nepal denn dies war ja vielleicht nicht Ihre letzte Tour in das fantastische Land im Himalaya?



Annapurna - Ghorepani – Poon Hill Trek - Ein Trek für Einsteiger mit wenig Zeit

Leistungen

- ✓ Englischsprachiger, lizenzierter nepalesischer Bergführer (Guide)
- ✓ Porter / Träger für Ihr Gepäck (max. 12 KG pro Person) incl. robuster Trekkingtasche
- ✓ Unterkunft: Hotel mit Übernachtung + Frühstück in Kathmandu / Pokhara
- ✓ Während des Trekkings: Vollpension inkl. Tee / Kaffee
- ✓ Alle notwendigen Nationalparkpermits, TIMS-Gebühr
- ✓ Alle Transporte von und bis Kathmandu
- ✓ Gemeinsames Abschiedsessen mit Ihrem Guide
- ✓ Shuttelservice vom Flughafen zum Hotel bzw. vom Hotel zum Flughafen

Zusatzkosten

- Landesübliche Trinkgelder & Trinkgeld für Ihre Crew wenn es Ihnen gefallen hat
- Alkoholische Getränke, Softdrinks, Tee & Kaffee & Wasser für unterwegs
- Persönliche Ausrüstungsgegenstände, Versicherungen
- Eintrittsgelder für Besichtigungen
- Visa-Gebühren für Nepal
- Internationaler Flug