



Ihr Spezialist für Nepalreisen

D Nord Gregor Stratmann Provesthöhe 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

ॐ Auf uralten Wegen zum Eingangstor nach Mustang - Der Pilgerweg nach Muktinath

Reisedetails

Reisezeit: Mitte Februar – Mitte Mai und
Mitte September - Dezember

Reisedauer: 19 Tage

Dauer des Treks: 09 Tage

Teilnehmer: ab 1 Person – max. 10 Personen

Charakter: Leicht; keine alpinen Schwierigkeiten;
Gute Grundkondition &
Trittsicherheit erforderlich

Höchster Punkt: Muktinath 3.800m

Preis: Wir garantieren Ihnen einen fairen und
attraktiven Preis, den wir unter Berücksichti-
gung Ihrer individuellen Wünsche zeitnah
kalkulieren. Rufen Sie uns gerne an, oder
schicken Sie eine E-Mail.

Hinweis: Bausteine dazu buchbar (z.B. Lumbini oder
Chitwan NP)

Kurzbeschreibung

Durch die süd-westlichen Ausläufer des Annapurna-Massivs wandern Sie zunächst durch gemäßigte Klimazonen, später dann durch das karge Kali-Gandaki Tal nach Muktinath. Die weit des Ortes gelegene Tempelanlage ist Hindus wie auch Buddhisten gleichermaßen heilig. Das Tal, zwischen Annapurna und Dhaulagiri gelegen, bildet die tiefste Schlucht der Welt. Entlang des Kali-Gandaki Flusses, an dessen Ufern Sie mit ein wenig Glück die berühmten, den Hindus heiligen „Shaligrams“ – versteinerte Ammoniten, finden können, geht es stetig aufwärts nach Kagbeni – dem Eingangstor nach Mustang. Von hier aus trennt Sie nur noch eine Tagesetappe von Muktinath. Für den Besuch der großen Tempelanlage haben wir einen ganzen Tag eingeplant. Erleben Sie die Spiritualität des Ortes – nachmittags lädt das ortsansässige buddhistische Kloster zu einem Besuch ein. Über Jomosom geht es mit dem Flugzeug – oder alternativ mit dem Jeep/ Bus - zurück nach Pokhara.

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 Programmes, Check der Ausrüstung	Hotel Ü + F
04. Tag	Fahrt oder Flug von Kathmandu nach Pokhara (830m)	Hotel Ü + F
05. Tag	Pokhara – Tikedhunga (1.480m)	Lodge + VP
06. Tag	Tikedhunga – Ulleri (1.960) - Ghorepani (2.860m)	Lodge + VP
07. Tag	Ghorepani – Poon Hill – Tatopani (1.190m)	Lodge + VP
08. Tag	Tatopani – Ghasa (2.010m)	Lodge + VP
09. Tag	Ghasa – Marpha (2.670m)	Lodge + VP
10. Tag	Marpha – Kagbeni (2.800m)	Lodge + VP
11. Tag	Kagbeni – Muktinath (3.800m)	Lodge + VP
12. Tag	Muktinath – Besichtigung der Tempelanlage	Lodge + VP
13. Tag	Muktinath – Jomosom (2.710m)	Lodge + VP
14. Tag	Jomosom – Rückflug oder Rückfahrt nach Pokhara (830m)	Lodge + VP
15. Tag	Pokhara zur freien Verfügung	Hotel Ü + F
16. Tag	Rückflug oder Rückfahrt nach Kathmandu	Hotel Ü + F
17. Tag	Kathmandu - Sightseeing	Hotel Ü + F
18. Tag	Kathmandu zur freien Verfügung	Hotel Ü + F
19. Tag	Rückflug nach Deutschland	



Auf uralten Wegen zum Eingangstor nach Mustang - Der Pilgerweg nach Muktinath

-
01. Tag Flug von Deutschland nach Kathmandu
-
02. Tag **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 1.300m**
Heute treffen Sie Ihren Trekking-Guide. Mit ihm zusammen besprechen Sie die Tour und checken mit ihm, falls gewünscht, Ihr Trekking-Equipment. Der Nachmittag steht zu Ihrer freien Verfügung.
-
04. Tag **Kathmandu – Pokhara**
Bereits zeitig in der Früh verlassen Sie das lebhaftes Kathmandu und fahren in das ca. 200 km entfernte Pokhara. Wenn das Wetter mitspielt, sind unterwegs fantastische Ausblicke auf Berge der Lamjung,-Manaslu und Annapurna-Gruppe möglich. In Pokhara, am zauberhaften Phewa See gelegen, erwartet Sie subtropisches Klima. Erholung finden Sie nach der langen Fahrt in Ihrem Hotel. Oder Sie unternehmen einen kleinen Spaziergang entlang der Lake Site, wo einladende Cafés und Restaurants Sie willkommen heißen. Eine besondere Augenweide bietet "das nepalesische Matterhorn", der Mt. Fishtail (Machhapuchre).
-
05. Tag **Phokara – Tikedhunga (1.550m) ca. 6 Stunden**
Nach einem leckeren Frühstück fahren Sie in ca. 1 ½ Std. über den kleinen Naudanda-Pass zu Ihrem eigentlichen Startziel des Treks, dem Dorf Nayapul. Das heutige ca. 3 stündige Einlaufen, bergauf und bergab, führt durch malerische Reis- und Getreidefelder. In Tikedhunga beziehen Sie Ihre Lodge. Bei einem erfrischenden Getränk lassen Sie den ersten Trekkingtag in dieser bezaubernden Landschaft gemütlich ausklingen. Wie wäre es zum Abendessen mit dem nepalesischen Nationalgericht Dal Bhat? Lecker zubereitet aus viel Reis und Linsen, sowie je nach Region mit diversen Zutaten wie z. B. Chilis, Zwiebeln, Ingwer und Koriander.
-
06. Tag **Tikedhunga – Ghorepani (2.750m) ca. 6 – 7 Stunden**
Heute steht die erste Härteprüfung an. Nach der Querung einer Hängebrücke geht es über unzählige Steinstufen steil hinauf zum Ort Ulleri. Ab hier verdichtet sich der Rhododendronwald. Mit etwas Glück machen Sie Bekanntschaft mit den Bergurwaldaffen, die sich hin und wieder blicken lassen. In Banthanti angekommen ist es Zeit für das Mittagessen bevor es dann weiter, teils steil ansteigend bis Ghorepani unserem heutigen Ziel geht. Von diesem malerischen Ort haben Sie einen großartigen Panoramablick auf die gesamte Annapurnakette. (Option: Aussichtsberg Poon Hill).
-
07. Tag **Ghorepani – Poon Hill (3.200m) – Tatopani (1.190m) ca. 6 - 7 Stunden**
Zeitiges Aufstehen (noch in der Dunkelheit) ist nötig, wenn Sie den Sonnenaufgang direkt vom Poon Hill (3.200m) genießen möchten. Sie gehen ohne Ihr Gepäck – nur Ihre Trinkflasche und die Kamera sollten Sie mitnehmen. Unvergessliche Blicke auf den formschönen Machhapuchre (6.993m) und die Bergketten von Manaslu, Lamjung, Annapurna und Dhaulagiri entschädigen für die kurze Nacht und den frühmorgendlichen Aufstieg.
Für die Besteigung des Aussichtsberges und den anschließenden Abstieg benötigen Sie ca. 2 Stunden. Zurück in der Lodge frühstücken Sie, schultern anschließend Ihren Rucksack, um steil hinab zunächst bis Chirte (2.300m) zu laufen. Durch fruchtbare Landschaften wandern Sie anschließend bis Tatopani. Dort laden die "Hot Springs" zu einem Bad ein.
-
08. Tag **Tatopani – Ghasa (2.010m) ca. 6 - 7 Stunden**
Immer entlang des Flusses führt Sie ihr Weg heute zunächst bis Rupse Chhahara. Dieser Platz, der von einem sehr schönen Wasserfall dominiert wird, lädt zu einer Pause ein. Sie steigen weiter bergauf, passieren die Distriktgrenze nach Mustang und erreichen am Nachmittag Ghasa.

ॐ Auf uralten Wegen zum Eingangstor nach Mustang - Der Pilgerweg nach Muktinath

09. Tag **Ghasa – Marpha (2.670m) ca. 6 - 7 Stunden**
 Heute wartet eine besonders "reizvolle Landschaft" auf Sie, gleich hinter dem Dorf Kalopani beginnt das breite Tal des Kali Gandaki. Der Fluss führt zu dieser Zeit nur wenig Wasser; die Chance im Flussbett einige Shaligrams zu finden, ist groß. Shaligrams sind versteinerte Ammoniten, die davon zeugen, dass dieses Tal einmal Meeresboden war. Am Nachmittag erreichen Sie Marpha. Dieser Ort mit buddhistischem Flair zeichnet sich einmal durch die vielen Apfelplantagen und zum anderen durch die hübschen weißen Häuser aus. Die Äpfel werden zu vielen verschiedenen Produkten verarbeitet. Getrocknete Apfelinge und Apfelbrandy aus Marpha sind eine Spezialität!
-
10. Tag **Marpha – Kagbeni (2.800m) ca. 4 – 5 Stunden**
 Von Marpha aus benötigen Sie knapp zwei Stunden um Jomosom zu erreichen. Hier befindet sich der einzige Flugplatz der Region. Am Flussufer entlang und mit Blick auf eine grandiose Berglandschaft führt der Weg nach Kagbeni, dem Eingangstor nach Mustang.
-
11. Tag **Kagbeni – Muktinath (3.800m) ca. 4 – 5 Stunden**
 Ein anstrengender Tag steht Ihnen heute bevor, denn es gilt 1.000 Höhenmeter hinauf nach Muktinath zu bewältigen. Nach ca. 1,5 Stunden erreichen Sie Khingar und genießen bei einem Tee oder einem Erfrischungsgetränk den Blick in Richtung Muktinath und auf den 5.416m hohen Thorong La. Durch die karge Landschaft geht es weiter hinauf nach Jharkot. 100 Höhenmeter, die es in sich haben, trennen Sie noch von Muktinath. Dieser Pilgerort ist besonders den Hindus heilig. Viele Pilger kommen aus Indien, um den heiligen Ort zu besuchen.
-
12. Tag **Muktinath – Besuch der Tempelanlage**
 Mal ein wenig länger schlafen und auf der Dachterrasse der Lodge im morgendlichen Sonnenschein frühstücken – das haben Sie sich nach den Anstrengungen der letzten Tage wirklich verdient. Heute erkunden Sie die große Tempelanlage, die nach einem kurzen Fußmarsch zu erreichen ist. Muktinath – fast klingt das wie ein Zauberwort und einen eigenen Zauber hat die Tempelanlage zweifelsfrei. Unter den 108 Wasserspeiern durch zu gehen und sich dabei die Haare zu benetzen, bringt den gläubigen Hindu ein Stück weiter zu seiner Erlösung. Ein den Buddhisten heiliger Ort ist eine Höhle, in der eine natürliche Gasflamme brennt. Man geht davon aus, dass dieser Pilgerort schon seit über 3000 (!) Jahren besteht.
-
13. Tag **Muktinath – Jomosom (2.720m) ca. 6 Stunden**
 Wohl ist das Kali Gandaki Tal mittlerweile auch für Jeeps, Traktoren und Motorräder befahrbar, es gibt aber auf der linken Flussseite schöne, naturbelassene Wege, die Sie auf Ihrem Weg nach Jomosom nutzen können. Am Abend sitzen Sie bei einem leckeren Dhaal Bhat und feiern den Erfolg Ihrer Tour.
-
14. Tag **Jomosom – Rückflug oder Rückfahrt nach Pokhara (830m)**
 Wenn Sie sich zu einem ca. 20 – 25minütigen Flug* nach Pokhara entschieden haben, können Sie ihr zweites Frühstück bereits in Ihrem Hotel am Phewa-See einnehmen. Mit dem Bus / Jeep dauert es naturgemäß länger bis Sie wieder in Pokhara eintreffen.
 *Bitte beachten Sie den wichtigen Hinweis am Ende dieser Reisebeschreibung!
-
15. Tag **Pokhara zur freien Verfügung**
 Spazieren Sie am Ufer des Phewa-See entlang, besuchen Sie die "Shopping Mile" oder relaxen Sie einfach im Garten Ihres Hotels. Dieser Tag steht zu Ihrer freien Verfügung.
-
16. Tag **Rückflug oder Rückfahrt nach Kathmandu**
 Mit dem Tourist Bus fahren Sie heute zurück nach Kathmandu.
 Alternativ bietet sich ein ca. 40minütiger Flug entlang der Himalayakette nach Kathmandu an. (Wenn Sie sich für diese Alternative interessieren, sprechen Sie uns bitte darauf an).

ॐ Auf uralten Wegen zum Eingangstor nach Mustang - Der Pilgerweg nach Muktinath

17. Tag **Kathmandu Sightseeing**
 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. Ihr City-Guide begleitet Sie dabei und kann Ihnen viele interessante Einzelheiten zeigen und die für europäisches Empfinden manchmal seltsam erscheinenden Gebräuche und Riten erklären.
-
18. Tag **Kathmandu zur freien Verfügung**
 Bevor es zurück nach Hause geht, haben sie heute Zeit Kathmandu auf eigene Faust zu erkunden. Sicherlich möchten Sie noch das eine oder andere Souvenir besorgen? Am Abend laden wir Sie - zusammen mit Ihrem Guide - zu einem Abschieds-Dinner ein.
-
19. Tag **Rückflug nach Deutschland**
 Unser Team bringt Sie rechtzeitig (3 Stunden vor dem Abflug) zum Flughafen. Nun heißt es endgültig: "Pheri bhetaaula Nepal" - Auf Wiedersehen Nepal. Denn dies war ja vielleicht nicht Ihre letzte Tour in das fantastische Land im Himalaya?!
-

Leistungen

- ✓ Englischsprachiger, lizenziertes 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 & Wasser für unterwegs
- Persönliche Ausrüstungsgegenstände, Versicherungen
- Eintrittsgelder für Besichtigungen
- Visa-Kosten für Nepal
- Internationaler Flug

Wichtig zu wissen - Im Falle des Falles

Bedingt durch starke Winde im Kali Gandaki Tal und bei schlechtem Wetter (Regen, Nebel) kann ein Flug von Jomosom nach Pokhara wie gebucht **NICHT GARANTIERTE** werden. Sollte es zu einer solchen Situation kommen, können wir von Jomosom mit dem Bus nach Beni und von dort aus, ebenfalls mit dem Bus, nach Pokhara fahren. Sollte es zu einer solchen Alternative kommen (müssen) hat dies keine Auswirkungen auf den Reisepreis! Eine zeitliche Verzögerung ergibt sich lediglich durch das spätere Ankommen in Pokhara (am gleichen Tag), wenn Sie mit dem Bus fahren.