



**Mi., 02.02.22 - Mi., 23.02.22 | 22 Tage ab € 2.599,-**

**AktivPlus**

## **Nepal**

**Zu Fuß zu den Göttern**

### **Highlights**

- › spektakuläres, sechstägiges Trekking in der Annapurna-Region
  - › zu Gast im Kloster von Namobuddha
  - › Mountainbike-Tour bei Pokhara
- › Nepals Königsstädte Kathmandu, Patan und Bhaktapur erleben
- › authentische Begegnungen mit den Gurung, den Tamang und den Chepang
- › wandern durch authentische Dörfer und Reisterrassen bei Balthali

**Faszination Himalaya: Seit jeher übt der Sitz der Götter eine fast magische Anziehungskraft auf Traveller aus aller Welt aus! Auch wir lassen uns auf dieser Reise durch Nepal in den Bann der Achttausender ziehen, wenn wir während unseres spektakulären, sechstägigen Trekkings die Annapurna-Region erkunden. Wir wandern durch Rhododendron-Wälder, Reisterrassen und vorbei an Wasserfällen, begegnen den Menschen in authentischen Dörfern, übernachten in traditionellen Teehäusern und genießen die Aussicht auf die schneebedeckten Berge. Doch auch der Rest des Landes begeistert: Heilige Tempelanlagen, prächtige Paläste und stolze Bewohner erleben wir in den Königsstädten Kathmandu, Patan und Bhaktapur. In Namobuddha tauchen wir beim Besuch des Klosters tief in den Buddhismus ein und gehen im Chitwan-Nationalpark auf Pirsch nach Krokodilen, Eisvögeln und sogar Nashörnern. Komm mit ins Königreich im Himalaya.**

### Tag 1 - Mi., 02.02.22 Deutschland – Kathmandu

#### Los geht's!

Dank der inkludierten Rail&Fly-Fahrkarte kannst du innerhalb Deutschlands kostenfrei und umweltfreundlich mit der Bahn zum Flughafen anreisen. Dein Flug über Doha oder Istanbul startet in der Regel am Abend.

**Fahrstrecke:** - | **Übernachtung:** Flugzeug | **Mahlzeiten:** gemäß Bordservice

### Tag 2 - Do., 03.02.22 Kathmandu

#### Willkommen in Nepal!

Du landest im Laufe des Vormittags in Kathmandu (1.400 m) und wirst am Flughafen herzlich von unserem WORLD INSIGHT-Reiseleiter empfangen. Ein kurzer Transfer bringt uns zu unserem zentral gelegenen Hotel. Nachdem wir uns in den öffentlichen Räumlichkeiten des Hotels etwas frisch gemacht haben, tauchen wir direkt tief ein in das spirituelle Kathmandu: Am buddhistischen Heiligtum Bodnath umrunden tibetische Pilger scharenweise den 40 Meter hohen Stupa. Wir tun es ihnen gleich und tauchen selbst gänzlich in die spirituelle Atmosphäre ein. Von hier sind es nur wenige Kilometer bis Pashupatinath am Westufer des Bagmati-Flusses: Die Anlage wird täglich von zahlreichen hinduistischen Gläubigen aufgesucht, die hier ihre Angehörigen in einer feierlichen Verbrennungszereemonie bestatten. Unzählige Tempel, Statuen und gelebter Hinduismus erwarten uns! Am Abend laden wir dich zu einem landestypischen Welcome Dinner ein.


**Fahrstrecke:** 40 km | **Übernachtung:** Le Himalaya\*\*\*, Manaslu\*\*\* oder Fairfield by Marriott\*\*\* in Kathmandu | **Mahlzeiten:** gemäß Bordservice, A

### Tag 3 - Fr., 04.02.22 Kathmandu – Namobuddha – Balthali

#### Zu Gast im Kloster

Wir reisen weiter Richtung Osten und erreichen nach ungefähr zweieinhalb Stunden den tibetischen Wallfahrtsort Namobuddha (1.750

m). Ein Mönch begrüßt uns im gleichnamigen Kloster, das eines der ältesten Nepals ist. Wir schauen uns ausgiebig um, bewundern die wunderschönen Mandalas und Fresken und tauchen dank unseres Reiseleiters in die Welt des tibetischen Buddhismus ein. Mit etwas Glück schwärmen die Novizen der Mönchsschule in der Pause in den Hof, unser Reiseleiter übersetzt gerne für uns. Im Anschluss wandern wir auf leicht begehren Wegen hinab bis zu unserem Übernachtungsort Balthali (1.780 m). Dabei passieren wir kleine Dörfer, sehen Bauern auf ihren Feldern und können uns an den in der Ferne liegenden Bergen nicht satt sehen. Unsere Unterkunft erreichen wir am frühen Nachmittag, unser Reiseleiter gibt dir Tipps für ein spätes Mittagessen. Genieße von unserer Unterkunft den wunderbaren Ausblick auf das umliegende Dorf – der Alltag scheint hier ganz weit weg.


 ca. 3 h (7 km ↑ 200 m ↓ 400 m)

**Fahrstrecke:** 50 km | **Übernachtung:** Balthali Mountain Resort\*\*(\*) oder Balthali Eco Hill Resort\*\*(\*) in Balthali | **Mahlzeiten:** F

### Tag 4 - Sa., 05.02.22 Balthali

#### Rein in die Wanderschuhe

Die idyllische Landschaft erkunden wir heute Vormittag auf Schusters Rappen: Dabei besichtigen wir den Ladkeshwor-Tempel und erfahren in Nepane, einem Dorf der Tamang, viel über die Lebensweise und Traditionen des Volkes. Wir wandern weiter zum Ladku-Fluss, folgen seinem Lauf und sind zur Mittagszeit zurück in unserer Unterkunft. Den Nachmittag kannst du frei gestalten! Wer Lust hat, begleitet unseren Reiseleiter zu einem Spaziergang durch das Dorf.


 ca. 3 h (6 km ↑ 200 m ↓ 200 m)

**Fahrstrecke:** - | **Übernachtung:** Balthali Mountain Resort\*\*(\*) oder Balthali Eco Hill Resort\*\*(\*) in Balthali | **Mahlzeiten:** F

### Tag 5 - So., 06.02.22 Balthali – Khopasi – Panauti – Thimi – Bhaktapur

**Holzsnitzkunst par excellence**

Wir verlassen dieses herrliche Fleckchen Erde und wandern durch terrassierte Felder hinab ins Dorf Khopasi (1.460 m). Hier wartet bereits unser Bus, der uns die wenigen Kilometer nach Panauti (1.550 m) bringt. Wir schauen uns die sehenswerte kleine Altstadt an, bevor wir eine knappe Stunde bis nach Thimi fahren: Hier entstehen unter freiem Himmel im Handumdrehen kleine Kunstwerke aus Ton, die anschließend im Feuer gebrannt werden. Im Anschluss sind es nur wenige Kilometer bis nach Bhaktapur (1.400 m). Nachdem wir unser Gepäck im Hotel abgestellt haben, erkunden wir das charmante Städtchen zu Fuß. Wenn wir durch die Gassen schlendern, erleben wir bäuerliches und religiöses Leben wie vor 300 Jahren. Hier waschen Frauen ihre Wäsche noch an öffentlichen Stellen, Bauern bieten ihre überschaubare Ernte an und Gläubige eilen von Tempel zu Tempel. Wir entdecken unter anderem den Durbar Square mit Königspalast, die beeindruckenden Tempelwächter am Nyatapola-Tempel und das Herz der Stadt, den Dattatreya Square. Mit dem Pfauenfenster erleben wir dann nepalesische Holzschnitzkunst par excellence. Außerdem stöbern wir durch die besten Holzschnitzwerkstätten Nepals und kommen mithilfe unseres Reiseleiters mit den Künstlern ins Gespräch.

 ca. 1 h (3 km ↓ 320 m)


**Fahrstrecke: 40 km | Übernachtung: Vajra Guest House\*\*(\*) oder Khwapa Chhen\*\*(\*) in Bhaktapur | Mahlzeiten: F**

**Tag 6 - Mo., 07.02.22**

### **Bhaktapur – Changu – Telkot – Nagarkot**

#### **Die 8.000er im Blick!**

Wer mag, schlendert bereits im Morgengrauen durch die kleinen Gassen und beobachtet, wie die Stadt erwacht! Am Morgen ist nur eine kurze Fahrt bis nach Changu, wo wir uns den Tempel Changu Narayan, der zu den ältesten Tempeln Nepals gehört, anschauen. Anschließend spazieren wir zunächst auf einem Fußgängerweg den Hügel hinab und laufen auf unbefestigten, aber einfachen Pfaden bis nach Telkot. Von hier bringt uns unser Bus in einer guten halben Stunde zu unserem Übernachtungsort Nagarkot (2.000 m). Nach Ankunft am frühen Nachmittag bleibt genügend Zeit, die Aussicht auf die 8.000er dieser Welt zu genießen.

 2-3 h (8 km ↑ 130 m ↓ 140 m)


**Fahrstrecke: 30 km | Übernachtung: Country Villa\*\*\*, Himalayan Villa\*\*\* oder The Fort Resort\*\*\* in Nagarkot | Mahlzeiten: F**

**Tag 7 - Di., 08.02.22**  
**Nagarkot**

#### **Malerische Reisterrassen**

Wir brechen nach dem Frühstück zu

unserer heutigen Wanderung auf. Es geht durch kleine Dörfer, vorbei an malerischen Reisterrassen und wir genießen immer wieder beeindruckende Ausblicke auf die Berge Dorje Lhakpa und Shishapangma. Am frühen Nachmittag sind wir zurück in unserer Unterkunft, der Nachmittag gehört dir. Wer Lust hat, begleitet unseren Reiseleiter auf einer insgesamt dreistündigen Wanderung zum Aussichtsturm von Nagarkot. Von hier oben kann man bei klarer Sicht den Mount Everest sehen. Wer lieber in Nagarkot bleibt, für den steht süßes Nichtstun auf dem Programm.

 3-4 h (11 km ↑ 350 m ↓ 360 m)

**Fahrstrecke: - | Übernachtung: Country Villa\*\*\*, Himalayan Villa\*\*\* oder The Fort Resort\*\*\* in Nagarkot | Mahlzeiten: F**

**Tag 8 - Mi., 09.02.22**  
**Nagarkot – Bandipur**

#### **Über sich windende Serpentinstraßen**

Es geht heute schon gegen 07:30 Uhr los, denn wir haben eine knapp sechsstündige Fahrt zum Bergstädtchen Bandipur (1.000 m) vor uns. Über sich windende Serpentinstraßen geht es vorbei an Reisterrassen und Zuckerrohrplantagen. Das Landschaftskino unterbrechen wir gegen Mittag für eine kleine Stärkung. In der Regel erreichen wir Bandipur am Nachmittag. Nachdem wir unsere Zimmer bezogen haben, bewundern wir auf unserem gemeinsamen Bummel die klassizistischen Häuserfassaden, die Bandipur seiner früheren strategischen Lage auf der Handelsroute zwischen Indien und Tibet zu verdanken hat. Die Stadt wurde einst von der Minderheit der Newar, die vor allem im Kathmandu-Tal angesiedelt sind, besiedelt. Ihre einmalige Kultur hat Bandipur stark geprägt – unser Reiseleiter weiß zu berichten. Auch hier sind die Ausblicke auf die majestätische Bergwelt bei gutem Wetter fantastisch – Zeit zum Genießen.


**Fahrstrecke: 180 km | Übernachtung: Bandipur Village Resort\*\*(\*) oder The Durbar Himalaya\*\*(\*) in Bandipur | Mahlzeiten: F**

**Tag 9 - Do., 10.02.22**  
**Bandipur – Pokhara**

#### **Romantischer Sonnenaufgang und Weltfriedensstupa**

Früh aufstehen lohnt sich auch heute: Ein kurzer, aber recht anstrengender Anstieg zu einem nahegelegenen Aussichtspunkt wird mit einem herrlichen Sonnenaufgang belohnt. Nach dem Frühstück fahren wir dann in knapp drei Stunden nach Pokhara (822 m), dem geografischen Mittelpunkt des Landes. Die Stadt am Phewa-See heißt uns mit ihrem recht milden Klima und der fruchtbaren, grünen Landschaft willkommen. Nachdem wir unser Gepäck im Hotel abgestellt haben, erreichen wir nach einer kurzen

Fahrt die Weltfriedensstupa: Von hier haben wir einen fantastischen Blick auf Pokhara, den Phewa-See und die Annapurna-Gebirgszüge. Zurück im Hotel ist der restliche Nachmittag frei für eigene Entdeckungen. Da unsere Unterkunft sich direkt an der sogenannten Lakeside befindet, erreichst du die Uferzone mit einer Vielzahl an Restaurants, Bars und Souvenirläden in wenigen Gehminuten. Wer noch Ausrüstung für das anstehende Trekking benötigt, fragt unseren Reiseleiter nach den besten Adressen.


 0,5 h (0,5 km ↑ 80 m ↓ 80 m)

**Fahrstrecke: 80 km | Übernachtung: Lakeside Retreat\*\*\* oder White Pearl\*\*\* in Pokhara | Mahlzeiten: F**

### Tag 10 - Fr., 11.02.22 Pokhara

#### Mit dem Mountainbike unterwegs

Der Tag beginnt mit einer Bootsfahrt auf dem Phewa-See. Wenn es windstill ist und die Seeoberfläche glatt, erfreuen wir uns am Spiegelbild des Machapuchare, dem sogenannten Fischeschwanz-Berg. Dann sind wir startklar für etwas Action: Mit Mountainbikes radeln wir auf unbefestigten, aber gut befahrbaren Wegen vorbei an Reisfeldern und überqueren eine Brücke, um auf die andere Seite des Sees zu gelangen. Am Flussufer haben wir Zeit zum Entspannen und suchen uns ein schönes Fleckchen für unser gemeinsames Picknick. Wir kehren am frühen Nachmittag zurück zu unserem Hotel. Genieße ein letztes Mal die Annehmlichkeiten deiner Unterkunft, denn ab morgen geht es während des Trekkings in den Teehäusern, die uns als Bleibe dienen, recht einfach zu.

 2-3 h (ca. 35 km ↑ 140 m ↓ 140 m)


**Fahrstrecke: - | Übernachtung: Lakeside Retreat\*\*\* oder White Pearl\*\*\* in Pokhara | Mahlzeiten: F, M**

### Tag 11 - Sa., 12.02.22 Pokhara – Trekking in der Annapurna-Region

#### Von Wasserfällen und Steinstufen

Das Wichtigste kommt in deinen Trekkingrucksack, während dein übriges Gepäck sicher in der Unterkunft deponiert wird. Wir fahren gut zwei Stunden bis nach Nayapul (1.090 m), wo wir auf unseren zusätzlichen Trekking-Guide und die Träger treffen. Nach einem kurzen Kennenlernen geht es los! Heute führt unser Weg beinahe stetig bergauf und ist dabei mal mehr mal weniger steil. Wir wandern auf schmalen Pfaden und passieren immer wieder kleine Wasserfälle. Mittags kehren wir in einem kleinen Bergrestaurant ein. Dann geht es über Steinstufen steil bergauf, bis wir unser Tagesziel Tikhedhunga (1.540 m) am Nachmittag

über eine Hängebrücke erreichen. Abends sitzen wir dann mit Travellern aus aller Welt zusammen und tauschen uns über die bevorstehenden Trekking-Abenteuer aus.

 3-4 h (9 km ↑ 540 m ↓ 60 m)


**Fahrstrecke: 50 km | Übernachtung: Teehaus in**

**Tikhedhunga | Mahlzeiten: F, M, A**

### Tag 12 - So., 13.02.22 Trekking in der Annapurna-Region

#### Die anstrengendste Etappe

Unsere Tage in den Bergen starten früh. Auch heute laufen wir bereits um 07:30 Uhr los, denn die heutigen Anstiege sind die anstrengendsten der gesamten Trekkingtour. Den steilsten Abschnitt überwinden wir direkt zu Beginn, damit wir anschließend mit der Aussicht auf den ersten großen Gipfel der Region, den Annapurna Süd, belohnt werden. Während wir über viele Steinstufen immer weiter an Höhe gewinnen, eröffnen sich uns traumhafte Ausblicke. Über Ulleri (2.040 m) erreichen wir am frühen Nachmittag Banthanti (2.300 m). Hier legen wir eine ausgiebige Mittagspause ein. Die letzten zwei Stunden wandern wir dann durch herrlichen Rhododendron-Wald bis Ghorepani (2.810 m). Bei gutem Wetter ist der Ausblick auf den Dhaulagiri (8.167 m) unvergesslich!


 ca. 7 h (10 km ↑ 1.300 m)

**Fahrstrecke: - | Übernachtung: Teehaus in Ghorepani | Mahlzeiten: F, M, A**

### Tag 13 - Mo., 14.02.22 Trekking in der Annapurna-Region

#### Ein herrlicher Sonnenaufgang


Um 04:30 Uhr klingelt der Wecker, denn heute wollen wir den Sonnenaufgang vom Poon Hill erleben! Wir gehen noch in der Dunkelheit los, doch wenn wir den Gipfel (3.200 m) nach gut einer Stunde erreichen, taucht die Sonne die schneebedeckten Bergspitzen bereits in rotes Licht – Zeit zum Durchatmen und Genießen. Zurück in unserer Unterkunft stärken wir uns beim Frühstück und starten dann in Richtung unseres Tagesziels Tadapani. Wenn wir nach ca. anderthalb Stunden Aufstieg den Aussichtspunkt nahe des kleinen Örtchens Gurung Hill (3.125 m) erreicht haben, sind alle Mühen vergessen. Nach weiteren anderthalb Stunden leichten Abstieges erreichen wir ein einfaches Restaurant für unsere Mittagsrast. Am Nachmittag legen wir die letzten anderthalb Stunden bis zu unserem Tagesziel Tadapani (2.700 m) dann ohne große Mühe zurück.

 ca. 7 h (11 km ↑ 820 m ↓ 950 m)

## Tag 14 - Di., 15.02.22 Trekking in der Annapurna-Region

### Minderheit der Gurung

Unsere heutige Tagesetappe ist recht kurz, daher müssen wir nicht ganz so früh raus. Durch malerische Rhododendron-Wälder und über viele Stufen, die uns bergab führen, gelangen wir bereits zur Mittagszeit an unser Tagesziel Ghandrung (2.030 m). Das Dorf ist eine der größten Gurung-Siedlungen Nepals. Die Gurung sind eine Minderheit, die ihre Traditionen und Bräuche nach wie vor an die jüngeren Generationen weitergibt und damit ihre einzigartige Kultur aufrechterhält. Wir schauen uns gemeinsam das Dorf und seine Umgebung an und lernen mithilfe unseres Reiseleiters die Dorfgemeinschaft kennen. Vor allem ihre bunten Trachten haben es uns angetan! Den Gurung verdanken wir übrigens die vielen Steintreppen auf unserer Trekkingreise, mit denen sie auch heute noch steile Abschnitte begehbar machen. Der Nachmittag ist zum Relaxen frei. Alternativ bieten sich ein Spaziergang durch die engen Gassen mit ihren stattlichen Gurung-Häusern an.


 ca. 3 h (6 km ↑ 10 m ↓ 650 m)

Fahrstrecke: - | Übernachtung: Teehaus in Ghandrung | Mahlzeiten: F, M, A

## Tag 15 - Mi., 16.02.22 Trekking in der Annapurna-Region

### Letzte Ausblicke auf das Annapurna-Massiv


Wir setzen unseren Abstieg fort und wandern über die uns bekannten Steinstufen anderthalb Stunden bergab. Am Fuße des Berges überqueren wir einen Fluss, dann geht es wieder bergauf und es folgt die steilste Etappe des Tages. Nach einem ca. einstündigen Anstieg machen wir im Dorf Landruk (1.700 m) Rast, bevor die nächsten anderthalb Stunden durch wenige, nur leichte Anstiege charakterisiert sind. Das Örtchen Tolka (1.780 m) dient uns als Station für unsere Mittagspause, in der wir uns für das letzte Stück stärken. Weitestgehend breite und einfach begehbare Wege bereiten uns dann am Nachmittag keine größere Mühe mehr. Dennoch sind wir froh, wenn wir nach einem langen Tag Pothana (1.900 m) erreicht haben. Wir verbringen den Abend bei einem letzten gemeinsamen Abendessen mit unserer treuen Trekking-Crew, denn morgen heißt es Abschied nehmen.

 ca. 6-7 h (11 km ↑ 910 m ↓ 570 m)

## Tag 16 - Do., 17.02.22 Trekking in der Annapurna-Region – Pokhara

### Bunte Gebetsfahnen

Frühaufsteher genießen noch einmal den Sonnenaufgang in dieser herrlichen Umgebung! Für alle anderen startet der Tag etwas später. Es geht größtenteils bergab vorbei an Dörfern und Reisfeldern. Nachdem wir den kleinen Ort Dhampus (1.650 m) passiert haben, führt der weitere Weg ein letztes Mal über Steinstufen steil bergab bis nach Phedi (1.170 m). Begleitet werden wir von herrlichen Rhododendron-Wäldern, Reisterrassen und bunten Gebetsfahnen. In Phedi verabschieden wir uns am frühen Nachmittag von unserer Trekking-Crew, bevor uns eine kurze Busfahrt nach Pokhara bringt. Wie wäre es mit einer wohltuenden Fußmassage in einem der vielen Spas und Massage-Salons?

 ca. 3 h (6 km ↑ 80 m ↓ 880 m)

Fahrstrecke: 30 km | Übernachtung: Lakeside Retreat\*\*\* oder White Pearl\*\*\* in Pokhara | Mahlzeiten: F

## Tag 17 - Fr., 18.02.22 Pokhara – Begnas-See – Kurintar

### Kristallklarer Begnas-See

Heute bleibt Zeit, die müden Glieder zu entspannen. Eine knapp einstündige Fahrt bringt uns zum Begnas-See. Er ist im Vergleich zum größeren Phewa-See viel ruhiger und vor allem bei den Einheimischen beliebt. Wir spazieren ein Stück am See entlang und können vielleicht Fischer bei ihrer Arbeit beobachten. Auf unserer weiteren, gut dreistündigen Fahrt können wir dann das ländliche Leben vom Bus aus beobachten. Unsere Unterkunft in Kurintar erreichen wir am späten Nachmittag. Entspanne dich den restlichen Tag in der schön angelegten Gartenanlage mit Pool.

Fahrstrecke: 110 km | Übernachtung: Riverside Spring Resort\*\*(\*) oder Siddhartha Riverside Resort\*\* in Kurintar | Mahlzeiten: F

## Tag 18 - Sa., 19.02.22 Kurintar – Chitwan-Nationalpark

### Zum Volk der Chepang

Bevor wir die Bergregion verlassen, lauschen wir in einem Dorf des Volkes der Chepang spannenden Geschichten – unser Reiseleiter übersetzt gerne. Die Ureinwohner Nepals führten bis vor ein paar Jahrzehnten noch ein nomadisches Leben in der Waldregion im Süden des Landes. Am späten Vormittag machen wir uns dann auf den Weg in den subtropischen Süden. Wir erreichen den

Chitwan-Nationalpark – Nepals ersten Nationalpark und das bedeutendste Vogelschutzgebiet des Landes – nach ungefähr drei Fahrstunden pünktlich zum Mittagessen. Ein Parkranger erklärt uns anschließend schonmal das Programm des Folgetages. Das Safari-Programm richtet sich hier nach dem aktuellen Wetter, den örtlichen Gegebenheiten und der jeweiligen Unterkunft, von der das Programm organisiert wird. Gewiss ist, dass du die Zeit inmitten der vielfältigen Natur genießen wirst! Unser Reiseleiter und die örtlichen Ranger variieren das Programm dabei so, dass die bestmögliche Chance besteht, Tiere zu sichten. Am späten Nachmittag besuchen wir das nahegelegene Dorf des Volkes der Tharu – unser Reiseleiter kann hier die Brücken zu den freundlichen Einheimischen bauen. Ansonsten steht süßes Nichtstun in unserem Resort auf dem Programm: Lies ein Buch auf der Terrasse deines Zimmers oder im netten Garten des Hotels. Mit etwas Glück kannst du auch einen der winzigen Eisvögel sichten.

**Fahrstrecke: 80 km | Übernachtung: Jungle Villa Resort\*\*\* oder Safari Narayani Resort\*\*\* am Chitwan-Nationalpark | Mahlzeiten: F, M, A**

### Tag 19 - So., 20.02.22 Chitwan-Nationalpark

#### Auf Pirsch!

Du erlebst die reichhaltige Flora und Fauna intensiv! Den ganzen Tag über erwarten uns abwechslungsreiche Aktivitäten wie eine Bootsfahrt auf dem Rapti-Fluss, eine mehrstündige Jeep-Safari und eine Pirschwanderung durch den Dschungel. Sei gespannt, was du alles zu sehen bekommst, denn neben Krokodilen und einer Vielzahl verschiedener Vögel haben auch Schlangen, Lippenbären und Elefanten hier ihr Zuhause. Die Chancen stehen ebenfalls gut, eines der über 600 Panzernashörner, für die der Park bekannt ist, in freier Wildbahn zu sehen. Begleitet werden wir dabei immer von einem englischsprachigen Parkranger, der sich mit den örtlichen Gegebenheiten bestens auskennt. Unser Reiseleiter übersetzt derweil gerne!

**Fahrstrecke: - | Übernachtung: Jungle Villa Resort\*\*\* oder Safari Narayani Resort\*\*\* am Chitwan-Nationalpark | Mahlzeiten: F, M, A**

### Tag 20 - Mo., 21.02.22 Chitwan-Nationalpark – Kathmandu

#### Zurück in die Hauptstadt

Nach dem Frühstück verlassen wir das Tiefland und erreichen nach ungefähr sechs Fahrstunden Kathmandu. Unsere zentral gelegenes Hotel beziehen wir am Nachmittag. Wenn du Lust hast, schlenderst du ins Touristenviertel Thamel und shoppst dich durch die bunten Souvenirs.

**Fahrstrecke: 170 km | Übernachtung: Le Himalaya\*\*\*, Manaslu\*\*\* oder Fairfield by Marriott\*\*\* in Kathmandu | Mahlzeiten: F**

### Tag 21 - Di., 22.02.22 Kathmandu – Patan – Kathmandu

#### Das kulturelle Herz Nepals

Freu dich auf einen abwechslungsreichen Tag! Eine kurze Fahrt bringt uns zum Swayambhunath-Tempel. Er ist einer der wichtigsten spirituellen Orte Nepals und wird täglich von unzähligen Pilgern heimgesucht. Wir mischen uns unter sie und umrunden den Stupa im Uhrzeigersinn. Anschließend bleibt Zeit den Stupa mit den alles sehenden Augen fotografisch in Szene zu setzen. Nur wenige Kilometer sind es dann bis in das Herz der Stadt zum berühmten Durbar Square. Der Platz hat trotz des verheerenden Erdbebens im April 2015 nichts von seiner Einzigartigkeit eingebüßt und so erkunden wir zu Fuß die historischen Bauwerke, Paläste und Tempel, die sich hier aneinanderreihen. Am Nachmittag fahren wir in ca. einer halben Stunde in die alte Königsstadt Patan – hier geht es deutlich ruhiger zu als in der Hauptstadt. Wir spazieren über den hiesigen Durbar Square, passieren den Königspalast, bewundern verschiedene Tempel wie den Krishna-Tempel und den Goldenen Tempel von außen und bummeln durch die Gassen. Besonders stolz sind die Einwohner auf ihre Kunsthandwerker, die feine nepalesischen Metallarbeiten fertigen. Unser Reiseleiter kennt die besten Adressen. Am frühen Abend sind wir zurück in Kathmandu. Bei Flügen mit Qatar Airways erfolgt der Transfer zum Flughafen bereits am Abend. Von hier startet dein Flug über Doha nach Frankfurt. Bei Flügen mit Turkish Airlines erfolgt eine weitere Nacht in Kathmandu.

**Fahrstrecke: 30 km | Übernachtung: Flugzeug bzw. Le Himalaya\*\*\*, Manaslu\*\*\* oder Fairfield by Marriott\*\*\* in Kathmandu | Mahlzeiten: F**

### Tag 22 - Mi., 23.02.22 Kathmandu – Deutschland

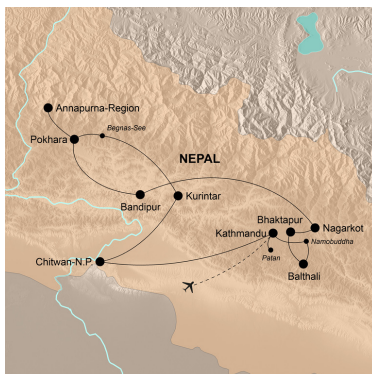
#### Welcome Home!

Bei Flügen mit Qatar Airways landest du bereits am Morgen in Frankfurt. Fliegst du mit Turkish Airlines, startet dein Flug ab Kathmandu am Morgen. Via Istanbul geht es zurück nach Frankfurt. Die planmäßige Landung erfolgt am Abend. Mit deiner Rail&Fly-Fahrkarte kommst du unabhängig von der Fluggesellschaft umweltfreundlich nach Hause.

**Fahrstrecke: 10 km | Übernachtung: - | Mahlzeiten: (F), gemäß Bordservice**

## Reiseverlauf

- Tag 1 Mi., 02.02.22 Deutschland – Kathmandu:** Flug via Doha oder Istanbul
- Tag 2 Do., 03.02.22 Kathmandu:** Ankunft am Vormittag, Besichtigung Bodnath und Pashupatinath, Welcome Dinner
- Tag 3 Fr., 04.02.22 Kathmandu – Namobuddha – Balthali:** Besuch im Kloster von Namobuddha, Wanderung nach Balthali
- Tag 4 Sa., 05.02.22 Balthali:** Wanderung mit Ladkeshwor-Tempel und Dorf der Tamang, Nachmittag frei
- Tag 5 So., 06.02.22 Balthali – Khopasi – Panauti – Thimi – Bhaktapur:** Wanderung nach Khopasi, Bummel durch Panauti, Töpferhandwerk in Thimi, Stadtbesichtigung Bhaktapur
- Tag 6 Mo., 07.02.22 Bhaktapur – Changu – Telkot – Nagarkot:** Besichtigung Tempel Changu Narayan, Wanderung bis Telkot, Freizeit in Nagarkot
- Tag 7 Di., 08.02.22 Nagarkot:** Wanderung am Vormittag, Freizeit am Nachmittag
- Tag 8 Mi., 09.02.22 Nagarkot – Bandipur:** Fahrt nach Bandipur mit anschließendem Stadtbummel
- Tag 9 Do., 10.02.22 Bandipur – Pokhara:** Wanderung zum Sonnenaufgang, Pokhara mit Weltfriedensstupa und Freizeit
- Tag 10 Fr., 11.02.22 Pokhara:** Bootsfahrt auf dem Phewa-See, Mountainbike-Tour, Freizeit
- Tag 11 Sa., 12.02.22 Pokhara – Trekking in der Annapurna-Region:** Fahrt bis Nayapul, 1. Trekkingtag von Nayapul bis Tikhedhunga
- Tag 12 So., 13.02.22 Trekking in der Annapurna-Region:** 2. Trekkingtag: Ulleri, Banthani und Ghorepani
- Tag 13 Mo., 14.02.22 Trekking in der Annapurna-Region:** 3. Trekkingtag: Poon Hill, Gurung Hill und Tadapani
- Tag 14 Di., 15.02.22 Trekking in der Annapurna-Region:** 4. Trekkingtag: von Tadapani nach Ghandrung
- Tag 15 Mi., 16.02.22 Trekking in der Annapurna-Region:** 5. Trekkingtag: Ghandrung, Landruk, Tolka und Pothana
- Tag 16 Do., 17.02.22 Trekking in der Annapurna-Region – Pokhara:** 6. Trekkingtag: von Pothana über Dhampus nach Phedi
- Tag 17 Fr., 18.02.22 Pokhara – Begnas-See – Kurintar:** Spaziergang am Begnas-See, Fahrt nach Kurintar
- Tag 18 Sa., 19.02.22 Kurintar – Chitwan-Nationalpark:** Besuch in einem Dorf des Volkes der Chepang, Fahrt zum Chitwan-Nationalpark
- Tag 19 So., 20.02.22 Chitwan-Nationalpark:** abwechslungsreiche Aktivitäten im Nationalpark
- Tag 20 Mo., 21.02.22 Chitwan-Nationalpark – Kathmandu:** Tagesfahrt nach Kathmandu
- Tag 21 Di., 22.02.22 Kathmandu – Patan – Kathmandu:** Besichtigung Swayambhunath-Tempel und Durbar Square in Kathmandu, Besichtigung Patan, bei Flügen mit Qatar Airways Rückflug über Doha
- Tag 22 Mi., 23.02.22 Kathmandu – Deutschland:** Landung mit Qatar Airways am Morgen; alternativ Rückflug mit Turkish Airlines via Istanbul am Morgen mit Landung in Deutschland am Abend



## Einreisebestimmungen & Impfungen

Reisepass mit mindestens 6-monatiger Gültigkeit über das Reiseende hinaus und Visum erforderlich.

Eine gültige Gelbfieberimpfung ist für alle Einreisenden aus einem Gelbfiebergebiet vorgeschrieben. Polio-, Tetanus- und Diphtherieauffrischung, eventuell Impfung gegen Hepatitis, Typhus, Tollwut und Malariaprophylaxe empfohlen.

## Anforderungen & reisespezifische Hinweise

Zur Bewältigung dieser Trekkingreise sind eine gute Kondition und Gesundheit erforderlich, Wanderungen von bis zu sieben Stunden – auch mit steileren Auf- und Abstiegen und sehr vielen Steinstufen – sollten problemlos bewältigt werden können. Sowohl für das Trekking als auch für die Mountainbike-Tour in der Umgebung von Pokhara musst du aber kein Profisportler sein, denn wie bei all unseren Reisen stehen das Erlebnis und die Begegnung mit Mensch und Natur im Vordergrund. Schlafsäcke für das Trekking werden vor Ort gestellt, es empfiehlt sich jedoch aus hygienischen Gründen zumindest die Mitnahme eines Inletts. Thema Höhenkrankheit: Da wir immer unterhalb von 3.000 m übernachten, ist das Risiko zu erkranken eher gering. Bitte beachte hierzu auch unsere Länderinformationen und sprich ggf. mit deinem Hausarzt.

## Verpflegung

Auf dieser Reise ist Frühstück immer eingeschlossen. Während des Trekkings und im Chitwan-Nationalpark sind alle Mahlzeiten im Preis enthalten. Die Mahlzeiten findest du in der Reisebeschreibung mit F=Frühstück, M=Mittagessen, A=Abendessen gekennzeichnet.

## Unterkünfte

Bei dieser Reise durch Nepal übernachten wir überwiegend in \*\*-\*\*\* Hotels, alle mit Bad oder Dusche/ WC auf dem Zimmer. Während des Trekkings sind wir in sogenannten Teehäusern untergebracht. Sie sind sehr einfach, verfügen über gemeinschaftliche sanitäre Anlagen, warmes Wasser kann nicht immer garantiert werden. In Ausnahmefällen kann hier auch die Unterbringung in Mehrbettzimmern erfolgen.

## Teilnehmerzahl

6\* bis 14

\*bis 4 Wochen vor Reisebeginn zu erreichende Mindestteilnehmerzahl

## Einzelzimmerzuschlag

Einzelzimmer\* 350,00 EUR

\*gültig für Abreisen ab 2021

## ½ Doppelzimmer

Bei Buchung eines halben Doppelzimmers: Sollte sich kein Zimmerpartner finden, übernehmen wir bei dieser Reise die Hälfte des EZ-Zuschlags für dich!

## Inkludierte Leistungen

- Linienflug (Economy) mit Qatar Airways oder Turkish Airlines oder gleichwertiger Fluggesellschaft ab Frankfurt nach Kathmandu und zurück (andere Abflugorte lt. Ausschreibung; nach Verfügbarkeit buchbar)
- Rail&Fly-Fahrkarte für die Bahnreise zum/vom Abflughafen ab/zu jedem deutschen Bahnhof (Bedingungen siehe <https://www.world-insight.de/rail-fly>)
- Rundreise mit Charterbus wie in der Reisebeschreibung aufgeführt; Transfers
- 19 Übernachtungen, davon 14 in \*\*-\*\*\* Hotels im Doppelzimmer mit Bad oder Dusche/WC, 5 in traditionellen Teehäusern (sollten einzelne der in der Reisebeschreibung genannten Unterkünfte einmal nicht verfügbar sein, greifen wir auf möglichst gleichwertige Alternativen zurück)
- Mahlzeiten gemäß Reisebeschreibung: 19 x F, 8 x M, 8 x A (F=Frühstück, M=Mittagessen, A=Abendessen)
- Gepäcktransport während des Trekkings
- Eintrittsgelder
- deutschsprachige WORLD INSIGHT Reiseleitung (für den Transfer an Tag 22 nur deutsch- oder englischsprachiger Transferguide)
- deutsche Flughafensteuern und Sicherheitsgebühren
- 1 hochwertiger Reiseführer deiner Wahl von MairDumont aus unserem Sortiment pro Buchung (nur online einlösbar)
- Carry Home Top Cover inkl. Corona-Leistungen der Allianz Travel (siehe <https://www.world-insight.de/versicherungen/>) (diese Leistung gilt für alle Abreisen bis Ende 2022)

## CO<sub>2</sub> Fußabdruck / Empfohlener Ausgleich

3413 kg CO<sub>2</sub> / 79 €

## Abflugorte

Frankfurt/Main ohne Zuschlag

## Fluginformationen

Voraussichtliche Fluggesellschaft:

### Qatar Airways

Als Reiseveranstalter liegen uns die endgültigen Flugzeiten noch nicht final vor. Für dich als Orientierung teilen wir dir gerne den vorläufigen Flugplan der jeweiligen Fluggesellschaft



mit. Dieser sieht derzeit wie folgt aus:

Qatar Airways:

Frankfurt-Doha 16.50 Uhr (Ankunft 23.50 Uhr)  
Doha-Kathmandu 02.05 Uhr (Ankunft 09.10 Uhr)  
Kathmandu-Doha 21.55 Uhr (Ankunft 23.30 Uhr)  
Doha-Kathmandu 01.40 Uhr (Ankunft 07.15 Uhr)

Turkish Airlines:

Frankfurt-Istanbul 18.05 Uhr (Ankunft 23.05 Uhr)  
Istanbul-Kathmandu 01.30 Uhr (Ankunft 11.10 Uhr)  
Kathmandu-Istanbul 12.30 Uhr (Ankunft 18.20 Uhr)  
Istanbul-Frankfurt 20.55 Uhr (Ankunft 22.05 Uhr)

Bei den angebotenen Zubringerflügen handelt es sich um Turkish Airlines-Flüge, die direkt nach Istanbul gehen. Der Abflug/die Ankunft in Deutschland erfolgt zu ähnlichen Zeiten wie von/nach Frankfurt. Bitte beachte, dass alle Zubringer nur auf Anfrage und nach Verfügbarkeit buchbar sind und wir diese erst nach verbindlicher Buchung anfragen können.