



So., 02.10.22 - Di., 18.10.22 | 17 Tage ab € 3.299,-

Erlebnisreise

Nepal

Im Herzen des Himalaya

Highlights

- › Buddhismus hautnah erleben: zwei Übernachtungen im Kloster
 - › alte Königsstädte: Bhaktapur, Patan und Kathmandu
- › für jedermann machbare Wanderungen durch spektakuläre Natur
- › den Chitwan-Nationalpark bei drei Übernachtungen intensiv erleben
 - › mit Yogastunden, Kochkurs und Mountainbike-Tour
 - › Bergluft schnuppern in Dhampus und Pokhara

Komm mit auf eine erlebnisreiche Reise, bei der du die kulturellen und landschaftlichen Schätze Nepals intensiv entdeckst! Wir erkunden die alten Königsstädte Bhaktapur, Patan und Kathmandu und erleben tiefe Religiosität an Stätten wie Pashupatinath und Bodnath. In Nagarkot und Dhampus genießen wir bei Wanderungen Nepals landschaftliche Schönheit und beeindruckende Ausblicke auf die 8.000er dieser Welt, bevor wir bei unserem Aufenthalt im Kloster tiefe Einblicke in den Buddhismus und das Leben der Mönche bekommen. Pokhara empfängt uns schließlich mit einem milden Klima und einer besonders reizvollen Landschaft, die wir per Boot und Mountainbike entdecken. Im Chitwan-Nationalpark gehen wir dann per Boot, Jeep und zu Fuß auf Pirsch nach Krokodilen, Eisvögeln und sogar Nashörnern. Zum Abschluss der Reise bringen wir beim Yoga Körper und Geist in Einklang und erleben die kulinarische Vielfalt Nepals bei einem Kochkurs.

Tag 1 - So., 02.10.22 Deutschland – Kathmandu

Auf geht's

Dank der inkludierten Rail&Fly-Fahrkarte kannst du innerhalb Deutschlands kostenlos 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 - Mo., 03.10.22 Kathmandu – Bhaktapur

Willkommen in Nepal!

Du landest im Laufe des Vormittags in Kathmandu (1.400 m) und wirst am Flughafen herzlich von deinem WORLD INSIGHT-Reiseleiter empfangen. Wir fahren direkt raus aus der Stadt in das ruhigere Bhaktapur (1.400 m). Nach einem kurzen Transfer erreichen wir unser zentral gelegenes Hotel. Restaurants und kleine gemütliche Cafés, in denen du mit einem Snack oder einem Drink das Treiben beobachten kannst, befinden sich in unmittelbarer Gehweite. Bei einem gemeinsamen Orientierungsspaziergang zeigt dir unser Reiseleiter seine Favoriten. Unser Tipp: Probiere die im ganzen Land bekannte kulinarische Spezialität juju dhau – eine Art Joghurt aus Kuhmilch. Am Abend laden wir dich für ein erstes Kennenlernen zu einem Welcome Drink ein.

Fahrstrecke: 15 km | **Übernachtung:** Vajra Guest House**(*) , Khwapa Chhen**(*) oder Cosy Home**(*) in Bhaktapur | **Mahlzeiten:** gemäß Bordservice

Tag 3 - Di., 04.10.22 Bhaktapur – Nagarkot

Königsstadt Bhaktapur

Ein gemeinsamer Rundgang führt uns durch die charmante Königsstadt Bhaktapur. 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. Nur ein paar Kilometer sind es dann bis nach Thimi: Hier entstehen unter freiem Himmel im Handumdrehen kleine Kunstwerke aus Ton, die anschließend im Feuer gebrannt werden. Wir schauen uns um. Anschließend erreichen wir am späten Nachmittag nach ca. eineinhalb Stunden Fahrt Nagarkot (2.000 m). Genieße die Aussicht auf die 8.000er dieser Welt.

Fahrstrecke: 25 km | **Übernachtung:** Country Villa***, Himalayan Villa*** oder The Fort Resort*** in Nagarkot | **Mahlzeiten:** F

Tag 4 - Mi., 05.10.22 Nagarkot

Beeindruckende Ausblicke

Wir brechen nach dem Frühstück zu unserer heutigen Wanderung (3–4 Std., leicht bis mittelschwer) 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 und der Nachmittag gehört dir. Wer noch nicht müde ist, kann mit unserem Reiseleiter zusätzlich eine dreistündige Wanderung zum Aussichtsturm von Nagarkot unternehmen. 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.

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

Tag 5 - Do., 06.10.22
Nagarkot – Hemja

Serpentinenstraßen und Reisterrassen

Heute steht uns mit ca. acht Stunden eine lange, aber abwechslungsreiche Fahrt bevor. Unser Weg führt über sich windende Serpentinstraßen vorbei an Reisterrassen und Zuckerrohrplantagen. Wir entdecken eine Hängebrücke, passieren kleine Dörfer am Wegesrand, stärken uns zu Mittag in einem kleinen Restaurant und genießen den Ausblick auf den uns begleitenden Fluss. Das Kloster Hemja im gleichnamigen Ort (1.121 m) erreichen wir schließlich am späten Nachmittag. Nachdem wir unsere zweckmäßigen Zimmer im angeschlossenen Gästehaus bezogen haben, werden wir von einem Mönch begrüßt und zum gemeinsamen Abendessen mit den Mönchen abgeholt. Die Mönche gehen im Anschluss zeitig zu Bett, morgen haben wir mehr Zeit uns mit ihnen zu unterhalten.

Fahrstrecke: 240 km | **Übernachtung:** Gästehaus in Hemja | **Mahlzeiten:** F, A

Tag 6 - Fr., 07.10.22
Hemja

Zu Gast bei den Mönchen

Der Wecker klingelt früh, denn bereits kurz vor 06:00 Uhr werden wir von einem Mönch abgeholt, der uns zu einer Puja einlädt. Wir wohnen hier einer ca. einstündigen Zeremonie der Mönche bei, die mit Instrumenten, Gesang und Gebeten Buddha huldigen. Ein wirklich einmaliges Erlebnis. Anschließend stärken wir uns beim Frühstück, bevor wir uns bei einer Meditation in Entschleunigung und Achtsamkeit üben. Dann zeigt uns einer der Mönche bei einer Führung das Kloster: Wir besuchen den Hauptschrein mit seinen vielen Mandalas, bestaunen die vielen Buddhas und Bodhisattvas und lernen Interessantes über den Buddhismus und die Geschichte des Klosters. Unser Reiseleiter kann für uns übersetzen. Nachdem wir das Mittagessen mit den Mönchen eingenommen haben, hast du am Nachmittag Zeit für eigene Erkundungen. Wie wäre es mit einer kurzen Wanderung ins Dorf? Vor dem Abendessen nehmen wir dann noch an einer Debatte zum Dharma – der Lehre Buddhas – teil.

Fahrstrecke: - | **Übernachtung:** Gästehaus in Hemja | **Mahlzeiten:** F, M, A

Tag 7 - Sa., 08.10.22
Hemja – Phedi – Dhampus

Wanderung zu den Gurung

Die uns umgebende Bergwelt lässt sich am besten zu Fuß erkunden und so schnüren wir nach einer kurzen Fahrt erneut unsere Wanderschuhe (2,5-3 Std., leicht bis mittelschwer). Von Phedi (1.170 m) führt unser Weg durch herrliche Rhododendron-Wälder, vorbei an Reisterrassen und bunten Gebetsfahnen hinauf in das kleine Dorf Dhampus (1.650 m). Hier lebt die Minderheit der Gurung, 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. Weil Dhampus auch Ausgangspunkt für Trekkings in die Annapurna-Region ist, schnuppern wir hier richtige Bergluft und können bei gutem Wetter traumhafte Ausblicke auf die Schneespitzen des Machapuchare, die Annapurna-Gebirgsgruppe und den Dhaulagiri genießen. Zum Abendessen stehen einige Restaurants in Gehweite zur Verfügung.

Fahrstrecke: 10 km | **Übernachtung:** Gästehaus in Dhampus | **Mahlzeiten:** F

Tag 8 - So., 09.10.22
Dhampus – Pokhara

Fruchtbares Pokhara

Nach dem Frühstück und einem – bei gutem Wetter – herrlichen Sonnenaufgang werden wir von unserem Bus abgeholt. In Gharipatan steigen wir nach einer Dreiviertelstunde aus und wandern (2,5-3 Std., leicht) durch herrliche Landschaft mit wunderschönen Ausblicken auf Pokhara und die umliegenden Berge, überqueren eine Hängebrücke und erreichen schließlich Nirmal Pokhari. Von hier ist es nur noch eine kurze Fahrt bis nach Pokhara (822 m). Die Stadt am Phewa-See heißt uns mit ihrem recht milden Klima und der fruchtbaren, grünen Landschaft willkommen. Unsere Unterkunft befindet sich an der sogenannten Lakeside, sodass du an deinem freien Nachmittag in wenigen Gehminuten die Uferzone mit einer Vielzahl an Restaurants, Bars und Souvenirläden erreichst.

Fahrstrecke: 20 km | **Übernachtung:** Lakeside Retreat*** oder White Pearl*** in Pokhara | **Mahlzeiten:** F

Tag 9 - Mo., 10.10.22
Pokhara

Faszinierender Sonnenaufgang

Noch im Morgengrauen machen wir uns auf den Weg, denn wir wollen den Sonnenaufgang vom kleinen Bergdorf Kahu Danda (1.600 m) erleben! Unser Bus bringt uns bis fast auf den Gipfel und bei hoffentlich guter Sicht erleben wir das faszinierende Naturschauspiel. Zurück im Hotel wartet dann das Frühstück auf uns. Bei unserer anschließenden Bootstour auf dem Phewa-See können wir uns, wenn es windstill ist und die Seeoberfläche glatt, am Spiegelbild des Machapuchare, dem sogenannten Fischeschwanz-Berg, erfreuen. Dann sind wir startklar für etwas Action: Mit Mountainbikes (ca. 35 km, leicht) 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 – der restliche Tag ist für deine individuellen Wünsche reserviert!

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

Tag 10 - Di., 11.10.22 Pokhara – Bandipur

Newar-Kultur in Bandipur

Nach dem Frühstück erreichen wir nach knapp drei Fahrstunden gegen Mittag das Bergstädtchen Bandipur (1.000 m). Auf unserem gemeinsamen Bummel bewundern wir 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: 80 km | **Übernachtung:** Bandipur Village Resort**(*) oder The Durbar Himalaya**(*) in Bandipur | **Mahlzeiten:** F

Tag 11 - Mi., 12.10.22 Bandipur – Chitwan-Nationalpark

Auf in den Dschungel!

Nashörner in Nepal? Du hast richtig gehört. Mit dem Chitwan-Nationalpark (415 m) erreichen wir pünktlich zum Mittagessen Nepals ersten Nationalpark und das bedeutendste Vogelschutzgebiet des Landes. 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. Den Nachmittag verbringen wir dann entspannt in unserem Resort: 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. Wenn die Schule des Ortes am Nachmittag noch offen ist, organisiert unser Reiseleiter einen Besuch.

Fahrstrecke: 100 km | **Übernachtung:** Jungle Villa Resort*** oder Safari Narayani Resort*** am Chitwan-Nationalpark | **Mahlzeiten:** F, M, A

Tag 12 - Do., 13.10.22 Chitwan-Nationalpark

Auf Pirsch!

Du erlebst heute die reichhaltige Flora und Fauna ganz 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 13 - Fr., 14.10.22 Chitwan-Nationalpark

Ein Tag nach deinem Gusto

Ein ganzer freier Tag wartet darauf, von dir gestaltet zu werden. Es bieten sich viele Aktivitäten an: Eine Wanderung mit Vogelbeobachtung, ein Spaziergang am Flussufer und doch lieber ein entspannter Tag in unserem Hotel mit nettem Garten und Aussichtsterrasse? Deine Reiseleitung ist dir gerne bei der Organisation behilflich!

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

Tag 14 - Sa., 15.10.22 **Chitwan-Nationalpark – Kathmandu**

Zurück in die Hauptstadt

Nach dem Frühstück verlassen wir das Tiefland und erreichen nach ungefähr sechs Fahrstunden Kathmandu. Unsere zentral gelegenen Hotels beziehen wir am Nachmittag und spazieren anschließend gemeinsam in das quirlige Viertel Thamel. Auch wenn es das Touristenviertel der Stadt ist und nicht viel vom eigentlichen Kathmandu übrig ist, lohnt sich ein Besuch. Gehe in den unzähligen Shops auf Souvenirjagd oder lass dir einen Tee in einem der vielen Cafés schmecken. Dein Reiseleiter gibt dir gerne Tipps.

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

Tag 15 - So., 16.10.22 **Kathmandu – Patan – Kathmandu**

Kulinarisches Nepal und Patan

Der Wecker klingelt früh, denn wir fahren zu einem Yoga Center, um Körper und Geist bei einer Yogastunde in Einklang zu bringen (keine Vorkenntnisse nötig). Rechtzeitig zum Frühstück sind wir wieder im Hotel. Anschließend spazieren wir zu einem nahegelegenen Restaurant und werden die nächsten vier Stunden zusammen mit einem Koch alle möglichen nepalesischen Köstlichkeiten zubereiten: Dal Bhat, Curry, Pickles – wem läuft da nicht das Wasser im Munde zusammen? Natürlich lassen wir uns zur Mittagszeit dann auch unsere selbst gekochten Leckereien schmecken und erhalten vom Küchenchef wertvolle Tipps für zu Hause. 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 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 Abend sind wir zurück in Kathmandu.

Fahrstrecke: 60 km | **Übernachtung:** Le Himalaya***, Manaslu*** oder Fairfield by Marriott*** in Kathmandu | **Mahlzeiten:** F, M

Tag 16 - Mo., 17.10.22 **Kathmandu**

Das kulturelle Herz Nepals

Wir starten erneut mit Yoga in den Tag und bringen unseren Körper in Schwung. Alternativ kannst du einen optionalen Rundflug zum Mt. Everest buchen und die majestätischen Berge aus der Vogelperspektive erleben! Dann wartet nach dem Frühstück Kathmandu darauf entdeckt zu werden. 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 wartet Pashupatinath am Westufer des Bagmati-Flusses: Die Anlage wird täglich von zahlreichen hinduistischen Gläubigen aufgesucht, die hier ihre Angehörigen in einer feierlichen Verbrennungszeremonie bestatten. Unzählige Tempel, Statuen und gelebter Hinduismus erwarten uns! Eine kurze Fahrt bringt uns dann zum letzten Highlight des Tages, wir fahren zum buddhistischen Heiligtum Bodnath. Tibetische Pilger strömen scharenweise hierher, um den 40 Meter hohen Stupa zu umrunden. Wir tun es ihnen gleich und tauchen selbst gänzlich in die spirituelle Atmosphäre ein. Ein abwechslungsreicher Tag geht schließlich zu Ende. Bei Flügen mit Qatar Airways wirst du am Abend zum Flughafen gebracht. Von hier startet dein Flug über Doha nach Frankfurt. Bei Flügen mit Turkish Airlines erfolgt eine weitere Nacht in Kathmandu.

Fahrstrecke: 60 km | **Übernachtung:** Flugzeug bzw. Le Himalaya***, Manaslu*** oder Fairfield by Marriott*** in Kathmandu | **Mahlzeiten:** F

Tag 17 - Di., 18.10.22 **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	So., 02.10.22	Deutschland – Kathmandu: Flug via Doha oder Istanbul
Tag 2	Mo., 03.10.22	Kathmandu – Bhaktapur: Ankunft am Vormittag, Orientierungs-spaziergang Bhaktapur, Welcome Drink
Tag 3	Di., 04.10.22	Bhaktapur – Nagarkot: Stadtbesichtigung Bhaktapur, Töpferhandwerk in Thimi
Tag 4	Mi., 05.10.22	Nagarkot: Wanderung am Vormittag, Freizeit am Nachmittag
Tag 5	Do., 06.10.22	Nagarkot – Hemja: Ganztagesfahrt nach Hemja, gemeinsames Abendessen mit den Mönchen
Tag 6	Fr., 07.10.22	Hemja: Klosterleben mit Puja, Meditation, Freizeit und Dharma
Tag 7	Sa., 08.10.22	Hemja – Phedi – Dhampus: Wanderung nach Dhampus, Rundgang im Dorf der Minderheit Gurung
Tag 8	So., 09.10.22	Dhampus – Pokhara: Wanderung nach Nirmal Pokhari, Freizeit in Pokhara
Tag 9	Mo., 10.10.22	Pokhara: Sonnenaufgang in Kahu Danda, Bootsfahrt auf dem Phewa-See, Mountainbike-Tour, Freizeit in Pokhara
Tag 10	Di., 11.10.22	Pokhara – Bandipur: Bummel durch Bandipur
Tag 11	Mi., 12.10.22	Bandipur – Chitwan-Nationalpark: Einführung durch einen Parkranger und Freizeit am Chitwan-Nationalpark
Tag 12	Do., 13.10.22	Chitwan-Nationalpark: abwechslungsreiche Aktivitäten im Nationalpark
Tag 13	Fr., 14.10.22	Chitwan-Nationalpark: frei für eigene Entdeckungen
Tag 14	Sa., 15.10.22	Chitwan-Nationalpark – Kathmandu: Tagesfahrt nach Kathmandu, Bummel in Thamel
Tag 15	So., 16.10.22	Kathmandu – Patan – Kathmandu: Yogastunde und Kochkurs in Kathmandu, Besichtigung Patan
Tag 16	Mo., 17.10.22	Kathmandu: Yogastunde, Besichtigung Swayambhunath-Tempel, Durbar Square, Pashupatinath und Bodnath, bei Flügen mit Qatar Airways Rückflug am Abend
Tag 17	Di., 18.10.22	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

Für diese Reise sind normale Kondition und Gesundheit ausreichend. Dies gilt auch für die Wanderungen, die Mountainbike-Tour und die Yogastunden. Im Zweifel kann darauf auch verzichtet werden. In Hemja übernachten wir im dem Gästehaus angeschlossenen Kloster und tauchen tief ein in das spirituelle Leben. Das Kloster vergibt Zimmer gerne an Reisende, jedoch hat die Unterbringung von Pilgern Vorrang. Daher kann es je vorkommen, dass uns die Zimmer auch kurzfristig wieder aberkannt werden. In diesem Fall übernachten wir in der Regel in einem Kloster in Namobuddha. Hierdurch wird der Reiseverlauf dann entsprechend angepasst (eine kurze Skizzierung der jeweiligen Reiseverläufe findest du in unseren Landesinformationen). Die wesentlichen Programmpunkte und Erlebnisse bleiben jedoch erhalten. Ferner kann es in beiden Klöstern aufgrund des spirituellen Lebens im Kloster zu Anpassungen im Programm kommen. Für die Übernachtungen in Hemja und Dhampus setzen wir ein höheres Maß an Toleranz und Anpassungsfähigkeit voraus. Das Safari-Programm im Chitwan-Nationalpark richtet sich nach dem aktuellen Wetter, den örtlichen Gegebenheiten und der jeweiligen Unterkunft, von der das Programm organisiert wird. Unser Reiseleiter und die örtlichen Ranger variieren das Programm dabei so, dass die bestmögliche Chance besteht, Tiere zu sichten.

Verpflegung

Auf dieser Reise ist Frühstück immer eingeschlossen. Während unseres Aufenthalts im Kloster von Hemja sind alle Mahlzeiten im Reisepreis enthalten. Auch am Chitwan-Nationalpark ist an zwei Tagen Vollpension inkludiert. Außerdem genießen wir in Pokhara ein Picknick und lassen uns in Kathmandu die Ergebnisse unseres Kochkurses schmecken. Die Mahlzeiten findest du in der Reisebeschreibung mit F=Frühstück, M=Mittagessen, A=Abendessen

gekennzeichnet.

Unterkünfte

Für diese Reise nutzen wir gepflegte **(*)-*** Hotels, alle mit Bad oder Dusche/WC auf dem Zimmer. In Hemja und Dhampus übernachten wir in einfachen Gästehäusern. Auch hier schlafen wir in Doppel- bzw. Einzelzimmern, die alle mit einem einfachen Bad oder Dusche/WC ausgestattet sind. Das Gästehaus in Hemja ist dem örtlichen Kloster angeschlossen und ermöglicht uns einmalige Einblicke in das Klosterleben.

Teilnehmerzahl

6* bis 14

*bis 4 Wochen vor Reisebeginn zu erreichende
Mindestteilnehmerzahl

½ Doppelzimmer

Bei Buchung eines halben Doppelzimmers: Auf unserer Website findest du die Bedingungen: <https://www.world-insight.de/halbesdoppelzimmer>

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
- bei Flügen mit Qatar Airways: 14 Übernachtungen, davon 11 in **(*)-*** Hotels im Doppelzimmer mit Bad oder Dusche/WC, 3 in einfachen Gästehäusern (sollten einzelne der in der Reisebeschreibung genannten Unterkünfte einmal nicht verfügbar sein, greifen wir auf möglichst gleichwertige Alternativen zurück)
- bei Flügen mit Turkish Airlines: 15 Übernachtungen, davon 12 in **(*)-*** Hotels im Doppelzimmer mit Bad oder Dusche/WC, 3 in einfachen Gästehäusern (sollten einzelne der in der Reisebeschreibung genannten Unterkünfte einmal nicht verfügbar sein, greifen wir auf möglichst gleichwertige Alternativen zurück)

- Mahlzeiten gemäß Reisebeschreibung: bei Flügen mit Qatar Airways: 14 x F, 5 x M, 4 x A; bei Flügen mit Turkish Airlines: 15 x F, 5 x M, 4 x A; (F=Frühstück, M=Mittagessen, A=Abendessen)
- Eintrittsgelder
- deutschsprachige WORLD INSIGHT-Reiseleitung
- 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)

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.

CO₂ Fußabdruck / Empfohlener Ausgleich

2225 kg CO₂ / 67 €

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-Frankfurt 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