



## Dolpo - verborgenes Tal in Westnepal

18-tägiges Zelttrekking auf den Spuren der Schnee Leoparden durch das Untere und Obere Dolpo

Das Dolpo – ein Anziehungspunkt für alle Liebhaber\*innen der grandiosen Landschaft Westnepals und der traditionellen tibetischen Kultur. In diesem weitgehend unberührten Naturparadies wandern wir durch steile Schluchten, karge Landschaften, überqueren hohe Pässe und besuchen farbige Klöster sowie abgelegene Dörfer.

### AUF EINEN BLICK

 23 Tage

 ab CHF 5'500.-

 Trekking

 Gruppenreise (2-10 Teilnehmer\*innen)

 Trekkinglevel 2: anspruchsvoll

 Englischsprechende Reiseleitung



- Weite Gebirgslandschaften, Wildnis und Abgeschiedenheit
- Besuch im legendären Kristallkloster Shey Gompa
- Überschreitung von drei 5000er-Pässen
- Begegnungen mit der ursprünglichen, tibetisch-stämmigen Bevölkerung
- Zeltlager am traumhaften, türkisblauen Phoksundo-See

## Reisedaten

22.09.2024 - 14.10.2024    Buchbar

CHF 5'500.-

## Reiseprogramm

### 1. Tag: Ankunft in Kathmandu (-)

Individueller Flug nach Nepal. Nach der Ankunft am Flughafen von Kathmandu begrüsst uns unsere Reiseleitung und bringt uns ins Hotel. Je nach Ankunftszeit des Fluges, bleibt Zeit für eine erste Erkundungstour durch die quirlige Hauptstadt.

*Übernachtung im Hotel in Kathmandu (1300 m).*

### 2. Tag: Bhaktapur und Weiterflug nach Nepalgunj (F/-/A)

Bevor wir zum Trekking starten, steht zuerst Kultur auf dem Programm. Wir besichtigen die alte Königsstadt Bhaktapur im Kathmandu-Tal. Wir lassen uns faszinieren von den mit Holzschnitzereien reich verzierten Tempeln. Bhaktapur gehört seit 1979 zum UNESCO-Weltkulturerbe. Am Nachmittag fliegen wir weiter nach Nepalgunj.

**Hinweis:** falls es nur vormittags Flüge gibt, verzichten wir auf den Besuch von Bhaktapur.

*Übernachtung im Hotel in Nepalgunj (150 m)*

*Fahrzeit ca. 1 Std. / Flugzeit ca. 50 Min.*

### 3. Tag: Ins Dolpo-Gebiet zum Trekkingstart (F/M/A)

Ein kurzer, spektakulärer Flug bringt uns in die Dolpo-Region nach Juphal. Hier werden wir schon von unserem Begleitteam erwartet. Die erste Wanderung führt uns durchs Dorf unterhalb des Flughafens vorbei an terrassierten Feldern hinunter zum Thuli Beri-Fluss, den wir bei Suligath überqueren. Von hier geht es Richtung Norden nach Kageni, wo wir zum ersten Mal unsere Zelte aufschlagen.

*Übernachtung im Zelt (2413 m)*

*Flugzeit ca. 35 Min. / Wanderzeit ca. 5 Std.*

### 4. Tag: Entlang des Suli Gad-Flusses (F/M/A)

Nach dem Frühstück starten wir zu unserer Tagesetappe. Dabei überqueren wir den Fluss Suli Gad dreimal auf guten Brücken. Wir begegnen auch immer wieder Einheimischen mit ihren schwer beladenen Tieren. Nach etwa 6 Stunden Wanderzeit durch das enge Tal erreichen wir unser Tagesziel Rechi.

*Übernachtung im Zelt (2940 m)*

*Wanderzeit ca. 6 Std.*

### 5. Tag: Eindrücklicher Wasserfall (F/M/A)

Die ersten Stunden sind ziemlich flach, bevor der Weg ansteigt und wir den Fluss hinter uns lassen. Von einem Hügel aus erblicken wir den über 200 Meter hohen Wasserfall des Phoksundo Khola. Auch den türkisblauen Phoksundo-See können wir von hier aus zum ersten Mal bestaunen. Durch einen Birkenwald steigen wir ab zum Oberlauf des Flusses und erreichen die Ortschaft Ringmo mit ihren vielen Chörten und Mani-Mauern. Wenig später erreichen wir am Phoksundo-See unseren einzigartigen Lagerplatz.

*Übernachtung im Zelt (3640 m)*

*Wanderzeit ca. 5 Std.*

### 6. Tag: Der traumhafte Phoksundo-See (F/M/A)

Heute gönnen wir uns einen Ruhe- und Akklimatisationstag am Phoksundo-See. Im nahen Ringmo können wir das tibetisch-buddhistische Kloster besuchen. Die traditionelle Bön-Religion, die den

Animismus mit dem Buddhismus verschmelzen liess, ist noch in vielen Klöstern und Dörfern des Dolpo lebendig. Auch Yak-Karawanen können wir immer wieder beobachten, die allerlei Güter in die Dörfer transportieren.

*Übernachtung im Zelt (3640 m)*

### **7. Tag: Auf alten Handelswegen (F/M/A)**

Wir folgen einem alten Handelspfad, der sowohl von tibetischen Händlern als auch von Einheimischen genutzt wird. Der Weg verläuft zum Teil abenteuerlich hoch über dem See, bietet aber fantastische Blicke auf die Bergwelt und die dunkelgrünen Kiefernwälder. Wir übernachten bei Salla Ghari.

*Übernachtung im Zelt (3750 m)*

*Wanderzeit ca. 6 Std.*

### **8. Tag: In die Höhe (F/M/A)**

Die Wanderung durch eine enge Schlucht, über Steine und durch mehrere Bachläufe erfordert heute eine gute Trittsicherheit. Wir gewinnen an Höhe und erreichen das High Camp des Kang La-Passes.

*Übernachtung im Zelt (4517 m)*

*Wanderzeit ca. 6 Std.*

### **9. Tag: Über den Kang La-Pass (F/M/A)**

Heute überschreiten wir den höchsten Pass unseres Dolpo-Trekkings. Der lange und anstrengende Aufstieg über einen staubigen Pfad führt uns zum Kang La-Pass (auch Nagdalo La genannt) auf 5350 Meter. Die beeindruckende Aussicht nach Tibet und die umliegenden Berge entschädigt für alle Strapazen. Der Abstieg führt uns in ca. 3 Stunden nach Shey Gompa, einem kleinen Dorf mit einigen Häusern und einem Kloster.

*Übernachtung im Zelt (4343 m)*

*Wanderzeit ca. 7 bis 8 Std.*

### **10. Tag: Shey Gompa (F/M/A)**

Dank Peter Mathiessens Kultbuch «Auf der Spur des Schneeleoparden» wurden das Kristallkloster Shey Gompa und seine Umgebung bekannt. Shey gilt als das spirituelle Zentrum des Dolpo und zieht viele Pilger an. Wir geniessen einen Ruhetag in dieser legendären Gegend und haben Zeit, das Kloster und seine Umgebung eingehend zu besichtigen.

*Übernachtung im Zelt (4343 m)*

### **11. Tag: Über den fünftausender Pass Sela La (F/M/A)**

Wir starten auf einen guten Weg inmitten von Wacholderbäumen. Nach einem Canyon beginnt der Aufstieg im Zickzack zum Pass Sela La (5010 m). Von hier aus blicken wir auf den nördlichen Teil der tibetischen Hochebene, der höchstgelegenen Hochebene der Welt. Danach steigen wir zu den Weiden von Namgung ab, wo wir unsere Zelte aufschlagen. Unterwegs besuchen wir in Namduna ein kleines Kloster aus rot verputzten Steinen.

*Übernachtung im Zelt (4360 m)*

*Wanderzeit ca. 7 bis 8 Std.*

### **12. Tag: Handelszentrum Saldang (F/M/A)**

Wir verlassen das Dorf und erklimmen einen Hügel. Weiter geht es entlang von rauen, einsamen Bergen bis wir nach einem anstrengenden Aufstieg das Dorf Saldang erreichen. Das Dorf mit rund 600 Einwohner\*innen ist das grösste im Oberen Dolpo. Hier wird nicht nur Landwirtschaft betrieben, das Dorf ist auch ein wichtiges Handelszentrum auf dem Weg nach Tibet. Übernachten werden wir heute in Namdo.

*Übernachtung im Zelt (3570 m)*

Wanderzeit ca. 5 bis 6 Std.

### **13. Tag: Entlang dem Fluss Nagon Khola (F/M/A)**

Den ganzen Tag wandern wir in stetem auf und ab entlang des Flusses Nagon Khola bis nach Dorasumna, unserem heutigen Übernachtungsort. Dabei passieren wir verschiedene, kleine Dörfer und besuchen die Dechen Laprang-Gompa.

Übernachtung im Zelt (4200 m)

Wanderzeit ca. 6 Std.

### **14. Tag: Weiter bergauf (F/M/A)**

In rund 6 Stunden erreichen wir heute das Camp vor der letzten Passüberquerung unseres Trekkings.

Übernachtung im Zelt (4700 m)

Wanderzeit ca. 6 Std.

### **15. Tag: Über den letzten Pass (F/M/A)**

Vom Hochlager steigen wir zu unserem letzten 5000er Pass auf, dem Jyanta La (5220 m). Auf dem Pass angekommen, können wir die fantastische Aussicht auf den Dhaulagiri und die Berge Tibets geniessen. Der Abstieg führt uns schlussendlich nach Thaksi, ein Dorf mit einzigartiger Architektur, die stark vom tibetischen Buddhismus geprägt ist.

Übernachtung im Zelt (4200 m)

Wanderzeit ca. 7 bis 8 Std.

### **16. Tag: Grünes Tal (F/M/A)**

Nun geht es bergab durch ein flaches Tal mit viel Grün auf beiden Seiten des Flusses. Das Tal unterscheidet sich sehr stark von den anderen Gebieten im Dolpo. Nach einer kurzen Wanderung treffen wir in Dho Tarap ein. Am Nachmittag nehmen wir uns Zeit für den Besuch der buddhistischen Gompa.

Übernachtung im Zelt (3944 m)

Wanderzeit ca. 2 Std.

### **17. Tag: Flusslandschaften (F/M/A)**

Auf einem flachen Pfad und entlang des Tarap Khola-Flusses wandern wir heute nach Nawarpani. Wir passieren mehrere kleine Dörfer und mit etwas Glück können wir Blauschafe beobachten.

Übernachtung im Zelt (3780 m)

Wanderzeit ca. 6 Std.

### **18. Tag: Auf und ab (F/M/A)**

Auch heute folgen wir dem Flusslauf des Tarap Khola. Später steigt der Weg an nach Lamchaur und weiter nach Laina Odar bevor wir zur Gompa von Chhedhul absteigen. Unser Tagesziel heisst Laisicap und liegt an der Weggabelung zum Base Camp des Putha Hiunchuli.

Übernachtung im Zelt (2775 m)

Wanderzeit ca. 6 Std.

### **19. Tag: Hauptort Dunai (F/M/A)**

Entlang von grünen Feldern setzen wir unsere Wanderung entlang des Flusses Thuli Bheri fort und erreichen am Ende des Tages Dunai. Dunai ist der Hauptort des Distrikts Dolpo und Heimat verschiedener Volksgruppen.

Übernachtung im Zelt (2140 m)

Wanderzeit ca. 7 Std.

### **20. Tag: Letzter Trekkingtag (F/M/A)**

Bereits bricht unser letzter Trekkingtag an. Wir folgen dem Bheri-Fluss bis nach Kalagawda. Noch einmal steigt der Weg an bevor wir unser Ziel Juphal erreichen. Ein letztes Mal schlagen wir unsere Zelte auf.

*Übernachtung im Zelt (2475 m)*

*Wanderzeit ca. 4 Std.*

### **21. Tag: Flug zurück nach Kathmandu (F/-/-)**

Nach dem Frühstück verabschieden wir uns von unserem Begleitteam. Anschliessend bringt uns ein erster Flug (ca. 35 Min.) nach Nepalgunj. Am Nachmittag geht es weiter mit dem Flugzeug zurück nach Kathmandu (ca. 50 Min.). Zurück im Hotel freuen wir uns auf eine heisse Dusche und ein richtiges Bett.

*Übernachtung im Hotel in Kathmandu (1300 m)*

*Flugzeit total ca. 1,5 Std.*

### **22. Tag: Freier Tag in Kathmandu (F/-/A)**

Heute geniessen wir einen freien Tag in der Hauptstadt. Es bleibt Zeit, um in den gemütlichen Cafés etwas zu trinken, letzte Souvenirs zu kaufen oder einfach im Hotel zu entspannen. Am Abend geniessen wir zusammen ein Abschiedsessen in Kathmandu.

*Übernachtung im Hotel in Kathmandu (1300 m)*

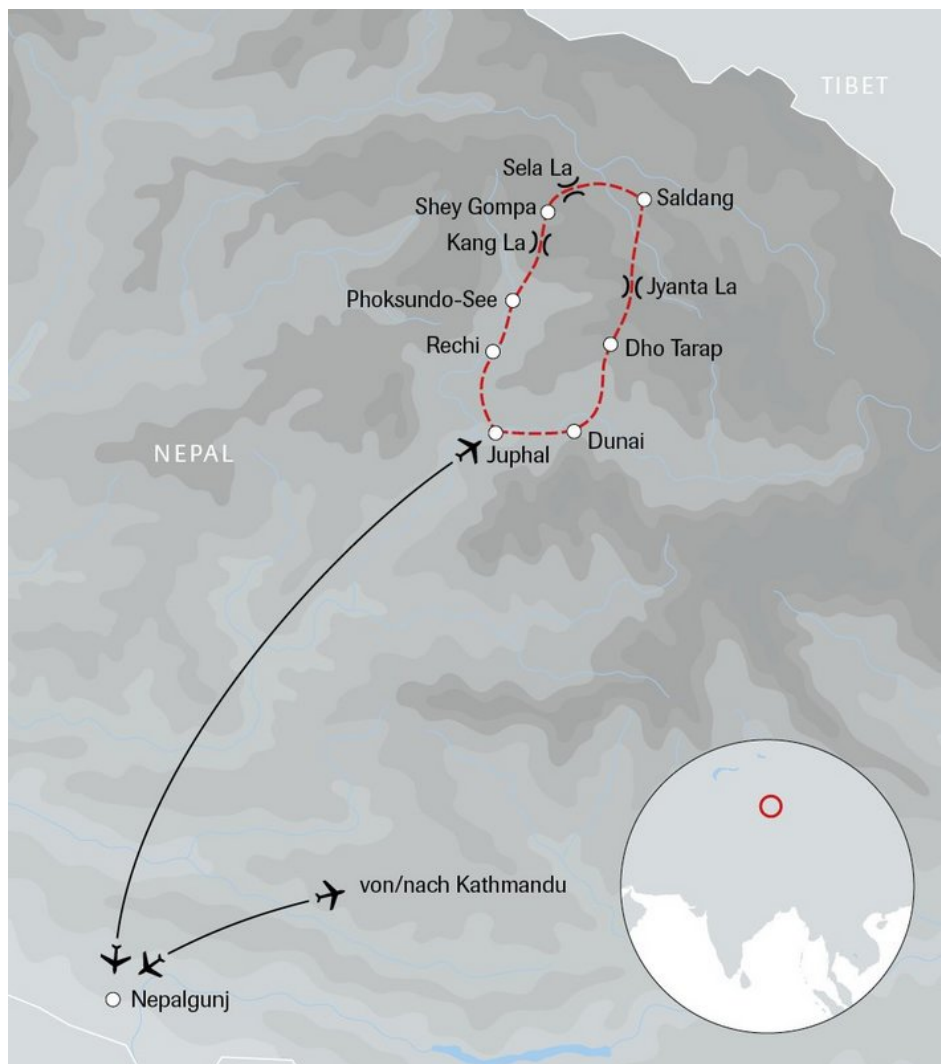
### **23. Tag: Rückreise (F/-/-)**

Nach dem Frühstück freie Zeit. Das Zimmer steht bis zur Abreise zur Verfügung. Transfer zum Flughafen und individueller Rückflug.

Hinweise: F = Frühstück, M = Mittagessen, A = Abendessen

**Programm-, Unterkunfts- und Preisänderungen vorbehalten**

## Reiseroute



## Im Preis inbegriffen

- Inlandflüge Kathmandu – Nepalgunj – Juphal – Nepalgunj – Kathmandu
- Alle Transfers und Überlandfahrten
- Übernachtungen gemäss Programm in Hotels im Doppelzimmer und im Zweierzelt (18 Nächte)
- Allgemeine Campingausrüstung
- Ausflüge, Wanderungen und Aktivitäten gemäss Programm
- Mahlzeiten gemäss Programm (Vollpension auf dem Trekking)
- Trinkwasser, Tee und Kaffee auf dem Trekking
- Lokale, englischsprechende Reiseleitung und Begleitteam
- Bewilligungen, Gebühren und Eintritte (inkl. Spezialbewilligungen für Dolpo, über USD 500.- pro Person)
- Trekkingtasche mit Rollen

## Im Preis nicht inbegriffen

- Flüge nach/ab Kathmandu (gerne buchen wir die Flüge für Sie)
- Nicht erwähnte Mahlzeiten und Getränke
- Visum für Nepal ca. USD 50.- (Bezahlung vor Ort)
- Trinkgelder

## Preise

- Preis pro Person bei 6-10 Personen CHF 5'500.-
- Zuschlag Kleingruppe bei 4-5 Personen CHF 200.-
- Zuschlag Kleingruppe bei 2-3 Personen CHF 500.-
- Zuschlag Einzelbelegung in den Hotels CHF 250.-
- Zuschlag Einzelzelt CHF 250.- (es ist nur eine beschränkte Anzahl an Zelten zur Alleinbenützung verfügbar)

## Hinweise

Geführte Trekkingreise mit lokaler, englischsprechender Reiseleitung und Begleitteam.

Anspruchsvolles Trekking, sehr gute Kondition, 3 Tagesetappe von 2 bis 4 Stunden, 10 Tagesetappen von 5 bis 6 Stunden und 4 Tagesetappen von 7 bis 8 Stunden in Höhen bis 5350 Meter (max. Schlafhöhe 4700 Meter). Schwindelfreiheit und Trittsicherheit sind erforderlich. Das Hauptgepäck wird während dem Trekking transportiert, den Tagesrucksack tragen wir selbst

Die Flüge nach/ab Kathmandu sind nicht inbegriffen. Gerne buchen wir diese für Sie.

Diese Reise kann an beliebigen Daten im Frühling und Herbst als Privatreise ab zwei Personen organisiert werden. Kontaktieren Sie uns und verlangen Sie eine Offerte. Preis auf Anfrage.

