NATURETOURS
NATUR KULTUR TREKKING

# Leserreise Nepal: Im Vorgebirge des Himalaya

## Aktive Natur- und Kulturreise mit Kurztrekking am Fuss der Annapurnakette und Safari im C

Das kleine Land, das sich an die Südseite der Himalayakette schmiegt, beschwört Bilder von überwältigenden Bergpanoramen, idyllischen Dörfern und exotischer Kultur herauf. Auf unserer Reise erwarten uns die geschäftige Hauptstadt Kathmandu, ein gemütliches Trekking zu komfortablen Lodges, ein Aufenthalt am See in Pokhara, sowie die unberührte Natur des Chitwan-Nationalparks. Zum Schluss besichtigen wir weitere Kulturschätze des Kathmandu-Tales und runden die Reise in einem typischen Landhotel mit Aussicht ab.

## AUF EINEN BLICK

16 Tage

ab CHF 7'100.-

Natur & Kultur aktiv Leserreise

Gruppenreise (9-14 Teilnehmer*innen)

Deutschsprechende Reiseleitung

- Die drei Königsstädte Kathmandu, Bhaktapur und Patan mit vielen Kulturdenkmälern
- Einfaches Trekking im Vorgebirge des Himalaya
- Exotische Fauna und Flora im Chitwan-Nationalpark
- Aufenthalt in komfortablen Hotels und Lodges
- Fantastische Bergpanoramen
- Einblick ins einfache Landleben
- Besuch des Kinderhilfswerks NAG

NATURETOURS
NATUR KULTUR TREKKING

## Reisedaten

| | | |
|---|---|---|
| 16.11.2024 - 01.12.2024 | Buchbar | CHF 7'100.- |

## Reiseprogramm

**1. Tag: Abreise ab der Schweiz (-)**
Abflug ab Zürich**.**

**2. Tag: Erster Eindruck von Nepal (-/M/A)**
Nach der Ankunft Fahrt zum Hotel und Mittagessen. Am Nachmittag besuchen wir den Durbar Square der alten Königsstadt Patan, wo wir einen ersten Einblick in die farbige Kultur des Landes erhalten. Unzählige hinduistische Tempel mit filigranen Ornamenten aus Holz und Metall und eindrückliche buddhistische Monumente säumen den grossen Hauptplatz. Vor dem Nachtessen bleibt Zeit zur Erholung im komfortablen Hotel im Zentrum von Kathmandu.
*Übernachtung im Hotel in Kathmandu (1400 m)*
*Stadtbesichtigung zu Fuss ca. 3 Std.*

**3. Tag: Kathmandu (F/M/-)**
Heute lernen wir die faszinierende Hauptstadt des Himalaya-Landes intensiver kennen. Wir steigen hoch zum Swayambunath-Stupa, welcher auf einem Hügel über der Stadt thront, besichtigen die hinduistische Begräbnisstätte Pashupatinath und schlendern durch enge Gassen und über quirlige Märkte. Ein Mittagessen auf einer der vielen Dachterrassen darf genau so wenig fehlen, wie der Besuch des riesigen buddhistischen Stupa Boudanath. Wir mischen uns unter die Pilger*innen, lassen uns vom friedlichen Menschenstrom im Uhrzeigersinn um das gewaltige Monument treiben und saugen die exotischen Gerüche und Geräusche ein. Nun sind wir definitiv in Nepal angekommen!
*Übernachtung im Hotel in Kathmandu (1400 m)*
*Ganztägige Stadtbesichtigung teilweise zu Fuss*

**4. Tag: Trekkingstart im Vorgebirge (F/M/A)**
Frühmorgens bringt uns ein kurzer Inlandflug nach Pokhara. Es lohnt sich, Plätze auf der rechten Seite zu ergattern, denn mit etwas Glück können wir einen ersten Blick auf die Himalayakette werfen. Wir treffen auf unser Trekkingteam und fahren gemeinsam nach Lumle, dem Ausgangspunkt unserer viertägigen Wanderung. Von hier aus folgen wir zu Fuss dem Bergrücken mit Blick aufs Tal von Pokhara und das Vorgebirge der Annapurna. Wir steigen ins Tal des Modi-Flusses ab, wo unsere Unterkunft gelegen ist. Die Lodge auf 1025 Metern Höhe gehört zu den Mountain Lodges of Nepal, eine familiengeführte Organisation, welche in verschiedenen Regionen Nepals komfortable Trekkingunterkünfte betreibt und auf nachhaltigen und lokal verankerten Tourismus setzt. Ankunft am frühen Nachmittag und Zeit zur freien Verfügung. Bei gutem Wetter blicken wir von der Terrasse der Lodge auf den unbestiegenen, heiligen Machapuchare (6993 m), der wegen seiner markanten Form auch Fishtail Mountain genannt wird. Wer möchte besucht das Dorf Birethani oder erkundet die umliegende Umgebung inklusive Hängebrücke zu Fuss
*Übernachtung in der Bhirethanti (ehemals Sanctuary) Lodge (1025 m)*
*Fahrzeit ca. 1 Std. / Wanderzeit ca. 3 bis 4 Std. / Optionale Wanderungen am Nachmittag ca. 2 bis 4 Std.*

**5. Tag: Traditionelles Landleben (F/M/A)**
Heute gehen wir es gemütlich an. Nach einem ausgiebigen Frühstück nehmen wir die kurze Wanderung zur Tomijong Lodge (1450 m) unter die Füsse. Wir beziehen unsere Zimmer, jedes mit Bergsicht, und treffen uns zum Mittagessen. Anschliessend unternehmen wir einen Ausflug ins nahe

Dörfchen Tanchok. In einem traditionellen Haus, welches zu einem Museum umgebaut worden ist, lernen wir viel über das tägliche Leben der Landbevölkerung. Anschliessend statten wir auch der lokalen Schule einen Besuch ab. Die Kinder werden sich freuen, ihre Englischkenntnisse zu testen!
*Übernachtung in der Tomijong (ehemals Mala) Lodge (1450 m)*
*Wanderzeit ca. 2 Std. / Optionale Wanderung am Nachmittag ca. 1 bis 2 Std.*

**6. Tag: Tibetisches Flair in subtropischer Natur (F/M/A)**
Die heutige Wanderung führt uns zuerst durchs ursprüngliche Dorf Patlekhet, dann durch subtropische Wälder mit Baumorchideen, Rhododendren und Magnolien nach Pothana. Hier haben sich viele tibetische Händler angesiedelt und bieten ihre farbenfrohen Souvenirs an. Nach 3 bis 4 Stunden erreichen wir zum Mittagessen die Dhampus Lodge (1500 m). Sie ist die kleinste der Mountain Lodges und besticht durch ihre Gemütlichkeit und den Panoramablick auf die Annapurna-Kette. Wer will, kann am Nachmittag einen Ausflug ins kleine Dorf Dhampus unternehmen.
*Übernachtung in der Dhampus (ehemals Basanta) Lodge (1500 m)*
*Wanderzeit ca. 3 bis 4 Std. / Optionale Wanderung am Nachmittag ca. 1 bis 2 Std.*

**7. Tag: Annapurna-Panorama (F/M/-)**
Zum Frühstück geniessen wir noch ein letztes Mal das Bergpanorama und machen uns dann auf den Weg ins Tal. Nach etwa 2 Stunden Wanderung durch Wälder und terrassierte Felder erreichen wir den Endpunkt unseres Trekkings. Wir verabschieden uns von unseren Begleiter*innen und fahren zurück nach Pokhara, wo wir uns für zwei Nächte einquartieren. Unterwegs können wir auf Wunsch noch ein tibetisches Flüchtlingscamp besuchen. Der Rest des Tages steht zur freien Verfügung.
*Übernachtung im Hotel in Pokhara (820 m)*
*Fahrzeit ca. 2 bis 3 Std. / Wanderzeit ca. 1 bis 2 Std.*

**8. Tag: Freier Tag in Pokhara (F/-/-)**
Der ganze Tag steht zur freien Verfügung. Pokhara, die zweitgrösste Stadt des Landes, liegt idyllisch am Phewa-See und im Gegensatz zum geschäftigen Kathmandu geht es hier einiges ruhiger zu und her. Souvenirläden säumen die Strasse, es können kleine Boote gemietet werden, die Strandpromenade lädt zum Bummeln ein und die Bars am See bieten farbige Drinks und indische Snacks an. Die entspannte Traveller-Atmosphäre ist ideal zur Erholung nach den Wandertagen.
*Übernachtung im Hotel in Pokhara (820 m)*

**9. Tag: Nach Bandipur (F/M/A)**
Am Morgen fahren wir nach Bandipur. Die Siedlung liegt auf einem Hügel, ist im Newari-Stil erbaut und hat bis heute ihren ursprünglichen Charakter nahezu behalten. Es bleibt Zeit, durch die Gassen zu schlendern, Tempel zu besuchen und die einmalige Atmosphäre, die uns ins «alte» Nepal zurückzubringen scheint, aufzusaugen.
*Übernachtung im Hotel in Bandipur (1030 m)*
*Fahrzeit ca. 3 Std.*

**10. Tag: Chitwan-Nationalpark (F/M/A)**
Wir fahren ins Tiefland Richtung Süden an den Rand des bekannten Chitwan-Nationalparks. Rechtzeitig zum Mittagessen erreichen wir die komfortable Barahi Jungle Lodge und beziehen unsere Zimmer. Am Nachmittag unternehmen wir eine Bootssafari auf dem Rapti-Fluss und können erste Tierbeobachtungen machen. Zurück in der Lodge haben wir Gelegenheit einer «Tanzshow» der lokalen Bevölkerung beizuwohnen.
*Übernachtung in der Barahi Jungle Lodge (400 m)*
*Fahrzeit ca. 3 bis 4 Std. / Bootssafari ca. 2 Std.*

**11. Tag: Safarierlebnisse (F/M/A)**
Frühmorgens fahren wir mit dem Jeep in den Nationalpark und erleben, wie der Dschungel erwacht. Die Safariführer*innen wählen die beste Route, um auf die Pirsch nach Nashörnern, Elefanten, Krokodilen und vielleicht sogar Bengalischen Tigern zu gehen. Das Frühstück wird an einem lauschigen Platz im Park serviert. Am Nachmittag treffen wir uns zu einer Wanderung durch den Nationalpark. Unterwegs erklären uns die erfahrenen Ranger*innen Flora und Fauna der Region und schärfen unsere Sinne zur Beobachtung von Wildtieren und Vögeln.
*Übernachtung in der Barahi Jungle Lodge (400 m)*
*Jeepsafari ca. 3 bis 4 Std. / Wandersafari ca. 2 Std.*

**12. Tag: Zurück nach Kathmandu (F/M/-)**
Eine längere Überlandfahrt entlang der Flüsse Narayani und Trisuli bringt uns zurück in die Grossstadt Kathmandu. Am Nachmittag können wir wahlweise den ruhigen Hotelgarten geniessen oder uns ins Getümmel des geschäftigen Thamel-Viertels stürzen.
*Übernachtung im Hotel in Kathmandu (1400 m)*
*Fahrzeit ca. 5 Std.*

**13. Tag: Everest-Rundflug und das Kinderhilfswerk NAG (F/M/-)**
Wer möchte, kann heute am frühen Morgen einen Everest-Rundflug unternehmen (ca. USD 240.-, vor Ort zahlbar). Der Flug mit einem kleinen Propellerflugzeug führt der Himalayakette entlang Richtung Osten und ermöglicht einen Blick auf die höchsten Berge der Welt. Anschliessend besuchen wir das von der Schweizerin Nicole Thakuri-Wick im Jahre 1993 gegründete Strassenkinderhilfswerk NAG. «Nawa Asha Griha» bedeutet «Heim der neuen Hoffnung». Die Organisation bietet jährlich 450 benachteiligten Kindern eine Chance auf Schul- und Ausbildung. Zweihundert Kinder leben zurzeit permanent im Heim und werden uns nach dem gemeinsamen Mittagessen begeistert ihr Zuhause und ihre Schulanlage zeigen.
*Übernachtung im Hotel in Kathmandu (1400 m)*
*Fahrzeit ca. 1 Std.*

**14. Tag: Die Königsstadt Bhaktapur (F/M/A)**
Wir fahren Richtung Westen aus der Stadt und erreichen in Kürze Bhaktapur. Auch diese alte Königsstadt gehört zum UNESCO-Weltkulturerbe. Das grosse Erdbeben im Jahr 2015 hat zwar ein paar der alten Newari-Tempel zerstört, die autofreie Altstadt ist aber immer noch einen Besuch wert. Am Nachmittag fahren wir weiter ins nahe Dörfchen Nagarkot, das am hügeligen Rand des Kathmandu-Tals gelegen ist. Hier beziehen wir unser komfortables Landhotel. Vor dem Nachtessen bleibt Zeit zum Ausruhen und den lauschigen Garten zu geniessen
*Übernachtung im Landhotel in Nagarkot (2180 m)*
*Fahrzeit ca. 2 Std.*

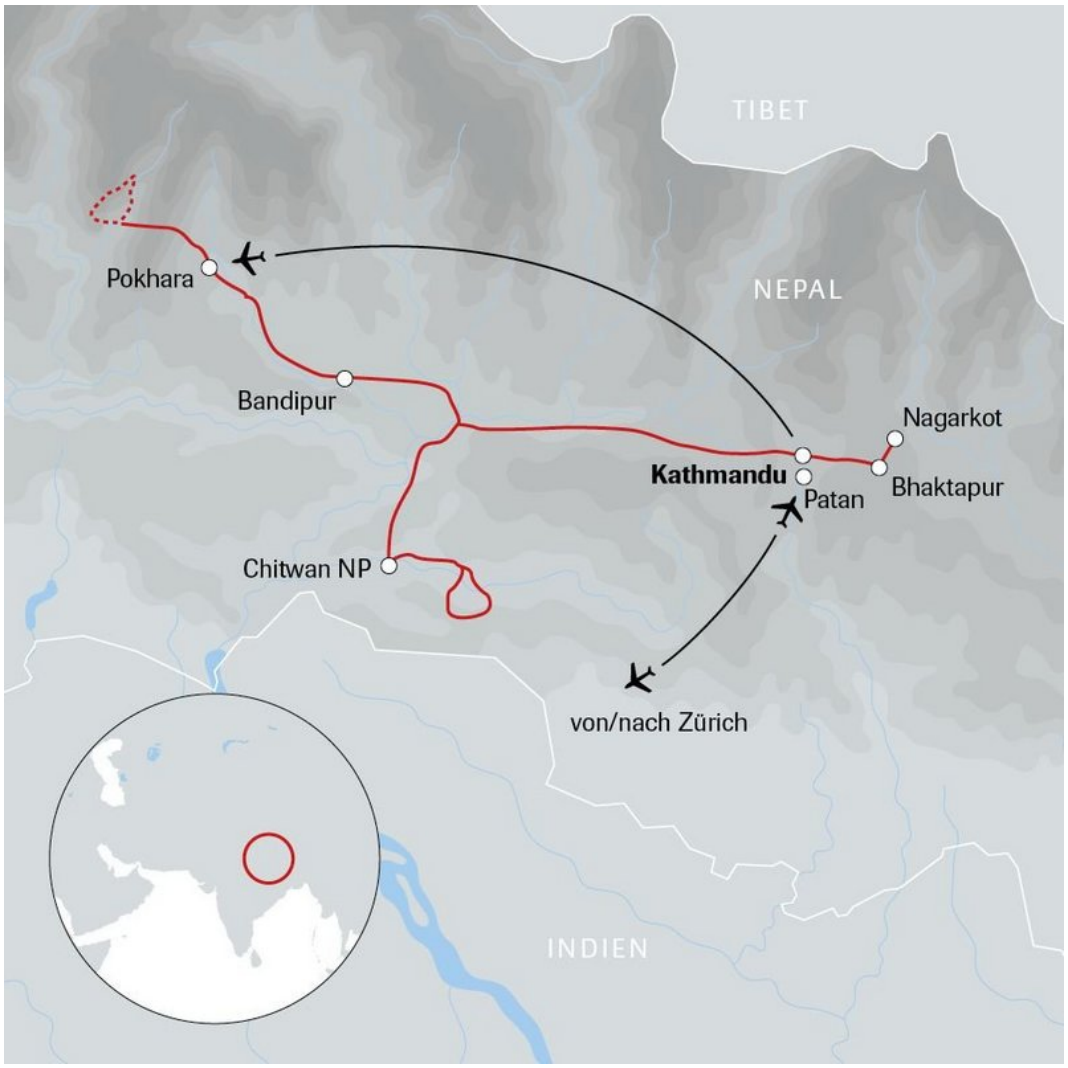
**15. Tag: Landleben und Himalayapanorama (F/M/A)**
Früh aufstehen lohnt sich, denn in den Morgenstunden ist bei gutem Wetter der Blick von der Hotelterrasse auf die fernen Himalayariesen besonders klar! Anschliessend haben wir Zeit den schönen Hotelgarten zu geniessen oder eine Wanderung in der ländlichen Umgebung zu unternehmen. Dann heisst es langsam Abschied nehmen. Nach einem letzten gemeinsamen Abendessen werden wir abgeholt und zum Flughafen gebracht.
*Tageszimmer im Landhotel in Nagarkot (2180 m)*
*Fahrzeit ca. 1 Std. / Optionale Wanderung ca. 3 Std.*

**16. Tag: Rückreise in die Schweiz (-)**

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

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

## Reiseroute



NATURETOURS
NATUR KULTUR TREKKING

## Im Preis inbegriffen

- Flüge Zürich – Kathmandu – Zürich in Economy-Klasse
- Inlandflug Kathmandu – Pokhara in Economy-Klasse
- Flughafentaxen und Treibstoffzuschlag
- Beitrag für Klima- und Naturschutz (CHF 75.-)
- Alle Transfers und Überlandfahrten
- Übernachtungen gemäss Programm im Hotel Yak&Yeti in Kathmandu, in komfortablen, landestypischen Mittelklassehotels und in den Mountain Lodges of Nepal (3 Nächte) im Doppelzimmer
- Ausflüge, Wanderungen und Aktivitäten gemäss Programm
- Umfangreiche Notfallapotheke
- Mahlzeiten gemäss Programm
- Schweizer Reiseleitung und lokales Begleitteam
- Bewilligungen, Gebühren und Eintritte
- Visum inkl. Einholung
- Vorbereitungstreffen
- Trekkingtasche mit Rollen

## Im Preis nicht inbegriffen

- Flugaufpreis je nach Verfügbarkeit
- Nicht erwähnte Mahlzeiten und Getränke
- Optionaler Everest Rundflug, ca. USD 240.- (Bezahlung vor Ort)
- Trinkgelder
- Versicherung

## Preise

- Preis pro Person bei 11-14 Personen CHF 7'100.-
- Zuschlag Kleingruppe 9-10 Personen CHF 400.-
- Einzelzimmerzuschlag CHF 1'550.-*
- Aufpreis für Nicht-Abonnent*innen CHF 200.-
  * ausser 1 Nacht in der Dhampus Lodge

## Hinweise

Geführte Gruppenreise «Natur & Kultur aktiv» mit Schweizer Reiseleiterin Bettina Frey und lokalem Begleitteam (englischsprechend).

Die Wanderungen sind leicht bis mittelschwer (maximal 4 Stunden) und können weggelassen werden. Die Lodges auf dem viertägigen Trekking sind auch mit einem Fahrzeug erreichbar (schlechte Strassen). Das Hauptgepäck wird während dem Trekking vom Begleitteam transportiert, den Tagesrucksack tragen wir selbst.

In der kleinen Dhampus-Lodge können keine Einzelzimmer garantiert werden, da die Unterkunft nur über acht Zimmer verfügt.

Leserreise: diese Reise wird in Zusammenarbeit mit dem Medienpartner CH Media durchgeführt. Die Reise steht auch Nichtabonnent*innen offen. Weitere Informationen finden Sie hier.

Partner