



Annapurna Wanderreise

Termin, Reiseleitung

18.10. – 04.11.2020 / 18 Tage / max. 12 Teilnehmende

Kosten

Fr. 4'680.-, pauschal ab Flughafen Zürich
(Preis- und Programmänderungen vorbehalten)

Vorbereitungstreffen

Das Vorbereitungstreffen findet am Samstag, 19. September 2020 bei uns in Steffisburg statt.

Informationen zur Destination

Trekking für Geniesser

Dieses Lodge-Trekking ist für naturverbundene Genuss-Menschen geeignet, welche sehr gerne die grossartigen Landschaften im Himalaya aktiv auf Wanderungen erleben möchten, nicht aber ein längeres Trekking mit vielen Zeltübernachtungen suchen.

Wir haben ein sehr abwechslungsreiches Programm in einer der grossartigsten Himalaya-Landschaften zusammengestellt, welche eine ausgewogene Balance zwischen aktivem Unterwegssein in der Natur und Erholung mit allen Annehmlichkeiten der Zivilisation bietet. Unsere Trekkings dauern einmal vier Tage mit drei Lodge-Übernachtungen und einmal 5 Tage mit 4 Lodge-Übernachtungen. Zwischen den Kurtrekkings geniessen wir einen vollen Ruhetag in unserem komfortablen Hotel. Auf den Trekkings werden wir von einem einheimischen Team begleitet, welches für den Materialtransport zuständig ist.

Wir selber tragen nur einen leichten Tagesrucksack. Das Tempo ist gemütlich. Wir legen grossen Wert auf eine optimale Höhenakklimatisation, dementsprechend sind Wanderungen und Übernachtungen geplant.

Auf beiden Trekkings übernachten wir in einfachen Lodges. Spezielle Ausrüstung wie ein warmer Schlafsack und eine Daunenjacke werden von berg-welt zur Verfügung gestellt und ermöglichen einen angenehmen Aufenthalt und einen wohltuenden, erholsamen Schlaf.

Annapurna Himal

Das südliche Annapurna-Gebiet ist eine traumhafte Berglandschaft, charakterisiert durch reiche Vegetationsstufen, liebenswürdige Menschen und einem traumhaften Panorama zu den Annapurna-Gipfeln und zum markanten Machapuchare. Wir werden diese Region auf unseren

abwechslungsreichen Kurz-Trekkings gut kennen lernen.

Neben der atemberaubenden Gebirgskulisse gehört auch die ethnische Vielfalt der Einwohner zum Erlebnis Annapurna.

Um Pokhara besiedeln hinduistische Volksgruppen die hügelige Landschaft. Die meisten gehören zu den hohen Kasten der Bramahnen und Chetris.

An den steilen Berghängen zu Füßen der Achttausender leben die Gurung. Sie verehren sowohl hinduistische als auch buddhistische Gottheiten.

Erleben und Entdecken

Wir möchten Ihnen auf dieser Reise viele abwechslungsreiche Eindrücke, Erfahrungen, Kontakte und Erlebnisse ermöglichen. Unter diesem Aspekt haben wir unser Programm zusammengestellt und dementsprechend wählen wir unsere einheimischen Mitarbeiter und Helfer aus.

Das Tempo unterwegs auf den Trekkings wird sehr gemütlich sein. Wir haben Zeit, die wunderbare Umgebung in uns aufzunehmen, eigenen Gedanken nachzugehen oder uns mit unseren Kameraden auszutauschen.

Wir setzen alles daran, dass Sie diese Trekkings mit allen Sinnen erleben können.

Erholen und Geniessen

Unsere Reise soll eine ausgewogene Balance zwischen körperlicher Aktivität und Erholung bieten.

Wir gönnen uns nach jedem Trekking im wunderbar gelegenen Hotel einen wohltuenden Ruhetag. Wir haben Zeit, das Erlebte Revue passieren zu lassen und uns auf die nächste Unternehmung zu freuen.

Guide und Träger sind um unser Wohl bemüht. Sehr schnell werden uns diese lieben, hilfsbereiten und fröhlichen Menschen ans Herz wachsen.

Wir treffen normalerweise am frühen Nachmittag bei der nächsten Lodge ein. Wir haben Zeit, die wunderbare Landschaft zu geniessen, uns auch unterwegs zu erholen und uns zu pflegen, unsere Eindrücke zu verarbeiten, mit Kameraden oder unserer Begleit-Mannschaft zusammen zu sein. Sobald es kühl wird, können wir uns in die Lodge zurückziehen.

Leistungen

Im Pauschalpreis inbegriffen sind:

- Schweizer Reiseleitung
- Flüge Zürich – Kathmandu retour in Economy-Klasse, inkl. aller Taxen
- Inlandflug Kathmandu – Pokhara in Economy-Klasse, inkl. aller Taxen
- Inlandflug Pokhara – Kathmandu in Economy-Klasse, inkl. aller Taxen
- myclimate – klimaneutrale CO₂-Kompensation unserer Flüge (ca. Fr. 80.-)
- sämtliche Transfers und Besichtigungsfahrten
- Eintrittsgebühren für Besichtigungen laut Programm
- Begleitmannschaft während den Trekkings
- 3 Übernachtungen in DZ in Hotel in Kathmandu
- 5 Übernachtungen in DZ in Hotel in Pokhara
- 7 Übernachtungen in DZ in einfachen Lodges auf den Trekkings
- Vollpension während der ganzen Reise, exkl. Getränke
- persönliches Leih-Material: Daunenschlafsack und Daunenjackette
- Visum für Nepal (Fr. 50.-)

Im Pauschalpreis nicht inbegriffen sind:

- Getränke
- Ergänzung Zwischenverpflegung
- Einzelzimmer-Zuschlag im Hotel in Kathmandu und Pokhara (8 Nächte, Fr. 530.-)
- Trinkgelder (ca. Fr. 200.- bis Fr. 250.-)

- Individuelle Ausflüge und Besichtigungen sowie Ausgaben persönlicher Art
- Mehrkosten aufgrund nicht verschuldeter, wetter- bzw. verhältnisbedingter Programmänderungen
- Kosten für persönliches Übergepäck
- Kosten für gewünschte Sitzplatzreservierung Hin- und Rückflug
- allfällige Flugpreis-Erhöhlungen und Treibstoffzuschläge bei Anmeldung nach gewünschtem Anmeldetermin 3 Monate vor Abreise

Reiseverlauf

Programmänderungen vorbehalten

1. Tag: Zürich- Kathmandu

Linienflug nach Kathmandu

2. Tag: Ankunft Kathmandu

Ankunft in Kathmandu. Transfer zum Hotel. Nach einer Erfrischung im Hotel schlendern wir gemütlich durch Kathmandu und gewinnen erste Eindrücke von der Hauptstadt Nepals. Übernachtung im Hotel.

3. Tag: Kathmandu – Pokhara 1400m

Transfer zum Flugplatz. Kurzer Flug nach Pokhara. Transfer zu unserem Hotel. Wir erkunden die Umgebung von Pokhara mit seinen Sehenswürdigkeiten. Übernachtung im Hotel.

4. Tag: Pokhara Tageswanderung

Mit dem Bus fahren wir zum Ausgangspunkt unserer Tageswanderung. Auf dem Bergrücken, der die zwei Seen im Begnastal und im Ruptatal voneinander trennt, wandern wir durch eine üppige Vegetation. Oben auf dem Hügel Begnaskot (1195m) angekommen, geniessen wir die wunderbare Aussicht auf die Annapurna-Gruppe und die vielen goldig leuchtenden Reisterrassen. Mit kleinen Ruderbooten lassen wir uns zum Begnas Resort bringen, wo unser Bus auf uns wartet. Übernachtung im Hotel / Gehzeit ca. 4h

5. Tag: Lodge-Trekking Pokhara – Bhumdi 1518m

Wir starten zu unserem ersten Kurztreck. Wir treffen unsere einheimischen Begleiter. In gemütlichem Tempo steigen wir hoch zu der Peace Pagoda (buddhistisches Heiligtum / Stupa) und erfreuen uns über die grandiose Aussicht, die uns auf den nächsten 4 Tagen beleiten wird. Wir wandern durch malerische Dörfer, begegnen den fröhlichen Bauern bei der Arbeit und erreichen unsere erste Lodge in Bhumdi (1518m). Gehzeit ca. 4 – 5h.

6. Tag: Bhumdi – Panchase Bhanjyang 2058m

Nach dem kräftigen Frühstück wandern wir durch subtropische Wälder, begleitet von Vogelgezwitscher. Unsere Begleitmannschaft erwartet uns in Panchase Bhanjyang (2058m) mit einem erfrischenden Tee. Wir geniessen die Abendstimmung mit Blick auf die Himalaya Riesen. Übernachtung in Lodge. Gehzeit ca. 5h.

7. Tag: Panchase Bhanjyang – Bhaudare 1679m

Durch reizvolle Landschaft mit dschungelähnlichem Wald wandern wir den Bergrücken entlang. Immer wieder werden wir mit wunderbarer Aussicht auf die umliegenden Dörfer und Reisterrassen und im Hintergrund auf die eindrucksvollen Bergketten belohnt. In Bhaudare (1679m) bleiben wir die nächste Nacht. Übernachtung in Lodge. Gehzeit ca. 3-4h.

8. Tag: Bhaudare – Pokhara

Zum Ausklang unseres ersten Trekkings sind wir gemütlich unterwegs. Die kurze Tagesetappe geniessen wir in vollen Zügen, bevor uns die Zivilisation einholt. Mit dem Bus fahren wir nach Pokhara.

Den Nachmittag verbringen wir in unserem Hotel oder direkt am See bei einer Tasse Kaffee.
Übernachtung im Hotel. Gehzeit ca. 3h. Busfahrt ca. 1h.

9. Tag: Pokhara

Erholen und Geniessen, Erkunden und Entdecken. Der Tag steht zur freien Verfügung. Auf Wunsch gemeinsamer Ausflug zu Sehenswürdigkeiten in der Umgebung.
Übernachtung im Hotel.

10. Tag: Pokhara – Chandrakot – Ghandruk 1981m

Wir starten zu unserem zweiten Trekking in die Umgebung des Annapurna Himal. Neue Wege, neue Landschaften, neue Begegnungen und doch vertraute Umgebung.
Gemütlich gehen wir dem Fluss Modi Khola entlang. Reges treiben herrscht in den Dörfern und auf den Feldern. Immer wieder werden wir begrüsst mit einem herzlichen „Namastee“. Nach dem Lunch steigen wir über die Treppen Richtung Ghandruk (1981m) hoch - unserem ersten Etappenziel.
Übernachtung in Lodge. Busfahrt ca. 1.5h. Gehzeit ca. 4 – 5h.

11. Tag: Ghandruk – Tadopani 2693m

Über Steintreppen steigen wir hoch mit Blick auf die Bergriesen Annapurna Süd, Hiun Chuli und Machapuchare. Wir erfrischen uns unterwegs in den lokalen Teehäusern und erfreuen uns an den Begegnungen mit den vielen lachenden Kindern.
Die letzten Höhenmeter wandern wir ohne grosse Steigung durch einen fantastischen „Märchenwald“ mit saftig grünem Farn und grossen Rhododendren. Die Geräusche der Languren wecken unsere Neugierde. Unser Tagesziel Tadopani (2693m) erreichen wir zur Lunchzeit.
Übernachtung in Lodge. Gehzeit ca. 3 – 4 h.

12. Tag: Tadopani – Ghorepani 2909m

Stetig ansteigend gelangen wir durch Mischwald aus Rhododendren, Eichen, Magnolien und Bambus zum 3100m hohen Deorali-Pass. Mit einem wunderbaren Panorama vor Augen, steigen wir von hier nach Ghorepani (2909m) ab. Übernachtung in Lodge. Gehzeit ca. 5 h.

13. Tag: Ghorepani – Poon Hill 3210m – Hille 1460m

Heute Morgen stehen wir sehr früh auf und steigen zum knapp 300m höher gelegenen Aussichtspunkt Poon Hill auf. Das Erlebnis der aufgehenden Sonne und das grandiose Panorama mit dem 8000er Dhaulagiri übertrifft die auf sich genommene Mühe bei Weitem – ein Erlebnis, das lange in Erinnerung bleiben wird. Zurück in unserer Lodge steht ein kräftiges Frühstück bereit. Wir setzen anschliessend den Weg entlang dem Bhurungdi Khol Fluss mit seinen kleinen Wasserfällen fort.
Immer wieder begegnen wir den Nepali bei der Feldarbeit und wandern durch die gepflegten Dörfer. Über unzählige Steintreppen verlieren wir an Höhe und erreichen über eine Hängebrücke mit flatternden Gebetsfahnen Hille (1460m). Übernachtung in Lodge. Gehzeit ca. 5 h.

14. Tag: Hille – Birethani – Pokhara

Auf unserer letzten Etappe durchstreifen wir wunderschöne Dörfer mit einer subtropischen Vegetation. Die Gärten sind geschmückt mit Bananen-, Zitronen- und Orangenbäumen. Mächtige Bambusse säumen den Weg entlang nach Birethani (1028m). Per Bus fahren wir nach Pokhara, wo wir uns in unserem Hotel eine erfrischende Dusche gönnen.
Übernachtung im Hotel. Busfahrt ca. 1.5 h. Gehzeit ca. 3.5 h.

15. Tag: Flug nach Kathmandu

Der Flug nach Kathmandu bietet nochmals eine prächtige Aussicht auf die schneebedeckten Himalaya-Riesen. Der Rest des Tages steht zur freien Verfügung. Übernachtung im Hotel.

16. Tag: Kathmandu

Heute besuchen wir die beiden Städte Patan und Bhaktapur im Kathmandu-Tal.

Patan ist stark geprägt vom Buddhismus. Der buddhistische Charakter Patans zeigt sich in seinen über 150 ehemaligen Klöstern. Nahezu jeder vierte Hofeingang der Altstadt führt in eine solche Klosteranlage.

Bhaktapur ist die drittgrösste Stadt des Kathmandu-Tales und liegt auf der alten Handelsstrasse zwischen Indien und Tibet, die sich heute noch als Lebensader durch die Stadt zieht. Übernachtung in Hotel.

17. Tag: Kathmandu – Zürich

Linienflug nach Zürich

18. Tag: Ankunft in Zürich

Individuelle Heimreise

Anforderungen und Teilnahmebedingungen

Gesundheit

Voraussetzung für diese Reise ist eine sehr gute Gesundheit.

Wir empfehlen Ihnen, rechtzeitig vor der Reise einen Gesundheitscheck bei Ihrem Hausarzt.

Konditionelle Anforderungen:

Die reinen Gehzeiten pro Tag liegen zwischen 3 und 5h in angenehmem Tempo. Die Aufstiege betragen zwischen 200 und 700 Höhenmeter. Das Tempo entspricht den Zeitangaben der Schweizer Wanderwege: pro Stunde 4km flach oder 300Höhenmeter im Aufstieg. In grösserer Höhe wird das Tempo entsprechend angepasst.

Unser Gepäck wird von der Begleit-Mannschaft getragen. Wir selber tragen einen leichten Tagesrucksack.

Technische Anforderungen

Die Route verläuft meist über gute, teilweise steinige Wege. Steilere Auf- und Abstiege sind oft mit Steintreppen befestigt. Gute Trittsicherheit ist erforderlich (SAC T2).

Höhe

Wir bewegen uns in Höhen zwischen 850 und 3200m, unsere Übernachtungsorte liegen zwischen 850 und 2900 m.ü.M.

Anmeldung, erforderliche Reisedokumente und wichtige Reisehinweise

Anmeldung

Wir bitten Sie, sich frühzeitig – möglichst bis 3 Monate vor Abreise - anzumelden.

Anmeldebestätigung, Anzahlung, Zahlung

Nach Eingang der Anmeldung erhalten Sie eine schriftliche Anmelde-bestätigung. Nach der Anmeldung ist eine Anzahlung von Fr. 1'000.- fällig. 30 Tage vor Reisebeginn ist der gesamte Pauschalpreis fällig.

Allgemeine Vertrags- und Reisebedingungen

Es gelten unsere Allgemeinen Vertrags- und Reisebedingungen sowie die Benutzungs- und Datenschutzbestimmungen.

Vorbereitungstreffen

Das Vorbereitungstreffen findet an einem Samstag in unseren Büros in Steffisburg statt. Es dient dazu, sich gegenseitig kennen zu lernen, wichtige Punkte der Reise und der Ausrüstung zu besprechen, offene Fragen zu klären und sich mental auf die Reise vorzubereiten.

Reiseunterlagen

Sie erhalten rechtzeitig mit der Einladung zum Vorbereitungstreffen alle notwendigen Reiseinformationen, eine detaillierte Ausrüstungsliste, Angaben zu Treffpunkt und -zeit, Flugplan und Teilnehmerliste.

Erforderliche Reisedokumente, Visum

- Reisepass

Reisepass mit einer Gültigkeit von mindestens 6 Monaten über das Rückreisedatum hinaus.

- Visum

Für Nepal besteht eine Visumpflicht. Wir werden gemeinsam bei der Ankunft am Flughafen in Kathmandu das Visum einholen. Informationen dazu erhalten Sie am Vorbereitungstreffen.

Impfungen

Impfungen sind keine vorgeschrieben. Der persönliche und genügende Impfschutz liegt in der Verantwortung der Teilnehmenden. Bitte überprüfen Sie ihren Impfschutz und kontaktieren Sie Ihren Haus- oder Tropenarzt.

Infos: www.safetravel.ch oder www.infektiologie.insel.ch (individuelle Impfberatung).

Versicherung

Der ausreichende Versicherungsschutz ist Sache der Teilnehmenden. Bitte überprüfen Sie Ihren Versicherungsschutz für das betreffende Land. Wir empfehlen eine ausreichende Annullierungskosten-, Assistance- (Arzt-, Spitalkosten vor Ort udgl.), Such-/Rettungskosten- und Reiseabbruchversicherung.

Medizinische Versorgung

Für die Erstversorgung von Verletzungen und leichten Unfällen besitzt die Reiseleitung das notwendige Wissen. Wir führen eine angemessene, nach aktuellen Kenntnissen zusammengestellte Notfall-Apotheke und Verbandstasche mit.

Programmänderungen

Bei dieser Reise muss trotz sorgfältiger Vorbereitung mit Programmänderungen durch unvorhersehbare Ereignisse gerechnet werden. Diese können wetterbedingt oder durch kurzfristige Änderungen infolge gesetzlicher Bestimmungen, politischer Entscheide oder gesundheitlicher Probleme von Teilnehmende usw. entstehen. In jedem Fall versuchen wir das Reiseprogramm im Rahmen des Verantwortbaren durchzuführen oder, wenn nicht möglich, ein gleichwertiges Ersatzprogramm zu organisieren.

Klima, Ausrüstung, Unterkunft, Verpflegung

Wetter und Temperaturen

Aufgrund der verschiedenen Höhenlagen sind auch Klima und Temperaturen sehr unterschiedlich, von subtropisch warm bis hochalpin kalt. Das Wetter im Oktober/November ist stabil schön, die Luft sehr klar, der Himmel blau, trotzdem sind Klimaschwankungen mit Niederschlägen, auch in Form von Schnee, nicht auszuschliessen.

Die Temperaturen nehmen mit zunehmender Höhe ab. Am Tag sind sie angenehm warm, in unteren Lagen heiss, abends wenn die Sonne hinter den Bergriesen verschwindet, kühlt es ab, in grösserer Höhe bis deutlich unter den Gefrierpunkt.

Ausrüstung

Für das Trekking benötigen wir die selbe Ausrüstung wie für mehrtägige Bergwanderungen in den Alpen, mit festen, hohen (über Knöchel reichenden) Wander-/Trekkingsschuhen.

Damit Sie auch die kühlen Abende, die Frische am Morgen geniessen und sich in der Nacht bestens erholen können, stellen wir jedem Teilnehmenden eine Daunenjacke und einen warmen Daunenschlafsack zur Verfügung.

Eine ausführliche Ausrüstungsliste liegt der Teilnahme-Dokumentation bei. Die Ausrüstung wird am Vorbereitungstreffen detailliert besprochen.

Unterkunft

In Kathmandu übernachten wir in einem guten Mittelklasshotel in Zimmern mit Du/WC. In Pokhara übernachten wir in einem wunderschön gelegenen Mittelklasshotel in Zimmern mit Du/WC, mit Garten und Sicht auf die Annapurna-Kette.

Auf den Trekkings übernachten wir in einfachen, landestypischen Lodges, meist in sehr einfachen, kleinen, unbeheizten Doppelzimmer. Ein warmer Schlafsack, von berg-welt zur Verfügung gestellt, ermöglicht einen wohlverdienten, erholsamen Schlaf.

Verpflegung

Während der ganzen Reise geniessen Sie Vollpension. In den Städten essen wir in Restaurants und Hotels. Während dem Trekking werden wir in den Lodges mit schmackhaften lokalen Gerichten versorgt. Die Zwischenverpflegung kann von den Teilnehmenden individuell ergänzt werden. Empfehlungen dazu erhalten Sie am Vorbereitungstreffen.

Steffisburg, 18. November 2019



berg-welt ag
Industrieweg 30
CH-3612 Steffisburg
Telefon +41 (0)33 439 30 15
mail@berg-welt.ch
www.berg-welt.ch