

# NEPAL Annapurna Basislager Trek mit Poonhill

Wanderung in das verborgene Heiligtum der Berggöttin Annapurna



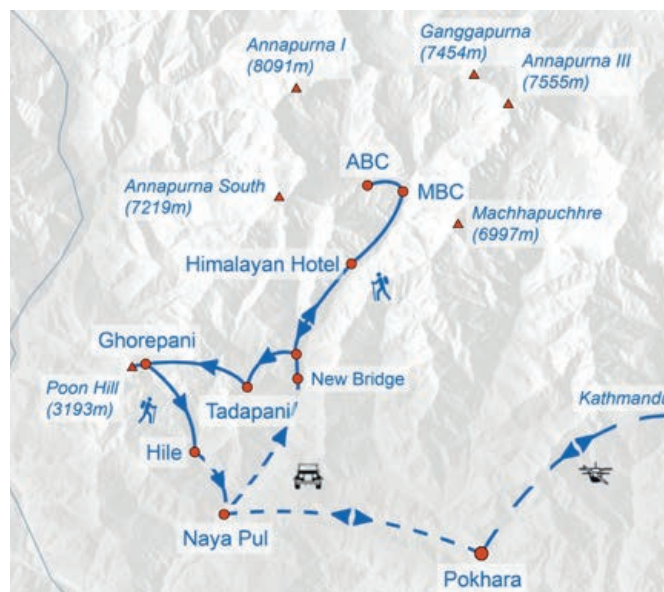
## Inhalt

Programmübersicht, Termine und Preise	2
Unsere Leistungen	3
Schwierigkeitsbewertung	4
Höhenakklimatisierung	4
Voraussetzung und Vorbereitung	4
Komfort-Bewertung	5
Ein typischer Trekkingtag in Nepal	5
Ausführliches Detailprogramm	6
Ausrüstungsliste	9
Länderinformation	10
Wichtige Reiseinformationen, Geld, usw.	12
Visum, Buchung und Zahlungsmodalitäten	13

## Höhepunkte der Reise

- Trekking entlang tief eingeschnittener Schluchten durch sämtliche Vegetationsstufen, die Nepal zu bieten hat.
- Das Annapurna-Basislager liegt in einem beeindruckenden Bergkessel, der von Bergriesen wie dem Machhapuchhre und der Annapurna-I mit ihrer unbezwingbaren Südwand beherrscht wird.
- Sonnenaufgangswanderung zum Aussichtsberg Poonhill mit seinem unvergleichlichen Panorama vom Dhaulagiri über die gesamte Annapurna-Kette bis zum Manaslu.
- Zu Beginn der Reise Besichtigung von Pokhara und dessen Umgebung. Nach der Trekkingtour umfangreiches Besichtigungsprogramm des UNESCO-Weltkulturerbe von Bhaktapur und Kathmandu.
- Freizeit in Pokhara und Kathmandu
- *Im Unterschied zur klassischen Annapurna-Umrundung ist diese Tour nicht durch den Straßenbau beeinträchtigt*

TAG	PROGRAMM
1	Individuelle Ankunft in Kathmandu
2	Flug nach Pokhara und Besichtigung
3	Start des Trek: von New Bridge nach Jhinu Danda (1780 m)
4	Von Jhinu Danda nach Sinuwa (2360 m)
5	Von Sinuwa nach Himalaya Hotel (2920 m)
6	Von Himalaya Hotel zum Machhapuchhre BC (3700 m)
7	Vom MBC ins Annapurna BC (4130 m)
8	Vom Annapurna BC nach Dobhan (2580 m)
9	Von Dobhan nach Taglung (2180 m)
10	Von Taglung nach Tadapani (2600 m)
11	Von Tadapani nach Ghorepani (2750 m)
12	Auf den Poonhill und Abstieg bis Hile - Ende des Trek
13	Rückfahrt nach Pokhara und Freizeit
14	Flug von Pokhara nach Kathmandu
15	UNESCO Weltkulturerbe in Kathmandu und Bhaktapur
16	Heimflug oder Reiseverlängerung



## Fixtermine und Preise

TERMIN	PREIS AB 4 TEILNEHMER
23.02. – 09.03.2024	€ 1.670,-
05.04. – 20.04.2024	€ 1.670,-
03.05. – 18.05.2024	€ 1.670,-
04.10. – 19.10.2024	€ 1.720,-
25.10. – 09.11.2024	€ 1.720,-
15.11. – 30.11.2024	€ 1.720,-
06.12. – 21.12.2024	€ 1.720,-

Kleingruppenzuschlag bei 2 oder 3 Teilnehmern: € 230,- pro Person

Die Preise gelten ab/bis Kathmandu (exkl. Internationaler Flug)  
 Gerne bieten wir Ihnen ein Komplettpaket an, inkl. internationalem Flug ab Ihrem Wunschflughafen!

Einzelzimmerzuschlag: € 150,- (Kathmandu und Pokhara)

**Frühbucherrabatt: 3% des Reisepreis bei Buchungen, die spätestens 6 Monate vor Reisebeginn bei uns einlangen.**

## Wissenswertes

- Beste Reisezeit: März bis Mai und Oktober bis Dezember
- Gruppengröße: garantierte Durchführung der Reise von 4 bis maximal 10 Teilnehmern
- Reiseleitung durch nepalesischen, englischsprachigen Bergführer - von CLEARSKIES geschult und fortgebildet
- 10 Tage Lodge-Trekking mit Übernachtungen in landestypischen Lodges mit Vollverpflegung
- In Kathmandu 3 Übernachtungen in unserem angestammten Hotel
- In Pokhara 2 Übernachtungen im Hotel am Phewa See
- Geführte Besichtigungen in Pokhara, Kathmandu und Bhaktapur vor bzw. nach der Trekkingtour

### Nachhaltig Reisen mit CLEARSKIES

CLEARSKIES kompensiert die CO<sub>2</sub>-Emissionen dieser Reise inklusive der internationalen Flüge.



### ! Bitte beachten!

Diese Reise kann individuell zu Ihrem Wunschtermin organisiert und durchgeführt werden. Je nach Größe Ihrer Gruppe wird der Preis angepasst. Kontaktieren Sie uns!

### Reiseleitung und einheimische Mannschaft

- Reiseleitung von/bis Kathmandu durch englischsprachigen, nepalesischen Bergführer. Unsere angestammten Bergführer werden von CLEARSKIES jährlich geschult und fortgebildet.
- Einheimische Trägermannschaft: 1 Träger übernimmt das Hauptgepäck von 2 Teilnehmern – ca. 12 kg Freigeäck pro Teilnehmer.
- Unsere Mannschaften werden fair und landestypisch bezahlt, gut ausgerüstet und versichert. Wir legen großen Wert auf unsere Mannschaften und das gute Miteinander im Laufe einer Reise.
- Deutschsprachiger Reiseführer bei den Stadtbesichtigungen in Kathmandu und Bhaktapur, englischsprachiger Reiseführer bei der Stadtbesichtigung von Pokhara



### Unterkunft und Verpflegung

- Ruhiges 3\* Hotel am Rande von Thamel, Kathmandu, auf Basis Doppelzimmer mit Frühstück
- Zwei Übernachtungen in Pokhara im 2-3\* Hotel in Lakeside beim Phewa See
- Während dem Trek Übernachtung in landestypischen Lodges (Zweibettzimmer) inkl. Vollpension.
- Weitere Mahlzeiten (Kathmandu/Pokhara) laut Detailprogramm. Insbesondere das Willkommensessen und das Abschiedsessen in Kathmandu sind inbegriffen.



### Transporte und Transfers

- Alle Transporte und Transfers laut Reiseprogramm, insbesondere die individuellen Flughafentransfers bei Ankunft und Abreise.
- Flug Kathmandu - Pokhara - Kathmandu

### Permits, Bewilligungen und Eintritte

- Alle notwendigen Nationalparkgebühren und Trekkingpermit (TIMS)
- Eintritte für Bhaktapur, Pashupati Nath und Bouddha Nath laut Reiseprogramm.
- Eintritte für geplante Besichtigungen in Pokhara laut Reiseprogramm.

### CO<sub>2</sub> - Kompensation

- CLEARSKIES kompensiert die anfallenden CO<sub>2</sub>-Emissionen dieser Reise inklusive der internationalen Flüge.

## Im Preis nicht enthaltene Kosten

- Internationaler Flug nach Nepal  
*Gerne bieten wir Ihnen ein Gesamtpaket inklusive individueller Flugreise an.*
- Visum: ca. € 50,-  
*Sie erhalten von uns alle notwendigen Unterlagen zur einfachen Beantragung des Visums! Das Visum ist auch bei Ankunft am Flughafen Kathmandu erhältlich.*
- Reiseversicherung  
*Sie können eine Reise- und/oder Stornoversicherung (Reiserücktrittsversicherung) über CLEARSKIES abschließen, gerne machen wir Ihnen ein individuelles Angebot.*
- Getränke, Persönliche Ausgaben
- Trinkgelder
- Anfallende Kosten bei Programmänderungen
- Einzelzimmerzuschlag in Kathmandu und Pokhara: € 150,-  
*Bei Verfügbarkeit kann ein Zimmer mit einem anderen Teilnehmer bzw. einer anderen Teilnehmerin geteilt werden, in diesem Fall entfällt der Einzelzimmerzuschlag. Diesen Wunsch teilen Sie uns bei Buchung mit.*  
**Bitte beachten Sie:** Während der Trekkingtour können wir keine Einzelzimmer in den Lodges garantieren, bei Bedarf versuchen unsere Guides Einzelzimmer in den Lodges zur Verfügung zu stellen.
- Alle weiteren Kosten die nicht unter „Inklusive Leistungen“ aufgezählt sind.



### ALPINTECHNISCH: leicht bis mittel



Keine alpinen Schwierigkeiten, gute Trittsicherheit erforderlich. Unsere Tour verläuft Großteils auf guten Wanderwegen sowie kleineren alpinen Steigen ohne alpine Schwierigkeiten. Einzelne Passagen auf schmalen und steilen Pfaden müssen stellenweise bewältigt werden, hier empfehlen wir auch die Mitnahme von Grödeln (Leichtsteigseisen), falls im Abstieg Schnee liegen sollte.

### KONDITIONELL: mittel



Aufstiege bis ca. 1000 Höhenmeter am Tag, meist weniger. Abstiege bis ca. 1500 Höhenmeter am Tag, meist weniger. Die Gehzeiten können bis zu 8 Stunden am Tag betragen, die meisten Etappen der Tour sind kürzer. Lange, anspruchsvollere Etappen mit teils auch großen Gehdistanzen wechseln mit kürzeren Etappen ab, im Zuge derer man regenerieren kann. Gute Kondition ist erforderlich und wird vorausgesetzt. Die anspruchsvollste Tagesetappe auf den Kayer-See kann bei Bedarf abgebrochen oder abgekürzt werden, bzw. bei Bedarf auch als Rasttag genutzt werden. Die verschiedenen Akklimatisierungstouren ermöglichen eine optimale Anpassung an die großen Höhen, aber auch zusätzliche Regeneration.

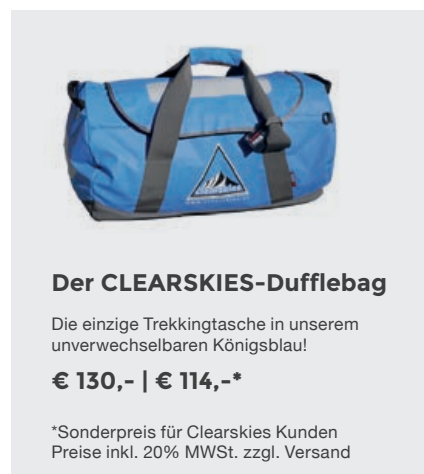


## Höhenakklimatisierung

Die Tour spielt sich auf für Nepal moderaten Höhen ab. Am Kophra Rücken erreichen wir unsere höchste Lodge auf 3650 Metern und damit den höchstgelegenen Ort, an dem wir schlafen. Der insgesamt höchste Punkt der Trekkingtour ist der Kayer See auf 4700 Metern Seehöhe. Im Laufe der Reise steigern wir uns langsam, um eine optimale Höhenakklimatisierung zu gewährleisten.

### Bitte unterstützen Sie Ihren Körper bei diesem wichtigen Prozess, indem Sie:

- die Reise gesund und ausgeruht antreten,
- in den Tagen bei und nach Samagaon unnötige Anstrengungen vermeiden,
- entsprechend langsam gehen, vor allem im Aufstieg,
- viel Flüssigkeit (Wasser) aufnehmen,
- den Anweisungen und dem Rat unserer Guides (nepalesisch oder österreichisch) vertrauen und folgen!



### Der CLEARSKIES-Duffelbag

Die einzige Trekkingtasche in unserem unverwechselbaren Königsblau!

€ 130,- | € 114,-\*

\*Sonderpreis für Clearskies Kunden  
Preise inkl. 20% MWSt. zzgl. Versand

## Voraussetzung und Vorbereitung

Diese Tour ist ideal für trainierte Bergwanderer, die im Alpenraum gewöhnt sind, Tages-touren mit 1000 bis 1200 Höhenmeter zu gehen und auch vor längeren Touren mit 1500 Höhenmetern nicht zurückschrecken. Sie betreiben regelmäßig (Ausdauer-)Sport, haben eventuell schon (mehrtägige) Trekkingfahrung, aber nur wenig (eventuell keine) Erfahrung mit Höhen um und über 5000 Metern.

Am besten können Sie sich mit Ausdauertraining vorbereiten: regelmäßiges Laufen (Joggen), Radfahren und lange Bergwandertouren mit normalem Tagesgepäck (ca. 6 bis 10 Kg) bereiten Sie am besten auf diese Tour vor.

### Kulturschock Nepal

Bitte beachten Sie, dass Nepal eines der ärmsten Länder der Welt ist! Die gesamte Infrastruktur des Landes kann nicht mit Europa verglichen werden. Auch gibt es starke kulturelle Unterschiede, die bei einer erstmaligen Reise nach Nepal durchaus überraschend, bzw. fordernd sein können. Wir erwarten von unseren Mitreisenden Offenheit und Toleranz gegenüber der fremden Kultur und den Religionen Nepals und auch entsprechende Gelassenheit, falls Umstände und (zeitliche) Abläufe in Nepal nicht den europäischen Vorstellungen entsprechen, bzw. schwer nachvollziehbar sind.



In **Kathmandu** schlafen wir in einem ruhigen, sauberen und vor allem gut gelegenen **Hotel** (Landeskategorie 3\*) in dem belebten Altstadtteil Thamel. In kürzester Gehdistanz befinden sich unzählige Restaurants, Bars und viele Geschäfte.

Alle Zimmer bieten ein Badezimmer mit WC und Dusche/Bad. Auf Grund der unsteten Stromversorgung in Kathmandu kommt es zu regelmäßigen Stromunterbrechungen. Unser Hotel hat einen Notfallgenerator.

Das Frühstück wird im Hotel, die weiteren gemeinsamen Mahlzeiten in Kathmandu werden in ausgewählten Restaurants eingenommen.

Auch in der zweitgrößten Stadt Nepals, in **Pokhara**, schlafen wir in einem ruhigen, idyllisch am Phewa See gelegenen Mittelklasse-Hotel (2-3\*).

Auf der **Trekkingtour** wird in **landestypischen Lodges** übernachtet.

Die Lodges bieten einfache, ungeheizte 2-Bett Zimmer. Ein entsprechender Schlafsack (siehe Ausrüstungsliste) wird benötigt. In den meisten Lodges gibt es die Möglichkeit einer warmen Dusche (gegen geringe Gebühr von € 2-3,-). WC (Hocktoilette) und Waschelegenheiten (Brunnen bzw. Wasserschlauch im Freien) entsprechen meist nicht dem westlichen Standard. Einzelzimmer können während der Trekkingtour nicht garantiert werden, bei Bedarf versuchen unsere Guides Einzelzimmer in den Lodges zur Verfügung zu stellen.

In vielen Lodges gibt es die Möglichkeit gegen geringe Gebühr (€ 2-3,-) elektronische Geräte aufzuladen. Dennoch empfehlen wir die Mitnahme von Zusatzakkus.

Die **Mahlzeiten** auf der Trekkingtour werden in Lodges, bzw. in Teahäusern entlang der Strecke (Mittagessen) eingenommen. Auf der Speisekarte stehen hauptsächlich vegetarische Gerichte auf Basis von Reis, Nudeln oder Kartoffeln in verschiedensten Variationen. Das Essen ist an den westlichen Gaumen angepasst und meist schmackhaft, sättigend und hygienisch zubereitet. Auf Grund der nicht existenten Kühlkette ist der Konsum von Fleisch nicht unproblematisch, wir raten daher davon ab!

Bei bestimmten Etappen (z.B. Passquerung, Tagesausflüge) wird ein einfaches Lunchpaket eingepackt und entlang der Strecke verzehrt.

Snacks, Schokolade, Riegel usw. sind nicht inkludiert und müssen von den Teilnehmern selbst mitgebracht bzw. können zum Teil vor Ort gekauft werden.



## Ein typischer Trekkingtag in Nepal

Am morgen gegen 6 Uhr 30 wird aufgestanden und die Tasche gepackt. Das Hauptgepäck, welches von der Trägermannschaft übernommen wird, bringen Sie schon fertig gepackt zum Frühstück, das gegen 0700 serviert wird. So kann sich unsere kleine Trägermannschaft, üblicherweise übernimmt jeder Träger 2 Taschen mit jeweils 10 – 12 Kg, bei längeren Etappen jetzt schon auf den Weg machen.

Die Gruppe startet nach dem Frühstück so gegen 08 Uhr in die Tagesetappe. Am Vormittag planen wir 3 bis 4 Stunden Gehzeit, regelmäßig mit kurzen Trink- und Fotopausen unterbrochen, auch um die gewaltige Landschaft zu genießen. Sind spezielle Besichtigungen (z.B. Klöster u.ä.) oder ein Gipfel eingeplant haben wir entsprechend Zeit für den Besuch, eine entsprechende Rast usw.

Zu Mittag werden wir zumeist in einer kleinen Lodge entlang unseres Weges einkehren und Mittagessen. Je nach Lodge kann dies 1 Stunde oder auch etwas länger dauern.

Am Nachmittag wandern wir wiederum 2 bis 3 Stunden bis zu unserer nächsten Übernachtungsmöglichkeit. Hier wartet schon unser Reisegepäck, die Zimmer werden verteilt und der restliche Nachmittag steht zur freien Verfügung.

Am Abend, gegen 19 Uhr wird gemeinsam zu Abend gegessen und in dem gemütlichen Speise- und Aufenthaltsraum der Lodge gemeinsam etwas Zeit verbracht, bevor es in die Zimmer und in die Schlafsäcke geht.

Je nach Tagesetappe und Gegebenheiten kann dieser Zeitplan natürlich abweichen.



**Tag 1: Individuelle Ankunft in Kathmandu**

Ankunft in Kathmandu am Nachmittag. Ein Taxi steht für Sie bereit und bringt Sie zu unserem gemütlichen und ruhigen 2\* Hotel am Rand des belebten Altstadtteiles Thamel. Sie werden von unserem Bergwanderführer begrüßt und erhalten die letzten wichtigen Informationen, bei dem anschließenden gemeinsamen Abendessen lernt sich die Gruppe besser kennen.

🏠	ÜBERNACHTUNG	Kathmandu - HOTEL
🍴	VERPFLEGUNG	A
F: Frühstück M: Mittagessen A: Abendessen		

**Tag 2: Flug nach Pokhara und Besichtigung**

Nach dem Frühstück Transfer zum Flughafen und Flug nach Pokhara. Der Flug führt entlang des Himalaya nach Westen, bei guter Sicht und richtiger Seitenwahl ein unvergessliches Erlebnis.

Pokhara, zweitgrößte Stadt des Landes, liegt am malerischen Phewa Tal (See) und besticht durch die gemütliche Atmosphäre und die Aussicht auf die im Norden schimmernden Eisgipfel des Annapurna-Massivs. Am Nachmittag besichtigen wir die nahe Umgebung der schön gelegenen Stadt. Eine kurze Fahrt im Ruderboot über den friedlichen Phewa See bringt uns an das südliche, bewaldete Ufer. Hier steigen wir bis zur World Peace Pagoda auf (ca. 25 Minuten), von der man bei klarer Luft einen beeindruckenden Blick auf die Südseite der Annapurnakette hat. Im Anschluss steigen wir von der World Peace Pagoda nach Südosten bis zu dem berühmten Devi Wasserfall und zur Gupteshwor Mahadev Höhle ab, die ebenfalls besucht werden können. Eine kurze Taxifahrt bringt uns zurück zu unserem gemütlichen Hotel in Lakeside.

✈️	FLUG	45 Min
🏠	ÜBERNACHTUNG	Pokhara (1400 m) - HOTEL
🍴	VERPFLEGUNG	F A

**Tag 3: Start der Trekkingtour von New Bridge nach Jhinu Danda (1780 m)**

Mit privatem Geländewagen fahren wir über die kleine Ortschaft Naya Pul bis zum Ende der neu erbauten Schotterstrasse nach New Bridge (1340). Hier wir auf unsere Träger und starten in die erste Etappe der Tour.

Entlang des Bachbettes des Modi Khola (Fluss) wandern wir nach Norden durch subtropische Vegetation. Bananenstauden und Reisfelder prägen hier noch die Landschaft und wir beobachten Bergbauern bei der Arbeit auf den kleinen terrassierten Feldern. Der gut angelegte Weg mit Steintreppen gibt Ihnen erste Einblicke in die nächsten Etappen. Am Nachmittag erreichen wir die kleine Ortschaft Jhinu Danda, wo wir uns in einer der typischen Lodges einquartieren. Wer mag, kann in den heißen Quellen ein Bad nehmen (ca. 45 Minuten Wegstrecke).

🚗	FAHRT	2-3 Std
⬆️	HÖHENMETER AUFSTIEG	500 m
⬇️	HÖHENMETER ABSTIEG	50 m
🕒	GEHZEIT	3 Std
🏠	ÜBERNACHTUNG	Jhinu Danda (1780 m) - LODGE
🍴	VERPFLEGUNG	F M A

**Tag 4: Von Jhinu Danda nach Sinuwa (2360 m)**

Heute starten wir mit einem steilen Anstieg im dichten Wald bis wir die Ortschaft Taulung erreichen. Immer wieder öffnen sich Ausblicke auf die bewaldete, enge und wilde Schlucht des Modi Khola. Mit einer abfolge von Auf- und Abstiegen wandern wir an der Ortschaft Chomrong vorbei bis wir die kleine Lodgesiedlung Sinuwa (2360 m) erreichen. Das beeindruckende Panorama von Machhapuchhre (6980 m) und Annapurna Süd (7219 m) bietet in den Abendstunden einen unvergesslichen Anblick.

⬆️	HÖHENMETER AUFSTIEG	900 m
⬇️	HÖHENMETER ABSTIEG	300 m
🕒	GEHZEIT	5-6 Std
🏠	ÜBERNACHTUNG	Sinuwa (2360 m) - LODGE
🍴	VERPFLEGUNG	F M A

**Tag 5: Von Sinuwa nach Himalayan Hotel (2920 m)**

In langen Auf- und Abstiegen wandern wir durch die enge Schlucht des Modi Khola weiter nach Norden.

Bald betreten wir dichten Dschungel mit Bambus und Moosbewachsenen, alten Bäumen. Ab und zu schimmern die weißen, eisbedeckten Gipfel durch den dichten Wald.

⬆️	HÖHENMETER AUFSTIEG	850 m
⬇️	HÖHENMETER ABSTIEG	300 m
🕒	GEHZEIT	6 Std
🏠	ÜBERNACHTUNG	Himalaya Hotel (2920 m) - LODGE
🍴	VERPFLEGUNG	F M A



**Tag 6: Von Himalayan Hotel zum Machhapuchhre BC (3700 m)**

Nach unserem Start verändert sich die Landschaft merklich: die Schlucht weitet sich endlich wieder und die Vegetation ist hier durchaus alpin. Da die heutige Strecke oftmals von Lawinen bedroht ist, kann ein früher Aufbruch trotz der kurzen Strecke vonnöten sein. Bald erreichen wir das so genannte Machhapuchhre-Basislager und betreten somit das Heiligtum. Der Bergkessel ist umgeben von heiligen Bergen; der Machhapuchhre selbst ist bis zum heutigen Tag unbestiegen. Dessen senkrechte Felswand, die sich im Osten erhebt, dominiert die Landschaft und zieht unweigerlich die Blicke auf sich.

↑	HÖHENMETER AUFSTIEG	750 m
🕒	GEHZEIT	4 Std
🏠	ÜBERNACHTUNG	Machhapuchhre BC - LODGE
🍴	VERPFLEGUNG	F M A

**Tag 7: Vom Machhapuchhre BC ins Annapurna BC (4130 m)**

Auch heute ist ein früher Start oftmals lohnend, da die Morgenstimmungen in dem beeindruckenden Bergkessel einzigartig und absolut unvergesslich sind. Umgeben von Bergriesen wie dem Annapurna III (7555 m), Gangapurna (7455 m), Annapurna I (8091 m) und dem massiven Annapurna Süd (7219 m) wandern wir in ein paar gemütlichen Stunden zu den Lodges des Annapurna-Basislagers.

Kleinere Gipfel wie der Tharpu Chuli (5695 m) oder auch der Singu Chuli (6501 m) gehen in der beeindruckenden Szenerie aus Eis und Fels nahezu unter.

↑	HÖHENMETER AUFSTIEG	450 m
🕒	GEHZEIT	3 Std
🏠	ÜBERNACHTUNG	Annapurna BC - LODGE
🍴	VERPFLEGUNG	F M A

**Tag 8: Vom ABC nach Dobhan (2580 m)**

Heute verlassen wir das Heiligtum und steigen in einem langen Tag bis nach Dobhan ab. Der Weg ist Ihnen bekannt und die warme dicke Luft der niederen Regionen ist uns allen willkommen.

↑	HÖHENMETER AUFSTIEG	150 m
↓	HÖHENMETER ABSTIEG	1500 m
🕒	GEHZEIT	8 Std
🏠	ÜBERNACHTUNG	Dobhan (2580 m) - LODGE
🍴	VERPFLEGUNG	F M A

**Tag 9: Von Dobhan nach Taglung (2180 m)**

Auch heute wandern wir auf bekannten Pfaden ab über Chomrong bis Taglung (2180 m). Die letzte Etappe am vertrauten Modi Khola bringt uns wieder in die besiedelten Bergregionen um Ghandruk und Ghorepani. Oft begegnen wir einheimischen Bauern, Lastenträgern und Wanderern. Der Kontakt ist einfach und herzlich, die Nepalesen gastfreundlich und interessiert an Ausländern.

↑	HÖHENMETER AUFSTIEG	1000 m
↓	HÖHENMETER ABSTIEG	1000 m
🕒	GEHZEIT	6-7 Std
🏠	ÜBERNACHTUNG	Taglung (2180 m) - LODGE
🍴	VERPFLEGUNG	F M A

**Tag 10: Von Dobate nach Tadapani**

Wir verlassen den Flusslauf des Modi Khola und wandern westwärts auf kleinen Seitenpfaden bis nach Tadapani („Ferne Wasser“), dass Sie nach einem letzten steilen Anstieg erreichen. Das Dorf liegt schön auf einem Bergrücken und bietet schöne Blicke zurück auf die Annapurnas.

↑	HÖHENMETER AUFSTIEG	900 m
↓	HÖHENMETER ABSTIEG	450 m
🕒	GEHZEIT	6 Std
🏠	ÜBERNACHTUNG	Tadapani (2600 m) - LODGE
🍴	VERPFLEGUNG	F M A

**Tag 11: Von Tadapani nach Ghorepani (2750 m)**

Durch dichte Birken- und Rhododendrenwälder wandern wir heute auf guten Pfaden bis zur großen Lodgesiedlung von Ghorepani („Wasser für Pferde“).

↑	HÖHENMETER AUFSTIEG	600 m
↓	HÖHENMETER ABSTIEG	500 m
🕒	GEHZEIT	5-6 Std
🏠	ÜBERNACHTUNG	Ghorepani (2750 m) - LODGE
🍴	VERPFLEGUNG	F M A

**Tag 12: Auf den Poonhill und Abstieg bis Hile - Ende des Trekking**

Am frühen Morgen steigen wir in einer guten Stunde bis auf den Gipfel des Poonhill, oberhalb von Ghorepani gelegen. Bei gutem Wetter und klarer Sicht bietet der Poonhill ein weites und beeindruckendes Panorama, das westlich des Achttausenders Dhaulagiri anfängt und über die Annapurna-Kette und den Machhapuchhre bis zum Manaslu im Osten reicht: 3 Achttausender auf einen Blick und unzählige andere Eisriesen zum Greifen nahe! Warme Kleidung ist angesagt, damit das Spektakel der fortschreitenden Sonneneinstrahlung genossen werden kann. Nach einem späten Frühstück in Ghorepani starten wir in die letzte Etappe der Tour und steigen über unzählige Stufen ab bis zu kleinen Ortschaft Hile, wo wir unsere Trekkingtour beenden und eine letzte Nacht in einer Lodge verbringen.

↑	HÖHENMETER AUFSTIEG	450 m
↓	HÖHENMETER ABSTIEG	1800 m
🕒	GEHZEIT	7-8 Std
🏠	ÜBERNACHTUNG	Hile (1460 m) - LODGE
🍴	VERPFLEGUNG	F M A



**Tag 13: Rückfahrt nach Pokhara und Freizeit**

Nach dem Frühstück fahren wir im Geländewagen von Hile zurück nach Pokhara. Hier erwartet uns nach fast 2 Wochen am Berg wieder die Zivilisation.

Der Nachmittag steht zur freien Verfügung. Pokhara eignet sich hervorragend zum einkaufen von Andenken. Die vielen Cafés und Terrassen laden zum verweilen ein.

 FAHRT	2-3 Std
 ÜBERNACHTUNG	Pokhara - HOTEL
 VERPFLEGUNG	F

**Tag 14: Rückflug von Pokhara nach Kathmandu.**

Nach dem Frühstück geht es zum kleinen Flughafen von Pokhara und mit einer kleinen Maschine innerhalb einer Stunde zurück nach Kathmandu. Hier beziehen wir wieder unser gemütliches Hotel und der Nachmittag steht allen zur freien Verfügung.

 FLUG	45 Min
 ÜBERNACHTUNG	Kathmandu - HOTEL
 VERPFLEGUNG	F

**Tag 15: UNESCO-Weltkulturerbe in Kathmandu und Bhaktapur**

Der heutige Tag steht ganz im Zeichen der ehemaligen Königsstädte Kathmandu und Bhaktapur. Am Vormittag fahren wir binnen einer knappen Stunde in die ca. 25 km östlich gelegene Altstadt von Bhaktapur. Die ausgedehnte Altstadt, seit vielen Jahren Teil des UNESCO-Weltkulturerbe, ist die älteste der drei ehemaligen Königsstädte und trotz der Schäden nach den verheerenden Erdbeben 2015 architektonisch einzigartig. Die großen Tempel und Paläste des Durbar Square suchen ihresgleichen!

Am Nachmittag geht es Retour nach Kathmandu, wo wir das große und wichtige Shiva-Heiligtum Pashupati Nath besichtigen werden, ebenfalls Teil des UNESCO-Weltkulturerbe. Die große, am Bagmati Fluss gelegene Anlage dient den gläubigen Hindus heute noch als Verbrennungsstätte. Nicht-Hindus dürfen zwar die vielen Tempel nicht betreten, aber die Atmosphäre in der weitläufigen Anlage ist beeindruckend.

Wir schließen unsere Stadtrundfahrt mit der Besichtigung der großen Stupa von Bouddha Nath ab, das dritte UNESCO-Weltkulturerbe des heutigen Tages. Das im Osten Kathmandus gelegene buddhistische Heiligtum bildet das Zentrum des Lamaismus (tibetischer Buddhismus) in Nepal. Morgens und abends wird die Stupa von unzähligen Gläubigen und Pilgern im Rahmen der Kora umrundet. Um die riesige Stupa, die auch bestiegen werden darf, wurden in den letzten Jahrzehnten viele buddhistische Klöster erbaut. Kleine, interessante Geschäfte laden zum Bummeln ein.

Am Abend haben wir bei einem gemeinsamen Abendessen Gelegenheit, die Höhepunkte der vergangenen Wochen in Nepal nochmals aufleben zu lassen.

*Selbstverständlich kann dieser Tag auch auf eigene Faust und individuell verbracht werden.*

 ÜBERNACHTUNG	Kathmandu - HOTEL
 VERPFLEGUNG	F A

**Tag 16: Heimflug oder Reiseverlängerung**

Je nach Flugverbindung Transfer zum Flughafen von Kathmandu und Heimreise oder Weiterreise.

 VERPFLEGUNG	F
---	---





## Schlafsack/Gepäck

- Schlafsack mit Komfortbereich -8°C bis -12°C
- Tagesrucksack (Vol. 30 - 40 Liter)  
z.B. Gregory Zulu 40 oder Gregory Jade 38 (mit integrierter Regenhülle)
- Seesack oder Rucksack zum Transportieren der persönlichen Ausrüstung (Träger)  
z.B. CLEARSKIES Duffle Bag (85 Liter)
- Kleine Reisetasche  
Zur Deponie im Hotel in Kathmandu
- Wanderstöcke (teleskopisch)

## Schuhe

- Bergschuhe mit fester Profilsohle (knöchelhoch)
- Evtl. Grödeln bzw. Leichtsteigeisen (u. U. empfehlenswert für die Passquerung)  
z.B. Snowline Spikes – erhältlich bei Kochalpin oder auch über CLEARSKIES
- Turnschuhe oder andere Freizeitschuhe bzw. Badeschlappen

## Bekleidung

- Regen- und windfester Anorak (Goretex)
- Regenschutz: Rucksackhülle, Regenschirm, evtl. Regenponcho oder Überhose
- Warme Bekleidung (z.B. Fleecejacke oder -pullover) evtl. leichter Daunenanorak oder PrimaLoft Anorak
- Zweckmäßige Wander- und Bergkleidung (u. a. lange Hose)
- Thermo-Unterwäsche
- Mütze, Handschuhe
- Halstuch oder Schlauchtuch („Buff“)  
als Mundschutz vor Staub und kalter Luft

### ! Bitte beachten!

**Pro Teilnehmer werden ca. 12 kg von der Mannschaft (Träger) übernommen.**

Erfahrungsgemäß haben viele Teilnehmer zu viel Ausrüstung (die nicht gebraucht wird) dabei! Bitte versuchen Sie, Ihre Ausrüstung auf ein Minimum zu reduzieren.

## Persönliche Hygiene/Medikamente

- Persönliche Medikamente und erste Hilfe
- Impfschutz überprüfen (siehe „Gesundheitsinformation“)
- Kulturbbeutel und Handtuch
- Klopapier (1 Rolle)
- Evtl. Handdesinfektionsgel
- Feuchttücher
- Wasserentkeimungstabletten (z.B. Micropur, Aqua Mira, o.ä.)

## Sonstiges

- Sonnenschutz (z.B. LSF +30)
- Sonnenbrille, Sonnenhut
- Taschenlampe oder Stirnlampe
- Taschenmesser (bitte nicht im Handgepäck!)
- Fotoapparat
- Speicherkarten für Fotoapparat, Ersatzbatterien, Ersatzakkus
- Ladegerät in vielen Lodges können Akkus gegen eine geringe Gebühr aufgeladen werden
- Evtl. Höhenmesser, Kompass  
z.B. CASIO ProTrek PRW-2500 (Solarbetrieb, Weltzeit usw.)
- 1-2 Trinkflaschen (je Vol. 1 Liter), ev. Thermosflasche
- Müsliriegel, Nüsse, oder ähnliches als Kraftfutter

## Ein paar Tipps

- **Reisegepäck in Kathmandu**  
Sie können während der Trekkingtour in unserem Hotel in Kathmandu und/oder in Pokhara eine Reisetasche bzw. sonstiges Gepäck in einem eigenen Gepäckaufbewahrungsraum deponieren.
- **Früchte-, Kräuter- oder Grüner Tee**  
Als Abwechslung zu den vorhandenen Teesorten (Schwarztee, Lemontea, Minztee) in den Lodges
- **Hustenzuckerln**  
Mit zunehmender Höhe wird die Luft sehr trocken und es kann zu Halsbeschwerden kommen.
- **Geschenke für Einheimische**  
Als Gastgeschenke eignen sich erfahrungsgemäß z.B. Taschenmesser, Stirn-/Taschenlampen, warme Kleidung, nicht mehr gebrauchte Anoraks, Fleecejacken, Bergschuhe, usw.
- **Bettelnde Kinder**  
Wir wollen die einheimischen Kinder nicht zu Bettlern erziehen daher bitten wir Sie, weder Süßigkeiten noch Stifte u. dgl. an die Kinder entlang des Treks zu verteilen!

## Geografie / Landschaft

Nepal ist eine junge Republik im Schatten des gewaltigen Himalayas. Eingekeilt zwischen den zwei asiatischen Riesen Indien und China bildet Nepal das Herzstück der über 2500 km langen Bergkette des Himalaya: acht der vierzehn Achttausender, darunter der 8850 Meter hohe Mount Everest, krönen das Land. Winzig im Vergleich zu den großen Nachbarn ist Nepal mit ca. 150.000 km<sup>2</sup> jedoch flächenmäßig fast doppelt so groß wie Österreich.

Nepal ist ein Land der Extreme: von den eisbedeckten Gipfeln geht es über unzählige Höhen- und Vegetationsstufen bis hinunter in die tropischen Niederungen des Terai (ca. 70 m.ü.N.N.) an der Südgrenze zu Indien. Nepal weist nicht nur den größten Höhenunterschied auf, es ist ebenfalls das durchschnittlich höchst gelegene Land der Erde. Obwohl die gewaltigen Bergriesen des Himalaya im Norden zweifelsohne den beeindruckenden Teil Nepals ausmachen, haben sie flächenmäßig mit ca. 17% nur einen relativ geringen Anteil. Südlich schließt sich das mittlere Bergland des vorderen Himalaya mit ca. 66% der Gesamtfläche an, das Tiefland des Terai an der Indischen Grenze, mit ca. 17% Gesamtfläche Nepals, bildet schließlich den fruchtbaren und üppigen Dschungelgürtel des Himalayagebirges.

Hieraus lässt sich schon die Vielfalt an Vegetationsstufen erahnen. Sie reichen von tropischen Regenwäldern, subtropischen Nadelwäldern und gemäßigten Zonen mit Akazien- und Ahornwäldern, bis zu Kiefern, Eichen und Rhododendrenwäldern in den niedrigen Berglagen. Steigt man weiter auf, erreicht man Zonen alpiner Vegetation mit spärlicher Bewaldung und Trockensteppen und schließlich Gebirgs- und Hochgebirgswüsten.

Nahezu jede Trekkingtour in Nepal führt durch verschiedene Vegetationszonen und bietet unvergleichliche Landschaften: von schwülen, üppigen Tälern mit charakteristischen terrassierten Feldern, auf denen Reis, Weizen und Gerste angebaut wird, über alpine Almen mit üppigen Blumenwiesen, bis zu hochalpinen Bergregionen, die von Stein und Eis dominiert werden.

Aus den stark vergletscherten Gebirgszügen fließen zahlreiche Flüsse von Tibet in Richtung Süden nach Indien und münden schließlich in den für Hindus heiligen Ganges. Die wichtigsten Flüsse Nepals sind der Karnali im Westen, der Kali Gandaki in der Zentralregion, dessen gletschergespeiste Fluten zwischen Dhaulagiri (8167m) und Annapurna (8091m) die tiefste Schlucht der Welt gegraben haben, und der Sun Koshi im Osten des Landes.

## Klima / Trekkingwetter

Auf Grund der geographischen Lage und des dadurch entstehenden Wetters gibt es in Nepal zwei Hauptreisezeiten für Trekking- und Bergtouren.

Die beliebteste Trekkingzeit im nepalesischen Himalaya ist der trockene Herbst von Anfang Oktober bis Mitte Dezember. Die klare, von dem im September endenden Monsun gereinigte und mittlerweile trockene Luft bietet außergewöhnliche Fernsicht und sehr stabile Wetterverhältnisse. In den niedrigen Tallagen um 1000 Meter ist es schwül und warm, subtropische Verhältnisse erwarten Wanderer in diesen Regionen. In höheren Lagen, um 3000 bis 4000 Meter, sind die Tagestemperaturen geradezu ideal für Bergsteiger. Verschwindet die Sonne, wird es allerdings schnell kühl, Nachttemperaturen um, bzw. unter dem Gefrierpunkt sind auf Höhen um 3500 bis 4000 Metern nicht unüblich. Dieser Zeitraum ist auch ideal für Touren bis über 6000 Meter.

Speziell der Zeitraum ab Mitte November bis Mitte Dezember kann als Geheimtipp für Touren in moderaten Höhen bis ca. 5000 Meter bezeichnet werden, da hier in den letzten Jahren üblicherweise extram stabiles Wetter mit angenehmen Temperaturen herrscht. Zusätzlicher Anreiz ist, dass vergleichsweise sehr wenig andere Touristen unterwegs sind.

Ab Mitte Dezember fängt der Winter an. Schneearm, jedoch kalt, wird es nun in den Bergregionen Nepals. Trekkingtouren in niedrigen, bzw. geschützten Lagen sind durchaus machbar und auf Grund der klaren Luft, stabilen Sichtverhältnisse und nicht zuletzt wegen des sehr geringen touristischen Andrangs lohnend.

Anfang März beginnt auch in Nepal der Frühling, der bis Ende Mai eine sehr lohnende Reisesaison ist: warme Temperaturen und aufblühende Vegetation locken viele Trekker an. Wer die unbeschreiblich üppige Farben- und Blütenpracht im Frühling erlebt hat, nimmt auch die etwas diesigere Luft in Kauf. Speziell die faszinierende Rhododendron-Blüte (Baumhohe Alpenrosen) die mit ihrer Blütenpracht von Weiß über zartes Rosa bis ins Dunkelrot leuchten sollte jeder Bergfreund erlebt haben!



## Klima / Trekkingwetter (Forts.)

Die hohen Pässe sind im Frühling üblicherweise frei und passierbar, Schneefälle sind jedoch (wie auch im Herbst) nicht ganz auszuschließen und können die Übergänge erschweren. Der Frühling ist auch die bevorzugte Zeit für Expeditionen auf die ganz hohen Berge im Himalaya.

Anfang Juni fängt mit dem aufkommenden Indischen Monsun die eigentliche zweite, feuchte Jahreszeit in Nepal an. Speziell am Südrand des Himalaya kommt es während der Sommermonate bis Ende September zu intensivem Steigungsregen. Nur in inneren Gebirgstälern, welche im Regenschatten der Hauptkette liegen, z.B. Mustang, lohnt es sich, in dieser Jahreszeit eine Trekkingtour zu unternehmen.

In Kathmandu (ca. 1400 m) erwarten Sie im Frühjahr und Herbst üblicherweise sonnig warme 20 - 25°C. In den Bergen kommen Sie bis über 6000 m. Auch wenn die Temperaturen tagsüber zum Wandern meist angenehm sein werden, kann es auf den hohen Pässen und Gipfeln, sowie nach Sonnenuntergang oder am frühen Morgen, frostig sein. Denken Sie daher beim Packen auch an warme Kleidungsstücke (Handschuhe, Mütze, warme Jacke) und vergessen Sie den Regenschutz nicht.

**Unsere Ausrüstungsliste liefert Ihnen gute Tipps für das Reisegepäck.**

## Klimatabelle Kathmandu (1337 m)

	JAN	FEB	MAR	APR	MAI	JUN	JUL	AUG	SEP	OKT	NOV	DEZ
TEMPERATUR MAX. (°C)	16,5	19,0	23,7	26,8	27,7	27,5	27,0	27,2	26,0	24,6	21,3	18,3
TEMPERATUR MIN. (°C)	2,2	3,3	7,5	11,6	15,5	19,0	19,8	19,6	18,0	13,4	6,9	2,1
SONNENSTUNDEN	6,6	7,6	7,9	7,1	7,7	5,9	3,9	4,5	5,4	6,3	7,9	6,2
REGENTAGE	2	2	3	6	10	16	22	20	14	5	1	1
NIEDERSCHLAG (MM)	14	17	33	48	97	227	383	295	196	88	6	12



## Gesundheitsinformationen / Impfungen

Impfungen sind derzeit für Nepal nicht vorgeschrieben. Empfehlenswert sind - wie bei den meisten Fernreisen - Impfungen gegen Tetanus, Diphtherie, Typhus, Polio und Hepatitis A u. B. Malariaphylaxe benötigt man nur im Süden des Landes (Terai), das Kathmandu-Tal sowie die nördlichen, höheren Trekkinggebiete gelten als malariefrei.

Für Aufenthalte im Chitwan Nationalpark wird eine Malaria-Prophylaxe angeraten (wirksamer Insektenschutz, den ganzen Körper abdeckende Kleidung, ev. Insektensprays zum Imprägnieren der Kleidung).

Die kalte und trockene Höhenluft, gepaart mit den oftmals staubigen Wegen und der erhöhten Atemfrequenz in großer Höhe können für die Atemwege sehr belastend sein. Speziell am Anfang der Tour kann es empfehlenswert sein, ein Halstuch oder Schlauchtuch als Atemschutz zu verwenden. Kaum ein Bergwanderer schafft es, ohne Husten („Khumbu-Cough“) eine mehrwöchige Tour zu überstehen.

In die Reiseapotheke gehören jedenfalls Medikamente gegen Durchfall, Breitband-Antibiotika, Husten-Lutschtabletten, ev. Lotion gegen Insekten, und ein gutes, höhentaugliches Sonnenschutzmittel (min. SPF 30+).

Bitte denken Sie auch an Verbandszeug und nehmen Sie Ihr persönliches Erste-Hilfe Set mit. Beachten Sie bitte, dass die medizinische Versorgung in Nepal dürftig ist und berücksichtigen Sie das bitte bei Ihrem Versicherungsschutz während der Reise.

**Bitte lassen Sie sich in jedem Fall von Ihrem Arzt beraten.**



### Trinkwasser

Trinken Sie in Nepal nur abgekochtes/desinfiziertes Wasser bzw. Mineralwasser.

In Kathmandu kann Mineralwasser gekauft werden. Achten Sie beim Kauf von Mineralwasser darauf, dass der Verschluss intakt ist. Auf der Trekkingtour empfehlen wir, das Wasser mittels Entkeimungsmittel (z.B. Micropur) zu behandeln.

Um der zunehmenden Müllproblematik in den Bergregionen Nepals gegenzusteuern, bitten wir unsere Kunden, während der Trekkingtour auf den Kauf von Mineralwasser in PET-Flaschen zu verzichten und normales Bach-, bzw. Brunnenwasser zu entkeimen... Wir danken für Ihren Beitrag. In den Lodges kann abgekochtes Wasser erstanden werden, dass i.d.R. problemlos getrunken werden kann.

Bitte trinken Sie niemals Wasser aus dem Wasserhahn ohne es vorher zu entkeimen (Micropur). Zähneputzen mit unbehandeltem Wasser stellt in der Regel kein Problem dar.

### Sprache

Offizielle Landessprache ist Nepali. Es werden außerdem noch über 21 andere Sprachen gesprochen, diese untergliedern sich in weitere zahllose Dialekte.

Mit Englisch kann man sich jedoch fast überall verständigen. Vor allem in Kathmandu ist die Verständigung kein Problem.

### Zeitverschiebung

Die Zeitverschiebung in Nepal beträgt + 4h45´ gegenüber MEZ. Es gibt in Nepal keine Sommerzeit.

### Währung

Offizielle Währung in Nepal ist die Nepal-Rupie mit dem derzeitigen Kurs von ca. 1€ = 140,- NPR.

### Geld

Da Kreditkarten oder Reiseschecks nicht überall akzeptiert werden, sollte man die Reisespesen in US-\$ oder Euro mitführen und umwechseln. Beide Währungen werden gleichermaßen akzeptiert und gewechselt.

Bitte beachten Sie, dass Ihre Euro- oder Dollar-Banknoten nicht beschriftet oder eingerissen sein sollten, da sie sonst unter Umständen in Nepal nicht akzeptiert werden.

Wechseln sollte man am Besten in Kathmandu bei autorisierten Stellen (Banken und Wechselstuben), da hier der Kurs besser ist als zum Beispiel am Flughafen.

Entlang der Trekkingtour kann nur selten und wenn, dann zu schlechteren Kursen Geld gewechselt werden.

Am 15.12.2014 trat das GeoControl Schutzprogramm für Bankomatkarten in Kraft. Für Bargeldbehebung außerhalb Europas muss Ihre Bankomatkarte daher freigeschaltet werden! Bitte nehmen Sie Kontakt mit Ihrer Bank auf und lassen Sie Ihre Bankomatkarte freischalten, wenn Sie diese im Ausland verwenden möchten.

Kreditkarten werden nur in größeren Hotels und Geschäften in Kathmandu akzeptiert. Man kann in Kathmandu mit Kreditkarten und Maestro-Bankomat-Karten Geld abheben, allerdings hat es hier schon öfters Probleme gegeben: z.B. nicht ausgezahlte Beträge, die vom Konto abgebucht wurden... Wir raten daher, Bargeld mitzunehmen.

Auf der Trekkingtour benötigt man ebenfalls Kleingeld! Nehmen Sie ein paar kleine Rupien-scheine mit (NPR 50/100,-).



Das Visum für die Einreise nach Nepal beantragen Sie am besten vor Ihrer Abreise in Europa beim zuständigen Konsulat. Die Kosten für ein 30-Tage Visum betragen € 45.- (bei Postversand € 50,-). Bitte beachten Sie, dass Ihr Reisepass mindestens 6 Monate nach Rückreisetermin gültig sein sowie mindestens 2 freie Seiten beinhalten muss. Bei Buchung erhalten Sie alle nötigen Unterlagen und Informationen für Ihren Visumsantrag.

Das Visum kann auch bei der Einreise am Flughafen Kathmandu beantragt werden (Kosten: ca. US \$ 40,-), was allerdings oftmals mit einiger Wartezeit verbunden sein kann. Bitte halten Sie in diesem Fall bei Ihrer Ankunft am Flughafen den Betrag in Dollar und ein Passbild bereit!



## Buchung und Zahlungsmodalitäten

### Buchung der Reise

Für eine Buchung dieser Reise bitten wir Sie, das entsprechende Formular auf unserer Webseite auszufüllen. Gerne können Sie auch in unserem Büro anrufen...

Nach Eingang Ihrer Buchung erhalten Sie so rasch wie möglich eine entsprechende Buchungsbestätigung sowie die Rechnung über die Anzahlung der Reise (20%). Diese Anzahlung ist umgehend zu begleichen.

Sollten Sie Ihre Internationale **Flugreise** ebenfalls über CLEARSKIES buchen, so werden Ihnen die entsprechenden Kosten sofort in Rechnung gestellt.

Ebenso wird eine eventuelle **Reiseversicherung**, die Sie über CLEARSKIES abschließen, sofort in Rechnung gestellt.

Die Restzahlung der Reise ist innerhalb von 20 Tagen vor Abreise fällig. Wir senden Ihnen rechtzeitig eine entsprechende Rechnung, sowie alle wichtigen, letzten Infos vor Ihrer Abreise zu.



### Bezahlung

**Spesenfreie Banküberweisung:** Sie erhalten mit der Rechnung unsere Kontodaten und können die Zahlung spesenfrei durchführen.

Kunden aus der **Schweiz** können unsere CHF-Kontoverbindung in der BTV Staad (Schweiz) spesenfrei nutzen.



### ! Wichtige Bemerkung zu den Tagesetappen, Gehzeiten und Höhenmetern!

Wege und Pfade verändern sich, Pisten und Strassen werden gebaut, zum Teil verlegen Erdbeben ganze Wegabschnitte und neue Pfade müssen angelegt werden. Manch Trekkingguide wird Ihnen einen interessanten Abstecher anbieten oder kennt eine Abkürzung... Wir sind stets bemüht, unsere Daten bzgl. Gehzeiten sowie Höhenmeter im An- und Abstieg anzupassen und so aktuell wie möglich zu halten. Jedoch können wir keine Garantie abgeben, dass unsere Angaben zu 100% korrekt sind.

Unter bestimmten Umständen kann es sein, dass unser Trekkingguide Ihnen vorschlägt, eine Etappe zu kürzen oder zu verlängern und somit in einer anderen Ortschaft zu übernachten, als von uns geplant. Dies geschieht stets zum Wohl der Gruppe und aller Teilnehmer. Wir bitten Sie, diesbezüglich unseren erfahrenen Guides zu vertrauen.