

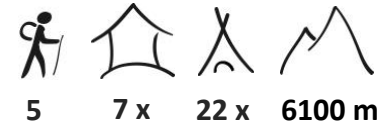
# HIMALAYA TOURS



## Einsamer Kangchendzönga mit 6000er

mit lokaler englischsprechender Reiseleitung

Anspruchsvolles Trekking im einsamen Osten Nepals  
mit Besteigung des Nebengipfels des Dromo Ri (6100 Meter)



**24. April – 24. Mai 2020**



### Ideale Reisezeit



### Höhepunkte

- **Sehr abwechslungsreiches Trekking**
- **Kangchendzönga, mit 8586 Metern der dritthöchste Gipfel der Welt**
- **Wenig begangene Route im unbekanntem Osten Nepals**
- **Möglichkeit zur Besteigung des 6100 Meter hohen Dromo Ri**
- **Spannende Rundtour zur Nord- und Südseite des Kangchendzönga**

Dieses lange und anspruchsvolle Trekking zum Kangchendzönga ist etwas Besonderes. Der Berg mit dem 8586 Meter hohen Gipfel ist der dritthöchste der Erde und wurde viel weniger häufig bestiegen als die meisten anderen 8000er. Auch die Trekkingtour wird wegen der Abgeschiedenheit der Region und der komplizierten Logistik nur wenig begangen. Dies ist eine spannende Reise für alle, welche abseits der Touristenrouten in Nepal unterwegs sein möchten.

Unsere Route führt uns vorbei an kleinen Dörfern verschiedenster Volksgruppen. Es leben hier Sherpas, Limbus, Rais, Gurungs, verschiedene tibetischstämmige Gruppen und viele andere soziokulturelle Gemeinschaften mehr.

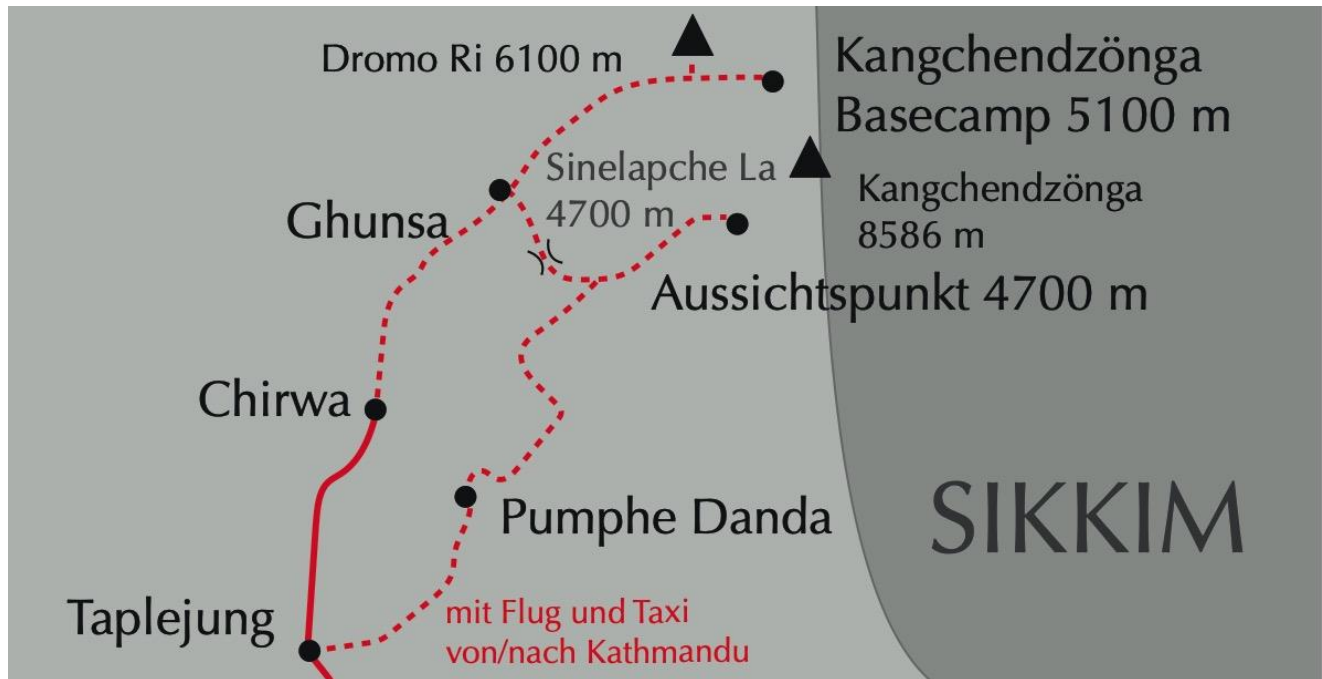
Landschaftlich ist das Trekking aussergewöhnlich abwechslungsreich mit Rhododendron-Wäldern, Reisterrassen und den unzähligen Schnee- und Eisgipfeln, um nur einen Teil der landschaftlichen Vielfalt zu nennen. Bei diesem Trekking kommen wir tief in die phantastische Bergwelt hinein und werden Anblicke haben, welche sonst nur Expeditionsbergsteigern vorbehalten bleiben. Wer Lust hat, kann den 6100 Meter hohen Nebengipfel des Dromo Ri besteigen. Diese Besteigung ist optional und kann auch ausgelassen werden.

# HIMALAYA TOURS



## Reiseroute

### Reiseroute





## Reiseprogramm

(Enthaltene Mahlzeiten F=Frühstück, M=Mittagessen, A=Abendessen)

---

### 24.4. Aufbruch nach Nepal

Linienflug nach Kathmandu.

Gesamte Flugzeit Zürich-Kathmandu 10 bis 11 Stunden. Dies sind zwei Teilflüge mit einmal Umsteigen.

---

### 25.4. Ankunft in Kathmandu

Zwischenstopp unterwegs und Weiterflug nach Nepal. Am Flughafen werden wir von unserem lokalen Partner empfangen und er bringt uns in unser Hotel oder Gasthaus. Wir wohnen die ersten Tage bewusst ausserhalb des Zentrums der Millionenstadt Kathmandu. Orte wie Bodnath, Bhaktapur oder Patan sind viel entspannter als das Zentrum von Kathmandu und ideal, um unsere Nepalreise zu starten. Auch die Fahrzeiten resp. Verkehrssituation ist hier angenehmer, dazu sind wir nahe an etlichen der «Highlights» im Kathmandu-Tal. Zudem gibt es hier schöne Unterkünfte.

Übernachtung im Hotel im Kathmandu-Tal (1300 Meter). Fahrzeit ½ Std.

---

### 26.4. Besichtigungen im Kathmandu-Tal

Wir besichtigen das wichtigste hinduistische Heiligtum in Nepal, den Tempel von Pashupatinath. Dieser ist Zielort für viele Pilger und Sadhus. Diese Asketen türmen ihre teils meterlangen Haare auf dem Kopf auf wie ihr Vorbild, der Hindugott Shiva. Bei der riesigen Stupa von Bodnath im tibetischen Viertel geniessen wir die friedliche Atmosphäre und umrunden mit den zahlreichen Tibetern das grosse Bauwerk.

Heute haben wir auch Zeit, um eine der alten Königsstädte Bhaktapur oder Patan zu besuchen. Spannend sind die Durbar Squares hier. Die jahrhundertealten Tempel mit den kunstvollen Holzschnitzereien gehören zum Weltkulturerbe der Unesco.

Übernachtung im Hotel im Kathmandu-Tal (1300 Meter). Wanderung ½ Std. Fahrzeit 1 Std. (F)

---

### 27.4. Flug nach Bhadrapur und Fahrt nach Phidim

Ein 45-minütiger Flug bringt uns nach Bhadrapur im Osten von Nepal. Dieser Ort liegt auf subtropischen 90 Meter über Meer nahe der Grenze zu Indien. Wir fahren weiter Richtung Norden in den Himalaya hinein. In dieser Region wird unter anderem Tee angebaut. Unser heutiges Ziel ist Phidim, ein Städtchen auf gut 1000 Meter.

Übernachtung im Gasthaus in Phidim (1040 Meter). Flugzeit 45 Min. Fahrzeit 5 – 6 Std. (F,M,A)

---

### 28.4. Abwechslungsreiche Weiterfahrt

Heute fahren wir dem Tamur Khola (Khola bedeutet Fluss) entlang durch eine nahezu subtropische Landschaft mit Reis- und Hirsefeldern weiter bis zum Kirati-Dorf Chirwa. Hier erwartet uns bereits unsere lokale Begleitmannschaft.

Übernachtung im Zelt in Chirwa (1270 Meter). Fahrzeit 6 – 7 Std. (F,M,A)

---



## 29.4. **Trekkingstart**

Heute starten wir unser Trekking. Wir verlassen Chirwa und erreichen das Chhetri-Dorf Taplethok. Hier müssen wir unsere Trekkingpermits vorweisen. Danach überqueren wir auf einer Brücke den Tamur Khola und steigen nach Lepsung hoch, einem kleinen Sherpa-Dorf. Es ist faszinierend wie vielfältig und einzigartig die verschiedenen Bevölkerungsgruppen in Nepal sind und hier im Osten trifft man viele Volksgruppen und soziokulturelle Gemeinschaften auf kleinstem Raum. Nach einer spannenden Etappe erreichen wir Sukethum, ein Dorf mit mehrheitlich tibetischer Bevölkerung. Bei guter Sicht sehen wir von hier weg den imposanten Gipfel Jannu (7710 Meter).

Übernachtung im Zelt in Sukethum (1580 Meter). Trekking 5 – 6 Std. (F,M,A)

---

## 30.4. **Aufwärts durch schöne Wälder**

Durch schöne Wälder mit Kiefern, Kastanien und Eichen steigen wir immer höher. Der Weg ist spannend, stellenweise ausgesetzt und nach fast 900 Höhenmetern Aufstieg erreichen wir das tibetische Dorf Amjilosa. Übernachtung im Zelt in Amjilosa (2400 Meter). Trekking 5 – 6 Std. (F,M,A)

---

## 1.5. **Kurzer Tag nach Gyabla**

Der heutige Tag ist nicht allzu lang. Wir kommen den Bergen immer näher und steigen hoch durch Bambus- und Rhododendronwälder, vorbei an Weiden und kleineren und grösseren Wasserfällen. Unser heutiges Ziel ist Gyabla. Dieser Ort wird von Sherpas bewohnt und wird je nach Dialekt auch Chapla oder Kyapra genannt. Übernachtung im Zelt in Gyabla (2730 Meter). Trekking 4 – 4 ½ Std. (F,M,A)

---

## 2.5. **Chörten und Gebetsfahnen**

Die Gegend wird immer mehr tibetisch geprägt und an vielen Orten sehen wir Chörten (im Uhrzeigersinn umgehen) und Gebetsfahnen, welche zeitlos im Wind flattern. Im Dorf Phole auf 3200 Metern werden vor allem Kartoffeln angebaut und die Bewohner züchten Yaks. Hier gibt es ein kleines Kloster mit alten Statuen und Thangkas, welche aus Tibet stammen sollen.

Am Nachmittag erreichen wir Ghunsa. Der Name bedeutet übersetzt soviel wie «Winterdorf». Dies ist eines der grössten Dörfer in der Gegend und die meisten Häuser werden ganzjährig bewohnt. Auf vielen Hausdächern wehen buddhistische Gebetsfahnen im Wind.

Übernachtung im Zelt in Ghunsa (3500 Meter). Trekking 6 – 7 Std. (F,M,A)

---

## 3.5. **Ruhetag in Ghunsa**

Wir sind hier bereits auf einer Höhe von ungefähr 3500 Metern. So nutzen wir den heutigen Tag, um uns an die «dünne Luft» zu gewöhnen. Wir verbringen eine gemütliche Zeit in diesem Dorf und haben die Gelegenheit für einen gründlichen Washtag. Wer Lust hat, kann auch Richtung Lapsang La hochsteigen und so zum ersten Mal die Grenze von 4000 Metern überschreiten.

Übernachtung im Zelt in Ghunsa (3500 Meter). (F,M,A)

---

## 4.5. **Auf 4000 Meter**

Nach dem gestrigen Ruhetag laufen wir heute gemächlich ansteigend nach Rambuk Kharka (3720 Meter). Die Gegend wird mit zunehmender Höhe immer karger. Bei guter Sicht sehen wir die Himalaya-Riesen Kabru (7340 Meter) und Jannu (7710 Meter). Über steile Geröllhänge laufen wir zur Alp Khambachen und stellen unsere Zelte in einer Höhe von rund 4000 Metern auf.

Übernachtung im Zelt in Khambachen (4050 Meter). Trekking 5 – 6 Std. (F,M,A)

---



## 5.5. Akklimation in Khambachen

Da wir gestern recht gestiegen sind und auch morgen weiter hochsteigen, empfiehlt sich noch einmal ein Ruhetag. Wir sollten die Höhe nicht unterschätzen. Von Khambachen her haben wir schöne Ausblicke auf über 6000 Meter hohe Gipfel. Wer Lust hat, kann auf den Grat nördlich des Dorfes steigen und hat von dort einen schönen Blick auf weitere Gipfel. Vielleicht haben wir auch Glück und sehen in der Umgebung einige Blauschafe, welche in den Abhängen weiden.

Übernachtung im Zelt in Khambachen (4050 Meter). (F,M,A)

---

## 6.5. Ein erster Blick auf den Kangchendzönga

Wir steigen auf zu den Weiden von Ramtang, von wo uns sich ein erstes Mal der Blick zum 8586 Meter hohen Kangchendzönga eröffnet. Dieser schwierig auszusprechende Name bedeutet übersetzt «die fünf Schatzkammern des grossen Schnees». Unter den Bergsteigern wird der Gipfel der Einfachheit halber häufig nur Kantsch genannt. Erstmals bestiegen wurde der Kantsch im Jahr 1955 von den Briten George Band und Joe Brown. Da es für die Einheimischen ein sehr heiliger Berg ist, haben die beiden Bergsteiger einige Schritte vor dem eigentlichen Gipfel Halt gemacht, um so die Ruhe der Berggötter nicht zu stören.

Ganz so hoch wollen wir heute aber nicht hinaus, unser Tagesziel liegt aber auch bereits auf über 4700 Metern.

Übernachtung im Zelt in Lhonak (4790 Meter). Trekking 4 – 5 Std. (F,M,A)

---

## 7.5. Hochalpine Landschaft im Basislager

Die Gegend wird nun hochalpin und wir laufen über Gletscher und Moränen nach Pangpema. Dieser Ort ist das Basislager für Besteiger des Kangchendzönga. Das Bergpanorama ist schlichtweg grandios mit etlichen 7000ern und dem Kantsch als Höhepunkt. In dieser Gegend sollen einige Schneeleoparden wohnen, aber die Chance auf eine Sichtung ist doch sehr klein.

Übernachtung im Zelt im Basislager (5100 Meter). Trekking 4 – 5 Std. (F,M,A)

---

## 8.5. Optionale Besteigung des über 6000 Meter hohen Dromo Ri

Wer Lust hat kann heute den 6100 Meter hohen Nebengipfel des Dromo Ri besteigen. Je nach Schneebedingungen braucht man für die Besteigung Eispickel und Steigeisen. Auf dem Gipfel oben fühlen wir uns dem Himmel unendlich nah und geniessen die im wahrsten Sinne atemberaubende Aussicht. Danach steigen wir ab ins Basislager und gleich noch ein Stück weiter ins tiefergelegene Lhonak.

Wer den Gipfel nicht besteigen will, kann gemütlich ausschlafen und danach nach Lhonak absteigen.

Übernachtung im Zelt in Lhonak (4790 Meter). Gipfelbesteigung und Trekking nach Lhonak 10 – 11 Std. (F,M,A)

---

## 9.5. In tiefere Gefilde

Auf bereits bekanntem Weg laufen wir nach Ghunsa zurück. Nach einem anstrengenden Tag werden wir in der tieferen Lage von Ghunsa bestimmt herrlich schlafen.

Übernachtung im Zelt in Ghunsa (3500 Meter). Trekking 7 – 9 Std. (F,M,A)

---

## 10.5. Wieder aufwärts

Heute steigen wir mehrheitlich hoch. Wir verlassen die bekannte Route und laufen Richtung des Passes Sele La. In der Umgebung vom Sele La werden wir unser heutiges Nachtlager errichten.

Übernachtung im Zelt in Sele La (4100 Meter). Trekking 5 Std. (F,M,A)





## 11.5. Über drei Pässe

Gut akklimatisiert wollen wir heute drei Pässe überqueren. Der erste ist der Sinion La, dann überqueren wir den Mirgin La und zu guter Letzt noch den Sinelapche La. Alle Pässe sind zwischen 4500 und 4700 Metern hoch. Nach einem spannenden Trekkingtag erreichen wir am Nachmittag Tseram. Übernachtung im Zelt in Tseram (3800 Meter). Trekking 7 – 8 Std. (F,M,A)

---

## 12.5. Alpen und Yakherden

Der Weg führt uns von Tseram her talaufwärts. Wir haben einen schönen Blick auf die Gipfel von Rathong (6680 Meter) und Kabru Dome (6700 Meter). Wir laufen über idyllische Alpweiden nach Lapsang und weiter nach Ramche. In dieser Gegend werden vielfach grosse Yakherden geweidet. Übernachtung im Zelt in Ramche (4400 Meter). Trekking 4 Std. (F,M,A)

---

## 13.5. Phantastisches Bergpanorama

Heute wandern wir dem Yalung Gletscher entlang und erreichen nach ungefähr zwei Stunden Oktang. Dies ist ein wunderschöner Aussichtspunkt auf über 4700 Metern und wir geniessen das phantastische Bergpanorama mit dem Hauptgipfel des Kantsch, dem Yalung Kang sowie den 6000 und 7000ern Jannu, Kabru, Rathong und Kokthang. Wir stehen hier in einem Amphitheater aus Eisgipfeln und können uns fast nicht sattsehen an dieser grandiosen Bergwelt. Wir laufen irgendwann dann aber doch zurück nach Ramche und steigen ab nach Tseram. Übernachtung im Zelt in Tseram (3800 Meter). Trekking 6 – 7 Std. (F,M,A)

---

## 14.5. Gemütliche Etappe

Heute haben wir eine gemütliche und nicht allzu lange Etappe vor uns. So werden wir am Nachmittag Zeit für eine ausgedehnte Wäsche haben. Wir steigen im Tal des Simbuwa Khola ab bis nach Tortong. Übernachtung im Zelt in Tortong (2990 Meter). Trekking 4 Std. (F,M,A)

---

## 15.5. In die grüne und üppige Vegetation

Den Tag starten wir mit dem Aufstieg auf den Pass Lasiya Bhanjyang (oder Lamite Bhanjyang). Dieser Pass mit 3310 Metern Höhe kann uns nicht mehr wirklich fordern. Ein langer Abstieg bringt uns hinunter nach Yamphudin. Dieses schöne Dorf wird von Sherpas, Rais, Limbus und Gurungs bewohnt. Nach Tagen der hochalpinen Umgebung wird die Vegetation wieder auffällig üppiger und grüner. Hier werden wir je nach Fortschritt des Frühlings blühende Rhododendren sehen. Oftmals sind ganze Hänge mit dem rot, rosa oder weiss blühenden Rhododendron überwachsen. Ein fast magischer Anblick. Übernachtung im Zelt in Yamphudin (1900 Meter). Trekking 6 – 7 Std. (F,M,A)

---

## 16.5. Nach Phumphe Danda

Die heutige Etappe bringt uns entlang des Flusses Kabeli Khola, vorbei an kleinen Dörfern und über kleine Anhöhen nach Phumphe Danda. Hier stellen wir unser Lager auf. Übernachtung im Zelt in Phumphe Danda (1860 Meter). Trekking 5 – 6 Std. (F,M,A)

---

## 17.5. Kleine Dörfer

Der Weg führt vorbei an kleinen Dörfern und Terrassenfeldern. Hier werden wir einen schönen Einblick ins Landleben in Nepal haben. Es ist eindrücklich, mit was für einfachen Mitteln die Leute hier ihre Arbeiten ausführen und ihr Überleben sichern. Übernachtung im Zelt in Kande Bhanjyang (2150 Meter). Trekking 5 – 6 Std. (F,M,A)



## 18.5. Zur Alp Lalikharka

Das Gebiet hier ist relativ dicht besiedelt. Schön ist das Dorf Tembewa mit seinen strohgedeckten Lehmhäusern. Unser Ziel ist die Alp Lalikharka, welche wir nach 4 – 5 Stunden erreichen werden. Diese und die letzte Etappe morgen sind nicht allzu lang. Dies gibt uns Sicherheit, falls es unterwegs (bspw. wegen des Wetters etc.) zu Verzögerungen im Programm kommt.

Übernachtung im Zelt in Lalikharka (2260 Meter). Trekking 4 – 5 Std. (F,M,A)

---

## 19.5. Letzter Trekkingtag

Vom Camp her steigen wir auf nach Deorali. Fast schon ein bisschen wehmütig nehmen wir die letzte Etappe in Angriff. Über einen Bergrücken laufen wir abwärts nach Suketar und schlussendlich nach Taplejung. Hier schliesst sich unser Kreis und wir erinnern uns an die gemeinsamen letzten Wochen, welche uns nahe Einblicke in die nepalesischen Lebensrealitäten und phantastische Ausblicke auf die Himalaya-Riesen ermöglicht haben.

Mit unseren nepalesischen Begleitern sind wir zu einer «Familie zusammengewachsen» und heute Abend feiern wir gemeinsam das gute Gelingen dieses aussergewöhnlichen Trekkings.

Übernachtung im Zelt oder Gasthaus in Taplejung (1850 Meter). Trekking 3 – 4 Std. (F,M,A)

---

## 20.5. Fahrt nach Ilam

Eine spannende Fahrt bringt uns heute nach Ilam. Für die knapp 140 Kilometer rechnen wir bei guten Verhältnissen mit 6 – 7 Stunden Fahrzeit. Die Region Ilam wird immer wieder von Naturforschern besucht. Es gibt hier viele seltene Vogelarten und wenig bekannte Nager und Säugetiere; auch den Kleinen Panda findet man in den Wäldern.

In Ilam werden wir in einem sehr einfachen Hotel wohnen, wo wir uns auf eine (hoffentlich) warme Dusche freuen. Hier können wir sicher auch den lokalen Ilam Tee probieren oder vielleicht haben wir mehr Lust auf ein kühles Bier.

Übernachtung im Hotel in Ilam (1500 Meter). Fahrzeit 6 – 7 Std. (F,M,A)

---

## 21.5. Teeplantagen

Ilam ist das nepalesische Pendant zu Darjeeling. Nepals berühmtester und bester Tee kommt aus den Plantagen der Umgebung hier. Am Vormittag besuchen wir eine der Plantagen und haben so einen Einblick in die aufwendige Arbeit der Teeplücker.

Anschliessend fahren wir nach Bhadrapur. Dieser Ort liegt im Flachland von Nepal auf einer Meereshöhe von nur knapp 100 Metern und es kann dementsprechend warm bis heiss sein hier. Dies ist aber vielleicht gar nicht so unerwünscht, nachdem wir am Dromo Ri sicherlich deutlich kühlere Temperaturen hatten.

Übernachtung im Hotel in Bhadrapur (100 Meter). Fahrzeit 4 Std. (F,M,A)

---

## 22.5. Zurück nach Kathmandu

Heute fliegen wir zurück nach Kathmandu. Hier geniessen wir die wieder komfortableren Unterkünfte nach den letzten Wochen im Zelt oder den sehr einfachen Gasthäusern oder Lodges. Den Rest des Tages haben wir zur freien Verfügung.

Hinweis: Die zwei Tage in Kathmandu sind auch Reservetage, falls es während des Trekkings oder bei den Flügen von/nach Bhadrapur zu Verzögerungen kommen sollte. Diese Flüge finden nur bei guter Sicht statt.

Übernachtung im Hotel im Kathmandu-Tal (1300 Meter). Flugzeit 45 Min. (F)



## 23.5. Affentempel und letzter Tag in Nepal

Heute Morgen besuchen wir Swayambunath. Auf einem Hügel nordöstlich der Altstadt von Kathmandu gelegen, steht der Tempelkomplex von Swayambunath mit der grossen Stupa, welcher von mehreren Tempeln und Klöstern umgeben ist. Wir fahren im Auto bis zum Fuss des Hügels. Ab hier müssen wir die 365 Stufen zum Tempel zu Fuss hochgehen. Der Name «Affentempel» stammt von den hunderten Affen, die den Weg zum Stupa hoch säumen und auf Futter von den Besuchern hoffen (oder dieses listig ergattern). Oben angekommen, hat man eine herrliche Sicht auf Kathmandu. Swayambunath ist mit 2000 Jahren eines der ältesten Heiligtümer des Tales.

Den Rest des Tages haben wir zur freien Verfügung. Wir haben Zeit, im sehr geschäftigen Quartier Thamel unsere letzten Einkäufe zu tätigen, in einem der vielen Restaurants einen «richtigen» Kaffee zu geniessen oder einfach dem Treiben im Markt zuzuschauen.

Heute Abend gehen wir aus fürs Abschlussessen. In einem alten Palast geniessen wir nicht nur eines der besten Dal Bhat von Nepal, sondern bewundern auch die traditionellen nepalesischen Tänze.

Hinweis: Je nach Flugverbindung fliegen wir allenfalls schon heute Nachmittag/Abend ab. In dem Fall geniessen wir ein schönes Abschlussessen bereits am Vorabend.

Übernachtung im Hotel im Kathmandu-Tal (1300 Meter). (F,A)

---

## 24.5. Zurück in die Schweiz

Mit vielen Eindrücken und Erlebnissen im Gepäck fliegen wir zurück in die Schweiz.

Gesamte Flugzeit Kathmandu-Zürich 10 bis 11 Stunden. Dies sind zwei Teilflüge mit einmal Umsteigen.

---

Die angegebenen Zeiten sind als Richtwerte zu verstehen. Je nach Strassen-, Weg- und Wetterverhältnissen, Kondition der Teilnehmer oder aus anderen Gründen können diese von den Angaben abweichen.

**Programmänderungen (wegen Strassen-, Weg- und Wetterverhältnissen, Flugverzögerungen, Anordnungen der Behörden, Wasserstand oder -vorkommen auf der Trekkingroute etc.) bleiben ausdrücklich vorbehalten!**





## Reiseleitung, Anforderungen und Infos zu Nepal

---

### Reiseleitung

Diese Reise wird von einem lokalen englischsprechenden Führer geleitet. Dieser kennt Land, Leute und Gebräuche und wird für uns auch übersetzen, wenn wir am Weg Kontakt mit Einheimischen haben. Diese sprechen nämlich häufig kein Englisch.

---

### Unser Kommentar zur Reise

Diese Reise führt uns in den selten besuchten Osten von Nepal. Das lange und anspruchsvolle Trekking bringt uns zu einsamen Dörfern und mitten in die 7000er und 8000er des Kangchendzönga-Massivs. Diese Reise eignet sich für alle, welche abseits der Touristenrouten das «wahre Nepal» entdecken möchten. Die Besteigung eines Nebengipfels des Dromo Ri (6100 m) ist optional und kann auch ausgelassen werden.

---

### Anforderungen

- Sehr anspruchsvolles Trekking, sehr gute Kondition, 13 Tagesetappen von 3 – 6 Stunden, 5 Tagesetappen von 6 – 9 Stunden, optionale Besteigung des Dromo Ri von 10 – 11 Stunden.
  - Schwindelfreiheit und Trittsicherheit.
  - Für den Gipfel wird alpine Erfahrung vorausgesetzt. Je nach Schneeverhältnissen werden Steigeisen, Pickel und Klettergurt benötigt.
  - Pionierreise in eine einsame Gegend, Flexibilität wird von den Teilnehmern erwartet.
  - Das Hauptgepäck wird während des Trekkings transportiert, den Tagesrucksack tragen wir selbst.
  - Überlandfahrten von 6 – 7 Stunden.
- 

### Nepal

Auf einer Fläche von 147'000 km<sup>2</sup> leben über 29 Millionen Menschen. Nepal ist sehr vielfältig, was Kultur, Religion und Menschen anbelangt. «Den» Nepalesen gibt es nicht, aber Dutzende von Volksgruppen mit ebenso vielen Sprachen und Dialekten. Über 80 % folgen dem Hinduismus, 10 % sind Buddhisten und es gibt kleine Minderheiten von Muslimen, Christen und Anhängern animistischer Religionen.

Kein anderes Land wird so sehr mit dem Himalaya und mit Trekking in Verbindung gebracht wie Nepal. Hier stehen nicht nur etliche der vierzehn 8000er, sondern mit dem Mount Everest auch der höchste Berg der Welt. War das ehemals verbotene Königreich Nepal nach seiner Öffnung für den Westen in den 50er-Jahren vor allem Anziehungspunkt für Bergsteiger, so wurde es anschliessend von den Trekking- und Kulturreisenden entdeckt. In keinem anderen Land im Himalaya hat der (Trekking-)Tourismus eine so lange Tradition wie in Nepal. Dadurch finden wir hier an vielen Orten und auf populären Routen Unterkunfts- und Verpflegungsmöglichkeiten, sodass eine Übernachtung im Zelt nicht nötig ist. Dafür können die Haupttrekkinggebiete Everest und Annapurna in der Hochsaison nicht wirklich «off the beaten track» genannt werden, denn hier ist man um diese Zeit nie alleine unterwegs. Aber der Besuch dieser phantastischen Gebirgsregionen ist trotzdem lohnend.

Noch immer gibt es jedoch in Nepal viele selten besuchte Regionen mit wenig Komfort aber viel authentischem Leben. Hier ist die Logistik vielfach aufwendig, Lebensmittel werden mitgetragen und geschlafen wird mangels Alternativen im Zelt. Das vielfältige und spannende Nepal begeistert jeden, der sich auf dieses Land einlässt.



## Unterkünfte, Zeltübernachtung und Ausrüstung

---

### Unterkünfte

Im Kathmandu-Tal übernachten wir in guten bis sehr guten Mittelklassehotels. WC und Dusche sind im Zimmer. Auf dem Trekking übernachten wir während weniger Nächte in Phidim, Ilam und Bhadrapur in einem sehr einfachen Gasthaus oder in einer sehr einfachen Lodge. Diese bieten keinen grossen Komfort. Das WC ist in der Regel eine Gemeinschaftstoilette, selten ist es auch als «attached bathroom» im Zimmer. Duschen sind rar, aber vielfach kann gegen eine zusätzliche Gebühr ein Kessel warmes Wasser zum Waschen des Körpers und der Haare bestellt werden.

---

### Zeltübernachtung während des Trekkings

Auf dem Trekking übernachten wir in Kuppelzelten von Jack Wolfskin mit zwei seitlichen Eingängen. Gepäck kann im Vorzelt oder auch im Inneren des Zeltes untergebracht werden. Wir haben die meisten erhältlichen Modelle getestet und das ausgewählte Modell ist der beste Kompromiss in punkto Komfort, Windstabilität und Einfachheit im Aufbau. Weiter haben wir ein Ess-, Koch- und Toilettenzelt mit dabei. Klappstühle und Tische sind vorhanden, da das lange Sitzen auf dem Boden für uns Europäer meistens ermüdend ist. Selbstverständlich haben wir auch sämtliches Geschirr, Besteck, Tassen etc. dabei.

---

### Essen und Getränke

In den Hotels und Restaurants haben wir diverse vegetarische Speisen und oftmals auch Gerichte mit Fleisch zur Auswahl. Während des Trekkings werden wir mehrheitlich vegetarisch essen. Es gibt aber auch dort generell verschiedene Gerichte zur Auswahl. Das Mittagessen wird entweder frisch am Rastplatz zubereitet oder als kalter Lunch mitgenommen. Unter Umständen wird auch eine am Morgen zubereitete, warme Mahlzeit in Thermosgefässen mitgeführt oder es gibt eine Lodge am Weg, wo wir die Mahlzeit einnehmen.

Während den Zeltübernachtungen sind Trinkwasser, Tee und Kaffee zu den Mahlzeiten inbegriffen. In den Hotels, Restaurants und Lodges sind Getränke nicht inbegriffen. In den Restaurants in Kathmandu sind diese verhältnismässig günstig (ab CHF 1 für ein Softdrink oder einen Liter Mineral). In den Lodges sind Getränke wie auch das Essen und alle anderen Sachen deutlich teurer, da alles zu Fuss oder mit Tragtieren dorthin transportiert werden muss. Die Preise richten sich vor allem danach, wie viele Tage Fussmarsch die Lodge von der nächsten Strasse entfernt liegt. So ist die Spannweite der Preise da recht gross, von nicht viel mehr als in Kathmandu bis zum fünf- oder sechsfachen Preis.

---

### Persönliche Ausrüstung

Wir geben Ihnen eine Ausrüstungsliste ab, welche eine Übersicht über die notwendigen Ausrüstungsgegenstände gibt. Selbstverständlich kann sie ergänzt werden. Meistens kommt man mit weniger Material aus als ursprünglich geplant. Bei Trekkings und Reisen mit Übernachtungen im Zelt bringen Sie Ihren eigenen Schlafsack und eine Schlafmatte mit. Für diese Tour bringen Sie zusätzlich noch Ihre eigene Bergausrüstung (Klettergurt, Pickel, Steigeisen, 2 Schraubkarabiner, 1 Bandschlinge zur Selbstsicherung und Helm) mit.

---

### Gewichtslimite fürs Hauptgepäck

In Nepal werden Lasten traditionell von Trägern transportiert. Diese tragen 30 bis 40 Kilogramm für Touristengruppen und bis 80 oder sogar 100 Kilogramm für lokale Transporte. Wir wollen aber unsere Träger nicht «überladen» und limitieren darum das Gewicht des Hauptgepäcks auf 12 Kilogramm pro Person, dies ohne die Bergausrüstung (Klettergurt, Pickel, Steigeisen, Helm). Die Bergausrüstung wird zusätzlich transportiert und fällt nicht unter die Gewichtslimite. Jeder Träger trägt zwei Taschen.



## **Himalaya Tours-Reisetasche**

Sie erhalten unsere robuste Himalaya Tours-Reisetasche (im Wert von CHF 169). Diese hat zusätzlich zwei verstaubare Schulterträger, um die Tasche für kurze Strecken auch «als Rucksack» am Rücken tragen zu können.

Das Material ist sehr widerstandsfähig und wasserfest, wegen des Reissverschlusses und der Nähte jedoch nicht komplett wasserdicht. In der Regel werden die Taschen während des Trekkings zusätzlich verpackt, um diese vor Nässe und Beschädigung zu schützen. Wir empfehlen, feuchtigkeitsempfindliche Sachen in wasserdichten Beuteln zu verpacken.



## Klima und Wetter

### Klima

#### Frühling

(März – Mai)

Im Flachland warm oder heiss, in den Bergen häufig angenehme Temperaturen. Sehr schön ist die Zeit der Rhododendronblüte je nach Höhenlage im April/Mai. In tieferen Lagen teilweise dunstig. Gute Trekkingsaison, deutlich weniger Touristen als im Herbst.

#### Monsun

(Juni – Mitte Sept.)

Mehrmals täglich intensive Niederschläge und oftmals bewölkt. Üppige Vegetation. «Trockene» Regionen wie Mustang, Dolpo, Westnepal etc. können besucht werden. Seit einigen Jahren erleben diese Regionen jedoch vermehrte Niederschläge, die Sicht ist oft nicht gut und bei den Bergflügen kommt es immer wieder zu wetterbedingten Ausfällen.

#### Herbst

(Mitte Sept. – Ende Nov.)

Ideale Reise- und Trekkingszeit. Vielfach klares und trockenes Wetter mit warmen Temperaturen im Flachland und angenehmen oder kühlen Temperaturen in der Höhe. Oktober ist die Zeit mit den meisten Touristen.

#### Winter

(Dez. – Feb.)

Oftmals klares und stabiles Wetter. In tieferen Lagen nicht allzu kalt (in Kathmandu hat es praktisch nie Schnee) und vielfach angenehme Temperaturen bei Sonnenschein. Gute Zeit für Kultur- und Wanderreisen oder Trekkings in tieferen Lagen. Über 4000 bis 4500 Metern können die Pässe wegen Schnee blockiert sein. Nur wenige Touristen.

### Zu dieser Reise

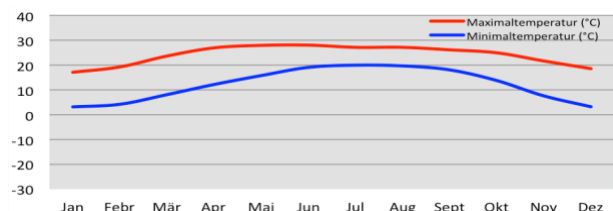
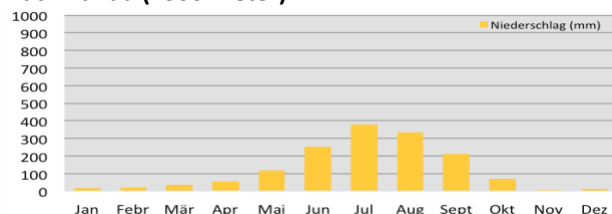
April/Mai ist eine schöne Zeit mit tagsüber häufig warmen Temperaturen, in tieferliegenden Regionen ist es vielleicht sogar heiss. Vom Flachland her ist die Sicht teils dunstig, in den Bergen aber vielfach gut. Es können sich im Tagesverlauf Wolken aufbauen. Dafür blühen im Frühling die Rhododendren von Ende März bis Ende Mai, je nach Höhenlage und Fortschreiten des Frühlings. In der Höhe oder in der Nacht kann es auch kühl oder kalt werden mit Temperaturen unter null Grad. Im Hochgebirge kann es zu jeder Jahreszeit schneien. Der Grossteil des Trekkings wird nur wenig begangen.

### Klimaverschiebungen

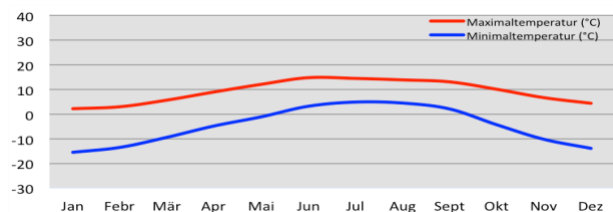
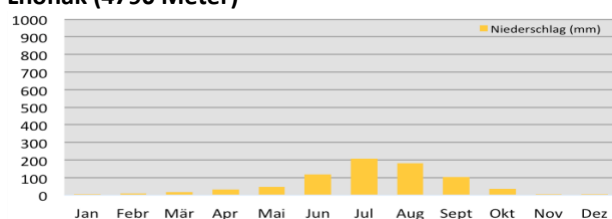
Wichtiger Hinweis: Seit einigen Jahren gibt es weltweit zunehmend Klimaverschiebungen mit häufig sehr ungewöhnlichen Wetterlagen, welche weit von den Statistiken abweichen können. Es kann auch in der «guten» Jahreszeit tagelang regnen oder sogar mal schneien, Wege können schlammig und Pässe unpassierbar werden. Wir arbeiten an unseren guten Beziehungen zu Petrus, für das Wetter können wir aber leider keine Garantie übernehmen! ☺

### Klimadiagramme

#### Kathmandu (1300 Meter)



#### Lhonak (4790 Meter)





## Medizin, Reisen in grosse Höhen und Sicherheitsausrüstung

---

### Medizinische Versorgung

In Nepal ist die medizinische Versorgung sehr einfach. In vielen Regionen ist keine medizinische Versorgung verfügbar und wir sind auf uns alleine gestellt. Deshalb senden wir für Notfälle eine umfangreiche Notfallapotheke mit. Für Nepal sind keinerlei Impfungen obligatorisch. Allerdings werden Impfungen gegen Polio, Tetanus, Diphtherie und Hepatitis je nach Situation empfohlen, je nach Ziel und Dauer der Reise eventuell auch Typhus und Tollwut. Lassen Sie sich zu Impfungen und medizinischen Fragen von Ihrem Haus- oder Tropenarzt beraten. Auf der Website [www.safetravel.ch](http://www.safetravel.ch) finden Sie aktuelle Infos zu den jeweiligen Ländern. Lassen Sie eventuell vor der Reise einen Gesundheits-Check machen.

---

### Reisen in grosse Höhen

Bei dieser Reise bewegen wir uns in grösseren Höhen. Das Auftreten von Höhenkrankheitssymptomen hat weniger mit dem Alter oder der persönlichen Fitness zu tun, sondern vielmehr mit der Geschwindigkeit des Anstieges in grosse Höhen und dem eigenen Verhalten. Unser Programm wird sehr sorgfältig zusammengestellt, um eine problemlose Akklimation zu ermöglichen. Dennoch ist es möglich, dass Reiseteilnehmer in seltenen Fällen höhenkrank werden und unter Umständen die Reise sogar abgebrochen oder abgeändert werden muss. Dank der guten Planung und der langsamen Akklimation kommt dies bei unseren Reisen nur äusserst selten vor.

Wer in der Vergangenheit schon ernsthafte Höhenprobleme hatte oder an Beschwerden leidet, welche die Akklimation erschweren können (wie z.B. Angina Pectoris, Herz- und Lungenkrankheiten, etc.), hat eventuell ein erhöhtes Risiko. Falls Sie unsicher sind, klären Sie dies unbedingt mit Ihrem Arzt ab. Sie erhalten von uns eine Liste mit spezialisierten Höhenmediziner, welche Vorsorgeuntersuchungen anbieten.

Wir werden vor der Reise zur Höhenkrankheit informieren und natürlich dürfen Sie uns jederzeit kontaktieren. Mit den Reiseunterlagen erhalten Sie ein Merkblatt für Reisen in grossen Höhen. Weitere Informationen finden Sie auf der Website der Schweizerischen Gesellschaft für Gebirgsmedizin unter [www.sggm-ssmm.ch](http://www.sggm-ssmm.ch).

---

### Sicherheitsausrüstung

Für unsere Sicherheit haben wir Folgendes mit dabei:

- Umfangreiche Notfallapotheke
- Pulsoxymeter zur Sauerstoffmessung im Blut
- Sauerstoff-Flasche
- Mobile Höhendruckkammer
- Wasserfilter von Katadyn
- Satellitentelefon

**Himalaya Tours hat ein eigenes 24h-SOS-Telefon. Abnehmen tut nicht «irgendein» Callcenter, sondern ein Experte von unserem Büro. So erhalten Sie im Notfall keine belanglose Auskunft, sondern rasche Hilfe.**

---

### Wichtig: Krankheiten und regelmässige Medikamenteneinnahme

Informieren Sie uns unbedingt, falls Sie chronische Erkrankungen oder Leiden haben, welche für die Reise von Bedeutung sein könnten. Informieren Sie uns bitte auch, falls Sie regelmässig Medikamente einnehmen. Nicht alle Medikamente sind «höhenverträglich» und «reisetauglich». Besprechen Sie dies vorgängig mit Ihrem Arzt.





## Reiseinfos, Programmänderungen und Ähnliches

---

### Reisen in Nepal

Nepal ist trotz seiner wunderbaren Landschaft und dem schon lange etablierten Tourismus zu den Entwicklungsländern zu zählen. Reisen in diese Regionen bieten viele spannende Erlebnisse und Erfahrungen, können aber auch eine Herausforderung sein und es läuft nicht immer alles «schweizerisch» ab. Mit Unvorhergesehenem, Ungeplantem und Verzögerungen muss gerechnet werden.

Wir empfehlen, sich darauf einzustellen und «einen Teil unserer schweizerischen Wertmassstäbe» zuhause zu lassen und sich bei unvorhergesehenen Situationen in «asiatischer Gelassenheit zu üben». So lässt sich Nepal viel besser geniessen und erleben.

---

### Rücksichtsvoll und bewusst reisen

Unsere Reisen erfordern Einfühlungsvermögen und Rücksichtnahme gegenüber der lokalen Bevölkerung und deren Kultur. Auf etlichen Routen reisen wir durch entlegene Regionen, welche unter Umständen noch nicht von vielen westlichen Touristen besucht wurden. Wir sollten offen und neugierig sein für Neues und nicht alles aus unserer Optik werten. Gerne erklärt uns unsere Reiseleitung Sitten, Bräuche und Kultur im Reiseland. Auch in den Reiseunterlagen hat es dazu einige Hinweise.

---

### Programmänderungen

Trotz sorgfältiger Planung können unvorhersehbare Ereignisse Programmänderungen nötig machen. Schlechte Witterung oder Schnee kann Pässe unpassierbar machen, die Gesundheit der Teilnehmer kann eine Etappenänderung nötig werden lassen, die politischen oder gesetzlichen Bestimmungen können sich kurzfristig ändern und so weiter.

In solchen Fällen werden wir das Reiseprogramm im Rahmen des Verantwortbaren durchführen oder machen eine Programmänderung, falls dies nötig sein sollte. Die Sicherheit der Teilnehmer und Mannschaft hat immer erste Priorität.

---

### Flugabsagen/-verschiebungen

Die meisten Inlandflüge in Nepal sind Sichtflüge, welche nur bei guter Witterung stattfinden können. Schlechte Sichtverhältnisse, Niederschläge, starke Winde etc. können diese Flüge ausfallen lassen. In so einem Fall suchen wir die beste Lösung und passen das Programm entsprechend an. Auch internationale Flüge von jeder Airline können von Verspätungen oder Absagen betroffen sein und so ist es in Ausnahmefällen möglich, dass sich die Rückreise in die Schweiz verzögert. Wir empfehlen, keine wichtigen Termine auf die Tage nach der geplanten Rückkehr in die Schweiz zu legen.

---

### Angaben Fahr- und Gehzeiten

Die Zeitangaben sind generell reine Fahr- resp. Gehzeiten. Pausen, Stopps etc. kommen zusätzlich noch hinzu. Die Zeitangaben sind durchschnittliche Erfahrungswerte, können aber je nach Strassen-, Weg- und Wetterverhältnissen, Kondition der Teilnehmer oder aus anderen Gründen abweichen.



## Literatur, Reisedokumente und Versicherungen

---

### Literatur über Nepal

Sehr informativ sind die deutschsprachigen Reiseführer «Nepal» vom Verlag Stefan Loose oder vom Trescher Verlag. Der Nepal-Führer vom Nelles Verlag ist auch gut, aber nicht ganz so umfangreich wie die anderen beiden. In den englischen Führern «Trekking in the Nepal Himalaya» vom Verlag Lonely Planet und «Nepal Trekking» vom Verlag Trailblazer sind Beschreibungen vieler Trekkingrouten zu finden.

Gute Land- und Trekkingkarten von verschiedenen Verlagen gibt es bei uns im Buchhandel oder in den vielen Buchläden in Kathmandu oder Pokhara. Als kleines Präsent senden wir Ihnen nach der Buchung eine Karte Ihres Reisegebietes zu.

---

### Reisedokumente

Der Pass muss mindestens 6 Monate über das Rückreisedatum hinaus gültig sein. Für Nepal ist ein Visum erforderlich, dieses ist inbegriffen. Ausführliche Reiseunterlagen werden von uns abgegeben.

---

### Nepalvisum

Das Visum für Nepal kann direkt bei der Einreise beantragt werden. Mit den Automaten am Flughafen in Kathmandu hat sich dieses Prozedere seit 2018 deutlich vereinfacht und es braucht kein zusätzliches Passfoto mehr. Nur der Visumsbetrag muss vor Ort in US\$ in bar bezahlt werden. Diesen Betrag geben wir Ihnen passend abgezählt in US\$ mit, damit Sie dies nicht vor Ort wechseln müssen.

Das Nepalvisum ist inbegriffen.

---

### Versicherung

Jeder Teilnehmer ist selbst für einen genügenden Versicherungsschutz verantwortlich (Krankheit, Unfall, Rückführung im Notfall, Reisezwischenfall, Annullationskosten, Gepäck etc.). Wir empfehlen dringend den Abschluss einer Reiseversicherung (Annullationskosten und Reisezwischenfall resp. Personenassistance). Die verschiedenen Versicherungen unterscheiden sich in den Leistungen und Deckungen teilweise stark und nicht alle bieten einen optimalen Versicherungsschutz für Himalaya-Reisen. Einzelne Versicherungen schliessen Leistungen bei Reisen in grössere Höhen aus, zum Beispiel die ERV (Europäische Reiseversicherung) bei Schlafhöhen über 4000 Metern. Eventuell lassen sich solche Ausschlüsse mit einer Zusatzversicherung abdecken, fragen Sie direkt bei der Versicherung nach. Wichtig ist auch die Höhe der Deckung, eine Evakuierung im Himalaya kann sehr teuer werden und einige zehntausend Franken kosten. Mehr Infos zu Reiseversicherungen finden Sie auf unserer Website oder erhalten Sie telefonisch von uns.

Hinweis: Über Himalaya Tours kann keine Reiseversicherung abgeschlossen werden. Wir suchen keine Zusammenarbeit mit einer Versicherung, sondern vergleichen alle von einem neutralen Standpunkt aus, damit Sie für die jeweilige Reise den bestmöglichen Versicherungsschutz haben.

---

### Vorbereitungstreffen

Ab sechs Teilnehmern führen wir in der Regel 1 bis 2 Monate vor Abreise ein Vorbereitungstreffen durch. Hier trifft sich die Gruppe, wir informieren über die Reise mit Praxis-Tipps und beantworten offene Fragen. Falls es weniger als sechs Teilnehmer sind, machen wir das Vorbereitungsgespräch unter Umständen auch mit jedem telefonisch.

Es ist uns ein Anliegen, dass alle Teilnehmer die Reise gut vorbereitet antreten können.

---



## Fair Reisen und Engagements

---

### Fair Reisen

- Unser lokaler Führer und die Begleiter sind Einheimische. Sie erhalten einen fairen Lohn für ihre Arbeit während der kurzen Touristensaison. Oftmals ist dies das einzige Einkommen für das ganze Jahr.
  - Wir beteiligen die permanenten lokalen Mitarbeiter am Geschäftserfolg mit einer jährlichen Bonus-Zahlung.
  - Unsere lokale Trekkingcrew wird von uns mit einer zweckmässigen Outdoorbekleidung ausgestattet. Wir haben Primaloftjacken und Schlafsäcke für unsere lokale Crew nähen lassen. Dazu stellen wir unserer Mannschaft Wanderschuhe zur Verfügung.
  - Wo möglich, berücksichtigen wir lokal geführte Hotels, Restaurants etc.
  - Mit einem Teil der Einnahmen von Himalaya Tours werden Hilfsprojekte im Himalaya unterstützt.
  - Wir legen grossen Wert darauf, dass auch die Bevölkerung auf dem Lande von unseren Reisen profitiert.
  - Unterwegs wollen wir die Umwelt so wenig wie möglich belasten. Der Abfall wird mitgetragen.
- 

### Unser Engagement

#### Unterstützung der Nonnen in Ura (Bhutan)

Mit einem Teil des Erlöses unseres Kalenderverkaufs 2019 unterstützten wir die Nonnen in Ura in Zentralbhutan bei der Erweiterung der Klosterschule und der Bestreitung ihres Lebensunterhaltes.

#### Schuhsammlungen für Bhutan, Nepal und Tibet

In den Jahren 2015-2018 hat Himalaya Tours Wander- und Bergschuhe gesammelt. Diese Aktion war sehr erfolgreich und es sind einige Hundert Paar Schuhe zusammengekommen. Diese haben wir auf unsere Kosten in den Himalaya transportiert, wo die Schuhe noch für viele Jahre im Einsatz sein werden.

#### SOS-Kinderdorf in Choglamsar

2017 wurden alte Küchen im SOS Kinderdorf in Ladakh renoviert und umgebaut. In früheren Jahren haben wir dort bereits Basketballplätze und anderes realisiert und finanzieren einige Patenschaften für bedürftige Kinder.

#### Schlittschuhe für die Eishockey-Frauentams in Ladakh

Zusammen mit dem Fotografen Manuel Bauer haben wir im Jahr 2017 eine grosse Menge an Schlittschuhen und Hockeyausrüstungen gesammelt, nach Ladakh transportiert und dort lokalen Eishockey-Frauentams gespendet.

#### Erdbeben in Nepal

Bereits drei Tage nach dem grossen Erdbeben im April 2015 in Nepal hat Himalaya Tours erste Hilfe vor Ort geleistet und sich anschliessend stark am Wiederaufbau beteiligt. Als erstes haben wir Notunterkünfte für zahlreiche Familien errichtet und viele Tonnen Reis verteilt, anschliessend provisorische Schulen für 700 Kinder aufgebaut und Wasserleitungen in etlichen Dörfern geflickt. Dazu konnten wir bis heute viele Familien beim Wiederaufbau ihrer Häuser unterstützen.

#### Gerstenlieferung für die Herden der Nomaden

Im Sommer 2013 haben wir 10 Tonnen Gerste als Wintervorrat zu den Nomaden in Kharnak gebracht. Dies hat vielen Herden das Überleben im Winter garantiert, nachdem im ausserordentlich harten Winter 2012 in ganz Ladakh über 30'000 Ziegen und Schafe verhungert und an Erschöpfung gestorben sind.

#### Nomadenschule in Kharnak

Thomas und Martina Zwahlen haben eine mobile Nomadenschule in Ladakh gegründet und jahrelang betrieben. Auch heute wird die Schulbildung dieser Nomadenkinder weiterhin von Himalaya Tours finanziert.

#### Skischule in Zanskar

Im Winter 2006 haben Thomas und Martina Zwahlen 30-40 Kindern und Jugendlichen im abgelegenen Zanskar-Tal Skiunterricht erteilt und im folgenden Jahr mehr als eine halbe Tonne Skiausrüstung nach Zanskar transportiert und der dortigen Skischule gespendet. 2014 haben wir dort eine kleine Werkstatt zum Präparieren der Skier eingerichtet.

#### Überschwemmungen im indischen Himalaya

2010 wurde Ladakh von grossen Überschwemmungen heimgesucht. Viele Einheimische und westliche Besucher waren blockiert. Thomas Zwahlen war als Gebietsspezialist für über 15 Botschaften massgeblich an vielen Evakuationen beteiligt. Danach hat Himalaya Tours viele Tonnen Hilfsgüter eingekauft und diese in die betroffenen Gebiete transportiert.

#### Schutzmauern im Markha-Tal

2011 und 2012 hat Himalaya Tours Schutzmauern und Brücken im Markha-Tal gebaut.

**Mehr Infos über unser Engagement im Himalaya auf unserer Website [www.himalayatours.ch](http://www.himalayatours.ch)**



## Reisekosten und geht's auch günstiger

---

### Reisekosten

Der Reisepreis setzt sich aus verschiedenen Kosten zusammen. Dies sind unter anderem folgende:

- Flüge, Fahrzeuge, Unterkünfte und Mahlzeiten
  - Führer, lokale Crews und Transporttiere (oder Träger)
  - Camping- und Sicherheitsausrüstung
  - Eintritte, Visa und Permits
  - Personal- und organisatorischer Aufwand bei uns in Parpan wie auch bei unseren lokalen Partnern vor Ort
  - und vieles mehr
- 

### Wie könnte man Kosten einsparen?

Es gibt diverse Möglichkeiten, um dies zu tun...welche sinnvoll sind, muss jeder für sich selber abschätzen.

---

### Gruppengrösse

Ein effektiver Weg für Einsparungen sind grosse Gruppen mit 16, 20 oder mehr Personen. Unsere maximale Gruppengrösse sind 12 Personen, unsere durchschnittlichen Gruppen bestehen aus 7-10 Personen. Wir glauben, dass nur in kleinen Gruppen schöne Begegnungen auf Augenhöhe mit den Einheimischen möglich sind.

---

### Lokaler Partner

Es ist unser Grundsatz, mit einheimischen Partnern vor Ort zusammenzuarbeiten. Wir glauben, dass der Verdienst in der Region bleiben sollte und dass auch die Qualität der Reisen viel höher ist mit lokalen Mitarbeitern, welche in der Region aufgewachsen sind und dort leben.

---

### Reiseleitung, lokale Crew und Transporttiere

Grosses Sparpotential liegt einerseits bei den Löhnen und andererseits bei der Anzahl der Personen resp. der Transporttiere, welche man auf einer Tour dabei hat. Es ist leider so, dass man in Asien immer jemanden finden würde, welcher für noch weniger Lohn arbeitet (die Qualität ist aber vielfach dem Preis entsprechend). Dieses Vorgehen entspricht definitiv nicht unserer Philosophie, da gehen wir einen gegensätzlichen Weg und beteiligen unsere permanente Crew sogar mit einem Bonus am Geschäftserfolg. Auf unseren Reisen nehmen wir mehr lokale Mitarbeiter und Tragtiere mit, als dies der Standard ist. Wer selber schon mit zuwenig Personal oder Tragtieren unterwegs war, weiss, dass dies nicht nur höchst «unfair» ist, sondern schnell auch gefährlich werden kann. Leider passieren jedes Jahr Unfälle und Abstürze, weil die Lasten zu schwer sind.

---

### Faire Preise vor Ort

In Asien wird traditionell gefeilscht um den Preis, aber irgendwo ist die Grenze, wo der Preis von fair auf unfair wechselt. Es ist möglich, immer noch günstigere Preise zu erhalten (wir kennen diese lokalen Anbieter natürlich auch), aber einerseits hat dies nichts mehr mit fairem Tourismus zu tun und andererseits stimmt die Qualität solcher Reisen in der Regel nicht, irgendwo muss das Geld ja wieder eingespart werden. Wir sind uns sicher, dass sich faire Preise im Endeffekt für alle auszahlen.



## Flüge

Einige Veranstalter lassen ihre Reisetilnehmer «unmögliche» Flugverbindungen fliegen mit mehreren Malen Umsteigen oder zu ungünstigen Zeiten. Wir sind uns nicht sicher, ob dies eine Einsparung von oftmals nur wenigen hundert Franken wirklich wert ist. Nepal ist eine Destination, welche von Europa her nicht mit einem Direktflug zu erreichen ist und somit muss im Minimum einmal umgestiegen werden, auch können kurzfristige Verschiebungen im Flugplan vorkommen.

---

## Unterkünfte und Mahlzeiten

Hotels mit höherem Standard bieten uns Reiseveranstaltern vielfach grosse Discounts an, welche wir direkt an unsere Kunden weitergeben. So lässt sich mit der Wahl einer einfacheren Unterkunft meistens nur ein kleiner Betrag einsparen. Anders sieht es beim Essen auf den Trekkings aus. Da alles mitgetragen werden muss, ist dies ein grosser Budgetposten. Aber was gibt es Schöneres, als nach einem anstrengenden Tag ein reichhaltiges Menu zu geniessen. Lassen Sie sich überraschen von unserer Küchencrew.

---

## Campingausrüstung

Wir stellen die «teuren» Zelte selber und überlassen diese grosse Investition nicht unseren lokalen Partnern, welche häufig nicht in der finanziellen Lage sind, genügend qualitativ hochwertige Zelte anzuschaffen. So haben wir überall im Himalaya unsere eigenen Zelte in einer sehr guten Qualität, welche wir im Durchschnitt nach 2-3 Jahren ersetzen.

---

## Sicherheitsausrüstung

Wir haben in den letzten Jahren sehr grosse Summen für Sicherheitsausrüstungen ausgegeben. Hier würden sich grosse Beträge einsparen lassen, aber ob dies sinnvoll ist? Vergleichen Sie diesen Punkt unbedingt bei den verschiedenen Angeboten. Bei unseren Gruppenreisen senden wir zudem eine umfangreiche Apotheke im Wert von über CHF 1500 mit und ersparen so jedem Teilnehmer Ausgaben von einigen Hundert Franken für Medikamente etc.

---

## «Versteckte» Kosten

Es ist in der Reisebranche leider üblich, «kleine» Kosten zu «verstecken», welche sich aber bis Ende der Reise zu einem beträchtlichen Betrag summieren können.

Dazu gehören oftmals auch die Visakosten. Je nach Destination kann die Einholung der Visa sogar noch aufwendiger resp. teurer sein als die eigentlichen Visakosten.

Oftmals merkt man erst unterwegs, dass diverse Permits und Eintritte (Nationalparks) etc. nicht inbegriffen sind.

---

## Ehrliche Infos

Wir geben zu allen inbegriffenen und nicht inbegriffenen Leistungen ehrlich Auskunft und es gibt keine «versteckten» Kosten bei uns. Bei unseren Gruppenreisen ist praktisch alles inbegriffen, ausser persönlichen Auslagen, allfälligen Trinkgelder und je nach Reise einigen wenigen Mahlzeiten. Bei unseren Privatreisen haben Sie die Wahl, welche Leistungen Sie möchten. Wir bieten viele zusätzliche Leistungen wie Visumseinholung, Extra-Reitpferd, Miete Satellitentelefon und vieles mehr zu günstigen Tarifen an.

**Wir organisieren keine «billigen» Reisen, sondern solche, welche ihren «Preis wert» sind.**





## Inbegriffene und nicht inbegriffene Leistungen

---

### Leistungen inbegriffen

- Flüge Zürich-Kathmandu retour in Economy-Klasse
  - Flüge Kathmandu-Bhadrapur retour
  - Flughafentaxen und Treibstoffzuschlag
  - Alle Überlandfahrten und Transfers
  - 7 Übernachtungen im Hotel, Gasthaus oder Lodge im Doppelzimmer in Nepal
  - 22 Übernachtungen im Doppelzelt während des Trekkings
  - Vollpension während der ganzen Reise, in Kathmandu nur Frühstück
  - Trinkwasser, Tee, Kaffee während dem Essen bei Zeltübernachtungen
  - Eintrittsgebühren für Besichtigungen laut Programm
  - Spezialgebühren und Gipfelpermit
  - Komfortable Schlafzelte, Ess-, Koch- und WC-Zelt, Klapptische und -stühle, Kochutensilien und Geschirr
  - Lokale englischsprechende Reiseleitung plus Begleitmannschaft während des Trekkings
- 

### Sicherheitsausrüstung inbegriffen

- Umfangreiche Notfallapotheke
  - Pulsoxymeter zur Sauerstoffmessung im Blut
  - Sauerstoff-Flasche
  - Mobile Höhendruckkammer
  - Wasserfilter von Katadyn
  - Satellitentelefon
- 

### Zusätzliche Leistungen inbegriffen

- Robuste Himalaya Tours-Trekkingtasche (im Wert von CHF 169)
  - Visum für Nepal (US\$ 50, Stand August 2019)
  - Erledigen aller Formalitäten für Nepal
  - Vorbereitungstreffen
  - Landkarte von Nepal
  - Schönes Abschlussessen in Kathmandu
- 

### Leistungen nicht inbegriffen

- Trinkgelder (CHF 180 – 270 pro Person, je nach Anzahl Teilnehmern, bei Kleingruppen evtl. etwas höher)
- Mittag- und Abendessen in Kathmandu
- Getränke in Hotels, Gasthäusern und Lodges



## Gruppengrösse und Kosten

---

### Gruppengrösse

2 bis 12 Personen

---

### Kosten

pro Person bei 6 bis 12 Teilnehmern	CHF	6980
pro Person bei 3 bis 5 Teilnehmern	CHF	7290
pro Person bei 2 Teilnehmern	CHF	7980

---

### Einzelzimmer und -zelt

Es ist möglich, gegen einen Zuschlag Einzelzimmer und -zelt zu buchen.	CHF	690
--	-----	-----

---

### Lodgeübernachtungen während des Trekkings

In den Lodges während des Trekkings ist der Platz sehr häufig eingeschränkt und Einzelzimmer sind in der Regel während der Hochsaison nicht verfügbar. Dieser Umstand ist im Einzelzimmerzuschlag berücksichtigt und berechtigt nicht zu einer Preisreduktion.

Falls Sie ein Doppelzimmer und -zelt wünschen, aber kein gleichgeschlechtlicher Zimmerpartner gefunden werden kann, erhalten Sie ein Einzelzimmer und -zelt. In diesem Fall übernimmt Himalaya Tours die Hälfte des Zuschlages und Ihnen wird nur die Hälfte verrechnet.

---

### Anschlussprogramme

Diese Gruppenreise kann durch frühere Anreise, spätere Rückreise oder ein Anschlussprogramm verlängert werden. Gerne dürfen Sie uns hierzu kontaktieren. Eine Verlängerung muss spätestens bei der definitiven Buchung bekanntgegeben werden.

**Gerne beraten wir Sie persönlich zu unseren Reisen und beantworten Fragen zu Nepal, Ausrüstung, Höhe etc. Kontaktieren Sie uns telefonisch, per Mail oder schriftlich. Es ist auch möglich, einen Termin für einen Besuch in unserem Büro in Parpan zu vereinbaren.**

Eine eindrückliche und erlebnisreiche Reise wünschen

Thomas und Martina Zwahlen  
und das Team von Himalaya Tours