



## Annapurna Basecamp Trek

### Annapurna Base Camp Trek - Übersicht

Tag 01: Ankunft in am Tribhuvan International Airport Kathmandu und Transfer nach Bhaktapur

Tag 02: Sightseeing in Bhaktapur

Tag 03: Fahrt nach Pokhara, 200 km. 6 Std.

Tag 04: Fahrt nach Nayapul (42 km), 2 Std. und Beginn des Treks 4Std.

Tag 05: Trek nach Ghorepani (2853m), 6 Std.

Tag 06: Früh am Morgen Aufstieg auf den Poon Hill (3210m) und Trek nach Tadapani

Tag 07: Trek nach Chhomrong (1920m), 5 Std.

Tag 08: Trek nach Dovan (2505m). 5 Hrs.

Tag 09: Trek nach MBC (4700m). 4 Hrs.

Tag 10: Trek nach ABC (4130m) und zurück nach Deurali (3200m). 6 Std.

Tag 11: Trek zurück nach Chhomrong (2260m). 6 Std.

Tag 12: Trek nach Tolka 1940m. 5 Std.

Tag 13: Trek zurück nach Dhampus und Phedi und Fahrt nach Pokhara.

Tag 14: Fahrt nach Kathmandu, 200 km. 6 hrs.

Tag 15: Rückflug

### Details:

#### **Tag 01: Ankunft in Kathmandu und Transfer zum Hotel in Bhaktapur; Willkommensessen (1335m)**

Sie werden von einem unserer Mitarbeiter am Tribhuvan Airport Kathmandu abgeholt und zu Ihrem Hotel gebracht. Am Abend gibt es ein gemeinsames Willkommensdinner und Sie erhalten aktuelle Informationen zur bevorstehenden Tour.

Übernachtung in Bhaktapur: Heritage Hotel oder Sweet Home Bhaktapur

#### **Day 02: Sightseeing in Bhaktapur und Changunarayan**

Nach dem Frühstück besichtigen wir die Königsstadt Bhaktapur, die wegen seiner über 150 Musik- und 100 Kulturgruppen als Hauptstadt der darstellenden Künste Nepals bezeichnet wird. Die prachtvollen Tempel und detailgetreuen Holzschnitzereien versetzen BetrachterInnen in eine andere Zeit und lassen vergangene Tage wiederauferstehen. Wir besichtigen den Durbar Square (Palasthof), den Töpferplatz und Dattatraya mit seinem berühmten Pfauenfenster.

Danach fahren wir zum nahe gelegenen Tempel Changunarayan. Der Tempel ist der älteste Hindutempel in Nepal und dem Gott Vishnu geweiht. Sowohl Changunarayan als auch Bhaktapur zählen zum UNESCO-Weltkulturerbe.

Übernachtung in Bhaktapur: Heritage Hotel oder Sweet Home Bhaktapur

#### **Tag 03: Fahrt nach Pokhara (200km)**

Heute fahren wir von Kathmandu nach Pokhara, was ungefähr 7 Stunden dauern wird. Wenn wir aus dem Fenster schauen, sehen wir schöne Blicke der Berge, der Reisterassen, die für Nepal so typisch sind und Menschen die auf den Feldern arbeiten. In Pokhara angekommen bringen wir Sie erst

einmal in das Hotel. Pokhara ist sehr beliebt bei den Touristen, nicht nur wegen der Lage am See und dem Blick auf den Himalaya, sondern auch wegen den guten Shopping-Möglichkeiten an der Lakeside und guten Restaurants, die auch zum Ausgehen am Abend einladen. Sie können die Stadt erkunden oder einfach relaxen. .

Übernachtung in Pokhara

#### **Tag 04: Fahrt nach Nayapul (42km) und Start des Treks**

Heute fahren wir ungefähr 2 Stunden nach Nayapul, von wo aus wir den Trek starten. Dann werden wir etwa 4 Std. nach Tikhedhunga hochsteigen.

Übernachtung in einer Lodge in Tikhedunga

#### **Tag 05: Trek nach Ghorepani (2853m)**

Nach dem Frühsteigen beginnen wir den Abstieg nach Ghorepani. Der Name bedeutet wörtlich übersetzt "Pferde-Wasser", da es früher ein wichtiger Handelsposten war, bevor es ein Zwischenstopp für Trekker wurde.

Ghorepani ist ein interessanter Ort mit kleinen Läden, in denen lokale Produkte und Handwerke verkauft werden. Die Stadt hat 2 Teile, von dem einer etwas höher liegt als der andere. Wir gehen zum höheren Teil, da man von dort gute Blicke auf die umliegenden Berge genießen kann. Da Ghorepani höher liegt als unsere vorherigen Übernachtungsorte, werden wir besonders am Abend das kühlere Klima dort spüren.

Übernachtung in einer Lodge in Ghorepani

#### **Tag 06: Besteigung des Poon Hills am Morgen und Trek nach Tadapani (2520m)**

Um den Sonnenaufgang im Himalaya erleben zu können müssen wir heute früh aufstehen und dann den recht steilen Pfad zum Aussichtspunkt Poon Hill (3,210m) hochsteigen, einer der bekanntesten Trekking Destinationen in der Annapurna Region. Am besten Sie nehmen warme Kleidung mit nach oben.

Oben angekommen suchen Sie sich einen bequemen Stein und machen es sich gemütlich. Die Sonne färbt die schneebedeckten Gipfel des Annapurna und des Dhaulagiri nach und nach tieforange.

Nachdem wir viele schöne Fotos gemacht haben, trinken wir Kaffee, Tee oder heiße Schokolade und steigen hinab nach Tadapani.

Übernachtung in einer Lodge in Tadapani

#### **Tag 07: Trek nach Chhomrong (1920)**

Heute steigen wir von Tadapani einen recht steilen Pfad hinab, der uns durch Rhododendron Wald führt. Nach einiger Zeit öffnet er sich und es liegen gepflegte Reisterrassen vor uns. Unterwegs begegnen wir zahlreichen Einheimischen und Sherpas, die alles Mögliche transportieren - von Reisballen bis hin zu Möbelstücken oder großen Körben voll lebendiger Hühner. Obwohl die Männer meistens nur einfache Sandalen tragen, sind sie meist viel schneller als wir mit unseren modernen Bergschuhen. Unser heutiges Ziel Chhomrong ist ein schönes Dorf, das im Schoß des riesigen Annapurna Massivs liegt. Dort leben hauptsächlich Gurung, eine der größten ethnischen Gruppen Nepals.

Übernachtung in einer Lodge in Chhomrong

#### **Tag 08: Trek nach Dovan (2,505m)**

Nachdem wir Chhomrong verlassen haben steigen wir erstmal weiter hinunter und überqueren eine

Hängebrücke über den Chhomrong Fluss. Der Weg führt uns durch Rhododendron Sträucher hoch nach Khuldighar. Wir werden etwa 5 Stunden brauchen, um Dovan zu erreichen.

Übernachtung in einer Lodge in Dovan

#### **Tag 09: Trek zum Machhapuchhre Base Camp (3700m)**

Heute steigen wir hoch zum Machhapuchhre Base Camp. Von dort bekommen wir gute Blicke auf den majestätischen Machhapuchhre (den Namen verdankt er seinem „Fischschwanz“ – ähnlichen Aussehen), Mt. Hiunchuli, Annapurna Süd, Annapurna I und II, Gandharvachuli und Gangapurna.

Übernachtung im Machhapuchhre Basecamp

#### **Tag 10: Trek zum Annapurna Base Camp (4130m)**

Auf dem Weg zum Annapurna Base Camp verschwindet die Vegetation allmählich. Wir sehen, wie die Schneebröcken schmelzen und kleine Bäche formen. Diese Region wird auch Annapurna Sanctuary (Heiligtum) genannt. Das Annapurna Base Camp ist die Hauptattraktion des Annapurna Base Camp Treks. Von hier aus haben wir einen 360-Grad-Rundumblick und bekommen wieder tolle Blicke auf Machhapuchhre, Annapurna Süd, Annapurna I, Hiunchuli und andere Gipfel.

Übernachtung in einer Lodge nahe des ABCs

#### **Tag 11: Trek zurück nach Chhomrong (1920m)**

Heute ist es nicht sehr anstrengend zu laufen, da wir fast nur abwärts gehen und uns die schöne Landschaft um uns herum zusätzlich aufheitert.

Übernachtung in einer Lodge in Chhomrong

#### **Tag 12: Trek nach Ghandrung (1940m)**

Ein weiteres schönes Dorf, das einen Besuch wert ist, ist Ghandrung. Die meisten Menschen des Dorfes gehören der ethnischen Gruppe Gurung an und sie verdienen hier ihr Geld oft durch das Führen von Lodges oder Restaurants für Touristen. Wir werden heute ungefähr 5 Stunden laufen, um dieses Dorf zu erreichen.

Übernachtung in einer Lodge in Ghandrung

#### **Tag 13: Trek zurück nach Nayapul und Fahrt nach Pokhara**

Heute legen wir den letzten Teil des Treks zurück und wandern in etwa 4 Stunden nach Nayapul. Hier steht ein Transport für uns bereit, der uns in ca. einer Stunde zurück ins gemütliche Pokhara bringt. Die meisten Hotels in Pokhara liegen am See und es gibt auch viele nette Bars und Restaurants. In dieser ruhigen Stadt am See können wir wieder einen kleinen Luxus genießen, wie Hamburger, Pizza und frische Obstsaften. Bei klarem Wetter sehen wir die hohen Berge in der Ferne. Sie haben heute Zeit, mit dem Boot über den Phewa See zu fahren und auch ein Besuch bei der Worlds Peace Stupa lohnt sich.

Übernachtung in Pokhara

#### **Tag 14: Flug nach Kathmandu und Sightseeing**

Morgens werden wir von Pokhara nach Kathmandu fliegen. Wenn das Wetter gut ist, haben wir einen guten Blick auf den Himalaya. Nach der Ankunft in Kathmandu werden wir heute die wichtigsten Sehenswürdigkeiten Kathmandus besichtigen. Zunächst einmal geht es nach Swayambunath, dem "Affentempel" Kathmandus, einem buddhistischen Pilgerort mit einem kleinen Stupa.

Dann gehen wir weiter nach Pashupatinath, einem wichtigen Pilgerort für Hindus, den jede Woche viele Gläubige aus Nepal und auch aus Indien besuchen. Dort gibt es eine große Anzahl von Tempeln und am Ufer des heiligen Bagmati Flusses verbrennen die Gläubigen ihre Toten. Am Abend besichtigen wir die große Stupa von Boudhanath, die auch als "Kleines Tibet" bekannt ist. Dort werden wir auf der Dachterrasse eines Restaurants zu Abend essen und den Blick auf den Stupa genießen.

Übernachtung in Kathmandu

### **Tag 15: Rückflug**

Wenn Sie kein Verlängerungsprogramm buchen, werden wir Sie heute zum Flughafen bringen und Sie fliegen zurück nach Hause – mit tollen Erinnerungen und neuen Erfahrungen im Gepäck.

### **Preis:**

**Minimum 2 Personen: Pro Person \$960**

**Bei 3 Personen und mehr: \$820 pro Person**

### **Im Preis enthalten:**

- Alle Transfers wie im Programm beschrieben im Privatauto
- 3-Sterne Hotel in Bhaktapur: Sweet Home Bhaktapur oder Heritage Hotel; 2 Nächte
- 3-Sterne Hotel in Kathmandu: 1 Nacht
- Hotel in Pokhara: Moonlight Resort: 2 Nächte
- Unterkunft in Lodges während des Treks: 9 Nächte
- Frühstück und Abendessen während dem Aufenthalt in Kathmandu, Pokhara und Bhaktapur (nicht während des Treks)
- Eintritt für Trekking und Sightseeing
- Englisch sprechender Guide (Deutsch sprechender Guide auf Anfrage)
- 1 Träger für 2 Personen (1 Träger trägt 12,5kg pro Person)
- Willkommens- und Abschiedsessen in einem Restaurant
- Versicherung des Personals
- Trekking Permits
- Alle Steuern und Office-Gebühren
- Informationen und Beratung vor und nach dem Trek  
(Für diese Tour als auch für alle weiteren Programme)

### **Nicht im Preis enthalten:**

- Visum für Nepal (EUR 35,- oder USD 40,-)
- Internationale Flüge Europa/Kathmandu/Europa
- Nicht im Detailprogramm angeführte Besichtigungen
- Ausgaben persönlicher Natur: z.B. Getränke aller Art, nicht bei Inklusive aufgeführte Mahlzeiten, Souvenirs, Reinigungsservice oder Telefongebühren im Hotel, etc.
- Impfungen und Reiseversicherung
- Zusätzlich entstehende Kosten im Falle von Krankheit, Rettungsflug, durch höhere Gewalt verursachte Änderungen im Programmablauf, daraus entstehende zusätzliche Nächtigungs- und Helikopterkosten, Änderungen durch Flugzeitverschiebungen