

Namaste! – die Vielfalt und Schönheit Nepals in seiner Ursprünglichkeit



Reisen zu Indigenen
Völkern der Welt



Annapurna Trek, Land und Leute in Dörfern des Himalaya

Sie genießen ein leichtes Trekking bei Wanderungen am Fuß des Annapurna Gebietes, erleben die Stadt Pokhara und fahren nach Jyamrung um authentisches Leben in den Dörfern Nepals zu erfahren.

Wir empfehlen diese Reise **besonders für Familien**. Sie ist für jeden gut geeignet, der nicht in große Höhen gehen will und leichte Wanderungen und Trekkings bevorzugt und auf diese Weise das wahre Nepal erleben möchte. Wenn Sie die Kultur der verschiedenen ethnischen Gruppen, zum Beispiel die Honigjäger, und ihr einfaches Leben auf dem Land kennenlernen, werden Sie die Besonderheiten Nepals begreifen können. Dichte Wälder, Terrassenfelder, Wasserfälle und Flüsse kennzeichnen die Landschaften unterwegs – und die spektakuläre Kette der Himalaya-Gipfel begleitet Sie dabei immer. In Jyamrung haben Sie einen Eindruck von der **Schönheit Nepals in einem von Touristen noch fast unberührten Gebiet**.

Zu Gast bei Familien können Sie typische lokale Mahlzeiten kochen lernen, teilnehmen an der Arbeit der Bauern. Wir zeigen Ihnen lokale Projekte wie zum Beispiel die Gesundheitsstation, Schulen, ein Trinkwasserprojekt und ein Hygiene-Projekt. Und Sie können eine Unterrichtsstunde in einer der Schulen geben oder in der Gesundheitsstation helfen. Die Projekte fördern die Einheimischen auf einem erfolgreichen Weg.

HIGHLIGHTS:

Kombination Trekking, Homestay und Kultur • Kathmandu, pulsierende Hauptstadt mit unzähligen Kulturschätzen • Trekking im Vorgebirge des Annapurna-Massivs und idyllisches Pokhara • zu Gast bei einer Bauernfamilie in einem abgelegenen Bergdorf • Einblick in das tägliche Leben der Menschen durch Mithilfe bei verschiedenen Arbeiten (Landwirtschaft, Schule, Gesundheitszentrum) Besuch eines Frauenförderungsprogrammes



Termine:

- **04.03.2017 bis 17.03.2017**
- **15.10.2017 bis 28.10.2017**

individuelle Termine auf Anfrage

Reisedauer: 14 Tage

Min. Teilnehmer: 2 / Max. Teilnehmer: 10

Preis: 1.650,00 Euro pro Person

Flug-Emissionen ausgleichen mit Atmosfair
Abflughafen Frankfurt

Klimarelevante Emissionen des Fluges:
4.063 kg CO₂ • Freiwillige atmosfair-Spende
für diese Reise: 94,00 Euro



Leistungen:

- Abholung vom Flughafen, Transfer zum Flughafen
- Reiseleiter und Sherpa (Führer) sowie Helfer (Träger)
- alle Mahlzeiten während der Reise, außer Mittagessen und Abendessen in Kathmandu und Pokhara
- alle Übernachtungen während der Reise wie im Programm beschrieben (Nepal 4-5 Sterne Hotel in Kathmandu und Pokhara/Übernachtung und Frühstück)
- Warme Getränke (Tee und Kaffee 3 x täglich)
- alle Transfers im Land wie im Programm beschrieben
- Inlandsflug Kathmandu - Pokhara
- TIMS (Trekking Informations Management System) - Karte
- Eintritt ins Annapurna Conservation Area
- Schlafsack (auf Anfrage)
- SympathieMagazin „Nepal“

Nicht im Preis enthalten:

- Alkoholische Getränke, Wasser und kalte Getränke
- Snacks und so weiter
- Reiseversicherungen (bitte vor der Reise selbst abschließen)
- Mittagessen in Kathmandu und Pokhara
- Freiwillige Trinkgelder für die Träger und Fahrer, den Reiseleiter
- Einzelzimmerzuschlag: 250,00 Euro



Individuelle Beratung und Buchung: 0761 47 74 323 • 0172 32 27 404
mail@kia-ora-reisen.de • kia-ora-reisen.de

Annapurna Trek, Land und Leute in Dörfern des Himalaya

1. Tag – Ankunft in Kathmandu (1350 m)

Willkommen in Nepal. Begrüßung am Flughafen von Kathmandu. Transfer zum Hotel, Ausruhen und Aufbruch zur Thamel Tour (30 Min) um die Stadt kennenzulernen. Kurze Einführung in die Tour. Übernachtung im Hotel.

2. Tag – Kathmandu (Hinduistische und Buddhistische Tempel) und Tourvorbereitung

Wir gehen zum berühmten Hindu-Tempel Pashupatinath und besuchen den Boudhanath Tempel. Der Pashupatinath (Herr des Lebens) ist ein Hindu-Tempel des Gottes Shiva. Er befindet sich am Bagmati Fluss. Es ist einer der bedeutendsten Hindu Tempel der Welt und gehört zum UNESCO Welterbe. Goldene Pagoden (2 vergoldete Kupferdächer) und mit Silberplatten beschlagene Türen – wunderschön und reich verziert ist dieser Tempel. Im Februar/März findet eine große Feier dort statt.

Einer der größten Stupas der Welt ist der Boudhanath im Osten Kathmandus. Seit Jahrhunderten ist er einer der wichtigsten Pilgerorte der Buddhisten der umliegenden Himalaya-Regionen. 4 Augenpaare, die sich in den 4 Hauptrichtungen befinden, achten auf ein vorbildliches Verhalten der Menschen und menschlichen Erfolg. Der Stupa entspricht der Mahayana Philosophie. Anschließend bereiten wir uns auf die Trekkingtour vor. Übernachtung im Hotel.

3. Tag – Kathmandu – Pokhara – Dhampus – Trek zum Bhaisi Kharka (Australien Camp) (1930 m)

Übernachtung in der Lodge, 3 Std. Wanderung
Transfer zum Flughafen und Inlandsflug (30 min) nach Pokhara. Wenn Sie auf der rechten Seite sitzen haben Sie einen wundervollen Blick auf den Himalaya - malerische Landschaft und tiefe Schluchten und Täler. Pokhara lassen wir hinter uns und fahren nach Dhampus Phedi. Wanderung ins Dorf und zu dem Bhaisi Kharka, dem bekannten Australischen Camp. Wir laufen durch Wälder, Dörfer und Wiesen. Dann genießen Sie den Sonnenuntergang mit dem Annapurna am Abend...

4. Tag – Landruk (5 Std.)

Am frühen Morgen können wir den Sonnenaufgang über dem Himalaya bewundern. Warmes Frühstück und Start zu unserer 5-stündigen Wanderung auf einem leichten Trail, einem schönen Waldweg, dann kurzer Aufstieg nach Deurali und steil hinab nach Pothona..., weiter geht es nach Landruk. Landruk ist ein sehr schönes Dorf der Gurung, deren Kultur wir hier kennenlernen dürfen. Wir überqueren dann einen Fluss und gelangen zum Dorf Ghandruk. Übernachtung in der Lodge.

5. Tag – Honigjäger – und Trek nach Syauli Bazaar, 5 Std.

Nach dem Frühstück laufen wir zum Flussufer. Unterwegs sehen wir verschiedene Honigsammler. Wir befinden uns in einem der vom Tourismus unberührtesten Gegenden Nepals und hier leben noch alte Traditionen und ganz alte Handwerke und Lebensweisen – zu denen auch das abenteuerliche Honigsammeln gehört. Da unser Guide von hier kommt, kann er uns viel davon nahebringen. Wir überqueren den Fluss Modi Khola, wandern durch hübsche Dörfer und Felder bevor wir nach Syauli Bazaar kommen. Übernachtung in der Lodge.

6. Tag – Trek nach Nayapul (1,30 Std.) – Fahrt nach Sarankot (1590 m) 2 Std.

Nach dem Frühstück Fortsetzung des Trekkings mit einer kurzen leichten Wanderung nach Nayapul. Check out am Annapurna Conservation Area Project. Fahrt nach Sarankot. Hier genießen wir ausgiebig die schöne Umgebung und abends haben wir den schönsten Sonnenuntergang über dem Annapurna Dhaulagiri und anderen Bergen. Ein Blick in die andere Richtung zeigt den schönen Phewa See und Pokhara. Hier ist auch der beste Platz in Nepal zum Paragliding. Übernachtung im Hotel.

7. Tag – Pokhara

Vom Berg aus können wir am frühen Morgen den Sonnenaufgang genießen. Frühstück im Hotel und anschließend Fahrt nach Pokhara. Nach einer kurzen Pause schauen wir die freundliche Stadt an, die von Seen umgeben ist. Wir können die Davis Wasserfälle besuchen, die Gupteshor Höhle und vielleicht auch das Internationale Bergmuseum sowie natürlich den lokalen Markt. Am frühen Abend nehmen wir ein Boot zum Barahi Tempel der sich auf einer Insel im See befindet. Spaziergang am See, Übernachtung im Hotel.

8. Tag – Jyamrung – zu Gast bei Familien (6 Std. Fahrt)

Nach dem Frühstück im Hotel Fahrt zum Dorf Jyamrung. Eine faszinierende Fahrt über den Prithvi Highway ..., erst erreichen wir das Zentrum des Distrikts von Dhading und fahren dann weiter auf einer Piste bis Sukaura. Von dort laufen wir noch 30 Minuten nach Jyamrung. Wir machen uns hier mit einer Familie bekannt, die uns gastfreundlich empfängt. Übernachtung als homestay.

9. Tag – Jyamrung

Jyamrung ist ein Dorf in Dhading. Es liegt in einem ziemlich entfernten und fast isolierten Teil des Distrikts: Die Menschen sind von der Landwirtschaft abhängig. Wir haben ein Dorftwicklungsprojekt in Jyamrung, das Schule, Gesundheitszentrum, ein Toilettenprojekt und ein Kleinstwasserwerk beinhaltet sowie ein Frauenförderprogramm. Heute besuchen wir gemeinsam einige dieser Teilprojekte. Sie können mit unterrichten in der Schule oder im Gesundheitszentrum helfen. Die Einheimischen führen heute für uns ein Kulturprogramm vor – wir feiern gern und viel, es gibt so viele Feiertage in Nepal – so gehört es selbstverständlich dazu, auch die Gäste zu feiern. Übernachtung bei einer Familie.

10. Tag – Jyamrung

Heute erleben wir gemeinsam den Alltag der Menschen in Jyamrung. Wir können uns an allen Arbeiten beteiligen, die die Menschen hier auch verrichten. Hast du mal von Hand gemolken? Oder Feuerholz gesammelt? Alles ganz alltägliche Tätigkeiten hier – probiere sie aus oder hilf mit. Oder Gemüseernte, Schulunterricht, Hilfe im Gesundheitszentrum ... all das können unvergessliche Momente für uns sein – ein ganz anderes und einzigartiges Erlebnis und Lebensgefühl zu haben. Wir genießen ein typisches köstliches Abendessen. Übernachtung bei der Familie.

11. Tag – Fahrt nach Kathmandu (6 Std.)

Kurze Wanderung nach Sukaura (30 min.) und Transfer mit dem Auto nach Kathmandu. Es geht erst wieder auf einer Piste, dann auf dem bequemen Highway durch die wunderschöne Landschaft. Check in im Hotel, Abendessen und Übernachtung.

12. Tag – Besichtigungen und Fair Trade Shop (Frauenförderprojekt)

Traditionell ist Bhaktapur bekannt als Bhadgaon, was Heimat der mittelalterlichen Kunst und Architektur bedeutet. Ca 13 km östlich von Kathmandu befindet sich die wohl 889 AD in der Lichhavi Dynastie gegründete Stadt. Die Jahrhunderte alten Steinskulpturen und Holzschnitzereien sind immer noch um den Bhaktapur Durbar Platz zu bewundern. Wir besuchen anschließend das Frauenprojekt. Lass dich überraschen. Tagesausklang als Freizeit, zum Bummeln und Einkaufen. Übernachtung im Hotel.

13. Tag – Freier Tag in Kathmandu (Everest Flug optional)

Heute können wir durch Kathmandu bummeln, die Stadt genießen und einkaufen. Und – wir haben die Möglichkeit auf einem einstündigen Flug am Morgen die Everest Region zu erleben (nicht im Preis). Ein wirklich beeindruckendes Erlebnis! Übernachtung im Hotel.

14. Tag – Abreise

Abschied und Transfer zum Flughafen. Heimreise.

HINWEIS: Das Programm kann sich z.B. aufgrund von Witterungsbedingungen ändern. Unvorhergesehene Wetterumschwünge, Überschwemmungen könnten uns zwingen, die Trekkingroute in Ausnahmen zu ändern oder einen anderen Platz zum Zelten auszuwählen. In jedem Fall werden wir eine adäquate Lösung finden und Ihr Guide wird die endgültige Entscheidung nur nach Rücksprache mit der ganzen Gruppe fällen.

