



HAUS DER HOFFNUNG - HILFE FÜR NEPAL e.V.

Vorsitzende: Ellen Dietrich, Kurt-Schumacher-Str. 241, 73529 Schwäbisch Gmünd; Tel. 07171-89607

E-Mail: info@hausderhoffnung-nepal.de; Webseite: www.hausderhoffnung-nepal.de;

Facebook: <http://www.facebook.com/HausderHoffnung>

Reisekonto: Kreissparkasse Ostalb, IBAN: DE66 6145 0050 1000 6783 45, BIC: OASPDE6A

Rundreise nach Nepal 06.11. - 21.11.2018

A) Kathmandul-Chitwan-Pokhara

B) Kathmandul-Muktinath

Verlängerungswoche „Schnuppertrek“ 19.11. - 26.11.2018

Die Reise führt Sie in ein faszinierendes Land voller Kontraste. Auf einer Entfernung von nur etwa 200 km erleben Sie subtropisches Tiefland in der Nähe der indischen Grenze ebenso wie die schneebedeckten höchsten Berge der Welt. Sie entdecken im Kathmandul zahlreiche hinduistische und buddhistische Heiligtümer, die zum Weltkulturerbe zählen, neben modernen Häusern und Wellblechhütten. Sie werden Zeuge des Aufeinanderprallens der einfachen traditionellen alten nepalesischen Welt und der modernen westlichen Zivilisation. Im Bus fahren Sie durch die atemberaubend schöne Landschaft vom Chitwan bis Pokhara. Im Chitwan treffen Sie auf die alte Kultur der Tharus und erleben den Dschungel.

Durch Besuche bei verschiedenen humanitären Einrichtungen lernen Sie Nepal tiefer als andere Reisende kennen. Im oben genannten Projekt der Organisatorin der Reise feiern Sie mit den Kindern der Einrichtung den letzten Festtag des Tihar-Festes, Bhai Tika. Anschließend an die Zeremonie bieten die Kinder einen bunten Reigen an traditionellen Tänzen, Sketchen und Musik für Sie und die einheimische Nachbarschaft dar. Auch die Schule der Kinder wird besucht, sofern die Schulferien beendet sind.

Für solche Reiseteilnehmer, die bereits einmal in Nepal waren, bietet der Verein nach der ersten Woche im Kathmandul eine neue Route für die zweite Woche an. Sie führt in das im Distrikt Mustang auf 3711 m hoch gelegene Muktinath, einem Wallfahrtsort in Zentralnepal, der sowohl den Hindus als auch den Buddhisten heilig ist.

Der Schnuppertrek, der Ghorepani-Poonhill-Trek, ist einer der bekanntesten und leichtesten Treks in der Annapurnaregion. Er bietet einige der dramatischsten Ausblicke aus der Nähe auf die höchsten und schönsten Berge der Welt. Der Trek führt durch Rhododendronwälder, durch Wälder mit Farnen, durch die Dörfer der Gurkha-Soldaten und mit spektakulären Ausblicken auf das Himalayamassiv nach Ghorepani (2855 m). Der Poonhill (3211 m) ist ein großartiger Aussichtspunkt für das Dhaulagiri- und das Annapurnamassiv. (Extra Programm)

Trotz des Erdbebens im April 2015 gibt es genügend Tempel und andere Kulturdenkmäler zu besichtigen. Es beschränkte sich auf das Kathmandul, wo inzwischen manches wieder restauriert und aufgebaut ist. Der Chitwan und die Gegend um Pokhara, die Gegend um Muktinath sowie die Annapurna-Region blieben von der Naturkatastrophe verschont.

Reiseverlauf der Rundreise

1. Tag: Dienstag, 06.11.2018

Individuelle Anreise zum Flughafen Stuttgart. Linienflug mit Turkish Airlines über Istanbul nach Kathmandu. Abflug am Abend, Ankunft am Mittag des folgenden Tages.

2. Tag: Mittwoch, 07.11.2018

Unsere Reise beginnt im 1300 m hoch liegenden **Kathmandu**, wo wir am Nachmittag ankommen. Nach dem Transfer zum Hotel begeben wir uns zur buddhistischen 2000 Jahre alten Stupa von **Swayabhunath**, die zu den heiligsten Orten Nepals zählt. Von hier aus offenbart sich ein atemberaubender Blick auf die Stadt und das Tal.

Wir kommen zur Zeit des **Tihar Festes** an, das eines der größten Feste von den mehr als 50 Festtagen Nepals ist. Sein Datum richtet sich nach dem Mondkalender und wird vom Rat der

Brahmanen im April eines Jahres, d.h. zu Beginn des nepalesischen Neujahrs, für den Oktober/November desselben Jahres offiziell festgelegt. Wir gehen beim Termin von den bisher gemachten Aussagen gegenüber den Botschaften und Reisebüros aus in dem Bewusstsein, dass sich dieser noch ändern kann.

Tihar ist ein religiöses fünf Tage dauerndes Hindufest, bei dem am ersten Tag die Krähe (nepalesische Form der Brieftaube), am zweiten Tag der Hund (treuer Wächter des Menschen) und am dritten Tag die Kuh verehrt werden. Letztere steht für Wohlstand, ist ein heiliges Tier für den Hindu und ein nationales Symboltier Nepals. Die Tiere bekommen an ihrem jeweiligen Festtag Blumengirlanden umgehängt und besonders gutes Futter. Am vierten Festtag wird Großputz gemacht, das Haus dekoriert und viele Kerzen (inzwischen auch elektrische Lichterketten) werden angezündet. Damit wird die Göttin Lakshmi im Haus willkommen geheißen, die dem Haus Wohlstand bringen soll.

Sofern also vom Rat der Brahmanen der vorläufige Kalender bestätigt wird, **können wir an diesem Abend „Laxmi Puja“ erleben: zu jedem Haus führt ein mit Kerzen markierter Weg und ein Mandala, damit die Göttin Laxmi eintreten und ihren Segen in Form von Wohlstand über seine Bewohner ausgießen kann.** Übernachtung im Hotel in Kathmandu.

3. Tag: Donnerstag, 08.11.2018

Nepal feiert mindestens vier Mal Neujahr. Heute feiern die Newar, die stärkste Volksgruppe im Kathmandu-Tal, ihr Neujahrsfest.

Wir gehen nach **Bodnath**, wo die größte Stupa (buddhistisches Heiligtum) Nepals steht. Es ist gleichzeitig ein tibetisches Zentrum mit vielen schönen Geschäften. Wer Interesse hat, kann am frühen Morgen gegen Aufpreis einen Flug in die gewaltige Kulisse des Everest Gebiets machen. Übernachtung im Hotel in Kathmandu.

4. Tag: Freitag, 09.11.2018

Das Tihar Fest erlebt heute im „Bhai Tika Tag“, dem einzigen Feiertag in dem fünftägigen Fest, seinen Höhepunkt. Wir schlendern an dem in der Stadt ruhigen frühen Vormittag durch das **Zentrum von Kathmandu**, wo wir überall in den Straßen und Gassen Tempeln und Schreinen begegnen, die uns das Gefühl geben, durch ein „lebendes Museum“ zu gehen. Der Durbar Square wurde beim Erdbeben völlig zerstört, so dass wir dort nur einen Blick auf die Aufbauarbeiten werfen können. Unser Weg führt dann zum Kumari Bahal, wo die lebende Schutzgöttin der Stadt wohnt, von der wir hoffentlich einen Blick erhaschen.

Dann gehen wir zu den Kindern von „Haus der Hoffnung – Hilfe für Nepal e.V.“, um bei ihnen die „Bhai Tika Zeremonie“ zu erleben, bei der die Schwestern die Brüder für ein langes Leben, und damit ihr eigenes Wohlergehen, segnen. Anschließend erfreuen uns die Kinder mit einem bunten Programm an nepalesischen Tänzen, Gesang, Musik etc. und laden zum Mittanzen und Essen ein. Übernachtung im Hotel in Kathmandu.

5. Tag: Samstag, 10. 11. 2018

Unser Weg führt uns heute zunächst in das am Berg gelegene **Changu Narayan**, dessen beeindruckender Tempel teilweise vom Erdbeben zerstört wurde. Anschließend geht es in die ehemalige Königsstadt **Bhaktapur** mit ihrem Durbar Square (großartige hinduistische und buddhistische Tempel und Paläste), die das Erdbeben teilweise zerstörte. Mit seinen wunderschönen Gassen lohnt sich die Stadt, die auch bekannt für ihre Töpferei, Weberei und Schnitzereien ist, auf jeden Fall, Übernachtung im Hotel in Kathmandu.

6. Tag: Sonntag, 11.11.2018

Heute steht die älteste königliche Stadt im Kathmandutal, das ca. 7 km südlich von Kathmandu gelegene **Patan**, auf unserem Programm. Wir besichtigen den Durbar Square (alter Palastbezirk) und den „Golden Temple“. Nachmittags besuchen wir, wenn es klappt, ein nepalesisches Projekt, eine reine Privatinitiative (NGO), für Familien aus niedrigen Kasten und mit geringem Einkommen. Kindergarten, Grundschule, kleines Berufsausbildungszentrum und Produktionsstätte für einen weltweiten fairen Handel sind Teile des Projekts. Übernachtung im Hotel in Kathmandu. .

7. Tag: Montag, 12.11.2018

Heute besichtigen wir **Pashupatinath**, eines der bedeutendsten Heiligtümer für Hindus, das am heiligen Fluss Bagmati liegt, der direkt in den Ganges mündet. Die Leichen verstorbener Hindus

werden hier verbrannt und ihre Asche wird in den Fluss gestreut. Wir schauen uns die Anlage vom östlichen Hügelchen aus an, da Nichhindus den Haupttempel nicht betreten dürfen. Nachmittags geht es zum schlafenden Vishnu nach **Budhanilkantha**. Anschließend besuchen wir ein von Deutschland aufgebautes und inzwischen von Nepalesen geleitetes Krankenhaus für Verbrennungsoffer. Übernachtung im Hotel in Kathmandu

8. Tag: Dienstag, 13.11.2018

Nach dem Frühstück brechen wir gemeinsam auf und fahren in unserem Bus über Mugling in die von dem Göppinger Peter Effenberger 1997 aufgebaute Kräuterfarm mit ayurvedischen Kräutern namens „**Land des Medizin Buddhas**“, die ein Modell für biologisch dynamischen Anbau nach den Demeter Standards ist. Anbauweise, Verarbeitung und effektiv praktizierte Nachhaltigkeit werden uns vor Ort näher gebracht. Unter dem Namen „Nepali Gardens“ werden die Produkte vertrieben. Um zu der Farm zu gelangen, die malerisch am Lauf des Marshangdi Flusses liegt, muss die Gruppe vom Bus aus ca. 45 Minuten zu Fuß gehen und dabei eine ca. 50 m lange stabile Hängebrücke mit Stahlträgern überqueren. Anschließend fährt die Gruppe in das noch sehr ursprüngliche Dorf **Bandipur** zum Übernachten und Erleben des Sonnenuntergangs und -aufgangs.

9. Tag: Mittwoch, 14.11.2018

Nach dem Frühstück trennen sich die Gruppen. **Gruppe A** fährt im Bus nach Mugling zurück und dann weiter südwärts in den Chitwan, der gegen Mittag erreicht wird. Am Nachmittag besichtigt diese Gruppe ein altes **Tharu Dorf**. Nach dem gemeinsamen Abendessen im Hotel erlebt sie eine Aufführung von traditionellen **Tharu Tänzen**. Gemeinsames Abendessen und Übernachtung im Hotel im Chitwan.

Gruppe B wird von einem Kleinbus abgeholt und erreicht gegen Mittag Pokhara. Von dort aus setzt sie am nächsten Morgen ihre Tour nach Muktinath fort. Übernachtung im Hotel in Pokhara.

10. Tag: Donnerstag, 15.11.2018

Die **Gruppe A** besucht heute den 930 qkm großen **Chitwan Nationalpark**, der 1973 zum Schutz der stark bedrohten Tierwelt geschaffen wurde. Durchzogen von Flussläufen wechseln dichte Waldgebiete - vorrangig Akazien und Kapokbäume - mit riesigen Grasflächen und Sumpfgebieten im bis zu 750 m hohen hügeligen Gebiet. 35 Säugetierarten und mehr als 350 Vogelarten sind im Park beheimatet, der auch ein Pflanzenparadies ist. Bei den Erkundungen zu Fuß, im Einbaum und auf dem Rücken eines Elefanten können wir mit etwas Glück indische Panzernashörner, Affen, Wildschweine, verschiedene Rotwildarten, Süßwasserdelfine, Krokodile und andere große und kleine Tiere aus allernächster Nähe sehen. Die Population der Tiger und Leoparden ist zwar gestiegen, aber als scheue, nachtaktive Tiere sind sie selten zu sehen. (Nachtsafaris sind im Park nicht gestattet.) Abschließend besuchen wir die Elefantenaufzuchtstation und schauen den Dickhäutern beim Baden zu. Gemeinsames Abendessen und Übernachtung im Hotel im Chitwan.

11. Tag: Freitag, 16.11.2018

Am nächsten Morgen fährt die **Gruppe A** zum nördlichsten Punkt der Rundreise, nach **Pokhara**. Die 900 m hoch liegende Stadt am Rande des Himalaya-Hauptkammes ist wichtigster Ausgangspunkt für Trekkingtouren. Die Annapurna-Gipfel liegen 50 km nordwärts zum Greifen nahe. Die Gruppe geht zum Davis Wasserfall, in den Bazar und in die Tropfsteinhöhle. Übernachtung im Hotel in Pokhara.

12. Tag: Samstag, 17.11.2018

An diesem Tag unternimmt die **Gruppe A** eine kleine Bootsfahrt auf dem Fewa See, an den sich eine Wanderung zur **Peace Stupa** anschließen kann. Der Aufstieg vermittelt herrliche Blicke auf den Fewa See; oben angekommen kann man sich an der einzigartigen Landschaft satt sehen. Übernachtung im Hotel in Pokhara.

13. Tag: Sonntag, 18.11.2018

Die **Gruppe A** verbringt einen weiteren Tag in Pokhara. Fahrt nach Sarangot zum Erleben des Sonnenaufgangs. Möglichkeiten zum Besuch der tibetischen Siedlung und eines Museums (Eintrittspreis nicht einbegriffen) oder einfach die Stadt mit ihren Angeboten im Wellnessbereich genießen, die Seele baumeln lassen etc. Am Abend stößt die **Gruppe B** dazu. Übernachtung im Hotel in Pokhara.

14. Tag: Montag, 19.11.2018

Die Gruppe trennt sich erneut. Wer an der siebentägigen Trekkingtour teilnehmen wird, bleibt in Pokhara und startet an diesem Tag von Pokhara aus. Alle anderen fahren nach **Kathmandu** zurück, wo der Rest des Tages zur freien Verfügung steht. Übernachtung im Hotel in Kathmandu.

15. Tag, Dienstag, 20.11.2018

Wir besuchen die Schule der Kinder. Es kann noch ein weiteres Projekt besucht werden. Ansonsten steht der Tag zur freien Verfügung. Übernachtung im Hotel in Kathmandu.

16. Tag, Mittwoch, 21.11.2018

Am Vormittag Transfer zum Flughafen in Kathmandu und Rückflug über Istanbul nach **Frankfurt/Main** mit Ankunft am späten Abend. Individuelle Weiterreise zum Heimatort.

Abhängig vom Wetter können Interessierte in Kathmandu noch einen Rundflug in die gewaltige Kulisse des Himalaya buchen, um den Mt. Everest zu sehen. Preis ca. USD 215,- (Exakter Preis ist von der Fluggesellschaft abhängig).

Programmänderungen sind vorbehalten.

Vorgesehene Gruppengröße: minimal 15 Personen, maximal 25 Personen.

Leistungen:

Inklusivleistungen:

- Linienflug mit Turkish Airlines von Stuttgart über Istanbul nach Kathmandu; Rückflug mit Turkish Airlines von Kathmandu über Istanbul nach Frankfurt am Main (Economyclass)
- 14 Übernachtungen im Doppelzimmer in 3-4 Sterne Hotels (nepalesische Landeskategorie)
- täglich Frühstücksbuffet mit europäischen und nepalesischen Speisen
- im Chitwan-Nationalpark Vollpension
- Rundreise und Transfers im eigenen Reisebus (nepalesischer Standard)
- Besichtigungen, Führungen und Eintrittsgelder für Städte und Monumente lt. Reiseverlauf
- deutschsprachige Reiseleitung;
- Freigepäck: 30 kg in 2 Gepäckstücken und 8 kg Handgepäck

Zusatzkosten:

- Anreise vom Heimatort zum Flughafen in Stuttgart und Rückreise vom Flughafen in Frankfurt zum Heimatort
- Visagebühren bei der Einreise: für 15 Tage ca. € 25,-, für Trekkinggruppe 30 Tage ca. € 40,- (vor Ort zu entrichten);
- Trinkgelder für örtliche Reiseleiter, Fahrer etc.
- Interessierte können in Kathmandu (wetterabhängig) einen Rundflug in die gewaltige Kulisse des Himalaya buchen, um den Mt. Everest zu sehen. Preis ca. USD 215,-.

Reisebedingungen:

Staatsbürger der Bundesrepublik Deutschland benötigen für die Einreise einen Reisepass, der mindestens 6 Monate über das Reiseende hinaus gültig sein muss. Staatsbürger anderer Nationalitäten erkundigen sich bitte bei ihrem Konsulat.

Versicherungen:

Wir empfehlen den Abschluss einer Auslandsranken- sowie Reiserücktritts-/Reiseabbruchversicherung.

Preis im DZ: EUR 2200 pro Person
Trekker im DZ: EUR 2175 pro Person
EZ-Zuschlag: EUR 420

Ausschreibung des Programms B – Fahrt nach Muktinath - folgt auf der nächsten Seite (Seite 5).

Ausschreibung des Schnuppertreks folgt auf der übernächsten Seite (Seite 6 und 7).

Anmeldeformular letzte Seite (Seite 8)



HAUS DER HOFFNUNG - HILFE FÜR NEPAL e.V.

Vorsitzende: Ellen Dietrich, Kurt-Schumacher-Str. 241, 73529 Schwäbisch Gmünd; Tel. 07171-89607

E-Mail: info@hausderhoffnung-nepal.de; Webseite: www.hausderhoffnung-nepal.de;

Facebook: <http://www.facebook.com/HausderHoffnung>

Reisekonto: Kreissparkasse Ostalb, IBAN: DE66 6145 0050 1000 6783 45, BIC: OASPDE6A

Rundreise nach Nepal 06.11.-21.11.2018

B) Kathmandu-Pokhara-Muktinath

Vom **06.11.18** bis einschließlich **13.11.18** reist diese Gruppe zusammen mit der Gruppe A und macht mit dieser die gemeinsamen Besichtigungen etc. im Kathmandu. Sie trennt sich am **14.11.18** und kommt mit der Gesamtgruppe wieder am **18.11.18** zusammen. Damit können Teilnehmer dieser Gruppe entweder mit den anderen nach Deutschland zurückfliegen oder am Trek teilnehmen

9. Tag: Mittwoch, 14.11.2018

Nach dem Frühstück trennen sich die Gruppen. Gruppe B fährt im Kleinbus von Bandipur nach Pokhara (930 m hoch), wo sie gegen Mittag ankommt. Übernachtung im Hotel in Pokhara.

10. Tag: Donnerstag, 15.11.2018

Ab jetzt geht es weiter im Jeep, da Straßen und Wege holprig werden können. Heutiges Etappenziel ist das 2000 m hoch gelegene **Kalopani**, das nur gut 120 km von Pokhara entfernt liegt. Übernachtung in einem einfachen Hotel in Kalopani.

11. Tag: Freitag, 16.11.2018

Eine ca. 2-stündige Fahrt im Jeep bringt uns über Jomson/Kangbeni ins 3700 m hoch liegende **Muktinath**, ein Wallfahrtsort in Zentralnepal, dessen Tempelanlage wir besuchen. Die 118 aus der Wand springenden Quellen sind den Hindus heilig, den Buddhisten ist eine aus einer Quelle entspringende Erdgasflamme heilig. Rückfahrt nach Kalopani. Übernachtung in einem einfachen Hotel in Kalopani.

12. Tag: Samstag, 17.11.2018

Unser Weg führt uns zu den heißen Quellen in **Tatopani**, wo wir uns für den Rest des Tages entspannen. Übernachtung in einer einfachen Lodge in Tatopani.

13. Tag: Sonntag, 18.11.2018

Der Jeep bringt uns nach **Pokhara** zurück, wo wir auf die Gruppe A stoßen. Rest des Tages zur freien Verfügung. Übernachtung im Hotel in Pokhara.

14. Tag: Montag, 19.11.2018

Die Gruppe trennt sich erneut. Wer an der siebentägigen Trekkingtour teilnehmen wird, bleibt in Pokhara und startet an diesem Tag von Pokhara aus. Alle anderen fahren nach **Kathmandu** zurück, wo der Nachmittag zur freien Verfügung steht. Übernachtung im Hotel in Kathmandu.

15. Tag: Dienstag, 20.11.2018 und 16. Tag, Mittwoch, 21.11.2018

Gruppe B ist wieder mit Gruppe A zusammen und führt gemeinsam das gleiche Programm durch, sofern die Teilnehmer nicht am Trek teilnehmen. (s. Rundreiseprogramm A).

Der Rückflug am 21.11.18 geht von Kathmandu über Istanbul nach Frankfurt am Main. Individuelle Weiterreise zum Heimatort.

Leistungen:

Es gelten dieselben Leistungen wie für die Gruppe A bei gemeinsamen Unternehmungen

Während des Programms B: Fahrt im Kleinbus von Mugling nach Pokhara .

Weiterfahrt im Jeep von Pokhara nach Muktinath und zurück.

2 Übernachtungen im DZ mit Frühstück in Kalopani; 1 Übernachtung im DZ mit Frühstück in Tatopani. Es handelt sich um einfache Unterkünfte. Einzelzimmer ist ohne Zuschlag möglich.

Durchreisegenehmigung und Gebühr für den Erhalt des Anapurna-Gebiets.

Der Zusatzpreis von EUR 110 basiert auf einer Mindestteilnehmerzahl von 8 Personen.



HAUS DER HOFFNUNG - HILFE FÜR NEPAL e.V.

Vorsitzende: Ellen Dietrich, Kurt-Schumacher-Str. 241, 73529 Schwäbisch Gmünd, Tel. 07171-89607

E-Mail: info@hausderhoffnung-nepal.de. Webseite: www.hausderhoffnung-nepal.de

Facebook: <http://www.facebook.com/HausderHoffnung>

Reisekonto: Kreissparkasse Ostalb, IBAN: DE66 6145 0050 1000 6783 45, BIC: OASPDE6A

Rundreise nach Nepal 06.11. - 21.11.2018

Verlängerungswoche „Schnuppertrek“ 19.11. - 26.11.2018

Dieser Trek auf einer Höhe von maximal 3211 m im Annapurna Gebiet eignet sich gut für Einsteiger. Er bietet einen herrlichen Blick auf den Annapurna selbst, sowie die Bergketten Dhaulagiri und Manaslu. Poon Hill ist der ideale Aussichtspunkt für einen Sonnenaufgang. Die Tagesetappen sind gut zu bewältigen.

Montag, 19.11.2018

Während die anderen Reiseteilnehmer der Gruppe nach Kathmandu zurückfahren, starten Sie Ihren Trek.

Fahrt nach **Nayapul** (1165 m) – Trek nach **Tikhedhunga** (1540 m).

Nach einer eineinhalb stündigen Autofahrt erreichen wir Nayapul, wo der Trek nach Tikhedhunga beginnt. Zum Einlaufen gehen wir 20 Minuten entlang des Flusses Modi Khola und erreichen Birethan (1165 m) mit seinen vielen Geschäften und Teehäusern. Der Weg führt uns durch das Dorf, folgt dem Nordufer des Bhurungdi Khola, wobei er jetzt ständig bis zu dem Tal Hile, 1495 m hoch, ansteigt. Nach einem kurzen, etwas stärkeren Anstieg erreichen wir Tikhedhunga (1525 m), wo wir im Chandra Guest House übernachten.

Dienstag, 20.11.2018

Trek nach **Bhantani** (2250 m)

Von Tikhedhunga aus müssen wir zunächst den restlichen steilen Anstieg nach **Banthani** (2250 m) in ca. 4 Stunden bewältigen. Auf halber Strecke essen wir im Dorf Ulleri zu Mittag. Von dort aus sehen wir grüne, nicht mit Schnee bedeckte Berge. Anschließend laufen wir noch eine Stunde bis zu unserem Tagesziel. Übernachtung im „Hotel Greenview.“

Mittwoch, 21.11.2018

Trek nach **Ghorepani** (2880 m)

Nach dem Frühstück laufen wir ca. 5 Stunden bis nach Ghorepani, das nach den neuesten Angaben noch ca. 110 m höher liegt. Wir gehen durch Eichen- und Rhododendronwälder. In Ghorepani haben wir einen ausgezeichneten Blick auf die Annapurna- und Dhaulagirikette. Übernachtung im „Hotel Hill Top“.

Donnerstag, 22.11.2018

Wandern zum **Poonhill** (3211 m) – zurück nach Ghorepani – Trek nach **Tadapani** (2600 m).

Wir stehen bereits um 5:30 Uhr auf und wandern zum Poonhill, um dort einen herrlichen Sonnenaufgang zu erleben und einen großartigen Blick auf die Berge des Himalaya, wie den Mt. Dhaulagiri I bis VI, Nilgiri, Annapurna I, II, IV und Süd, Hiunchuli, Manaslu etc., zu genießen. Anschließend geht es zum Frühstück zurück nach Ghorepani. Dann wird nach **Tadapani** marschiert. Strecke ca. 11 km in 5-6 Stunden. Übernachtung im „Himalaya Guest House“ .

Freitag, 23.11.2018

Trek nach **Ghandruk** (2000 m)

Es geht nun bergabwärts. Von **Tadapani** aus steigen wir zunächst steil ab durch Wälder. Sobald wir **Ghandruk**, wo die Volksgruppe der Gurungs wohnt, erreichen, wird der Weg leichter. Die Gurungs haben eine eigene Sprache, Kultur, Kleidung und einen eigenen Lebensstil. Dieses Dorf ist wegen des herrlichen Blicks auf die Berge und seiner guten Verkehrsverbindungen nach Pokhara und Kathmandu wahrscheinlich der beliebteste Touristenort. Wanderung: ca. 7 km in 4 Stunden. Übernachtung im „Breeze Guest House“ .

Samstag, 24.11.2018

Trek von **Birenthan** nach **Nayapul** und Rückfahrt nach **Pokhara**.

Wir beginnen in Gahandruk mit einem leichten Abstieg nach Nayapul, von wo aus wir mit dem Auto nach Pokhara fahren. Wir legen die ca. 11 km in 4 Stunden zurück. Übernachtung im Hotel.

Sonntag, 25.11.2018

Mit einem Kleinbus fahren wir von Pokhara nach Kathmandu zurück. Rest des Tages zur freien Verfügung. Übernachtung im Hotel.

Montag, 26.11.2018

Am Vormittag Transfer zum Flughafen in Kathmandu und Rückflug über Istanbul nach Frankfurt mit Ankunft am späten Abend. Individuelle Weiterreise mit der Bahn zum Heimatort.

Programmänderungen sind vorbehalten.

Leistungen:

- 1 Übernachtung im Doppelzimmer mit Frühstück in einem Hotel in Pokhara
- 5 Übernachtungen im Doppelzimmer während des Treks in Logdes, in denen man am 1. 2. und 3. Tag kein eigenes Bad hat.
- Während des Treks alle Mahlzeiten (Frühstück, Mittag- und Abendessen) mit Tee und Kaffee (wahlweise)
- Englischsprachiger Führer und Träger (ein Träger für zwei Personen)
- Fahrt in einem Kleinbus zurück nach Kathmandu
- Zugangsberechtigungen zum Trekkinggebiet.
- Aus dem Angebot der Rundreise besteht noch Anrecht auf eine Übernachtung im Doppelzimmer mit Frühstück in einem Hotel in Kathmandu.

Nicht eingeschlossen sind:

Alkoholische Getränke, heißes Wasser bzw. Mineralwasser, heiße Dusche, kalte Getränke, Wäscheservice, die Benutzung des Internets, Stromkosten zum Aufladen von Kameras, Versicherung bei Unfall oder Krankheit.

Trekkingausrüstung:

Man kann einen Daunenschlafsack und eine Daunenjacke gegen ca. 1 US \$ pro Tag leihen. Wenn man sie kauft, muss man mit \$ 60 – 110 für jedes Stück rechnen.

- **Kosten** pro Person im Doppelzimmer: **EUR 480**

Da nicht alles Logdes über Einzelzimmer verfügen, bezahlt man, sofern ein Einzelzimmer vorhanden ist, den Einzelzimmerzuschlag vor Ort direkt.

Mindestteilnehmerzahl: 8 Personen

Das Anmeldeformular folgt auf der nächsten Seite.



HAUS DER HOFFNUNG - HILFE FÜR NEPAL e.V.

ANMELDEFORMULAR

Bitte senden Sie Ihre Anmeldung an:

**Eva Haag, Auwiesenstr. 38 , 70565 Stuttgart
oder per Mail: emhaag@web.de**

E-Mail: info@hausderhoffnung-nepal.de bei Fragen

FÜR DIE NEPALREISE , 07.11. - 21.11.2018

- **Programm A: Kathmandu-Chitwan- Pokhara***
- **Programm B: Kathmandu - Muktinath***
- **Verlängerung mit SCHNUPPERTREK vom 19.11.-26.11.2018***

(* Zutreffendes bitte ankreuzen)

Bitte für jede Person einzeln ausfüllen:

Name: Vorname:

Geb.datum: Straße:

PLZ: Ort:

Tel. mit Vorwahl: Mobil:

E- Mailadresse:

Doppelzimmer (mit) Einzelzimmer

Ich buche beim Schnuppertrekking: DZ mit.....

Meine E-Mailadresse darf an die anderen Teilnehmer weitergegeben werden: JA* NEIN *

Ich bitte um ein Angebot für eine Reiseausfallkostenversicherung: JA* NEIN*

Hiermit melde ich mich/wir uns für die o.g. Reise an. Ich entrichte eine Anzahlung von **€ 200,-** pro Person nach Erhalt der Bestätigung auf das angegebene Konto. Bei Buchung von Muktinath entrichte ich weitere **€ 50,-** , bei Buchung des Schnuppertreks weitere **€ 100,-** pro Person als Anzahlung. Den restlichen Reisebetrag entrichte ich nach Aufforderung in ein bis zwei weiteren Raten, jedoch bis spätestens sechs Wochen vor Reisebeginn.

Teilnehmer an Programm B (Muktinath) und/oder Trek scannen bitte ein Passfoto ein und schicken es per Mail zusammen mit der Anmeldung. Die Fotos müssen nicht biometrisch sein.

Bankverbindung:

Haus der Hoffnung – Hilfe für Nepal e.V.

Kreissparkasse Ostalb, IBAN: DE66 6145 0050 1000 6783 45 , vom Ausland: BIC: OASPDE6A

Datum: Unterschrift:.....