



PHANTASTISCHES TREKKING IN DOLPO

AUF DEN SPUREN DER SCHNEELEOPARDEN DURCH DAS UNTERE UND OBERE DOLPO

Im Land von Peter Matthiesens berühmtem Roman sind wir «Auf den Spuren des Schneeleoparden» unterwegs. Wir wandern durch steile Schluchten, karge Hochwüsten und fruchtbare Täler zum legendären Kristall-Kloster Shey Gompa und zum türkisblauen Phoksundo-See. Unser Trekking führt uns in einer grossen Runde über 5000 Meter hohe Pässe durch das Untere und Obere Dolpo. Dolpo gehört zu den abgelegensten Gebieten im Himalaya und überrascht mit seiner tibetischen Kultur und Bevölkerung und einsamen Klöstern, die dem tibetisch-lamaistischen Buddhismus oder der Bön-Religion angehören. Wir wandern auf anspruchsvollen und wenig begangenen Wegen, durch tiefe Schluchten und über hohe Pässe. Unterwegs kommen wir an einigen der abgelegensten Dörfer in Nepal vorbei, wo wir bei persönlichen Kontakten Einblicke ins oftmals harte Leben der Dolpas gewinnen. Dieses anspruchsvolle Trekking bringt uns in eine der ursprünglichsten Regionen von ganz Nepal.

REISEDATEN

Sa 17 Sep - Di 11 Okt 2022 (25 Tage) ab 6'790.-

Buchbar Preis
unter Vorbehalt

PREISE / ZUSCHLÄGE

Preis pro Person bei 6-10 Personen CHF 6'790.-

Zuschlag Kleingruppe 3-5 Personen CHF 200.-

Zuschlag Kleingruppe bei 2 Personen CHF 500.-

Zuschlag Einzelbelegung CHF 630.- 1)

1) In den Lodges während des Trekkings ist der Platz 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.

Reiseprogramm

1. Tag: Aufbruch nach Nepal

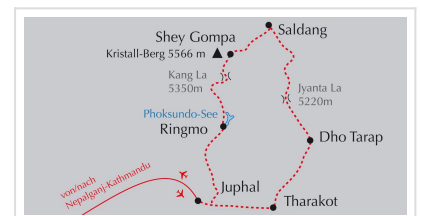
FACTS & FIGURES

Level 4
Trekkinglevel

25 Tage
Dauer

2-10
Teilnehmer

6'790.-
Preis ab (CHF)



Linienflug nach Kathmandu.

Gesamte Flugzeit Zürich-Kathmandu 10 bis 11 Stunden. Dies sind zwei Teillflüge und einmal Umsteigen.

2. Tag: Ankunft in Kathmandu

Am Flughafen werden wir von unserem lokalen Partner empfangen. Er wartet am Ausgang mit einem Schild beschriftet mit Himalaya Tours und bringt uns in einer kurzen Fahrt in unser Hotel. Am Nachmittag besichtigen wir die alte Königsstadt Patan. Dies ist eine der drei Königsstädte im Kathmandu-Tal. Neben dem Durbar Square ist Patan auch bekannt für seine vielen Handwerker und Künstler. Ein guter Teil der Metallarbeiten, aber auch der Malereien werden hier gefertigt.

Übernachtung im Hotel im Kathmandu-Tal (1300 Meter).

Fahrzeit ½ Std.

3. Tag: Besichtigungen in Kathmandu und Flug nach Nepalganj

Bei der riesigen Stupa von Bodnath im tibetischen Viertel geniessen wir die friedliche Atmosphäre und umrunden mit den zahlreichen Tibetern das grosse Bauwerk. Anschliessend besichtigen wir 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. Pashupatinath liegt sehr nahe am Flughafen, wo wir bereits heute Nachmittag das Flugzeug in Richtung Nepalganj besteigen.

Übernachtung im Hotel in Nepalganj (150 Meter).

Wanderung ½ Std. Fahrzeit 1 Std. Flugzeit 1 Std. (F,A)

4. Tag: Weiterflug nach Juphal und Start des Trekkings

Heute hoffen wir auf schönes Wetter. Der Flug ins Untere Dolpo ist ein Sichtflug und findet nur bei guten Wetterverhältnissen statt. In Juphal auf knapp 2500 Meter treffen wir unsere Begleitmannschaft. Nach einer herzlichen Begrüssung und dem Verteilen der Lasten starten wir unser Trekking. Unser heutiges Ziel ist Dunai, der Hauptort dieses Distrikts. Hinweis: Sollte der Flug auf einen späteren Tag verschoben werden, dann wird das Trekkingprogramm angepasst. Es sind bewusst genügend Reservetage auf der Route eingerechnet.

Übernachtung im Zelt in Dunai (2150 Meter).

Flugzeit ¾ Std. Trekking 3 Std. (F,M,A)

5. Tag: Im Tal des Barbung Khola

Während den nächsten Tagen gewöhnen wir uns an den ruhigen und gleichmässigen Rhythmus des Wanderns in grösserer Höhe. Dem Lauf des Barbung Khola (Khola = Fluss) folgend erreichen wir einen gemütlichen Mittagsplatz, wo wir eine ausgiebige Pause geniessen, bevor wir zum Camp bei Tharakot aufsteigen.

Übernachtung im Zelt in Tharakot (2450 Meter).

Trekking 5 Std. (F,M,A)

6. Tag: Immer aufwärts

Drei Tage lang folgen wir dem Tharap Khola flussaufwärts. Wir überqueren den Fluss bei Laisicap. Es folgt ein steiler Aufstieg durch einen schönen Wald, bis wir das direkt am Fluss liegende Lager Laina Odar erreichen.

Übernachtung im Zelt in Laina Odar (3300 Meter).

Trekking 6 Std. (F,M,A)

7. Tag: Durch eine spektakuläre Schluchtlandschaft

Wir verlassen das Camp und steigen in Serpentinaen steil hinauf zum höchsten Punkt, auf dem Gebetsfahnen flattern. Das Tal des Tarap Khola wird enger, wir wandern durch spektakuläre tiefe Schluchtabschnitte und über Anhöhen, bis wir den Lagerplatz Nawarpani (Pibuk) unter einem Felsüberhang erreichen.

Übernachtung im Zelt in Nawarpani (3650 Meter).

Trekking 6 Std. (F,M,A)

8. Tag: Schönes Dorf Dho Tarap

Wir steigen dem Tarap Khola entlang weiter aufwärts durch eine grandiose Schlucht. Beim Stupa von Ghyamgar verlassen wir die enge Klamm und folgen dem Weg flussaufwärts mit herrlichen Ausblicken nach Dho Tarap, wo wir das Lager in der Nähe des Dorfes aufschlagen.

Übernachtung im Zelt in Dho Tarap (4100 Meter).

Trekking 7 Std. (F,M,A)

9. Tag: Ruhe- und Akklimatisationstag

In Dho Tarap befinden wir uns bereits im tibetisch geprägten Kulturkreis und können in der Umgebung die ersten Gompas (Klöster) besuchen oder den freundlichen Dolpas (Leute von Dolpo) bei der (Feld)arbeit zuschauen oder sogar selber mit Hand anlegen. Es besteht auch die

Möglichkeit, einen Aussichtsberg zu besteigen. Hoch und runter dauert ungefähr 2 – 3 Stunden.

Übernachtung im Zelt in Dho Tharap (4100 Meter).

Optionale Wanderung 3 Std. (F,M,A)

Die weiteren Etappen und Lager hängen von unserer Akklimatisation ab und können variieren.

10. Tag: Weites Tal, schöne Weiler und kleine Klöster

Der Weg führt uns weiter ins Obere Dolpo. Wir ziehen durch ein weites Tal mit verstreuten Siedlungen und kleinen Klöstern bis nach Tokyu und weiter in Richtung des Lagers bei Murjung.

Übernachtung im Zelt in Murjung (4600 Meter).

Trekking 5 – 6 Std. (F,M,A)

11. Tag: Über den ersten Fünftausender Pass

Der dreistündige Aufstieg zum Jyanta Bhanyang La verläuft kontinuierlich und bietet eine schöne Aussicht auf die Gipfel der Dolpo-Region. Mit ein wenig Glück können wir unterwegs Blauschafe beobachten, bevor wir die Passhöhe erreichen, wo sich der Blick auf den Dhaulagiri und die Berge Tibets öffnet. Hier stehen wir auf einer Höhe von über 5200 Metern und sind dem Himmel nah. Unser Weg führt uns zuerst steil, dann flacher durch verschiedene Seitentäler entlang des Sarung Khola bis zum Camp beim Hirtenlager von Samdo.

Übernachtung im Zelt in der Nähe von Samdo (4600 Meter).

Trekking 6 – 7 Std. (F,M,A)

12. Tag: Manisteine und Chörten

Durch kleine Seitentäler entlang des Sarung Khola geht es mit Bachquerungen weiter nach Rakyo. Es folgt ein kurzer, steiler Anstieg. Anschliessend schreiten wir durch ein fruchtbares Tal mit kleinen Weilern und Dörfern, die den kulturellen Einfluss des nahen Tibet spüren lassen. Manisteine und Chörten stehen an unserem Weg nach Chagaon/Namdo.

Übernachtung im Zelt in Chagaon/Namdo (4050 Meter).

Trekking 6 – 7 Std. (F,M,A)

13. Tag: Zum «Hauptort» Saldang

Heute haben wir eine kurze Etappe vor uns. Nach einem gemütlichen Morgenessen nehmen wir diese in Angriff und erreichen nach 3 – 4 Stunden das Dorf Saldang. Dieses gilt als Hauptort des Oberen Dolpo. Hier machen wir einen Rundgang durch das interessante Dorf. Vielleicht können wir die grosse Saldang Gompa mit dem tibetischen Ärztehaus besuchen.

Übernachtung im Zelt in Saldang (3800 Meter). (F,M,A)

Trekking 3 – 4 Std. (F,M,A)

14. Tag: Auf und ab

Ab Saldang besteigen wir eine mit Gebetsfahnen geschmückte Passage und wandern über einen weitläufigen Höhenzug. Der Abstieg führt über geröllige Serpentinien abwärts nach Namgung oder Luri Gompa, das am Fuss eindrucksvoller Felsen liegt. Hier errichten wir das Camp. Am Nachmittag besuchen wir das Kloster von Ringpoche Sherap Sangpo (auch bekannt aus dem Film «Dolpo Tulku - Heimkehr in den Himalaya»).

Übernachtung im Zelt in Namgung oder Luri Gompa (4450 Meter). (F,M,A)

Trekking 4 – 5 Std. (F,M,A)

15. Tag: Über einen hohen Pass

Auf dem Weg nach Shey Gompa überqueren wir einen weiteren Fünftausender-Pass, den Sela La (5090 m). Wir wandern den von Geröll versehenen Flusstälern entlang hoch auf die Passhöhe, wo unvermittelt der weisse, über 6600 Meter hohe Berg Kanjirowa imposant in die Höhe ragt. Der Abstieg führt durch ein Tal mit Wacholder nach Shey Gompa. Dort schlagen wir am schönen Flüsschen nahe dem Kloster unser Camp auf.

Übernachtung im Zelt in Shey Gompa (4300 Meter).

Trekking 7 Std. (F,M,A)

16. Tag: Legendäres Kristall-Kloster Shey

Ein ganzer Tag steht uns zur Verfügung, um Shey und sein berühmtes Kristall-Kloster zu erforschen. Wer Lust hat, kann einen Ausflug zum Kristall-Berg zu unternehmen. Das Bergkloster Tsakang liegt dort malerisch in einem Seitental in einer Felswand. Wir kehren zurück ins Camp und können den Rest des Tages relaxen, morgen liegt ein anspruchsvoller Tag vor uns.

Übernachtung im Zelt in Shey Gompa (4300 Meter).

Optionales Trekking 2 – 3 Std. (F,M,A)

17. Tag: Anstrengender Pass

Heute erwartet uns ein anstrengender Tag und wir brechen früh auf. Der Weg führt uns durch ein schönes Hochtal vorbei an einem Wasserfall und in mehreren Steilstufen zu einem Hochplateau auf 5000 Metern Höhe. Das letzte steile Stück durch Schiefergeröll kostet nochmals Energie und endlich stehen wir auf dem Kang-La (5350 m), wo uns ein gewaltiger Rundblick nach Tibet und auf die Berge des Dolpo für die Strapazen belohnt. Ein langer Abstieg führt uns in tiefere Gefilde, wo wir auf einer Höhe von 4400 Metern unser Lager aufstellen.

Übernachtung im Zelt im Pass Camp (4400 Meter).

Trekking 7 – 8 Std. (F,M,A)

18. Tag: Zum Phoksundo Khola Camp

Der Abstieg durch eine steile, enge Schlucht erfordert Trittsicherheit und Balance, um die teils wackeligen Blöcke und Steine im Tuk Kyaksa-Tal gut zu meistern und die Bachläufe auf den kleinen Brücken und Steinen zu überqueren. Nach der Kargheit im Norden überrascht uns das mit Birken und Föhren bewachsene Tal des Phoksundo Khola. Immer weiter steigen wir ab bis zum Phoksundo Khola Camp.

Übernachtung in Phoksundo Khola (3650 Meter). (F,M,A)

Trekking 6 – 7 Std. (F,M,A)

19. Tag: Phantastischer Weg durch steile Felswände

Die heutige Etappe ist eine der spektakulärsten auf unserem Trekking und auch einer der eindrucklichsten Wegabschnitte in ganz Nepal. Wir laufen auf einem schmalen Weg durch die steile Felswand westlich des Phoksundo-Sees. Dieser Weg wurde von Hand aus der steilen Felswand herausgehauen und ist an einigen Stellen luftig und ausgesetzt. Wir erreichen um die Mittageszeit die Ortschaft Ringmo.

Übernachtung im Zelt am Phoksundo-See (3600 Meter).

Trekking 4 – 5 Std. (F,M,A)

20. Tag: Imposanter Wasserfall

Heute geht es mehrheitlich bergab. Ein Gegenanstieg bringt uns zu einem Aussichtspunkt auf den imposanten 200 Meter hohen Wasserfall des Phoksundo-Khola. Weiter wandern wir hinunter durch Siedlungen und Terrassenfelder dem Flusslauf entlang hinunter nach Rechi.

Übernachtung im Zelt in Rechi (2950 Meter).

Trekking 6 Std. (F,M,A)

21. Tag: Abstieg durch das Tal des Suli Khola

Durch wunderschöne Mischwälder folgen wir dem rauschenden Fluss abwärts. Unterwegs säumen Mais- und Getreidekulturen den Weg und im Herbst ernten die Einwohner hier auch Chilischoten und Tomaten.

Übernachtung im Zelt in Dunai (2150 Meter).

Trekking 6 – 7 Std. (F,M,A)

22. Tag: Der Kreis schliesst sich in Juphal

Ein letzter, kürzerer Trekkingtag bringt uns hinab nach Ruggad. Auf bekannter Route wandern wir zurück nach Juphal, dem Ausgangspunkt unseres Trekkings vor drei Wochen. Abends feiern wir mit unserer lokalen Mannschaft das gute Gelingen unseres Trekkings.

Übernachtung im Zelt in Juphal (2450 Meter).

Trekking 4 – 5 Std. (F,M,A)

23. Tag: Rückflug nach Nepalganj und weiter nach Kathmandu

Wir hoffen auf gutes Wetter und besteigen die kleine Maschine, die uns nach Nepalganj fliegt. Dort nehmen wir einen Anschlussflug nach Kathmandu. Vom Treiben in Kathmandu sind wir nach der langen Zeit in den Bergen fast überfordert, aber dafür geniessen wir die Annehmlichkeiten der Zivilisation wie eine warme Dusche, einen feinen Kaffee und ein richtiges Bett. Hinweis: Auch der Flug von Juphal nach Nepalganj findet nur bei guter Sicht statt. Der folgende Tag in Kathmandu ist ein Reservetag, falls der Flug wegen der Sicht- oder Wetterbedingungen auf den nächsten Tag verschoben werden sollte.

Übernachtung im Hotel im Kathmandu-Tal (1300 Meter).

Flugzeit 1 ¼ Std. (F,M), Fahrzeit ½ Std.

24. Tag: Freier Tag in Kathmandu

Heute geniessen wir einen freien Tag in Kathmandu und haben Zeit, um unsere Kleider waschen zu lassen, gemütlich einen Kaffee zu trinken oder uns durch die Speisekarten der vielen guten Restaurants in Kathmandu zu «futtern». Aber nicht zu viel essen, denn heute Abend führt uns unser lokaler Führer 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.

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

25. Tag: 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.

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

Programm- und Preisänderungen vorbehalten

Anforderungen: Anspruchsvolles Trekking, sehr gute Kondition, 10 Tagesetappen von 3 – 6 Stunden, 7 Tagesetappen von 6 – 8 Stunden in Höhen bis 5350 Meter. Schwindelfreiheit und Trittsicherheit. Keine längeren Überlandfahrten.

Abenteuerliche Trekkingreise in das abgelegene Gebiet des Oberen Dolpos. Das Land der Dolpa (Einwohner Dolpos) ist geprägt von hohen Pässen und weiten, fast menschenleeren Landschaften an der Grenze zu Tibet. Unterwegs begegnen wir Yak-Karawanen, besuchen einsame Dörfer und mystische Klöster wie die legendäre Shey-Gompa. Spektakulärer Weg entlang des sagenhaften, türkisblauen Phoksundo-Sees, dem zweitgrössten See Nepals.

Im Preis inbegriffen

- Flüge Zürich-Kathmandu retour in Economy-Klasse
- Flüge Kathmandu-Nepalganj-Juphal retour
- Flughafentaxen und Treibstoffzuschlag
- Alle Überlandfahrten und Transfers
- 4 Übernachtungen im Hotel im Doppelzimmer im Kathmandu-Tal und in Nepalganj
- 19 Übernachtungen im Doppelzelt während des Trekkings (evtl. wenige Nächte auch in einfacher Lodge)
- Vollpension während der ganzen Reise, in Kathmandu nur Frühstück
- Trinkwasser, Tee, Kaffee während dem Essen bei Zeltübernachtungen
- Eintrittsgebühren für Besichtigungen laut Programm
- Spezialbewilligungen für Dolpo
- Schlafzelte, Ess-, Koch- und WC-Zelt, Klapptische und -stühle, Kochutensilien und Geschirr
- Lokale englischsprechende Reiseleitung plus Begleitmannschaft während des Trekkings
- Umfangreiche Notfallapotheke
- Pulsoxymeter zur Sauerstoffmessung im Blut
- Sauerstoff-Flasche
- Mobile Höhendruckkammer
- Wasserfilter von Katadyn
- Satellitentelefon
- Extra-Reitpferd für Notfälle
- 24h-SOS-Telefon von Himalaya Tours in der Schweiz und unserem lokalen Partner vor Ort
- Visum für Nepal (US\$ 50, Stand August 2020)
- Erledigen aller Formalitäten für Nepal
- Vorbereitungstreffen
- Landkarte von Nepal
- Abschlussessen in Kathmandu
- Platypus-Beutel als Bett- und Getränkeflasche zu gebrauchen
- Heisse Bettflasche in kalten Nächten

Im Preis nicht inbegriffen

- Trinkgelder (CHF 150 – 200 pro Person)
- Mittag- und Abendessen in Kathmandu
- Getränke in Hotels, Gasthäusern und Lodges

Hinweise

- Das Hauptgepäck wird während des Trekkings transportiert, den Tagesrucksack tragen wir selbst
- Diese Reise wird in Zusammenarbeit mit Himalaya Tours durchgeführt. Es gelten deren Reisebedingungen.

Diese Reise kann an beliebigen Daten als Privatreise ab zwei Personen organisiert werden. Kontaktieren Sie uns und verlangen Sie

eine Offerte. Preis auf Anfrage.