



*Dann Besonders
auf des Spass.*



📍 NEPAL

Langtang, Helambu und Tamang

22 Tage Lodgetrekking mit uralter Bergkultur und den heiligen Gosainkund-Seen

PRIVATREISE 2-12 Reisende	AKTIVITÄTEN • Wandern oder Trekking • Gipfeltouren	ANFORDERUNGEN 3,5 von 5	REISECODE NEP20
--	---	--	----------------------------------

- ✓ Nur bei uns: Einzigartige Kombination aus 3 faszinierenden Trekkinggebieten
- ✓ Unbedingte Empfehlung der Nepal-Buchautoren Ray Hartung und Sophie Kelly
- ✓ Selten begangen, reich an Kultur und ideal zur Akklimatisierung
- ✓ Wahlweise 2 Ruhetage oder Besteigung der 5.000er Tsergo Ri und Surya Peak

Die Reise im Überblick

Aktuelle Situation in der Langtang-Region

Am 26. August löste ein gewaltiger Eis- und Felsabbruch im Himalaya eine verheerende Sturzflut aus. Besonders im Raum Rasuwa / Langtang wurden Dörfer, Straßen und Brücken schwer beschädigt. Die Rettungsarbeiten laufen weiterhin unter schwierigen Bedingungen. Unsere Gedanken und unser tiefes Mitgefühl sind bei den Menschen vor Ort, die von der Katastrophe betroffen sind.

Was bedeutet das für diese Reise? Die allermeisten Trekkingetappen dieser Tour sind nicht direkt von der Katastrophe betroffen. Die höher gelegenen Trekkingwege liegen außerhalb des unmittelbar betroffenen Flussskorridors, sodass ein Trekking grundsätzlich weiterhin möglich ist. Sorgen bereiten uns derzeit jedoch die Erreichbarkeit und Versorgungslage der Region im Herbst. Mit unseren zwei anstehenden Langtang-Gruppen stehen wir bereits im intensiven Austausch, prüfen Alternativen und besprechen gemeinsam mit den Gästen die Möglichkeiten.

Gleichzeitig möchten wir das Langtang-Trekking nicht grundsätzlich infrage stellen. Sobald eine sichere Anreise wieder möglich ist, kann ein verantwortungsvoll durchgeführtes Trekking einen wichtigen Beitrag zum Wiederaufbau leisten, da viele Menschen entlang der Trekkingwege vom Tourismus leben. Deshalb möchten wir auch zukünftige Trekkingreisende ausdrücklich ermutigen, die Langtang-Region weiterhin in Betracht zu ziehen – gerade dann, wenn die Region wieder sicher bereisbar ist und Gäste einen wichtigen Beitrag zur Rückkehr des Tourismus leisten können. Wir werden die Entwicklung vor Ort sehr genau beobachten und unsere Reisen verantwortungsvoll an die Gegebenheiten anpassen.

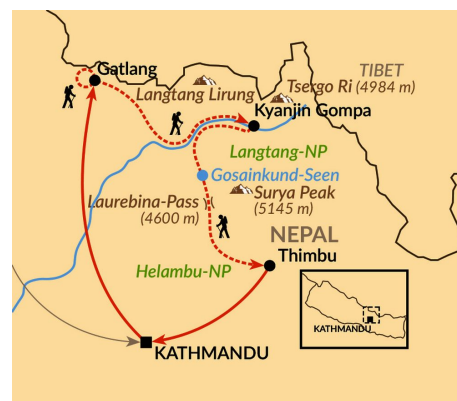
Bei Fragen oder Unsicherheiten sind wir jederzeit gerne für Sie da.

Drei völlig unterschiedliche Trekkinggebiete in einer Reise harmonisch vereint

Lassen Sie sich in eine grandiose Landschaft entführen, die bekannten Regionen wie Annapurna oder Everest in nichts nachsteht. Entlang des stark gegliederten Reliefs durchqueren Sie vielfältige Vegetationszonen – vom fast tropischen Bergwald bis ins karge, von markanten Eiszacken umrahmte Langtang-Tal. Unvergessliche Himalaya-Ausblicke, heilige Seen, traditionelle Bergdörfer und die Überschreitung des Laurebina-Passes (4.600 m) gestalten diese Kombination aus drei Trekkingregionen besonders abwechslungsreich. Wer noch höher hinaus will, kann den Tsergo Ri (4.984 m) oder den Surya Peak (5.145 m) besteigen – oder zwei wohlverdiente Ruhetage einlegen.

Wo Berge Geschichten schreiben und Touren zu persönlichen Lieblingsreisen werden

Die Nepal-Buchautoren und schulz aktiv-Mitarbeiter Ray Hartung und Sophie Kelly sind sich einig: „Diese Tour ist GENIAL!“ Begeisterung weckt vor allem die Nähe zu Kathmandu – Inlandsflüge oder lange, holprige Anfahrten entfallen. Auch die Trekkingdauer überzeugt: 16 Wandertage garantieren intensiven Naturgenuss fernab von Zivilisation und Straßenlärm – umgeben von beeindruckender Landschaft, ursprünglicher



Kartenskizze der Reiseroute (nicht maßstabsgetreu).

Kultur und den Vorzügen der nepalesischen Lodge-Infrastruktur. Den selten begangene Tamang Heritage Trail nennen die Autoren als persönlichen Geheimtipp: Er bietet authentische Einblicke in das Leben der gastfreundlichen Bergvölker und in ihre stark tibetisch geprägte Tradition.

Trekking auf selten begangenen Pilgerpfaden zwischen Götterseen und Eisriesen

Der Einstieg im Tamang-Gebiet bietet ideale Bedingungen zur Akklimatisierung. Gut vorbereitet geht es weiter ins beeindruckende Langtang-Tal, das vom gewaltigen Langtang Lirung (7.234 m) und vom eleganten Gangchempo (6.387 m) überragt wird. Abseits des 8.000er-Trubels entdecken Sie Pfade und uralte Wälder – und genießen spektakuläre Ausblicke auf Gletscher, Hochalmen und schneebedeckte Gipfel. Der Aufstieg zu den heiligen Gosainkund-Seen wird mit Fernblicken bis nach Tibet belohnt. Gut angepasst an die Höhe meistern Sie den Laurebina-Pass (4.600 m) und steigen schließlich ins grüne Helambu-Gebiet mit blühenden Rhododendronwäldern und lebendiger Sherpa-Kultur ab.

Reisedaten auf einen Blick

Reisecode	NEP20
Reisedauer	22 Tage
Reiseland	Nepal
Reisart	Privatreise, 2–12 Reisende
Aktivitäten	Wandern oder Trekking, Gipfeltouren
Unterkünfte	Hotels und Pensionen, Übernachtung in Hütte
Anforderungen	3,5 von 5
Veranstalter	schulz aktiv reisen e.K.

Anforderungen: 3,5 von 5

- Für mittelschwere und teilweise anspruchsvolle Trekkingtouren mit Tagesrucksack (4–8 h pro Tag), davon mehrere Tage in Höhen von 3.500 bis 4.600 m, ist eine sehr gute Kondition erforderlich.
- Durch die Akklimatisation auf dem Tamang Heritage Trail ist die Tour auch für Hochgebirgsneulinge gut zu bewältigen. Auch die Überschreitung des Laurebina-Passes (4.600 m) gegen Ende der Tour ist problemlos möglich.
- Die Besteigung des Tsergo Ri (4.984 m) und des Surya Peak (5.145 m) ist optional. Technisch einfach, aber gute Kondition, Trittsicherheit und stabiles Wetter sind erforderlich; alternativ sind zwei Ruhetage oder leichte Wanderungen möglich.
- Eine wichtige Voraussetzung ist die Bereitschaft zum Komfortverzicht bei Übernachtungen in ordentlichen, aber zum Teil sehr rustikalen nepalesischen Berghütten mit einfachen Sanitäreinrichtungen.
- Ein eigener Schlafsack mit einem Komfortbereich bis –8 °C ist mitzubringen.

Reiseverlauf

1. Tag

Anreise nach Nepal

Ihr Anreise nach Kathmandu erfolgt in der Regel mit einem Nachtflug. Gern vermitteln wir Ihnen auf Wunsch die passende Flugverbindung.



2. Tag

Ankunft in der pulsierenden Hauptstadt Kathmandu

Schon der Anflug ist beeindruckend: Mit etwas Glück und bei guter Sicht können Sie die Himalaya-Kette bestaunen. Sie erreichen die Hauptstadt Kathmandu, die mit knapp zwei Millionen Einwohnern die größte Stadt Nepals ist und auf rund 1.300 Metern in einem weiten Talkessel liegt. Nach Ihrer Ankunft erfolgt der Transfer ins Stadtzentrum zum Hotel. Je nach Flugplan bleibt Zeit für erste Erkundungen und einen kleinen Rundgang. Am Abend erwartet Sie ein typisch nepalesisches Begrüßungssessen.



Übernachtung in Hotel im Einzel- oder Doppelzimmer mit privatem Bad. • Mahlzeiten: Abendessen

3. Tag

Erlebnisreiche Fahrt von Kathmandu nach Gatlang (2.200 m)

Am frühen Morgen fahren Sie über Nuwakot (Trishuli) bis zum Ausgangspunkt des Treks nach Gatlang. Zu Beginn führt eine asphaltierte Straße durch die malerische Vorgebirgslandschaft mit Ausblicken auf Ganesh Himal und den Manaslu (8.156 m), bevor der letzte Abschnitt über eine staubige Piste verläuft. Am Nachmittag können Sie das vielbeschäftigte Treiben in einem großen Bauerndorf beobachten. Hier leben die Tamangs in teils noch erhaltenen alten Steinhäusern mit prächtig verzierten Holzfenstern.



Fahrt: ca. 8-9 h • Übernachtung in Hütte im Einzel- oder Doppelzimmer mit Gemeinschaftsbad. • Mahlzeiten: Frühstück, Mittagessen, Abendessen

4. Tag

Trekking bis Tatopani (2.615 m) und entspannen in Thermalquellen

Der erste Abschnitt dient zum gemütlichen Einlaufen. Nach etwa fünf Stunden erreichen Sie bei herrlichen Aussichten auf den Ganesh Himal und das Langtang-Tal die bunte Lodgesiedlung Tatopani (2.615 m). Der Name bedeutet „heißes Wasser“, da eine heiße Quelle mitten durch das Dorf führt und für Badegenuss sorgt. In der Ferne leuchten die schneebedeckten Spitzen der Kerung-Berge von Tibet. Bei mildem Mittelgebirgsklima lassen Sie den Tag gemächlich ausklingen.

Wanderung: ca. 6 h, +850/-680 Hm, 13 km • Übernachtung in Hütte im Einzel- oder Doppelzimmer mit Gemeinschaftsbad. • Mahlzeiten: Frühstück, Mittagessen, Abendessen

5. Tag**Trekking zum Aussichtsberg Nagthali (3.250 m) bis Thuman (2.300 m)**

Sie passieren die malerischen Tamang-Orte Nagthali und Bimthang. Zuerst windet sich der Pfad bergauf durch Rhododendronwälder, die im Frühjahr in bunten Farben erblühen. In Nagthali, dem spirituellen Zentrum der Region, genießen Sie einen traumhaften Rundumblick auf den Langtang und Ganesh Himal. Nach der Mittagsrast steigen Sie abwärts zum Tagesziel Thuman: Hier ist das Dorfbild durch die charakteristische Tamang-Architektur geprägt und alte schamanische Traditionen bestehen bis heute.



Wanderung: ca. 6–7 h, +650/–860 Hm, 12 km • Übernachtung in Hütte im Einzel- oder Doppelzimmer mit Gemeinschaftsbad. • Mahlzeiten: Frühstück, Mittagessen, Abendessen

6. Tag**Trekking über eine Hängebrücke und Aufstieg nach Briddhim (2.230 m)**

Heute erreichen Sie das Langtang-Tal. Der Weg führt zuerst hinab zum Bothekoshi-Fluss (1.600 m), wo Sie ihre erste große Himalaya-Hängebrücke überqueren. Auf der gegenüberliegenden Seite angelangt, wartet der Aufstieg nach Lingling (1.700 m). Über Serpentinien steigen Sie immer höher hinauf bis nach Briddhim (2.230 m): ein idyllisch gelegenes Tamang-Dorf mit einer farbenfrohen Gompa und aussichtsreichem Vorplatz. Auch hier wird Sie die gute Auswahl aus frisch zubereiteten Gerichten erfreuen.



Wanderung: ca. 6–7 h, +670/–770 Hm, 9 km • Übernachtung in Hütte im Einzel- oder Doppelzimmer mit Gemeinschaftsbad. • Mahlzeiten: Frühstück, Mittagessen, Abendessen

7. Tag**Trekking über aussichtsreiche Panoramapfade bis Rimche (2.390 m)**

Der Weg steigt an bis Sherpagaon und führt dann im stetigen Auf und Ab oberhalb des Langtang-Tals entlang, bevor er sich zu einem aussichtsreichen Panoramaweg entwickelt. Unterwegs passieren Sie landschaftliche Nutzfelder und treffen auf fleißige Einheimische. Auf der gegenüberliegenden Seite erblicken Sie die große Siedlung von Thulo Syabru und die weißen Spitzen der Gosainkund-Berge sowie die massive Gestalt von Paldor (5.865 m). Am Ende des Tages erreichen Sie Ihren Übernachtungsort Rimche.



Wanderung: ca. 7 h, +860/–560 Hm, 16 km • Übernachtung in Hütte im Einzel- oder Doppelzimmer mit Gemeinschaftsbad. • Mahlzeiten: Frühstück, Mittagessen, Abendessen

8. Tag**Trekking durch das Langtang-Tal bis zum Dorf Langtang (3.400 m)**

Entlang des rauschenden Langtang Khola-Flusses wandern Sie durch dichten Dschungel. Mit etwas Glück erspähen Sie Affen, Vögel oder Wildziegen. Mit zunehmender Höhe öffnen sich weite Almen und erste Ausblicke auf den Langtang Lirung (7.227 m), die Sie begeistern werden. Im gleichnamigen Ort Langtang (3.400 m) sind die Ausmaße der gewaltigen Naturkatastrophe von 2015 noch sichtbar: Damals erschütterten mehrere Erdbeben das Land und das gesamte Dorf wurde verschüttet.

Wanderung: ca. 8 h, +1.070/-190 Hm, 15 km • Übernachtung in Hütte im Einzel- oder Doppelzimmer mit Gemeinschaftsbad. • Mahlzeiten: Frühstück, Mittagessen, Abendessen

**9. Tag****Trekking bis zum Ende des Tals nach Kyanjing Gompa (3.700 m)**

Heute lassen Sie die Baumgrenze hinter sich und die Vegetation wird immer spärlicher. Vom kleinen Dörfchen Mundu (3.550 m) aus sehen Sie bereits den kegelförmigen Tsergo Ri (4.984 m). Seine Besteigung steht am nächsten Tag auf dem Programm. Die vielen Chörten und langen Manimauern aus behauenen Stein machen die Nähe zur tibetischen Kultur immer deutlicher, während Sie langsam den höher gelegenen Ort Kyanjing Gompa (3.700 m) am Ende des Tals erreichen.

Wanderung: ca. 4 h, +420/-30 Hm, 8 km • Übernachtung in Hütte im Einzel- oder Doppelzimmer mit Gemeinschaftsbad. • Mahlzeiten: Frühstück, Mittagessen, Abendessen

**10. Tag****Ruhetag im Bergparadies oder optionale Besteigung Tsergo Ri (4.984 m)**

Sie legen einen Ruhetag ein, um sich besser an die Höhe anzupassen. Machen Sie beispielsweise einen Spaziergang in der Umgebung und besichtigen Sie die hiesige Gompa. Auf alle Gipfelstürmer wartet der Höhepunkt des Langtang-Tals: ein optionaler Ausflug zum Kyanjing-Aussichtsgipfel (4.350 m) oder die Besteigung des Tsergo Ri (4.984 m). Belohnt wird der Aufstieg mit einem 360-Grad-Rundumblick auf Langtang Lirung (7.227 m), Dorje Lakpa (6.966 m) und den eleganten Gangchempo (6.387 m).

Optionale Bergbesteigung: ca. 8-9 h, +/-1.220 Hm • Übernachtung in Hütte im Einzel- oder Doppelzimmer mit Gemeinschaftsbad. • Mahlzeiten: Frühstück, Mittagessen, Abendessen



11. Tag**Trekking durchs Langtang-Tal zurück zum Lama Hotel (2.350 m)**

Auf dem schon bekannten Pfad geht es größtenteils am Ufer talauswärts zurück zum Lama Hotel (2.350 m). Mit etwas Glück können Sie hier lebende Affen bei ihrem aktiven Treiben oder gemütlich grasende Yaks auf den alpinen Almwiesen beobachten. Ruhen Sie sich am Abend in der gemütlichen Stube aus und lauschen Sie dem freundlichen Miteinander der Einheimischen.



Wanderung: ca. 8–9 h, +180/–1.500 Hm, 15 km • Übernachtung in Hütte im Einzel- oder Doppelzimmer mit Gemeinschaftsbad. • Mahlzeiten: Frühstück, Mittagessen, Abendessen

12. Tag**Trekking raus aus dem Langtang-Tal hinauf nach Thulo Syabru (2.200 m)**

Kurz nach Ihrem Aufbruch gabelt sich der Weg bei Rimche und Sie verlassen die bekannten Pfade. Halten Sie Ausschau nach den großen Bienenwaben an den Felsen: Der schmackhafte Himalaya-Honig und seine aufwendige Gewinnung sind weltberühmt. Sie steigen steil hinunter Richtung Talausgang und überqueren den Langtang-Fluss. Durch dichte Bambuswälder führt der Weg durch ein neues Seitental steil nach oben zum Gosainkund-Trek. Oben angekommen erreichen Sie das weitläufige Dorf Thulo Syabru (2.200 m).



Wanderung: ca. 8 h, +785/–1.010 Hm, 13 km • Übernachtung in Hütte im Einzel- oder Doppelzimmer mit Gemeinschaftsbad. • Mahlzeiten: Frühstück, Mittagessen, Abendessen

13. Tag**Trekking hinauf durch Rhododendron-Urwälder bis Shin Gompa (3.350 m)**

Heute geht es weiter hinauf durch den üppigen Rhododendron-Urwald. Schon bald begleitet Sie der offene Blick entlang des Annapurna-Massivs bis hin zum Langtang Lirung und bis nach Tibet. Auf einer kleinen aussichtsreichen Lichtung legen Sie eine ausgiebige Mittagsrast ein. Am Nachmittag erreichen Sie Shin Gompa (3.350 m), wo es den besten Yak-Käse des Landes gibt. Besuchen Sie unbedingt die lokale Käserei und das kleine Kloster mit seinen alten Wandmalereien.



Wanderung: ca. 6 h, +1.100/–40 Hm, 7 km • Übernachtung in Hütte im Einzel- oder Doppelzimmer mit Gemeinschaftsbad. • Mahlzeiten: Frühstück, Mittagessen, Abendessen

14. Tag**Trekking über alte Pilgerpfade bis Laurebina Yak (3.900 m)**

Eine steile, dafür kurze Passage führt Sie in eine kargere Umgebung hinauf. Bestens akklimatisiert fällt der Aufstieg leichter. Nicht weit hinter Shin Gompa lassen Sie abermals die Baumgrenze hinter sich und betreten wahrlich alpines Gelände. In Laurebina Yak kann es sehr windig zugehen – dafür bietet der einfache Übernachtungsort die schönste Fernsicht der Tour von den tibetischen Grenzriesen bis hin ins Manaslu- und Annapurna-Gebiet. Ein unglaubliches Spektakel bei Sonnenauf- und -untergang!

Wanderung: ca. 4 h, +670/-20 Hm, 6 km • Übernachtung in Hütte im Einzel- oder Doppelzimmer mit Gemeinschaftsbad. • Mahlzeiten: Frühstück, Mittagessen, Abendessen

**15. Tag****Trekking durch bizarre Mondlandschaft zu den Gosainkund-Seen (4.430 m)**

Sie folgen dem Pilgerpfad zu den heiligen Gosainkund-Seen, vorbei an kleinen Schreinen und flatternden Gebetsfahnen. Besonders im August – zum großen Pilgerfest – herrscht hier buntes Treiben, wenn Gläubige die Stätte Shivas aufsuchen. Doch auch außerhalb dieser Zeit beeindruckt die über 4.000 Meter hoch gelegenen, farbenfrohen Seen im zerklüfteten Gebirge. Ihr Quartier für zwei Nächte liegt direkt oberhalb des Seeufers.

Wanderung: ca. 3-4 h, +/-50 Hm, 4 km • Übernachtung in Hütte im Einzel- oder Doppelzimmer mit Gemeinschaftsbad. • Mahlzeiten: Frühstück, Mittagessen, Abendessen

**16. Tag****Ruhetag an den Bergseen oder optionale Besteigung Surya Peak (5.145 m)**

Bei guten Bedingungen können Sie den benachbarten Surya Peak (5.145 m) besteigen. Der einfache Gipfel bietet einen grandiosen Rundblick – bis nach Tibet, zu den 8.000ern Annapurna und Manaslu im Westen und zur Everest-Region im Osten. Der Aufstieg beginnt vor Sonnenaufgang und erfordert Trittsicherheit und Ausdauer. Wer sich lieber ausruhen möchte, genießt die tiefblauen Seen rund um Gosainkund – perfekt für entspannte Stunden oder eine malerische Rundwanderung.

Optionale Bergbesteigung: ca. 6-8 h, +800/-800 Hm • Übernachtung in Hütte im Einzel- oder Doppelzimmer mit Gemeinschaftsbad. • Mahlzeiten: Frühstück, Mittagessen, Abendessen



17. Tag**Trekking über den Laurebina La (4.600 m) ins vegetationsreiche Helambu**

Heute steht der höchste Pass der Reise auf dem Plan: Laurebina La (4.600 m). Dank guter Akklimatisierung ist die Etappe problemlos zu bewältigen. Der Weg führt durch karge Hochtäler und vorbei an kleinen Seen, hinauf zum Pass mit herrlichem Blick ins Mittelgebirge Richtung Kathmandu-Tal. Nach dem Abstieg nach Phedi (Passfuß) gibt es Mittagessen. Anschließend wandern Sie im steten Auf und Ab durch üppige Wälder, vorbei an Wasserfällen und durch dichten Rhododendronwald bis nach Ghopte (3.450 m).

Wanderung: ca. 8 h, +700/-1.350 Hm, 10 km • Übernachtung in Hütte im Einzel- oder Doppelzimmer mit Gemeinschaftsbad. • Mahlzeiten: Frühstück, Mittagessen, Abendessen

**18. Tag****Trekking entlang lebendiger Sherpa-Kultur bis Melamchigaon (2.530 m)**

Ein schmaler Pfad führt Sie hinab und wieder hinauf in den von Landwirtschaft geprägten Ort Melamchigaon (2.530 m). Dort warten die lebendige Sherpa-Kultur und ein beeindruckendes Dorfkloster auf Sie. Unterwegs genießen Sie atemberaubende Ausblicke auf die östlichen Himalaya-Gipfel, darunter der Gauri Shankar (7.181 m), das Rolwaling-Tal und das Everest-Gebiet sowie das grüne Kathmandu-Tal. Eindrücke, die lange in Erinnerung bleiben werden!

Wanderung: ca. 6 h, +200/-1.100 Hm • Übernachtung in Hütte im Einzel- oder Doppelzimmer mit Gemeinschaftsbad. • Mahlzeiten: Frühstück, Mittagessen, Abendessen

**19. Tag****Trekking hinab bis Thimbu (1.580 m) und Fahrt nach Kathmandu**

Am Morgen wandern Sie stetig bergab – durch Felder, Terrassen und Dörfer. Unterwegs passieren Sie alte Stupas und erleben das geschäftige Leben der Bergbauern. Es wird spürbar wärmer, die Zivilisation rückt näher. Die Strecke führt meist über einen ausgebauten Feldweg, auf dem vereinzelt Jeeps oder Mopeds fahren, und der bis ins Dorf Thimbu (1.580 m) am Melamchi Khola führt. Dort erwarten Sie Jeeps, die Sie über eine staubige Landstraße und später auf Asphalt zurück nach Kathmandu bringen.

Wanderung: ca. 5–6 h, +100/-1.750 Hm; Fahrt: ca. 5 h

Hinweis zur Jeepfahrt / Abholung: Der Weg bis Thimbu ist inzwischen als Fahrpiste ausgebaut. Bei gutem Wetter werden Sie früher abgeholt und fahren dafür länger – so vermeiden Sie den langen, staubigen Fußweg auf der Jeepiste. Nach starken Regenfällen ist die Fahrt jedoch nicht möglich, dann wandern Sie bis Thimbu und werden dort abgeholt. • Übernachtung in Hotel im Einzel- oder Doppelzimmer mit privatem Bad. • Mahlzeiten: Frühstück, Mittagessen



20. Tag**Zeit für individuelle Erkundungen in Kathmandu**

Der heutige Tag steht Ihnen für eigene Erkundungstouren in der Hauptstadt zur freien Verfügung. Lohnenswert ist ein Besuch einer der drei alten Königsstätten mit zahlreichen Relikten der Vergangenheit – oder der prunkvollen Tempelanlagen der Hindus und Buddhisten. Auch ein Streifzug durch die urigen Bazaar-Straßen der Altstadt wird Sie faszinieren. Lassen Sie beim gemeinsamen Abschlusssessen am Abend Ihre Eindrücke Revue passieren und genießen Sie die entspannte Atmosphäre sowie den Hotelkomfort.



Übernachtung in Hotel im Einzel- oder Doppelzimmer mit privatem Bad. • Mahlzeiten: Frühstück, Abendessen

21.-22. Tag**Transfer zum Flughafen und Abreise**

Je nach Abflugzeit haben Sie die Möglichkeit, Kathmandu noch auf eigene Faust zu erkunden. Nach dem Transfer zum Flughafen treten Sie Ihren individuellen Rückflug an und landen am späten Abend (Tag 21) in Europa bzw. bei Nachtflügen am Vormittag (Tag 22).



21. Tag: Mahlzeiten: Frühstück



Die Nächte verbringen Sie in kleinen, familiengeführten Lodges.



Sie durchlaufen urige Bergdörfer und lernen das Landleben kennen. (Foto: R. Lubiger)

Leistungen

Leistungen (ab/an Flughafen Kathmandu)

- Flughafentransfers ab/an Gruppenhotel
- Transfers in privaten Jeeps oder Kleinbussen von und nach Kathmandu
- 3 Übernachtungen in landestypischen Mittelklassehotels im Doppelzimmer mit DU/WC, 16 Übernachtungen in landestypischen Lodges im Doppelzimmer mit WC außerhalb (Zimmer nicht beheizbar)
- 19x Frühstück, 17x Mittagessen, 18x Abendessen (inkl. Begrüßung- und Abschiedsessen)
- 16-tägiges geführtes Lodge-Trekking
- Nepalesische Begleitmannschaft mit Trägern (1 Träger pro 2 Personen, max. 13 kg pro Person)
- Nationalparkgebühren: Langtang und TIMS
- Einheimische, Deutsch sprechende Reiseleitung
- Reiseleitung: Ray Hartung, Billi Bierling oder Tobias Pantel ab 8 Teilnehmern zu ausgewählten Terminen

Zusätzlich buchbare Leistungen

- Einzelzimmerzuschlag: 190 EUR
Nur 3 Hotelnächte; Lodges je nach Verfügbarkeit gegen Aufpreis vor Ort buchbar
- Rail&Fly ab allen deutschen Bahnhöfen (2. Klasse): 90 EUR
Bei Reisetterminen ab 01.11.2026: 95 EUR
- Flug nach Kathmandu (über uns buchbar)
- Zusatznacht in Kathmandu pro Person im Doppelzimmer: 25 EUR
- Zusatznacht in Kathmandu pro Person im Einzelzimmer: 40 EUR
- Flughafentransfer pro Person und Strecke: 15 EUR
Nur notwendig, falls abweichend vom An- und/oder Abreisetag.
- Verleih von Schlafsack oder Daunenjacke für ca. 2 EUR pro Tag
Bitte bei der Buchung angeben. Zahlung und Übergabe erfolgt vor Ort.

Zusätzliche Ausgaben vor Ort

- Nepal-Visum (bei Einreise): 50 USD (ca. 50 EUR)
- Nicht genannte Mahlzeiten und Getränke
- Trinkgelder (ca. 150 EUR) für Guides, Begleitmannschaft und Fahrer

Reisetermine, Preise, Einzelzimmerzuschläge und die Verfügbarkeit ändern sich laufend und sind deshalb nicht Teil dieses Dokuments. Den tagesaktuellen Stand finden Sie auf der Reiseseite. schulz-aktiv-reisen.de/reise/nep20/

Ihre Reiseleitung



Dambar Magar

Dambar ist unser Senior Trekking Guide, denn er führt und begleitet seit über 15 Jahren Gruppen von schulz aktiv reisen in Nepal. Er kennt fast jeden Weg im Gebirge und hat auf unzähligen Trekkingtouren so gut wie jeden Stein zweimal umgedreht. Sein enormes Wissen über die Kultur und Geschichte der Bergbewohner des Landes teilt er gern mit seinen Gästen. Als langjähriger, Begleiter von Ray Hartung (Autor des Nepal-Reiseführers beim Trescher Verlag), spricht er nicht nur gut Deutsch, sondern ist ihm auch die Mentalität europäischer Wanderer bestens bekannt. Entdecken Sie mit Dambar die landschaftlichen und kulturellen Höhepunkte Nepals, er freut sich auf Sie!



Ganesh Prasad Adhikari

Ganesh ist ein lustiger und freundlicher Wegbegleiter. Er spricht fließend Deutsch und ist ein vielseitig ausgebildeter Trekkingguide. Als erfahrener Bergführer kann er auf ein umfangreiches Wissen zurückgreifen, um seine Gäste sicher durch das Gebirge zu geleiten. Darüber hinaus wird er Ihnen mit seinen mannigfaltigen Kenntnissen über die Natur, Land und Leute viel über Nepal und dessen Kulturvielfalt erzählen. Auf Grund seines großen Wissensschatz führt Ganesh neben unseren Bergtouren auch unsere Natur- und Kulturreise "Berge, Tempel und Legenden" (NEP03).



Krishna Nepal

Krishna ist ein überaus freundlicher und geselliger Begleiter. Als deutschsprechender Kultur- und Trekking Guide freut er sich darauf, Ihnen seine Heimat näher bringen zu dürfen. Ob am hinduistischen Tempel, an der buddhistischen Stupa, im Mittelgebirge oder auf einem Trekking im hohen Himalaya, mit ihm an der Seite werden sie sich immer sicher und gut betreut fühlen.

Feedback unserer Reisegäste

Eine rundum gelungene Trekkingreise! Die abwechslungsreiche Route bot beeindruckende Landschaften, wunderschöne Bergpanoramen und viele authentische Einblicke in das Leben der Menschen in Nepal. Unser Guide Dambar und das gesamte Team sowie Agenturchef Sher und Familie waren hervorragend organisiert, freundlich und immer aufmerksam. Dank der guten Tourenplanung konnten wir die Höhe entspannt genießen und fühlten uns jederzeit bestens betreut. In meinen Augen ist diese Reise eine absolute Empfehlung. Ich nehme unvergessliche Eindrücke und viele schöne Erinnerungen mit nach Hause. Vielen Dank auch für die kompetente Beratung im Vorfeld.

“

”

Sabine M. (April 2026)

Hinweise zur Reise

Teilnehmerzahl

mind. 2 bis max. 12 Reisende

Absage bei Nichterreichen der
Mindestteilnehmerzahl bis 28 Tage
vor Reisebeginn vorbehalten.

Veranstalter

schulz aktiv reisen e.K.

Stand der Reiseinformationen

02.09.2026. Maßgeblich ist die
jeweils aktuelle Ausschreibung
unter schulz-aktiv-
reisen.de/reise/nep20/

Einreisebestimmungen

Deutsche, Österreicher und Schweizer benötigen für die Einreise:

- 30-Tage-Visum: Erwerb direkt bei Einreise am Flughafen 50 USD/EUR
- Reisepass: gültig bis mindestens 6 Monate nach Reiseende
- Versicherung: Alle Gäste benötigen einen schriftlichen Nachweis über den Abschluss einer Reiserücktritts- und einer Auslandsreisekrankenversicherung mit Rücktransport inkl. Rettungsdienst und Helikopterrettung mit sofortiger Kostenübernahme. Bitte beantragen Sie hierzu rechtzeitig eine englische Übersetzung bei Ihrer Versicherung und führen Sie diese als ausgedrucktes Dokument mit sich.
- Besonderheit: Eine Kreditkarte mit ausreichend hoher Deckungssumme wird empfohlen, da im Notfall Kosten zunächst selbst direkt vor Ort beglichen werden müssen.
- Impfung: Empfohlen sind die Standardimpfungen gemäß Impfkalender sowie gegen Hepatitis A und Thypus.

Sie besitzen eine andere Staatsbürgerschaft als die oben genannten? Wir informieren Sie bei Ihrer Reisebuchung über abweichende Bedingungen.

Reiseverlauf

Der Reiseverlauf kann aus klimatischen oder wichtigen organisatorischen Gründen abgeändert werden.

Buchtipps: Nepal-Reiseführer

Mit Kathmandu, Annapurna, Mount Everest und den schönsten Trekkingrouten (Trescher, 6. aktualisierte Ausgabe von 2025). Geschrieben von schulz aktiv-Reiseleiter Ray Hartung.

Buchtipps: Langtang-Reiseführer

Trekkingführer Nepal: Langtang, Helambu, Gosainkund & Tamang Heritage Trail (978-3-86686-152-7). Der Trekkingführer von Kay Tschersich und schulz aktiv-Mitarbeiterin Sophie Kelly, geb. Streck (Georg Stein Verlag, 2016) passt ideal zur Tour.

Privatreisen

Gern bieten wir Ihnen diese Reise auch zum Wunschtermin als individuelle Reise ab zwei Personen mit einheimischer, Englisch sprechender Reiseleitung an. Kontaktieren Sie uns gern!

Häufige Fragen

Wie lang sind die Trekkingetappen?

Die Tagesetappen sowie die im Reiseverlauf beschriebenen Übernachtungsorte (Lodges) dienen als Richtwert. Falls nötig, ist Ihre Reiseleitung bzw. Ihr Guide dazu berechtigt, den Programmablauf je nach Wetter- und Wegverhältnissen sowie nach Leistungsvermögen der Gruppe, Verfügbarkeit und Qualität von freien Unterkünften zu ändern.

Welche Ausstattung haben die Hotels und die Trekking-Lodges in Nepal?

In den Städten übernachten Sie in Hotels der landestypischen Mittelklasse. Die Hütten haben eine sehr einfache Ausstattung (Gemeinschaftstoiletten, Waschmöglichkeiten mit meist nur kaltem Wasser, Einschränkungen in der Hygiene). Bitte vergleichen Sie den Komfort und die sanitären Gegebenheiten nicht mit den in Europa typischen Standards von Hütten. Wir erwarten von allen Teilnehmern eine gewisse Bereitschaft zum Komfortverzicht und eine Anpassung an die mancherorts einfachen Verhältnisse. Bitte haben Sie dafür Verständnis.

Was ist beim Thema Versicherung zu beachten?

Bitte stellen Sie sicher, dass Sie für diese Reise eine Reiserücktrittsversicherung und eine Auslandsreisekrankenversicherung mit Rücktransport inkl. Rettungsdienst und Helikopterrettung mit sofortiger Kostenübernahme abgeschlossen haben. Zudem muss Ihre Kreditkarte eine ausreichende Deckungssumme aufweisen, da im Notfall Kosten zunächst selbst und direkt vor Ort beglichen werden müssen.



Der Start im Mittelgebirge ermöglicht eine ideale Höhen-Anpassung.
(Foto: R. Lubiger)



Nagtali bietet einen traumhaften Rundumblick auf Langtang- u. Ganesh-Himal. (Foto: R. Lubiger)

Wir sind gern für Sie da



PERSÖNLICHE REISEBERATUNG DURCH:

Sophie Kelly

Telefon: 0351 266 25-31

E-Mail: sophie.kelly@schulz-aktiv-reisen.de

Aktuelle Termine, Preise und freie Plätze

Reisetermine, Preise, Einzelzimmerzuschläge und die Verfügbarkeit ändern sich laufend und sind deshalb nicht Teil dieses Dokuments. Den tagesaktuellen Stand finden Sie auf der Reiseseite.

schulz-aktiv-reisen.de/reise/nep20/

Dieses PDF weiterleiten (Link öffnet immer die aktuelle Fassung):
schulz-aktiv-reisen.de/reise/nep20/pdf/



Reiseseite mit Terminen
und Preisen

schulz aktiv reisen

Bautzner Str. 39
01099 Dresden
Telefon: +49 351 266255
info@schulz-aktiv-reisen.de
schulz-aktiv-reisen.de

Öffnungszeiten

Mo–Fr 10–13 & 14–17 Uhr

schulz aktiv reisen ist ein Reiseveranstalter für
Natur- und Erlebnisreisen in kleinen Gruppen
weltweit



*Dann Besonderen
auf des Spant.*

Impressum und rechtliche Hinweise. Anbieter dieser Reise und verantwortlich für den Inhalt ist die schulz aktiv reisen, Bautzner Str. 39, 01099 Dresden. Das vollständige Impressum finden Sie unter schulz-aktiv-reisen.de/impressum/, die Datenschutzerklärung unter schulz-aktiv-reisen.de/datenschutz/ und die Allgemeinen Reisebedingungen unter schulz-aktiv-reisen.de/arb/.

Alle Angaben entsprechen dem Stand vom 02.09.2026 und dienen der Information; sie sind kein verbindliches Angebot. Änderungen des Reiseverlaufs aus wetterbedingten, organisatorischen oder örtlichen Gründen bleiben vorbehalten. Maßgeblich für eine Buchung ist ausschließlich die jeweils aktuelle Reiseausschreibung unter schulz-aktiv-reisen.de/reise/nep20/. Bildnachweis: schulz aktiv reisen, sofern nicht anders angegeben. Kartenskizze nicht maßstabsgetreu.