

Königreich Mustang

Zelt-Trekking mit Kontakten zur Bevölkerung

18. April – 11. Mai 2019



Wir trekken ins obere Mustang - hinter Annapurna und dem Dhaulagiri - und erleben feine Kontakte zur Bevölkerung. Wir sind mit dem Zelt unterwegs und geniessen den grossen Spielraum. Wir werden das verborgene Königreich Mustang mit allen Sinnen erleben. Mustang ist karg, aber beeindruckend reich an Formen und Farben des Gesteins. Immer wieder haben wir Ausblicke zu hohen Schneebergen.

Erst seit 26 Jahren (1992) ist das verborgene Königreich für Touristen offen. Immer noch mystisch und geheimnisvoll lebt Mustang zwischen dem Gestern und Heute, eine der letzten Enklaven tibetischer Kultur. Die Einheimischen verehren den König heute noch. Wir wandern durch abgelegene Dörfer und begegnen gastfreundlichen Menschen, die einen tief verwurzelten Buddhismus leben.

Reiseleitung Claudia Schmid

Höhepunkte

Tibetische Kultur

Eine Enklave der tibetischen Kultur. Das Höhlen-Kloster von Luri

Natur

Einmalige Naturlandschaften. Ein faszinierendes Wüstenhochland mit beeindruckend vielen Formen und Farben des Gesteins.

Dhaulagiri und Annapurna

Die Ausblicke auf die 8000ender Dhaulagiri und Annapurna, sowie ganz viele andere schöne Berge.

BergFrau GmbH

Claudia Schmid

phone +41 44 994 11 45

mobile +41 79 654 40 84

im Lot 12 CH-8610 Uster

web www.bergfrau.ch

eMail willkommen@bergfrau.ch

1. Tag Flug nach Kathmandu

Abflug am Abend von Zürich nach Kathmandu

2. Tag Kathmandu

Ankunft in Kathmandu. Herzlich begrüsst uns unserer lokaler Partner, der uns vom Flughafen zum Hotel in Boudnath bringt. Am Nachmittag haben wir Zeit, die eindrückliche, mächtige Stupa und die Umgebung zu besuchen. Zum ersten Mal tauchen wir ein in die tibetische Kultur. Übernachtung im Hotel in Boudnath

3. Tag Flug nach Pokhara

Nach einem gemütlichen Frühstück machen wir einen Ausflug in die altertümliche Königsstadt Bhaktapur. Bhaktapur ist UNESCO-Weltkulturerbe (siehe bergfrau.ch/blog-bhaktapur). Am Nachmittag fliegen wir entlang der gewaltigen Himalayakette nach Pokhara. Übernachtung im Hotel in Pokhara

4. Tag Trekking nach Kagbeni

Früh morgens fliegen wir nach Jomsom. Der kurze spektakuläre Flug bringt uns schnell näher an die hohen Berge. Von oben herab sehen wir in die tiefste Schlucht der Erde, die der Fluss Kali Ghandaki zwischen Dhaulagiri und Annapurna in den Grund gefressen hat. Unsere Begleitmannschaft erwartet uns am Flughafen.

Die erste Wanderung ist eine Rundwanderung nach Thinigoan. Eine gute Wanderung zur Akklimation. Danach Fahrt nach Kagbeni.

Wanderung ca. 4 Std.

Übernachtung im Zelt in Kagbeni, 2750m

5. Tag Trekking nach Chusang

Nach den Grenzformalitäten am Checkpoint kommen wir ins Upper Mustang. Die bizarren Felsformationen erinnern an Orgelpfeifen. Regen und Wind haben sie über die Jahrhunderte geformt. Die alten Höhlen, in schwindelerregenden Höhen, erzählen ganz spannende Geschichten.

Wanderung ca. 5 bis 6 Std.

Übernachtung im Zelt in Chusang, 2980m



6. Tag Trekking nach Samar

Im kleinen Dorf Chele sehen wir wie sie ihren Snaps brennen. An Chörten vorbei führt die Wanderung hinauf zum ersten Pass, Dajori La 3735m, und ins alte Karawanendorf Samar. Wanderung ca. 5 Std.

Übernachtung im Zelt in Samar , 3400m

7. Tag Trekking nach Ghilling

Nach einem kurzen Aufstieg geht es steil bergab nach Chorate. Hier liegt die Tropfsteinhöhle, wo der grosse Tantriker Padmasambhava im 8. Jh. meditiert hat. Der Weg führt weiter durch die spektakuläre Schlucht zum Dorf Shyangboche und weiter bis nach Ghilling.

Wanderung ca. 6 Std.

Übernachtung im Zelt in Ghilling, 3600m

8. Tag Trekking nach Dakmar

Auf den zwei Pässen heute, auf knapp 4000m, haben wir wunderbare Weitblicke auf die Berge Nilgiri, Tilicho und Annapurna II. Beim Dorf Ghemi gehen wir entlang Mustangs längster Gebetsmauer und staunen ob all den in Steinen eingravierten Gebeten. Über ein einsames Hochtal erreichen wir das Dorf Dhakmar, das eingebettet in roten Felsen liegt.

Wanderung ca. 6 Std.

Übernachtung im Zelt in Dhakmar, 3650m

9.Tag Trekking über Charang nach Gar Gompa

Auf der Hochebene nach Charang sehen wir mit Glück Blauschafe, da sie nicht gejagt werden. In Charang besichtigen wir das im 16. Jh. gegründete Sakya Kloster, sowie den alten Königspalast. Er ist heute ein Museum. Am Nachmittag wandern wir zum Ghar-Kloster. Es wurde im 8. Jh. gebaut und ist das älteste Kloster Mustangs. Einer Legende folgend soll es sogar vor dem Kloster Samye in Tibet gebaut worden sein.

Wanderung ca. 5-6 Std., Übernachtung im Zelt in Lo Gekar, 3950m

**10. Tag Trekking nach Lo Manthang**

Wir steigen zum Pass Chogo La, 4230m, hoch. Ein Seelenbad sind die Stille und die unberührte Landschaft. Auf der letzten Anhöhe schweift unser Blick nach Lo Manthang, der alten Königsstadt. Wanderung ca. 5 Std.

Übernachtung im Guesthouse in Lo Manthang, 3800m

11. Tag Lo Manthang

Für die Besichtigung der alten Königsstadt nehmen wir uns Zeit. Die Stadt gleicht einer Festung, umgeben von einer Ringmauer. Im Innern liegt der Königspalast und einige sehenswerte Klöster. In den verwinkelten Gassen erleben wir den Alltag der Bewohner. Es bleibt uns auch noch viel Zeit zum Ausruhen.

Übernachtung im Guesthouse in Lo Manthang, 3800m

12. Tag Ausflug nach Choser

Hoch zu Pferde - auf den berühmten, friedlichen Mustang-Pferde - machen wir heute einen Ausflug in den Norden zu den Höhlen des Dorfes Choser. Sie sind teilweise noch bewohnt und sind einfach zugänglich wie die des Jhong-Klosters, das wir besichtigen.

Wanderung, Ritt, ca. 4 Std.

Übernachtung im Guesthouse in Lo Mantang, 3800m

13. Tag Trekking nach Samdzong

Wir gehen noch nördlicher in Richtung Tibet. Der Weg bietet eine vielfältige Aussicht. Über den kleinen Pass Samdzong La geht der Weg weiter bis zum Dorf Samdzong. Mit etwas Glück kann man hier Fossilien finden, welche mit der tektonischen Plattenverschiebung vom Meeresgrund in die Höhen des Himalayas gestossen wurden.

Wanderung ca. 5 Std.

Übernachtung im Zelt in Samdzong, 4000m

14 Tag Trekking nach Chodzong Gompa

Über zwei Pässe, Thakla La, 4780m, und Chodzang La 4450m, erreichen wir unser heutiges Ziel. Die Aussicht von den Pässen zu den schneebedeckten Grenzbergen ist beeindruckend.

Wanderung ca. 5 – 6 Std.

Übernachtung in Chodzong Gompa, 4000m

15. Tag Trekking nach Amka

Der Weg führt teils dem Fluss Chhuchu Fluss entlang und dann hoch oben auf der Krete mit eindrucklichen Blicke in die karge, farbenfrohe, formenreiche Landschaft welche geprägt ist von der Erosion.

Wanderung ca. 6 Std.

Übernachtung im Zelt in Amka, 4250m



16. Tag Trekking nach Yara

Der Aufstieg zu der Höhle Tashi Kabum mit seinen wunderbaren Malereien lohnt sich. Die kleine Höhlengompa Luri klebt wie ein Adlerhorst in der steilen Felswand. Wir nehmen uns genügend Zeit um diesen magischen Ort sowie die vielen Höhlen von Luri zu besichtigen. In Yara geniessen wir das bescheidene Dorfleben nach den Tagen in den Bergen.

Wanderung ca. 5 Std.

Übernachtung im Zelt in Yara, 3650m

17. Tag Trekking nach Tangye

Heute wird es anstrengend. Wir steigen über zwei Pässe und queren die tiefe Schlucht vom Fluss Dhechang. Vom Hochplateaus geniessen wir den Blick bis zum Dhaulagiri. Nach dem langen, steilen Abstieg ins Dorf Tangye erwartet uns die grösste Chörten-Anlage Mustangs.

Wanderung ca. 6 bis 7 Std.

Übernachtung im Zelt in Tangye, 3400m.

18. Tag Trekking nach Narsing Khola

Auf und ab geht es heute. Aber die Belohnung mit der Aussicht rundum auf alle hohen Berge ist gross.

Wanderung 5 Std.

Übernachtung im Zelt in Nasing Khola, 4100m

19. Tag Trekking nach Green Camp

Heute geht es immer wieder auf und ab. Man sagt, es sei eine der schönsten Wanderstrecken des Himalayas mit Blick auf die imposanten 8000er Annapurna und Dhaulagiri sowie einem grossartigen Panorama auf viele weitere Gipfel. Auch die von Erosion geprägte Landschaft beeindruckt uns zutiefst. In dieser Gegend wird Salz abgebaut.

Wanderung ca. 6 bis 7 Std.,

Übernachtung im Zelt in Grenn Camp, 4080m

20. Tag Trekking nach Muktinath

Über einen Moränenrücken und eine Hochebene führt der Weg hinauf zu unserem letzten Pass, Gyu La, 4080m. Oben geniessen wir nochmals die Sicht auf Dhaulagiri und Annapurna. Unser Ziel, der Pilgerort Muktinath, liegt im Tal unter uns. Über Alpwiesen und einer Hängebrücke erreichen wir die heilige Stätte.

Wanderung ca. 5 Std.

Übernachtung im Guesthouse in Muktinath, 3750m

21. Tag Muktinath – Fahrt nach Jomsom

Die Tempelanlage von Muktinath wird von Hindus und Buddhisten verehrt. Die Buddhisten verehren das heilige Feuer im Kloster, das mit Erdgas gespiesen wird. Die Hindus kommen wegen des heiligen Wassers, das aus 108 Wasserspeichern fliesst.

Am Nachmittag fahren wir mit den Jeeps nach Jomsom.

Übernachtung im Guesthouse in Jomsom, 2750m

22. Tag Flug nach Pokhara

Früh morgens fliegen wir zurück nach Pokhara. Am Nachmittag bleibt uns Zeit für einen Spaziergang am Phewa-See. Und auch viel Zeit zur freien Verfügung.

Übernachtung im Hotel in Pokhara

23. Tag Flug nach Kathmandu

Flug zurück nach Kathmandu. Besichtigung der Tempelanlage Swayambunath und Pashupatinath.

24. Tag

Rückflug in die Schweiz.

Namasté. Sei gegrüsst

BergFrau GmbH**Claudia Schmid****phone +41 44 994 11 45****mobile +41 79 654 40 84****im Lot 12 CH-8610 Uster****web www.bergfrau.ch****eMail willkommen@bergfrau.ch**

Preis

CHF 6'500.-/P. ab 8 Teilnehmenden

CHF 6'980.-/P. ab 6 Teilnehmenden

CHF 300.- Zuschlag Einzelzimmer und -Zelt

Kleingruppenzuschlag bis 5 Teilnehmende

Programm- und Preisänderung unter Vorbehalt

Individualreise

Kann auch als Individualreise gebucht werden. Preis auf Anfrage.

Im Preis inbegriffen

- Alle Unterkünfte im Doppelzimmer und Doppelzelt, mit Frühstück
- Vollpension während dem Trekking
- Kathmandu und Pokhara, Frühstück inbegriffen
- Transportkosten
- Trekking: Tragtiere, Küchenmannschaft, lokaler Führer
- Ess-, Koch- und WC-Zelt
- Dünne Schlafmatten
- Flugtickets Zürich – Kathmandu – Zürich, Economyklasse
- myclimate
- Inlandflug: Linienflug von Kathmandu – Pokhara – Jomsom retour
- Besichtigungen, Eintrittsgebühren
- Spezialpermit für Mustang und Annapurna
- Organisation und Leitung Claudia Schmid

Nicht inbegriffen

- Getränke
- Mahlzeiten in Kathmandu und Pokhara
- Versicherungen: Reiseannullation, Gepäck, Personen Assistance (kann bei BergFrau abgeschlossen werden)
- Visa Nepal
- Änderungen im Programm wegen äusseren Einflüssen wie Wetter, Politik, etc.
- Persönliche Ausgaben wie Getränke, Souvenir
- Trinkgelder

Anforderungen

14-tägiges Trekking, gute Kondition und Trittsicherheit, Tagesetappen bis zu 5 -7 Stunden, 1x bis 8 Stunden, der höchste Thakla La, 4780m. Höhenunterschiede zwischen 350 bis 1250m.

Technisch ist das Trekking nicht schwierig. Die Trekkingroute ist so angepasst, dass wir möglichst wenig auf der Strasse wandern. Mehrheitlich wandern wir auf Karawanenwegen oder Bergpfaden. Das Tempo passen wir der Höhe an.

Das Hauptgepäck wird auf dem Trekking von Lasttieren oder Trägern transportiert. Den Tagesrucksack tragen wir selber.

Vorbereitungstreff

Findet in Zürich statt und dient dazu, wichtige Aspekte zur Reise zu besprechen, sich gegenseitig kennen zu lernen sowie offene Fragen zu klären.

Unterkunft

vorwiegend im Zelt, Hotel in Kathmandu und Pokhara, Guesthouse Jomsom

20.09.18



BergFrau GmbH**Claudia Schmid****phone +41 44 994 11 45****mobile +41 79 654 40 84****im Lot 12 CH-8610 Uster****web www.bergfrau.ch****eMail willkommen@bergfrau.ch**