

Zusatzreise Trekking Jomsom – Muktinath/Mustang Region

14. – 23. Oktober 2022



Muktinath wird schon seit über 3000 Jahren als Pilgerort besucht. Es gibt dort ein Naturwunder: Aus einer Erdspalte kommen kleine, bläuliche Flammen. Hindus, Buddhisten und Bön besuchen diese Stätte als Ort der Erlösung.

Die Gegend gehört zum Bezirk Mustang. Die Region ist mit ihrer Kargheit wunderschön.

Vielleicht hörst Du auch den Ruf, diese eindrückliche, aber machbare Trekkingreise mitzumachen. Wir wandern ca. 3-5 Stunden pro Tag und machen sorgfältige Besichtigungen, um in der Ruhe diese Kraftplätze zu spüren.

Wir nehmen uns auch Zeit für die Höhenanpassung mit langsamem Gehen, viel Trinken und tief atmen. Diese grossartige Gegend zu Fuss zu erkunden, ist ein Geschenk.

Wir übernachten in Lodges; alle Mahlzeiten sind während dem Trekking eingeschlossen. Tulsu Gyawali, der Hauptorganisator der Schule und der Reisen und langjähriger Freund, wird uns persönlich begleiten auf dieser Reise.

Reiseprogramm:

14. Oktober: Zürich – Kathmandu

Am Nachmittag Abflug von Zürich mit Linienflug nach persönlicher Wahl Richtung Kathmandu mit Zwischenstop z.B. in Doha.

15. Oktober: Kathmandu (1400 m)

Ankunft in Kathmandu je nach Flug. Nach kurzer Fahrt erreichen wir das beim Thamel gelegene Nepali Ghar Hotel. Der Rest des Tages steht zur freien Verfügung. Heute haben wir Zeit, uns etwas einzuleben, Tulsi Gyawali kennen zu lernen und mit ihm die Reise zu besprechen. *Abendessen*

16. Oktober: Kathmandu – Pokhara (822m)

Transfer zum Flughafen und kurzer Flug nach Pokhara, wo wir eine Nacht im Hotel Temple Tree in Lake Side verbringen. Wir geniessen den Rest des Tages in dieser wunderschönen Gegend.

17. Oktober: Pokhara – Jomsom (2700m) Wanderung ca. 2 Std.

Am Morgen Transfer zum Flughafen und Flug von Pokhara nach Jomsom. Heute machen wir eine einfache Wanderung zum Dhumba See am Fusse des beeindruckenden Nilgiri. Es sind ungefähr fünf Kilometer, also nicht zu streng für diese erste kleine Wanderung. Es wehen viele Gebetsfahnen am, für die Buddhisten heiligen, See. Wer Lust hat, kann das 200 Meter höher gelegenen Kuchup Terenga Kloster besuchen. Wir geniessen die wunderschöne Aussicht und erleben ein klein wenig der Mustang Kultur.

18. Oktober: Wanderung nach Lupra (3020m) ca. 4 Std.

Gemütliche Wanderung nach Lupra, das vor allem durch das Bön Kloster bekannt ist. Bön ist eine uralte Tradition, die uns durch die einfachen, klaren Glaubenssätze beeindruckt wird. Bön bedeutet Wahrheit. Wir besuchen auch eine Meditationshöhle ganz unten am Fluss.

19. Oktober: Wanderung nach Muktinath (3800m) ca. 4 Std.

Nach dem Frühstück beginnen wir den Aufstieg nach Muktinath und geniessen dabei die grandiose Aussicht auf die 7000 bis über 8000 Meter hohen Himalayaberge Dhaulagiri, Nilgiri, Tilicho, Annapurna usw. Wir gehen langsam, damit unser Körper sich sanft an die Höhe anpassen kann. Den Nachmittag verbringen wir an diesem magischen Pilgerort.

20. Oktober: Wanderung nach Kagbeni (2800m) ca. 4 Std.

Wir machen einen kleinen Umweg, um der Asphaltstrasse auszuweichen und besuchen die traditionellen Dörfer Chhyongkhar, Jhong und Purang. Alle sind Teil der Kultur Mustangs, aber wir können sie ohne Zulassungsschein besuchen.

21. Oktober: Tagesausflug nach Tiri

Wir nutzen die Gelegenheit, um noch ca. zwei Stunden über Gersten und Buchweizen Feldern nach Tiri zu wandern. Wir können ein 800 jähriges Nonnenkloster besuchen, umgeben von Mani Steinen, Gebetsfahnen und mit viel intakter Natur. Tulsi, der Organisator der Reise, bezeichnet diese Tour als sehr lohnenswert. Wir fahren von Kagbeni zurück nach Jomsom, wo wir die Nacht verbringen.

22. Oktober: Flug Jomsom – Pokhara– Kathmandu

Heute fliegen wir über Pokhara zurück nach Kathmandu. Transfer zum bereits bekannten Hotel Nepali Ghar Hotel. Wir haben etwas Zeit zum Ausruhen, Waschen usw. *Frühstück.*

23. Oktober: Kathmandu

Heute trifft der Rest der Gruppe in Kathmandu ein. Fortsetzung gemäss Rundreise Programm.

Teilnehmerzahl: min. 5 / max. 10 Personen

Preis Zusatzreise: CHF 1650

Einzelzimmerzuschlag: CHF 200

Eingeschlossene Leistungen:

- Inlandflüge Kathmandu - Pokhara–Jomsom–Pokhara - Kathmandu
- Unterkunft während dem Trekking in Tea House Lodges mit Vollpension im Doppelzimmer
- Unterkunft im Doppelzimmer mit Dusche/Bad/WC für 2 Nächte in Kathmandu und 1 Nacht in Pokhara mit Frühstück
- Alle Transporte, Ausflüge, Eintritte, Permits und Aktivitäten gemäss Programm
- Lokaler Führer und Träger inkl. Versicherung
- Seesack
- Schweizer Reisebegleitung

Nicht eingeschlossen:

- Flugkosten Schweiz- Nepal –Schweiz
- Visakosten Nepal ca. CHF 70 muss in der Schweiz eingeholt werden
- Hauptmahlzeiten in Kathmandu und Pokhara
- Persönliche Auslagen
- Trinkgelder ca. USD 12 pro Tag
- Annullations- und SOS-Versicherung
- Krankenversicherung für Nepal über USD 5000
- Negativer Covid Test

