

Nepal - Annapurna Trail

Das Annapurna-Gebiet bietet die einmalige Möglichkeit, bei einem vergleichsweise einfachen Trekking unglaublich nahe an gewaltige Eisriesen des Himalayas heran zu kommen. Die Aussichten auf die hohen Gipfel des gesamten Annapurna-Massivs sowie auf weitere Nachbarriesen, wie den Dhaulagiri mit seinen stolzen 8.167 m oder den markanten Machapuchare (6.933 m), der auch das Matterhorn des Himalayas genannt wird, sind überwältigend!

Preis	ab € 3.690,-	
Reisezeit	Oktober bis April (siehe Rubrik "Klima")	
Gruppengröße	buchbar ab 1 Teilnehmer	
Dauer	18 Tage	

- Traumhaftes Trekkingerlebnis mit einer Mischung aus Bergen, Kultur und Natur
- Atemberaubende Ausblicke ins Annapurna-Massiv und auf umliegende 8.000er
- Hoch hinaus am 5.416 m hohen Thorung La Pass
- Privater, örtlicher und englischsprachiger Wanderführer mit Träger für das Hauptgepäck
- Übernachtung in landestypischen Lodges während des Trekkings
- Freizeit in Kathmandu oder wahlweise geführte Besichtigung der kulturellen und religiösen Höhepunkte mit lokalem, englischsprachigem Reiseleiter mit besten Ortskenntnissen
- Termine nach Wunsch, buchbar ab 1 Person



Die "klassische" Reise um das Massiv des Annapurna war früher eine 27-tägige Expedition, seit dem Bau der Zufahrtsstraße nach Besisahar kann die Tour in nur 12 Tagen unternommen werden. Zu Fuß unterwegs vor sich ständig wechselnder, atemberaubender Kulisse, begleitet von einem qualifizierten Führer, der viel über die Sitten und Gebräuche dieser bewundernswerten und stets freundlichen Gebirgsvölker zu berichten weiß erwartet Sie eine spannende und erholsame Reise zugleich!

Der Trek gewinnt langsam an Höhe, Sie haben somit genügend Zeit, sich zu akklimatisieren und nebenbei die Menschen mit ihren Bräuchen zu beobachten. Beginnend im Tiefland, wo Bauerngemeinschaften und Brahmanen sowie Chettri Völker arischen Ursprungs wohnen, steigen Sie weiter hinauf ins Hochland, in dem Handelsgemeinschaften der Magar, Gurung und Bhotia Völker mongolider Herkunft beheimatet sind. In den höchsten Gegenden finden sich überwiegend Völker tibetischer Abstammung. Mit den Bewohnern ändert sich selbstverständlich auch die Religion - zu Beginn werden Tempel und Schreine das Bild prägen, in den mittleren Hügeln finden sich Anbetungsstätten des Schamanismus, wobei das Hochland buddhistische Klöster und Gompas vorweist. Das Landschaftsbild wechselt ebenso ständig, grüne Reisfelder und subtropische Wälder machen Nadelbäumen und einer einmaligen Wüsten- und Felsenlandschaft Platz.

Ein ausführliches Kulturprogramm im Kathmandutal rundet diesen erlebnisreichen Trekkingurlaub stilvoll ab.

Programmablauf

1. Tag: Abflug

Abreise für den Übernachtflug nach Nepal.





2. Tag: Ankunft in Kathmandu

Ankunft in Kathmandu am Tribhuvan International Flughafen. Empfang durch einen örtlichen Reiseleiter direkt am Flughafen und Transfer ins Hotel. Durch die ausgezeichnete Stadtlage bietet sich uns heute bereits die erste Gelegenheit, uns mit der Hauptstadt Nepals bekannt zu machen. Übernachtung im Hotel.



Hagen Alpin Tours
Dorfbrunnenstraße 7
87466 Oy-Mittelberg
Tel. +49 8366 988 893
hagen@welt-weit-wandern.de

www.welt-weit-wandern.de
www.pulver-schnee.de

 [hagenalpintours](https://www.facebook.com/hagenalpintours)
 [hagenalpintours](https://www.instagram.com/hagenalpintours)

Reise / Veranstaltung: **Nepal - Annapurna Trail**

© HAGEN ALPIN TOURS / Welt-Weit-Wandern
PDF erstellt am 27.11.2024 10:14:37

3. Tag: Kathmandu

Der heutige Tag steht zur freien Verfügung und bietet ausreichend Zeit für eine Sightseeing-Tour in Kathmandu. Sie können sich entweder selbst auf den Weg machen und die beeindruckende Hauptstadt Nepals in Eigenregie erkunden, oder gerne eine geführte Tour über uns im Voraus buchen.

Die wichtigsten Sehenswürdigkeiten Kathmandus sind z.B. Hanuman Dhoka, der ehemalige Sitz des Nepalesischen Königshauses, Pashupatinath, der heiligste aller Hindu-Tempel, der dem Gott Shiva gewidmet ist und auch als Verbrennungsstätte bekannt ist, Swayambhunath, eine der ältesten buddhistischen Tempelanlagen der Welt und die Bodnath Stupa, eine Insel der Ruhe inmitten des quirligen Stadtlebens. Bei einer geführten Tour kann Ihnen Ihr englischsprachiger Reiseleiter viel Insiderwissen vermitteln und mit Sicherheit auch den einen oder anderen Geheimitipp offenbaren. (Der Preis der privaten Stadtführung richtet sich nach der von Ihnen gebuchten Anzahl an Teilnehmern und liegt zwischen 75,- € und 155,- € p. Person).



4. Tag: Fahrt nach Jagat

Nach dem Frühstück fahren Sie per Privattransfer in Richtung Annapurna Nationalpark. Die Fahrt nach Jagat kann bis zu neun Stunden dauern. Es werden unterwegs Pausen gemacht, außerdem versorgt Sie Ihr Fahrer unterwegs mit Snacks. Ab Besisahar wird es abenteuerlich, bis zum Treffpunkt mit Ihrer Crew und dem Start Ihrer Wanderung in Jagat fahren Sie über die nur saisonal geöffnete Bergstraße.



5. Tag: Trekking nach Dharapani

Entlang dem bekannten Annapurna Circuit führt Sie die heutige Tour mit schöner Aussicht immer entlang oder oberhalb des Marsyangdi Flusses. Kurz nach dem kleinen Ort Chamje auf 1410 m Höhe, den Sie nach etwa 3 Stunden erreichen, überqueren Sie den Fluss und wandern entlang des Ostufers weiter. Beim Dorf Tal, das zum Bezirk Manang gehört, wird der Fluss breiter und gleicht teilweise eher einem See. Weiter geht es am Ostufer bis Karte, hier überqueren Sie die Marsyangdi Khola und legen das letzte Stück bis Dharapani auf der Westseite zurück. Dharapani liegt auf 1860 m Höhe.



Gehzeit: 5 - 6 Stunden

Höhenunterschied: ↑ 1.330 hm / ↓ 575 hm



Hagen Alpin Tours
Dorfbrunnenstraße 7
87466 Oy-Mittelberg

Tel. +49 8366 988 893
hagen@welt-weit-wandern.de

www.welt-weit-wandern.de
www.pulver-schnee.de

[f hagenalpintours](https://www.facebook.com/hagenalpintours)
[i hagenalpintours](https://www.instagram.com/hagenalpintours)

Reise / Veranstaltung: **Nepal - Annapurna Trail**

© HAGEN ALPIN TOURS / Welt-Weit-Wandern
PDF erstellt am 27.11.2024 10:14:37

6. Tag: Dharapani – Chame

Von Dharapani geht es weiter das Flusstal hinauf, vorbei am Gurung-Dorf Thonje zum Dorf Bagarchap. Sie folgen dem linken Ufer und erklimmen das stark bewaldete Manang-Tal. Ihr Weg führt vorbei an kleinen Siedlungen mit herrlichem Blick auf das Manaslu-Massiv und die Gipfel oberhalb von Larkya La. Unmittelbar vor dem Dorf Chame (2650 m) befindet sich das Camp. Chame ist der Verwaltungssitz der Region, hat einen Polizeiposten, eine Bank und den letzten größeren Markt vor Jomsom.



Gehzeit: 6 Stunden

Höhenunterschied: ↑ 1080 hm / ↓ 440 hm

7. Tag: Chame – Pisang

Ab Chame ist der Weg etwas weniger gut saniert und gepflegt, er schlängelt sich mit mäßiger Steigung durch Kiefernwälder und das Dorf Taleku nach Bhratang. Wie alle Dörfer seit Dharapani, hat auch dieser buddhistische Ort den typischen Eingangs- und Ausgang-Bogen. Im Süden ist Annapurna II zu sehen. Sie befinden sich nun hinter den Hauptgipfeln des Himalaya und somit in deren trockenen Regenschattenbereich. Nach dem Überqueren einiger sog. Auslegerbrücken aus Holz erreichen Sie Fichten- und Tannenwald, der schließlich Platz macht für klassischen Alpenmischwald. Nach Tagen in der Klamm bieten die Wälder eine willkommene Abwechslung. Ihr Campingplatz liegt gegenüber dem Dorf Pisang auf der linken Seite des Flusses auf 3250 m. Vor dem Abendessen haben Sie noch etwas Zeit, ein bisschen durch die Gässchen des einfachen Dorfes zu spazieren.



Gehzeit: 5 Stunden

Höhenunterschied: ↑ 1060 hm / ↓ 690 hm



Hagen Alpin Tours
Dorfbrunnenstraße 7
87466 Oy-Mittelberg

Tel. +49 8366 988 893
hagen@welt-weit-wandern.de

www.welt-weit-wandern.de
www.pulver-schnee.de

[f hagenalpintours](https://www.facebook.com/hagenalpintours)
[@ hagenalpintours](https://www.instagram.com/hagenalpintours)

Reise / Veranstaltung: **Nepal - Annapurna Trail**

© HAGEN ALPIN TOURS / Welt-Weit-Wandern
PDF erstellt am 27.11.2024 10:14:37

8. Tag: Pisang – Braga

Sie befinden sich nun in der Trockenregion Manang (3519 m), genannt Nyesyang. Da dieser Bereich ebenfalls im Regenschattengebiet des Himalayas liegt, gibt es hier auch in den Sommermonaten nur selten Niederschlag. Der Winter hingegen ist schneereich und lang - die weiße Pracht bleibt hier oben lange liegen. Die Bevölkerung besteht hauptsächlich aus Bauern und Händlern, gehalten werden einige heimische Nutztiere, der Fleischkonsum in dieser Gegend ist sehr begrenzt. Es gibt zwei Routen, die von Pisang in Richtung Manang-Tal führen. Sie folgen dem Weg im Tal und halten sich am linken Flussufer. Spektakuläre Aussichten auf Annapurna III und IV sowie die Gipfel Gangapuran und Tilicho begeistern Sie heute den ganzen Tag über. Sie wandern durch das Dorf Hongde, vorbei am STOL-Flugplatz, von welchem aus der Bezirk Manang versorgt wird und passieren die Manang Mountaineering School. Ab hier geht es weiter auf einem relativ breiten Pfad zu den Feldern in der Nähe des Dorfes Braga auf 3.472 m Höhe. Für die nächsten zwei Nächte schlagen Sie hier Ihr Camp auf.

Gehzeit: 5 Stunden

Höhenunterschied: ↑ 360 hm / ↓ 80 hm



9. Tag: Ruhetag

Heute ist ein Tag zum Ausruhen und Akklimatisieren. Wer will, kann eine kurze Halbtageswanderung von Braga aus unternehmen. Es geht ein Stück zurück zur Manang Mountaineering School und von dort entlang einer schmalen Rinne hinauf zum Kraftwerk, das das obere Managtal mit Strom versorgt. Die Wanderung führt Sie an den Fuß des Annapurna III und bietet eine gute Gelegenheit, diesen mächtigen Berg aus nächster Nähe zu betrachten. Überanstrengen Sie sich heute jedoch nicht, der Tag ist als Ruhepause gedacht.

Gehzeit: 2 - 2,5 Stunden

Höhenunterschied: ↑ ggf. 90 hm / ↓ ggf. 90 hm



10. Tag: Brage – Yak Kharka

Eine halbe Stunde von Braga liegt das Dorf Manang, das dem ganzen Bezirk oberhalb von Chame seinen Namen verleiht. Der Weg führt mit leichter Steigung flussaufwärts. In Manang bietet sich die Möglichkeit, ein paar Vorräte aufzufüllen - in den wenigen Läden gibt es z. B. Schokolade, Batterien und Hygieneartikel zu kaufen. Ab Manang steigt der Weg steil hinauf zum Dorf Tenki, der letzten dauerhaften Siedlung diesseits des Thorung La (5.416 m). Es geht noch ein Stück weiter bergauf, immer oberhalb des breiten Flussbettes des Jharsang Khola, bis hin zu freien Weideflächen. Das heutige Ziel liegt auf etwa 4.030 m Höhe. In Yak Kharka, was übersetzt Yak Weiden bedeutet, übernachten Sie.

Gehzeit: 5 Stunden

Höhenunterschied: ↑ 560 hm / ↓ 0 hm



Hagen Alpin Tours
Dorfbrunnenstraße 7
87466 Oy-Mittelberg

Tel. +49 8366 988 893
hagen@welt-weit-wandern.de

www.welt-weit-wandern.de
www.pulver-schnee.de

[f hagenalpintours](#)
[@ hagenalpintours](#)

Reise / Veranstaltung: **Nepal - Annapurna Trail**

© HAGEN ALPIN TOURS / Welt-Weit-Wandern
PDF erstellt am 27.11.2024 10:14:37

11. Tag: Yak Kharka - Camp Phedi

Die heutige Etappe führt Sie noch weiter hinauf! Zuerst wandern Sie über Weiden, bald schon aber weichen diese einer hohen, trockenen Wüste. Ihr Camp in Phedi befindet sich am Fuße des Thorung La. Unterwegs bietet sich immer wieder ein atemberaubender Blick auf die umliegenden Bergriesen.

Gehzeit: 6 Stunden

Höhenunterschied: ↑ 1065 hm / ↓ 240 hm



Camp Phedi – Thorung La - Muktinath

Vom Camp aus machen Sie sich auf zu höchsten Etappe der Woche, der Überschreitung des Thorung La Passes mit 5.416 m Höhe! Sofern das Wetter mitspielt und kein Schnee fällt, verlassen Sie das Flusstal frühmorgens. Gewandert wird in dieser Höhe deutlich langsamer, genießen Sie die Aussicht und freuen Sie sich auf dieses beeindruckende Ziel! Am Pass angekommen erwarten Sie viele bunte Gebetsflaggen sowie eine Steinskulptur, die bei zu viel Schnee teilweise gar nicht mehr zu sehen ist. Ringsherum sehen Sie von hier oben einige 8.000er und viele nicht weniger beeindruckende 7.000 und 6.000 m hohe Berge! Der Abstieg vom Pass hinunter in das Flusstal des Kali Gandaki Flusses und nach Muktinath (3.750 m) ist steil, aber nicht schwierig.

Gehzeit: 6 - 6,5 Stunden

Höhenunterschied: ↑ 680 hm / ↓ 1700 hm



13. Tag: Muktinath

In den heiligen Pilgerort für Hindus und Buddhisten strömen jährlich viele Gläubige für ihre jeweiligen Festivals. Ein Ruhetag bietet Ihnen hier die Möglichkeit, den Ort mit seinen vielen Anbetungsstätten und alten Schreinen zu besichtigen. Von besonderem Interesse sind der Tempel des Hindu-Gottes Vishnu und die einhundertacht Wasserspeier, in denen die Gläubigen ein Bad nehmen. Von Muktinath aus hat man einen schönen Ausblick auf den Mt. Dhaulagiri (8.167 m).



14. Tag: Muktinath – Jomsom

Abseits der asphaltierten Straße wandern Sie heute über einen steinigen Pfad durch Wacholderdickicht hinunter nach Jomsom. Die Route führt Sie über Jharkot und Kagben entlang dem breitverzweigtem Fluss Kali Gandaki. Ab Kagbeni beginnen die Trekkingtouren für die Upper Mustang Region – vielleicht eine Idee für Ihre nächste Nepalreise!

Gehzeit: 5,5 - 6 Stunden

Höhenunterschied: ↑ 95 hm / ↓ 1060 hm



Hagen Alpin Tours
Dorfbrunnenstraße 7
87466 Oy-Mittelberg

Tel. +49 8366 988 893
hagen@welt-weit-wandern.de

www.welt-weit-wandern.de
www.pulver-schnee.de

[f](#) hagenalpintours
[@](#) hagenalpintours

Reise / Veranstaltung: **Nepal - Annapurna Trail**

© HAGEN ALPIN TOURS / Welt-Weit-Wandern
PDF erstellt am 27.11.2024 10:14:37

15. Tag: Freizeit

Der heutige Tag ist ohne Programm und dient als Puffer für schlechtes Wetter.



16. Tag: Jomsom - Pokhara - Kathmandu

Per Flugzeug geht es von Jomsom nach Pokhara und direkt weiter nach Kathmandu. Transfer zum Hotel und Übernachtung in Kathmandu.



17. Tag: Kathmandu

Der heutige Tag steht Ihnen nochmals für Besichtigungen in und um Kathmandu zur freien Verfügung.



18. Tag: Nepal – Deutschland

Heute heißt es Abschied nehmen, per Transfer geht es zum Flughafen für den Rückflug nach Deutschland.



Wichtiger Hinweis:



Es kann wetterbedingt jederzeit zu Änderungen im Tourenverlauf kommen!



Hagen Alpin Tours
Dorfbrunnenstraße 7
87466 Oy-Mittelberg

Tel. +49 8366 988 893
hagen@welt-weit-wandern.de

www.welt-weit-wandern.de
www.pulver-schnee.de

 [hagenalpin](https://www.facebook.com/hagenalpin)
 [hagenalpin](https://www.instagram.com/hagenalpin)

Reise / Veranstaltung: **Nepal - Annapurna Trail**

© HAGEN ALPIN TOURS / Welt-Weit-Wandern
PDF erstellt am 27.11.2024 10:14:37

Termine und Preise

Von	Bis	1 Teilnehmer	2 Teilnehmer	3 bis 5 Teilnehmer	6 bis 9 Teilnehmer	ab 10 Teilnehmer
01.01.2024	31.12.2024	€ 5.490,-	€ 4.180,-	€ 3.990,-	€ 3.720,-	€ 3.650,-
01.01.2025	31.12.2025	€ 5.590,-	€ 4.290,-	€ 4.190,-	€ 3.780,-	€ 3.690,-

Preis pro Person im Doppelzimmer (z. T. Mehrbettzi.).

Einzelzimmerzuschlag: 490,- € pro Person

Preise vorbehaltlich Flugverfügbarkeit.

Termine frei wählbar zwischen Oktober und April (siehe Klima)

Leistungen

- Linienflug ab/bis Deutschland – Kathmandu in Economy Class
- 5 Übernachtungen in Hotels inkl. Frühstück, 11 Übernachtungen in Lodges/ Camps inkl. Vollpension lt. Programm (je nach Saison erfolgt die Unterbringung während des Trekkings möglicherweise in Mehrbettzimmern)
- 10 Tage geführte Trekkingtour mit qualifiziertem, englischsprachigem Trekkingführer inkl. Transport des Hauptgepäcks durch geschulte Träger (max. 10 kg / Person)
- Alle Transfers lt. Programm im Privat-PKW
- Inlandsflüge in Nepal lt. Programm
- Alle Trekkingpermits

Nicht inbegriffen

- Visum (ca. Euro 35,-, wird bei Einreise am Flughafen ausgestellt)
- ggf. vor Ort fällige Flughafensteuern für den Inlandsflug
- Ausreisesteuer (ca. Euro 15 bis 20,-, bei Ausreise am Flughafen zu zahlen)
- Trinkgelder (siehe "Zusätzliches").
- persönliche Ausgaben, Souvenirs, etc.
- Eventuell anfallende Flugzuschläge (abhängig vom Abflughafen und der Verfügbarkeit am Buchungstag)
- nicht aufgeführte Mahlzeiten und Getränke



Hagen Alpin Tours
Dorfbrunnenstraße 7
87466 Oy-Mittelberg
Tel. +49 8366 988 893
hagen@welt-weit-wandern.de

www.welt-weit-wandern.de
www.pulver-schnee.de

[f hagenalpintours](#)
[@ hagenalpintours](#)

Reise / Veranstaltung: **Nepal - Annapurna Trail**

© HAGEN ALPIN TOURS / Welt-Weit-Wandern
PDF erstellt am 27.11.2024 10:14:37

Unterkunft

In den Städten wohnen Sie in guten Hotels mit hohem Komfort, während der Trekking-Tour wird in einfachen, landestypischen Lodges oder Camps mit Gemeinschaftsbädern übernachtet. Je nach Saison erfolgt die Unterbringung während des Trekkings möglicherweise in Mehrbettzimmern.

Gruppengröße

ab 1 Person buchbar

Anforderungen

Das Niveau dieser Tour liegt zwischen drei und vier Bergen.

Diese Trekkingtour stellt aus technischer Sicht keine großen Schwierigkeiten dar, verlangt aber auf Grund der Höhenlagen eine gute bis sehr gute Kondition und eine gute körperliche Konstitution. Sie gelangen in Höhen von bis zu 5.416 m, das Gehen ist hier bereits deutlich anstrengender. Unser Guide sowie die erfahrenen Sherpas achten bewusst auf eine langsame Eingewöhnung an die Höhenlage. Tägliche Gehzeiten von bis zu 6,5 Stunden mit Höhenunterschieden von bis zu 1.800 m im Aufstieg und Abstieg sollten kein Problem sein. Trittsicherheit ist für diese Tour Voraussetzung.

Klima

Die angenehmsten Temperaturen herrschen von Oktober bis Ende November und von Mitte/ Ende Februar bis Ende April vor. Im Kathmandu-Tal und in Pokhara liegen diese bei 21 bis 26 °C, während der Trekkingtour können wir mit ca. 0 - 20 °C rechnen (je nach Höhe). Die Temperaturen sinken in den Bergen nachts zu jeder Jahreszeit auf unter 0 °C, warme Kleidung ist für Trekkings im Himalaya immer notwendig. Der Herbst, der das Ende der Regenzeit darstellt, bietet erfahrungsgemäß die besten Chancen auf klare Bergsicht, wobei sich im Frühjahr dafür traumhafte Fotomotive durch die blühenden Rhododendronbäume bieten.


Wem deutlich weniger Reisende wichtiger sind als wärmeres Wetter, der sollte zwischen Dezember und Ende Februar reisen. Die Temperaturen in der Nebensaison sind in den tieferen Ebenen moderat bis angenehm mild, wobei man in den Bergen in den höheren Gegenden auf alle Fälle mit Schnee rechnen muss. Nachts fallen die Temperaturen unter den Gefrierpunkt, ein warmer Schlafsack ist wichtig!



Hagen Alpin Tours
Dorfbrunnenstraße 7
87466 Oy-Mittelberg

Tel. +49 8366 988 893
hagen@welt-weit-wandern.de

www.welt-weit-wandern.de
www.pulver-schnee.de

 [hagenalpintours](https://www.facebook.com/hagenalpintours)
 [hagenalpintours](https://www.instagram.com/hagenalpintours)

Reise / Veranstaltung: **Nepal - Annapurna Trail**

© HAGEN ALPIN TOURS / Welt-Weit-Wandern
PDF erstellt am 27.11.2024 10:14:37

Zusätzliches

Fakultative Leistungen:

Ganztägige Stadtbesichtigung in Kathmandu mit qualifiziertem, englischsprechendem Reiseleiter, allen Eintritten und Transfers ab/ bis Hotel.

Preis p. P./ Anzahl Teilnehmer

€ 155,-, 1 Teilnehmer

€ 110,-, 2 Teilnehmer

€ 105,-, 3 - 5 Teilnehmer

€ 90,-, 6 - 9 Teilnehmer

€ 80,-, ab 10 Teilnehmern



Trinkgelder: Auch in Nepal sind Trinkgelder kein Muss, stellen aber einen wichtigen Teil des Lohns vor Ort da. I.d.R. sind Nepalis äußerst freundlich und zuvorkommend und stets um das Wohl ihrer Gäste bemüht, weshalb das Trinkgeldgeben meist sehr leicht fällt. Üblich je Kleingruppe/ Person sind ca. 7-8,- €/ Tag für den Guide und 3-4 €/ Tag für den Träger. Für Fahrer rechnet man mit etwa 1-2,- €/ Fahrt (je nach Strecke). Die Trinkgelder werden gerne in USD, aber auch in Euro und Rupie entgegengenommen. Wir empfehlen, alle 2-3 Tage ein kleines und am Ende der Tour ein größeres Trinkgeld zu geben. Das freut und motiviert das Team unterwegs.



Hagen Alpin Tours
Dorfbrunnenstraße 7
87466 Oy-Mittelberg

Tel. +49 8366 988 893
hagen@welt-weit-wandern.de

www.welt-weit-wandern.de
www.pulver-schnee.de

 [hagenalpintours](https://www.facebook.com/hagenalpintours)
 [hagenalpintours](https://www.instagram.com/hagenalpintours)

Reise / Veranstaltung: **Nepal - Annapurna Trail**

© HAGEN ALPIN TOURS / Welt-Weit-Wandern
PDF erstellt am 27.11.2024 10:14:37


Ausrüstung

- Seesack, Reisetasche oder großer Rucksack (wird während des Trekkings vom Träger getragen, maximales Gewicht während der Wanderung 10 kg pro Person)
- Tasche zum Deponieren von Utensilien, die Sie während des Trekkings nicht benötigen
- 1 Tagesrucksack ca. 30 – 35 Liter Volumen, für Flug als Handgepäck verwenden
- Gültiger Reisepass
- 3 Passbilder (1x für das Visum, 2x für die Genehmigungen zur Wanderung)
- Flugticket
- Kreditkarte, EC-Karte, Bargeld in Euro oder US-Dollar (Umtausch vor Ort in nepalesische Rupien problemlos möglich), Brustbeutel
- 1 warmer Schlafsack (Komforttemperatur 0° bis -7°)
- Teleskop-Wanderstöcke
- 1 Paar feste, eingelaufene und knöchelhohe Bergschuhe mit guter Profilsohle
- Trekkingsocken
- 1 Paar Sport- oder Turnschuhe oder Sandalen
- 1 Anorak aus 3-Lagen-Gore-Tex mit guter Kapuze
- 1 Gore-Tex-Überhose
- 1 wärmende Jacke (z. B. Fleece oder Merinowolle)
- 2 Trekkinghosen
- Trekkinghemden bzw. T-Shirts
- Warme Mütze, warme Handschuhe
- Daunenjacke für Reisen im Winter
- 1 Stirnlampe mit guten Batterien (eventuell Ersatzbatterien mitnehmen)
- 1 Wasserflasche mit mindestens 1 l Fassungsvermögen, evtl. 1 Thermosflasche
- Sonnenschutz (Kopfbedeckung, Brille, Creme)
- Bequeme & warme Schlafbekleidung
- Fotoausrüstung
- Plastiksäcke für Schmutzwäsche, als Regenschutz etc.
- Persönliche Medikamente (Verdauungsstörungen, Kopfweg, Erkältung, etc.)
- Waschbeutel, kleines Handtuch, Badesachen



Hagen Alpin Tours
Dorfbrunnenstraße 7
87466 Oy-Mittelberg
Tel. +49 8366 988 893
hagen@welt-weit-wandern.de

www.welt-weit-wandern.de
www.pulver-schnee.de

 [hagenalpintours](https://www.facebook.com/hagenalpintours)
 [hagenalpintours](https://www.instagram.com/hagenalpintours)

Reise / Veranstaltung: **Nepal - Annapurna Trail**

© HAGEN ALPIN TOURS / Welt-Weit-Wandern
PDF erstellt am 27.11.2024 10:14:37