

ASIEN ~ NEPAL

## Mustang – Trekking im Licht der roten Felsen

<b>Tourencharakter</b>	    <b>4-5</b>	<b>Reisedauer</b>	21 Tage	<b>Gruppe</b>	4-14 Teilnehmer
<b>Trekkingreise, Wanderreise</b>		<b>Davon Wandertage</b>	11 Tage		

- Lodgetrekking in der Region Mustang
- Kaligandaki-Schlucht - zwischen den 8.000ern Annapurna und Dhaulagiri
- Pilgerstätte Muktinath
- Lo Manthang - die ehemalige Hauptstadt des Königreichs Mustang
- Dhi, Yara & Tange - auf Pfaden durch Nordnepal
- Bhaktapur, Pokhara und Kathmandu

Inmitten des Himalaya-Gebirges durchqueren wir auf alten Karawanenpfaden das ehemalige Königreich Mustang – vorbei an Dzong-Festungen, Chörten und uralten Klöstern. Zwischen Muktinath und Lo Manthang erleben wir tibetisch-buddhistische Kultur, außergewöhnliche Wüstenlandschaften und inspirierende Begegnungen mit der lokalen Bevölkerung.

### Mustang – zwischen historischen Dörfern und hochgelegenen Pässen wandern

Das andere Ende der Welt. Selten passt ein Begriff so gut, wie für die nepalesische Region Mustang. Mustang ist ein ehemaliges Königreich im Windschatten des Himalaya und war jahrhundertlang kaum zugänglich. Auf alten Karawanenrouten wandern wir durch steinige Schluchten, über hoch gelegene Pässe und zu historischen Dörfern, die sich aus der wüstenähnlichen Landschaft erheben. Die Farben wechseln zwischen lehmigem Rot, staubigem Gelb und sattem Braun. Zwischen trockenen Felsen und fruchtbarem Boden offenbart sich uns eine sehenswerte Landschaft.

Unser Weg führt uns über den Gyu La, durch die Dörfer Dzarkot und Dhakmar, vorbei an Mani-Mauern und Chörten (Kultbauten des tibetischen Buddhismus), hinein in das spirituelle Herz Mustangs. Wir erreichen Lo Manthang, die befestigte ehemalige Königs- und Hauptstadt der Region auf 3.800 m, mit ihren geschichtsträchtigen Klöstern, Mönchsschulen und dem ehemaligen Königspalast. Den tibetischen Buddhismus

erleben wir hier hautnah.

## **Einzigartige Bergblicke**

In Mustang wandern wir bewusster, lassen die Weite auf uns wirken, wandern über den Ghami Chu, kommen auf über 4.000 Meter am Tangye La an und tauchen tief in das Hochland ein. Beim Trekking begleiten uns bei guter Sicht stets die besonderen Ausblicke auf die majestätischen Achttausender Nepals. Manaslu und Annapurna zeigen sich immer wieder am Horizont. Unterwegs erfahren wir viel über das Leben in den Dörfern Mustangs.

Wir übernachten auf dieser Reise in kleinen lokal geführten Lodges. In diesen lassen wir uns die landestypischen Köstlichkeiten der Region schmecken und kommen bei einer Tasse Tee vielleicht auch mit den Einheimischen ins Gespräch.

## **Kulturelle Höhepunkte so weit das Auge reicht**

In Mustang folgt ein kulturelles Highlight dem nächsten: In Tsarang ein Kloster, das mit seiner großen Sammlung an Statuen beeindruckt. In Muktinath befinden wir uns in der für Buddhist:innen und Hinduist:innen heiligen Stadt und bestaunen dort die eindrucksvollen Kloster- und Tempelanlagen.

Ein besonderes Ereignis erwartet uns im Frühjahr in Lo Manthang. Wir können das farbenfrohe Tiji-Fest, das als das bedeutendste spirituelle Ereignis in Upper Mustang gilt, besuchen. Einen Tag lang besuchen wir das drei Tage andauernde Fest, bei diesem mit rituellen Tänzen im Königsort Lo Manthang die Legende des Halbgottes Dorje Jono, der einen Dämon besiegt und so Harmonie ins Land zurückbringt, erzählt wird. Farbenfrohe Gewänder, Trommeln, Trompeten und das Zusammenkommen der Dorfbevölkerung machen das Fest zu einem eindrucksvollen kulturellen Höhepunkt.

In Kathmandu und Bhaktapur, wo wir die für die Stadt typischen Holzschnitzereien entdecken, lernen wir das nepalesische Leben kennen. Wer möchte, besucht in Kathmandu noch zwei sehenswerte und vom Verein „Weltweitwandern Wirkt!“ unterstützte Projekte: die nachhaltig gebaute Kundalinee-Schule und das Kinderheim „Happy Bottle House“ von unserem Partner Sudama, das Waisenkindern und Kindern aus armen Familien einen sicheren Ort bietet. Natürlich fehlen die kulturellen Highlights Kathmandus auch nicht. Wir besichtigen Pashupatinath, eine für den Hinduismus sehr bedeutsame Stätte und mit Boudha besichtigen wir den größten buddhistischen Stupa.

## **Nepal mit den Locals entdecken**

Besondere Begegnungen entstehen durch besondere Menschen. Unser lokales Team rund um unseren Nepal-Partner Sudama kennt die Region, ihre Wege, Bräuche und Geschichten. Sie öffnen uns Türen zu Begegnungen, die ohne sie nicht möglich wären. Ob beim Besuch eines Klosters, beim Kontakt mit den Einheimischen oder

unterwegs auf einem wenig begangenen Höhenweg: Unsere Guides bringen uns nicht nur sicher ans Ziel, sondern auch näher an das Leben in Mustang heran. So wird diese Reise zu einem Erlebnis, das uns authentische Einblicke in die Region ermöglicht.

## Linktipp

Hier geht es zu WWW-Gründer Christian Hlades Reisebericht [Die schönsten Reisen, Wanderwege und Trekkingrouten in Nepal](#)



## Termine, Preise & Buchung

VON	BIS	PLÄTZE	EZZ	PREIS
02. Mai 2026	23. Mai 2026	⊕	280 €	2.850 €
WWW-Mitarbeiterin Sonja Lidauer nimmt an der Reise teil   Erste Buchungen eingegangen!   Besuch des Tiji-Festes   Weltweitwandern Wirkt! Vorteil: € 50,- (Details lt. "Reiseinfos")				
27. August 2026	17. September 2026	⊕	280 €	2.850 €
Weltweitwandern Wirkt! Vorteil: € 50,- (Details lt. "Reiseinfos")				

- ① Diese Reise ist vorangekündigt.
- ⊕ Diese Reise ist noch buchbar.
- ✓ Die Durchführung der Reise ist gesichert.
- ⌚ Bei dieser Reise sind nur noch wenige Plätze frei.
- ✗ Diese Reise ist ausgebucht/geschlossen.

Diese Reise ist auch buchbar unter:  
**weltweitwandern.at/npg04**

EZZ Einzelzimmerzuschlag

## Geplantes Programm

Mahlzeiten: F = Frühstück / M = Mittagessen/Lunchpaket / A = Abendessen

### 1. Tag: Abflug in Richtung Himalaya-Region

Heute startet unsere große Reise in Richtung Asien. Im Laufe des Tages fliegen wir von Zentraleuropa mit Umstieg ins nepalesische Kathmandu.

(-/-/-)

### 2. Tag: Ankunft in Kathmandu und Weiterfahrt nach Bhaktapur (1.300 m)

Nachdem wir am Vortag von Europa aus abgeflogen sind, erreichen wir heute die nepalesische Hauptstadt Kathmandu. Am Flughafen in Kathmandu werden wir von unserem lokalen Team mit einem Weltweitwandern-Schild freundlich empfangen. Nach einer kurzen Fahrt erreichen wir Bhaktapur – die ruhige, historisch bedeutende Königsstadt etwa 12 Kilometer östlich der Hauptstadt.

Dort beziehen wir unser familiär geführtes Gästehaus in zentraler Lage. Am Abend erwartet uns ein gemeinsames Willkommensdinner, bei dem wir unsere lokalen PartnerInnen kennenlernen und nähere Informationen zum Reiseverlauf erhalten.

**Fahrtzeit: 30-45 Min.**

**Übernachtung: Gästehaus Sweet Home Bhaktapur oder ähnlich, in Bhaktapur (1.300 m)**

(-/-/A)

### 3. Tag: Stadtbesichtigung in Bhaktapur

Heute widmen wir uns Bhaktapur, einer der drei alten Königsstädte im Kathmandu-Tal. Der Name bedeutet sinngemäß „Stadt der Gläubigen“. Noch heute gilt Bhaktapur als Zentrum traditioneller Handwerkskunst. Bei einem Stadtrundgang entdecken wir die eindrucksvolle Architektur und reich verzierten Tempel. Besonders hervorzuheben sind die fünfstöckige Nyatapola-Pagode, der Bhairabnath-Tempel und der Palast der 55 Fenster. Überall begegnen uns kunstvolle Holzschnitzereien an Türen, Fenstern und Dachvorsprüngen.

Auch die Handwerkskunst lebt hier weiter: Bhaktapur ist bekannt für seine Keramikproduktion, die wir auf einem der zentralen Plätze beobachten können. Am Nachmittag bleibt Zeit zur freien Verfügung – zum Flanieren durch die verwinkelten Gassen, zum Besuchen kleiner Galerien oder für eine Pause in einem der stimmungsvollen Cafés.

**Übernachtung: Gästehaus Sweet Home Bhaktapur oder ähnlich, in Bhaktapur (1.300 m)**

(F/-/-)

#### **4. Tag: Fahrt nach Pokhara**

Nach dem Frühstück brechen wir auf Richtung Westen. Unsere Fahrt nach Pokhara führt uns über kurvenreiche Straßen, entlang des Trishuli-Flusses bis Mugling, dann weiter über den Prithvi-Highway. Bei klarem Wetter bieten sich unterwegs immer wieder weite Ausblicke auf die Himalaya-Kette mit Manaslu und den ersten Gipfeln der Annapurna-Region.

Pokhara liegt idyllisch am Phewa-See und ist Ausgangspunkt vieler Trekkingtouren. Am späten Nachmittag erreichen wir die Stadt und beziehen unsere Unterkunft.

**Fahrtzeit: ca. 6 – 7 Std. | ca. 200 km**

**Übernachtung: Hotel Barahi oder ähnlich, in Pokhara (850 m)**

**(F/-/-)**

#### **5. Tag: Fahrt über Beni nach Tukuche**

Früh morgens verlassen wir Pokhara und folgen dem Baglung Highway bis nach Beni. Von dort windet sich die Straße durch das tief eingeschnittene Kaligandaki-Tal – zwischen den Achttausendern Annapurna und Dhaulagiri. Unterwegs passieren wir verschiedene Dörfer wie Tatopani, Ghasa und Kalopani.

Am Nachmittag erreichen wir das Dorf Tukuche auf etwa 2.600 m Höhe. Es ist geprägt von der Kultur der Thakali, einer ethnischen Gruppe, die in dieser Region seit Jahrhunderten lebt. Tukuche liegt an der alten Karawanenroute nach Tibet – ein Ort mit Geschichte.

**Fahrtzeit: ca. 6 Std. | ca. 164 km**

**Übernachtung: Lodge in Tukuche (2.600 m)**

**(F/M/A)**

#### **6. Tag: Wanderung nach Marpha und zum Dhumba-See – Fahrt nach Kagbeni (2.850 m)**

Wir starten den Tag mit einer Wanderung auf der anderen Flussseite des Kaligandaki. Der Weg führt uns durch das Dorf Chimang und weiter bis zu einem tibetischen Flüchtlingslager. Von dort geht es nach Marpha, einem liebevoll restaurierten Dorf mit weißgetünchten Häusern und Apfelmärgen. Nach dem Mittagessen besuchen wir den malerisch gelegenen Dhumba-See.

Anschließend fahren wir per Jeep weiter nach Kagbeni, einem alten Dorf am Eingang zum oberen Mustang.

**Gehzeit: ca. 5 Std. | ca. + 400 m / - 300 m | ca. 13 km**

**Fahrt: ca. 1 Std. | ca. 20 km**

**Übernachtung: Lodge in Kagbeni (2.850 m)**

**(F/M/A)**

#### **7. Tag: Wanderung nach Dzarkot, Klosterbesuch und weiter nach Muktinath (3.750 m)**

Nach dem Frühstück überqueren wir den Kaligandaki und wandern auf einem stetig ansteigenden Pfad hinauf ins Dorf Dzarkot, das mit traditionellen Häusern im tibetischen Stil beeindruckt. Wir besuchen die alte

Klosteranlage und den ehemaligen Festungsturm (Dzong), bevor wir weiter nach Ranipauwa bei Muktinath aufsteigen. Muktinath ist ein wichtiger Pilgerort für Gläubige des Buddhismus und Hinduismus.

Der Nachmittag steht zur freien Verfügung – etwa für einen Besuch der Tempelanlage oder zur Erholung.

**Gehzeit: ca. 5 – 6 Std. | ca. + 1.100 m / – 200 m | ca. 14 km**

**Übernachtung: Lodge in Muktinath (3.750 m)**

**(F/M/A)**

## **8. Tag: Akklimatisationstag in Muktinath – Wanderung bis (4.200 m)**

Heute steht ein Akklimatisationstag auf dem Programm. Die Tempelanlage in Muktinath, mit ihren 108 Wasserquellen, gilt als besonders heilig. Gläubige beider Religionen vollziehen hier rituelle Waschungen – selbst bei eisigen Temperaturen.

Wir unternehmen eine Halbtageswanderung hinauf bis zur Anhöhe von etwa 4.200 m beim sogenannten Muktinath Phedi (Chamber Bhu). Wer möchte, kann hier zur Mittagsrast verweilen und die Aussicht genießen, bevor wir wieder nach Muktinath zurückkehren.

**Gehzeit: ca. 4 Std. | ca. ± 580 m | ca. 8 km**

**Übernachtung: Lodge in Muktinath ( 3.750 m)**

**(F/M/A)**

## **9. Tag: Wanderung über Gyu La (4.080 m) nach Chele (3.050 m)**

Unser Weg führt heute durch eine karge, fast wüstenartige Landschaft. Wir queren zunächst den Pass Gyu La (4.080 m) mit weiten Ausblicken, steigen dann steil hinunter nach Tetang, einem Dorf unterhalb gewaltiger Felswände. Von dort geht es weiter nach Chhusang, wo wir auf die Hauptverbindungsroute nach Lo Manthang stoßen. Nach einer Rast setzen wir unsere Wanderung fort und erreichen schließlich Chele, ein Dorf im typischen Stil der Region Mustang.

**Gehzeit: ca. 6 – 7 Std. | ca. + 620 m / – 1.270 m | ca. 19 km**

**Übernachtung: Lodge in Chele (3.050 m)**

**(F/M/A)**

## **10. Tag: Wanderung über Gyakar und Samar nach Syangboche (3.760 m)**

Wir verlassen die Hauptstraße und folgen einem aussichtsreichen Pfad über das Dorf Gyakar und weiter nach Samar. Immer wieder eröffnen sich weite Blicke auf das Mustang-Tal. Kurz vor Samar führt der Weg vorbei an der Chungsi-Höhle, einem wichtigen buddhistischen Pilgerort.

Am Nachmittag steigen wir weiter bergauf nach Syangboche, das auf knapp 3.800 m liegt. Unterwegs prägen Chörten und Manimauern das Landschaftsbild.

**Gehzeit: ca. 6 – 7 Std. | ca. + 1.290 m / – 580 m | ca. 14 km**

**Übernachtung: Lodge in Syangboche (3.760 m)**

**(F/M/A)**

## **11. Tag: Wanderung nach Ghami (3.540 m)**

Nach dem Frühstück wandern wir auf gut angelegten Wegen über Hochplateaus, durch kleine Täler und vorbei



an Felsterrassen nach Ghami. Unterwegs begegnen wir immer wieder tibetischen Chörten und Mani-Mauern – steingefasste Gebetsmauern, die das Landschaftsbild dieser Region prägen.

Ghami ist eines der größeren Dörfer in Upper Mustang. Seine alten Lehmhäuser und die kleine Klosteranlage erzählen vom spirituellen Leben in dieser abgelegenen Region.

**Gehzeit: ca. 5 Std. | ca. + 520 m / – 740 m | ca. 13 km**

**Übernachtung: Lodge in Ghami (3.540 m)**

**(F/M/A)**

## **12. Tag: Wanderung über Dhakmar nach Tsarang (3.560 m)**

Am Vormittag überqueren wir den Fluss Ghami Chu und wandern entlang der längsten Mani-Mauer Nepals.

Danach geht es bergauf nach Dhakmar (3.820 m), einem alten Dorf mit leuchtend roten Felswänden im Hintergrund – ein besonders fotogener Abschnitt der Reise.

Im Anschluss folgen wir einem Alternativpfad nach Tsarang, der zweiten größeren Siedlung vor Lo Manthang. Hier besuchen wir den weißen Dzong (Festung) sowie das große, rote Kloster mit seinen beeindruckenden Thangkas und Statuen.

**Gehzeit: ca. 5 Std. | ca. + 490 m / – 470 m | ca. 11 km**

**Übernachtung: Lodge in Tsarang (3.560 m)**

**(F/M/A)**

## **13. Tag: Wanderung nach Lo Manthang (3.800 m) über Marang La**

Wir verlassen Tsarang und steigen zunächst hinauf zum Marang La (ca. 4.200 m), der uns herrliche Ausblicke auf die umliegenden Bergketten ermöglicht. Von dort führt der Weg weiter nach Lo Manthang – der ehemaligen Hauptstadt des Königreichs Mustang. Die befestigte Altstadt mit ihren Lehmhäusern und Klöstern wirkt wie aus einer anderen Zeit. Am Nachmittag erkunden wir die Altstadt, besuchen die buddhistische Medizinschule und haben – mit etwas Glück – Gelegenheit, einen Blick in den ehemaligen Königspalast zu werfen.

**Gehzeit: ca. 6 – 7 Std. | ca. + 800 m / – 560 m | ca. 18 km**

**Übernachtung: Lodge in Lo Manthang (3.800 m)**

**(F/M/A)**

## **14. Tag: Namgyal Gompa, Höhlen von Chhoser oder Karo La (optional)**

Der heutige Tag steht uns für Erkundungen rund um Lo Manthang frei zur Verfügung. Je nach Wetter und Genehmigung besteht am Vormittag die Möglichkeit zu einem Ausflug zum Karo La an der tibetischen Grenze. Alternativ können wir zu Fuß oder per Jeep die Umgebung erkunden – etwa die eindrucksvolle Felsenhöhle von Chhoser oder die abgelegene Namgyal Gompa, ein wichtiges Kloster der Region. Der Rest des Tages lädt zum Verweilen ein – zum Beispiel bei einem Tee auf einer der Dachterrassen mit Blick auf die Dächer von Lo Manthang.

**Übernachtung: Lodge in Lo Manthang (3.800 m)**

**(F/M/A)**

## **15. Tag: Wanderung über den Dhi La nach Yara (3.610 m)**

Wir brechen auf in Richtung Osten und überschreiten den etwa 4.100 m hohen Dhi La. Danach geht es hinunter ins grüne Flusstal von Dhi – ein traditionelles und gut erhaltenes Dorf. Nach einer Mittagsrast folgen wir dem Flusslauf durch eine Schlucht weiter bis nach Yara, wo uns eine spektakulär karge Landschaft erwartet.

**Gehzeit: ca. 5 – 6 Std. | ca. + 580 m / - 770 m | ca. 16 km**

**Übernachtung: Lodge in Yara (3.560 m)**

**(F/M/A)**

## **16. Tag: Wanderung von Yara nach Tange (3.560 m)**

Heute erwartet uns eine abwechslungsreiche Etappe mit mehreren An- und Abstiegen. Wir starten früh, überqueren den Fluss Dheyichung Khola – je nach Wasserstand eventuell mit Hilfe – und steigen anschließend wieder hinauf zum Plateau. Unser Tagesziel ist Tange, ein Dorf mit charakteristischen Lehmbauten und einer eindrucksvollen Ansammlung von Chörten.

**Gehzeit: ca. 6 Std. | ca. + 700 m / - 1.000 m | ca. 15 km**

**Übernachtung: Lodge in Tange (3.560 m)**

**(F/M/A)**

## **17. Tag: Wanderung über mehrere Pässe nach Chhusang (2.960 m)**

Eine lange und anspruchsvolle Etappe liegt vor uns. Zunächst steigen wir hinauf zum Tange La (ca. 3.900 m) und erreichen zur Mittagszeit das Dorf Tangye (3.360 m). Am Nachmittag wartet ein weiterer Pass, der etwa 4.150 m hohe Pah La. Die folgende Etappe führt auf einem aussichtsreichen Höhenweg mit bizarren Felsformationen hinab ins Tal von Chhusang. Trittsicherheit ist erforderlich – teilweise verläuft der Abstieg steil durch loses Geröll.

**Gehzeit: ca. 9 Std. | ca. + 1140 m / - 1500 m | ca. 24 km**

**Übernachtung: Lodge in Chhusang (2.960 m)**

**(F/M/A)**

## **18. Tag: Rückfahrt über Kagbeni, Jomsom und Beni nach Pokhara (850 m)**

Wir verabschieden uns vom oberen Mustang. Frühmorgens beginnt unsere Rückfahrt durch das Kaligandaki-Tal – vorbei an bekannten Orten wie Kagbeni, Jomsom und Tatopani. Die Strecke führt durch verschiedenste Klimazonen: von hochalpiner Steppe zurück in grünere Regionen. Am späten Nachmittag erreichen wir Pokhara.

**Fahrtzeit: ca. 6 – 7 Std. | ca. 180 km**

**Übernachtung: Hotel Barahi oder ähnlich, in Pokhara (850 m)**

**(F/-/-)**

## **19. Tag: Entspannung in Pokhara**

Der heutige Tag steht zur freien Verfügung. Pokhara liegt malerisch am Phewa-See, mit herrlichem Blick auf den Machapuchare und die Annapurna-Kette. Wer möchte, kann einen Spaziergang entlang der Uferpromenade unternehmen, mit einem Boot auf den See hinausfahren oder in einem der vielen Cafés entspannen. Auch kleinere Wanderungen oder optionale Ausflüge sind möglich.

**Übernachtung: Hotel Barahi oder ähnlich, in Pokhara (850 m)**

**(F/-/-)**



## 20. Tag: Rückfahrt nach Kathmandu

Nach dem Frühstück fahren wir zurück nach Kathmandu. Die Straße führt entlang des Trishuli-Flusses und durch das zentrale Hügelland Nepals. Bei klarem Wetter bieten sich immer wieder Ausblicke auf die Gebirgszüge von Manaslu und Annapurna. Gegen Nachmittag erreichen wir Kathmandu. Der Rest des Tages steht zur freien Verfügung – etwa für einen ersten Spaziergang im Stadtteil Thamel. Am Abend erwartet uns ein gemeinsames Abschlussessen.

**Fahrtzeit: ca. 6 – 7 Std. | ca. 200 km**

**Übernachtung: Hotel Shambala, Hotel Moonlight oder ähnlich, in Kathmandu (1.400 m)**

**(F/-/A)**

## 21. Tag: Pashupatinath und Boudha

Am Vormittag besichtigen wir Pashupatinath, eine der wichtigsten hinduistischen Tempelanlagen Nepals. Hier erleben wir Zeremonien und Rituale am heiligen Bagmati-Fluss. Anschließend besuchen wir Boudha – einen der größten buddhistischen Stupas Asiens. Rund um den Stupa herrscht eine besondere, friedliche Atmosphäre. Je nach Flugzeit verlassen wir schon heute im Laufe des Nachmittages Nepal und werden zum Flughafen Kathmandu gebracht.

Sollte unser Rückflug erst am nächsten Tag stattfinden, können wir den Nachmittag und Abend frei gestalten.

Wer erst am nächsten Tag abreist, hat außerdem die Möglichkeit, die vom Verein "Weltweitwandern Wirkt" unterstützten Projekte zu besuchen.

### Kinderheim & Kundalinee-Schule

Das Schulzentrum für 400 Kinder wurde ökologisch-nachhaltig und erdbebensicher gebaut und verfolgt ein innovatives pädagogisches Konzept. Das Kinderheim "Happy Bootle House" unseres Nepal-Partners Sudama wurde nach dem Erdbeben 2015 wieder aufgebaut und bietet Waisenkindern und Kindern aus armen Familien ein Dach über dem Kopf.

Fahrzeit: ca. 2-2,5 Std. / Preis: EUR 49,00 pro Person

**Übernachtung (nur falls kein internationaler Flug stattfindet): Hotel Shambala, Hotel Moonlight oder ähnlich, in Kathmandu (1.400 m)**

**(F/-/-)**

## 22. Tag: Rückflug nach Hause

Je nach Flugverbindung erreichen wir die Heimat im Laufe des Tages. Sollte unser Rückflug erst heute Morgen stattfinden sind wir gegen Abend wieder in Europa. Wir nehmen viele Eindrücke mit – von faszinierenden Landschaften, kultureller Tiefe und herzlichen Begegnungen.

**(-/-/-)**

## Enthaltene Leistungen

- Örtliche deutsch- oder englischsprachige Reiseleitung - Details lt. Termin
- Begleitmannschaft während des Lodgetrekkings - je nach Gruppengröße: Assistantguide(s), Träger (pro Person kann maximal 12,5 kg an einen Träger abgegeben werden - bitte stellen Sie für den Transport ein flexibles Gepäckstück zur Verfügung).
- Transfer laut Programm: je nach Gruppengröße - Jeep oder Micro Bus von Toyota
- Unterbringung lt. Detailprogramm: 4 x (bzw. 5 x) Mittelklassehotel, 2 x Gästehaus, 13 x Lodge
  - Bhaktapur: 2 x Nächtigung, Sweet Home Bhaktapur oder ähnlich, Basis Doppelzimmer
  - Pokhara: 3 x Nächtigung, Hotel Barahi oder ähnlich, Basis Doppelzimmer
  - Kathmandu: 1x Nächtigung, Hotel Shambala, Hotel Moonlight oder ähnlich, Basis Doppelzimmer (+1 weitere Nacht in Kathmandu, falls Ihr Rückflug an Tag 22 stattfindet)
  - Trekking: 13 x Nächte in einfachen Lodges während des Trekkings
- Verpflegung lt. Detailprogramm: 19 x Frühstück, 13 x Mittagessen, 15 x Abendessen
- Besichtigung lt. Detailprogramm - Königsstadt Bhaktapur, Pashupatinath und Boudha
- sämtliche Wander- und Nationalparkgebühren lt. Detailprogramm - u.a. Sondergenehmigung für Mustang für ca. USD 550 pro Person, Trekking Genehmigung (TIMS), Annapurna Natur Schutzgebühr ACAP

## Nicht enthaltene Leistungen

- Flugbuchung: Der internationale Linienflug nach/von Kathmandu (KTM) kann entweder über Weltweitwandern oder in Eigenregie gebucht werden.
  - Flugbuchung über Weltweitwandern: Bitte geben Sie in der Buchungsmaske Ihren Wunschflughafen an. Spätestens wenn der Reisetermin gesichert ist, erhalten Sie von uns ein passendes Flugangebot. Auf Wunsch senden wir Ihnen auch vorab ein unverbindliches Angebot per Mail - bitte wenden Sie sich dazu an: [adele.funder@weltweitwandern.com](mailto:adele.funder@weltweitwandern.com).
  - Flugbuchung in Eigenregie: Bei Eigenbuchung entfällt der Pauschalreiseschutz für den Fluganteil vollständig. Weltweitwandern übernimmt hierfür keinerlei Haftung, auch nicht im Falle einer Reiseabsage oder bei einer eigenverantworteten Falschbuchung (z. B. falsches Datum). Der inkludierte Flughafentransfer in Nepal kann nur in Anspruch genommen werden, wenn Sie gemäß Programmausschreibung an Tag 2 in Nepal ankommen und an Tag 21/22 abreisen. Bei abweichenden An- oder Abreisedaten ist ein Transfer durch Weltweitwandern nicht möglich. Sollten Sie beim Abflug- oder Rückflugdatum unsicher sein, informieren Sie uns bitte unbedingt vor Ihrer Flugbuchung, damit ein reibungsloser Reiseablauf gewährleistet ist.
- Zusatznächte können nach Buchungseingang voraussichtlich nicht mehr berücksichtigt werden, daher bitten wir bei Interesse um Bekanntgabe im Zuge Ihrer Reiseanmeldung. Sie haben bei Verfügbarkeit die Möglichkeit einer Verlängerung zu Beginn der Reise in Bhaktapur oder am Ende der Reise in Kathmandu. Diese Zusatznächte finden in der identischen Unterkunft statt, in der Sie auch als Gruppe genächtigt haben. Zusätzlich organisieren wir gerne den passenden Flughafentransfer für Sie. Weitere Fragen

richten Sie bitte per Mail an [adele.funder@weltweitwandern.com](mailto:adele.funder@weltweitwandern.com).

- Nepalvisum: Sie erhalten nach Buchung eine Ausfüllhilfe für die eigenständige Beantragung. Kosten für das Visum umgerechnet ca. EUR 50,- pro Person. Änderungen durch die nepalesische Regierung jederzeit möglich. Bitte beantragen Sie Ihr Visum erst, nachdem die Reise gesichert ist.
- Schlafsack: Für Lodgeübernachtungen erforderlich (Komforttemperatur ca. -7 bis -10 °C). Ausleihe über Weltweitwandern möglich, Buchung über die Buchungsmaske.
- Impfungen und Reiseversicherung
- Sonstige Ausgaben vor Ort: Getränke, Trinkgeld, Souvenirs, weitere Mahlzeiten, Besichtigungen, die nicht im Detailprogramm inkludiert sind.
- zusätzliche Kosten bei Krankheit, Bergrettung, Änderung der Route durch höhere Gewalt.
- Zimmerkategorie:
  - Buchung halbes Doppelzimmer/Doppelzimmer: Doppelbett oder Twin-Betten möglich. Findet sich bis zur Abreise keine gleichgeschlechtliche Gegenbelegung oder erfolgt eine Stornierung, erhalten Sie automatisch ein Doppelzimmer zur Alleinbenutzung bzw. ein Einzelzimmer. Der Einzelzimmerzuschlag wird in diesem Fall verrechnet.
  - Einzelzimmerzuschlag: laut Ausweisung unter „Leistungen“ bzw. „Zusatzleistungen/Verlängerungen“ bzw. laut Buchungsmaske. Bei Einzelzimmerbuchung: Doppelzimmer zur Alleinbenutzung oder Einzelzimmer in Hotels/Gästehäusern. In Lodges Belegung auf Basis Doppelzimmer, kein Einzelzimmer möglich. Bei ungerader Gruppengröße oder Geschlechterverteilung erhalten bis zu zwei Personen (eine Frau und ein Mann) dennoch ein Einzelzimmer in der Lodge – nach dem Prinzip first come, first serve

## **Zusätzliche Leistungen / Verlängerungen**

### **Nepal\_Leihschlafsack**

Nepal Leihschlafsack 45 €

Die Daunenschlafsäcke sind von guter Qualität, ausreichend warm und werden nach jedem Gebrauch sorgfältig gereinigt. Bitte bringen Sie trotzdem einen eigenen Innenschlafsack (Seide oder Vlies) mit. Die Schlafsäcke werden nach Ankunft in Kathmandu/Bhaktapur ausgehändigt, wiegen ca. 3 kg je Stück, haben in zusammengerolltem Zustand eine Länge von ca. 40-45 cm und einen Durchmesser von ca. 40 cm. Die Schlafsäcke haben eine Länge von 190 cm. Die Leihschlafsäcke sind im Gesamtgewicht Ihres Gepäcks zu berücksichtigen.

### **Nepal\_Flugbuchung in Eigenregie**

Flugbuchung erfolgt in Eigenregie

(kein Pauschalreiseschutz für den Flug)

## Reiseinformationen

### Reiseveranstalter Weltweitwandern

Diese Reise wird von Weltweitwandern veranstaltet.

### Kontakt

Weltweitwandern GmbH  
Gaswerkstraße 99  
8020 Graz

T: +43 3165835040  
E: [info@weltweitwandern.com](mailto:info@weltweitwandern.com)

Für Buchung und Durchführung dieser Reise gelten die [AGB der Weltweitwandern GmbH](#).

### Reisebestimmungen und Permitinformation

#### Einreisebestimmungen:

- **Reisepass:** Ja, muss mindestens sechs Monate nach Einreise gültig sein und zwei leere Seiten besitzen.
- **Visum:** Ja, muss selbstständig organisiert werden. Es kann über die Botschaft, online oder am Flughafen Kathmandu beantragt werden. Die Kosten belaufen sich je nach Aufenthaltsdauer zwischen EUR 30,00 (bis 15 Tage Aufenthalt), EUR 50,00 (bis 30 Tage Aufenthalt) oder EUR 125,00 (bis 90 Tage Aufenthalt) – Änderungen durch die nepalesische Regierung vorbehalten.
  - Botschaft: Details finden Sie bei Ihrer zuständigen Botschaft. Das Touristenvisum muss rechtzeitig nach Sicherung des Termins beantragt werden:
    - Botschaft von Nepal in Österreich: <https://at.nepalembassy.gov.np/>
    - Botschaft von Nepal in Deutschland: <https://de.nepalembassy.gov.np/>
    - Botschaft von Nepal in der Schweiz: <https://gva.nepalmission.gov.np/>
  - Online-Antrag: Das Visum darf frühestens 14 Tage (wir empfehlen 10 bis 7 Tage) vor Einreise beantragt werden, ansonsten ist der Antrag bei Ankunft in Nepal wieder ungültig. Link zum Visaantrag: <https://nepaliport.immigration.gov.np/> Eine Ausfüllhilfe erhalten Sie mit den Buchungs- und Reiseunterlagen.
  - Flughafen-Antrag: Nach Ankunft im Flughafengebäude finden Sie Bildschirme, auf denen Sie den Antrag stellen (identische Maske wie beim Online Visum).

## Trekkingpermits:

Weltweitwandern organisiert für Sie die Trekkingpermits. Zu beachten ist für...

- **...sämtliche Touren mit der Annapurna** (Annapurna kompakt, Die große Annapurna-Runde, Manaslu & Annapurna): Bitte nehmen Sie zusätzlich noch ein aktuelles Passbild für die Permits vor Ort mit.
- **...sämtliche Touren mit Manaslu und Mustang** (Rund um den Manaslu & Manaslu & Annapurna, Mustang - Trekking im Licht der roten Felsen): Weltweitwandern benötigt bis spätestens 3 Wochen vor Abreise eine Passkopie in Farbe (Seite mit dem Foto und den persönlichen Angaben) und ein aktuelles Passfoto in Farbe – jeweils als PDF oder JPEG-Datei. Die Zusendung erfolgt bitte per Mail an [adele.funder@weltweitwandern.com](mailto:adele.funder@weltweitwandern.com)

## Heimreise:

Für die Heimreise gelten keine besonderen Bestimmungen. Führen Sie Ihre gültigen Ausweisdokumente griffbereit mit.

## Transit:

Bitte beachten Sie, dass Ihr Reisepass mindestens sechs Monate über das Datum Ihrer Rückreise aus dem Reiseziel gültig sein muss. Andernfalls kann es vorkommen, dass Airlines Ihnen den Zutritt zum Flugzeug verweigern, unabhängig von den spezifischen Einreisebestimmungen des Zielgebiets. Weitere Details finden Sie hier: [Österreichisches Außenministerium, Auswärtiges Amt](#) bzw. [Eidgenössisches Departement für auswärtige Angelegenheiten](#)

## Links zum Nachlesen:

Mit tagesaktuellen Hinweisen und Details zu Themen wie Einreise und Ausreise, Sicherheit und Kriminalität, Zoll, Gesundheit und Impfungen etc.

## Links der österreichischen Behörden:

- Nepal: <https://www.bmeia.gv.at/reise-services/reiseinformation/land/nepal>
- Allgemeine Transitbestimmungen: <https://www.bmeia.gv.at/reise-services/laender-a-bis-z>

## Links der deutschen Behörden:

- Nepal: <https://www.auswaertiges-amt.de/de/aussenpolitik/laender/nepal-node/nepalsicherheit/221216>
- Allgemeine Transitbestimmungen:  
<https://www.auswaertiges-amt.de/de/ReiseUndSicherheit/reise-und-sicherheitshinweise>

## Links der schweizerischen Behörden:

- Nepal: <https://www.eda.admin.ch/eda/de/home/vertretungen-und-reisehinweise/nepal.html>
- Allgemeine Transitbestimmungen: <https://www.eda.admin.ch/eda/de/home.html#>

## Gesundheit

### Impfungen:

- **Pflichtimpfungen:** Es gibt keine Pflichtimpfungen aus Europa kommend
- **Hinweise und Vorschläge durch das Tropeninstitut:**
  - Basisschutzprogramm für Reisende: Hepatitis A/B, Tetanus, Diphtherie
  - Unter bestimmten Voraussetzungen: Typhus (bei mangelhaften hygienischen Verhältnissen), Tollwut (für Trekkingreisen und bei Aufenthalt in ländlichen Gebieten), Masern (für alle Kinder)

### Sonstige Hinweise:

- **Magen- und Darmerkrankungen** können aufgrund von ungewohntem Essen und unreinem Wasser hervorgerufen werden. Achten Sie auf die Hinweise Ihres Guides und trinken Sie kein Leitungswasser.
- Bitte führen Sie eine **Reiseapotheke** mit, die regelmäßig benötigte Arzneimittel und Medikamente für gängige Reiseerkrankungen beinhaltet. Wenn Sie auf bestimmte Medikamente angewiesen sind, sollten diese in ausreichender Menge mitgeführt und zur Sicherheit die ärztliche Verschreibung in englischer Sprache eingepackt werden. Bei Fragen wenden Sie sich bitte an eine Apotheke oder ärztliches Personal.
- Vergessen Sie nicht, rechtzeitig vor Reisebeginn Ihre **Zahnärztin** oder Ihren **Zahnarzt** aufzusuchen.
- Wir empfehlen, dass Sie sich rechtzeitig vor Reiseantritt ärztlich in Sachen Impfungen, Höhenverträglichkeit und allgemeinen Gesundheitszustand **beraten lassen**. Tropeninstitute und sonstige reisespezifische Einrichtungen können auch sehr hilfreich sein.
- Nützliche **Links** zu den Themen Reiseimpfungen und Infektionskrankheiten auf Reisen, vom österreichischen Gesundheitsministerium:
  - Reiseimpfungen: <https://www.gesundheit.gv.at/leben/gesundheitsvorsorge/impfungen/reise-indikationsimpfungen/reiseimpfungen.html>
  - Infektionskrankheiten auf Reisen: <https://www.gesundheit.gv.at/leben/gesundheitsvorsorge/reisemedizin/infektionskrankheiten.html>

## Klima

Nepal ist beinahe ein ganzjähriges Reiseziel, aufgrund der verschiedenen Regionen und Höhenlagen gibt es unterschiedliche Klimazonen. Der Monsun im Sommer ist sehr prägend.

- In den **Regionen südlich des Himalayas** gibt es zwischen Mitte Juni und Mitte September fast täglich



kurze, aber starke Regenschauer. Daher eignen sich für das höher gelegene Trekking die Monate Februar, März, April, Oktober und November. Das Frühjahr belohnt mit blühenden Rhododendron-Wäldern und der Herbst mit dem Beobachten der Ernte.

- Die **Regionen nördlich des Himalayas**, wie Dolpo oder Mustang, werden durch den Hauptkamm des Himalayas vom Monsun geschützt. Dadurch werden diese Ziele idealerweise von Juni bis September bereist.
- Die Wintermonate Dezember und Jänner eignen sich hervorragend, um die Kultur im **Kathmandu** und in **Pokhara** zu erkunden und wunderschönen Wanderungen in den aussichtsreichen Himalayavorbergen zu unternehmen. Außerdem kann hier der **Royal Chitwan Nationalpark** besucht werden. Bei häufig wolkenlosem Himmel herrschen angenehme Tagestemperaturen. Nachts kann es, besonders in höheren Regionen, sehr kalt werden. Die höher gelegenen Pässe sind im Winter oft verschneit und unpassierbar. In den Regionen um Kathmandu und Pokhara ist das Klima fast ganzjährig warm, mit gemäßigten Temperaturen im Winter.
- Auch in Nepal zeigt sich der Klimawandel, weshalb Witterungen und Temperaturen immer schwerer vorhersehbar sind.
- Allgemein ist beim **Trekking** auf unterschiedliche Temperaturen und Witterungen zu achten. Die Sonne in den Bergen kann am Tag sehr stark sein, in der Nacht und in den frühen Morgenstunden ist es meist sehr kalt. Neben Sonnenschutz sind auch ein warmer Schlafsack, warme Kleidung, Handschuhe und eine Mütze wichtig.

## Rund ums liebe Geld

### Währung:

- Nepalesische Rupien (NPR)
- Ein- und Ausfuhr der Landeswährung verboten
- Wechsel von Euro: in städtischen Banken und Wechselstuben möglich – Ihr Guide hilft Ihnen; ebenso am Flughafen (ggf. schlechterer Wechselkurs). Bitte achten Sie auf die Mitnahme von Euroscheinen in guter Qualität (keine Einrisse, Kritzeleien etc.) und bevorzugt werden 10-, 20-, 50- oder 100-Scheine.
- Kartenbehebung und -zahlung:
  - Achten Sie darauf, dass Geo-Control deaktiviert ist, außerdem ist mit Gebühren zu rechnen.
  - Am Flughafen Kathmandu gibt es Automaten, die oft internationale Karten akzeptieren. In Geschäften ist manchmal Kartenzahlung möglich. In nepalesischen Städten gibt es ab und an Automaten – Behebung funktioniert nicht immer.
  - Tipp: führen Sie ausreichend Barmittel mit

### Trinkgeld:

Trinkgeld wird als Form der Anerkennung für die zufriedenstellende Arbeit gesehen. Weiterhin ist das Geben von Trinkgeld eine freiwillige Leistung und obliegt Ihnen. Auf Wunsch unserer Gäste geben wir gerne einen Orientierungsrahmen, der zu keinem Zeitpunkt als verbindlich gesehen werden soll. Sie können nach eigenem Ermessen vorgehen. Hier appellieren wir auch immer an die eigene Intuition, so können Sie den Betrag auch je

nach Gruppengröße anpassen.

**Ausgaben vor Ort:**

Die Ausgaben vor Ort können je nach Reisegast sehr stark variieren. Planen Sie fixe Ausgaben für Speisen und Getränke, die lt. Ablauf nicht inkludiert sind und für das Trinkgeld ein. Bei den Getränken kann es preisliche Unterschiede geben. Manche Gäste trinken ausschließlich Wasser. Softdrinks, alkoholische Getränke oder ähnlich kosten über mehrere Tage gerechnet deutlich mehr. Darüber hinaus können Souvenirs für umgerechnet wenige Euro, aber auch weitaus teurer und wertiger gekauft werden.

**Generelle Hinweise****Zeitdifferenz:**

Mitteleuropäische Sommerzeit +3 ¾ Stunden, Mitteleuropäische Winterzeit +4 ¾ Stunden

**Strom:**

220 Volt Netzspannung. Steckdosen mit Dreipunktstecker. Unsere zweipoligen Stecker passen, sitzen teils etwas locker. Zur Sicherheit kann ein Universalstecker mitgenommen werden. Strom kann manchmal ausfallen.

In den Lodges können voraussichtlich Akkus lediglich in dem Gemeinschaftsraum gegen Gebühr aufgeladen werden. Es stehen voraussichtlich keine Steckdosen in den Lodge-Zimmern zu Verfügung. Auch W-Lan ist manchmal nur eingeschränkt und gegen Gebühr verfügbar.

**Versicherung**

Es besteht kein Sozialversicherungsabkommen mit Ländern Europas. Der Abschluss einer [Reiseversicherung](#) inklusive Stornoschutz wird empfohlen.

**Straßenbau & Busfahrt****Straßenbau**

Der Straßenbau in Nepal ist präsent. So vor allem um die Regionen Annapurna und Manaslu. Unsere Touren sind so konzipiert, dass Straßen möglichst gut vermieden werden. Wir haben die Routen dahingehend angepasst, bzw. führen mögliche Anpassungen (aufgrund neuer Straßen) ggf. auch kurzfristiger durch. Wenn das nicht möglich ist, bitten wir um Verständnis, dass sich der Weg entlang von Straßen nicht ganz vermeiden lässt.

**Busfahrt**

Die Fahrten im Linienbus scheinen für Gäste aus Europa ganz außergewöhnlich, da sie teils über enge Straßen führen. Für Einheimische und natürlich das Fahrpersonal handelt es sich um ganz alltägliche Rahmenbedingungen. Freuen Sie sich dabei auf einen authentischen Einblick in den nepalesischen Alltag.

## Höhenanpassung über 2.500 m

Bei einem Aufenthalt auf über 2.500 Höhenmetern verringert sich der Luftdruck und damit wird die Sauerstoffaufnahme im Körper reduziert. Ab dann kann sich in seltenen Fällen die akute Höhenkrankheit (AKH) mit ersten Symptomen wie Kopfschmerzen, Müdigkeit und Appetitlosigkeit zeigen. In Folge können Brechreiz, Orientierungslosigkeit, Atemlosigkeit und Husten auftreten. Es gibt kein Medikament gegen die Höhenkrankheit, allerdings kann die Krankheit vorgebeugt werden bzw. Symptome bekämpft werden – bspw. durch den sofortigen Abstieg.

### Tipps zur Höhenanpassung:

- Bewegen Sie sich die ersten 24 Stunden, nachdem Sie auf ca. 3.000 Höhenmeter gelangt sind, möglichst wenig und maximal im Zeitlupentempo.
- Reduzieren Sie Ihr Gehtempo ab ca. 3.000 m auf die Hälfte Ihres normalen Tempos, egal ob beim Wandern oder beim Treppensteigen in der Unterkunft. Selbst wenn der Körper Ihnen Kraft signalisiert, das Schneckentempo bewährt sich.
- Machen Sie ausreichend Pausen.
- Vermeiden Sie Stress und Hektik. Machen Sie sich daher auch keine Sorgen, wenn Sie milde Anpassungssymptome haben – leichte Kopfschmerzen, etwas Übelkeit, Atemlosigkeit, sowie Nasenbluten können vorkommen. Wenn diese Symptome nach wenigen Tagen nicht verschwinden, sprechen Sie unbedingt mit Ihrem Guide – oft hilft bereits ein leichter Abstieg.
- Trinken Sie mehr als Ihr Durstgefühl signalisiert. Als Regel gilt: pro 1.000 Höhenmeter sollte mindestens 1 l Flüssigkeit zu sich genommen werden – in Form von Wasser, Tee, Suppen und Säften. Vermeiden Sie in den ersten Tagen Alkohol und grundsätzlich gekühlte Getränke, diese belasten den Körper und erschweren die Akklimatisierung.
- Verzichten Sie bei flauem Magen auf ungeschältes Obst und Gemüse und essen Sie wenig Fleisch. Essen Sie aber auf alle Fälle ausreichend und vor allem Kohlehydrate.
- Achten Sie bitte auf ausreichend warme Kleidung, tragen Sie beispielsweise ein Halstuch gegen die Kälte und wechseln Sie die Kleidung, wenn Sie schwitzen.
- Schlafen Sie genug und richtig. Schlafen mit erhöhtem Oberkörper ist sehr hilfreich, ebenso wie die gute Belüftung des Raums.
- Sonnenschutz ist wichtig – Sonnenbrille, Kopfbedeckung und Sonnencreme

## € 50,- Vorteil für Vereinsmitglieder

Diese Reise ist Teil des Jubiläumsangebots des Vereins Weltweitwandern Wirkt! Vereinsmitglieder genießen im Jubiläumsjahr eine Ermäßigung von € 50,- auf alle Reisen in die Projektländer des Vereins. Diese gilt bei Buchung vom 1. Juni 2025 bis 31. Mai 2026 auf Reisen nach [Marokko](#), [Nepal](#), [Peru](#) und [Tansania](#). Um diesen Mitgliedervorteil nutzen zu können, geben Sie bitte bereits bei der Buchung im Feld „Anmerkungen“ bekannt, dass Sie Vereinsmitglied sind.

Noch kein Mitglied? [Werden Sie jetzt Mitglied](#), unterstützen Sie den Verein Weltweitwandern Wirkt! und sichern

Sie sich Ihre Ermäßigung!

## **Ein offenes Wort**

Gratulation: Sie möchten eine Reise bei Weltweitwandern buchen, das ist schon mal eine wunderbare Entscheidung! ?

Damit Sie wissen was das heißt, hier noch kurz ein paar offene Worte, über unsere Art zu Reisen: Wir bieten Reisen mit berührenden Begegnungen und Einblicke in die Kultur und Landschaft Ihres Reiseland. Qualität und Luxus definieren wir durch kleine Reisegruppen, möglichst landestypische Quartiere und persönliche Betreuung der Gruppe durch örtlich verwurzelte Guides. Ein gewisses Flair und die Lage einer Unterkunft sind uns wichtiger als EU-genormter Komfort und viele Sterne.

Wer Weltweitwandern bucht, lässt sich offen und respektvoll auf eine andere Kultur und das Reiseland ein – das erfordert Eigenverantwortung und beinhaltet auch unsere Bitte an Sie, dass Sie unsere Informationen aufmerksam durchlesen. Denn jedes Mal, wenn wir ein anderes Land besuchen, betreten wir das Zuhause von anderen Menschen, Tieren, und Pflanzen. Aus diesem Grund ist es wichtig, Land & Leuten mit Respekt und Achtsamkeit zu begegnen. Beachten Sie dazu auch die Do's and Dont's, die Sie im letzten Teil dieses Textes finden.

Wenn Sie bereit sind, sich auf das „Neue“ im Schutz einer bestens organisierten Reise einzulassen, dann sagen wir: Herzlich willkommen als Teil unserer Weltweitwandern-Familie!

Wir laden Sie ein, die folgenden Informationen gut durchzulesen und auf Ihrer Reise zu beherzigen:

## **Was ist bei Weltweitwandern Qualität und Luxus?**

Luxus resultiert bei uns aus der kleinen Reisegruppe, den möglichst landestypischen Unterkünften, einem liebevoll ausgearbeiteten Programm mit ausgewählten Details und die persönliche Betreuung der Gruppe durch unsere lokal verwurzelten Guides.

## **Unsere Kriterien bei der Auswahl der Unterkünfte**

Ein gewisses Flair und eine gute Lage einer Unterkunft sind uns wichtiger als EU-genormter Komfort und viele Sterne. Wir vermeiden so gut es geht internationale Hotel-Ketten oder All-Inclusive-Hotels, da diese in vieler Hinsicht oft nicht unserer Reisephilosophie entsprechen. Wir setzen, sofern möglich, auf landestypische, familiäre Unterkünfte. Hier können die Zimmer unterschiedlichste Ausstattungsmerkmale aufweisen (z. B. mit oder ohne Balkon/Terrasse, Badewanne oder Dusche). Die Zimmer können unterschiedlich groß sein und auch verschiedene Ausblicke haben. Manchmal teilen sich zwei Zimmer einen gemeinsamen Eingang.

Aus ökologischen Gründen gibt es nicht in allen Unterkünften eine tägliche Reinigung. Sollte dies dennoch gewünscht sein, ein Handtuchwechsel oder eine Müllentleerung erforderlich werden, kann das an der Rezeption

gemeldet werden.

Ein Beispiel: In unseren Riad-Hotels in Marrakech sind die Zimmer der Gäste unterschiedlich groß, die Fenster gehen traditionell immer auf den Innenhof und die Stiegen sind schmal und verwinkelt. Dafür wohnt man inmitten der zauberhaften Altstadt in Häusern mit Flair und Geschichte und in Gehweite der schönsten Plätze. Wir bemühen uns immer das bestmögliche für unsere Gäste – unseren Auswahlkriterien entsprechend – zu finden: Manchmal gäbe es vor Ort eventuell noch etwas charmantere Quartiere – diese verlangen aber z.B. Mindestaufenthalte von 1 Woche oder gewähren keine längerfristigen Reservierungen.

### **Gruppenreise**

Sie unternehmen mit Weltweitwandern eine Reise in einer Gruppe. Manche Menschen haben hier Bedenken. „Was ist, wenn ich andere Menschen in der Gruppe unsympathisch finde?“, „Wenn die anderen zu alt / zu jung / zu laut / zu langweilig / zu schnell / zu langsam sind?“

Gleich vorab: Menschen, die bei Weltweitwandern eine Wanderreise buchen sind praktisch immer angenehm, interessiert und offen! Die besten Gruppen sind zudem die, in der es eine gute Mischung aus Jung und Alt und verschiedenen Interessen gibt. Die große gemeinsame Lust am Wandern, an der Natur und an anderen Kulturen ist ohnehin ein starker, gemeinsamer Nenner!

Viele Freundschaften sind schon entstanden und auf unseren Reisen geht's eigentlich immer interessant und oft lustig zu! Für ein gutes Gelingen ist aber unbedingt auch ein gewisses Maß an Geduld und persönlicher Rücksichtnahme von jedem Einzelnen und jeder Einzelnen notwendig.

### **Entspannte Grundeinstellung**

Wer durch ein fremdes Land reisen und eine andere Kultur genießen möchte, benötigt dazu eine entspannte Grundeinstellung. Die Uhren gehen vor Ort zudem häufig viel langsamer als in ihrem Heimatland und manchmal geschehen unerwartete Dinge oder Zwischenfälle. Flexibilität, Geduld und vor allem einen Sinn für Humor sind die Hauptsache. Weltweitwandern bereitet jede Reise gründlich vor, trotzdem gibt es immer wieder unvorhergesehene Überraschungen und auch Pannen, die auch wir nicht im Voraus planen können. Es muss auch vor Ort nicht alles genau so „funktionieren“, wie man sich das im Moment vorstellt. Gerade aus den Bahnen des immer Funktionieren-Müssens darf man auf Reisen einmal herauskommen.

### **Offenheit und respektvolles Verhalten**

Von unseren Reisegästen erwarten wir offenes, respektvolles Auftreten, Wertschätzung des Fremden und den Menschen vor Ort und einen behutsamen Umgang mit der örtlichen Natur. Das Reisen zu fremden Kulturen und in entlegene Gebiete beinhaltet immer auch eine große Eigenverantwortung. Bedenken Sie, dass in vielen unseren Reiseländern kein EU Standard herrscht und stellen Sie sich bitte auf einfache Verhältnisse ein.

## **Tourencharaktere**

Das Spektrum der Reisen bei Weltweitwandern reicht von sehr gemütlichen Spaziergang-Wanderreisen bis zu ganz schön herausfordernden Trekkingtouren, eingeteilt und gut gekennzeichnet mit einer Skala von 1 bis 5. Wenn Sie sich hier Ihrer eigenen Kondition unsicher sind, probieren Sie bitte unbedingt vor Ihrer Reisebuchung zum Beispiel bei Tourencharakter 3 gut aus, was es für Sie heißt, einen mit 6 Stunden angegebenen Wanderweg im Gebirge mit inkludierten Anstiegen von bis 1.000 Meter zu begehen! Planen Sie auch persönliche Leistungsreserven ein für z.B. außergewöhnlich heißes, kaltes oder feuchtes Wetter oder weniger fitte Tage. Unsere Touren beinhalten eine Mischung aus Kultur, Natur und Abenteuer. Zwischendurch kann es auch lange und anstrengende Reisetage geben.

## **Vorbereitung**

Unsere Welt wandelt sich ständig, was Urlauber:innen spannende Möglichkeiten und unvergleichliche Erfahrungen verheißt. Es ist allerdings notwendig, sich gründlich auf eine Reise vorzubereiten – zum Beispiel mit einem oder mehreren der zahlreichen Reiseführer, die zu dem Thema erhältlich sind.

In unseren Reiseunterlagen stellen wir Ihnen wichtige Informationen soweit es geht zusammen. Unsere Packlisten können aber immer nur generelle Empfehlungen sein. Ihre eigenen persönlichen Notwendigkeiten sind individuell verschieden. Machen Sie sich daher bitte immer auch selbst Gedanken, was für Sie in der Wander-Reisezeit wichtig sein könnte. Wie gehen Sie mit Regen, Schnee, Sonne, Wind, Sand um? Was ist für Sie während einer Wanderung, während einer Reise wichtig?

## **Wenn Sie etwas stört**

Wenn Sie etwas stört, sagen Sie es bitte sofort! Wenn Sie zum Beispiel das Gefühl haben, Sie hätten schon wieder etwas weniger oder etwas nicht so Gutes bekommen, sagen Sie es bitte gleich ihrem Guide! Ihr Guide, unsere Partner vor Ort, können Ihnen nur dann helfen und etwas verbessern, wenn Sie auftretende Probleme direkt ansprechen. Nach Ihrer Rückkehr sind Problemlösungen – die vor Ort mit geringem Aufwand beseitigt hätte werden können – dann meist nicht mehr möglich.

Offenheit ist uns wichtig, direkte Rückmeldungen helfen uns und unserem Team vor Ort besser zu werden.

## **Hören Sie bitte auf den Guide**

In den Tagen und Wochen Ihrer Reise ist ihr Guide verantwortlich für Sie. Ihr Guide ist ihr Lotse während der Reise und in einer eventuell fremden Kultur. Wenn er/sie es für nötig hält, ist er/sie der Chef/die Chefin. Wenn er sagt, dass Sie etwas auf keinen Fall tun sollten – oder dass Sie rasten sollten, dann hören Sie bitte auf ihn!

Seien Sie ihm/ihr gegenüber auch rücksichtsvoll.



Ihr Guide ist auch nur ein Mensch. Gönnen Sie ihm/ihr bitte auch Ruhepausen. Guide zu sein ist ein unglaublich vielseitiger, aber auch fordernder Beruf.

„Andere Länder, andere Sitten“ heißt es sprichwörtlich und das nehmen wir uns zu Herzen. Wir wollen auf unseren Reisen sensibel mit den lokalen Gegebenheiten umgehen. Unsere Guides sind diesbezüglich Ihre wichtigsten Ansprechpartner:innen. Sie kennen sich mit lokalen Bräuchen & Sitten sehr gut aus und stehen Ihnen für Fragen gerne zur Verfügung.

### **Hier noch ein paar Dos & Don'ts für Ihre Reise:**

#### **Fotografieren**

Fotos sind wichtig, um die wunderbaren Erinnerungen einer Reise festzuhalten. Es gilt aber einige Regeln zu beachten:

- Fragen Sie immer um Erlaubnis, bevor Sie Fotos von Menschen machen! Bevor Sie ein Kind fotografieren, holen Sie im besten Fall die Einwilligung der Eltern ein.
- Achtung: In vielen Ländern ist es verboten religiöse Stätten, militärische Einrichtungen oder Flughäfen zu fotografieren.
- Benutzen Sie keinen Blitz beim Fotografieren von Malereien in Tempeln, Höhlen, etc.

#### **Bekleidung**

- Kleiden Sie sich entsprechend den örtlichen Gepflogenheiten!  
Zusätzliche Tipps:
- Überall auf der Welt ist es wichtig, sich beim Besuch religiöser Orte moderat zu kleiden. Röcke oder Hosen sollten über die Knie reichen. Schuhe und Hüte müssen vor dem Eintritt manchmal ausgezogen werden.
- Vielerorts wird es nicht akzeptiert, sich oben ohne zu sonnen oder in Badekleidung durch die Stadt zu flanieren.

#### **Zum Schutz der Kinder**

Unsere Jüngsten verdienen den größten Schutz. Selbstverständlich achten auch wir auf unseren Reisen darauf.

- Keine Geschenke oder Geld für bettelnde Kinder. Das fördert das Betteln nur noch mehr und verhindert den Schulbesuch. Wenn Sie armen Menschen in einem Land helfen möchten, dann spenden Sie an seriöse Organisationen wie den von uns unterstützten gemeinnützigen Verein „Weltweitwandern Wirkt!“, der in einigen unserer Reiseländer Bildungs- und Sozialprojekte unterstützt. Diese wissen auch genau, was die Kinder am nötigsten brauchen.
- Kinderrechtsverletzungen finden leider in allen Ländern der Welt statt. Helfen Sie, Kinder in Urlaubsländern vor sexueller Ausbeutung zu schützen. Jeder Reisende kann helfen, Kinder vor sexueller Ausbeutung auf Reisen und im Tourismus zu schützen. Wer etwas Auffälliges beobachtet –

Verdachtsfälle oder Straftaten –, sollte nicht zögern, dies zu melden: [www.nicht-wegsehen.net](http://www.nicht-wegsehen.net).

## Lokalem dem Vorrang geben

- Probieren Sie lokale Köstlichkeiten, kaufen Sie am lokalen Markt und Geschäften ein.
- Wählen Sie lokale Souvenirs als Mitbringsel für zu Hause. Mit lokalen Gewürzen können Sie z.B. den Geschmack des Urlaubs mit nach Hause nehmen.
- **ACHTUNG:** In einigen Touristenorten werden lebende Tiere und Pflanzen oder exotische Souvenirs zum Verkauf angeboten. Diese sind meist illegal und dürfen nicht gekauft bzw. aus dem Land gebracht werden. Aber auch selbst gesammelte Souvenirs wie Korallen, Muscheln, Vogelfedern etc. sollten nicht mitgenommen werden. Weitere Informationen zu illegalen Souvenirs finden Sie unter: [https://www.bmf.gv.at/dam/bmf-gvat/services/publikationen/Artenschutz-Folder\\_12020.pdf](https://www.bmf.gv.at/dam/bmf-gvat/services/publikationen/Artenschutz-Folder_12020.pdf)

## Auf die Umwelt schauen

Es ist ein großes Geschenk, dass wir mit unseren Wanderreisen die Schönheit der Natur weltweit genießen dürfen. Wir möchten uns so verhalten, dass dies auch so bleibt und behutsam mit der Umwelt umgehen. Unsere Guides sind Expert:innen für die örtliche Flora & Fauna. Wir bitten Sie, sich an ihre Anweisungen zu halten.

- Wir bleiben auf unseren Wanderungen immer auf den ausgewiesenen Wegen, wenn vorhanden.
- Pflücken Sie keine Pflanzen, sie könnten unter Naturschutz stehen.
- Bitte respektieren Sie die natürlichen Verhaltensmuster der Tiere und stören, berühren oder füttern Sie sie nicht.
- Verwenden Sie auf Reisen so wenig Einwegplastik wie möglich und nehmen Sie Müll, den Sie verursacht haben wieder mit, um ihn (in der Unterkunft, im nächsten Mülleimer, ...) ordnungsgemäß zu entsorgen.
- Wiederverwendbare Wasserflaschen (in ausreichender Größe), Jausendosen und Stofftaschen für Einkäufe gehören zur Grundausstattung.
- Energie- und Wasser sparen gehört zum Programm: Nutzen Sie Klimaanlage nur bei Bedarf, schalten Sie Licht & Wasser bei Nichtbenutzung aus, verwenden Sie Ihre Handtücher wieder.

Gemeinsam machen wir Ihre Reise zu einem besonderen Erlebnis!



## Ihr Kontakt

**Adele Funder**

+43 316 58 35 04 - 25

[adele.funder@weltweitwandern.com](mailto:adele.funder@weltweitwandern.com)