

# NEPAL

## ÜBER DEN RUPINA LA INS TSUM VALLEY



**Für nepalesische Verhältnisse führt dieses Trekking ins Tsum Valley nicht in grosse Höhen hinauf. Es führt aber zwischen hohen Bergen hindurch und durch sehr enge Schluchten zwischen steilen Felswänden und fühlt sich doch sehr "gebirgig" an. Den höchsten Punkt überschreiten wir im Anmarsch zum Tal über den Rupina La mit 4720m. Dieser Pass überquert die Ausläufer des 8000ers Manaslu. Dann folgt der Eingang ins Tsum Valley, der so schmal ist, dass man ihn gerne übersieht. Dank der Abgeschlossenheit hat sich hier ein reiches kulturelles Leben mit vielen intakten alten Klöstern bewahrt. Die Nähe zum viel begangenen Manaslu - Circuit wird dies bald ändern. Wegen der moderaten Höhe ist der November mit dem stabilen Spätherbstwetter und dem blauen Himmel die ideale Zeit für den Besuch des Tsum Valley. Es gibt kaum mehr Touristen und die Einheimischen bringen die letzten Wintervorräte unter Dach.**

**Reisedaten:**

**So, 4. Nov. - Sa, 1. Dez. 2018**

## Programm:

1. Tag Linienflug Zürich – Katmandu.
2. Tag Ankunft in Katmandu, der pulsierenden Hauptstadt Nepals. Besuch des geschäftigen Thamel oder Ausruhen in unserem Hotel.
3. Tag Fahrt über Gorkha nach Barpak. In diesem Gurung Dorf über dem Daraudi Khola auf 1950m endet die raue Strasse und wir stellen zum ersten Mal unsere Zelte auf.
4. Tag Unser Trekking beginnt für einmal sehr angenehm mit einem Abstieg zum Camp in Jongong auf 1440m, weiter hinten im Tal des Daraudi.
5. Tag Der Aufstieg beginnt. In Gar Kharka auf 2900m steht unser nächstes Lager. Der Blick schweift bereits auf hohe Gletscherberge wie den Baudha Himal 6672m, der südliche Ausläufer des mächtigen Manaslu.



6. Tag Mit Ausnahme einiger kleiner Holzfällercamps finden wir in diesem Tal keine Dörfer. Wir zelten am Fusse des Rupina La auf 3800m in Sangrung Kharka (Kharka bedeutet Alp).
7. Tag Genügend akklimatisiert überschreiten wir den Rupina La 4720m. Ein sehr steiler Abstieg führt ins Chilung Khola zum Baudha Himal Basecamp auf 3600m.
8. Tag Wir wandern durch das einsame Tal hinaus und bestaunen die riesigen Gletscher, die vom Himalchuli 7893m herabfliessen. Am Gletscherende in Zhong Kharka 2960m campieren wir.
9. Tag Nach etlichen Tagen gelangen wir wieder einmal in ein Dorf, Nyak auf 2340m, 700Meter über dem Budhi Gandaki auf einer Terrasse gelegen. Schon vor dem Dorf treffen wir auf Wasserbüffel. Sie sind gutmütig, denn sie fressen auch hie und

da von den Marihuanapflanzen, die auf diesen Feldern wachsen.

10. Tag

Der Abstieg zum Fluss ist stotzig. Ein Tea House lädt zu einer Erfrischung vor dem ebenso steilen Wiederaufstieg auf der anderen Seite der Hängebrücke, nach Lokpa. Wir bleiben über Nacht in diesem sympathischen Dorf auf 2260m.



11. Tag

Durch schöne Wälder steigen wir etwas ab und queren einige Seitentäler auf dem exponierten Weg. Auf und ab geht es weiter, bis wir das Siyar Khola zur anderen Seite überqueren können. Wir erreichen das buddhistische Dorf Chumling auf 2390m.

12. Tag

Nach der nächsten Hängebrücke geht es durch liebevolle Feldern mit Mais, Kartoffeln, Gerste und Buchweizen. Wir überschreiten das Sarpu Khola und steigen auf ins obere Tsum Vally zum stattlichen Dorf Chhokang Paro auf 3030m.

13. Tag

Das eine oder andere alte Kloster in diesem Teil des Tsum Valleys können wir besuchen, z.B. das Frauenkloster Rachen Gompa. Es gibt hier auch eine Höhle, wo der tibetische Denker Milarepa meditiert haben soll. Wir wissen also nicht so genau, wie weit wir heute wandern. Vielleicht bis Nile auf 3360m.

14.Tag

Wir durchwandern das kulturell interessante Tal zum Kloster Mu Gompa auf 3700m. Ein Abstecher zum Frauenkloster Dhepu Doma Gompa lohnt sich.

15. Tag

In Dupchet 4180m verzweigt sich das Tsum Valley in verschiedene Äste, die über hohe, nur für Einheimische erlaubte Pässe nach Tibet führen. Hier gibt es zwar noch Yak - Alpen, aber keine ständig bewohnten Siedlungen mehr.



16. Tag                      Unsere Zelte bleiben in Dupchet stehen und wir erkunden eines der Täler, die gegen den Thapla Bhanjyang 5104m, den Yangdol Pass 5326m oder zum Mailatasachin Pass 5093m führen.
17. Tag                      Wir wandern wieder talabwärts nach Phurbe 3250m.
18. Tag                      Ein Stück folgen wir noch dem bereits bekannten Weg. Bei Gho steigen wir ab zum Siyar Khola und überqueren den Wildbach bei Domje. Hier biegen wir ein ins Langdang Khola und steigen an bis zum Kloster Lungdang Gompa auf 3200m. Wir können der Puja beiwohnen, die von den Nonnen jeden Abend abgehalten wird.
19. Tag                      Ein Tagesausflug führt uns zum Ganesh Himal Basecamp auf 4200m und wieder zurück. Der Blick auf den hufeisenförmigen Talabschluss mit den 7000ern des Ganesh Massivs ist eindrucklich.
20. Tag                      Auf dem Rückweg bleiben wir auf der anderen Talseite und übernachten im malerischen Dorf Ripchet 2470m, nachdem wir einige recht tiefe Schluchten auf wackeligen Brücken überwunden haben.
21. Tag                      Bald erreichen wir den bereits bekannten Weg nach Lokpa und gelangen zur Hauptroute des Manaslu Circuit. Diesem viel begangenen Weg folgen wir bis Philim auf nur noch 1570m.
22. Tag                      Wir folgen dem Budhi Gandaki zum sauberen, mit Steinplatten ausgelegten Dorf Jagat und weiter bis Dobhan 1070m.
23. Tag                      In Lapubesi erreichen wir dicht besiedeltes Gebiet.
24. Tag                      Unser letztes Camp steht in Soti Khola, wo die Strasse beginnt.
25. Tag                      Mit dem Bus erreichen wir Katmandu und die Zivilisation.

26. Tag Duschen, Souvenirs kaufen, essen, trinken und neue Reisen planen. Freier Tag in Katmandu.
27. Tag Es heisst Abschied nehmen von diesem sympathischen Land, Wir fahren zum Flughafen.
28. Tag Ankunft in Zürich und eintauchen in eine andere Welt.

## **Anforderungen:**

Dieses Trekking erfordert keinerlei bergtechnische Kenntnisse. Es führt über gut begehbare Wege. Die täglichen Gehzeiten betragen 5 – 7 Std. in gemütlichem Tempo. Während der ausgiebigen Mittagspause kocht unsere Küchenmannschaft für uns. Unsere Ausrüstung wird von Trägern transportiert. Wir haben also nur Trinkflasche, Fotoapparat und Windjacke im leichten Tagesrucksack.



## **Verpflegung:**

Unsere Küchenmannschaft kocht dreimal täglich für uns. Tourenproviant ist kaum nötig, ausser für persönlich Gelüste zwischendurch.

## **Ausrüstung:**

Zelte, Küchenausrüstung und Verpflegung werden von uns zur Verfügung gestellt.

Wir übernachten in geräumigen 2er-Zelten. Es braucht also einen Schlafsack. Eine ausführliche Ausrüstungsliste erhalten Sie nach Ihrer Anmeldung.

## **Impfungen:**

Für Nepal sind keine Impfungen vorgeschrieben.

## **Zeitverschiebung:**

Nepal ist der Mitteleuropäischen Zeit  $4\frac{3}{4}$  Std. voraus.

## **Klima:**

Im November herrscht in Nepal sehr stabiles Spätherbstwetter. Die trockene Luft ermöglicht klare Ausblicke auf die hohen Berge. Die Temperaturen sind tagsüber sehr angenehm. In den klaren Nächten können sie knapp unter den Gefrierpunkt sinken.



## **Dokumente:**

Für Nepal benötigen Sie einen Reisepass, der 6 Monate über das Rückreisedatum hinaus gültig ist. Das nötige Visum erhalten wir problemlos bei der Einreise am Flughafen.

## **Versicherung:**

**Eine Annullationskostenversicherung ist obligatorisch.** Sie ist im Pauschalpreis nicht inbegriffen, um Doppelversicherungen zu vermeiden.

## **Preis:**

**CHF 5490.-** ab/bis Katmandu

Im Preis inbegriffen sind sämtliche Kosten während dem Trekking (Vollpension, alle Transporte in Nepal, etc) sowie Hotelübernachtung/Frühstück in Katmandu.

**Nicht inbegriffen** sind der internationale Flug nach Katmandu, die Visumkosten für Nepal(40US\$) sowie persönliche Ausgaben für Getränke, Souvenirs und Trinkgelder..

**Gerne buchen wir auch den internationalen Flug für Sie!**

## **Leitung:**

Ernst Marti, Bergführer  
Sulzbachstr. 23  
8767 Elm  
Mail: [engg@active.ch](mailto:engg@active.ch)  
Tel: 055 642 19 91  
[www.engg.ch](http://www.engg.ch)