Copyright Klaus Teuchert – Veröffentlichung nur mit Genehmigung des Autors – http://www.geotreks.de

# Nepaltrek: Khopra Khayer Barah – Annapurna Base Camp – Mardi Himal Base Camp – Lodge Trek (22 Tage)

## 28.01.2023 bis 19.02.2023 (mit Holger Bischoff)

Reisenotizen von Klaus Teuchert

**Sa, 28.01.2023 - Tag 00: 05:00 Uhr Abfahrt von Chemnitz** Hbf. mit der Bahn nach Hof, mit dem Alex nach Freising, mit Bus 635 zum Flughafen München. Abflug 16:00 Uhr mit Qatar Airways jeweils mit Boeing 787-8 Dreamliner oder Boeing 777-300 zuerst nach Doha, dort treffe ich Holger. Weiterflug nach Kathmandu. Reine Flugzeit 12 Std.

**So, 29.01.2023 - Tag 01: Ankunft in Kathmandu - Besichtigungen und Freizeit**
Ankunft 09:05 Uhr mit Qatar Airways QR 652. Der Tribhuvan Flughafen ist jetzt etwas größer und moderner als vor 4 Jahren. Niru Rai und Naresh Tamang holen uns am Flughafen ab und wir fahren nach Basundara-Dhapasi zu Nirus Haus. Ab Mittag Besuch des Hanuman Dhoka Kathmandu Durbar Square und kurzer Einkaufsbummel durch Thamel. Wenig Touristen sind unterwegs, es ist außerhalb der Hauptsaison.
Dinner und Übernachtung in Nirus Souterrain-Homestay in Kathmandu-Dhapasi.

**Mo, 30.01. - Tag 02: Fahrt von Kathmandu über Pokhara (820 m) und Galeshwar (1170 m) nach Ghauntal (1010 m).** 08:00 Uhr Start ab Kathmandu. Uns stehen insgesamt 11:30 Std. Fahrt bevor im agentureigenen Mitsubishi Pajero Sport SUV (6-Zylinder-Benziner, 177 PS, Hubraum 2.972 cm³, Höchstgeschwindigkeit 175 km/h, 4-Gänge-Automatikschaltung, Allradantrieb). Unser Fahrer Naresh Tamang fährt professionell, entspannt und umsichtig. Er ist seit 5 Jahren Fahrer von Adventure Geo Treks. Auf der Fahrt und auf dem Trek begleiten uns Führer Lhakpa Sherpa (54) ->Sohn (29), Tochter (26) und Tochter (23), wohnt in Kathmandu. Sowie unser starker Träger Druba Nepali (36) ->5 Kinder, wohnt in Basa). Mittagessen am Prithvi Highway in Darechok an einer alten und einer neuen Brücke.
Dinner und Übernachtung in Ghauntal im noblen Kaligandaki Resort.

**Di, 31.01. - Tag 03: Trekstart Ghauntal über Banskharka (1526 m) nach Nangi (2320 m)**
*12 km in 6 Stunden (inkl. 1,5 Pause) +1480 m / - 40 m*
Unser Trek beginnt direkt an unserem Hotel, überquert den Kali Gandaki Fluss und steigt allmählich an durch den üppig bewaldeten Hang, der nach Banskharka führt. Wir machen hier unsere erste Lunchpause in einer kleinen Lodge, auf deren Feldern Äpfel, Orangen u. a. Früchte wachsen. Vorbei am Teahouse Dora Danda (1890 m) durchqueren wir die Dörfer Danda Kateri (2009 m) und Banwade (2145 m). Nangi erreichen wir 16 Uhr, müssen noch etwas warten, bis Lhakpa unten im Dorf die beiden Betreuerinnen der Community Lodge, Mutter und Tochter, gefunden hat. Der allnachmittägliche Five O'Clock Tea wird uns von Lhakpa nach altenglischer Art mit nepalesischem feinen Gebäck (Kokoskekse) zelebriert.
Dinner und Übernachtung in Nangi in der Nangi Community Lodge.

**Mi, 01.02. - Tag 04: Nangi zum Mohare Danda Hill (3313 m) - Halber Ruhetag ab 13:30 Uhr**

*10 km in 5:30 Stunden (inkl. 1:20 Pause) +1085 m / -95 m*

Der Weg verlässt Nangi und führt durch wunderschöne Eichen- und Rhododendrenwälder, zusammen mit der herrlichen Aussicht auf Machhapuchhre (6997 m), Annapurna South (7219 m), Tukuche (6920 m) und Nilgiri (7061 m). Der Weg beschreibt einen weiten Halbkreis, wir steigen auf schmalen Hangpfaden an malerischen gelb vertrockneten Grasabhängen nach oben. Unter mächtigen Felsen entlang kommen wir vorbei an einer Campsite (2620 m) und über den Hampal Pass (3090 m). Auf dem Bergrücken der Ripu Danda erreichen wir Mohare Danda. Mohare ist eine kleine Bergstation, die einen glasklaren wunderschönen Panoramablick auf die Umgebung und die Bergketten der Dhaulagiri-Gipfel, der diversen Annapurna-Gipfel und auf den Machhapuch(a)re bietet. Wir genießen den herrlichen Sonnenuntergang von Mohare Danda aus. 80 Betten gibt es hier für Touristen. Wir sind heute wieder die einzigen hier. Das Trinkwasser wird aus einem 400 m tiefer gelegenen Brunnen hochgepumpt. Die Zimmer sind immer sehr sauber, die Betten relativ frisch bezogen, ebenso die dicken warmen Zudecken und die Kopfkissen. Einen Schlafsack braucht man nicht mehr: ein dünnes Inlet oder langer Schlafanzug reichen. Manchmal ist direkt ein Badezimmer mit Dusche, WC oder Hock-Klo integriert, ansonsten liegen Bathroom = WC mit Dusche sowie Toilette = Hock-Klo gleich neben den Zimmern. Manchmal gibt es warmes Wasser von Solarpaneelen oder speziellen Dachheizern, oft wird warmes Wasser in einem Durchlauferhitzer mit Propangas erhitzt. Auf den Hüttenöfen wird immer Wasser in großen Alu-Wasserkesseln erhitzt und abgekocht. Im Eisenofen des Dinner-Room der Lodge wird heute eingeheizt. Zum Dinner gibt es neben Reisgerichten wie Dal Bhat und gebratenem Reis auch Pizza, Spaghetti, Makkaroni sowie diverse Kartoffelgerichte (Rosti=Hashbrown Potatoes). Dann natürlich noch diverse Suppen, Hühnchen ist selten, Yak eine Rarität.

Dinner und Übernachtung in Mohare Danda in der Eco-Community-Lodge.

**Do, 02.02. - Tag 05: Mohare Danda Hill zum Poonhill (3193 m), über Ghorepani und Chitre nach Swanta (2214 m)**

*12 km in 6:45 Stunden (inkl. 2:00 Pause) +435 m / -1370 m*

In 45 Minuten gelangen wir zum nahen berühmten Aussichtsplateau Poon Hill (3193 m), wir beide sind die einzigen Touris hier. Das letzte Mal bin ich mit ca. 500 Touris von Ghorepani aus hier hoch gestiegen. Abstieg nach Ghorepani (2855 m), hier stehen inzwischen Hotels mit 5 Stockwerken. Nach dem Mittagessen in Chitre in der Annapurna View Lodge weiter nach Swanta (2214 m) im Morsang Khola Tal.

Dinner und Übernachtung in Swanta in der Lodge "Hotel Candle Inn"

**Fr, 03.02. - Tag 06: Swanta über Chistibang (Dankharka/ Danda Kharka) (2975 m) zum Khopra Danda Hill (3660 m)**

*8 km in 6:45 Stunden (inkl. 1:15 Pause) +1520 m / -140 m*

Wieder endloser Aufstieg durch kleinere Dörfchen oder nur Lodges, an einem Wasserkraftwerk legen wir eine kurze Pause ein. Lunch in Chistibang (Dankharka/ Danda Kharka) an der Community Lodge, eine kleine getigerte Katze spielt mit meinem gelben Bändel am Rucksack. Kurz danach entdecke ich im Dschungel die ersten Rhododendren-blüten an einem einzigen Baum und das Anfang Februar. Kleine verschiedenfarbige Blumen wachsen überall am Wegesrand. Irgendwann sind die Bäume zurückgeblieben, wir erreichen zuletzt über kahle mit gelbem trockenen Gras bewachsene Berghänge Khopra Danda. Am Abend und am Morgen haben wir von hier traumhaft schöne Ausblicke auf die Schneeberge ringsum. Der Sonnenuntergang und Sonnenaufgang ist fantastisch, die Berge erstrahlen in goldenem Glanz. Der Hüttenwirt heizt den Ofen an und alle Gäste sitzen um ihn, heute sind einige junge Nepalesen hier.

1. Dinner und Übernachtung in Khopra Danda in der Lodge "Pauduwar Tourism Co-Operative Ltd."

Khopra = hier war vor vielen Jahren dichter Dschungel, in dem die Bauern die letzten Büffelbabys fanden / Danda = Bergrücken

**Sa, 04.02. - Tag 07: Khopra Danda Hill zum Khayar Barah Lake (4650 m) & Temple Aussicht (4750 m) und zurück zum Khopra Danda Hill**
Teuchi bis Khayer Camp (4290 m):
*2x 8 km in 6:30 Stunden (inkl. 0:30 Pause) +790 m / -790 m*
Holger & Lhakpa bis Khayer See:
2x 8,5 km in 9:00 Stunden (inkl. 1:00 Pause) +1160 m / -1160 m
Druba hat heute Ruhetag.
Start 8:00 Uhr zum Aufstieg hoch zum Khayar Barah Lake, 6 Uhr Start wäre besser gewesen, da es eine sehr lange Strecke ist.
Es sind zurzeit keine Teahouses oder Lodges unterwegs geöffnet, also nehmen wir ein Lunchpaket mit. Unterwegs gibt es das große Pilgercamp 1 und das riesengroße Pilgercamp 2 (4250 m) über dem Khayer Khola Fluss, wie gesagt, alles ist verschlossen wegen Nebensaison. Viele Manimauern mit eingemeißelten hinduistischen heiligen Sprüchen zeugen davon, dass hier oft Scharen von nepalesischen Pilgern entlang wandern. Der Khopra Danda Hill und der Khayar Barah Lake sind einmal im Jahr zum "Full Moon Festival" = Danai Purnima" (ca. 12.08.2023) Ziel vieltausender nepalesischer hinduistischer Pilger.
Ich warte am Camp 2, während Lhakpa weiter zu Holger läuft, der mir immer weit voraus ist. Beide erreichen den Heiligen See. Der Rückweg und Abstieg erscheint uns lang und endlos.
2. Dinner und Übernachtung in der Lodge "Pauduwar Tourism Co-Operative Ltd."

**So, 05.02. - Tag 08: Khopra Danda Hill über Chistibang (Danda Kharka/ Dankharka) und Bayeli (3437 m) nach Dobato (Baisi Kharka) (3349 m)**
*13 km in 6:30 Stunden (inkl. 1:00 Pause) +805 m / -1000 m*
Heute Nebel und Wolken. Abstieg nach Chistibang, kleine Brücken führen über viele vereiste Bäche. Lunch in Chistibang in der Community Lodge. In Bayeli stehen neben einer Lodge einige große orange Leinwandzelte mit Feldbetten für die Touristen bereit. In Dobata sagt uns der nette Lodgebesitzer Rajman Gurung, dass es gegenüber links neben der Annapurna South einen noch unbestiegenen leichten Sechstausender ohne Namen gibt. Der Zustieg wäre von der Lodge aus möglich. Rajman hat vor vielen Jahren den Khopra Danda Trek ins Leben gerufen. Holger steigt noch in 30 min. mit Lhakpa auf den Mulde Peak (3650 m), der heute allerdings im Nebel keinen Rundblick bietet. Der Mulde Peak = der Poon Hill ohne die Menschenmassen.
Dinner und Übernachtung in Dobato in der Lodge "Hotel Mount Lucky".

***Alternative möglich:*** *Hidden Lake Trek (3 Tage - nur Camping möglich)*
*Ab Bayeli kurz vor Dobato Pode (4050 m) - Hidden Lake (4372 m) - Abstieg ins Lidur Chhidor Khola (3200 m) - Tribung Danda (3425 m) - Chomrong (2170 m)*

**Mo, 06.02. - Tag 09: Dobato (Baisi Kharka) nach Ghurjung (Ghurnung) (2060 m)**
*10 km in 5:45 Stunden (inkl. 1:00 Pause) +220 m / -1555 m*
Von Dobato über Isharu (3137 m) , Meshar (2969 m) nach Liui Kharka (2680 m), von hier neugebauter steiler Weg nach unten ins Kimrong Khola Tal und über Chuile (2309 m) nach Ghurjung (2060 m). Lunch in Chuile in der Lodge "Hotel Rainbow" mit Marihuana Baum. Wir überqueren wieder 2 Hängebrücken.
Ein paar Sätze zu unserem Guide Lhakpa Sherpa: Als ein echter "Gentleman alter Schule" kümmert er sich während des Trecks aber auch in den Lodges sehr sorgsam um seine Kunden, also um uns. Er ist höflich, liest uns alle Wünsche von den Augen ab, schenkt Tee nach, stellt Zucker und Löffel dazu, er bestellt und serviert unsere Speisen, stellt Gewürze und Zutaten dazu.Er schleppt in seinem Guide-Rucksack Marpha-Äpfel aus Kathmandu mit, kauft später neue Äpfel nach, er serviert uns diese geschält und in Spalten zum Lunch und

Dinner als Dessert. Er kümmert sich um heißes Wasser für alle Trinkflaschen. Bei seinen Verrichtungen und wenn er einem etwas überreicht, verbeugt er sich immer leicht und faltet seine Hände zum Namaste-Gruß. Unterwegs kauft er uns Kekse und Biskuit, auch in kurzen Pausen besorgt er uns Tee. Er trägt für uns Tisch und Stühle in die Sonne. Beim Trekken behält er immer die Übersicht, welcher Klient wo ist und wie schnell er läuft, er hält entsprechend Abstand, ist aber sofort zur Stelle, um uns bei schwierigen Passagen zu helfen. Lhakpa ist auch ein angenehmer erfahrener Gesprächspartner, der in seiner ruhigen Art sofort Vertrauen erweckt. Er bietet mir auch an, meinen Rucksack zu tragen (was ich aber ablehne). Er stopft manchmal meine relativ unförmige Regenjacke mit eingezipter Fleecejacke in seinen Rucksack, obwohl dieser schon prall gefüllt ist.
Dinner und Übernachtung in Ghurjung im letzten Haus, der "Ghurjung Lodge".

**Di, 07.02. - Tag 10: Ghurjung über Chhomrong (1950 m), Sinuwa (2360 m) und Bamboo (2310 m) nach Dovan (Dobhan) (2505 m)**
*18 km in 7:15 Stunden (inkl. 1:30 Pause) +1245 m / -755 m*
In Chhomrong am Checkpost der Annapurna Conservation Area meldet Lhakpa unsere Permits an. Ab Chomrong sehen wir die ersten Touristen, meist junge Nepalesen. Aber auch junge westliche Paare und Reisegruppen (Südkorea, Thailand)
Abstieg ins Chhomrong Khola Tal (1860 m), über die Hängebrücke nach Tilche, Aufstieg nach Sinuwa (2360 m) und Upper Sinuwa, hier Lunch in der Hill Top Lodge. Vorbei am Biwakplatz Kuldighar (2540 m) und dem schönen Ort Bamboo (2310 m) erreichen wir Dovan (Dobhan) (2505 m). Wir sind jetzt im Modi Khola Tal. Nachmittags kalter Schneeregen, sodass alles mit einer matschigen Schneewasserpampe bedeckt ist.
Dinner und Übernachtung in Dovan (Dobhan) in der Lodge "Hotel Tip Top".

**Mi, 08.02. - Tag 11: Dovan (Dobhan) über Himalaya (2900 m) zum Machhapuchare Base Camp (3700 m)**
*13 km in 6:45 Stunden (inkl. 1:00 Pause) +1490 m / -215 m*
Wir starten durch die spärlich schneebedeckte Landschaft, je höher wir kommen, umso dichter die Schneedecke, im Machhapuchare Base Camp erreicht sie ca. 30 cm. Von Dovan (Dobhan) über Himalaya (2900 m) zur großen Hinku Cave Höhle (3170 m), einem guten Pausenplatz für die Träger. Lunch in Deurali (3200 m) im "New Panorama Guest House & Restaurant" Nach Deurali queren wir auf die rechte Chomrong Khola Flussseite wegen Lawinengefahr (Warnschild). Vor Bagar geht es wieder auf die linke Seite, hier liegt richtig Schnee und ab 14 Uhr schneit es und die Sicht ist gleich Null. Wir erreichen das verschneite Machhapuchare Base Camp (3700 m) und steigen auf ins und ab im Fishtail Guest House & Restaurant. Im Speiseraum ist der lange Tisch ringsum mit Decken verhangen, 17 Uhr wird ein Kerosinkocher angefeuert, der mit Deckel zum Heizer aufgerüstet ist. Alle Gäste, Nepalesen, eine Ami-Tussi mit einem tibetischen Guide, unsere beiden Begleiter und wir stecken die Beine unter den Tisch und legen die Decke über die Beine. Es wird herrlich warm, Kosten 250 NPR pro Person. Wifi kostet 250 NPR, Akku aufladen normal 200 NPR, hier gratis. Man sollte sich einen Stromadapter mitnehmen, da unsere schmalen 2-Pol-Stecker in den nepalesischen Buchsen zu locker sitzen. Es gibt sogar Adapter zum Anzapfen von Zimmerlampen, mit äußeren und inneren Bajonettaufnahmen: man dreht die Zimmerlampe aus der Wandfassung, den Adapter in die Wandfassung, die Lampe in den Adapter, diese leuchtet und man hat noch 2 Stromanschlüsse frei, zwei Steckdosen für schmale Stecker. Gorkha oder Tuborg Bier kosten hier 850 NPR für eine 0,66 Liter Flasche. Für nepalesischen Khukri Rum zahlt man 1000 NPR für 250 ml.
1. Dinner und Übernachtung im Machhapuchare Base Camp im "Fishtail Guest House & Restaurant"

**Do, 09.02. - Tag 12: Machhapuchare Base Camp zum South Annapurna Base Camp (4130 m) und zurück zum Machhapuchare Base Camp - Halber Ruhetag**
*2x3 km = 6 km in 5:15 Stunden (inkl. 2:00 Pause) +485 m / -485 m*
6:30 Uhr bei wolkenlosem blauen Himmel beginnt unser Aufstieg mit Lakhpa. Druba hat heute wieder einen Ruhetag. Vom Machhapuchre Base Camp allmählich hoch zum Basislager South Annapurna Base Camp (4130 m). Dort gleich oberhalb der Lodges erklimmen wir den Rundum-Aussichtspunkt, schwelgen zwischen den Schneeriesen, man möchte hier ewig stehen und schauen. Frühstück gibt es dann für uns drei in einer Lodge. Danach machen wir es uns im Freien in der warmen Sonne auf Bänken gemütlich, genießen die glasklare Aussicht auf die Berge ringsum der Annapurna Sanctuary (Annapurna Heiligtum), wie das Tal auch genannt wird.
Von links sind das der Patal Hiunchuli (6441), die gewaltige Annapurna South (7219 m), der Bharha Chuli (Fang) (7647 m), der Kangsar Khang (Roc Noir) (7485 m), die Annapurna I (8091 m), der Singu Chuli (Fluted Peak) (6501 m). Dahinter der Tare Kang (Glacier Dome) (7069 m), der Ganggapurna (7454 m) und die Annapurna III (7555 m). Vor diese der Tharpu Chuli (Tent Peak) (5695 m) und der Gandharva Chuli (6248 m). Der formschöne berühmte Machhapuchre (Fishtail, Fischschwanz) (6997 m) ist ein heiliger Berg und darf nicht bestiegen werden. An seiner Flanke "klebt" der Mardi Himal (5553 m), ein nicht einfach zu erreichender und relativ schwierig zu besteigender "Touristengipfel". Im Mardi Himal Base Camp West sind wir in einigen Tagen.
Nach längerer Pause im ABC laufen wir in der warmen Sonne gemütlich zurück zum Machhapuchare Base Camp zu unserer Lodge. Der heutige halbe Ruhetag tut uns gut.
Die Schneehöhe ist 50 cm, früh ist es wolkenlos, ab 12:30 Uhr Nebel im MBC. Vor einer Woche waren beide Base Camps komplett ohne Schnee, äußerst ungewöhnlich und selten hier. Five-o-clock Tee und Lunch im Machhapuchare Base Camp im "Fishtail Guest House & Restaurant"
2. Dinner und Übernachtung im Machhapuchare Base Camp im "Fishtail Guest House & Restaurant"

**Fr, 10.02. - Tag 13: Machhapuchare Base Camp über Bamboo (2310m) nach Upper Sinuwa (2360 m)**
*17 km in 7:30 Stunden (inkl. 0:45 Pause) +390 m / -1710 m*
Nachts ist es wolkenlos, im Freien minus 10°C und im Schlafzimmer minus 5°C. Früh ist es wie immer wolkenlos, ab 15 Uhr steigen Nebel auf. die immer wieder aufreißen. Abstieg vom Machhapuchare Base Camp mit Grödeln bei 30 cm Schnee, die Wege sind hart gefroren. Wir gehen heute die Steinschlagstrecke am rechten Ufer hinunter, es besteht keine Gefahr, da früh alles gefroren ist. In Sinuwa ist dann der gesamte Schnee wieder verschwunden. Lunch bekommen wir in Dovan (Dobhan) in der bekannten Lodge "Hotel Tip Top".
Nach Erreichen von in Upper Sinuwa und dem Beziehen unseres Zimmers in der Hill Top Lodge dürfen wir mit Hilfe eines Propangas-Durchlauferhitzers heiß duschen, eine Wohltat.
Dinner und Übernachtung in Upper Sinuwa in der Hill Top Lodge.

**Sa, 11.02. - Tag 14: Upper Sinuwa über Chhomrong nach Jhinu Danda (1760 m - heiße Quelle) - Halber Ruhetag**
*6 km in 3:30 Stunden (inkl. 0:30 Pause) +360 m / -935 m*
heiße Quelle: *0:30 Stunden +185 m / -185 m*
Von Upper Sinuwa laufen wir über Chhomrong, hier am Checkpost unser Permit Annapurna Conservation Area Permits auschecken, nach Jhinu Danda (1760 m - heiße Quelle) ins New Hot Spring Garden Guest House, mit einer etwas europäisch aussehenden hübschen Besitzerin. Heute wieder ein halber Ruhetag. Es ist schön warm hier unten, wir sitzen mit T-Shirt draußen in der Sonne und es ist Wäsche waschen angesagt. Am nächsten Morgen ist alles trocken.
Besuch der heißen Quelle im Modi Khola Flusstal, wir bezahlen 100 NPR Eintritt, die Nepalesen 20 NPR. Wir liegen mit einigen Nepalesen im heißen Wasserbecken, genießen die Wärme. Ich laufe vor und springe kurz in den eiskalten Modi Khola Fluss. Das Flussbett

ist mit gewaltigen Sandmoränen und hausgroßen Steinen übersät, Im Monsun muss hier unten die Hölle los sein.
Dinner und Übernachtung im Zimmer mit Bad in der Lodge "The New Hot Spring Garden Guest House & Restaurant"

**So, 12.02. - Tag 15: Jhinu Danda über New Bridge (1340 m), Himal Pani (1340 m) Landruk (1565 m), Kyupche Basti (2000 m) zum Forest Camp (Kokar) (2550 m)**
*13 km in 6:30 Stunden (inkl. 1:00 Pause) +1265 m / -460 m*
Abstieg von Jhinu Danda, auf einer 300-m-Hängebrücke über den Modi Khola Fluss nach Samrung, dann Abstieg erst am rechten Flussufer bis New Bridge, hier entsteht der Neubau einer Hängebrücke mit Zustiegsweg von Himalpani. Auf einer kleinen Holzbrücke queren wir ans linke Flussufer, unterwegs eine wassergetriebene Getreidemühle. Im Himal Pani Guest House kaufe ich 500 g "Yakkäse", also wahrscheinlich vom Wasserbüffel, für 1250 NPR. Vor Landruk noch über eine kurze Hängebrücke und dann Aufstieg nach Landruk (27 Lodges gibt es hier). es folgt ein endlos langer Aufstieg von Landruk hoch bis kurz vor den Pass zum Aussichtsfelsen Kyupche Basti (2000 m) mit einer schönen neuen Lodge mit mehreren Hütten, einer netter Besitzerin und guten Köchin, ihrem lustigem Vater, der auch der Chef ist und einem hübschen Schäferhund. Hier machen wir auch Lunch. Dann gehen wir weiter hoch auf den Bergrücken der Mardi Himal Danda auf dem ersten Abschnitt Manj Danda und gelangen zum Forest Camp (Kokar) (2550 m). Forest Camp stehen viele Lodges, die hier alle Hotel heißen. In unserer Lodge sind heute einige Nepalesen, 2 Nepalesen aus Hongkong und drei etwas von sich eingenommene Malayen.
Dinner und Übernachtung im Sunrise Guest House bzw. Hotel Sunrise & Restaurant

**Mo, 13.02. - Tag 16: Forest Camp (Kokar) über Low Camp (3050 m), Deurali nach High Camp (Kew) (3600 m)**
*9 km in 6:30 Stunden (inkl. 1:00 Pause) +1140 m / -120 m*
Heute ist es den ganzen Tag komplett wolkenlos und ohne Wind. Vom Forest Camp (Kokar) aus leicht bergauf geht es jetzt durch schöne Urwälder mit gut ausgebauten Wegen. Wir kommen wir vorbei an mehreren Schutzhütten und einigen Plätzen mit Lodges: Rest Camp (2600 m), Hotel Mountain Gallery (2760 m), Low Camp (3050 m), Mid Camp (3200 m) mit Twin Peak Guest House, Lucky View, Munal & 360 GHs (3310 m), Panoramic View GH (3290 m), Low High Camp (3350 m), Double View GH (3520 m), High Camp (3600 m).
Ab Deurali sind wir auf auf der Nangge Danda.
1. Dinner und Übernachtung in High Camp in der Lodge "Hotel Fishtail Guest House"

**Di, 14.02. - Tag 17: High Camp zum Mardi Himal Base Camp (West) (4500 m) und zurück nach High Camp**
Heute Sonnenschein und wolkenlos, unterhalb alles in Wolken verpackt.
Teuchi bis Steinstupa (4185 m) - 1,6 km vor dem "richtigen" Mardi Himal Base Camp-West
*2x5 km = 10 km in 6:15 Stunden (inkl. 1:00 Pause) +730 m / -730 m*
Holger bis Mardi Himal Base Camp-West (4500 m)
2x6,5 km in 7:30 Stunden (inkl. 1:30 Pause) +1130 m / -1130 m
Am Fuß des Senkrecht-Aufstieges steht das Schild "Mardi Himal Base Camp-West" für alle "normalen" Touristen, die hier besser umkehren sollten.
Zum richtigen Base Camp geht es zuletzt 300 m senkrecht rechts der Schuttrinne hoch, zu empfehlen nur für Geübte Berggeher mit Trittsicherheit und Schwindelfreiheit.
Von (Mardi Himal) High Camp gehe ich über die Bergrücken der Kali Danda bis auf 4185 m zu einer Steinstupa und von hier wieder zurück nach (Mardi Himal) High Camp.
Es ist ein relativ leichter und angenehmer Aufstieg Richtung Mardi Himal Base Camp über die Bergketten der Nangge Danda und Kali Danda, leicht zu finden und gut ausgebaut mit vielen Treppen und Geländern. Auf dem ersten, von High Camp aus sichtbaren Aussichtsberg (ca. 4000 m) stehen viele einfache teahouses, alle zurzeit verschlossen. Auf den verschiedenen Bergrücken stehen Stupas, Gedenksteine, Grabsteine, Pilgersteine,

einfache Schutzhütten, es gilt auch ein schroffes Felsengebiet mit leichter Kletterei zu überwinden. Bis 4200 m ist es eine leichte Wandertour. Dann folgt ein schwieriger senkrechter Steilaufstieg neben der großen Schuttrinne zum Mardi Himal Base Camp.
Die Bergbesteigung des von einer Schneekuppe bedeckten Mardi Himal Peak (5533 m) ist nicht einfach, der Weg dorthin ist lang und es ist mindestens noch ein weiteres Zwischencamp einzuplanen.
2. Dinner und Übernachtung in High Camp in der Lodge "Hotel Fishtail Guest House"

***Alternative möglich:*** *Machhapuchhare Model Trek a) 4 Tage oder b) 2 Tage*
*(nur Camping möglich)*
*Ab Mardi Himal High Camp (3600 m) - Abstieg ins Susel Khola (ca. 3300 m) - Sirka Kharka (ca. 3600 m) - Mardi Himal Base Camp-South (4120 m)*
*a) Korchon (3682 m) - Khumai Danda (3245 m) - Odane Hill (2513 m) - Lalka (2250 m) - Anante oder Khoramukha Bazar - Fahrt nach Pokhara*
*b) Sirka Kharka (ca. 3600 m) - Ramche (3245 m) - Sidhing (ca. 2000 m) - Fahrt nach Pokhara*

**Mi, 15.02. - Tag 18: High Camp über Low Camp und Bhimjung (2270 m) nach Sidhing (ca. 2000 m) - Jeepfahrt nach Pokhara.**
*10 km in 4:00 Stunden (inkl. 0:15 Pause) +60 m / -1775 m*
Abschied von den Schneebergen und Abstieg von (Mardi Himal) High Camp nach (Mardi Himal) Low Camp. Hier beginnt ein steiler Abstieg über viele teils neu gebaute, teils noch im Bau befindliche Treppenstufen über Bhimjung (2270 m) nach Sidhing (ca. 2000 m). Unterwegs passieren wir das Lower Low Camp = Tagaji (Bhaisi) Kharka und auf halber Strecke in Ranjue die Lodge & Restaurant: "Hotel Peace Forest & Restaurant".
Lunch in Sidhing im Garten des leeren "Hotel Trekkers Home Nepal" (1885m). Hierher kommt auch unser angemieteter Jeep. Wir nehmen die 3 jungen Nepalesen, die wir in den letzten Tagen getroffen haben, als Tramper hinten im Jeep nach Pokhara mit.
Ab hier beginnt die abenteuerliche Jeepfahrt (unter 20 km/h, teils Schrittgeschwindigkeit) über steinige Staubpisten zur Hauptstraße ins Modi Khola Tal, dann die Straße auf der rechten Flussseite bis zur Hauptstraße F42, diese führt uns bis Pokhara. Später mündet der Modi Khola in den Seti Khola Fluss. Es ist ein gigantisches Flusstal mit einseitig senkrechten 100 m hohen Uferwänden am linken Ufer. Im Flusstal stehen seltsamerweise viele Häuser und Industriebauten, da das Land dort kostenlos ist. Aber was wird aus diesen Bauten, wenn der Monsun wütet? Jeepfahrt Sidhing nach Pokhara ca. 1:30 Std.
In Pokhara im Lake View Resort checken wir an der Rezeption ein, bekommen das Fax von unseren Flugtickets von unserer Agentur ausgedruckt. Auf Nachfrage bekommen wir schließlich statt dem für uns reservierten DeLuxe-Doppelzimmer im Haupthaus eine noble Hütte im hinteren Teil des gut gepflegten Hotelparks.
Wir unternehmen einen kurzen Stadtbummel durch die Lakeside von Pokhara. Gleich rechts um die Ecke besuchen wir einen Friseur, lassen uns rasieren, Haare schneiden, sowie eine Gesichts-, Arm-, Hand- und Rückenmassage über uns ergehen. Eine Stunde lang kostet 2000 NPR. Wir schlendern am Phewa See Ufer entlang. Auch hier sehen wir nur vereinzelt westliche Touristen.
Heute nehmen wir unser Dinner im Lake View Resort ein mit nepalesischem Livegesang und Tänzen. Wir laden Lhakpa und Druba zum Essen und Trinken ein, aber wie immer sind sie sehr bescheiden. Wir überreichen ihnen mit Dankesworten Ihr wohl verdientes Trinkgeld: Holger und ich geben jeder 30.000 NPR / 215 Euro. Auch Lhakpa und Druba danken uns für die gelungene gemeinsame Tour, es hat auch ihnen sichtlich Spaß mit uns gemacht. Der Abschied fällt uns schwer und wir sind sehr traurig. Morgen in der Frühe fahren beide mit dem Local Bus zurück nach Kathmandu. Holger geht schlafen, ich bleibe noch bis 2 Uhr am Morgen vor unserer Hütte sitzen, höre leise Musik und genieße die Ruhe und das Flair der Nacht in Pokhara.
Dinner und Übernachtung Pokhara im Lake View Resort in einer Hütte.

**Do, 16.02. - Tag 19: Pokhara - Freizeit**
Frühstücksbufet im Lake View Resort.
Ich besichtige den mehrstöckigen fast fertigen Hotelneubau mit großem Pool an der Stirnseite des Lake View Resort. Dann wandle ich in den Straßen von Pokhara, im kpl. touristenleeren Hotel Lilyland steige ich in die oberste Etage auf einen Balkon, um Fotos der Schneeberge zu machen, die ziemlich schwachbrüstig aus dem Dunst herausschauen.
Unser Lunch nehmen wir gemeinsam am Phewa See im "Green Beach Restaurant & Bar", es gibt für mich einen großen gebackenen Phewa Lake Fisch, etwas zu scharf gewürzt und für Holger eine gebackene Forelle aus den Bergen. In einem Cafe verspeise ich zum echten Capuccino ein Stück "Blackforest Cake" = Schwarzwälder Torte.
Dinner gibt es heute an der Lakeside in einem noblen Restaurant mit einer Feuerstelle mit Kupferblechabzugshaube neben unserem Tisch. Aus der nepalesischen Sherpa Brauerei gibt es Fassbier in 3 Sorten. Allerdings ist der Preis von 0,5 L mit 1000 NPR (7,15 Euro) exorbitant hoch.
Übernachtung in Pokhara im Lake View Resort in einer Hütte.

**Fr, 17.02. - Tag 20: Pokhara - Freizeit - Rückflug Pokhara nach Kathmandu - Kathmandu - Freizeit**
Frühstücksbufet im Lake View Resort.
Heute und morgen findet auf dem großen Freiplatz der Armeee am Phewa See ein Musikfestival mit vielen nepalesischen Bands und Solisten statt. Die Bühne, die Lautsprecher, die Stromaggregate, alles steht bereit. Leider sind wir da bereits wieder in Kathmandu.
Ein Fahrer des Hotel bringt uns 13 Uhr in 20 Minuten zum Flughafen. Der neue Pokhara Airport wurde kpl. von China gebaut und Anfang 2023 geöffnet, hat eine 2,5 km lange Landebahn und ist somit nicht für große internationale Flieger geeignet.
Der 30-minütige Rückflug nach Kathmandu mit einer ATR-72 Propellermaschine mit 68 Sitzplätzen erfolgte mit 1 Std. Verspätung um 15:20 Uhr.
Niru und Naresh holen uns 16 Uhr in Kathmandu wieder ab vom Domestic Airport.
Zum Abendessen bei Niru gibt es Hühnchen, Pommes und Gorkha Bier.
Übernachtung in Nirus Souterrain-Homestay in Dhapasi Kathmandu mit Hundegebell und ab 4 Uhr Hahnengeschrei.

**Sa, 18.02. - Tag 21: Kathmandu - Chandragiri Cable Car (1560 m) Seilbahnfahrt und Trekking Richtung Kulekhani Lake - Fahrt über Kulekhani nach Markhu am Kulekhani See - Rückfahrt über Chitlang nach Kathmandu**
*10 km in 3:00 Stunden (inkl. 0:20 Pause) +30 m / -850 m*
Fahrt mit Niru und Naresh von Kathmandu Dhapasi nach Chandragiri zur Talstation der Seilbahn Chandragiri Cable Car (1560 m). Es sind zum heutigen nepalesischen Sonntag relativ wenig Nepalesen unterwegs, also nur kurze Wartezeit. 13 US$ kostet eine Bergfahrt, es sind geschlossene Gondeln mit 8 Plätzen. Die Seilbahnstrecke ist 2,5 km lang, die Fahrt dauert 15 Min. und überwindet 1000 Höhenmeter. Wir fahren mit Niru zur Bergstation Chandragiri Hill (2551 m). Naresh soll uns auf der anderen Seite irgendwo wieder abholen. Auf dem Hügel steht der Tempel Bhaleshwor Mahadev, den wir umrunden.
Auf dem 3-stündigen Abstieg Richtung Kulekhana Lake treffen wir nur eine kleine westliche Trekkinggruppe mit Guide, die hoch zum Chandragiri Hill laufen.
Vorbei an einem abgelegenen 5-Sterne-Resort und einer alten Industrieseilbahn erreichen wir ein malerisches Tal, kommen vorbei an teilweise sehr alten Hütten und originalen Häusern. Auf der gerade im Bau befindlichen, mit dickem gelben Staub bedeckten, von Steinhaufen, Baumaterial und Baufahrzeugen flankierten Kulekhani-Matatirtha Road laufen wir an verschiedenen Ortsteilen vorbei talwärts zur Kulekhani Pharping Road, der F121. Kurze Pause an der Kreuzung. Einige Zeit laufen wir rechts Richtung Kulekhani See in einem steilen Tal bis zu einer kleinen Talsperre, als uns endlich Naresh mit dem Auto erreicht. Er hatte uns auf einer falschen Straße gesucht, von denen es sehr viele gibt.

Die Straße von der Kreuzung zum See Indra Sarovar (Kulekhani Reservoir) (1520 m) ist auch in sehr schlechtem Zustand. Wir fahren entlang des östlichen Ufers über Kulekhani nach Markhu, einem Ausflugs- und Touristenort. Viele Nepalesen sind unterwegs, um eine Bootsfahrt zu unternehmen und den Fisch des Sees zu probieren. An einem schönen Aussichtsplatz essen wir leckeres Fisch Dal Bhat.
Da die Hauptstraße über Phapung gesperrt ist, müssen wir erst auf der F20, dann hoch über elende schmale und kurvenreiche Pisten in ständigem auf und ab durch die verschiedenen Ortsteile von Chitlang rütteln, um auf die Hauptstraße AH42 nach Kathmandu zu gelangen. Am Ende sehen wir rechts die Chandragiri Cable Car wieder. Die kpl. Fahrt nach Kathmandu dauert 3 Stunden, davon 2,5 Std. Gerüttel und Staub. Zuletzt erreichen wir Chandragiri und die asphaltierte Hauptstraße Tribhuan Rajpath, H02 / AH42, die uns nach Kathmandu zurückbringt. Ich ziehe den Hut vor Naresh, unserem erfahrenen Fahrer, wie er in Ruhe und geschickt mit allen Widrigkeiten unterwegs fertig wird.
Abschiedsabendessen bei Niru, es gibt mitgebrachten panierten gebratenen Fisch aus dem Kulekhani See, dazu Pommes, danach noch Hammelcurry mit Reis. Als Nachtisch guten Rakshi aus Nirus Haus in Basa, destilliert von seiner Schwester Runchi.

**So, 19.02.2023 - Tag 22: Kathmandu - Abreise**
Am Vorabend um 22:30 Uhr bringen uns Naresh und Niru zum Airport Kathmandu. Es ist heute ein wichtiges Hindu-Festival im hinduistischen Pashupatinath Tempel, 3 Millionen Neopalesen feiern laut Nepal-TV dort, wir fahren direkt dort entlang, kommen gut vorbei. Abflug 02:15 Uhr nach Doha und weiter nach München, Ankunft 13:00 Uhr. Busfahrt 635 nach Freising. Bahnfahrt 15:00 Uhr von Freising nach Hof, weiter mit RE nach Hohenstein/ E. und zuletzt mit RB nach Chemnitz Schönau, Ankunft 20:15 Uhr.

**Unsere nepalesischen Begleiter:**
Lhakpa Sherpa - Guide
Druba Nepali - Träger
Naresh Tamang - SUV Fahrer
Niru Rai - Agenturchef Adventure Geo Treks

**Reisekosten gesamt pro Person: 3.275 Euro**
davon:
1.175 Euro Bahn Chemnitz-München retour & Flug München-Doha-Kathmandu retour
1.500 Euro Tourkosten Agentur Adventure Geo Treks
inkl. Permit Annapurna Conservation Area: 3.000 NPR
600 Euro Taschengeld in Nepal für Restaurants, Eintritte, Geschenke usw.
inkl.
je 215 Euro Trinkgeld an Guide & Träger (je 30.000 NPR)
15 Euro Trinkgeld an Fahrer (2.000 NPR)
1.000 NPR Eintritt Kathmandu Hanuman Durbar Square
3.500 NPR Trekkers Massage (1 Std.)
2.000 NPR Friseur Rasur, Haare schneiden mit Kopf- und Rückenmassage (1 Std.)
Wanderkarte Annapurna Khopra Danda, Khayar Barah, Mardi Himal 400 NPR (2,85 Euro)
Daunenjacke 7.000 NPR (50 Euro)

**Kurs 2023-02**
1 Euro = 140 NPR / 1 NPR = 0,007 Euro

Copyright Klaus Teuchert – Veröffentlichung nur mit Genehmigung des Autors – http://www.geotreks.de

| | |
|---|---|
| **Höhenmeter ABC Trek (22 Tage) gesamt:** | **+/- 26.045 m** |
| Höhenmeter auf | + 13.685 m |
| Höhenmeter ab | - 12.360 m |
| Gesamtgehzeit (mit Pausen) | 98,5 Std. |
| (höchster Punkt 4130 m) | |

*(zum Vergleich Höhenmeter Everest Trek (17 Tage) gesamt: +/- 14.220 m)*
*(höchster Gipfel 5625 m)*

| | |
|---|---|
| **Höhenmeter KTM Chandragiri - Kulekhani** | |
| Höhenmeter auf | + 30 m |
| Höhenmeter ab | - 850 m |
| Gesamtgehzeit (mit Pausen) | 3 Std. |